Нет стереотипам!

«Ломаю стереотипы и... человек с неограниченными возможностями», – так говорит о себе руководитель Ярославской областной общественной организации инвалидов «Поверь в себя» Надежда ШАМИЛОВА.

Надежда, как никто, знает, каково это – быть особенным. Она родилась без руки, но это не помешало ей быть активной, воплотить свои мечты и жить полноценной жизнью. А еще – создать общественную организацию, объединив людей с ограниченными возможностями здоровья и тех, кто хочет им помогать. Минувшим летом им даже удалось провести в центре Ярославля инклюзивный бал, а осенью снять клип «INVAPEВОЛЮШЕН» (12+), который набрал в Сети уже больше 82 тысяч просмотров.

Я думаю, что все мы уникальны. Свою непохожесть я всегда воспринимала как дар, думала о том, что все это не просто так и у этого есть какой-то смысл.

– Надежда, можно поздравить вас с успехом. Ролик о доступной среде для людей с ограниченными возможностями набирает популярность в Сети. Ожидали такого, когда создавали?

– Идея создать ролик принадлежит Анастасии Игнашевой. Вначале ей пришла идея переделать текст одной известной песни и в ней рассказать о том, с чем сталкиваются люди с инвалидностью. А дальше уже появилась мысль снять видео. Под это нам удалось выиграть небольшой грант от правительства области.

Съемки проходили в основном в центре Ярославля. Подбирая места для съемок, я гуляла с коляской с младшей дочерью по улицам. В городе немало мест, которые становятся проблемными для детских колясок, что уж говорить об инвалидных. В ролике есть кадры, где девочка на коляске пытается подняться по пандусу и падает. Так вот – это не трюк. Она действительно упала, поднимаясь по пандусу.

Съемки длились по 5 – 6 часов. С одной стороны, это было для ребят сложно физически, но с другой – мы много смеялись, шутили и веселились.

Когда ролик выложили в Сеть, я ожидала отклика. Думаю, что если люди смотрят, значит, это актуально, значит, мы смогли затронуть их сердца. Что же до реакции, то она разная. Были и положительные, и отрицательные комментарии. Меня удивила женщина, которая столкнулась с нами, когда шли съемки. Прочитав на нашем флаге слова: «Город должен быть доступным», она очень недовольно переспросила: «А что, он не доступен?» Мне кажется, что это мышление прошлого, когда об инвалидах вообще не думали. Вот я на двух ногах иду, и все хорошо, а остальное меня не волнует. Хорошо, что ситуация постепенно меняется.

– Что бы ты хотела сказать обычным людям, чтобы изменить еще больше отношение к людям с ограниченными возможностями?

– Не надо бояться особенных людей, не надо принижать их. Нужно просто принимать их такими, какие они есть. Понять, что у них есть такие же планы, мечты, желания и такая же душа. Она у нас у всех одинаковая. Люди с инвалидностью хотят приносить пользу обществу, так же учиться и работать.

Никто не выбирает, родиться ему здоровым или с особенностями. Мне приходится общаться с большим количеством людей, и я вижу, что сесть в инвалидное кресло, потерять руку или ногу – такое может произойти с любым человеком, и буквально на ровном месте. Так что, думаю, в интересах всех – создать благоприятную среду, в которой комфортно всем.

– Когда ты не такой, как все, неизбежны взгляды, возгласы и вопросы. Какой самый распространенный из тех, которые задают?

– Самый распространенный вопрос – «Что случилось?», и я считаю его благом. Это самый безобидный вариант. Сейчас у меня у самой двое детей, и эти слова я часто слышу в детском саду, куда прихожу вместе с дочерью. Взрослые редко спрашивают.

В разные годы были разные мысли, но сейчас, 30 лет спустя, я понимаю – зачем.

Да, я знала, что особенная, но никогда не сравнивала себя с другими, и в этом заслуга моей мамы. Она говорила, что я не такая, как все, но не ограничивала мои желания и увлечения из-за этого. Родители создали такую среду, где я росла, как обычный ребенок. В три-четыре года завязывала сама шнурки, позже – мыла посуду, гладила белье, чистила картошку. Помню детский спортивный уголок в комнате, где я такие акробатические трюки выделывала, что папа отказывался смотреть на это спокойно. Я ходила в обычный детский сад, обычную школу. И хотя у меня было направление на ЛФК, я посещала уроки физкультуры вместе со всеми, но требования были помягче. Например, я не отжималась, но не потому что не могла, а потому что упражнение принесло больше вреда, чем пользы.

Конечно, люди по-разному реагировали на то, что у меня нет руки. Пока были детьми, сверстники часто спрашивали: «А что с тобой?» Когда стала постарше, случались забавные моменты. Некоторые не сразу замечали отсутствие руки. Я никогда не прятала свой недостаток, но и не выпячивала его. К слову, мой муж, когда мы только начали встречаться, тоже не сразу заметил пустой рукав. И когда я ему стала рассказывать, думал, что все это розыгрыш и я проверяю его чувства.

– Эта активная позиция и подтолкнула к созданию НКО?

– Не совсем. Моя мама занималась общественной деятельностью, а я тогда не понимала, зачем это нужно и какой в этом смысл. Все изменилось после фестиваля «Виктория», в котором участвуют люди с ограниченными возможностями. Я была удивлена, что есть много молодых людей с инвалидностью. А они – моей обычной жизнью, друзь-

Фото Елены Альмяшевой

ями и работой. Тут еще наслоилась моя детская мечта: я хотела быть супергероем, спасать мир и делать что-то глобальное и хорошее.

Именно после фестиваля я стала думать о том, как помочь ребятам расширить общение, сделать больше зону комфорта в этом мире.

Первые пробы были смешными и не приносили должного результата. Постепенно это все меня увлекло, стали приходить в жизнь люди, которые хотят что-то делать и что-то менять. Нас объединяло желание делать драйвовые, классные и зажигательные вещи. Так был создан инклюзивный бал, где люди с ограниченными возможностями здоровья и без них танцевали старинные танцы, снят клип «INVAРЕВОЛЮШЕН» о том, как хочешь попасть на пляж или в кафе – и не можешь этого сделать из-за отсутствия доступной среды.

А в прошлом году мы провели проект «Красота против стандартов». На нем стилисты и фотографы помогли ребятам преобразиться и стать участниками прекрасных фотосессий. Фоторабоы можно было увидеть на выставке. А еще в рамках проекта мы провели дефиле, показав, что у красоты много вариантов.

Я хочу помогать тем, кто закомплексован, кому некомфортно выходить на улицу, кому страшно начинать общаться с другими людьми. Все эти мероприятия для того, чтобы понять, что в людях с инвалидностью нет ничего страшного, чтобы сказать и показать, что все мы равны, у каждого есть право на обычную жизнь.

– Вспоминая опыт мамы, свое детство, что бы ты посоветовала родителям, где растут особенные дети?

– Если мы говорим о детях с особенностями, но сохраненным ментальным здоровьем, то думаю, что самое главное – не мешать развиваться. Не ограничивайте детей, они сами научатся все делать. Да, может быть, на это потребуется чуть больше времени, что-то поначалу будет не так. Но надо продолжать водить их на занятия, выставки и спектакли. А то, что другие люди посмотрят косо, – это их проблема. К счастью, мы идем сейчас к толерантному обществу, где не должно быть изгоев.

Ну а взрослым с ограниченными возможностями здоровья мне просто хочется сказать – все нормально, расслабьтесь. И я рада слышать, когда ребята говорят, что после участия в наших проектах стали лучше себя чувствовать, кто-то устроился на работу, а кто-то стал увереннее. Да, это не глобальные изменения, как в шоу, но они не менее дороги и ценны.

– Раз уж заговорили об изменениях, поговорим о планах. О чем ты мечтаешь?

– Для организации мечтаю, чтобы мы вышли на уровень районов. Пока мы проводили мероприятия в Ярославле, но хочется задействовать и Рыбинск, и Ростов... А еще накопить целевой капитал, чтобы быть свободными при создании проектов. Например, под съемки клипа мы выиграли грант правительства области. И это классно. Но гранты ограничены, и что если мы не сможем его получить снова? Хочется развиваться. Из-за пандемии мы проводили мероприятия онлайн, но я чувствую, что люди устали и хотят живых встреч.

Что же до меня, то я мечтаю развивать свое дело, кроме общественной деятельности я еще работаю бухгалтером на аутсорсинге. А еще очень хочу вернуться в танцы. Я люблю танцевать, но пока были ограничения из-за пандемии, не могла заниматься, и сейчас еще не удается выделить на это время. Мечтаю путешествовать с семьей в другие города и страны.

Татьяна ЖДАНОВА.
Фото из архива Надежды ШАМИЛОВОЙ

■ ВЫСТАВКА

Мастер настроения

В Ярославле проходит выставка абстрактной живописи.

В Городском выставочном зале имени Н.А. Нужина работает персональная выставка **Марины ЖГИВАЛЕВОЙ** «Творю что хочу» (0+). Ее работы такие разные и такие удивительные: они пропущены через себя и словно бы открывают дорогу в иные миры.

Любимая техника художницы – холст, масло. На ее выставке нет ни одного пейзажа, натюрморта, портрета в традициях реализма. Она признается, что ей это неинтересно. А интересно давать простор своей богатой фантазии и передавать в красках свое настроение, эмоции, размышления о жизни.

– Встаешь у мольберта – и образ рождается. Главное, чтобы настроение было хорошее, – поясняет Марина Жгивалева.

Художница рассказала, как ей удается при минимальной визуализации так мастерски передать суть изображаемого. Нужно отождествить себя с ним – и передавать свои внутренние ощущения.

– В Европе искусствоведы говорят: нам не нужно фотографического подобия в искусстве, для этого есть фотоаппарат. Художник должен думать и выплескивать эмоции. Поэтому в ЕС в приоритете абстракционизм, а вот в Китае и США – реалистическое искусство, – рассказывает художница.

Ее работы экспонировались на выставках в разных частях света. Они находятся в собрании Ярославского художественного музея, в частных коллекциях России, Великобритании, США, Новой Зеландии, Бельгии, Франции.

В 2012 году под эгидой Международной ассоциации художников при ЮНЕСКО она жила и работала в Париже в творческом центре СИТЕ, куда приглашают по 2-3 художника, скульптора и музыканта из 52 стран мира. Там проходило множество творческих встреч и выставок.

– После возвращения на родину через какое-то время на электронную почту пришло приглашение поучаствовать в выставке современного искусства, которая организуется в Лувре. Я подумала, что это кто-то неудачно пошутил, и проигнорировала его. Но потом пришло еще одно такое же, и я решила разобраться, в чем же, собственно, дело, – вспоминает Марина.

Оказалось, ей действительно предлагали представить свои работы в стенах святая святых мирового искусства. Выставки в Лувре, а затем в Центре Пьера Кардена в Париже прошли с большим успехом.

А начинался творческий путь Марины Жгивалевой в Рыбинской художественной школе.

– Я безмерно благодарна своим учителям Татьяне Дмитриевне и Петру Владимировичу Потурай за то, что они занимались со мной и другими учениками, не жалея сил и времени, вкладывая душу.

Сначала Марина мечтала выучиться на художника-модельера, чтобы создавать собственные коллекции одежды. Но в то время перед поступлением в профильный вуз нужно было отработать два года в ателье. Терять время не хотелось, поэтому она поступила в Ярославское художественное училище, а затем и в Московский государственный университет печати на факультет «Художественно-техническое оформление печатной продукции». С 2002 года она – член Союза художников России, член Международной Ассоциации ЮНЕСКО.

– Я постаралась, чтобы выставка в Городском выставочном зале имени Н.А. Нужина оказалась разноплановой, чтобы на ней были представлены разные техники и разные материалы. Повторяться мне неинтересно. Хочется творческого поиска. Даже если умеешь делать что-то очень хорошо, не надо останавливаться на достигнутом, – выражает свое творческое кредо художница.

Ольга ПЕТРЯКОВА. Фото Анны СОЛОВЬЕВОЙ