

Благословение ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Август 2010

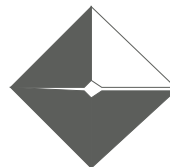


Irish Aid

Department of Foreign Affairs
An Roinn Gnóthaí Eachtracha



Национальный Центр
Волонтеров Таджикистана



Центрально-Азиатский
Геронтологический
Центр

**HelpAge
International**

age helps

В номере:

- 2** Абдусалох РАСУЛОВ: «Опыт пожилых людей бесценен»
- 3** Саодат КАМАЛОВА: «Социальная безопасность страны зависит от положения пожилых людей»
- 4** Хуршед КАДЫРОВ: «Таджикистан не готов к демографическому преобразованию»
- 5** «Нас рано списали со счетов»
- 7** Ключи от счастья

Предисловие

«Helpage International» в Таджикистане, при финансовой поддержке «Irish Aid» в течение двух лет реализует проекты, направленные на помощь и поддержку пожилых людей. Пожилые люди Таджикистана являются одним из самых уязвимых категорий таджикского общества. Зачастую их права нарушаются, и пожилые люди подвергаются дискриминации, хотя они имеют право на достойную жизнь наравне с остальными. Выпуск этого бюллетеня расскажет читателям об основных проблемах пожилых людей, существующих в нашем обществе и о том, как таджикским пожилым людям удалось заявить о себе обществу в рамках проекта «Пожилые люди призывают к действию». Кроме того, в репортажах выпуска

читатели познакомятся с активной деятельностью пожилых людей. В рамках мини-проектов, реализуемых на базах Национального центра волонтеров Таджикистана, а также Центрально-азиатского геронтологического центра, пожилые люди работают в подсобных хозяйствах, выращивают сельхозпродукты, устраивают ярмарки, проводят исследования и мониторинги и защищают свои права. Все герои наших публикаций – это обычные пожилые люди, которые чувствуют в себе достаточно потенциала, чтобы принести обществу и себе пользу. На переходном этапе Таджикистан оказался в сложных, экономических условиях, и одним из самых незащищенных слоев населения оказались пожилые люди. Зачастую их пенсии не хватает даже для того, чтобы приобрести себе минимальный, месячный продуктовый набор, не говоря об оплате коммунальных услуг, медицинского обслуживания и т.п. Кроме того, большинство трудоспособного населения сегодня вынуждено трудиться за рубежом и в этих условиях пожилым людям приходится заботиться о тех, кто остался дома – в основном о внуках. На встречах пожилых людей с представителями государственной власти, последние чаще всего сетуют на нехватку средств в бюджете республики. И пожилые люди пришли к мнению, что сегодня им приходится рассчитывать только на себя. Своеобразным толчком к действиям пожилых людей стал ряд проектов, о которых идет речь в нашем бюллетене. На начальном этапе пожилые люди получили поддержку, но каждый из них надеется на то, что в скором будущем они смогут самостоятельно продолжать начатое дело.



Абдусалох РАСУЛОВ:

«Опыт пожилых людей бесценен»

О работе и первых результатах деятельности проекта «Helpage International» (Хэлпэйдж Интерншл) в Таджикистане, рассказывает - Абдусалох РАСУЛОВ – страновой координатор этой программы.

- Абдусалох, сколько времени проект работает в Таджикистане?
- Проект «Дуои пирон» - усиление потенциала таджикского общества с целью улучшения положения пожилых людей - работает с сентября 2008 года. Он был рассчитан на два года, и сейчас, фактически, подходит к концу.
- Когда проект в Таджикистане закончится, как вы думаете, что останется после вашей работы?
- Уверен, что клубы общения, функционирующие на базах Центрально-азиатского геронтологического центра, а также Национального центра волонтеров Таджикистана, с которыми наш проект тесно сотрудничал все это время, будут продолжать работу. На сегодняшний день у участников клубов общения – пожилых людей уже налаженные связи, они знают, когда, к кому и куда обращаться. Кроме того, благодаря общению пожилые люди установили между собой тесные связи, они уже не останутся в

одиночестве, как было раньше. Думаю, что пожилые люди смело могут вести переговоры на любую тему, касающуюся своей собственной жизни.

- По каким направлениям работает ваш проект?
- Наш проект работал одновременно по самым важным направлениям в жизни пожилых людей. Это уменьшение социальной изолированности обособленных групп пожилых людей в Душанбе, посредством развития дублирующих моделей, инициатив сообществ, предпринятых группами самопомощи и группами лоббирования. Кроме того, в рамках проекта наши партнеры смогли реализовать ряд мини-проектов. Некоторые из этих проектов становятся на наших глазах доходоприносящими, а участники мини-проектов – пожилые люди самостоятельно проводят мониторинги некоторых сторон своей жизни.
- Назовите, пожалуйста, конечную цель проекта?
- Одной из главных целей проекта – это сокращение социальной изоляции пожилых людей посредством мобилизации общин. Пожилые люди не должны быть в стороне от реалий сегодняшней жизни, потому что опыт

пожилых людей бесценен, и они могут помочь обществу. Также, в рамках проекта мы оказываем содействие гражданскому обществу для того, чтобы они применяли эдвокаси и при помощи этого устанавливали изменения, которые позитивно могли бы повлиять на жизнь пожилых людей в Таджикистане.

- С какими проблемами в процессе реализации проекта, чаще всего, вы сталкиваетесь в Таджикистане?

- Первая проблема, которую мы выявили в процессе работы – это отсутствие знаний в области своих прав у пожилых людей. Кроме того, в Таджикистане нет единого регулирующего документа на национальном уровне, как и нет национальной стратегии по вопросам пожилых людей.

- Насколько наше общество открыто для реализации подобных проектов?

- С начала было трудно, так как никто не хотел говорить о существующих проблемах. Пожилые люди не были уверены, что в их жизни можно что-то изменить. Но ситуация улучшилась, пожилые люди стали больше говорить о своей жизни и о своих проблемах. Сейчас вопросы о жизни пожилых людей можно задавать любому: все относится с пониманием. Хотя, к сожалению, остаются и те, кто продолжает думать, что жизнь

пожилых людей в Таджикистане невозможно изменить. Очень надеюсь, что позитивные результаты нашей работы станут хорошим примером для тех, кто все еще сомневается.

- Вы чувствуете поддержку со стороны таджикского общества?

- Да, наше общество традиционно с уважением относится и к пожилым людям, и как следствие к нашему проекту.

- Изучая жизнь пожилых людей в Таджикистане: какие выводы вы сделали?

- Огромным плюсом в жизни пожилых людей в нашей стране является тот факт, что дети и внуки не бросают стариков. Конечно, есть исключения из правил, но в большинстве случаев, о пожилых людях заботятся их ближайшие родственники. Что касается минусов, то исходя из того, что наша страна находится на переходном этапе своего развития, и состояние экономики оставляет желать лучшего, размер пенсионных выплат невысокий. Не всегда пожилым людям доступны

необходимые лекарственные средства, также многие из них не могут позволить себе тот потребительский минимум, который должен быть доступен каждому гражданину, независимо от возраста. Кроме того, таджикские пенсионеры, фактически, не имеют никаких льгот со стороны государства.

- Расскажите о результатах своей работы?

- На сегодняшний день в рамках проекта действуют два клуба общения, организованы и задействованы десять групп самопомощи, улучшен потенциал двух местных НПО. В этих НПО был проведен ряд обучающих семинаров, к примеру, в области сокращения рисков бедствия. На таких семинарах пожилые люди получают актуальные знания о том, как вести себя во время землетрясений, что делать в первую очередь, как оказывать медицинскую помощь. Кроме того, на базе этих НПО были проведены семинары, посвященные мониторингу. То есть пожилых людей обучили проводить мониторинги для того, чтобы в последующем

результаты этих мониторингов были использованы для проведения анализа жизни пожилых людей в Таджикистане, и подготовки обращений в компетентные органы республики.

А также в рамках проекта были проведены две акции «Пожилые люди призывают к действию». По своей сути, эта кампания объединяет пожилых людей с тем, чтобы

решить, какие вопросы и проблемы являются наиболее срочными и приоритетными. Затем формируется группа пожилых людей, которая должна встретиться с представителями власти, принимающими решения. Обычно это происходит первого октября – это дата, когда празднуется Всемирный день пожилых людей. Главное отличие кампании «Пожилые люди призывают к действию» состоит в том, что она создана непосредственно пожилыми людьми и для пожилых людей.



Саодат КАМАЛОВА:

«Социальная безопасность страны зависит от положения пожилых людей»

За несколько лет своего существования «Центрально-азиатский геронтологический центр» в Душанбе стал для пожилых людей местом, где они не только нашли надежную поддержку, но и сумели реализовать себя благодаря различным мини-проектам, внедренными международным НПО - «Helpage International», при финансовой поддержке «Irish Aid», в партнерстве Национальным центром волонтеров Таджикистана. О буднях и работе центра рассказывает его руководитель, главный геронтолог министерства здравоохранения страны – Саодат КАМАЛОВА.

Центрально-азиатский геронтологический центр, созданный четыре года назад в Душанбе, является единственным подобным центром на всей территории ЦА. За небольшой срок работы, руководство центра достигло немалых результатов: на сегодняшний день, сюда регулярно приходят сотни пожилых людей, для которых проекты НПО «Helpage International», при финансовой поддержке «Irish Aid» стали отличной возможностью реализовать свой потенциал и поверить в собственные силы.

Собирательный образ пожилого человека, посещающего центр – это грамотный гражданин, с четкой гражданской позицией, который всю жизнь проработал на благо страны, но по разным причинам остался в старости одиноким. Большая часть активных участников – это оставшаяся русскоязычное население, которое так срослось с Таджикистаном, что многие из них считают себя «русскими таджиками» и либо совсем не планируют уезжать на историческую родину - в

Россию, либо не имеют возможности выехать.

- Эти люди привыкли жить энергично, чувствуют свою значимость в обществе, - рассказывает С. Камалова, - многие из них до пенсии занимали ответственные посты. И сейчас они готовы продолжать работать, как для себя, так и для общества.

По словам С. Камаловой клубы общения и группы самопомощи - это настоящая отдушина для пенсионеров, потому что других мест для общения у них нет. Если раньше в Таджикистане пожилые люди, как правило, собирались в чайханах, чтобы поговорить, узнать последние новости, то в последнее время все чайханы превратились в дорогие рестораны и пожилым людям эти места стали недоступны.

- Благодаря работе мини-проектов, мы накопили хороший опыт, - рассказывает С. Камалова, - и в будущем очень хотим, чтобы он использовался не только в Таджикистане, но и в соседних странах нашего региона. Тем более, в перспективе на базе центра мы планируем организовать

школу геронтологии, в которой смогут стажироваться, как местные специалисты, так и специалисты из соседних республик.

По словам С. Камаловой, один из главных принципов работы центра – это охват всех уровней таджикского общества. Начиная от самих пожилых людей и заканчивая высшим руководством страны. С пожилыми людьми центр работает в рамках сразу нескольких мини-проектов.

- Это самый первый уровень, - говорит главный геронтолог, - с этого, фактически, и начинается наша работа. Потому что, благодаря этим проектам, мы привлекаем пожилых людей, вместе исследуем их проблемы, вместе ищем пути выхода из сложившейся ситуации.

Далее, центр привлекает к решению проблем сообщества, хукуматы, то есть власть среднего звена.

- Но самое главное это тесное сотрудничество с правительством, - говорит С. Камалова, - это министерства, парламент. Потому что без кардинальных решений, без необходимой законодательной базы все усилия по

улучшению положения пожилых людей в Таджикистане будут тщетны.

Например, совсем недавно в рамках общественного совета РТ, членом которого является С. Камалова, она представила презентацию, в которой выдвинула тезис: «Социальная безопасность страны зависит от положения пожилых людей».

- Думаю, что после этой презентации очень многие из присутствующих задумались над важностью решения вопросов пожилых людей, - считает С. Камалова.

На сегодняшний день центр наиболее успешно работает с двумя министерствами страны – это Министерство труда и социальной защиты населения, а также Министерство здравоохранения. С. Камалова считает, что эти направления социальной сферы играют в жизни пожилых людей две самых важных роли. Минтруда – это повышение пенсий, введение льгот, а Минздрав – это обеспечение пожилых людей необходимыми для них медикаментами.

Что касается Минздрава, то с этим министерством центр работает еще и в плане подготовки специализированных кадров для повышения уровня геронтологии в стране.

- В течение четырех лет я писала в Минздрав о том, что нам нужна геронтологическая служба, - говорит С. Камалова, - потому что, при переходе на семейную медицину, не была учтена специфика работы врачей с пожилыми

людьми. Зачастую их лечат так же, как и пациентов других возрастов. Но это в корне неверно, ведь у людей пожилого возраста особая физиология, психология и другое.

По словам С. Камаловой, два года назад центру удалось добиться инициировать создание курса геронтологии на базе кафедры внутренних болезней №2 ТГМУ. Центру было выделено помещение, в котором в кратчайшие сроки был проведен ремонт и организована подходящая учебная комната. В рамках проектной деятельности были подготовлены учебные таблицы для практических занятий и лекций. Двадцать семейных врачей прошли полный цикл геронтологии и получили сертификаты. Эти кадры должны быть использованы для налаживания работы геронтологических кабинетов в медицинских центрах Душанбе.

К сожалению, через два года этот курс был закрыт, но программу обучения студентов в ТГМУ введены часы по геронтологии и гериатрии.

- Мне приходилось читать лекции по социальной геронтологии студентам, - говорит С. Камалова, - когда прихожу в аудиторию всегда задаю три вопроса: «Что вы знаете о геронтологии?», «Нужна ли геронтология нашей стране?», «Какой вы представляете свою старость?». И зачастую меня удивляют их ответы на третий вопрос: как правило, студенты отвечают расплывчато – «Бог знает» -

говорят они о своей старости. Это говорит об их социальной незрелости. Тогда я начинаю рассказывать им о Мадридском плане действий по вопросам старения, о приоритетных его направлениях, о геронтологии и гериатрии. И ребятам становится настолько интересно, что они не хотят уходить с занятий. Понимаете, проявление заботы в отношении к старшим очень близко таджикскому народу, просто об этом следует постоянно напоминать.

С. Камалова объясняет, что испокон веков на Востоке пожилые люди пользовались неприкасаемым авторитетом и уважением со стороны общества. Младшие поколения ценили их опыт и мудрость, прибегали к их советам, благодаря чему пожилые люди, несмотря на возраст, чувствовали свою значимость в социуме, и вели достаточно активную жизненную деятельность.

- Но, к сожалению, в последнее время наш народ стремительно теряет свои традиции, - говорит С. Камалова, - мы забываем то, чему учили нас родители и отношение к пожилым людям меняется в худшую сторону. Своей работой, в рамках проектов, мы хотим напомнить обществу о том, что пожилых людей не стоит списывать со счетов, а также дать понять самим пожилым людям, что они на многое способны, даже без посторонней помощи. Это огромный человеческий капитал знаний, умений, опыта, который остается в настоящее время невостребованным.



Хуршед КАДЫРОВ:

«Таджикистан не готов к демографическому преобразованию»

О сегодняшних реалиях жизни пожилых людей в Таджикистане и о месте, где им помогают, рассказывает директор Национального Центра Волонтеров Таджикистана – Хуршед КАДЫРОВ.

- Вы давно занимаетесь проблемами пожилых людей, скажите, мировая тенденция демографического преобразования распространяется на Таджикистан?

- Да, вопросами пожилых людей я начал заниматься давно, еще в 1996 году. Что касается демографического преобразования и его воздействия на Таджикистан, я могу с уверенностью заявить, что эта проблема не обойдет стороной ни одно государство и Таджикистан в том числе. Имеется тенденция к снижению рождаемости, что приводит к увеличению удельного веса групп населения трудоспособного возраста, происходит старение населения за счет сокращения численности лиц

трудоспособного возраста, увеличивается продолжительность жизни. Увеличивается потребность в медицинском обслуживании и социальном обеспечении старости, возникают трудные задачи, в контексте государственной политики требующие корректировки во многих сферах жизни. Это, очень сложный демографический процесс. Прояснится ситуация только после проведения всеобщей переписи населения, которая намечена на сентябрь этого года. По данным проведенного исследования департаментом ООН по экономическим и социальным вопросам в 2050 году в развивающихся странах 80% от всей численности населения будут составлять люди пожилого возраста.

Меняется возрастная структура самого пожилого населения – она становится старше. Если к началу 21 века 10% численности населения приходится на долю людей пожилого

возраста (старше 80 лет), то к 2050 году их доля увеличится почти в несколько раз.

- Как Вы думаете, Таджикистан готов к демографическому преобразованию?

- Нет, думаю, что Таджикистан не готов к демографическому преобразованию. Демографические преобразования потребуют выделения дополнительных бюджетных средств со стороны государства, а экономическое положение требует еще немалых усилий и времени для того, чтобы достичь того уровня который сможет обеспечить достойное существование людей пожилого возраста.

Если сегодня в Таджикистане сложилась сложная экономическая ситуация, чем и как можно помочь пожилым людям, которые оказались в тяжелой ситуации?

- Если каждый член нашего общества, я имею в виду представителей государственного сектора, общественного и бизнес секторов

отнесутся более серьезно к проблемам этой категории лиц, а представители СМИ чаще будут поднимать вопросы о ситуации и положении, в котором оказались пожилые люди, если каждый гражданин РТ будет больше обращать внимания на эту проблему, попытается понять и прочувствовать сложность ситуации, в которой оказались пенсионеры, то решение само найдется и ситуация не будет казаться тяжелой.

- Насколько рекомендации Мадридского плана действий по проблемам старения (ММПД) действуют в Таджикистане?

- Наш Центр (НЦВТ) является одной из первых организаций в РТ, которая еще в 2005 начал внедрять положения ММПД в РТ. Первыми шагами, которые предприняла наша организация в качестве примера, в процессе внедрения и использования положений данного документа явилось то, что 80 % штатных сотрудников организации были пожилыми людьми. Жизненный опыт, знания, умение, которыми обладают пожилые люди, были успешно использованы в процессе достижения уставных задач НЦВТ – в частности развития волонтерского движения в Таджикистане.

Кроме этого НЦВТ в партнерстве с Центром социальных исследований (ЦИИ) и Центральнo-азиатским геронтологическим центром (ЦАГЦ) официально обратились к представителям государственных структур, к таким, как Минтруда, Минздрав, Мин культуры и другим организациям с просьбой ознакомиться и предоставить свои рекомендации о приемлемости использования положений данного документа в РТ. Мы имеем письменные ответы от более 70% государственных учреждений, к которым обратились.

На сегодняшний день практически все ключевые структуры государственного

управления, работающие с этой категорией людей, знакомы с данным документом и думаю, нам необходимо немного времени для того, чтобы рекомендации Мадридского Международного Плана действий по проблемам старения начал использоваться в полной мере.

- Чем помогает ваш центр пожилым людям?

- НЦВТ работает в этой области с декабря 2003 года. И за этот период достиг определенных положительных результатов. Наша организация в своей работе охватывает весь спектр услуг необходимых сегодня пожилым людям, это – правовая, медицинская, социальная, психологическая и гуманитарная помощь. Но, к сожалению, наша организация не в состоянии охватить большее количество пожилых людей, чем мы охватываем сегодня.

- Эта помощь имеет долгосрочный характер или единовременный?

- Помощь, которую мы оказываем, является долгосрочной, и даже предоставление гуманитарной одежды, которую мы выделяем периодически – тоже можно сказать долгосрочная, так как мы делаем это на протяжении многих лет.

- По вашему мнению: должны ли пожилые люди работать после пенсии?

- Это должно зависеть от желания самих пожилых людей. К сожалению, в современном мире со сложными экономическими, политическими и рыночными отношениями пожилым людям приходится искать дополнительные источники и средства для существования.

Общественность должна думать и стремиться к созданию общества для всех возрастов – тогда доступ к труду будет обеспечен и для пожилых людей.

- Являются ли пожилые люди в Таджикистане одним из самых уязвимых слоев населения? Если да, то назовите основные причины?

- Да, эта категория людей, к сожалению, на сегодняшний день является самой уязвимой категорией во многих странах постсоветского пространства и особенно в Таджикистане.

Основными причинами, на мой взгляд, является низкий уровень экономики нашей страны с вытекающими отсюда последствиями. Современные рыночные отношения не позволяют людям пожилого возраста заниматься предпринимательской деятельностью.

- Насколько международные организации и проекты, которые занимаются проблемами пожилых людей в Таджикистане, воспринимают местную действительность?

- Большинство международных организаций, аккредитованных в РТ, к сожалению, мало уделяют внимание проблеме пожилых людей. Я не могу сказать, что эти организации плохо понимают важность проблемы, просто у большинства из них данное направление не является приоритетным.

- Расскажите о результатах сотрудничества вашего центра и проекта «Helpage International»

- Благодаря нашим совместным усилиям, опыту, возможностям, знаниям профессионализму сотрудников «Helpage International», НЦВТ и особенно ЦАГЦ, наш проект получил финансовую поддержку, и наши организации сегодня имеют возможность внести свой вклад в оказание помощи людям пожилого возраста. У нас организованы клубы общения, мы оказываем правовую, медицинскую, психологическую и гуманитарную поддержку.

«Нас рано списали со счетов»

ЕЖЕДНЕВНО в клубах общения, организованных в рамках проекта международного НПО «Helpage International» (Хелпэйдж Интернэйшнл), при финансовой поддержке «Irish Aid», в городах Душанбе и Вахдат собираются пожилые люди, которые чувствуют в себе достаточно сил, чтобы вести активный образ жизни. К сожалению, по признанию самих пенсионеров, общество зачастую списывает их потенциал со счетов. «Мы никому не нужны. Никто не верит в наши силы» - говорят они. Но, это общественное, стереотипное мнение разбивается вдребезги - стоит только переступить порог клубов общения и познакомиться с участниками мини-проектов.

Мы без дела не сидим

В СВЕТЛОЙ, просторной комнате, за большим столом, уставленным пиалами с чаем и тарелками с фруктами, уютно и весело. Сегодня здесь собралась одна из групп самопомощи центра – группа «Здоровье». Пожилые люди от 63 до 77 лет приходят в центр, чтобы заниматься спортом. Для этого, в рамках мини-проектов участникам группы было предоставлено все самое необходимое: тренер, спортивная форма, небольшой фитнес-зал, тренажеры. И, самое главное, у пожилых людей появилось желание заниматься спортом.

- Позанимаешься, хорошо становится, чувствуешь себя здоровее, - рассказывает участница группы – Надежда Ивановна, - мне 74 года и занятия спортом для меня очень полезны. Раньше, не задумываясь об этом, не знала, что спорт мне так поможет, но пришла сюда и вот стала настоящей спортсменкой!

По рассказам пожилых людей, до того, как

Они поют в хоре, выращивают цветы и овощи и занимаются керамикой. Они участвуют в обучающих семинарах, посещают детские интернаты, проводят собственные исследования и выходят с конкретными предложениями к таджикскому правительству. Каждому из них не меньше 60 лет, но пожилые люди твердо уверены, что еще способны помочь себе самостоятельно.



организация «Helpage International» помогла центру создать спортивный зал, они занимались на улице.

- Никаких тренажеров у нас не было, - продолжает Надежда Ивановна, - а наши тренировки зависели от погоды. Если шел дождь, приходилось пропускать занятия.

Сейчас эта проблема отпала: Геронтологический Центр в рамках проекта «Helpage International», при финансовой поддержке «Irish Aid» провела здесь ремонт и закупила необходимые приспособления, так что, теперь при любой погоде пенсионеры проводят свои тренировки. А потом, после занятий, они дружно переходят в комнату, специально выделенную для клуба общения. Здесь, за чашкой чая, пожилые люди обсуждают последние новости, смотрят телевизор, вспоминают о своей молодости и строят планы

на будущее.

- Я осталась совсем одна, - рассказывает 76-летняя Зинаида Ивановна, - несколько лет назад мой сын продал квартиру, когда я лежала в больнице. Так я лишилась дома. Сейчас живу в общежитии: комнату в нем мне выделило предприятие, на котором я проработала 54 года. Страшно было оставаться одной, пенсия маленькая – 72 сомони, не с кем общаться, думала, что это конец. Но, слава Богу, попала сюда. Здесь нашла и поддержку, и понимание, и интересные занятия.

Интересных занятий здесь действительно немало. Помимо занятий спортом, пожилые люди участвуют и во многих других мини-проектах. Например, поют в хоре. Специально для пожилых певцы были сшиты красивые национальные платья, закуплены музыкальные инструменты, а в будущем руководители центра

планируют организовать даже настоящую музыкальную студию. Кроме того, здесь функционирует мини-проект - «Шахматы – игра королей». Ежедневно его участники практикуются в этой игре, а в конце каждого месяца посещают турниры, на которых идут настоящие соревнования между доцентами и профессорами Таджикского национального университета и пожилыми людьми из центра. Причем, победители этих турниров награждаются денежными призами, и, по словам полевого офицера Фахриддина САФАРМАМАНОВА, первые два места, всегда остаются за посетителями центра.

В углу комнаты, в которой проходит наша беседа, сооружена потрясающая композиция из декоративных цветов и хорошо подобранных камней. Пожилые люди с гордостью рассказывают, что выращенные цветы – их рук дело. Цветоводство в центре – это тоже мини-проект.

- Правда, в пластмассовых горшках, которые мы закупили, цветы не стали расти, - рассказывает Ф. Сафармамандов, - немного позже мы поняли, что вся беда в материале, из которого они сделаны. И у нас родилась другая идея: делать глиняные горшки самостоятельно. Теперь у нас функционирует мини-проект, в рамках которого пожилые люди занимаются керамикой.

Мы проходим в соседнюю комнату, именно здесь работает учебный класс по керамике. Навыкам керамики участников мини-проекта обучает Дания Ибрагимовна. Она всю жизнь проработала архитектором, профессионально занималась керамикой, но достигнув пожилого возраста, нигде не могла применить свои уникальные знания. Нигде, кроме мини-проекта.

- Идей у нас много, наши пожилые люди очень быстро осваивают правила лепки, - рассказывает Дания Ибрагимовна, - мини-проект работает всего лишь два месяца, но за это время мы сделали много красивых фигур.

Дания Ибрагимовна с удовольствием показывает нам причудливых драконов, фигурки людей и животных – все это аккуратно выставлено здесь на полках и все это сделано руками пожилых людей.

- Мы свои работы даже на выставку возили, - продолжает она, - выставка была организована Министерством труда и социальной защиты населения, и посетители покупали наши изделия. Так что, мы смогли заработать немного денег.

Кстати, пожилые люди, участвующие в мини-проектах, не остаются в стороне и от экономической стороны сегодняшней жизни. О доходоприносящих проектах здесь говорят часто. Пожилые люди, оказавшиеся в сложной экономической ситуации, пришли к выводу, что должны постараться помочь себе сами. В центре часто проходят семинары, на которых пенсионерам объясняют принципы рыночной экономики, дают советы о том, как лучше распределять свою пенсию, куда обращаться за помощью и многое другое. После исследования рынка пожилые люди пришли к выводу, что на сегодняшний день в таджикском предпринимательстве есть свободная ниша – это разведение перепелок. Неподалеку от центра было взято в аренду подсобное хозяйство, сейчас там идет ремонт, и через неделю – другую появятся перепелки.

Кроме этого, пожилые люди самостоятельно занялись мониторингом и анализом положения пожилых людей в Таджикистане. Эти исследования позволяют им составлять отчеты, которые регулярно отправляются в соответствующие инстанции.

- Это уникальные материалы, - говорит Ф. Сафармамандов, - фактически, в них отражены все данные о положении пожилых людей в Таджикистане. Думаю, что эта информация поможет ответственным лицам хорошо

ознакомиться с сегодняшним положением пожилых людей и принять соответствующие меры по улучшению их жизни.

- Если у нас все получится, то значит, мы поможем не только себе, но и всем пенсионерам Таджикистана, - говорит Надежда Ивановна, - а помогать это здорово! Мы, например, часто ходим в детские дома, стараемся поддержать малышей-сирот. Мы ведь с ними почти одинаковые. Вот и поддерживаем друг друга. Так ведь жить легче.



Дехкане-бизнесмены

РЯДОМ с городом Вахдат, в районе Хаети-Нав на поле размером в два гектара, с утра до вечера трудятся дехкане. Все они пожилые люди, но в них еще полно энергии, чтобы выполнять нелегкую крестьянскую работу. На поле бойко поднялись кусты помидоров, баклажанов, болгарского перца, огурцов и многого другого. Некоторые культуры уже дали хороший урожай. Бобо Хаким с довольной улыбкой показывает нам алюминиевое ведро полное свежими огурцами.

- Никто из моих односельчан не верил, что люди могут просто помочь нам – старикам, - рассказывает он, - честно признаться, когда ко мне подошли сотрудники Национального Центра волонтеров Таджикистана – партнерской организации проекта «Helpage International» и сказали, что бесплатно выделят нам землю, предоставят семена, одежду, инструменты, технику, а потом еще и урожай отдадут – я сначала тоже не поверил. Но решил все же попробовать.

Сейчас бобо Хаким ни капли не жалеет о том, что стал участником мини-проекта «Земле – воду, урожай – народу» в рамках группы самопомощи «Дехкон-1», организованной на базе Национального центра волонтеров Таджикистана, а его недоверчивые односельчане с завистью смотрят на полные ведра овощей, которые он приносит в дом.

Кроме бобо Хакима на этом поле трудятся еще 11 пожилых людей. Многим из них в нелегком труде помогают дети и внуки. Но, все же большую часть работы старики выполняют самостоятельно.

- Я почти 50 лет проработал пастухом, - рассказывает бобо Хаким, - а сейчас моя пенсия – 80 сомони. На эти деньги сложно прожить, а быть обузой детям не хочется. Так что, этот проект решает многие мои проблемы.

Дело в том, что урожай, который совсем скоро с этого поля соберут дехкане, должен быть разделен на три части: первую часть они продадут, при этом деньги будут поделены между участниками мини-проекта. Вторая часть будет отправлена в качестве помощи пожилым людям, участвующим в душанбинских клубах общения и группах самопомощи. А третья часть останется в Вахдате.

- Тем, кто живет в городе намного сложнее, - говорит бобо Хаким, - мы всю жизнь на земле прожили, так она нас кормит. А городским

старикам тяжело, на маленькую пенсию не прожить, и никакого подспорья нет. Так что, мы с радостью подарим им часть нашего урожая.

«Почему бы нам не создать партию пожилых людей?»

НА ОКРАИНЕ столицы, в центре дневного пребывания пенсионеров, для групп самопомощи, участвующих в проекте «Helpage International» были выделены помещения. Сейчас здесь успешно работают три таких группы: «Досуг», «Стратег» и «Исследователь». Все они функционируют на базе национального центра волонтеров Таджикистана.

- Изначально у нас было пять групп, - рассказывает полевой офицер Оксана БИРЮКОВА, - но, потом было принято решение для большей эффективности объединить эти группы в три. Теперь каждая из групп работает в своем направлении, причем, результаты работы распространяются на всех участников, независимо от того, в какой группе они участвуют.

Группа «Досуг» занимается разработкой досуга для всех пожилых людей. Участники этой группы организуют совместные походы в столичный ботанический сад, посещение душанбинских театров и многое другое. Например, в рамках этой группы пожилые люди выступили с инициативой создать мини-проект «Пчеловодство». Уже подготовлено место для размещения ульев, закуплены необходимые материалы, осталось дело только за закупкой пчелиных семей.

- Надеемся, что этот проект, помимо увлекательного занятия станет для нас и доходоприносящим предприятием, - говорит О. Бирюкова.

Кроме того, в группе «Досуг» пожилые люди занимаются своими любимыми занятиями: они шьют, вяжут, вышивают и выращивают декоративные растения.

- В этом году, весной мы организовали ярмарку-продажу растений, которые вырастили здесь, - рассказывает О. Бирюкова, - много цветов было продано, так что мы смогли заработать. Нам это дело понравилось, и теперь мы планируем провести еще одну ярмарку – продажу, где помимо цветов хотим выставить и другие наши изделия.

Благодаря таким выставкам на жизнь пожилых людей обращают внимание и представители таджикского бизнеса. Например, после выставки цветов руководство сотовой компании ЗАО «ТТ-Мобил» приняло решение профинансировать поездку пожилых людей за город.

- Вообще, мы считаем, что нужно больше рассказывать о себе таджикскому обществу, - говорит О. Бирюкова, - нам не стоит замыкаться в себе, молчать о своих проблемах. Для того чтобы осветить нашу жизнь, мы решили обратиться в душанбинские СМИ и в результате уже две статьи о нашей деятельности вышли в газете «Вечерний Душанбе», на очереди еще одна.

Привлечением меценатов для помощи пожилым людям основательно занимается группа «Стратег». Конечно, это не единственное ее направление: участники этой группы решили организовать подсобное хозяйство по разведению кроликов. На это предприятие в центре тоже возлагают большие надежды, так как оно должно приносить пожилым людям доход.

Кроме того, группа «Стратег» активно сотрудничает с таджикскими министерствами и ведомствами, лоббирует интересы пожилых людей, добивается льгот и помощи. Например, в июле через депутата 1-го избирательного округа Хукмата района Шохмансур в целях медицинской профилактики, была организована

трех дневная сдача анализов крови и мочи. В этой акции приняли участие все желающие пожилые люди, причем анализы и последующие медицинские консультации по их результатам были проведены абсолютно бесплатно.

- Лаборанты были приятно удивлены, - говорит О. Бирюкова, - потому что среди всех пожилых людей, сдавших анализы, плохие результаты были только у двадцати процентов. Все остальные – здоровые, крепкие люди.

Пожилые люди, собравшиеся на нашей встрече, улыбаются и говорят, что крепкое здоровье у них, потому что стали меньше нервничать.

Кстати, специально для морального спокойствия пожилых людей здесь проводились и соответствующие семинары. Например, семинар на тему «Здоровое общение пожилых людей».

- Понимаете, наши пожилые люди настолько изолированы от общества, что они забывают, как правильно общаться, - объясняет О. Бирюкова. - Они становятся нервными, вспыльчивыми, всего

боятся и никому не доверяют. Естественно, все это пагубно отражается на их физическом самочувствии.

Пожилые люди признаются, что благодаря семинару они обрели душевное спокойствие.

- А то мы ведь и правда в четырех стенах одичали, - говорит Ольга Харитонова, - но вот пришли сюда, тут тебе и общение, и помощь, и столько занятий интересных... Мы ведь, как - будто снова жить начали!

Пожилые люди действительно в этом центре точно начали новую жизнь. Многие участники группы «Исследователь» раньше никогда даже не слышали слово «мониторинг», а теперь самостоятельно проводят его каждый день.

- Ежедневно наши пожилые люди проводят исследования всех социальных направлений жизни пенсионеров, - рассказывает О. Бирюкова, - они изучают цены на основные продукты питания и необходимые медикаменты, анализируют расходы и доходы пенсионеров, и многое другое.

Также, участники этой группы регулярно

проводят фокус-группы с представителями Министерства труда и социальной защиты населения. На этих встречах они презентуют свои отчеты о жизни пожилых людей в Таджикистане, выносят свои предложения по улучшению своего положения. Кроме этого, в рамках группы «Исследователь» было принято решение организовать службу по оказанию различных бытовых услуг для жителей столицы. Некоторые пожилые люди в центре, когда-то занимались различными видами ремонтных работ, и сейчас, когда им были предоставлены все необходимые инструменты, они с удовольствием решили зарабатывать своим собственным трудом.

- Еще в нашем клубе работает группа любителей, - рассказывает О. Бирюкова, - только за этот год ими было подготовлено порядка 20 писем в различные учреждения нашей страны. В каждом таком письме мы призываем обратить внимание на сложное положение таджикских пенсионеров.

Ключи от счастья

О том, где взять силы в пожилом возрасте и как суметь полюбить жизнь рассказывает волонтер Центральноазиатского геронтологического центра, преподаватель керамики – Дания ДАВИДОВА.

НЕСМОТЯ на то, что Дания Ибрагимовна уже 65 лет, у меня не поворачивается язык назвать ее пожилой женщиной. Мы сидим с ней в прохладном учебном классе в котором, в рамках проекта «Helpage International» (Хэлпэйдж Интернешнл) Дания Ибрагимовна преподает керамику участникам клуба общения. Она то и дело встает с места, чтобы показать мне очередную фигурку из глины, которую вылепили ее ученики. Кажется, что так много, как она, не двигаются даже молодые люди.

- Нельзя сидеть на месте, - говорит она, - надо постоянно разминаться, чтобы меньше болеть и хандрить.

Ученики Дании Ибрагимовны – это и привычные глаза - мальчишки и девчонки 12-13 лет, и также пожилые мужчины и женщины – участники клуба общения в центре. О каждом изделии, впрочем, как и о каждом ученике, Дания Ибрагимовна может рассказывать часами.

- Знаете, чего я больше всего боялась? – спрашивает она, - я боялась, что не успею передать до конца свои знания. Сидела дома и думала, что жизнь прошла, а все, что хотела сделать – не успела. Но вдруг попала сюда. Теперь каждый день бегу на работу, точно новую жизнь начала.

Знаний и опыта у Дании Ибрагимовны действительно много. С самого детства она пристрастилась к искусству, с 16 лет занялась керамикой, потом стала профессиональным архитектором.

- Получилось, что я в детстве занималась керамикой и в старости снова вернулась к своему любимому занятию, - говорит она, - не думала, что так все здорово сложится.

До того, как Дания Ибрагимовна попала в центр, она сидела дома и вязала шали для продажи.

- Это занятие я, конечно, не так люблю, как керамику, но нужно было зарабатывать на жизнь, - признается она.

У Дании Ибрагимовны нет своей семьи. Она с любовью смотрит на расставленные передо

мною глиняные фигурки и говорит, что в них вся ее жизнь.

- Искусство держит меня на плаву столько лет, - рассказывает Дания Ибрагимовна, - Я счастливый человек, потому что и в детстве, и в зрелости занималась своим любимым делом. Но самое главное это то, что сегодня, когда искусство в Таджикистане отошло на второй план, а я нахожусь уже в пожилом возрасте, я все равно занимаюсь искусством.

Несколько раз в неделю Дания Ибрагимовна делится своим счастьем с участниками клуба общения.

- Вы не представляете, как радуются пожилые люди, когда у них что-то получается, - говорит она, - они всю душу вкладывают в свои работы, потому и получается.

В подтверждение своих слов Дания Ибрагимовна показывает мне две фигурки: трехглавого дракона, украшенного причудливыми узорами и маленькую фигурку женщины, покрытую глазурью, и спрашивает, что мне больше нравится. Я – человек далекий от керамического искусства, не задумываясь, показываю на дракона.

- Вот. Это потому что дракона с душой делала Маргарита Ивановна, - говорит она, - это моя ученица, ей далеко за 70, она никогда не занималась керамикой, но вот как здорово получилось. А эту женскую фигуру делали без души – ее в магазине купили.

Дания Ибрагимовна рассказывая о своих пожилых учениках, то и дело принимается сетовать на их нелегкую жизнь.

- И пенсии у них маленькие, и здоровье шалит, и так мне хочется помочь им, передать свою энергию, сделать так, чтобы они полюбили жизнь, ее ведь совсем немного осталось - говорит она.

Результаты стремления Дании Ибрагимовны бывают самые разные. Она признается, что керамика сразу нравится не всем.

- Многие скучают, говорят, мол, не нравится, - рассказывает Дания Ибрагимовна, - но я не отчаиваюсь, говорю им: «Хорошо, не



хотите работать, тогда приходите просто посмотрите, как другие это делают». Они приходят, смотрят и если сами не начнут, то хотя бы настроение себе поднимут, успокоятся. Но если это не помогает, то у меня есть еще один веский аргумент – я предлагаю заниматься бизнесом. Лепить фигурки и продавать их. Это дело прибыльное, и интересное вдобавок. И наши пожилые люди начинают работать.

- Знаете, я ведь себя не чувствую пожилым человеком, - говорит Дания Ибрагимовна, - во мне все кипит. Но с другой стороны, сейчас мне хочется общаться с людьми своего возраста. Нам вместе интереснее. И когда я начинаю с ними общаться, то мне сразу хочется им помочь, чтобы они чувствовали себя так же, как и я.

Дания Ибрагимовна говорит, что в клубе наша для себя настоящих друзей.

- Поработаем в классе, потом пойдем чайку попить, поболтать, - говорит она, - потом домой бегу. По хозяйству у меня дел не мало: и убрать, и постирать, и приготовить.

В общем, жизнь у Дании Ибрагимовны полноценна и насыщена. И если ее спросить: «Не устаете ли?», она как-то деловито отвечает: «А кто же не устает? Вы, разве – молодые, не устаете? И я так же».

- А вообще-то, я думаю, что в этом и есть секрет моей энергии, - делится она, - ведь если только дома сидеть, только на жизнь свою жаловаться, то и заболеть недолго. Я думаю, что безвыходных ситуаций вообще не бывает, самое главное нужно искать выход. А то ведь под лежащий камень и вода не течет. Действовать надо.



**HelpAge
International**

age helps

ХелпЭйдж Интернешнл в Таджикистане

г. Душанбе, пр. Рудаки 137, 520 каб.

тел: (992 44) 600 70 17

эл. почта: arasulov@helpageinternational.org

Благотворительный регистрационный
номер в Европе: 288180



Центрально-Азиатский
Геронтологический Центр

**Центрально-Азиатский
Геронтологический Центр**

г. Душанбе, ул. Борбад 48/26

тел: (992 37) 881 70 04

эл. почта: gerontologys@tajik.net



Национальный Центр
Волонтеров Таджикистана

**Национальный Центр
Волонтеров Таджикистана**

г. Душанбе, пр. Рудаки 20, 3 этаж

тел: (992 37) 224 38 11

эл. почта: khurshednk@mail.ru



Irish Aid

Department of Foreign Affairs
An Roinn Gnóthaí Eachtracha

Данная публикация стала возможной благодаря финансовой поддержке Irish Aid