

## ЖУРНАЛ «Я – МОГУ!» РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ: БЕСПЛАТНО В МОСКВЕ:

– в реабилитационных центрах и отделениях соцзащиты Восточного, Западного, Северо-Восточного, Центрального, Южного, Юго-Восточного и Юго-Западного округов г. Москвы, а также г. Зеленограда и г. Троицка;

– в отделениях г. Москвы Всероссийской организации инвалидов;

– в реабилитационных центрах «Галилео», «Дом с маяком», «Катаржина», комплексе ВОС, «Милосердие», «Мир детям», «Нейросфера», «Перекресток», «Помощь детям» в Солнцево, «Радость», «Рафаил», «Турмалин», Центре комплексной реабилитации «Бутово», Центрах реабилитации имени Л.И. Швецовой, «Красная Пахра» и «Царицыно», Центре социальной интеграции Дианы Гурцкая, Комплексном реабилитационно-образовательном центре, Реабилитационно-образовательных центрах № 32, 76 и 105, Реабилитационной школе-интернате № 32, Центрах реабилитации и образования № 4 и 7, Школе-интернате № 1 для обучения и реабилитации слепых, Троицком реабилитационно-образовательном центре «Солнышко», Московском городском центре реабилитации, ФГБУ НМИЦ ДГОИ им. Дмитрия Рогачева Минздрава РФ, Московском городском центре реабилитации больных со спинномозговой травмой и последствиями детского церебрального паралича (Центр В. Дикюля), школе «Технологии обучения», фондах и общественных организациях «Абилимпикс», «Всехсвятское», «Галчонок», «Даунсайд ап», «Дети Марии», «Димина мечта», «Подари жизнь», «Предание», «Преодолей-ка»;

– в аэропортах Внуково и Шереметьево.

## ПО РЕДАКЦИОННОЙ ПОДПИСКЕ:

– в офисах компании «Оттобок»;

– в офисе благотворительного фонда «Стеша» (Воронеж);

– в Главных бюро медико-социальной экспертизы (Анадырь, Вологда, Ижевск, Иркутск, Екатеринбург, Кострома, Краснодар, Красноярск, Пермь, Салехард, Самара, Симферополь, Смоленск, Ставрополь, Ульяновск, Хабаровск, Ханты-Мансийск, Чебоксары, Челябинск, Ярославль);

– в колледжах-интернатах (Гатчина, Кинешма, Михайлов, Новочеркасск, Павловск, Оренбург, Иваново, Калач-на-Дону, Кисловодск);

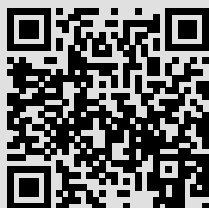
– в центрах соцзащиты и в центрах реабилитации и социализации (Воронеж и Воронежская область (102 организации));

– во всех филиалах АО «Московское ПрОП»;

– в учреждениях соцзащиты, библиотеках, реабилитационных центрах Республики Башкортостан.

## ПОДПИСКА НА ЖУРНАЛ «Я – МОГУ!»

Если вы хотите подписаться на наш журнал, это можно сделать в любом отделении «Почты России» или на сайте онлайн-подписки



ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС: ПК311

Подписаться на электронную версию нашего журнала можно, отправив заявку на адрес:  
[info@yamogumag.ru](mailto:info@yamogumag.ru)

# СОСТАВ РЕДАКЦИИ

**Андрей Кокарев** – основатель и руководитель проекта

**Ольга Собченко** – директор по развитию

**Арман Амангалиев** – главный редактор

**Алан Амангалиев** – заместитель главного редактора

**Карина Аравянц, София Островская** – редакторы

**Евгений Бухаров** – консультант по социальным проектам

**Татьяна Бутурлина** – спецкорреспондент

**Александр Скворцов** – фотокорреспондент

**Валентина Солодкова** – корректор

**Денис Грачев** – дизайнер

Авторы: **Илья Бруштейн, Руслан Петров, Татьяна Белова, Оксана Тарасенко, Инна Алейникова, Виталий Лесничий, Юлия Калугина**

Вдохновитель идеи и главный герой редакции –

**Артем Кокарев**



Журнал «Я – МОГУ!» №13, сентябрь–ноябрь 2024

Издатель и учредитель проекта:

ИП «Андрей Игоревич Кокарев»

Тираж: 4000 экз.

Номер подписан в печать 03.10.2024

Дата выхода в свет 10.10.2024

Журнал отпечатан АО «Ридо»,  
603074, г. Нижний Новгород, ул. Шалапина, д. 2а

На обложке: Ильмира Салимова, обладатель титула международного конкурса красоты и таланта «Невская краса - 2022», фото: Илья Зубов

Свидетельство о регистрации СМИ:

ПИ # ФС77-81932

Авторы публикаций выражают исключительно собственную точку зрения. Точка зрения авторов может не совпадать с мнением редакции.

Любое воспроизведение материалов и фрагментов возможно только с письменного разрешения редакции.

Онлайн-платформы:

[yamogumag.ru](http://yamogumag.ru)

Телеграм: Я – МОГУ! [t.me/yamogumagru](https://t.me/yamogumagru)

ВК: Я – МОГУ! [@yamogumag](https://vk.com/yamogumag)

<https://vk.com/yamogumag>

Контакты:

[info@yamogumag.ru](mailto:info@yamogumag.ru)

+7 (910) 457-89-89

По вопросам сотрудничества и pr – [pr@yamogumag.ru](mailto:pr@yamogumag.ru)

# СОДЕРЖАНИЕ

№ 13 . 2024

## 04 КАК Я ПРОВЕЛ ЛЕТО

## 06 СОБЫТИЕ

## ГЕРОИ

**16 СИЛА ДУХА  
СУПЕРСЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК**  
Диана Паташян

**20 ЛИДЕР ИНДУСТРИИ**



**ВЛАДИМИР ГОРДЕЕВ:  
МОСКОВСКОМУ ПРОП  
НЕОБХОДИМ РЕББРЕНДИНГ**

**28 ЛИНИЯ ЖИЗНИ  
НАДЕЖДА ЕСТЬ**  
Интервью Анастасии Маренцовой  
из фонда помощи хосписам  
«Вера»

## СПЕЦПРОЕКТ. РОССИЯ

**36 НОВИНКИ РЫНКА  
ГОРИЗОНТ ПЛАНИРОВАНИЯ**  
Новинки товаров  
реабилитационной индустрии



**38 РЕГИОНЫ РОССИИ.  
БАШКОРТОСТАН  
ГЛАВА РЕСПУБЛИКИ  
БАШКОРТОСТАН Р.Ф. ХАБИРОВ:**  
«Помощь тем, кто нуждается  
в поддержке, всегда будет  
моим главным приоритетом»

## В АВАНГАРДЕ

В гостях у Леныры Ивановой

## «САЛЮТ» ДЛЯ ОСОБЕННЫХ ДЕТЕЙ

Новый Детский реабилитационный  
комплекс

## ИНКЛЮЗИВНЫЙ ФОРУМ В УФЕ

III Всероссийский форум-выставка  
«Ломаю барьеры»

## ОБЩЕСТВЕННЫЕ ПАРТНЕРЫ

Министерства семьи, труда  
и соцзащиты населения  
Республики Башкортостан

## 54 ОБРАЗОВАНИЕ

## «МЫ СТАРАЕМСЯ ПОДСТРАИВАТЬСЯ ПОД НАШИХ УЧЕНИКОВ»



Беседуем с директором  
оренбургского колледжа-  
интерната Ольгой Некс

## 64 РЕАБИЛИТАЦИЯ

## ОСНОВА УСПЕХА – ВЕРА В СЕБЯ И ОПТИМИЗМ

Считает участник СВО Вадим  
Сологубов

## 68 РАБОТА

## «ВИДИМЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ»

Пилотный проект по  
трудоустройству незрячих  
в Кузбассе

## 70 ФОНД

## ЗАВТРА БУДЕТ

Интервью с руководителем  
новосибирского БФ Ксенией  
Алёшиной

## 76 ФОНД

## ИГРА ПО ОСОБЫМ ПРАВИЛАМ

Уникальная авторская программа  
педагогов БФ «Добромост»

## 80 ВЕРХОВАЯ ЕЗДА

## КОНИ И ЛЮДИ

Иппотерапия как «живое»  
средство реабилитации

## ЗНАНИЕ

## 88 ПРОФЕССИИ

## ДЕТИ ВИДЯТ СВОЮ УСПЕШНОСТЬ

Кто такой дефектолог

## 91 КНИЖНАЯ ПОЛКА

## «Я УМЕЮ ПРЫГАТЬ ЧЕРЕЗ ЛУЖИ»

Алан Маршалл

## 92 ИННОВАЦИИ

## ПАТЕНТ НА ЧУДО

Ученые МИСИС меняют качество  
жизни человека с ОВЗ

## 96 ИСТОРИЯ

## ДЖОН МИЛЬТОН: ПОЭТ АДА И РАЯ

## СПОРТ

## 104 ФУТБОЛ

## «У НАС ПОЛУЧИЛОСЬ»

Чемпион мира по футболу среди  
ампутантов Игорь Лукашов

## 108 ВЕЙКБОРДИНГ

## ЖИВАЯ ВОДА

Реабилитационная программа  
«Спортивный вектор»

## ВКУС ЖИЗНИ

## 116 АРТ-ПРОЕКТ

## РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕРЕВЬЕВ

«Мутуализм» Юлии Парфеновой

## 118 ВЫСТАВКА

## ВОСПОМИНАНИЯ О КРАСИВОЙ ЖИЗНИ

В Музее русского импрессионизма  
прошла тактильная выставка  
«Журнал красивой жизни»

## 122 НАПРАВЛЕНИЕ ВЛАДИВОСТОК

На краю Земли, у восхода солнца...

