

THE NEW BUSINESS PEOPLE

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

С Новым годом!

№6 декабрь 2023 – №1 январь 2024

ЗИМА



ПРЕМИЯ НДЛ 2023:

ГЕРОЙ НДЛ 2023

ФОТО-ОБРАЗ

ИНТЕРВЬЮ ГОДА

# НАЦИОНАЛЬНЫЙ ФОНД ПОДДЕРЖКИ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ

WWW.NFCSP.RF



WWW.NFSP.RU

RUSSIAN NATIONAL  
FOUNDATION OF SOCIAL  
PROGRAMS SUPPORT

## СОДЕРЖАНИЕ ЗИМА

№6 декабрь 2023 – №1 январь 2024

- МОЙ НОВЫЙ ГОД.  
ИСТОРИЯ СЕМЬИ – ИСТОРИЯ СТРАНЫ**
- 4 Софья Григорьева  
И ВСЁ ПОВТОРИТСЯ!
- СКОРО НОВЫЙ ГОД.  
РАЗ-ДВА-ТРИ – СНЕГУРОЧКА, ПРИДИ!**
- 8 Наталья Гребнева  
СНЕГУРОЧКА ЛЕДЯНОЙ ПЕЩЕРЫ
- СНЕГУРОЧКА НДЛ С 2021 ГОДА**
- 16 Оксана Бадьина  
НОВОГОДИЕ РЕЦЕПТЫ
- СКОРО НОВЫЙ ГОД.  
ЁЛКА ЖЕЛАНИЙ**
- 18 Тимур Сафин  
АЛЫЕ ПАРУСА КАПИТАНА САФИНА
- ПРЕМИЯ НДЛ 2023**
- 28 ВСЕ ГЕРОИ 2023 ГОДА  
40 ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ  
42 НОМИНАЦИИ
- НОМИНАЦИЯ «ГЕРОЙ ГОДА».  
МОЙ НОВЫЙ ГОД**
- 44 Ольга Герасимова  
НАША КРАСИВЕЙШАЯ СТРАНА –  
ЛУЧШИЙ ПОДАРОК НА НОВЫЙ ГОД
- 46 Сергей Левченко  
И СНОВА ДЕСЯТЬ ЛЕТ
- 48 Никита Россов  
НЕУГОМОННЫЙ ДИРЕКТОР
- 50 Сергей Слаутин  
ЗАКОНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ОТНОШЕНИЯ
- НОВОСТИ НДЛ**
- 52 Алёна Август  
«ШКОЛА МЕЧТЫ» КАК ПАРТНЕРСТВО  
СМЫСЛОВ
- ПРЕМИЯ НДЛ 2023  
НОМИНАЦИЯ «ИНТЕРВЬЮ ГОДА»**
- 40 Полина Данилова  
БЕЗДНА, ПРИВЕТ!
- 66 Маргарита Ларионова  
БЫТЬ ПЕРВЫМ
- 74 Галина Скоробогатова  
ДЕВУШКА ИЗ МОСКОВСКОГО «КУКУЕВА»
- 84 Наталья Соколова  
ЖИЗНЬ КАК ИГРА
- 94 Ульяна Черняева  
ВРАЧА, ВРАЧА! ПОЗОВИТЕ ВРАЧА!
- НОВЫЙ ПРОЕКТ НДЛ. ДИАЛОГ  
С ИСКУССТВЕННЫМ ИНТЕЛЛЕКТОМ**
- 102 Ульяна Черняева  
АВТОПОРТРЕТ ДРОНА
- 104 ДИАЛОГ С ИИ
- МОДА В НДЛ**
- 106 Владимир Василенко  
ЮЗАЕМ ИИ – ПРОДОЛЖЕНИЕ
- ПРЕМИЯ НДЛ 2023.  
НОМИНАЦИЯ «ФОТО-ОБРАЗ»**
- 110 Михаил Авагимов  
АБСОЛЮТНО ЛЕНИВЫЙ ХУДОЖНИК
- 114 Павел Крутенко  
«Я ВСЕГДА ДОГОНЯЮ РАССВЕТ...»
- 118 Андрей Чердаков  
НАДО ДОВЕРЯТЬ ПРОФЕССИОНАЛАМ
- НАУКА**
- 122 Олеся Кучинская  
БОЛЬШИЕ ДАННЫЕ В БОЛЬШОЙ НАУКЕ
- БИЗНЕС**
- 132 Роман Тарасенко  
ЦЕНА СЧАСТЬЯ
- 142 **АВТОРЫ**



Фото Алёны Полосухиной

**Андрей Сергеев**

Председатель Правления  
Национального Фонда  
Поддержки Социальных  
Программ (НФСП)

**Дорогие Друзья!**

Да именно Друзья, потому что понятие Дружба сегодня как никогда обретает истинные значение и смысл.

Дружба это: «Личные устойчивые отношения между людьми, основанные на симпатии, уважении, общих интересах, духовной близости, взаимной привязанности, понимании и доверии. Людей, связанных между собой дружбой, называют друзьями. Дружба как явление выработана в процессе многовекового социального взаимодействия людей». (Википедия)

На мой взгляд именно эти отношения между людьми сегодня в огромном дефиците. Они необходимы как воздух, без него как известно, человек и все живое умирает. А необходимо и хочется дышать, и дышать, полной грудью, приумножая, а не уничтожая плоды «многовекового социального взаимодействия».

Как говорил кот Леопольд в полюбившемся всем мультфильме: «Ребята давайте жить дружно!» Конечно это наивное пожелание из далекого детства, но может быть именно его воплощение сегодня так необходимо очень многим взрослым.

Доброта и Отвага всегда победят зло.

Слава и вечная память павшим Героям, вставшим на защиту мира, добра и наших традиционных ценностей!

Наступает Новый год – и всем нам особенно хочется Верить в лучшее.

Победного возвращения домой всем защитникам Отечества!

Мира, Добра и Процветания всем Друзьям!

Ваше А.С.



Фото Павел Крутенко  
Победитель в номинации «Фото-образ»



## И все повторится!



**Софья Григорьева**  
/Красноярск/

Поэт, литератор, журналист, член Союза журналистов России, обладатель многочисленных региональных и всероссийских профессиональных наград: «Золотое перо», «Лучший очеркист года» и так далее. Участник и член жюри различных творческих конкурсов. Участник литературных объединений, например, «Керосиновая лампа». Автор и литературный редактор журнала «НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ»

Слово «год» я знала, сколько себя помню. Правда, с суффиксом. Сначала на вопрос любопытствующих взрослых просто показывала два пальчика. Потом отвечала: «Мне тли годика», потом «цетыле годика». В четыре я уже читала, и когда через нашу деревню проехал фургон с большими буквами КИНО, помню, очень удивилась: слышала, что за кино платят какие-то деньги, и вдруг смотрю его – бес-плат-но! Это я к тому, что темная была. Увидела дома на стене странную толстенную «книжку», и к бабушке. «Численник это. Новый год начинается», – сказала она. Вот когда я услышала слова Новый год! Латинское «календарь» узнаю уже в школе, а тогда у нас начались веселые хлопоты. Тетки (у бабушки с дедушкой было шесть дочек) резали старые тетради на полоски и красили их цветными карандашами. Нам с тетей-ровесницей поручили слюнявить грифели, чтобы краски были ярче, а мой брат мазал кончики полосок вареной картошкой. Старшие склеивали их – получалась цепь. Из обложек делали фонарики. Старшая из сестер – наша с Вовкой мама – срубила в лесу елочку. Все было на женских плечах: деда и отца унесла война, единственный сын бабушки, дядя Коля, еще не вернулся из Маньчжурии...

К крюку, с которого сейчас не свисала зыбка, мама привязала пахнущее хвоей деревце. Когда она набросила на перевернутый конус цепочки, мы, задрвав кверху головы, с восторгом затеяли узенький хоровод. Ну красота же! И за чаем с пряниками (mmm!) не могли отвести глаз от этого чуда... Спустя несколько лет я спрашивала маму, какой это был Новый год. «Сорок шестой», – сказала она и вздохнула. Да, тогда многие вдовы еще надеялись, что ошибка, что родной человек вернется... Через две домашних елки, в 1948-м, мы с тетей Валей уже сидели за одной партой в первом классе. И был школьный праздник – елка до потолка, звезда на верхушке, те же цепи и фонарики, но были еще блестящие шары, дождь и различные стеклянные и картонные игрушки, а в хоровод нас зазывали настоящие, живые Дед Мороз и Снегурочка. Помню, я с выражением прочитала самолично выученные стихи Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо» и получила за это конфету-подушечку. Все девочки и мальчики в конце праздника были одарены кулечками, где кроме конфет, пряника и яблока лежали два невиданных оранжевых солнышка. «Это мандарины!» – объяснила нам наша учительница Парасковья Федоровна... В июле 2023 года в Абхазии я с таким же удивлением разглядывала их на дереве – крохотные темно-зеленые и очень твердые

шарики, которые созревают аккурат в конце декабря... Однажды, незадолго до Нового года, первоклассников пригласил в свой кабинет директор школы. «Это радио», сказал он, щелкнув рычажком, и из маленького ящичка полилась музыка. Мы разинули рты... Дома я захлеб делилась полученным впечатлением, а брат-второклассник снисходительно улыбался: «Я уже не раз слушал радио. Сегодня была передача про Зою Космодемьянскую». Я оторопела: «Как ты догадался, что про Зою?!» – «Так сказали» – «Словами?!» – попыталась я. «Ну конечно словами». И сквозь десятилетия я словно слышу свой торжествующий приговор: «Врешь! Радио – это только музыка!» Во втором классе мы готовились уже к маскараду. У нас с братом появился новый папа, демобилизованный с Тихоокеанского флота. И он разрешил выкроить из его формы матросский костюм для меня. С настоящим гюйсом! Бескозырку, правда, пришлось шить... В любимой матроске и в брюках брата я щеголяла на елках несколько лет подряд, пока однажды банально не смогла в это влезть. Дома особых торжеств, кроме разве сладкого пирога, я не помню: нас не поздравляли по радио – его просто не было, и керосин надо было экономить. Лишь в начале 50-х мы учили уроки уже под электрической лампочкой, впрочем, в полночь дизель отключали и свет



гас. А первый большой радиоприемник с тяжеленными кубами батарей появился именно в нашем доме. Помню бюллетени о здоровье Сталина. Приходили мужики, снимали ушанки, садились на корточки у порога и слушали. Потом вставали и уходили. Молча!!!

От первого класса до последнего Новый год для меня был привычно-обычно связан с зимними каникулами и костюмированными праздниками. Бравого моряка я сменяла на Лисичку, Красную Шапочку, Маленькую Разбойницу, на «Раньше и Теперь» – это когда на левой ноге лапоть, а на правой изящная туфелька, левый рукав весь в дырах и заплатках, а правый в атласе и кружевах. Идеологический костюм! В 10 классе я была Господином-420 из одноименного индийского фильма. Мастерила-шила-тачала сама, как уж получалось. Большой мастеровитостью Природа меня не наградила, а взрослые отвлекаться на всякую блажь не очень могли себе позволить. Мама-агроном летом пропадала в полях, да и зимой ей надо было держать руку на пульсе: корма, фураж, подготовка к посеву, вывоз удобрений. Бабушка работала в колхозе и на своем осырке, а еще были корова, овечки, куры... Дети росли, подключались к домашним трудам, но... Не о крестьянском ли хозяйстве говорил Козьма Прутков, утверждая, что «Нельзя объять необъятное»?

В старших классах я училась уже в городе. Яранск – райцентр Кировской области, построенный во времена Ивана Грозного. Здесь был роскошный, по сравнению с сельским клубом, Дом культуры и настоящий кинотеатр, где киномеханику не приходилось по 10 и больше раз включать свет и на глазах зрителей ставить новую часть

фильма. В городском кинотеатре была отдельная аппаратная с окошком, и фильм шел без перерывов. На таком экране я увидела «Карнавальную ночь», Лену Крылову в невиданных платьях и решила наконец, что Новый год не просто смена численника на стене, а самый лучший праздник. Начинаясь новая политика, названная «Оттепелью», по-новому толковалось слово «романтика», появилось деление на физиков и лириков, вернулись довоенная «Бригантина» Павла Когана, славившая «презревших грошевой уют», и увлечение парашютом, зазвучала как новый гимн строчка «Глобус крутится-вертится»... Это был сплошной восторг! Я поступила на геологоразведочный факультет Иркутского горно-металлургического института. Студенческое общежитие, студенческое братство (хотя скорее сестринство – девочек в нашей группе было больше, чем парней) – наступила эра романтиков. Я искренне жалела однокурсниц, которые жили в городе с родителями. Они соглашались и обожали гостить у нас в студгородке. Не забыть новогодние пиры с тазами винегрета, с розыгрышами и фантами, с гаданиями и состязаниями умников, с буриме и экспромтами. На 2 курсе наша дружная компания ушла в лыжный поход на хребет Хамар-Дабан с восхождением на пик Черского. Две ночевки на метеостанции, где мы были уже своими людьми, стали дивным праздником и для метеоролога, который неделю скучал в ожидании сменщика. А тут явились озорные-заводные-неугомонные. Мы, конечно, нарядили принесенными и хозяйскими игрушками огромную ель на улице и, проваливаясь до самого «не могу» в снег, покружились вокруг нее. Потом в избушке у горячей печи мы полночи



пели под Санькину гитару. Песни были не такие, как «в миру», они не звучали по радио, и имен авторов мы чаще не знали. Средневековым словом из ответа декабриста Одоевского Пушкину («Но будь спокоен, бард, цепями, своей судьбой гордимся мы») еще не называли современных поэтов и певцов, зато их творчество было таким родным, нашенским, о нас: «Ты пойдешь по тайге опять молибдена руду искать»...

И вот уже диплом, Красноярск, СибцветметНИИ-проект и первый объект – Сорский молибденовый комбинат. Молибден! Правда, не мною открытое месторождение... Мое поприще – инженерно-строительные изыскания. В поселковой гостинице в новогоднюю ночь экспедиционники устроили веселье до утра. За столом я оказалась рядом с Григорием Григорьевым, и чуть ли не с первого вальса мы решили так же рядом пойти по жизни... Я геолог, он топограф, дети – геотопики. Дошкольниками они побывали с нами на всех Тунгусках – на Нижней, Подкаменной и Верхней, более известной как Ангара. Случалось не раз, что в Новый год дома не было то папы, то мамы, потому что – командировки. Но если мы оказывались вместе – это называлось счастьем!

В конце 60-х на Ангаре мы жили в деревне Пашутино с керосиновой лампой. Когда откололся верх лампового стекла, она начала страшно коптить, и слава Богу (хотя, конечно, начальнику Богучанской экспедиции), что наши механики устроили дизельное освещение. Как всем на радость дочка бодро распевала песню хора Пятницкого из 30-х годов: «По деревне от избы и до избы зашагали торопливые столбы. Эх, загудели, заиграли провода, мы такого не видали никогда». Хотя, конечно, ви-



дали – мы ж из города туда приехали... Здесь же была самая роскошная наша елка. Муж и двое его рабочих отложили на два дня свои просеки, и теми же замечательно острыми топорами, которыми прорубались в тайге, увлеченно ладии игрушки. Привычные цепи делали не только из бумаги – очень красиво смотрелись нанизанные на нитку макаронные ракушки, раскрашенные акварелью и обсыпанные искусственным снежком. Из картона ребята делали и плоские, и объемные шедевры, а соседка бабка Матрена подарила нам стеклянную сову. Вот это была единственная «законная» елочная игрушка. Сейчас, целая и невредимая, она хранится в шкатулке с памятными вещами... Жалко, что Гриша-маленький не запомнил фальшфейер, роскошный огонь которого целую минуту горел в его честь 3 января. И ружейные салюты вряд ли запечатлел в памяти. Но остальная тройка Григорьевых не забывала это «С Днем рождения, малыш!»

Теперь наши геотопики совсем взрослые: один мужчина и две женщины. У нас 7 внуков (четверых из них дедушка, увы, не дождался) и две правнучки. Через месяц наша старшая дочь сравняется по возрасту с отцом и начнет обгонять его... Семейные новогодние посиделки полноценными уже не назовешь – дочери обе за Уралом, лишь сын верен Сибири и Красноярску. В его дворе вымахала в два человеческих роста ель, которую он посадил когда-то тоненькой веточкой. Вот с его семьей мы и встретим високосный 2024 год, а остальных увидим и услышим в ZOOMe. Особенно порадуемся москвичке Радочке, которой в новом году исполнится... она сама покажет два пальчика. И все повторится!

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

МАТЕРИАЛ  
№1 2024

**Наталья  
Гребнева**

**«Моя Снегурочка –  
про трепет и любовь  
к Родине»**

ИНТЕРВЬЮ  
ВЕРНИКА  
ФЕДОРЕНКО

ФОТО  
АЛЕКСЕЙ ЛОПАТИН,  
ИЗ АРХИВА  
Н. ГРЕБНЕВОЙ

СКОРО НОВЫЙ ГОД.  
РАЗ-ДВА-ТРИ – СНЕГУРОЧКА, ПРИДИ!

## СНЕГУРОЧКА ЛЕДЯНОЙ ПЕЩЕРЫ SNOW MAIDEN OF THE ICE CAVE

冰洞的雪少女

Говорят, в преддверии Нового года непременно происходят чудеса. Случаются они даже с теми, кто их совсем не ждет, а правильнее будет сказать, что с такими-то людьми они и случаются. Представьте себе человека: сидит с грустно повешенным носом, чистит мандарин и думает, что волшебство – это для детей, а он штаны на лямках давным-давно перерос, превратился во взрослого дядю, который по пути с работы заглядывается на игрушечный паровозик в витрине, с сожалением вспоминая, как мечтал о таком в детстве, или во взрослую тетю, которая читает ребенку сказки перед сном и тайком вспоминает, какие из них особенно любила в детстве сама! И вот эти люди, сами того не ожидая, берут в руки журнал, а со страниц на них глядит она – Наталья Гребнева, настоящая кунгурская Снегурочка. Ну разве не чудо?! Давайте же отправимся вместе с ней на экскурсию. Конечно, Кунгурская Ледяная пещера отличается от бажовской Медной горы, но под рассказы нашей Снегурочки об экскурсиях, в которых используются тексты Павла Бажова\* из сборника «Малахитовая шкатулка», представляется следующая картина:

«Как комнаты большие под землей стали, а стены у них разные. То все зеленые, то желтые с золотыми крапинками. На которых опять цветы медные. Синие тоже есть, лазоревые. Одним словом, изукрашено, что и сказать нельзя. И платье на ней – на Хозяйке-то – меняется. То оно блестит, будто стекло, то вдруг полиняет, а то алмазной осыпью засверкает либо скрасна медным станет, потом опять шелком зеленым отликает. Идут-идут, остановилась она. Камешки холодные, а рука, слышь-ко, горячая, как есть живая, и трясется маленько»\*\*.

\* Павел Петрович Бажов (15 (27) 1879 – 3 декабря 1950) – русский и советский писатель, фольклорист, публицист, журналист. Получил известность как автор уральских сказов. Депутат Верховного Совета СССР 2 и 3-го созывов. Родился в городе Сысерть, Екатеринбургский уезд, Пермская губерния, Российская империя.  
\*\* «Малахитовая шкатулка» («Уральские сказы») – сборник сказов Павла Бажова, литературно обработанного «рабочего фольклора» Урала. Сказы выходили с 1936 по 1945 год, к 2010 году были переведены на 65 языков мира. В 1943 году за книгу «Малахитовая шкатулка» автор был удостоен Сталинской премии 2-й степени. В 2013 году «Уральские сказы» вошли в список «100 книг», рекомендованный Министерством образования и науки РФ школьникам для самостоятельного чтения.



Родилась 2 декабря 2000 года в городе Кунгур Пермского края.

**2018 г.** – там же с золотой медалью окончила школу №21.

Начало учебы в Пермском государственном национальном исследовательском университете (ПГНИУ), специальность «История» (заочная форма обучения).

**С 2018 г.** по настоящее время – экскурсовод Кунгурской Ледяной пещеры (Кунгур).

2019-2021 гг. – корреспондент Телерадиокомпании «Кунгур» (Кунгур ТВ).

**2020 г.** – Победа на региональном этапе Всероссийского конкурса «Лучший по профессии в индустрии туризма» в номинации «Лучший экскурсовод (гид)».

**2021 г.** – Победа на конкурсе «Мастера гостеприимства. Студенты» президентской платформы «Россия – страна возможностей».

**С 2022 г.** по настоящее время – культурный организатор во Дворце культуры машиностроителей (Кунгур).

**2022 г.** – победа в составе команды ДК машиностроителей во Всероссийском фестивале конкурсов «Диво России» (Тверь).

Победа на Международном туристском фестивале видео, фото и анимации «Диво Евразии» (Новосибирск) с проектом «Тайны Грибушинского особняка» в номинации «Слайд-шоу».

**2023 г.** – победа в составе команды ДК машиностроителей в Первом Международном лично-командном конкурсе видеопро젝тов и туристских дестинаций «Диво Мира» (Владивосток) с проектом «Тайны Грибушинского особняка» в номинации «Слайд-шоу».

**Октябрь 2023 г.** – участие в финале Всероссийской туристской премии «Маршрут года» (Уфа).

**Н.Г.:** Для меня все то, что связано с ролью Снегурочки, всегда было довольно неожиданным. Никогда не могла представить, что моя работа будет связана с театрализацией, что я буду ходить в костюмах. Но однажды жизнь перевернулась с ног на голову: я начала работать в Кунгурской Ледяной пещере\*, где мне поручили вести экскурсии в роли Снегурочки. Никогда прежде внучкой Деда Мороза мне быть не доводилось, было странно, и поначалу я, конечно, волновалась. Но очень быстро вошла во вкус. Не передать словами ощущения, когда на тебя смотрят в ожидании чуда и дети, и взрослые... Особенно запомнились приезды иностранных туристов, потому что им не столько был важен Дед Мороз, похожий на привычного Санта Клауса, сколько незнакомая блондинка в «заснеженном» платье и с длинной косой.

#### Как случилось, что вам довелось стать Снегурочкой именно в Кунгурской Ледяной пещере? Это новогоднее чудо?

Именно так, ведь на эту работу я попала едва ли не в канун Нового года! Оказалась я там совершенно случайно, по совету подруги. Она сказала мне, что идет набор экскурсоводов, но так как шел еще новогодний сезон, я попала под раздачу роли Снегурочки. Когда проходила обучение, честно, думала, что у меня ничего не получится. Первая книга, которую мне дали в руки, называлась «Гидрометеорология и аккумуляция зимнего холода в подземных условиях». Помню, я смогла прочесть название только про себя... Тогда приходилось, и сейчас приходится очень много читать и изучать геологию. Все вышло случайно, но теперь это неотъемлемая и любимая часть моей жизни. И сам процесс проведения экскурсии для меня очень ценен.

#### Вы успели породниться со Снегурочкой за то время, что работаете?

Конечно. Я так часто оказываюсь в образе Снегурочки, что она стала для меня самой милой и родной. Мягкая, нежная, волшебная – наверное, можно сказать, мы с нею уже переплелись. Я радуюсь всякий раз, когда есть возможность побыть ею, подарить кому-нибудь сказку и ощутить себя настоящей новогодней снежинкой.

#### А есть у вас любимые сказки? Как вы вдохновляетесь и напитываетесь творчеством?

Оттого что у меня такая работа и собственный тип восприятия информации, я читаю практически все, что попадает под руку. Любые книги так или иначе вдохновляют меня, но настоящая сказка – люди вокруг, как раз они привносят в мою жизнь эмоции и положитель-

\* Кунгурская Ледяная пещера – находится в Пермском крае, на правом берегу реки Сылвы, на окраине города Кунгур, в селе Филипповка, в 100 км от Перми.

ную энергию. Направляют меня на этом пути коллеги, потому что случайных людей в нашей профессии просто не бывает, а где-то нашептывает и подсказывает верный путь сама пещера...

#### То есть Ледяная пещера столь могущественна, что может сама помочь?

И такое случается. Я всегда нахожусь в поиске. Работа с людьми – очень энергозатратная вещь, нужно постоянно искать, откуда черпать энергию на новые подвиги и свершения, и ограничиться чем-то одним попросту не удастся. Каждый раз, общаясь с разными экскурсионными группами, я стараюсь индивидуально подобрать к ним ключик, чтобы растопить сердца экскурсантов.

#### Почему Ледяная пещера приняла вас?

Наверное, дело в том, что пещера – мое комфортное место и что это обоюдный процесс. Она не выдает безлимитную карточку вроде пропуска, которая позволяет быть принятой каждый раз. Отнюдь! Пещера – энергетическое пространство, и я чувствую, что мы с ней энергетически совпадаем. Страх перед ней, который часто бывает у других, у меня не было, мне хорошо, когда я захожу туда. И частенько люди, приходящие в пещеру с различными болями, начинают чувствовать себя лучше, ведь в ней совсем другие воздух и атмосфера.

#### Звучит так, будто это место насквозь пронизывает магия...

Место и правда волшебное. Я не перестаю удивляться чему-то близкому, когда прохожу по маршруту несколько раз, каждый раз понимая, что картинки передо мной сотворены Природой. Всегда смотрю на них будто в первый раз, понимаю, сколько тысячелетий это формировалось. Вот и гости в пещеру заходят одними, а выходят уже совершенно другими, что не перестает удивлять меня. Когда человек приезжает, оставляя привычную жизнь в большом городе... ситуация воспринимается как часть преодоления.

#### Пещера – это своего рода жизненная школа? Она заставляет искать и понимать себя, выходить из зоны комфорта?

Да, она учит понимать и искать себя, и здесь ты как раз себя находишь, ищешь, анализируешь, что тебе ближе: какой образ, слова, реакции. Учишься узнавать себя истинного, первородного. Этому в том числе способствуют уникальные условия пещеры, которые в корне отличаются от привычных нам, тех, что на поверхности земли. Чем дальше от обычного, тем интереснее и более захватывающе происходит у людей знакомство с настоящим «я».

Начав проводить экскурсии, я поняла, какими качествами хочу обладать. Было преодоление, были вещи, с которыми поначалу трудно удавалось справиться, но это помогает удаче, когда я выхожу наверх.



They say that on the New Year Eve miracles are sure to happen. They happen even to those who are not expecting them at all, and I would say that they are the ones to who miracles usually happen. You don't expect it, but you pick up the magazine, and there she looks at you, she is Natalya Grebneva, a real Kungur Snow Maiden. Well, isn't it a miracle?! Let's go on an excursion with her.

#### Это касается всех – и взрослых, и детей?

Безусловно. Пещера учит эмпатии – человек может говорить, что хорошо себя чувствует, а у самого трясутся ноги и руки, будь то от ощущения давления горной породы на плечи, от страха или от переполняющего восторга. Но к подрастающему поколению нужен игровой подход, даже если ты пытаешься донести до него важные философские вещи. Играет роль формат, мы учим детей, а они очень многому учат нас. В ледяной пещере бывает достаточно трудно объяснить, как например появляется лед. Однажды такой группе мы предложили провести аналогию с телефоном на зарядке, мол, как телефон ночью стоит и заряжается, так и лед – в одно время года пещера накапливает его, а в другое – отдает. Дети адаптируются, воспринимают все даже лучше взрослых, им гораздо интереснее узнавать новую информацию, да, по-другому, по-своему, но это просто невероятно.

#### Есть у вас любимая легенда?

Наверное, это не любимая легенда (хотя мы рассказываем много их во время маршрутов по пещерам), а именно любимая экскурсия – по Бажову. Мне было очень сложно понимать тексты Бажова, когда мы начали водить экскурсии, общаться с коллегами на эту тему. Понятия «камень», «гора», «пещера» на Урале имеют собственное, особое значение, и для меня это органично легло – то, какого Бажова я читала в школе, и то, о чем рассказываю, переодеваясь в Катерину Данилову невесту, смелую и трудолюбивую девушку. В этой сказке легко и просто работаешь, когда рядом настоящие, живые декорации.

#### Часто ли бывает такое, что к вам на экскурсию приходит незаинтересованный человек, а уходит совсем другой – с горящими глазами?

Когда я только начинала водить экскурсии, мне казалось, что реагировать подобно мне будут все. Но люди по-разному переживают погружение в пещеру, и какие-то истории могут показаться им более личными и сокровенными, такими, на которые не хочется выдавать заметную окружающим реакцию. Иногда понимаешь, что человеку было сложно пройти маршрут – не то чтобы некомфортно, просто каждому

**N.G.:** I got this job on New Year's Eve! I ended up there completely by accident, it was advice of a friend. She told me that they were recruiting tour guides, but since it was still the New Year season, I was given the role of the Snow Maiden. When I was in training, I honestly thought that I would fail. The first book I was given was called «Hydrometeorology and the accumulation of winter cold in underground conditions». I remember I could only read the title to myself, not outloud. Now and then I had to read and study geology a lot. It all happened by accident, but now it is a part and parcel of my life and I love it. I find myself so often in the role of the Snow Maiden that she has become the sweetest and dearest to me. Soft, gentle, magical – you could probably say that we are quite alike I enjoy every time I have the opportunity to be her, create a fairy tale for someone and feel like a real New Year's snowflake. I'm always in the search. Working with people is a very energy-consuming thing; you need to constantly look for where to get energy for new exploits and enterprises, and you simply cannot limit yourself to just one thing. Every time, communicating with different excursion groups, I try to individually find the key for them in order to melt their hearts. The cave is my place of comfort and I feel that this is a mutual process. It does not



свое. Кто-то делится собственными историями, благодаря которым они решили впервые или повторно посетить пещеры, и мне всегда безумно интересно слушать их. Люди приезжают разные, иногда находишь общие вещи в разных регионах, иногда мы даже обмениваемся фотографиями. Бывают у нас и очень сосредоточенные люди, которые меняются, едва выходят на поверхность. Они вдыхают воздух и думают, что он стал не теплым, а душным, и даже солнечный свет и шум воспринимают иначе. У кого-то бурная реакция, кто-то может просто подойти и немногословно поблагодарить, однако почти всегда понимаешь, что для людей это был ценный опыт. Если получается, что человек эмоционально откликается на то, что я делаю, приходит не только удовлетворение от чувства выполненного профессионального долга, но и радость от того, что у людей появляется заинтересованность, выходящая за рамки фотографии в телефоне.

#### Какое для вас мерило хорошей работы?

Я люблю своей город. Когда, например, рассказываешь сухие исторические факты о каком-либо здании людям, а они начинают плакать, по-другому смотрят на город, в который приехали, понимаешь, что твоя работа не напрасна. Иногда они говорят, что за каждой мощной фотографией скрывается не всегда приятная история, сильная трагедия, о которой необходимо знать. Люди иначе видят здания, их планировку, внутреннее убранство, задумываются о том, что в их городах все точно так же пропитано историями. Они чувствуют то, что самих нас трогает, и хочется показать, как мы относимся к городу, к пещере, чем мы живем и в чем видим особую ценность.

Хороший экскурсовод, как говорила одна из моих наставниц, Надежда Николаевна Козлова, это тот, кто

влюбляет в территорию и немножечко в себя. Именно Надежда Николаевна, очень важный человек на моем профессиональном пути, многому меня научила и учит по сей день. У нее просто безграничный багаж знаний, она может ответить на любой вопрос, и на нее хочется равняться.

#### Важно ли взрослому человеку уметь верить в чудо?

Умение мечтать и верить в чудеса – то, что роднит нас с детьми, которыми мы когда-то были. Снегурочка и Дед Мороз не только детские персонажи. Я бы даже сказала, что взрослых встреча со сказочными героями больше впечатляет, ведь приятно встретить что-то напоминающее о детстве. Зрелые люди часто встречают Снегурочку с особой радостью, рассказывают истории, фотографируются, делятся воспоминаниями. Это дорогого стоит.

#### А у вас есть личное маленькое или большое чудо, в которое вы так поверили, что оно сбылось?

Да, конечно! Например, в 2021 году я участвовала во Всероссийском конкурсе «Мастера гостеприимства. Студенты», победила и получила грант на собственный проект – театрализованный квест «Диалог поколений. Знакомьтесь, Хлебниковы\*». Участие в конкурсе – новая ступень моей профессиональной деятельности, а я

\* Проект Натальи Гребневой – театрализованный квест по исторической части Кунгура «Диалог поколений. Знакомьтесь, Хлебниковы». Герои квеста – путешественник Кирилл Хлебников (1784-1838) и первый хранитель и экскурсовод Кунгурской Ледяной пещеры Александр Хлебников (1877-1951).



## 冰洞的雪少女

他们说，在新年前夕，奇迹肯定会发生。它们甚至会在那些根本没有预料到的人身上，更准确的说法是，它们发生在某某人身上。出乎意料地，你拿起杂志，从页面上她看到了它们——娜塔莉亚·格雷布涅娃，真正的昆古尔雪少女。怎么样，这不是奇迹吗？！我们和她一起去旅行吧。

我在除夕夜找到了这份工作！在朋友的建议下，我机缘巧合来到了那里。她告诉我，他们正在招募导游，但由于现在还是新年，所以给了我雪姑娘的角色。当我学习的时候，我曾一度认为我不会成功。他们给我的第一本书叫做“水文气象学和地下条件下冬季寒冷的积累”。我记得我只能自己读标题……然后我读了，现在我必须大量阅读和研究地质学。这一切都是偶然发生的，但现在它已经成为我生活中不可或缺的一部分。我经常发现自己处于雪姑娘的形象中，她已成为我最甜蜜、最亲爱的人。温柔、温柔、神奇——你可以说我们已经和她纠缠在一起了。每当我有机会成为她，给别人一个童话故事，感觉就像一片真正的新年雪花时，我都很高兴。我一直在留意。与人合作是一件非常耗费精力的事情；你需要不断地寻找从哪里获得能量来取得新的成就和成就，而且你根本不能将自己局限于一件事。每次与不同的旅行团交流时，我都会尝试为他们单独选择钥匙，以融化旅行团的心。冰洞是我舒适的地方，我觉得这是一个相互的过程。它不会像通行证一样发行无限制的卡，让您每次都能被接受。一点也不！冰洞是一个充满活力的空间，我觉得我们在能量上与它不谋而合。我没有像其他人那样害怕；当我去那里时我感觉很好。而往往带着各种疼痛来到冰洞的人开始感觉好一些，因为里面的空气和气氛完全不同。梦想和相信奇迹的能力使我们与曾经的孩子相似。雪姑娘和严寒老人不仅仅是童话角色。我甚至会说，对于成年人来说，遇到童话人物更令人印象深刻，因为遇到一些让人想起童年的东西是很高兴的。成熟的人们常常以特别的喜悦迎接雪姑娘，讲故事，拍照，分享回忆。这要花很多钱。

维罗尼卡·费多伦科



ПЕЩЕРА – ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЕ ПРОСТРАНСТВО, И Я ЧУВСТВУЮ, ЧТО МЫ С НЕЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИ СОВПАДАЕМ. СТРАХА ПЕРЕД НЕЙ, КОТОРЫЙ ЧАСТО БЫВАЕТ У ДРУГИХ, У МЕНЯ НЕ БЫЛО, МНЕ ХОРОШО, КОГДА Я ЗАХОЖУ ТУДА. И ЧАСТЕНЬКО ЛЮДИ, ПРИХОДЯЩИЕ В ПЕЩЕРУ С РАЗЛИЧНЫМИ БОЛЯМИ, НАЧИНАЮТ ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ТАМ ЛУЧШЕ, ВЕДЬ В НЕЙ СОВСЕМ ДРУГИЕ ВОЗДУХ И АТМОСФЕРА

...

issue an unlimited card like a pass that allows you to be accepted every time. Quite the opposite! The cave is a place of power, and I feel that our energetic powers match. I wasn't afraid of it like others often are; I feel good when I go there. People who come to the cave with various pains begin to feel better, because the air and atmosphere in it are completely different. The ability to dream and believe in miracles is what makes us similar to the children we once were. The Snow Maiden and Father Frost are not only children's fairy tale characters. I would even say that meeting fairy-tale characters makes bigger impression on adults, because it's nice to meet something that reminds you of the childhood. They often greet the Snow Maiden with special joy, tell stories, take photographs, and share memories. It costs a lot. For me, New Year is a family holiday, we celebrate it in the warm circle of family. I wish everyone to be in harmony with others, relatives and family. May the year be full of bright and pleasant surprises! Discover the world around you, learn from it and, of course, travel! See you at the New Year's tree in the Kungur Ice Cave.

Veronica Fedorenko

ведь не могла даже подумать, что из этого что-то получится. Но «Попробую, почему бы и нет?!» переродились в полуфинал конкурса, затем в финал, и в конечном счете мне удалось выиграть средства на реализацию моей «розовой мечты», чтобы показать ее миру. «Мастера гостеприимства» – замечательный проект, он подарил мне возможность развиваться, там я обрела коллег и друзей со всей страны. В этом году «Мастерам гостеприимства» 4 года. Проекту и его команде я хочу пожелать сил, вдохновения и новых идей. Спасибо мастерам! Они создали невероятно душевный проект, объединяющий представителей туристической индустрии по всей стране в одну большую семью! Это настоящая сказка.

### А как вам удается создавать сказку?

Я не могу сказать, что я создаю сказку. Такие оценки, наверное, лучше делать людям со стороны, с позиции наблюдателя. Но я могу сказать, что очень стараюсь. Сказки, а особенно новогодние, это что-то теплое, близкое людям всех поколений. Я сама люблю ощущение приближающегося Нового года, а когда ты можешь не просто разделить это ощущение, но и вместе с экскурсантами стать частью такой сказки – это очень ценно!

### Есть ли у вас новогодние ритуалы? Как обычно празднуете?

Для меня Новый год – семейный праздник, мы отмечаем его в теплом кругу родных. Есть у нас одна традиция: елку мы украшаем все вместе, а после Нового года так же вместе снимаем с нее игрушки и, запечатывая коробку, пишем на ней дату, в которую должны будем наряжать елку через год.

### А можете пожелать что-нибудь читателям, милая Снегурочка?

Желаю всем гармонии с окружающими, родными и семьей. Пусть год будет полон ярких и приятных сюрпризов! Открывайте мир вокруг, учитесь у него и, конечно, путешествуйте! До встречи у новогодней елки в Кунгурской Ледяной пещере.



Оксана Бадьина.  
№декабрь 2021 – январь 2022  
Нутрициолог, спортивный  
диетолог, коуч, автор кулинарных  
книг о здоровом питании.

Фото Андрей Макаренко  
ПРЕМИЯ НДЛ 2022  
НОМИНАЦИЯ «ФОТО-ОБРАЗ»

## Кокосовые снежки или ЗОЖ-ный раффаэлло

Праздник к нам приходит...!!! И в честь этого долгожданного события хочется как можно чаще радовать своих близких чем-то очень вкусным, но максимально полезным. Эти ЗОЖ-ные, но невероятно аппетитные и нежные конфетки без сахара обрадуют всех любителей кокоса. Легко готовить и легко есть!

На 1 порцию 120 ккал  
БЖУ 2,7/10/4

На 8 порций  
нам понадобится:

- 100 г кешью
- 2-3 ст. ложки кокосового молока
- 2 ст. ложки мягкого кокосового масла
- 40 г кокосовой стружки
- щепотка морской соли
- любой натуральный подсластитель по вкусу (стевия, эритритол, треглоза...)
- вымоченный и очищенный миндаль для начинки

**Готовим:**

Кешью предварительно замочить в воде на несколько часов или на ночь. Затем воду слить и выложить орех в блендер, добавить кокосовое молоко и масло, половину кокосовой стружки, щепотку соли и подсластитель. Взбить и убрать в морозилку минут на 20-30, чтобы масса слегка застыла. Оставшуюся стружку выложить на тарелку, достать из морозилки наш состав и сформировать шарики, внутрь каждого положить миндальный орех (который предварительно нужно вымочить, снять шкурку и при желании обжарить на сухой сковороде). Обвалять каждый шарик в кокосовой стружке и поставить в морозилку. Перед подачей достать за 30 минут.



Зима... За окном тихо падает снег... Погода, созданная красивых и добрых сказок... Зима – время обновления, свежести и чистоты... Снежные пушистые шапки на ветках, глоток свежего зимнего воздуха, как прыжок в ледяной бассейн, заряжает энергией на все сто, чашка горячего чая, после обжигающего мороза, аромат домашней выпечки, звуки зимней вьюги и треск дров в камине, любимая, до дыр зачитанная книга оставленная на кресле и старый добрый фильм по телевизору, чувство ожидания волшебства и это незабываемая предновогодняя суэта, все это дарит ощущение

ние счастья, тепла и уюта! Не это ли настоящее чудо, когда взрослые люди становятся искренними детьми!?

Кто-то под бой курантов залазит под стол, чтобы загадать сокровенное желание, кто-то залпом выпивает бокал шампанского и закусывает еще недогоревшим куском бумаги... , но все мы верим... , верим в то, что Новый год непременно будет лучше предыдущего, и все разочарования и неприятности останутся в прошлом! И именно сейчас, как никогда хочется верить, что все самые сокровенные и безумные желания обязательно исполнятся!!!

## Штоллен или рождественское полено

Теплые и яркие ароматы кардамона, мускатного ореха, гвоздики, корицы, жареного миндаля и глинтвейна максимально приближают к празднику. И без традиционного рождественского немецкого штоллена нам точно не обойтись, в это сказочное время чудес... Ну конечно же в моем авторском варианте – без дрожжей, глютена и сахара.

286 Ккал на 1 порцию  
БЖУ 9,1/ 11,8/34,3

На 10 порций нам понадобится:

- 150 г овсяной муки без глютена
- 100 г миндальной муки
- 60 г слегка обжаренного миндаля или любых других орехов
- 1 ч. л. разрыхлителя
- стручок ванили
- 150 г творога
- 400 г любых сухофруктов (у меня: изюм, клюква, курага, чернослив, инжир)
- 1 куриное яйцо
- щепотка соли
- 60 г сливочного или кокосового масла
- 1 ст. ложка семян чиа (не обязательно)
- 50 мл рома или коньяка (можно заменить крепким черным чаем с лимоном и кленовым сиропом либо яблочным соком)
- 1 средний апельсин (сок и цедра)
- цедра и сок 1/2 лимона
- 1 ст. ложки корицы
- 1 ч. ложки сухого имбиря
- 1/2 ч. ложки кардамона
- 1/4 ч. ложки мускатного ореха
- 1/5 ч. ложки гвоздики

**Готовим:**

Сухофрукты нарезать размером с изюм и замочить в коньяке или роме, добавить сок, цедру апельсина и лимона, оставить настаиваться на 1,5-2 часа. Миндаль слегка обжарить на сухой сковороде и немного порубить. Смешать в миске овсяную и миндальную муку, соль, разрыхлитель, специи и перемешать. Добавить яйцо, творог, размягченное сливочное масло и семена стручка ванили. Затем аккуратно ввести в тесто рубленые орехи, семена чиа и вымоченные сухофрукты, все аккуратно перемешать. Должно получиться пластичное тесто. Сформируйте штоллен в форме продолговатой буханки и выложите на противень, застеленный пергаментом. Выпекайте в разогретой до 175 градусов духовке в течение 45 минут.



# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

МАТЕРИАЛ  
НДЛ №1 2024

**Тимур Сафин**  
«Помечтать о чем-то?  
Подскажу!»

СКОРО НОВЫЙ ГОД.  
ЁЛКА ЖЕЛАНИЙ

## АЛЫЕ ПАРУСА КАПИТАНА САФИНА SCARLET SAILS OF CAPTAIN SAFIN 萨芬船长的猩红帆

ИНТЕРВЬЮ  
МАРГАРИТА  
ЛАРИОНОВА

ФОТО  
ИЗ АРХИВА  
Т. САФИНА

Тяжело ли исполнить заветную мечту ребенка? И что для этого нужно? Деньги? Связи? Власть? Корабль с алыми парусами? А может, просто нужно знать ту сказку, в которую так верит маленький человек, иметь безграничную любовь к людям и желание воплотить эту заветную для кого-то историю в жизнь? Ведь капитан Грей из произведения Александра Грина не был волшебником, он был простым человеком, решившим рискнуть и воплотить мечту Ассоль, просто купив красной ткани и удивив всех своим алым «секретом». Тимур Сафин – вот такой капитан, капитан «детской мечты», человек, который на протяжении уже 9 лет ведет свой «алый секрет» в любой дом, где сильно, часто безысходно болеет ребенок, чтобы исполнить его заветную мечту, чтобы в доме был слышен счастливый детский смех и улыбались привыкшие хмуриться взрослые.

### Сколько стоит мечта?

Если мы говорим про рыночную стоимость, то среднее мероприятие в рамках проекта «мечтай со мной» стоит около 70-80 тысяч рублей. Это то, что можно посчитать. А что-то посчитать нельзя. Например, в нашем проекте участвуют много медиаперсон, политическое руководство страны – их время, их участие не поддается никаким расчетам.

### Мечта не лечит физически. Хотя стоит денег. Вас не критикуют? Не говорят вам, что, может, вы лучше средствами на лечение ребенку поможете?

Дети из нашего проекта всегда нуждаются в огромном потоке средств. Это так. Но также они нуждаются в празднике, радости, положительных эмоциях. Часто в семьях с такими детьми родители истощены эмоционально, все силы брошены на борьбу с болезнью и на

праздник не хватает ни сил, ни денег. Мы подкрепили наш проект разными научными составляющими. Есть много исследований, доказывающих, что положительные эмоции оказывают благотворный эффект на состояние здоровья ребенка. И его окружения. В последнее время я оказался в немного новой для себя обстановке, погрузился в океан большой организации – общероссийское общественно-государственное движение детей и молодежи. Эта организация только строится, она сложная, с большими амбициями и задачами соответственно. И, конечно, окружающие от нее многого ждут.

### Вам сложно?

На данном проекте объединились общественная и государственная составляющие. Первой во мне на 100 процентов, если не на 150. А вот государственная... я пока только учусь.



### Государственной составляющей в вас процентов на 10?

Может даже меньше. Огромное количество документации, регламентов, принципов взаимодействия, закупочных процедур – все это высасывает из меня огромное количество энергии. Когда я не вижу в каком-то действии связи с конкретным полезным эффектом в конце, мне сложно. Это же просто документы. Понимаю, что они важны, но это всего лишь бумажка. Мне это дается тяжело. Я привык связывать все действия с очень понятным результатом на месте, ну или на земле.

### Вы переехали из Казани в Москву, зачем? Там стало тяжелее реализовывать проекты?

Так будет однозначно лучше для тех вещей, которыми я занимаюсь и за которые болею в жизни: я приехал развивать свои основные проекты – «Мечтай со мной» и его неотъемлемая составляющая «Ёлка желаний».

### Как появилась идея создать проект «Мечтай со мной»?

Я не могу назвать себя родоначальником его. Мы с ребятами посетили в 2014 форум, тогда он назывался «Селигер», и у нас родилась идея – исполнять мечты детей с состоянием здоровья, угрожающим жизни. Это не какая-то наша инновация. Это международная практика, которая по какой-то причине в России не реали-

зовывалась, хотя по сути она очень эффективна. С 2018 года мы зашли в президентскую платформу «Россия – страна возможностей», это была формальность, но с этой точки зрения мы уже были связаны с государством, и в том же году Президент первый раз принял в ней участие.

### Вы помните своего «первого ребенка», я имею в виду того, чью мечту вы выполнили первой?

Конечно. Я помню их всех. Но Надежду помню особо. Она хотела полетать за штурвалом настоящего самолета. Это был кукурузник. Поздняя осень. Наледь. Мы сомневались – разрешат ли нам полет. Но все удалось: Надежда, будучи в инвалидном кресле, полетела вторым пилотом. Сейчас у нее все хорошо, она занимается в инклюзивной студии танцев «Эмоция» в Татарстане. Она – большая молодец, старается себя развивать. Проект существует с 2014-го, десять лет будем отмечать в следующем году. При этом через проект «Мечтай со мной» прошло не очень большое количество детей. Это связано прежде всего со сложностью мероприятий. Когда мы берем ребенка в проект, его состояние здоровья очень нестабильно, и планировать с ним мероприятие крайне сложно.

### Но он же может банально не выдержать?

Мы чаще всего успеваем. И это остается самым светлым, сильным воспоминанием. Об этом нам говорят

*Родился в Казани 21 сентября 1991 г.*

**2011-2013** – исполнительный директор, ООО «СП «Инвест ДАФА Паритет» (Казань)

**2013** – окончил Казанский (Приволжский) Федеральный Университет, специальность «Менеджмент организации»

**2013-2015** – президент Благотворительной просветительской общественной организации Республики Татарстан «Золотое сердце» (Казань)

**2016** – окончил частное учреждение высшего образования «Институт государственного администрирования» (Москва), специальность юриспруденция

**2021** – медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени

**2021-2022** – директор ООО «Чистая клиника Восток» (Казань)

**2015-2023** – председатель Регионального общественного движения содействия гражданским инициативам Республики Татарстан «Наше дело» (Казань)

**2022-2023** – руководитель Республиканского движения «Ярдым янаш! Помощь рядом!» – помощь мобилизованным гражданам, семьям военнослужащих, принимающих участие в СВО, оказание поддержки подшефному городу Лисичанску

**2023** – в настоящее время член экспертного совета при комитете по молодежной политике Государственной Думы Российской Федерации

**03.2023** – по настоящее время советник Председателя Правления Российского движения детей и молодежи «Движение Первых» (Москва)

**2014** – руководитель Всероссийского благотворительного проекта «Мечтай со мной» Президентской платформы «Россия – страна возможностей», исполнение заветных желаний детей и пожилых людей с состоянием здоровья, угрожающим жизни мечтайсомной.рф.

**2018** – руководитель Всероссийской акции «Ёлка желаний»

семьи. Мы с ними общаемся, поддерживаем связь. Они видят в нас партнеров, друзей. Исполнение мечты большого ребенка всегда требует комплекса очень затратных мероприятий – куда-то вывезти, повезти, с кем-то организовать встречу... Хотя они очень сильные и любящие люди, в основном мамы. Они полны энергии, но иногда просто не верят, что можно вот так вот – хоп! и устроить встречу с человеком, который блистает где-то там, в телевизоре.

### Кстати, о чем мечтают дети? Хотя бы пару примеров?

В отличие от нас, взрослых, законсервированных и забетонированных, спектр заветных желаний детей невероятен и ничем не ограничен. Но те, с которыми мы работаем, особенные: то, что для нас с вами обыденность, для них может быть заветной мечтой. Истории совершенно разные: кто-то мечтает обнять панду, кто-то – увидеть северное сияние, а кто-то – просто прогуляться в лесу верхом на хорошей лошади. Другие насмотрелись новогоднего кино, а там в отеле были пружинные кровати, на которых герои прыгали, – и родилась мечта попрыгать на такой кровати. Мы исполняли такие мечты, находили в Москве отели с подобными кроватями. Они пружинят, и на них как на батуте можно попрыгать.

### Скажите, а при реализации желаний вас сопровождает медицинская бригада? Вы говорили, что организация данных мероприятий непроста. Родителей с собой берете?

Все зависит от рекомендации лечащего врача. Родителей берем обязательно, в любом случае. С нашей стороны непременно должны быть волонтеры, которые знают, как реагировать в тех или иных случаях. И при необходимости, а такая необходимость возникает достаточно часто, нас сопровождает медперсонал. Вплоть до кареты скорой помощи, когда речь идет о непростых паллиативных случаях.

### Продолжим. Вы эмоциональный человек, видимо, сильно переживаете, зачем вам это?

Переживаю очень. Я вам признаюсь, смотрю иногда трогательные фильмы, и комок в горле. Сажу с женой в кинотеатре и думаю: «Как-то это неправильно. Мне столько лет. Какой комок в горле? О чем это я вообще?» Нет, смотрю – и хочется плакать. Я действительно очень чувствительный человек. Мне жаль тех, кому тяжело.

### Тогда зачем?

До 2013 года это была борьба внутренняя, с самим собой. Когда все говорят о бизнесе, о деньгах, как бы в жизни реализоваться и заниматься нормальной работой. Нулевые – это время, когда НКО воспринималось как что-то плохое. Куча несчастных людей, которые в жизни не смогли ничем заняться, ходят попрошайничают и решают какие-то совсем неважные вопросы. Люди, которым просто не повезло в жизни.

### Да, тогда было так: если не умеешь зарабатывать деньги, ты неуспешен.

Категоричность тогда была очень бинарная: или сюда, или дурак. И эти разговоры я слышал не только от окружения – друзей, знакомых, социума. Такие разговоры, в более мягком контексте, были и внутри моей семьи. Хотя мама всю жизнь была связана с благотворительным и социальным аспектом, всегда помогала людям. Мама была руководителем Общественной палаты. Сейчас возглавляет Российский Красный Крест в Татарстане и ресурсный центр поддержки НКО. А отец мой – юрист, арбитражный управляющий. Всю жизнь занимался сопровождением сложных дел в бизнесе. И я, кстати, там был одной ногой. Вообще я проработал в 13-ти местах, коммерческих, до того, как наконец понял, что делаю все не то.

### Как понять, что ты делаешь что-то не то? Ведь деньги, наверное, вы зарабатывали?

Ну, какие-то да. Но не серьезные. Пробовал себя в разных историях. Был барменом, например. Да, я сертифицированный бармен. До сих пор очень полезный навык – мешать коктейли разные в компании с друзьями. Я продавал мотовездеходы. Был мерчендайзером. Работал в банке. Готовился три месяца к той позиции в банке – начальник подразделения финансового анализа. У меня базовое образование экономическое. Отец – доктор экономических наук. И мама, кстати, тоже. Мы любили дома разговаривать об экономике, особенно макроэкономике, о глобальных вещах. Это, правда, очень интересно.

### Должность звучит внушительно. Почему же ушли?

Все не так просто, и это только звучит. Я не чувствовал, что делаю что-то полезно-важное. И меня еще посадили в кабинет без окон. А я очень люблю свободу. Для меня рамки какие-то – это просто конец.

### 13 – хорошее число. В чем же вы профессионал?

Если вам надо исполнить новогоднее желание, то это ко мне. Помечтать о чем-то? Я вам подскажу.

### У вас есть хобби?

Я несостоявшийся врач. До сих пор не понимаю, почему я не пошел в медицинский университет. У меня есть две гипотезы – но какая из них истинная, не понимаю. Первая: я побоялся, так как был не силен в химии, биологии, и мне все это казалось очень сложным. Вторая: я для себя принял решение, что не смогу себе позволить университет, так как у меня уже были достаточно пожилые родители и мне не хотелось сидеть у них на шее. Что сработало сильнее – не знаю. Но оба фактора точно были.

### В чем проявляется это ваше хобби? Вы лечите людей?

Мы с супругой открыли в прошлом году клинику. Но в связи с переездом в Москву ее уже продали. Есть вещи, которыми невозможно заниматься дистанционно, особенно такими важными вещами, как медицина. Клиника базировалась на том, что можно очень быстро привести себя в порядок или улучшить свои функциональные возможности на какой-то период времени.

### Как? Что-то новомодное?

Инфузионная терапия. Жизнь сейчас сумасшедшая, и мы все как минимум в дефицитах, плюс стресс, загазованность, а такая те-

Is it difficult to make a child's cherished dream come true? And what do you need to do that? Money? Connections? A ship with scarlet sails? Or maybe you just need to know the fairy tale the little person believes in so much and have boundless love for people? After all, Captain Gray from the work of Alexander Greene was not a wizard, he was a simple man who decided to take a risk and make Asol's dream come true by simply buying red fabric and surprising everyone with his scarlet ship «Secret». Timur Safin is such a captain, the captain of «children's dream», a man who for the past 9 years has been navigating his «scarlet Secret» to any home where a child is severely, often deadly ill. He makes happy children's laughter sound in the house again and he makes adults who are accustomed to frowns smile.

T.S.: Children from our «Dream with Me» project are constantly in need of big sums of money. This is true. But they also need celebration, joy, positive emotions. In families with such children, parents often are emotionally exhausted, all their power is devoted to fighting the disease and there isn't any left for a fun day. Our project is backed by several scientific research. There are many studies claiming that positive emotions have a beneficial effect on a child's health and on people near-by. Lately I have found myself in a slightly new environment. I plunged into the ocean of a large organization – the all-Russian social and state movement of children and youth. This organization is just being built, it is complex, with great ambitions and thus ambitious tasks. And of course, people expect much of it. It's difficult for me when I don't see a definite connection between an action and its benefit. All I see sometimes is that there are a lot of documents. I understand that they are important, but they are just pieces of paper. I moved from Kazan to Moscow, because it will be better for those things that I do and care in life: I came to develop my main projects – «Dream with me» and is part and parcel «Wish Tree». What do children dream about? The children we work with are special: what is ordinary for you and me can be a cherished dream for them: someone dreams of hugging a panda, someone of seeing the northern lights, someone dreams just to take a ride in the forest on a good

## Мечтай со мной



# Мечты сбываются...



рапия – это хороший способ. Но не волшебная таблетка. Это не значит, что на себя надо забивать, а потом ходить капаться – и будет все хорошо. Но такая терапия помогает людям достаточно быстро встать на ноги. Хотя первопричина никуда не уходит. Со стрессом необходимо работать отдельно. Питаться надо правильно. Если вы делаете очищение организма, помогаете печени, а на следующий день выпиваете и кушаете неизвестно что, то положительного эффекта не будет или он будет очень кратким.

### Ваше отношение к алкоголю?

Я иногда выпиваю. Пиво люблю. К сожалению. У меня два периода есть в жизни. Когда я очень сильно зожничаю. У меня своя формула здоровья. Индивидуальная. Как у всех у нас. К определенному времени понимаешь свой организм и есть точное знание того, что нам помогает, а что вредит. Если наложить это на общие знания о здоровье, можно придумать свою формулу.

### Какая у вас формула?

Я не ем глютен, молочные продукты, сахар, пептины, плюс здоровый сон, работа со стрессом, занятия спортом, дыхательные практики. Еще последние семь месяцев я начал с утра принимать холодный душ в течение 5-7 минут. В Москве это проблема – вода холодная, но она на самом деле не холодная, не ледяная. И я в поисках, где бы мне окунуться в 3-4 градуса. Очень люблю холод. Я перестал болеть вообще.

### А второй период?

Второй период – когда я немножко расслабляюсь. Начинаю все есть, выпивать, не задумываться, что на столе. А потом снова. Я бинарный. Не могу посередине.

### И затяжные у вас такие периоды?

По 4-5 месяцев.

### И вы такой во всем? Бинарный?

Мне кажется, так.

### А что же с вашим желанием помогать людям? В чем ваша бинарность там? Вы ходите в спортзал и бьете грушу? Или кого-то, спарринг?

Спортом занимаюсь много. Он разгружает голову. Раньше я, например, выглядел мощнее. Поднимал вес и всецело отдавался тому, чем занимался. Иногда бывает, перебарщиваю: с тех пор вот остались две грыжи. Хотелось – больше, тяжелее, надо было себя страховать.

### Как вы находите деньги на свои мероприятия? Ведь суммы немаленькие?

Сейчас, когда у проекта есть господдержка, деньги находить стало гораздо легче. И да, вначале было тяжело,



но деньги и помощь находились всегда. Люди отключаются. Вот вы, вы бы отказали, если бы к вам пришли с просьбой провести урок английского для тяжелобольного ребенка?

Да, возможно, я бы отказала. Отказала бы, потому что я себя хорошо знаю. И знаю, что я бы просто сидела и редела, знаю, что в каких-то моментах слишком эмоциональна и не могу справиться с собой. А ребенку нужен праздник, а не мои слезы и жалость. Но я бы помогла – нашла того, кто прекрасно бы провел этот урок. Вот так и люди помогают. Кто-то дает деньги, кто-то предоставляет услуги, у кого-то есть знакомые, которые могут помочь. Попробуй, выполни мечту – пожать руку президенту или премьеру – если ты вообще не связан с государственным аппаратом и находишься совсем не в столице. Но мы выполняем. Вопреки всяким «Как?»! Невозможно! и Как же это?

А благотворительные фонды вам помогают? Часто мелькают объявления о сборе средств на лечение детей с серьезными диагнозами и запредельными суммами на операции и лекарства.

**ВОТ ТАК ЛЮДИ И ПОМОГАЮТ. КТО-ТО ДАЕТ ДЕНЬГИ, КТО-ТО ПРЕДОСТАВЛЯЕТ УСЛУГИ, У КОГО-ТО ЕСТЬ ЗНАКОМЫЕ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПОМОЧЬ. ПОПРОБУЙ, ВЫПОЛНИ МЕЧТУ – ПОЖАТЬ РУКУ ПРЕЗИДЕНТУ ИЛИ ПРЕМЬЕРУ, ЕСЛИ ТЫ ВООБЩЕ НЕ СВЯЗАН С ГОСУДАРСТВЕННЫМ АППАРАТОМ И НАХОДИШЬСЯ СОВСЕМ НЕ В СТОЛИЦЕ. НО МЫ ВЫПОЛНЯЕМ. ВОПРЕКИ ВСЯКИМ «КАК?»! НЕВОЗМОЖНО! И КАК ЖЕ ЭТО?**

...

И здорово что мелькают. Ведь этот маленький мальчик или маленькая девочка помогают многим. Как это работает? Они являются своего рода «лицом» фонда и помогают собрать деньги не только на свое лечение, но и другим отчаянно нуждающимся детям. У фонда всегда много подопечных. Трогательная история, особенно под праздник, собирает много пожертвований, и им удается оплатить лечение не одному, а сразу нескольким, да еще и с лекарствами помочь.

#### **Вы религиозный человек?**

Был когда-то. Сейчас я в поиске. Беда приходит в дом абсолютно случайно. Я не верю в жизненную справедливость. Увидев много страданий, боли у детей, невольно задаешься вопросом – почему так?! Но в тоже время видишь силу родителей, особенно матерей, их самоотверженность, постоянную борьбу, силу духа. Я верю. Верю в людей. Они меня продолжают удивлять.

#### **И что же дальше?**

А дальше возрождать пионерию. Проект очень масштабный и интересный. Он интригует и вдохновляет. Я пришел в эту организацию создавать равные возможности по всей стране, чтобы дети вне зависимости от социального положения или состояния здоровья имели бы возможности для реализации и становления. Брошу все силы пока на это. А дальше посмотрим. Но... скоро Новый год, а значит самая горячая пора для меня и моей команды – «Ёлка желаний» – всех надо поздравить и выполнить много мечт – больших и маленьких, заветных и долгожданных.

#### **А ваша заветная мечта? На прощанье...**

Оставить след на земле. Чтобы моя жизнь прошла не зря. У меня любимый писатель А.П. Чехов. Он говорил: «Хорошо, если бы каждый из нас оставлял после себя школу, колодезь или что-нибудь вроде, чтобы жизнь не проходила и не уходила в вечность бесследно». Мне эта мысль очень близка.



horse, someone watched a lot of New Year's movies, where they saw springy beds in the hotel, the characters of the movie would jump on them and had a lot of fun – and that's how a dream was born – to jump on such a bed. And we made such dreams come true, we found hotels in Moscow with such beds. They are springy and you can jump on them like in a bouncy house. I cannot say that the idea of the «Dream with Me» project is originally mine. My friends and I visited the forum on Seliger in 2014, and we came up with an idea – to fulfill the dreams of children with life-threatening health conditions. This is not some kind of innovation. This is an international practice, which for some reason was not implemented in Russia. Although in its core it is very effective. Since 2018, we joined the presidential platform «Russia – the Land of Opportunities», it was a formality, but from this point of view we were already connected with the state, and in the same year the President took part in the project for the first time. As for my biggest dream, it is to leave something good meaningful behind. So that my life will not be in vain. My favorite writer is Anton Pavlovich Chekhov. He said: «It would be good if each of us left behind a school, a well or something like that, so that life would not pass and go into eternity without a trace». This idea is very dear to me.

Margarita Larionova



#### **Салфенский корабль**

Реализация мечты ребенка трудна? Вам что нужно сделать? Деньги? Связи? Корабль с красными парусами? Или, возможно, вам просто нужно знать, как верить и верить в людей, которые любят детей? Конечно, Александр Грин в своем рассказе о капитане Грегори не описывает волшебника, он просто человек, который решил рискнуть, купив красную ткань и его «секрет» позволил каждому почувствовать удивление и исполнить мечту. Фернандо Салфенский – именно такой капитан, «мечта» которого – капитан, в течение 9 лет, он всегда с собой «красный секрет» приходил к каждому тяжелобольному, часто инвалидному ребенку, позволяя им смеяться и слышать привычные смех и шум взрослых.

В нашем «Сопровождаю мечту» проекте детям всегда нужны большие деньги. Это правда. Но им также нужны радость и позитив. У таких детей часто родители истощены, все время борются с болезнью, нет сил и денег на праздники. Мы используем различные научные методы для поддержки проекта. Многие исследования показывают, что позитивные эмоции полезны для здоровья. Также важна окружающая среда. Недавно я обнаружил, что нахожусь в совершенно новой среде. Я присоединился к большой организации – «Всё для России» – организации детей и молодежи. Эта организация только что была создана, она сложна, имеет большие амбиции и задачи. Конечно, люди вокруг нее имеют большие ожидания. Когда я увидел, что не могу увидеть конечный результат и увидеть связь с определенными результатами, это было очень сложно. Это были документы. Хотя я знаю, что это важно, но это была только бумага. Я даже переехал из Москвы, это то, что я делал в жизни, что поддерживало бы лучше: я начал свой основной проект «Сопровождаю мечту» и его составные части «Мечта». Дети мечтают? Мы работаем с детьми, которые для нас особенные. Для нас это не просто мечта, это мечта, которую кто-то хочет реализовать, кто-то мечтает увидеть полярный свет, кто-то просто хочет покататься на лошади в лесу, кто-то хочет увидеть Новый год, кто-то мечтает увидеть полярный свет, кто-то мечтает увидеть полярный свет... это мечта, которая родилась – прыжок на такую кровать. Мы делаем мечту реальностью, мы в Москве нашли такую кровать. Они эластичны, вы можете прыгать на кровати, как прыгать на кровати. Моя мечта? Оставить след на земле. Это моя мечта. Я люблю писателя Антона Павловича Чехова. Он сказал: «Было бы хорошо, если бы каждый из нас оставил школу, колодезь или что-нибудь вроде, чтобы жизнь не проходила и не уходила в вечность бесследно». Эта идея очень дорога мне.

Маргарита Ларионова

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ 2023 —

Все указанные данные соответствуют дате выпусков  
конкретных номеров журнала НДЛ 2023



## 1 Алина Алексашина №3 ЛЕТО, стр.16 (Дмитровград)

Инженер-конструктор контроля качества многоцелевого исследовательского реактора МБИР. Эксперт-аудитор в области противопожарной защиты. Победитель премии «Колба» 2023.

«Могу смело сказать, что каждая девушка в науке – крутая! В этой сфере мало кто выходит на высокий уровень. А ведь мы есть! Мы действительно можем многого, добиться, мы действительно молодцы».

## 2 Андрей Анисимов №5 ОСЕНЬ, стр.34 (Казань)

Врач, преподаватель в Казанском государственном медицинском университете и Казанском федеральном университете, руководитель Центра органного донорства «DonatLifeRussia», заместитель Председателя Татарстанского отделения Российского Красного Креста.

«Мы работаем как раз над тем, чтобы развеять стереотипы, мифы и страхи, которые связаны с трансплантологией. А их очень много. Черные подвалы, куда тебя затащат, а потом продадут в Африку и убьют – один из самых распространенных. Мы выходим в общественные пространства, в лектории, в библиотеки, где собирается молодежь, проводим просветительские мероприятия, рассказываем о трансплантологии обычным людям».

## 3 Владимир Баринов № декабрь 2022 – январь 2023, стр. 90 (Норильск)

Заместитель мэра Норильска.

«Если говорить о лидерстве, то, на мой взгляд, лидерами становятся, а не рождаются. Если у человека есть желание, то в нашей стране можно добиться всего, чего он только захочет. Россия – это страна возможностей. Если есть трудолюбие, желание и готовность работать больше, чем другие, можно стать успешным государственным служащим, предпринимателем, врачом, ученым – кем угодно».

## 4 Оксана Белкина №2 ВЕСНА, стр.16 (Саранск)

Заведующая литературной частью Мордовского национального драматического театра, этноблогер.

«Я заряжаюсь энергией людей, когда чувствую, что они меня понимают и доверяют мне. А вдохновение беру от того, что делаю: приехала на место, что-то сделала, вдохновилась на новое – и так по кругу».

## 5 Алина Буглеева №3 ЛЕТО, стр.20 (Санкт-Петербург)

Художник.

«Я обладаю самостоятельностью, самодостаточностью, способностью полностью себя обеспечить. И осознанием того, что мне уютно на этом самом месте. Вот, на мой взгляд, главные качества делового человека. Продавать свои картины за хорошие деньги я начала всего год назад. Сотрудничаю с сайтом, который поддерживает молодых художников».

## 6 Илья Гавин №2 ВЕСНА, стр.28 (Москва)

Клинический психолог, преподаватель. Член Ассоциации когнитивно-поведенческой терапии, Ассоциации контекстуально-поведенческой науки.

«4 тысячи лет назад стоят у пещеры два наших предка, и один говорит: мне кажется, что за елочкой прячется саблезубый тигр. А другой ему отвечает: расслабься, нет там никого... У кого из них больше шансов остаться в живых? Конечно, у того, кто опасается тигра. А расслабленный будет растерзан».



## 7 Ольга Герасимова №5 ОСЕНЬ, стр.44. (Симферополь)

Предприниматель, винодел.

«Вином я занимаюсь всю жизнь, с 19 лет, и, как говорят, каждый уважающий себя сомелье рано или поздно мечтает стать виноделом. Конечно, когда я себе это представляла, мне виделось, что это будет где-то в районе южного берега Франции. И, если быть честной, я для реализации ничего делать не собиралась – «вот, может быть, когда-нибудь», такой был настрой. А получилось все достаточно спонтанно».

## 8 Денис Голобородько №5 ОСЕНЬ, стр.54. (Барнаул)

Заместитель председателя Алтайского краевого Законодательного Собрания, председатель комитета по правовой политике и местному самоуправлению.

«Люди бывают разные, и я со временем понял важную вещь, человек может быть хорошим, но как работник он не подходит. А есть люди с тяжелым характером, но который способен действовать профессионально независимо от своих личных качества».

## 9 Анна Жижко №3 ЛЕТО, стр.42 (Донецк)

Преподаватель кафедры медицинской биологии Донецкого национального медицинского университета им. М. Горького, там же учитель биологии в лицее-предуниверсарии. В 2022 году стала победителем конкурса «Моя страна – моя Россия» президентской платформы «Россия – страна возможностей».

«Любовь – ключевое слово, которое сопровождает меня всю жизнь. Я люблю свое дело, а дело любит меня. И, наверное, самое важное для человека – знать, что в тебя верят. А когда еще и поощряют – это эффект «вау». Если говорить про мотивацию в работе, то это любовь к жизни и к тому, что ты делаешь, желание помогать другим».

## 10 Денис Ивлев № декабрь 2022 – январь 2023, стр.100 (Вышний Волочек)

Председатель Вышневолоцкого краеведческого общества им. М.И. Сердюкова, экскурсовод туристического проекта «Экспедиции в Торжок», автор исследований по истории Русской Православной церкви в Вышневолоцком уезде.

«Я бы хотел, чтобы в Вышнем Волочке возродили ту красоту, которая когда-то отличала город от других городов империи, потому что он строился, как маленький Петербург, как русская Венеция. Ну и, конечно, желаю всем, чтобы у вас было больше людей, которые вас понимают, сопереживают и хотят трудиться вместе с вами. Дорогие туристы, приезжайте к нам в новом году, мы будем очень рады».

## 11 Алёна Канина №4 ЛЕТО/АВГУСТ, стр.18 (Новосибирск)

Победитель конкурса по IT-стартапам, основатель ряда проектов в области Travel Tech, победитель конкурса «Мастера гостеприимства» 2023 президентской платформа «Россия – страна возможностей», посол гостеприимства Новосибирской области.

«Я совершенно точно знаю, что мы с моей командой хотим создавать продукт для России, для развития внутреннего туристического рынка. Мне кажется, тренд на путешествия по своей стране появился с ковидом, и этот тренд сейчас очень активно развивается. Я сама люблю путешествовать на машине: когда ты проезжаешь города, регионы – видишь, какой огромный потенциал здесь есть, и понимаешь, как с ним работать».

## ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ НДЛ 2023



### Гульназ Файзрахманова /Казань, Республика Татарстан/

Кандидат педагогических наук, мастер декоративно-прикладного искусства, член Профессионального союза художников России.

### Владимир Баринов

*Заместитель мэра Норильска. Конструктивная позиция человека, знающего чего хочет. Важно, делать не только для себя, но и, оценивая свои силы и возможности. Идет в новое, открывает новые стороны своей жизни. – Яркий пример человека на своем месте.*

### Наталья Мироненко

*Предприниматель, аэродизайнер из Старого Оскола. Важный материал к прочтению и понимаю всех. Человек, который идет по своему пути, решил – сделал. Скромность и мягкая женская сила.*

## 12 Ирина Карих №4 ЛЕТО/АВГУСТ, стр.28 (Москва)

Директором департамента управления проектами Российского общества «Знание».

«Когда-то мы с родителями договорились, что я самостоятельная девушка и делаю все сама. Это было так: самостоятельно делаю борщ – в 8 лет. Самостоятельно иду в поход в лес за земляничкой в 11 лет (собрала тогда пол-литра ягоды, но сама!). Одно из ярких воспоминаний, как я в 1 или 2 классе участвовала в районном детском конкурсе «Золушка и Принц Еравны» и не победила. Помню, как сидела и плакала. А мама тогда сказала: «Я тебе помогала, больше – не буду. Если захочешь где-то участвовать, то дальше только сама».

## 13 Аида Касумова №3 ЛЕТО, стр.52 (Дербент)

Преподаватель английского языка в школе, известный на всю страну блогер, советник министра образования и науки Республики Дагестан.

«Иногда ко мне на страницу приходят и родители, которые задают свои вопросы. У меня еще есть и детки из разных городов России. Например, есть девочка, которая часто пишет в личные сообщения, рассказывает о своих успехах, беспокойствах, делится со мной тем, какие мероприятия она посещает. Мне действительно приятно, что дети увидели во мне человека, с которым можно поговорить о важном для них, обсудить какие-то темы.

## 14 Зарина Кулаева №5/ОСЕНЬ, стр.72. (Цхинвал, Южная Осетия)

Руководитель представительства МИА «Россия сегодня» в Республике Южная Осетия, Sputnik.

«Я чистокровная осетинка, здесь дом, который построил мой дед и где мы сейчас живем с дочерью. Я чувствую себя здесь дома, но не до конца, дом все-таки там, где ты вырос, там, где ты сформировался, там, где ты учился, там, где ты коммуницировал, там, где для тебя ментально понятные люди. Я понимаю людей в московском метро по одному взгляду, кто в каком настроении, кому место надо уступить. Здесь – нет...»

**15 Алёна Левашова-Черникова**  
№2 ВЕСНА, стр. 44 (Новосибирск)

Писатель, блогер.

«Я не из тех людей, которые ждут вдохновения, мне ближе отношение к писательству как к ремеслу. Сядишь на свое привычное место и пишешь, даже если не складывается фраза, пусть криво-косо – через все это надо проходить, потом уже правишь, так навыки и вырабатываются. Нужна самодисциплина – у меня она есть».

**16 Сергей Левченко**  
№3 ЛЕТО, стр.68 (Майкоп)

Учитель математики школы № 7 Майкопа. Финалист конкурса «Учитель года России» 2020.

«Надо постоянно подбрасывать в свой камин дрова, не останавливаться и не утыкаться только в тетради, надо ходить в театры, кино, читать, видеть красоту природы и удивляться жизни».

**17 Наталия Мироненко**  
№2 2023/ ВЕСНА, стр. 60 (Старый Оскол)

Аэродизайнер.

«На дочкин первый день рождения я начала искать вариант, как сделать из шаров цифру «один». Попадалось все почему-то не то, в итоге я просто купила пачку шаров и начала делать по инструкции сама. И с этого момента я пытаюсь что-то делать из воздушных шаров. Сначала получалось не очень хорошо, но у меня был странный принцип – я не буду ничему учиться, должна додуматься до всего сама методом проб и ошибок».

**18 Юлия Музыка**  
№2 ВЕСНА, стр. 70 (Москва)

Руководитель проекта Rustrends.

«Сейчас я уже не мыслю локальными процессами. Если я запускаю какой-то проект, то он всегда масштабный. Если это показ, то он должен пройти в Новой Третьяковке, если это выставка, в Государственном историческом музее».

**ЭКСПЕРТЫ  
ПРЕМИИ НДЛ 2023**



**Валерий Колбацких**  
/Железнодорожск/

Создатель и лидер сообщества «Федерация Здорового Образа Жизни», директор IT компании, владелец сообщества-миллионника «Я не пью и не курю» в социальной сети «ВК».

**Юлия Музыка**

Молодая, красивая девушка, москвичка. Творческая личность. При этом для нее важнее семья, муж и дочери. Поистине, восхищает то, что она занимается продвижением русского искусства в нашей стране и за ее пределами.

**Валерий Цицвидзе**

Живет работает в Красноярске. Совершает ежедневные подвиги в жизни, занимается социальным служением и воспитывает достойных и порядочных людей из своих учеников. Не из-за денег, а по убеждению.

**19 Анна Пивоварова**  
№ 5/ОСЕНЬ стр.82 (Ростов-на-Дону)

Соавтор и эксперт программы профессиональной переподготовки «Гид-экскурсовод. Организация туристской деятельности» на базе Южно-Российского института управления РАНХиГС.

«Все и сейчас меняется. Туризм – огромная машина. Невозможно подняться утром и сказать: «Вчера вечером мы настроили сервис». Не получится. Нужна масса времени, чтобы влиять на изменения в сфере с разных сторон. Формируют качество и потребители: если мы молчим, то ещё долго будем получать некачественный сервис».

**20 Александр Плотников**  
№4 ЛЕТО /АВГУСТ стр.42 (село Ичалки)

Глава Ичалковского сельского поселения.

«На благоустройство в бюджете заложено всего 600 тысяч, включая, например, вывоз мусора, обкос территории и спил деревьев. Поэтому есть возможность – цепляемся за нее, участвуем. Только своими силами ничего существенного мы бы предпринять не смогли. Появилась возможность хоть что-то сделать, и глупо было ее упускать».

**21 Никита Поздняков**  
декабрь 2022 – январь 2023 стр.110 (Москва)

Музыкант, композитор, певец, артист Театра Алексея Рыбникова.

«Для меня судьба – это как многодорожечная запись. Как если бы мы двигались в каком-то направлении вдоль нескольких дорожек. Принимая те или иные решения, совершая поступки, а может и под влиянием обстоятельств перескакиваем с одной дорожки на другую. Но общий вектор, он либо предопределен, либо задан кем-то...».

**ЭКСПЕРТЫ  
ПРЕМИИ НДЛ 2023**



**Айланмаа Кан-оол**  
/Кызыл, Республика Тыва/

Директор колледжа искусств имени А.Б. Чыргал-оола, кандидат искусствоведения, заслуженный работник образования РФ

**Оксана Белкина**

Значение родного языка в жизни человека очень важно. Это изюминка края, его душа. Но часто ли мы задумываемся о том, как важно беречь и уважать свой родной язык? Эта мысль проходит лейтмотивом через интервью Натальи Смирной с Оксаной Белкиной, мокшанкой по национальности, жительницей Мордовии и «просветителем» мокшанского языка, на котором говорит чуть больше 100 тысяч человек в России. Ее жизнь посвящена продвижению этого редкого языка, распространению его, особенно среди молодежи. «Но что бы я ни делала для его продвижения, мне всегда кажется мало», – признается героиня. По той деятельности, которую Оксана ведет, по тому энтузиазму, с которым она рассказывает о своем родном мокшанском языке, а иногда и с болью – об отношении к нему, по ее дальнейшим планам, читатель убеждается, что это, действительно, стиль и смысл ее жизни. Как говорит сама Белкина: «Это и есть моя жизнь»... И «сворачивать со своей дороги не буду!»

## 19 Анна Пивоварова № 5/ОСЕНЬ стр.82 (Ростов-на-Дону)

Соавтор и эксперт программы профессиональной переподготовки «Гид-экскурсовод. Организация туристской деятельности» на базе Южно-Российского института управления РАНХиГС.

«Все и сейчас меняется. Туризм – огромная машина. Невозможно подняться утром и сказать: «Вчера вечером мы настроили сервис». Не получится. Нужна масса времени, чтобы влиять на изменения в сфере с разных сторон. Формируют качество и потребители: если мы молчим, то ещё долго будем получать некачественный сервис».

## 20 Александр Плотников №4 ЛЕТО /АВГУСТ стр.42 (село Ичалки)

Глава Ичалковского сельского поселения.

«На благоустройство в бюджете заложено всего 600 тысяч, включая, например, вывоз мусора, обкостерритории и спил деревьев. Поэтому есть возможность – цепляемся за нее, участвуем. Только своими силами ничего существенного мы бы предпринять не смогли. Появилась возможность хоть что-то сделать, и глупо было ее упускать».

## 21 Никита Поздняков декабрь 2022 – январь 2023 стр.110 (Москва)

Музыкант, композитор, певец, артист Театра Алексея Рыбникова.

«Для меня судьба – это как многодорожечная запись. Как если бы мы двигались в каком-то направлении вдоль нескольких дорожек. Принимая те или иные решения, совершая поступки, а может и под влиянием обстоятельств перескакиваем с одной дорожки на другую. Но общий вектор, он либо предопределен, либо задан кем-то...».

## ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ НДЛ 2023



### Дарья Мартынова /Кавказские Минеральные Воды/

Гипнотерапевт, инструктор «Нейро-Графики», соорганизатор фестиваля трансформационных игр «ргоЖизнь» на Кавказе (КМВ), фотограф, художник, создатель бренда #непростоодежда и #счастье в простом.

«Очередной раз с удовольствием прочла новый выпуск журнала НДЛ. Почему? Да потому что истории людей, путь их становления, их личный "Путь Героя" всегда отзывается внутри. Я нахожу себя в этих людях, в их проявлениях и смелости. Особенно "зацепил" герой осеннего выпуска Артём Ямициков из небольшого города Яранска. Это человек своей жизнью показывает тотальное доверие к миру, к самому себе в первую очередь. Одно дело, когда ты окружён привычными вещами, людьми и шагаешь во что-то новое каждый день в своих решениях, но возвращаешься в привычное. И совсем другое, когда ты один, непонятно где. Есть только ты и твои решения – которые моментально дают результат, без каких-либо призм мнений и искажений. Лично для меня Артём – образ максимальной взрослости, а может быть и той первобытной "безбашенности", или тотальной любви и доверию к миру, которую мы почти утратили...»

## 22 Никита Россов №2 ВЕСНА стр. 84 (село Хомутово, Иркутская область)

Основатель, директор сыроварни «Милаша».

«Если человек в первый раз приехал попробовать настоящий сыр, скорее всего, он будет брать сливочный домашний. Если приезжают директора компаний или искушенные командированные, то берут сыр с плесенью, выдержанные сыры, потому что в области их практически невозможно достать».

## 23 Никита Рыкунов № декабрь 2022 – январь 2023/ стр. 2 (Пятигорск)

Артист Ставропольский государственный театр оперетты.

«Я уверен, Дед Мороз – это круглогодичное состояние. Время пробило, открываешь шкаф, и серьезный вопрос: какой сегодня костюм захочет мой Дед Мороз? А потом самое сложное: вздохнул, выдохнул, и впервые в году вышел к детям».

## 24 Павел Савчук №3 ЛЕТО, стр.80 (Москва)

Председатель Российского Красного Креста, член Правления Международной Федерации Обществ Красного Креста и Красного Полумесяца, член Общественной палаты РФ.

«Любви вообще очень много, она вся вокруг нас. Если ты не любишь человека как такового, ты не сможешь ему помогать. Про себя могу сказать честно – я люблю людей, иногда от них устаю, иногда хочу побыть один. Но всегда отношусь ко всем с принятием, позитивным настроением и эмпатией».

## ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ НДЛ 2023



### Лариса Ермилова /Москва/ Музыковед, преподаватель музыкально-теоретических дисциплин.

### Ольга Герасимова

«Слова у нас до важного самого в привычку входят, ветшают, как платья», – блестяще сформулировал в свое время Владимир Маяковский. Мы так часто произносим словосочетание «Крым – наш» и говорим о стратегической важности «импортозамещения», что порой не замечаем необходимости наполнять эти формулы смыслами.

Между тем, любой российский регион делают поистине нашим люди, готовые жить ради него, творить ради него, создавать в нем особую уникальную атмосферу. Российские медиа полны историй успеха о том, как региональные «золушки» и «принцы» приезжают покорять Москву и становятся в ней заметными фигурами. Но не менее важны и другие примеры. Ольга Герасимова с двумя сыновьями переехала из столицы нашей Родины в Симферополь, для того, чтобы реализовать свою заветную идею – создать вино из собственной виноградной лозы. И российско-крымская мечта стала реальностью. В последнее время у нас оживилась дискуссия о том, что для женщины первично – карьера, семья или дети. Пример Ольги Герасимовой блестяще показывает, что противопоставлять эти разные стороны человеческой жизни контрпродуктивно. Не отвлеченные теорией, а практика, в которой любимое (и главное) дело твоей жизни с тобой вместе делают твои единомышленники – важнейшая ценность!

## 25 Виктория Салтыкова №3 ЛЕТО, стр.94 (Москва)

Генеральный директор АНО «История тебя».

«Я считаю, что к созданию герба нужно прийти. Герб и создание символов, с которыми ты себя ассоциируешь, очень серьезное дело, это будто бы «якорение» или манифестирование твоих принципов и ценностей, которые уже сформировались. Я пока не чувствую, что готова к личному гербу... Зато я сделала свой манифест. Мой манифест как публичное выражение личной миссии записан в моих социальных сетях и в изданных книгах – «От семейной истории к креплению исторической памяти».

## 26 Сергей Сальников №4 ЛЕТО/ АВГУСТ/ стр.52 (Старый Оскол)

Предприниматель.

«Мы с семьей вернулись на родину в пандемию. В Москве было нечего делать, доход у нас упал, плюс тут можно хоть как-то перемещаться, гулять. У нас был участок под Москвой, который мы продали. Семьдесят процентов от полученной суммы я вложил в производство одежды. Мы решили не возвращаться в Москву, туда и так можем доехать в любое время. А здесь дети ходят в садик, скоро в школу пойдут».

## 27 Ольга Синёва №2 ВЕСНА, стр. 94 (Москва)

Вице-президент Федерации пэйнтбола Московской области.

«Есть дети, которые перетекают в пэйнтбол после наших бесплатных соревнований: попробовал – понравилось – пришел. Многие дети смотрят на своих родителей-пэйнтболистов, поддерживают их на соревнованиях и сами втягиваются. Сейчас мы с активными пэйнтболистами хотим сделать проект – организовать пэйнтбол в ВУЗах и школах. Задача сложная...»

## 28 Сергей Слаутин № 5 ОСЕНЬ, стр.100 (Железнодорожск)

Руководитель отделения ЗОЖ Зеленогорска, представитель Союза ветеранов ВДВ, общественный деятель, тренер.

«Алкоголь и другие наркотические и психотропные вещества человеку не нужны. Человек деградирует. И сейчас вижу – многие родители выпивают, а дети ненужные по деревне бегают. Меня от этого всего воротит. Я принял решение – только здоровый образ жизни. И с детьми, да и со взрослыми работаю в этом направлении».

## 29 Мария Таченко №4 ЛЕТО/АВГУСТ, стр.68 (Магадан)

Учитель английского языка. Заняла второе место в конкурсе «Моя страна – моя Россия» 2023 президентской платформы «Россия – Страна возможностей». С проектом «Еду в Магадан».

«Каждый день я сталкиваюсь с вызовами. Сейчас идет реформа образования, приходишь в школу каждый день и думаешь: ну как же я это сделаю? А потом сделал, получилось, радуешься. Например, постоянно меняются программы, постоянно меняются условия и требования к существованию педагога в программе. Прямо сейчас мы должны написать программы по учебникам, которых у нас нет. Их пока не существует».

## ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ НДЛ 2023



### Аида Касумова

«Наверное, каждый человек в течение своей жизни задавался вопросом, что такое счастье и счастлив ли он. Счастье у каждого заключается в разном: одному для этого нужны богатство и слава, другому просто проснуться без боли, а третий, имея все, будет несчастен, ему всегда чего-то будет не хватать. Думаю, что Аида Касумова, школьный преподаватель английского языка из города Дербента согласится с цитатой из фильма «Доживем до понедельника», что «счастье – это когда тебя понимают», потому что в ее становлении как личности и высококлассного специалиста принимали участие именно такие люди. Это первая учительница Лейла Аслановна, любовь к ученикам которой и самоотдача повлияли на становление Аиды как педагога. Затем директор школы Людмила Георгиевна Зотова – мудрый наставник, принявшая молодого учителя и поверившая в нее. Сейчас – муж Ахмед Олегович, хорошо понимающий, насколько важна для героини ее работа, и всецело поддерживающий жену. А также дети – сын и дочь, заботливо относящиеся к родителям и друг другу. И, конечно же, ученики Аиды Шакировны, которые достойно принимают и понимают ее активность. Педагог мотивирует детей на самореализацию, на движение вперед, старается дать понять своим подопечным, что школа – это не только уроки, это еще и познание мира. Очень приятно знать, что есть люди, которые тебя могут понять. Но счастьем является и то, когда ты сам понятен другим. Для этого, идя в ногу со временем, Аида Касумова стала блогером, создав достойный контент. Она отчетливо понимает, что это нравственная ответственность, поэтому ее блоги носят просветительский характер. Счастье – это не мгновенный эффект, это состояние души, которое приходит, когда человек окружен людьми, которые его понимают. Поэтому Аида Касумова – счастливый человек».

### Айланмаа Кан-оол /Кызыл, Республика Тыва/

Директор колледжа искусств имени А.Б. Чыргал-оола, кандидат искусствоведения, заслуженный работник образования РФ

**30 Роман Ти**  
№4 ЛЕТО/АВГУСТ, стр.78 (Санкт-Петербург)

Врач высшей квалификационной категории, член Российской Ассоциации детских хирургов (РАДХ).

«Я считаю, что все, что ты делаешь, нужно делать хорошо. Понятно, что я не бог, я не могу сделать идеально, но пытаюсь. Продумываю заранее, что может пойти не так, то есть моделирую всю ситуацию в любой сфере своей деятельности. Ты выглядишь уверенным в себе, ты знаешь, что делаешь. У тебя есть уязвимые места? Они есть у всех. И у меня, конечно. Это семья. Вдруг дома неувязки, или ссоры, меня это расстраивает. И на работе это может сказаться. В профессиональном же плане для меня не существует ничего, с чем бы нельзя было справиться».

**31 Тимур Халиуллин**  
№2 ВЕСНА, стр.104 (Белгород)

Солоист Белгородской филармонии, органист, клавесинист и исполнитель на карильоне.

«У меня в кабинете окна оклеены пленкой СМП2, подвал филармонии оборудован под бомбоубежище. С водой, с кроватями... Через каждые две остановки в автобусах дают информацию об укрытиях. Признаюсь, были мысли уехать. Но я останусь. Видите мой план – я уже 2024 год расписал».

**32 Валерий Цицвидзе**  
№3 ЛЕТО, стр.104 (Красноярск)

Детский тренер по кикбоксингу.

«На каникулах после первого класса отец решил показать мне родину его предков. До этого я не бывал нигде. И вот поезд, слева и справа горы, потом пошли степи, Уральские... тоже называют горами, граница Европы и Азии, потом деревня Мандаити недалеко от Тбилиси (нашлись даже очень дальние родственники с нашей фамилией), фруктовый сад, горы... В Прибайкалье горами-то никого не удивишь, но Главный Кавказский хребет – это, конечно, круче! Во всех смыслах...»

**33 Наталья Черкашина**  
№4 ЛЕТО/ АВГУСТ, стр.92. (Белгород)

Доктор технических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной химии Белгородского государственного технологического университета имени В.Г. Шухова.

«В научной сфере женщины сейчас занимают упорные позиции, но нам все же тяжело пробиться, поэтому здорово, что премия «КОЛБА» именно для женщин и мы могли соревноваться между собой, а не с мужчинами. Само по себе событие крутое, с хорошей организацией. Удалось пообщаться с людьми своего уровня, с представителями научной сферы, с которыми мы говорим на одном языке».

**ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ НДЛ 2023**



**Антон Алексеев**  
/Москва/

Генеральный директор корпорации «Новый космос», победитель первых «Лидеры России», лауреат премий CDO Award 2021, CIPR DIGITAL'21, РУНЕТА 2020, «Компания будущего-2022», член комитета правительственной Дорожной карты «Перспективные космические системы и сервисы», Grenoble MBA, лауреат списка Choiseul 100 Russia-France

«*Меня заинтересовала история героя «НДЛ» – Никиты Россова, а точнее его дружной семьи и малого сырного предприятия. Его пример целеустремленности и разносторонних подходов к делу ввиду самых разных полученных образований – впечатляет. Именно такие примеры сегодня особенно нужны молодым предпринимателям, студентам – для мотивации к запуску собственного дела.*

*Никита, несмотря на удаленность фермы от городов-миллиоников, несмотря на возможные сомнения и трудности, несмотря на первичные образовательные опыт и навыки – нашёл свою нишу, вовлёк и укрепил семью, направил свои «высшие образования» во благо результата, и в целом нашёл из сибирского своего местоположения преимущества для своей идеи. Это – действительно редкое сочетание навыков и умения адаптироваться, желания идти вслед за своей мечтой и желания делать то, что нравится.*

*Уверен, что именно такие ребята во многом определяют будущее нашей страны. Впрочем, уже сегодня, благодаря трибуне «НДЛ», такие как Никита – меняют нашу с вами жизнь.*

**34 Анна Шпилёва**  
№4 ЛЕТО/АВГУСТ, стр.102 (Москва)

Директор проекта «Бизнес-инкубатор» российского экономического университета им. Г. В. Плеханова.

«Как говорят, выбери себе работу по душе, и тебе не придется работать ни одного дня в своей жизни. Я нашла то, что приносит мне удовольствие, и потому избегаю выгораний. Иногда испытываю волнение, проходя новый этап карьеры, но чем больше двигаюсь, тем быстрее новый темп, становится для меня нормой».

**35 Артём Ямщиков**  
№ 5 ОСЕНЬ, стр.110 (Яранск)

Путешественник, заведующий отделом научно-просветительной работы Яранского краеведческого музея.

«Путешествовать в одиночку не так уж плохо. В этот момент ты полностью самостоятельно принимаешь решения и не зависишь от желаний других. Двигаешься исключительно туда, куда запланировал. Но всю ответственность за то, что происходит с тобой, несешь так же ты. Если ночью в четырёх тысячах километров от дома я стою голодный под дождём – в этом виноват только я, так как сам привёл себя сюда».

# ПРЕМИЯ НДЛ 2023

## ЭКСПЕРТЫ ПРЕМИИ



- 1 Антон Алексеев /Москва/**  
Генеральный директор корпорации «Новый космос», победитель первых «Лидеры России», лауреат премий CDO Award 2021, CIPR DIGITAL'21, РУНЕТА 2020, «Компания будущего-2022», член комитета правительственной Дорожной карты «Перспективные космические системы и сервисы», Grenoble MBA, лауреат списка Choiseul 100 Russia-France
- 2 Любовь Владимирова /Чкаловск/**  
Заместитель главы администрации городского округа города Чкаловск Нижегородской области
- 3 Дмитрий Войнов /Майкоп, Республика Адыгея/**  
Фотохудожник, дизайнер полиграфической продукции. В настоящее время руководит собственной типографией.
- 4 Алина Гасумянова /Москва/**  
К.ю.н., юрист, генеральный директор ИД «Проект Медиа Групп», зам. директора Центра стратегических исследований в области энергетики и цифровой экономики МИЭП МГИМО (У) МИД России
- 5 Максим Гвиджия /Сухум, Республика Абхазия/**  
Экс.министр иностранных дел Абхазии, проректор по международным связям и экономическим вопросам АГУ
- 6 Фатима Доцагова /Грозный, Чеченская Республика/**  
Директор Государственной галереи им. А.А. Кадырова
- 7 Лариса Ермилова /Москва/**  
Музыковед, преподаватель музыкально-теоретических дисциплин.
- 8 Александр Зубов /Пятигорск/**  
Совладелец и директор по развитию мебельного производства Artel
- 9 Аниса Ибрагимова /Артёмовский/**  
Преподаватель немецкого языка средней школы №8
- 10 Елена Иванова /Москва/**  
Доктор медицинских наук, профессор кафедры терапевтической стоматологии им. профессора В.С. Иванова Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования
- 11 Айланмаа Кан-оол /Кызыл, Республика Тыва/**  
Директор колледжа искусств имени А. Б. Чыргалоола, кандидат искусствоведения, заслуженный работник образования Российской Федерации.
- 12 Екатерина Каменева /Москва/**  
Проректор по учебной и методической работе Финансового университета при Правительстве Российской Федерации, доктор экономических наук, профессор.
- 13 Валерий Колбацких /Железногорск/**  
Создатель и лидер сообщества «Федерация Здорового Образа Жизни», директор IT компании, владелец сообщества-миллионника «Я не пью и не курю» в социальной сети «ВК»
- 14 Ника Косенкова /Москва/**  
Режиссер, актриса
- 15 Николай Кугаевский /Санкт-Петербург/**  
Музыкант, директор Детской школы искусств Красносельского района Санкт-Петербурга, депутат муниципального совета «Сосновая поляна»
- 16 Ирина Куколкина /Москва/**  
Дизайнер, реставратор, художник. Член творческого союза художников России
- 17 Кристина Ланцова /Самара/**  
Директор галереи G Gallery
- 18 Дарья Мартынов /Кавказские Минеральные Воды/**  
Гипнотерапевт, инструктор «Нейро-Графики», со-организатор фестиваля трансформационных игр «ргоЖизнь» на Кавказе (КМВ), фотограф, художник, создатель бренда #непростоодежда и #счастье в простом.
- 19 Марина Мельничук /Москва/**  
Руководитель департамента английского языка и профессиональной коммуникации Финансового университета при правительстве РФ, доктор экономических наук, кандидат педагогических наук.
- 20 Анастасия Минчановская /Москва/**  
Ведущий инженер Центра научно-технической информации ОАО «РЖД»
- 21 Александр Нерозя /Красноярск/**  
Член Союза фотохудожников России, член Красноярского краевого отделения Русского географического общества. Участник, победитель многих престижных мировых фотоконкурсов
- 22 Валерий Порк /Москва/**  
Заместитель Председателя Правления Национального Фонда Поддержки Социальных Программ, член редколлегии журнала НДЛ
- 23 Любовь Ротару /Новочеркасск/**  
Экономист
- 24 Андрей Сергеев /Москва/**  
Председатель Правления Национального Фонда Поддержки Социальных Программ (НФСР)
- 25 Галина Скоробогатова /Москва/**  
Журналист, культуролог
- 26 Гульназ Файзрахманова /Казань, Республика Татарстан/**  
Кандидат педагогических наук, мастер декоративно-прикладного искусства, член Профессионального союза художников России. Внесена в «Единый реестр профессиональных художников Российской империи, СССР «Русского зарубежья», Российской Федерации и республик бывшего Советского Союза (XVIII–XXI века)», Член Евразийской Ассоциации Художников
- 27 Анна Чарина /Красноярск/**  
Хозяйка клининговой компании «ЧистоЧисто», нутрициолог. «Мойдадыр из Красноярска», № 4 2021. Красноярск стр.136



# ПРЕМИЯ НДЛ 2023

## Номинации

Все номера журналов можно посмотреть на сайте [newbusinesspeople.ru](http://newbusinesspeople.ru)

### ГЕРОЙ НДЛ 2023

- 1 **Ольга Герасимова**  
«ЧЕЛОВЕК, СДЕЛАВШИЙ СЕБЯ САМ»  
№ 5 ОСЕНЬ
- 2 **Сергей Левченко**  
«УЧИТЬ НАДО ЛЮБИТЬ»  
№3 ЛЕТО
- 3 **Никита Россов**  
«ПРОДЮСЕР КОЗЫ «МИЛАШИ»  
№2 ВЕСНА
- 4 **Сергей Слаутин**  
«ВИШНЕВЫЙ САД СРГЕЯ СЛАУТИНА»  
№ 5 ОСЕНЬ

### ИНТЕРВЬЮ ГОДА

- 1 **Полина Данилова**  
«БЕЗДНА, ПРИВЕТ!»  
№2 ВЕСНА
- 2 **Маргарита Ларионова**  
«БЫТЬ ПЕРВЫМ»  
№5 ОСЕНЬ
- 3 **Галина Скоробогатова**  
«ДЕВУШКА ИЗ МОСКОВСКОГО «КУКУЕВА»  
№5 ОСЕНЬ
- 4 **Наталья Соколова**  
«ЖИЗНЬ КАК ИГРА»  
№4 ЛЕТО/АВГУСТ
- 5 **Ульяна Черняева**  
«ВРАЧА! ВРАЧА! ПОЗОВИТЕ ВРАЧА!»  
№4 ЛЕТО/АВГУСТ

### ФОТО-ОБРАЗ 2023

- 1 **Михаил Авагимов**  
(Южная Осетия, Цхинвал)  
ФОТО К ПОРТРЕТУ ЗАРИНЫ  
КУЛАЕВОЙ  
№5 ОСЕНЬ, стр.70  
ФОТОГРАФИИ ЦХИНВАЛА  
№5 ОСЕНЬ, стр. 12-17
- 2 **Павел Крутенко** (Иркутск)  
СЕЛО ХОМУТОВО, ИРКУТСКАЯ  
ОБЛАСТЬ  
№2 ВЕСНА, стр. 82-83
- 3 **Андрей Чердаков** (Новосибирск)  
ФОТОГРАФИИ АЛЁНЫ  
ЛЕВАШОВОЙ-ЧЕРНИКОВОЙ  
№2 ВЕСНА, стр. 42



## Наша красивейшая страна – лучший подарок на Новый год

**Победитель  
в номинации  
«Герой года»**

**Ольга Герасимова. № 5 2023, ОСЕНЬ**  
Предприниматель, винодел

Для меня, как бывшего сотрудника общепита, который на протяжении многих лет весь декабрь терял нервные клетки, силы и здоровье на новогодних корпоративах, праздник потерял весь свой флер предвкушения чуда и зимней сказки. К празднику отношусь очень спокойно и без суеты. С рождением детей ситуация изменилась, и теперь в моем сознании это детский праздник.

Я люблю дарить эмоции, создавать атмосферу и во все вкладываю особые смыслы. Наверно, поэтому и стала заниматься вином, ведь каждая бутылка хорошего вина – это возможность передать эмоцию, настроение и сделать атмосферу особенной.

Новогодние праздники – это очень ценное время, когда тебя никто не отвлекает от семьи и себя самого. Не работает вся страна, некому звонить тебе и напоминать о дедлайнах, можно просто проводить время с семьей, получая новые эмоции и впечатления.

Новый год мы стараемся встречать дома. Праздник обычно получается символический и не шумный, потому что на первое января, как правило, забронированы билеты «куда-нибудь».

На каникулы мы ездили в Великий Устюг к Деду Морозу, катались на ледянках и лошадиных упряжках в Суздале, грелись у камина во Владимире, посещали музей елочной игрушки в Коломне, посмотрели множество новогодних постановок и спектаклей в Москве, катались на коньках в разных парках столицы.

Последние два года мы встречали праздничную ночь в Крыму. Здесь не очень с «новогодним настроением», хоть и есть зимние анклавы. Например, Ай Петри. В прошлом году мы поднялись на заснеженную вершину с опытным проводником. Проехать туда зимой достаточно сложно, нужно иметь опыт и снаряжение. Впечатления незабываемые – под ногами снег и холодно, а внизу солнечная, теплая Ялта и море невероятного цвета. Можно кататься с горки, лазать по сугробам и наслаждаться сумасшедшими видами. А потом спуститься вниз и – праздник снова закончился. Города практически не украшаются, рестораны тоже живут своей обычной жизнью, а праздничные представления для детей сводятся к банальному «Елочка, гори» да хороводу зайчиков и снежинок. Мне как человеку, избалованному праздничной Москвой, которая одевается в сверкающий наряд уже в конце ноября, этой атмосферы очень не хватает. Зато появляется другая возможность – спокойно посещать популярные туристические места, без очередей и толкотни.

Был у нас и опыт встречи Нового года вне дома. Прошлогодний бой курантов мы слушали в загородном экотееле. Интересный опыт, но я, как истинный интроверт, хоть и умеющий успешно маскироваться под экстраверта, не очень жалую такие события. Потому что в этом году по старинке – дома. Съедем салат, послушаем куранты, а первого января – в путь. Еще столько интересного в Крыму нужно посмотреть.

Есть и планы на будущее. В нашем новогоднем вишлите значатся – Казань, парк Рускеала\*, Северное сияние в Мурманске, Резиденция Снегурочки в Костроме, покататься на коньках по застывшему Байкалу и на снегоходе на высоте «Приют 11» на Эльбрусе. Еще хочется



сходить в Мариинский и Большой театры именно в новогодние праздники.

Мои дети с рождения в дороге, любят поездку дальнего следования, летать на самолетах и могут спать в любом, даже самом шумном, месте. Я сама всегда любила путешествовать и очень жадная до новых знаний и впечатлений. Люблю изучать Россию, деревянное зодчество, русскую архитектуру, старинные храмы, народные ремесла и открывать для себя места с дикой природой. У нас такая большая, невероятно красивая страна, и каждый новый год я дарю ее себе и своим детям. Думаю, что это и есть наша маленькая семейная традиция.

\* Парк Рускеала – туристический комплекс, расположенный в Сортавальском районе Республики Карелия. Основой комплекса является объект культурного наследия, памятник истории – заполненный грунтовыми водами бывший мраморный карьер.



## И снова десять лет

Победитель  
в номинации  
«Герой года»



Сергей Левченко. №3 2023, ЛЕТО  
Учитель математики школы № 7 Майкопа.  
Финалист конкурса «Учитель года России» 2020.

Если спросить: «Какой праздник у тебя самый любимый?», то я, ни секунды не раздумывая, отвечу: «Новый год!» Хотя он, конечно, и конкурировал в детстве с днём рождения, но с годами моя любовь к нему только крепнет. Всё потому, что...

Новый год в нашей семье всегда был праздником «только для нас», в том смысле, что гости появлялись дома либо до, либо после боя курантов, а вот непосредственно в момент смены дат мы, чаще всего, были только семьей: мама, папа, сестра и я. Эти волнительные мгновения, в которые надо было открыть бутылку шампанского, загадать желание и выпить (без какого-либо удовольствия) пару глотков игристого ярче всего и запомнились: прежде всего тем, что мы там счастливы... Начало декабря – время наряжать ёлку. И это не просто выбор заранее конкретного дня, а некое спонтанное решение, которое должно непременно сотворить «чудо». Однажды в детстве я сильно простыл и меня донимала температура. Тогда, чтобы в корне побороть мою болезнь, мама решила: надо наряжать ёлку! Хорошо помню, как размеренно, борясь со слабостью, я развешивал игрушки, подбирал самое выигрышное место для очередного шарика и... чувствовал, как простуда отступает.

Так и теперь. Ёлку мы наряжаем только тогда, когда нужен заряд для подсевшей за год душевной батарейки и абсолютной смены настроения. Ёлочка в детстве у нас была искусственная и очень маленькая, зато игрушек на ней всегда было с избытком – на каждой веточке по две, а с годами их становилось всё больше. Стекланные шары, правда, каждый раз теряли по одному (а то и больше) бойцу, пока совсем не сдались пришедшей на смену армии пластиковых «солдатишков». Были игрушки, которые своими руками сшила моя бабушка Рая, мамина мама, вдохновленная книжкой «Уроки бабушки Куми». Сейчас я понимаю, что надо было сложить эти игрушки в сундучок с ценностями и лишь изредка на них любоваться как на самое дорогое сокровище, но тогда это были просто ёлочные игрушки. Странно: хотя никто и никогда в них не играет, почему-то в память они въедаются ярко и навсегда.

Новогодний стол не блистал новшествами: сначала, видимо, было и нечем разносольничать, а потом это меню стало традицией: к классическим картофельному пюре, жареной курице, бутербродам (иногда и с икрой, но чаще со шпротами), оливье, салату с крабовыми палочками, фаршированным яйцам, печеночному торту и холодцу в разные годы присоединялись один-два новых салата. Мама считала, что за новогодним столом обязательно надо попробовать что-то новое. Получалось, может, и не всегда удачно, но тяга к кулинарному эксперименту тоже стала семейной традицией. Так 29 декабря 2016 года у нас на троих (папа не признает современных технологий) появился чат во ВКонтакте с рабочим названием «Новогодние вкусняшки». Не помню, что именно мы смогли совместными уси-



лиями найти в тот год, но общение в нём не прекращалось ни на день... До самого лета 2022 года, когда не стало мамы. Удивительно, что, выдержав километры, окончание сестрой колледжа, мои сессии в университете, переезд и «Учитель года», последнее сообщение в чате как раз от неё – про рецепт какой-то запеканки из кабачков, которую так никто и не приготовил. Новый год – это про подарки. Они были (и есть, и будут) каждый год, но был особенный, запомнившийся ярче остальных: в новый 2002 год я обнаружил под ёлкой справочник школьника (очень полезное издание, которое не раз меня выручало), карманный англо-русский словарь (с ним я не только школу окончил, но и два университета) и видеокассету с фильмом «Гарри Поттер и философский камень». Надо ли писать о том, что 1 января 2002 года я посмотрел фильм подряд не менее пяти раз и был под таким впечатлением, что навсегда влюбился в этот волшебный мир? В разные годы Дед Мороз, приходивший всегда аккуратно тогда, когда я бежал смотреть фейерверки после курантов, приносил мне книги, диски с играми, одежду... Этот старик приучил меня к тому, что в ночь с тридцать первого на пер-

вое он обязательно придёт, и привычка эта сильнее любой логики. Зимние праздники в нашей семье плотно ассоциированы с «классическими» новогодними фильмами и телепередачами. Каждый год, 31 декабря, мы смотрим... Не сомневаюсь, все уже закончили эту фразу названием нетленной картины Эльдара Рязанова. Потом Иван Васильевич снова меняет профессию, Леночка Крылова организует огонёк в ДК, а Кевина опять оставляют одного дома... И вот уже заиграла в памяти мелодия «Снег над Ленинградом» Микаэля Таривердиева... Мне снова десять лет, рядом родные и близкие люди – счастливые оттого, что приходит Новый год, и оттого, что никуда не надо спешить и можно отдохнуть. Снова маминым голосом зазвучит призыв: «Давайте вспомним, что хорошего было в уходящем году!», и мы, конечно, решим, что провозжать «старичка» жалко, но он уйдёт, пожелав «новому» быть не хуже. А завтра мы, в нашем духе, сорвёмся с «прошлогодними» салатами одинокой машиной по трассе, чтобы поскорее встретиться с родственниками в новом году. И впереди ещё много выходных дней и планов, которые откладывались весь год..



## Неугомонный директор

Победитель в номинации  
«Герой года»

**Никита Россов.**  
№2 2023, ВЕСНА  
Основатель и директор  
сыроварни «Милаша».

Автор Софья Григорьева  
Фото Ольга Копылова

Чей-то крик души в интернете: «Что ж вас так тянет в Хомутово?! Небось, ему скоро статус города присвоят. Вся Иркутская область туда переезжает» ... А что, всем ведь хочется в Европу! Лакомый кусочек нового Старого Света в виде швейцарского сыра Грюйер приготовил на своей сыроварне «продюсер козы», юрист-телеведущий-зоотехник Никита Россов (молодой, можно без отчества). Фамилию ему подарили, наверное, великие россы старины, основавшие Россию. А 5 лет назад он построил в Хомутово ферму и завод, назвав их именем реальной козы Милаши, с которой разделил победу-2022 во всероссийском конкурсе – в номинация «Моя гордость. Моя Малая Родина». Интервью в журнале «Новые деловые люди» начиналось с вопроса «Как удалось оказаться самым успешным?», ответ триумфатора был столь же лаконичен: «Работать, работать и ещё раз работать!» Замыкая недлинную цепочку «одномоментной» трудовой династии, Никита счастлив тем, что рядом с ним бабушка Октябрина Ивановна и мама Оксана Александровна. Они поддержали своего дорогого мальчика, начавшего с нуля не очень знакомое дело (что такое агротуризм?!), и просто сразу «засучили рукава». Мощная фраза сына-внука «Иногда сутки делятся 48 часов, а иногда все-таки 24» дает представление о том, как все они «пашут». Три программы придумала тройка талантов: «Гастрономия» – с дегустацией и дружными застольями, «Экскурсии» (летом на ферму, где козочек можно погладить и покормить, зимой на завод, где и рецептами сыроварения делятся), а на границе годов – Рождественская программа. Сценарий ее задумывается ещё в начале осени, родня и примкнувшие к ней друзья семьи накидывают захватывающие идеи, какие-то идут на ура, какие-то отвергаются, атмосфера творческая, смех, споры, шутки... В 20-х числах декабря ферма уже сияет гирляндами, не мелкий Никита надевает костюм эльфа (с крылышками, конечно), приезжает Дед Мороз, появляются автобусы с гостями – и начинается сказка! Эльф обходит ряды с куколкой итальянской феи Бефаны (это добрая колдунья с мешком подарков, замещающая Санта Клауса), и все глядят её, загадывают желание – про себя, или шепотом, или вслух. Взрослые и не замечают, как легко и быстро превращаются в беспечных девчонок и мальчишек. Вечером 31 декабря «продюсер Милаши» открывает панорамное окно, любуется слепящим фейерверком и благодарит Вселенную за все, что имеет. Потом садится за стол и в волшебной тетрадке записывает сбыточные (и даже несбыточные!) мечты на грядущий год. Это станет его ориентиром и руководством к действию на целых 366 дней, один из которых – Касьянов день. А Касьян святой не очень добрый, и надо придумать, как его умиливать. Никита придумает! И есть надежда, что племя Милаши не подведет.



**Победитель  
в номинации  
«Герой года»**

**Сергей Слаутин.**  
№5 2023, ОСЕНЬ  
Руководитель отделения ЗОЖ  
Зеленогорска, представитель  
Союза ветеранов ВДВ, общественный деятель, тренер.

**Деревня, в которой ты родился и рос, – бывшее эстонское подворье. Как вы отмечаете в деревне Новый год, есть ли какие-то традиции?**

Да, были интересные моменты, правда уже после Нового года. Мы собирались ребятами и колядовали – брали санки, надевали большие шубы, зерна немного прихватывали и ходили по домам, собирали вкусняшки – «Сею, сею, посеваю, добра наживаю». Кто конфеты давал, кто сало (*смеется*). Еще были ночные «покатушки» с горки. Ходили в лес, у нас там была своя гора большая, и катались – на капотах от машин, в ваннах... А потом жарили картошку на огне. Классно было! Деревне в следующем году будет 130 лет. Мне дорога моя маленькая и скромная деревня. Мама у меня постоянно работала, две профессии – свиноводка и доярка. Я помогал матушке, поэтому праздники особо не отмечали. Мамуле отдыхать нужно, она за свою жизнь напахалась. Но продолжает работать, правда в другом месте, поэтому и сейчас не особо празднуем. Лучше лишний раз ей поспать. Да и мы с сестренкой – она у меня директор сельского Дома культуры, а я массовик-затейник – эти даты постоянно отмечаем, и уже сил на празднование самим не хватает. Отвели тор-

жества, и отдыхать. Да еще и не пьет у нас в семье никто. Можем собраться – в баньке попариться, чайку попить – без гостей, без шума, тихонечко. А Новый год я вообще будто не замечаю. Шибко праздника не вижу. Посидел, тортик поел – и спать. А завтра новый день, новые дела. Я часто встречаюсь с ветеранами, и по их историям, по их глазам понял, что для меня главный праздник – 9 мая. Не просто праздник – это судьбоносный момент. Мы теперь можем дышать, жить, мечтать. Вот что для меня праздник.

**А ты был Дедом Морозом? Я прямо вижу тебя в его роли.**

Кем я только не был! Однажды вел День рождения у своего племянника, был Клоуном Тошей. Был Дедом Морозом, Миньоном, Человеком-пауком, Бэтменом, Бабой Ягой, Лешим был. Разные примерял на себя роли. У нас в декабре будет соревнование по спортивной гимнастике на призы Деда Мороза, вот я опять буду им.

**Серез, мы с тобой в конце августа общались. Что произошло за три месяца? Что нового?**

У меня каждый день новые какие-то «открытия». Сейчас взял бешеный темп. Я на новом месте работы – педагог-организатор в центре дополнительного образования «Витязь». Вошел в это направление с очень серьезным настроем, взвалил на себя море проектов. Каждую неделю мастер-классы с участниками СВО по тактике, по медицине, по стрельбе. Каждые выходные марш-броски. Продолжаю свой проект «Ты можешь все», я его начал еще два года назад, заказал оборудование для ребят-ишек, чтобы можно было в помещении и на улице организовывать полосы препятствий и выполнять различные упражнения. Взял на себя команду «Победа». Готовимся к важному военно-патриотическому фестивалю «Сибирский щит». Мы с ними проходим большую подготовку в очень сжатые сроки – это туризм (разжигание костров), установка палаток, общая физическая подготовка, марш-броски, стрельба из автомата, из пневматики, стрельба с лазерным оборудованием. В общем, много всего, даже не вспомню, нужно записывать.

**Расскажи про выступление на Арбате.**

Это мероприятие было в Москве в 2021 году, мы ездили на слет и конференцию ЗОЖ. Три дня провели в студии телерадиокомпании «Аврора», было много всего интересного, в том числе запомнились интересные спикеры. А потом я просто пошел гулять по Арбату. Смотрю, там уличные музыканты песни поют, а мне захотелось стихи почитать. Попросил у ребят микрофон и выступил.

**Ты можешь вот так просто подойти к незнакомым людям? Ну ты герой! А я стесняюсь.**

Бывает, смотришь на человека, а он энергию добрую излучает. Приятно подойти и сказать: «Вы такой заме-

чательный, мастер своего дела». Я считаю, никогда не надо в карман лезть за словом. Было однажды: увидел бабушку лет семидесяти, она такая яркая, в желтом пуховике, беретик красивый, я ей говорю: «Вы очень классная и прекрасно выглядите». Она улыбнулась, я тоже. Порой нужно дарить незнакомым людям моменты радости.

**Ты говорил, что твое любимое стихотворение «Душа Зверя»\*. Очень оно трагичное – ты проводишь параллель с собой, со своей жизнью?**

Каждый стих – определенное состояние души. Определенный промежуток жизни. Из любой ситуации хочется вынести урок. Это непросто – осознать. «Душа зверя» – я в этом стихотворении уловил себя. Или то, что я чувствовал в тот момент. Сейчас такой бешеный ритм, пока не могу перейти на нормальное состояние, когда душа поет. Не хватает мне такого внутреннего состояния, но до Нового года нужно столько всего сделать, столько проектов завершить. Получается, я свои желания, увлечения отодвигаю на второй план, мало занимаюсь собой. Но нельзя бросать себя – это то, что дает тебе жизнь. Хочу снова читать стихи, хочу летать, хочу возобновить тренировки по борьбе, мне нравится бороться. Я, кстати, недавно прыгал с парашютом, спустя десять лет. Опять испытал эти эмоции, небо почувствовал. Хочу вновь стихи сочинять. Да, я писал стихи – столько было записок, столько разных бумажек. Но сейчас пока отложил в сторонку.

**Что пожелаешь читателям журнала в Новом Году?**

Самое главное – любить и беречь родных и близких. А еще ценить время и жизненные силы. Поймал себя на мысли – нужно себя постоянно раскрывать. Как-то на фестивале ГТО я увидел бабушку и услышал ее почти девиз: «Вот мне семьдесят лет исполнилось, поэтому я должна отжаться семьдесят раз!». Вот это жизненные установки! Очень хочу, чтобы все ценили свое здоровье. Нужно о себе думать. Пройдет время, уйдут возможности, и останешься с чем? А еще пожелаю добра и мира во всем мире. Хватит уже, хочется, чтобы все жили дружно. Земная жизнь такая короткая, а мы еще больше ее укорачиваем. Пожелаю, чтобы все друг друга любили, ценили и берегли. По-человечески чтобы относились друг к другу. Есть законы, поправки в конституции, но есть и высшие законы. Законы человеческого отношения.

\* «Душа зверя» – автор Оксана Залилова, 2008 г.

## Законы человеческого отношения

Интервью Ульяна Черняева  
Фото из архива С. Слаутина



Алёна Август

## «ШКОЛА МЕЧТЫ» КАК ПАРТНЕРСТВО СМЫСЛОВ

**Оказывается, чтобы стать волшебником, волшебная палочка не обязательна. А что тогда обязательно? Наверно, желание изменить мир к лучшему, вера в свою идею и умение объединять вокруг себя людей. Именно на такой энергии родился и растёт проект «Школа мечты».**

Школа для каждого человека – та точка пространства, в которой в разное время пересекутся линии судеб наших родителей, друзей, детей, даже внуков. Именно потому школа как понятие – вне времени и одновременно должна быть впереди времени.

Есть пример, который я часто привожу в беседе со взрослыми, разного рода чиновниками, с рассказом о «Школе мечты». Представьте, что вы первоклашка, которому припичило в туалет. Ты несешься по коридору среди огромных старшекласников, боишься не успеть и не видишь, куда бежать, – конфуз уже рядом. А все потому, что взрослые дяди-строители школьную навигацию сделали нечитаемой и на уровне своего роста. Ты просто не увидел, где туалет. В понимающем дизайне такое невозможно – все навигационные элементы находятся на уровне ребенка. Зачем нужны такие примеры? Чтобы раскрыть с разных сторон смысл того, что меняет к лучшему в жизни и будущем школ проект «Школа мечты».

Год назад стартовала федеральная президентская программа капитального ремонта школ в рамках государственной программы «Развитие образования». Это новая жизнь для 7300 российских школ из всех регионов страны. Шанс стать другими, новыми, современными, сохранив свою уникальность, традиции, историю! Но для того, чтобы

стать действительно «Школой мечты», уже недостаточно просто хорошо отремонтированных крыш, стен, окон, полов. Важно полностью переосмыслить пространства, а значит – сделать школу комфортной во всех смыслах и для всех людей, входящих в школьное сообщество. Что это значит? Больше света и прозрачности, это дает ощущение свободы и помогает просматривать всю геометрию пространств, а значит становится гарантией безопасности, даже – антибуллинговым рецептом для школы. Больше вариантов коммуникаций – это рекреации с зонами для активных игр, местами для уединения и самостоятельной работы, отдыха, подиумами для организации совместной работы или дискуссии. А вы разве не знали, что дети в школу ходят не только учиться? Открою секрет – общение, вот зачем туда идут. Мой любимый прием, например – графическая стена, которая становится и внутришкольным мессенджером, и местом для творческих высказываний. Больше логики в пространствах – к примеру, как сделать так, чтобы накормить без проблем за короткое время огромное количество учеников и не сойти с ума. Причем всем – и директору, и работникам столовой, и детям. Важно просчитать потоки, чтобы дети с полными тарелками и пустыми тарелками не сталкивались, чтобы зона мытья рук была интуитивно неизбежным моментом мар-

### ЛИДЕР ПРОЕКТА «ШКОЛА МЕЧТЫ»:

**Наталья Кравченко**, председатель комиссии по просвещению и воспитанию Общественной палаты РФ.

### ЭКСПЕРТЫ ПРОЕКТА:

**Марина Битянова**, кандидат психологических наук, директор Центра психологического сопровождения образования «ТОЧКА ПСИ» (Москва).

**Александр Гулин**, директор частной школы «Снегири» (Москва).

**Михаил Мокринский**, директор частной школы «Летово» (Москва, поселение Сосенское).

**Марк Сарган**, директор инновационного образовательного центра «Школа 800» (Нижний Новгород), руководитель Центра разработки образовательных систем «Умная школа».

**Анна Кузнецова**, куратор экспедиции, кандидат архитектуры, заместитель декана факультета архитектуры и дизайна Самарского государственного технического университета.

шрута, также важен подбор цветовых решений – чтобы «веселенький» дизайн не превращался в раздражающий. Ну и многофункциональность – это примета времени. Пересобирается все – кабинеты, библиотеки (там, кстати, вполне возможны лежачие места), актовые залы, спортивные залы, рекреации. А как иначе, если активностей много, задач много, и все это требует мгновенных решений? И один из важнейших вопросов – туалетный, мы с этого начали. Множество школьников, по оценкам врачей, в школе не ходят в туалет. Причина – туалеты неприятны, там страшно, там могут обидеть, там нет интимности, все это пугает. Оказывается, современный понимающий дизайн и эти вопросы решает. Верные цветовые акценты, зонирование, правильно организованное пространство – и слово «страшно» забыто. Проект «Школа мечты» начался с того, что обнаружилось странное – деньги на ремонт даются, а помочь директорам разобраться с образом будущей школы – почти некому. Да и в целом это направление в России пока на начальном этапе развития, ведь позволить себе дизайнера образовательных пространств могли лишь частные школы.

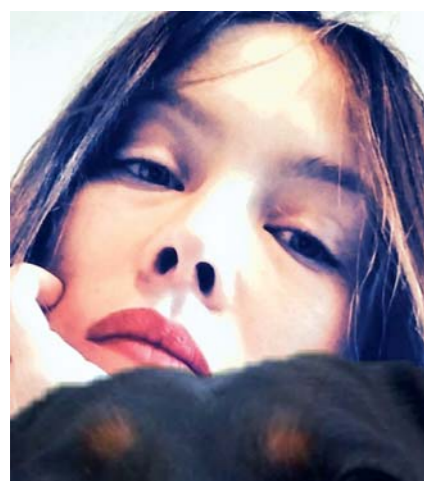
Что придумано? Придумано решение: помочь школам подготовить дизайн-проекты пространств на основе современных трендов и анализа стратегии развития школы могут студенты направлений «Архитектура» и «Дизайн», если им немного помочь – знаниями, насмотренностью. Проведено теперь уже 7 студенческих экспедиций в партнерстве с проектом «Открываем Россию заново», «Больше чем путешествие» и платформой «Россия – страна возможностей».

В ноябре 2023 в экспедиции побывали 25 студентов из 15 регионов, за 12 дней они посетили 24 школы в Москве, Подмосковье, Санкт-Петербурге, Нижнем Новгороде и Казани. Они подготовили 4 интересных дизайн-проекта для школы № 22 в подмосковном Королёве и Скоробогатовской школы из Нижегородской области.

Новый сезон «Школа мечты» – это команды более 30 регионов России, где студенты 37 университета и 4 колледжей помогут местным школам найти свое решение. И удивительно вовремя в университетах начали вводить курс «Обучение служением», акцентирующий участие студентов в решении важных государственных задач.

А с чего все начиналось? С мечты – о том, что каждая школа может стать школой мечты. И в такую школу я снова хочу. И такие школы я хочу своим милым Алисе, Тимофеем и Марку. И всем детям России.

# НОМИНАЦИЯ «ИНТЕРВЬЮ ГОДА»



**Полина Данилова**  
Калининград

Журналист. Родилась в Свердловске-Екатеринбурге, выросла в Москве, живет в Калининграде-Кёнигсберге. Окончила факультет журналистики Уральского государственного университета им. М. Горького, работает по специальности.

«БЕЗДНА, ПРИВЕТ!»  
№2 ВЕСНА



**Маргарита Ларионова**  
Москва

Кандидат филологических наук, лингвист, экономист, преподаю в Финансовом университете при правительстве РФ. Люблю учиться, знаю 5 иностранных языков, люблю работать с людьми и всю жизнь с ними работаю – на съемочной площадке, в офисе, за границей, но знания надо передавать, и поэтому теперь университет – студенты, зачеты и экзамены. Хочу, чтобы в жизни было больше историй успеха и достижений, чтобы люди не стояли на месте, а шли к своим целям и были счастливы.

«БЫТЬ ПЕРВЫМ»  
№5 ОСЕНЬ



**Галина Скоробогатова**  
Москва

Журналист. Окончила факультет журналистики МГУ. В течение многих лет работала на телевидении: была одним из авторов и редакторов программы «Кинопанорама» (1980-е годы), «Серпантин Марка Захарова», «Сенсации русского театра», корреспондентом по культуре программы «Времечко» и других (1990-е годы – начало 2000-х годов). Регулярно печатается в известных российских изданиях. Заместитель главного редактора, редактор по специальным проектам «Музыкального журнала». Заместитель председателя Общественного совета Национального Фонда Поддержки Социальных Программ РФ (НФСП РФ).

ДЕВУШКА ИЗ  
МОСКОВСКОГО «КУКУЕВА»  
№5 ОСЕНЬ



**Наталья Соколова**  
Москва

Доцент Финансового университета при Правительстве РФ. Окончила Рязанский государственный педагогический институт, факультет иностранных языков. Кандидат педагогических наук, диссертация связана с экологической культурой, имею совместные научные труды с видными российскими экологами. Люблю музыку с раннего детства, закончила музыкальную школу по классу фортепиано, также играю на других музыкальных инструментах. Еще одно серьезное увлечение – психология личности. 4 года работала на кафедре психологии педагогического университета, Меня интересует всё, что связано с внутренней мотивацией.

«ЖИЗНЬ КАК ИГРА»  
№4 ЛЕТО/АВГУСТ



**Ульяна Черняева**  
Москва

Профессиональный журналист. Окончила Университет Российской академии образования. На протяжении пятнадцати лет печаталась во многих информационных изданиях. Родилась в самом северном городе нашей страны – в Певеке. С тех пор не переносу холод. Двукратная чемпионка мира по спортивному пейнтболу, в составе женской национальной сборной «зажигала» на пейнтбольных полях Европы. А еще раньше была каскадером. Теперь я законопослушная мать троих детей. Работаю в Финансовом университете при правительстве РФ.

ВРАЧА! ВРАЧА! ПОЗОВИТЕ  
ВРАЧА!»  
№4 ЛЕТО/АВГУСТ

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ



## Илья Гавин

«Все радостные  
эмоции съели  
саблезубые тигры!»

## БЕЗДНА, ПРИВЕТ! ABYSS, HELLO! 深渊, 你好!

ИНТЕРВЬЮ  
ПОЛИНА  
ДАНИЛОВА

ФОТО  
ЕКАТЕРИНА  
МУРАВЬЯ

Постоянные читатели нашего журнала уже знают, что все мои интервью начинаются с письма главного редактора Галины Ско-робогатовой: «У меня для тебя есть очень хороший «клиент». Ну, думаю, интервью с психологом, нет уж, не хочу, он своим на-метанным глазом тут же вычислит, что я «крейзи». Тем не менее соглашаюсь. Соглашаюсь, потому что когнитивный дис-сонанс – это мое обычное состояние. Вообще о психологии я знаю только то, что Фрейд нюхал кокаин, а Ахматова говорила, что люди делятся на два психотипа: нормальных – тех, кто любит чай, собак и Пастернака, и нервных – тех, кто предпочи-тает кофе, кошек и Мандельштама.

Договорились встретиться в 11.00 в кофейне на Мясницкой, и оба пришли на час раньше. Входит молодой человек в шапке цвета «желтого» из «M&Ms» и объемном, в крупную клетку шарфе, переброшенном через плечо. В общем, ничего в этом симпатичном молодом человеке не выдает клинического пси-холога.

– «Аспе» – впиваюсь рукою в «мякоть» шарфа.

– Я люблю «COS».

Для современного человека – отмечаю про себя – эти два бренда что в ахматовские времена Пастернак с Мандельшта-мом.

Итак, Илья Гавин – член Ассоциации когнитивно-поведенческой терапии, в послужном списке которого, не считая диплома Ин-ститута психологии РГГУ имени Л. С. Выготского, огромное ко-личество сертификатов о повышении квалификации. И вот уже более пяти лет Илья помогает человечеству справляться со стрессом, тревогой, страхом, эмоциональным напряжением и апатией. На мой вопрос, кто он «по Ахматовой», Илья ответил, что подобные типологии не приветствует, но собакам предпо-читает кошек, Пастернаку – Мандельштама, а кофе – чай. У Ильи с его женой, Леной, даже есть свой семейный чайный ма-газин, о котором мы собирались, но так и не поговорили, увлек-шись беседой о психотерапии.



**Журнал называется «Новые деловые люди». Для русского менталитета понятие нового человека, который приходит и вырубает старые вишневые сады, актуально всегда, а сегодня, в эпоху ИИ – как никогда. Ты новый человек?**

Нет, я не новый человек...

**Вообще у меня по плану был ответ: конечно, я новый человек!**

Мне кажется, что еще должно пройти 40 тысяч лет, чтобы появился новый человек.

**А я думаю, что 40 лет достаточно! Вот возьмем недавнее прошлое, когда всем при выписке из роддома выдавали сразу и смысл жизни – строить социализм, и психика была – советская,**

**заточенная на преодоление трудностей во имя достижения высоких целей! Это был совершенно иной психотип – советский.**

Человек – это биопсихосоциальная модель. У него есть биологическая часть: мозг, гормоны, руки, ноги; есть социальная часть и психика, которая все это обрабатывает. Социум, конечно, меняется, но при этом биология остается прежней, мозг наш кардинально не изменился, ничего нового, никаких новых центров в нем не выросло. Мы не новые, мы просто приспособленные к новому.

**Видимо, плохо приспособлены, откуда столько невротиков? Может быть, потому, что сегодня огромный выбор всего, в том числе и смыслов жизни...**

**Ilya Gavin, a Muscovite, is a member of the Association for Cognitive Behavioral Therapy, whose track record, in addition to the diploma of the Institute of Psychology of the Russian State University for the Humanities named after L. S. Vygotsky, includes a huge number of certificates of advanced training. And for more than five years, Ilya has been helping humanity cope with stress, anxiety, fear, emotional tension and apathy. Ilya prefers cats to dogs, Pasternak's poems to Mandelstam's, and coffee to tea. Ilya and his wife, Lena, even have their own family tea shop.**

When you look inside the abyss, it looks back at you, then you look at it again, and over time, friendly relations develop: Hello, abyss! Well, how are you? Fine! Let's think about what we can do together...

We are all ancestors of anxiety-phobic ancient people. A person has only one positive emotion – joy, all other emotions are its derivatives. And five negative emotions: sadness, anxiety, anger, guilt, shame. And we survived and survive thanks to these five negative emotions. And not joyful ones evolved, but just anxious, bashful, angry ones. And all the happy ones were eaten by saber-toothed tigers! Joy activates the parasympathetic system, which sends a signal to the brain – to relax, calm down. Here, 4 thousand years ago, two of our ancestors were standing near the cave, and one said: it seems to me that a saber-toothed tiger is hiding behind the Christmas tree. And the other answers him: relax, there is no one there... Which of them is more likely to stay alive? Of course, the one who is afraid of the tiger. And the paralytic will be torn to pieces.

There is a tribe in the Amazon – feasts, there is a book about them «Don't sleep – there are snakes around...», which is actually about anxiety. If I had a choice, I would be born in this tribe. They have neither past nor future tense, they have no numerals, only one, several and many. I borrowed this view of things and tell my wife: the iPhone cost a lot, and it costs a lot, what to worry about!

The brain does not ask us what to think about, we do not control this process. But we have a lot of desire for this control, and I often hear from my clients: «Ilya, can I do this so that my thoughts all fall apart

Да, был даже такой эксперимент на выявление субъективного уровня удовлетворенности, который показал, что возможность большого выбора очень тревожит. Отсюда и эффект FOMO (fear of missing out): «страх что-то пропустить» или «синдром упущенной выгоды», и FOBO (Fear of a better option) – когда любой выбор кажется недостаточно хорошим.

**Тревожность – примета нашего времени...**

Мы все предки тревожнофобических древних людей. Я вообще сторонник эволюционной теории. У человека всего одна позитивная эмоция – радость, все остальные эмоции – ее производные. И пять негативных эмоций: грусть, беспокойство, гнев, вина, стыд. И мы выжили и выживаем благодаря этим пяти негативным эмоциям. И эволюционировали не радостные, а как раз тревожные, стыдливые, злые.

**Так, а что с радостными случилось?**

Всех радостных съели саблезубые тигры! Радость активирует парасимпатическую систему, которая посылает сигнал в мозг – расслабиться, успокоиться. Вот, 4 тысячи лет назад стоят у пещеры два наших предка, и один говорит: мне кажется, что за елочкой прячется саблезубый тигр. А другой ему отвечает: расслабься, нет там никого... У кого из них больше шансов остаться в живых? Конечно, у того, кто опасается тигра. А расслабленный будет растерзан.

**Выживает, получается, не сильный, а тревожный, и все те страхи, которые нас сегодня преследуют, – это все тот же первобытный страх перед саблезубым тигром, который просто принял другие формы...**

Да, но человечеству, надо сказать, вообще повезло – у нас есть лобные доли, где можно найти массу ценностей, и мы все-таки можем делать что-то для нас важное, вопреки страху перед саблезубым тигром.

**Ты пессимист?**

Я – абсолютный пессимист.

**Меня всегда раздражал искусственно насаждаемый позитив, который пропагандируют разные коучи: донт ворри, би хэппи!**

Да, токсичный позитив – он как японский плющ, который прорастает в каждую трещинку и разрушает здание. Не нервничай, не переживай, не принимай близко к сердцу, ты преувеличиваешь, не бойся, мужчины не плачут... но кроме самих эмоций, есть эмоции по поводу эмоций: боюсь бояться, грустить это плохо и так далее. И эта эмоциональная депривация тут же проявляется в поведении. Если я не разрешаю себе грустить, тогда я ищу способ, как от грусти избавиться – выпить, покурить или сладким объесться! Сделать что-то, чтобы было весело!

**А есть какой-то способ, кроме легализованного допинга, чтобы заставить мозг не думать о плохом?**

Мозг не спрашивает нас, о чем ему думать, мы, к сожалению, не управляем этим процессом. Но у нас много желания этого контроля, и я часто слышу от своих клиентов: «Илья, а можно так сделать, чтобы у меня мысли все по полочкам разложились». Это как?



То есть, я вам скажу: «не думайте о розовом слоне», и вы перестанете думать? Так не получится! У многих, кто хочет все контролировать, есть убеждение, что для качественной жизни нужно и думать качественно, и уметь управлять своими эмоциями.

**Идея контроля – это тоже от наших пещерных родственников?**

Идея контроля тоже эволюционная, и сегодня эту идею очень подкрепляет возможность через смартфон отслеживать многие процессы. Вот, например, для того, чтобы у меня на столе появился завтрак, мне нужно нажать две кнопки. Мы сегодня все больше можем контролировать время и расстояние: если бы мы не смогли с тобой встретиться вживую, то встретились бы завтра в «зуме». Ни разница часовых поясов, ни география нам не помешала бы.

**Но человек не может все контролировать и от этого начинает психовать. Что нам со всем этим делать, доктор?**

Есть замечательный навык, называется «принятие». Это как раз то, чем я занимаюсь, – терапия принятия и ответственности (ТПО). Мы тренируем принятие как

навык психологической гибкости – то есть готовность испытывать любые переживания, сохраняя контакт со своими ценностями, и выстраивать свое поведение так, чтобы жить так, как хочется.

**Можно на примере?**

Например, бегать по утрам, потому что бежать тебе по кайфу, а не затем, чтобы не нервничать. Жизнь наполняется смыслом и ценностью именно тогда, когда делаешь важные для себя вещи, без навязчивого желания контролировать свои внутренние переживания.

**То есть ТПО учит принимать страдания как неизбежную «побочку» жизни?**

Учит принимать наши чувства и разделяться с ними: вот я, а вот мой гнев, и он мне что-то говорит, может, даже стоит к нему прислушаться, а не избавиться от него, как все этого хотят. Человек сам усугубляет свое состояние, пытаясь от него избавиться. На эту тему есть замечательный мультфильм «Головоломка». Если бы все его посмотрели, мир изменился бы к лучшему.

**В основном все наши тревоги связаны со страхом перед будущим и упущенными возможно-**



on the shelves». How is that? That is, I will tell you: «do not think about the pink elephant», and you will stop thinking? That won't work! Many who want to control everything have the belief that for a quality life you need to think well and be able to manage your emotions.

There is a wonderful skill called acceptance. This is exactly what I do, Acceptance and Commitment Therapy (ТПО). We train acceptance as a skill of psychological flexibility – that is, the willingness to experience any experience while maintaining contact with our values, and to build our behavior in such a way as to live the way we want. For example, to run in the morning, because you want to run for fun, and not because you don't have to be nervous. Life is filled with meaning and value precisely when you do things that are important for yourself, without an obsessive desire to control your inner experiences.

Polina Danilova

**стями в прошлом. Получается, что правы буддисты, которые живут здесь и сейчас.**

Есть такое племя в Амазонии – пираха, книга есть про них «Не спи – кругом змеи...», которая в действительности про тревожность. Если бы у меня был выбор, я бы родился в этом племени. У них нет ни прошлого, ни будущего времени, у них нет числительных, только один, несколько и много. Я позаимствовал такой взгляд на вещи и говорю жене: айфон как стоил много, так и стоит много, что переживать!

**Прекрасно! Проблема у пираха одна – не высыпаются, потому что кругом змеи, и страх их вполне оправдан. А мы не спим, потому что боимся, что о нас скажут, что подумают... Измельчали наши страхи!**

Бывает так, что человек боится, что о нем подумают, так же сильно, как пираха боится – змеей. И здесь неважно, чего именно боится человек. Не важна сама ситуация, а важно отношение к ней. Но это ни в коем случае не про то, что надо относиться ко всему проще.

**Это правда, что все наши проблемы из детства? А жизнь выстраивается по принципу «если у тебя в детстве не было велосипеда, а сейчас есть бентли, то в детстве у тебя все равно не было велосипеда»?**

Да, совершенно точно, если у вас было детство, вы точно травмированы... И если бы у тебя был в детстве велик, то и бентли, возможно, не понадобился бы.



**КАЖДЫЙ ДЕНЬ – И СЕГОДНЯ, И ЗАВТРА – Я БУДУ СОМНЕВАТЬСЯ, СВОИМ ЛИ ДЕЛОМ Я ЗАНИМАЮСЬ. И МОИ КОЛЛЕГИ – СУПЕР-ПРОФЕССИОНАЛЫ, КОТОРЫЕ В ПСИХОТЕРАПИИ МНОГО ЛЕТ, И МОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТ – ВСЕ СОМНЕВАЮТСЯ**

...

**Что с тобой случилось в детстве, что ты в психологах оказался? Давай про твое профессиональное становление поговорим.**

У меня вся семья художники, и я закончил «Строгановку» (Московская государственная художественно-промышленная академия имени С.Г. Строганова. – Прим. ред.), но никогда не работал по специальности. После окончания ушел в рекламу, а потом занимался исследованиями UX (дизайн взаимодействия с пользователем) – изучал аудиторию и ее поведение

**То есть первый диплом был для спокойствия родителей, дальше – для себя?**

Я в детстве занимался музыкой – фортепиано и гитара, готовился к поступлению в музыкальное училище, но в какой-то момент сказал, что больше не хочу, мне не нравится. На вопрос, что мне нравится, ответил, что мне нравится кататься на роликах. Может быть, рисовать? – предложили родители. Я подумал, что можно рисовать и на роликах кататься, и согласился! Нисколько не жалею, что получил художественное образование, это расширило контекст, культурный диапазон и круг друзей.

**Художественное образование тебе уже как психологу пригодилось?**

Да, умение мыслить метафорами – это то, что я часто использую в работе с клиентами. Без развитого творческого воображения мне было бы, думаю, сложнее. И вообще, мне нравится изобразительное искусство, в том числе и современное, и жена у меня – художник.

**Тут и напрашивается вопрос: почему же при, можно сказать, генетической предрасполо-**

**женности к искусству не остаться у него на службе, а уйти в темный лес – клиническую психологию?**

На этот счет у меня есть две истории: одна красивая, другая правдивая. Несмотря на социальную тревожность, я люблю, когда много людей, люблю публичные выступления, люблю преподавать. И я всегда хотел помогать людям – это моя ценность, что чистая правда... Это была красивая история. А сейчас будет правдивая. Я работал в исследованиях, в основном в стартапах, там было очень интересно и драйвово, но денег мало. Тут и пришло время задуматься, чем мне заниматься, что я умею делать? А умею я не много: умею хорошо готовить, но поваром не хочу быть; умею на гитаре играть, но на этом тоже не заработаешь. Ещё я умею говорить и слушать... Что у нас есть на эту тему? Психотерапия. Вот давай ее и попробуем...

**После того, как ты стал психотерапевтом, стал заниматься этим профессионально, стало жить проще, понятнее?**

Нет, еще хуже стало – я узнал про лобные доли, какой кошмар! До этого была какая-то надежда... Шучу, конечно. Я могу сказать, что сейчас, спустя 5 лет как я в профессии, мне становится, действительно, проще.

**У тебя, можно сказать, работа – вглядываться в бездну с демонами, и ведь когда в бездну вглядываешься, то со временем и она начинает вглядываться в тебя...**

Когда ты посмотрел на бездну, потом она на тебя, потом ты опять на нее, и со временем с ней уже приятельские складываются отношения: Привет, бездна! Ну, что, как ты? Нормально! Давай подумаем, что мы



**深渊,你好!**

伊利亚·加文是莫斯科人, 是认知行为疗法协会的成员, 除了获得维果斯基俄罗斯国立人文大学心理学学院的证书以外, 他还有很多职业资格证书。

伊利亚已经帮助人们应对压力、焦虑、恐惧、情绪紧张和倦怠感五年多了。伊利亚喜欢猫而不是狗, 有空的话, 他还是读曼德尔斯塔姆诗歌, 而不是帕斯捷尔纳克的, 说起咖啡和茶, 他毫无疑问地选择喝茶。伊利亚和他的妻子莉娜甚至有自己的家庭茶店。

=当你凝视深渊时, 深渊也在凝视你, 然后你再凝视它, 随着时间的推移, 你们之间建立了友好关系:

-你好, 深渊! 最近过得怎么样?

-还行吧!

-让我们一起想想, 我们可以做些什么呢.....

=我们都是焦虑恐惧症的古代人的祖先。

一个人只有一种积极的情绪——快乐, 其他所有情绪都源于快乐的情绪。

也有五种消极情绪: 悲伤、焦虑、愤怒、内疚、羞耻。我们靠着这五种消极情绪才幸存下来。受进化影响的情绪是消极的(焦虑、羞愧、愤怒), 而不是积极的。

=亚马逊有一个部落——皮拉哈, 有一本关于他们的书叫做《别睡, 这里有蛇》, 其实它是关于焦虑的。如果我有选择的话, 我就会出生在这个部落。

他们既没有过去也没有将来, 他们没有数字, 只有一个, 几个和许多。

我借用了这种看待事情的观点, 告诉我的妻子: Iphone手机一直很高, 没什么好担心的!

=大脑不问它应该思考什么, 我们无法控制这个过程。但我们对这种控制有很大的渴望, 我经常从我的客户那里听到: 伊利亚, 我能不能让我的思维都整理出来?

"也就是说, 如果我告诉: "不要在想粉红色的大象", 你不会再想吗? 那样行不通的! 许多想要控制一切的人都有一个信念为了获得高质量的生活, 需要优质的思考能力和情绪控制能力。

=有一种奇妙的技能, 叫做"接受"。这正是我从事的治疗——接受与承诺疗法。

我们将接受训练为一种心理灵活性的技能, 即愿意体验任何经历, 与自己的价值观保持联系, 并建立自己的行为方式, 以便过自己想要的生活。

波丽娜·达尼洛娃



можем сделать вместе... Но выглядит, она, конечно, страшно, и лучше бы ее не было, вместе с ее пятью демонами.

**А почему именно КПТ, он себя зарекомендовал в работе с бездной?**

Когда я поделился своими мыслями о том, не пойти ли мне в психологию, моя очень хорошая подруга сказала: «Есть такая классная штука, называется когнитивно-поведенческая терапия (КПТ). Вот тебе туда нужно идти». И я нашел ассоциацию КПТ, пошел учиться, и меня все это затянуло. Потом решил, что нужно и практику свою запускать. С тех пор я в этом направлении и двигаюсь...

**Не было сомнений, что в правильном направлении двигаешься? Может, все-таки лучше на роликах кататься и рисовать....**

Каждый день – и сегодня, и завтра – я буду сомневаться, своим ли делом я занимаюсь. И мои коллеги – суперпрофессионалы, которые в психотерапии много лет, и мой психотерапевт – все сомневаются.

**А эффект палаты N 6 не пугает, не боишься повторить судьбу Рагина? Ведь ты как психолог должен обладать большой эмпатией, и отсюда возможный риск заразиться чужими страданиями.**

У меня, действительно, очень сильная эмоциональная связь с клиентами, но судьбы Рагина не боюсь, потому что у меня связь с человеком, а не с его диагнозом... Если я буду видеть в человеке только диагноз, я не смогу работать.

**Предлагаю составить топ-5 тревог современного человечества.**

Бедность, болезни, бессмыслица, экологическая тревожность и социальная тревожность. С чем бы ко мне клиент ни пришел, скорее всего, там есть тревожность 99,9%, и если клиент говорит, что тревоги нет, то, возможно, он ее просто не распознает. Тревога – это то, на чем мы стоим, но почему-то все время хотим от нее избавиться!

**Тебе 36, у тебя есть двухлетний сын. Какие-то навыки из психотерапии используешь, чтобы воспитать из него психически здоровую личность, который не бежит от тревог?**

Я уже оставил всякие надежды воспитать психически здоровую личность.

**А с женой у вас не возникает конфликта в воспитательных подходах?**

Мы не воспитываем в общепринятом понимании. Мы разговариваем с ним и объясняем, например, что бояться и злиться можно, и это нормально, не нужно избегать этого. Занимаются с ним, конечно, больше Лена и бабушка, я редко дома бываю. Но к тому, что я сыну говорю одно, Лена другое, бабушка – третье, отношусь спокойно.

**А вот сын подрастет и спросит у тебя: папа, как мне в этом безумном мире сохранить психическое здоровье?**

Я ему скажу: иди к психологу! Шутка. Нет у меня ответа на этот вопрос. Психическое здоровье – это не просто нажал на кнопку и стал здоровым. Это процесс, причем каждодневный: через осознанность, принятие и ценностные действия.

**Давай представим, что все вылечились, стали осознанными. Чем ты будешь заниматься, не будет ли у тебя профессиональной фрустрации?**

Не будет! Я очень люблю свою работу, своих клиентов, но для меня это только работа. И если бы не необходимость, я бы не работал. Играл бы с сыном, готовил, занимался музыкой, писал картины.

**Твой любимый художник?**

Я обожаю Марка Ротко\*, залипать на его красные квадраты могу бесконечно...

**И в завершение, поделись простым навыком самопомощи, чтобы нам всем, пока бушует «идеальный шторм», не залипнуть от страха перед жизнью...**

Самое классное упражнение, с которого мы и начинаем терапию, состоит из 4 шагов: первый – осознать, что происходит со мной внутри. Второй – понять, что происходит с моим телом. Третий – разобраться в том, что происходит вокруг меня. И четвертый шаг – спросить себя, что мне сейчас важно. Если это упражнение делать не только тогда, когда тревога берет за горло, а постоянно, то наверняка получится осознать: вы отдаляетесь от того, что вам важно, или же идете ему навстречу.

\* Марк Ротко (англ. Mark Rothko, 1903–1970 гг.) – американский художник, ведущий представитель абстрактного экспрессионизма, один из создателей живописи цветового поля.

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

**Андрей  
Анисимов**

**«Помогите другим!»**

## БЫТЬ ПЕРВЫМ TO BE THE FIRST ONE 成为第一

ИНТЕРВЬЮ  
МАРГАРИТА  
ЛАРИОНОВА

ФОТО  
НАФИС  
СИРАЗЕТДИНОВ,  
ИЗ АРХИВА  
А. АНИСИМОВА

Быстро иду по коридору, проталкиваясь между студентами в белых халатах. Рядом с нужным мне кабинетом их особенно много: стоят, что-то оживленно обсуждают, у многих в руках конспекты. До меня доносится фраза: «нет, профессор занят – у него через полчаса лекция, а потом ученый совет». Подхожу к двери кабинета, на которой красуется табличка «доктор медицинских наук, профессор А.А. Анисимов, заведующий кафедрой». Быстро открываю дверь и протискиваюсь внутрь. Просторный светлый кабинет, заваленный книгами, справочниками, рефератами и научными работами. На стене огромный портрет какого-то врача. Читаю: профессор В.П. Булатов. За большим письменным столом в окружении аспирантов сидит хозяин кабинета и с энтузиазмом что-то с ними обсуждает. «Андрей Андреевич, добрый день! Мы договаривались об интервью на 13:00»... Думаю, лет через пятнадцать-двадцать именно таким я и увижу врача, пока простого преподавателя, руководителя Центра органного донорства «DonateLifeRussia» Андрея Анисимова, с которым мы одним теплым августовским днем говорили о таких важных вещах, как донорство органов, медицинское образование, сила династии и больших мечт.

**Андрей, донорство органов мне кажется довольно страшной темой. Люди очень долго находятся в листе ожидания пересадки. Много ли ежегодно проводится в России операций по трансплантации?**

Согласно официальной статистике, ежегодно в России ожидают орган для пересадки около 9 тысяч человек. Им трансплантация жизненно необходима, так как если ее не осуществить до ка-

кого-то определенного периода, они умрут. К сожалению, очень многие из них не доживают до пересадки – 6 тысяч ежегодно погибают. Я, когда читаю лекции – студентам или в общественных местах, привожу такой пример: эти 6 тысяч абстрактная цифра, но давайте представим – самолет, Боинг. Если бы каждый день в течение месяца разбивался Боинг, получилась бы вот такая страшная цифра. А трансплантология – это

**В БУДУЩЕМ Я ВИЖУ СЕБЯ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ СФЕРЕ – ПРОФЕССОРОМ, ДОКТОРОМ НАУК, ЗАВЕДУЮЩИМ КАФЕДРОЙ. ХОТЕЛОСЬ БЫ ПРЕДЛОЖИТЬ ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ВЕЩИ УЛУЧШЕНИЯ МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В НАШЕЙ СТРАНЕ. А ЕЩЕ ХОЧУ БОЛЬШУЮ СЕМЬЮ – ТРОИХ ДЕТЕЙ. Я ОЧЕНЬ ЛЮБЛЮ ДЕТЕЙ. БОЛЬШАЯ ЛЮБЯЩАЯ СЕМЬЯ – ЭТО ЗДОРОВО. И ЭТО МОЯ ТАКАЯ ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ МЕЧТА**

...

волшебная вещь. Ведь если осуществить пересадку, люди, как правило, полностью выздоравливают и живут полной жизнью: влюбляются, создают семьи, рожают детей, занимаются спортом, путешествуют.

**Донорство органов воспринимается в нашей стране с большой опаской, не так ли?**

Мы работаем как раз над тем, чтобы развеять стереотипы, мифы и страхи, которые связаны с трансплантологией. А их очень много. Черные подвалы, куда тебя затащат, а потом продадут в Африку и убьют – один из самых распространенных. Мы выходим в общественные пространства, в лектории, в библиотеки, где собирается молодежь, проводим просветительские мероприятия, рассказываем о трансплантологии обычным людям.

**А мы это кто?**

Изначально я и мои студенты, волонтеры. Молодые и горячие ребята, которые хотят поменять мир. Сейчас у нас своя некоммерческая организация, проект Центр органного донорства «DonateLifeRussia». Пока мы живем на грантах, спасибо «Росмолодежи» и фонду «Татнефть».

**Почему вам это интересно?**

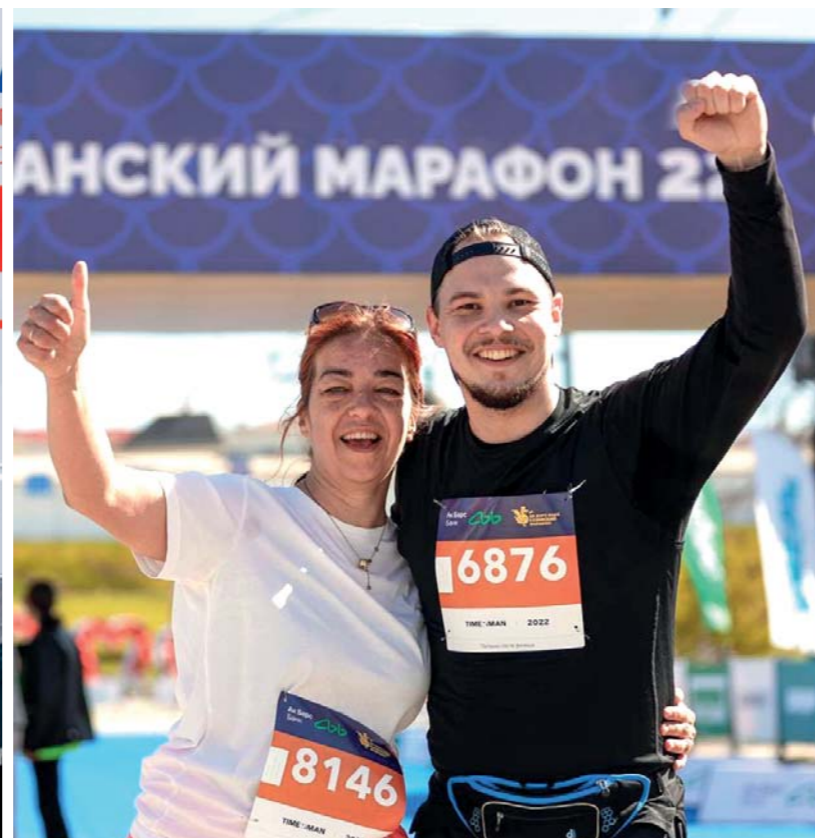
Я сам не трансплантолог, органы не пересаживаю, но я хирург по образованию. Для меня эта история интересна с общественной точки зрения. На наши встречи мы привлекаем людей, перенесших трансплантацию. Вот совсем недавно в Казани была очень интересная панельная дискуссия. К нам приехали две феноменальные женщины – одна после пересадки сердца, вторая после пересадки легких. Приехали в Казань бежать марафон – десять километров. И бежали с такой скоростью, с которой я, молодой и здоровый мужчина, не бегаю. Я сейчас абсолютно не кривлю душой. Мы пригласили этих героинь на нашу лекцию, и люди с большим интересом их слушали. Вот такого формата мероприятия мы проводим, чтобы люди получили достоверную информацию о донорстве органов. Так сказать, из первых уст.

**Andrey Anisimov lives in Kazan. He is a doctor, who teaches at two universities, Kazan State Medical University and Kazan Federal University. He is a deputy chairman of the Tatarstan regional branch of the Red Cross who oversees the implementation of medical programs in the republic. And he is also the head of the Organ Donation Center, «DonateLifeRussia».**

**A.A.:** According to official statistics, about 9000 people are waiting for an organ transplant in Russia every year. Transplantation is vital for them, because if it is not performed before a certain period, they will die. When I give lectures to students or in public places, I give such an example: 6000 is an abstract figure, but let's imagine an airplane, a Boeing. If a Boeing crashed every day for a month, this would be a terrible figure of 6000 dead people. Transplantation is a magical thing. After a transplant surgery is done, people, as a rule can recover and live a full life: they fall in love, start families, have children, do sports, travel. But donorship in our country is seen as something dangerous, and we are working with the stereotypes, myths and fears that are associated with transplantology, we talk about them, try to dismiss worries and dispel fears. And there are a lot of them. Dark basements, where they will drag you in, capture you and sell you to Africa and then kill you. It's one of the most common fears. We go out into public



*Родился в Казани 1 июля 1994 г.  
2012 г. – закончил школу №39 с углубленным изучением английского языка.  
2018 г. – с отличием окончил Казанский государственный медицинский университет, педиатрический факультет.  
2018 г. – победитель ежегодной премии «Студент года Республики Татарстан»  
С 2018 г. – преподаватель кафедры неотложной медицинской помощи и симуляционной медицины Казанского федерального университета. Автор курса «Основы трансплантологии и искусственных органов».  
2020 г. – закончил ординатуру по специальности «Хирургия»  
С 2020 г. – аспирант и ассистент кафедры судебной медицины, Казанский государственный медицинский университет  
2023 г. – закончил аспирантуру по специальности «Судебная медицина»*



**Насколько я понимаю, лекции, которые вы проводите, ненаучные. Это скорее дискуссии?**

Да, правильно. Я стараюсь объяснить все людям простым языком, обычно какие-то базовые вещи даю, и потом идет формат «вопрос-ответ». Он всегда срывается. Начинается активная дискуссия. Исходя из моего опыта выступлений, могу сказать, что вопросы всегда одни и те же.

**Какие? Про убийства и расчлененку?**

Именно. Первый миф: «если я стану донором, меня обязательно убьют». Всегда первый разговор идет о криминале. Приходится людям объяснять, что у нас все строго регламентировано. Есть законы медицинские, есть законы уголовные. Все жестко контролируется. Поймите, у нас в России нет ни одной медицинской специальности, которая была бы более жестко регламентирована, чем трансплантология. Там так все строго, что врачи даже дышать боятся.

**А какие еще моменты беспокоят людей?**

Кто-то верит, что религия не поддерживает донорство. Но есть официальная позиция РПЦ и ДУМ РФ, что добровольное донорство – это богоугодное дело, ведь ты же можешь после смерти действительно подарить жизнь другим людям. И еще один миф, встречаю-

щийся довольно часто: «если я захочу стать донором, врачи в больнице не станут меня спасать. Вот попаду с аппендицитом, а они встанут вокруг и будут ждать, пока я умру, чтобы забрать орган». Конечно же нет. Такого не может быть. За неоказание помощи к врачам придут из Следственного комитета, и они окажутся в тюрьме. Помню, когда я начинал учиться в медицинском университете, в обществе было много мифов о донорстве крови. Самый распространенный, который тянулся еще с советских времен, о возможности заразиться гепатитом, когда использовались многократные инструменты.

**Да, я помню, люди боялись заразиться гепатитом, ВИЧ. Но сейчас вижу, что многие студенты часто сдают кровь.**

Именно. За какие-то 10–15 лет ситуация изменилась. Была проведена большая информационная компания, и сейчас в каждом вузе есть донорская ячейка. Люди сдают кровь, они знают, что это «классно», что мы можем помочь другим. А почему? Потому что на запрос про донорство крови в интернете моментально откроется 150 разных ресурсов, причем хорошего качества, где будут указаны основные факты и дана четкая информация. А вот на запрос «донорство органов» вы найдете два-три адекватных ресурса, и то они будут где-то в конце списка, а первые ре-

spaces, into lecture halls, into libraries where young people gather, we organize educational events, tell people about transplantation. There are several myths that people just can't get over. The first myth: «if I become a donor, they will definitely kill me». Crime always comes up in our discussions. We have to explain to people that everything is strictly regulated. There are medical laws, there are criminal laws. Everything is tightly controlled. There isn't any other medical speciality in Russia which would have been more strictly regulated than transplantology. Everything is so strict there that doctors are afraid to even breathe. Some people believe that religion does not support donorship. But there is an official position of the Russian Orthodox Church and the Muslim Spiritual Directorate of the Russian Federation that voluntary donorship is a charitable deed, because after death you can really make such a gift as to give life to other people. Another myth we meet quite often is: «if I want to become a donor, the doctors at the hospital will not save me. If I end up with appendicitis, they will stand around and wait until I die to take the organ». Of course not that won't happen. For a failure to provide medical assistance the doctors will end up in prison. My dearest dream is for people, well, not all of them, we don't live in an ideal world, but for as many people as possible to make the decision in favor of others. At all my lectures I always say: «if a car hits me, something happens to me, take everything you can, nothing is too good to keep». If I can help at least someone, it will be just awesome. Don't we live to help each other? I am the Deputy Chairman of the Tatarstan regional branch of the Red Cross, I oversee the implementation of medical programs in the republic. Our team teaches people first aid skills, organizes events like various health schools, events where we talk about HIV infection and tuberculosis and means to prevent such diseases, and of course we talk a lot about donorship, trying to make it more popular. By the way, organ donation is one of the statutory activities of the Russian Red Cross, but among the 85 branches in Russia, only we are involved in organ donation. This brings additional responsibility, but it makes us no less proud. Do you remember the statement – «it's as hard as it is easy to be the first in something?»

Margarita Larionova

зультаты дадут ссылки на статьи о «черных трансплантологах», каких-то подвалах, специальных бункерах и торговле человеческими органами.

**Как вы пришли к идее популяризации донорства? Вы изначально были врачом-педиатром, потом пошли в хирургию, потом даже юридическое образование получили.**

Я вообще из медицинской семьи, врач в четвертом поколении. У нас все медики – и бабушка, и дедушка, и папа, и мама, и тети, и дяди. Мужчины по прямой линии все хирурги – что дед, что отец, что брат. Дед был большой руководитель, 9 лет возглавлял Казанский тогда еще горздравотдел, работал заместителем министра здравоохранения. Отец – доктор медицинских наук, профессор, долгое время был главным хирургом Республики Татарстан и, кстати, стоял у истоков трансплантации печени в Казани. Еще в начале 2000-х годов ездил учиться этому в США, в Германию, в Израиль. Мой старший брат Юрий работает трансплантологом в Москве, в институте имени Н.В. Склифосовского, пересаживает почки и поджелудочную железу. Но я, в отличие от них, бездельник, неоперирующий хирург. Отучился, немножко поработал и ушел из «практики». Мне больше нравится организация процесса. Именно поэтому я получил юридическое образование. Меня всегда интересовали проблемы медицинского права – защита прав врачей, защита прав пациентов. Очень часто бывает крен то в одну, то в другую сторону. А общественная деятельность вылилась в популяризацию донорства. Я сейчас и сам являюсь донором крови и плазмы, регулярно сдаю; состою в регистре доноров костного мозга и всегда подчеркиваю, что я донор органов.

**Андрей, у вас есть мечта? Какая-нибудь глобальная?**

Моя голубая мечта – чтобы люди, ну не то чтобы все, мы не в идеальном мире живем, но как можно больше людей приняли для себя решение в пользу других. Я на всех своих лекциях всегда говорю: «если меня соььет машина, со мной что-то случится, заберите все, что можно, мне ничего не жалко». Потому что если я вдруг смогу помочь хоть кому-то, это будет просто замечательно. Разве мы живем не для того, чтобы помогать друг другу?

**Когда вы были маленьким, вопрос о будущей профессии вообще не стоял?**

Мама отговаривала, говорила «в медицину только через мой труп».

**А мама тоже хирург?**

Мама – практикующий офтальмохирург, заслуженный врач Республики Татарстан. Золотые руки. Очень многие, от мала до велика, лечатся у нее: приезжают из Москвы, Питера и даже из Европы.

**Почему она отговаривала вас становиться врачом? Какие были аргументы?**

Я всегда в детстве болтал, тараторил и достаточно легко сходил с людьми. Мама говорила, что мне надо идти куда-нибудь в политику, в юриспруденцию, в дипломатию. У меня свободный английский язык: учителя были хорошие, и школа, и поездил я по странам. Мама считала, что в медицине мне будет скучно, а я все равно пошел. Но она, видимо, так-таки была права – в юриспруденцию я все же

## 成为第一

安德烈·阿尼西莫夫是一名医生，住在喀山也在两所俄罗斯大学（喀山国立医科大学，喀山联邦大学）教书。他是鞑靼斯坦共和国红十字会地区分会的副主席，由实施共和国的医疗项目负责。他还“DonateLifeRussia”俄罗斯人体器官捐献管理中心的主任。

安德烈·阿尼西莫夫：

根据官方统计数据，每年在俄罗斯有大约9000人等待器官移植。对他们来说，器官移植手术是生死攸关的。如果手术走不了的话，他们都会死去。当给学生讲课时，我举一个例子说明：这9000个人是一个抽象的数字，但让我们想象一下，这9000个不是人，而是坠毁的波音系列飞机。这对飞行行业并世界的人类是一个可怕的数量。人体器官移植则是一种神奇的事情。但在我们国家，人们对器官捐赠有很大的恐惧，我们正在为消除与器官移植相关的刻板印象和恐惧努力工作。而且这些刻板印象是挺多的。比如，第一个误区是：如果人成为捐赠者，他一定会被医生杀死了。第一次谈话总是涉及犯罪问题。我们必须向人们解释，这里的一切都受到严格的规范化。有医疗法律法规，有刑法法律法规。一切都受到严格的控制。俄罗斯没有一个医学专业比器官移植更加严格的规范化。有人相信，宗教对器官捐献持有反对态度。但俄罗斯正教会和俄罗斯穆斯林精神大会的官方立场是自愿捐献器官是一种慈善行为，因为死后，你真正可以给其他人带来生命。还有一个相当常见的误区，即：如果一个人想成为捐赠者，医生不会在医院救他。当他得了阑尾炎时，医生会站在旁边等他死去，然后取走器官。当然不会。这是不可能的。如果医生不提供协助，调查委员会就会去找医生，把他们送进监狱。我的梦寐以求的理想是尽可能多的人为他们自己做出决定，做不做捐赠者。我每次讲课时都会说：“如果我被车撞了，我会出事，请你们拿走一切可以拿走的东西，甚至我的器官，我不介意。”如果这样我能帮助任何一个人，那就不枉此生了。难道我们都不是为了互相帮助而活着？

玛格丽塔·拉里奥诺娃

попал. В моем любимом стихотворении Роберта Рождественского «Если вы есть, будьте первыми» есть строчка «первым труднее и легче». И это действительно так. Когда ты начинаешь что-то новое, ты волен делать выбор сам. Методом проб и ошибок. Зато сам!

### Вы сказали, что у вас были хорошие учителя. В медицине ведь это особенно важно. У вас был такой учитель?

У меня был учитель, выдающийся человек, педиатр, профессор Владимир Петрович Булатов. Не врач, а легенда! Он нас выпустил и ушел, к сожалению, раньше срока. Это был человек с такой харизмой, такого масштаба личности, какие редко можно встретить. Он был жесткий, но очень справедливый. И всегда говорил: студентов любить надо. И ведь правда, если ты не будешь любить студентов, работать будет очень сложно. Помню, на похороны пришло много народу, процессия – как у Дома Советов. Зима. Снегопад. Снег падал хлопьями. Очень много было студентов, пацанов, причем многие – двоечники, которых он же и отчислял. Все пришли. Настолько его уважали!

### А где вы сейчас трудитесь? Чем занимаетесь помимо общественной деятельности?

Я работаю в двух основных медицинских вузах Татарстана. Преподаю студентам-медикам вот уже пять лет. Активно занимаюсь наукой. Скоро буду защищать кандидатскую диссертацию. Аprobации уже все пройдены. Я хочу что-то поменять в хорошую сторону, инициировать нужные перемены, улучшить процесс медицинского образования. Например, сейчас многие считают, и я с ними согласен, что современное российское медицинское образование сильно перегружено ненужными для врача дисциплинами в ущерб необходимым предметам. Курс истории на первом курсе института, например, занимает целый год, а по факту он повторяет то, что ребята проходили в школе. Или вот, допустим: я врач-хирург и мне очень нужны азы анестезиологии, а курс анестезиологии идет всего несколько дней. Другой пример, физкультура – важный предмет, не спорю. Он тянется на протяжении почти всех шести лет обучения, фактически же студенты делают всё возможное, чтобы на нём не появляться. Сотни учебных часов пропадают, а ведь их можно было бы уделить медицине катастроф или военно-полевой хирургии, которые во многих вузах просто убрали из программ медицинской подготовки. Поэтому я тружусь и на своем уровне стараюсь привносить что-то новое и давать практически применимый материал будущим докторам на своих парах.

### А Российский Красный Крест?

Это общественная деятельность. Я заместитель Председателя Татарстанского регионального отделения, курирую реализацию медицинских программ на территории республики. Наша команда проводит обучение населения навыкам первой помощи, организует мероприятия по профилактике ВИЧ-инфекции и туберкулеза, различные Школы здоровья, и конечно занимается популяризацией донорства. Кстати, донорство органов – один из уставных видов деятельности Российского Красного Креста, но среди 85 отделений в России органом донорством занимаемся только мы. Это накладывает дополнительную ответственность, но нам от этого не менее гордочно??. «Первым труднее и легче», помните?

### Какие у вас отношения со спортом?

Очень его люблю! В детстве занимался бальными танцами.



### Да вы что?!

Ну, я же из семьи врачей. Про какой-то «мужской» спорт мне всегда говорили: «опасно, голову отобьют, сломаешься», поэтому были бальные танцы. Сейчас играю в хоккей, боксом занимаюсь и бегаю. Правда, марафон пока еще не пробежал ни разу, а вот полумарафон (21 км) бегал. Бег – это хороший способ либо расслабиться от какой-то своей суеты, либо послушать книгу. Времени почти нет: приходишь домой уставший, там уже не до книг. А вот во время бега есть час или полтора послушать несколько глав.

### Что слушаете?

Разное. Есть несколько книг, которые изменили мое сознание, после них я стал немножко другим человеком. Назову две: «Лидер и племя. Пять уровней корпоративной культуры», авторы Дейв Логан, Джон Кинг, Хэли Фишер-Райт. Очень хорошая книга по психологии, которая помогает руководить проектами, людьми

на этих проектах, учит понимать сотрудников, мотивировать их и находить подход к каждому. Еще «Черный лебедь. Под знаком непредсказуемости». Книга Нассима Талеба научила меня философски относиться к серьезным планам, структурированным вещам, так как всегда есть момент непредсказуемости: выскочит «черный лебедь» – и все пойдет не так. Безусловно, есть цели, которых я хочу достичь, и амбиции, которые хочу реализовать. Но мой подход к ним стал гибче.

### И какие это цели? Кем вы хотите быть?

Я вижу себя в академической сфере – профессором, доктором наук, заведующим кафедрой. Хотелось бы предложить фундаментальные вещи улучшения медицинского образования в нашей стране. А еще хочу большую семью – троих детей. Я очень люблю детей. Большая любящая семья – это здорово. И это моя такая фундаментальная мечта.

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

**Зарина  
Кулаева**

«Я очень много  
хочу»

фото Зарина Кулаева

## ДЕВУШКА ИЗ МОСКОВСКОГО «КУКУЕВА»

GIRL FROM MOSCOW'S  
«IN THE MIDDLE OF NOWHERE»

莫斯科贫民区的女孩

*Я знаю души, как лаванда,  
Я знаю девушек-мимоз,  
Я знаю, как из чайных роз  
В душе сплетается гирлянда.*

*Черубина де Габриак (Елизавета  
Дмитриева), «Цветы», 1909 г.*

ИНТЕРВЬЮ  
ГАЛИНА  
СКОРОБОГАТОВА

ФОТО  
МИХАИЛ  
АВАГИМОВ

Эта девушка явно не из тайн Агнии Барто или Демьяна Бедного. Споткнуться можно о строки – «И на плече чернеет кровь гвоздик»\*. Но автор этих строк Черубина де Габриак имеет свой мраморный постамент в Ташкенте уже почти сто лет. Хотя девушка, выдуманная девушка поэтом-триггером Максимилианом Волошиным может бродить вечно. Смущая умы не только знаменитых людей серебряного века, но и нас, продвинутых хипстеров простыми словами:

Цветы живут в людских сердцах;  
Читаю тайно в их страницах  
О ненамеченных границах,  
О нерасцветших лепестках.

Хотя по портрету похожа и на Маргариту, нет, не ту, а Гётевскую, такую же тихую и строптивую, как сатанинская Гелла. Но эта девушка дала слово появляться только в день равноденствия... Или все-таки Блок со своими шелками и туманами? Или тунгусская шаманка Синильге, но та прочно осела в «Угрюм-реке» на Первом... Можно еще страницу гулять по разным прекрасным образам – «Он назовет меня Миньонной\И влюбит целый мир в меня», Иван Бунин, и все равно не встретить ту одну реальную, которой во все времена грезят все. Кто она – тайна, загадка...

Но эта девушка из Москвы, из славного района Бескудникова, про таких в конце прошлого века говорили: «не центровая, живет в кукуево» – чего связываться? Клеймо поставлено и жизнь с карьерой – под откос.

\* 1909–1910,  
Retrato de una  
nina – Рассказ  
одной девочки  
(исп.)

**В биографии она пишет:**

Я, Кулаева Зарина Борисовна, родилась и выросла в Москве, в спальном районе со всеми вытекающими «лихих девяностых». Растила меня мама одна, приходилось трудно, распад Союза внес свои коррективы, поэтому работала она много и долго. А я, как и большинство моих сверстников, была предоставлена сама себе и достаточно рано стала самостоятельной.

**А позже, месяца через два, когда мы сидели в уютном ресторане отеля в Южной Осетии, в городе Цхинвал мы заговорили вроде бы о том же, но значительно о другом...**

В период, который мы учились, мне сейчас 35, в школе проходили Толстого, «Мастера и Маргариту», были еще остатки советского образования, но не было нужного уровня требований к ученикам и учителям. Нормальный вопрос – а кому это сейчас нужно? И вполне нормальный для того времени ответ – никому не нужно. Врачи – нет, учителя – нет, военный – тоже нет. Все были помешаны на бизнесе, а в нем образование не нужно. Образование, второстепенная история, может быть и понадобится, но где-нибудь потом.

**Героиня этого номера Ольга Герасимова, тоже коренная москвичка, вашего возраста, тоже из московской окраины, описывая девяностые, говорит, что надо было иметь стержень. Чтобы, будучи совсем молодым выжить в то время. Улица забирала всех... А что было главным тогда?**

Потребление! А бесконечная череда американских фильмов, с «вау!» Мы смотрели и думали «Боже, какая там жизнь. А что у нас тут? Мусор с восьмого этажа выбрасывают, собаки бездомные в центре шатаются». Я ездила в Америку и пошла специально в этот самый Central Park, чтобы посмотреть то, на чем я выросла. Так скажу, с нашим Царицынским парком даже в девяностые годы это не сравнить. В центре города какие-то куски, груды камней – и все, но зато как снято, насколько это красиво. И мы, дети, росли на этом. Мы думали, что вот она, цивилизация, жизнь: курить модно, гулять модно, колоться модно, малиновые пиджаки модно, бизнес модно, там застрелил, тот застрелил.

**Все от слова «модно». Много стирается из памяти, но я свои 90-е на первой кнопке ТВ помню по дням. Было много счастья, много слез и боли. Но, это жизнь, Бэмс, как говорил герой Эммы Виторгана в модном в восьмидесятые спектакле «Взрослая дочь молодого человека»\*. Мне еще удалось увидеть его на сцене в пер-**

\* Спектакль Анатолия Васильева по пьесе Виктора Славкина «Дочь стилиста», поставленный в 1979 году на сцене Московского драматического театра им. К.С. Станиславского. Премьера спектакля состоялась 26 апреля. По мнению театрального критика Натальи Казьминой, «именно «Взрослой дочери» суждено было стать началом новой театральной революции».

**Who is this girl from the portrait? She is like both Goethe's Margaret and the satanic Gela. Or was she born by Blok's imagination in «silks and mists»? Or is she a kin of the Tungus shaman Sinilge from «Gloomy River» by V. Shishkov... You can walk a page or two with a list and description of various beautiful characters like Ivan Bunin's «He will call me Minion»\And make the whole world fall in love with me», and still not meet that real one who has been in everyone's dreams at all times. She is is a mystery, a riddle... But the girl I'm talking to is from Moscow, from Beskudnikov district. At the end of the last century people used to speak about girls who lived in this district like this: «she is not from the center, she is from the middle of nowhere» – why bother? She is labelled, life and career are crashing down.**

**Z.K.:** I, Kulaeva Zarina Borisovna, was born and raised in Moscow, I grew in a residential area under all the consequences of the «wild nineties». My mother raised me alone, it was difficult, the collapse of the Union took its toll, she worked long hours and she worked hard. I, like most of my peers, was left to myself and soon became quite independent. At that time the school taught the children by works of Tolstoy, Bulgakov. Soviet education still prevailed, but it lacked already a certain level of requirements for students and teachers. A typical question was who needs this now? And the answer was noone does. Do we need doctors? No. Teachers? No. Military? No. Everyone was obsessed with business, which didn't need it. Education is a minor asset, we might need it but some time later. The most important thing is consumption! And an endless series of American films with «wow» effect! We watched those and thought, «God, what a life they have! What do we have here? Garbage is being thrown out from the eighth floor, stray dogs are wandering around in the center». I've been to America and there I specifically went to this very Central Park I've seen so many times in the movies. I wanted



*Родилась в Москве 11 октября 1987 г. В 2004 г. закончила школу N 667 г. Москвы. Сразу после школы поступила в Социально-экономический институт, в 2007 прервала обучение и начала работать в Собин-Банке. Проработала до 2011 года. В 2011 вышла замуж, в 2013 родила дочь. С 2013 по 2017 была в декрете и занималась развитием семейного бизнеса. В 2014 закончила обучение по специальности «Менеджмент управления». В мае 2017 вышла на работу в МИА «Россия сегодня», продюсер. С 2022 года учусь в магистратуре РАНХиГС по направлению «Общественные связи и медиаполитика». В марте 2022 возглавила представительство МИА «Россия сегодня» в Республике Южная Осетия.*



**вом составе, и раз пятнадцать прорыдать вместе с переполненным залом от счастья увиденного. Но память действительно странная вещь, не помню целиком спектакль, только отдельные сцены и фразы, пьесу читать не хочу, чтобы не испортить послевкусие.**

Полностью согласна. Боишься испортить послевкусие, как вы сказали, от прочитанного. Я абсолютный гуманитарий, читать очень любила и люблю. Но беда в том, что мы не пользуемся всей полнотой наших прочитанных, узанных, усвоенных знаний, ты не возвращаешься к этому, не анализируешь через это, а когда для тебя это «ну, просто надо прочитать», «ну, просто интересный сюжет», он и...

**Исыхает, растворяется, как будто его и не было. Какую последнюю книгу вы перечитали по собственному желанию?**

«Мастер и Маргарита», просто потому что мне захотелось. Раза четыре перечитывала. И все время по-разному воспринимается.

**А «Севастопольские рассказы» Льва Николаевича Толстого читали, честно?**

Ну, может быть в школе, не помню.

**А нет желания перечитать?**

Есть, конечно. Вот возьму днями и начну читать...

**Память странна – даже не знаю, что за субстанция, где она находится. Мы начали говорить об этом. Она как ластик стирает, растворяет не только содержание книг, но и целые пласты истории рассыпаются и исчезают неизвестно куда. Сейчас пишут и срочно издают новые учебники истории, но нигде не слышала – давайте прочитаем «Севастопольские рассказы»? Лев Николаевич непосредственно участвовал в сражениях за Крым, но об этом никто не знает. В той войне сражался один из сыновей Александра Сергеевича Пушкина. Но об этом никто уже не знает. Это я так, про вечные поиски «кода русской нации»...**

Но согласитесь, вопрос о том, что сегодня читать молодежи, все-таки существует? Моей дочери 10 лет, у нее уже, конечно, есть планшет, куда скачиваются мной, бабушкой, бабушкой книги, которые она должна прочитать. Их много. Очень много. В шесть лет она уже прочитала «Вокруг света за 80 дней», «Робинзон Крузо». С детства я ей включала аудиосказки Пушкина. Она мне их цитировала в три года, сейчас этого не помнит, но я уверена, что это обязательно когда-то пригодилось. Но современность берет свое, она вынуждает человека идти в ногу, ребенок будет чувствовать себя неполноценным, если сверстники что-то станут обсуждать, а он не в теме. Какой бы ни был интересный па-

рень Гекльберри Финн, зачем его приключения нужны сейчас?

**А я даже не спорю.**

Лучше зайти в Roblox, поиграть, что-то построить, пофантазировать.

**Я бы поискала Манги.**

Современна жизнь, ее ритмы, претензии на нас – меняют многое.

**Вы хорошо сказали, претензии не к нам, а на нас, на наши мозги, на стиль нашей жизни и так далее.**

Я периодически чувствую себя несостоятельным человеком, динозавром. У нас стажирется дизайнер, студент второго курса Юго-Осетинского государственного университета. Чтобы мне сверстать красивый инфографик или видеографик, мне надо месяца два посидеть и поизучать все кнопки. Он же знает все – раз, два и уже готово! Геймер! Один из «легких» примеров.

**Вы говорили, что Цхинвал место ваших предков?**

Да, здесь жили наши предки с маминой стороны, я чистокровная осетинка, здесь дом, который построил мой дед и где мы сейчас живем с дочерью. Я чувствую себя здесь дома, но не до конца, дом все-таки там, где ты вырос, там, где ты сформировался, там, где ты учился, там, где ты коммуницировал, там, где для тебя ментально понятные люди. Я понимаю людей в московском метро по одному взгляду, кто в каком настроении, кому уступить. Здесь – нет. Я понимаю, что приезжала сюда в детстве, я помню тот старый Цхинвал, где я утром завтракала у одних соседей, ужинала у других, ночевала у третьих. Сейчас Цхинвал другой. Ну, наверное, не хуже. Может быть, для молодежи есть уже другие, новые какие-то прелести в цхинвальской жизни. Но я очень люблю старые развалины еврейского квартала и каждый день иду через них на работу.

**Мы сегодня ездили туда, ощущение, что люди на секунду вышли и вернутся вот-вот. Это какая-то почти музейная часть города.**

Какое-то вдохновение, остались даже дома, в которых до сих пор есть старые чемоданчики, брошенные шляпы, какие-то комоды и какие-то старинные обои на стенах. И я думаю, что было бы хорошо, если бы взяли за какую-то туристическую историю для города, для этого ничего не надо.

Там есть разваленные дома, где остался угол, часть с одной стороны дома, часть с другой, с дверными проемами, оконными проемами, где можно постричь газон, поставить лампу, лавку. Ночью это настолько красиво: развалины, лавка, свет. Я даже думала сделать там такое арт-пространство Sputnik. Мы хотим попросить разрешение у мэрии по осени заняться этим.

**КОГДА ЕЗДИЛА ЕЩЕ НА РАБОТУ В БАНК, ТО ПРОЕЗЖАЛА НА ТАКСИ МИМО ЗДАНИЯ АГЕНТСТВА РИА НОВОСТИ НА САДОВОМ. Я ЕХАЛА И ДУМАЛА, СЕЙЧАС, НАВЕРНОЕ, ЭТИМ РЕБЯТАМ ТАК ИНТЕРЕСНО, У НИХ КЛАССНО. ДА, ЗАВИДОВАЛА. ВРЕМЯ ШЛО, ВСЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ О НОВОЙ РАБОТЕ БЫЛИ МИМО, НО ПОЗВОНИЛИ ДРУЗЬЯ И ГОВОРЯТ, НЕ ХОЧЕШЬ СХОДИТЬ НА БЕСЕДУ НА ТАКОЙ АДРЕС, Я СОГЛАСИЛАСЬ. ВЫХОЖУ ИЗ МЕТРО, ПОМНЮ ЖУТКИЙ ВЕТЕР БЫЛ, ПОДНИМАЮ ГЛАЗА – А ЭТО ТО САМОЕ ЗДАНИЕ. Я НЕ ЗНАЮ, КАК ЭТО НАЗВАТЬ, ВОЛШЕБСТВО ИЛИ СЛУЧАЙНОСТЬ?**

...





фото Зарина Кулиева.

to see with my own eyes the place I grew up with in my dreams. I can say this, I cannot compare it with our Tsaritsyn Park even with the one we had in the nineties. In the center of the city there are some piles of stones – and that’s it, but it was filmed so beautifully. But we, children, grew up with this beautifully filmed nothing. We thought that this is civilization, a real life: it’s cool to smoke, to chill out, to shoot heroin, crimson jackets are a real fashion, to do business is chic, – one killed there, one shot someone. In March 2022 I became the head of rep office of international news agency, «Russia Today», in the Republic of South Ossetia. We live in the city of Tskhinvali, where our ancestors from my mother’s side used to live, I am a pure Ossetian, the house that my grandfather built is here. I feel at home, but not completely, because home is where you grew up, where you were formed, where you studied, where you communicated, where people are mentally understandable to you. I understand people in the Moscow metro from a glance, who is in what mood, who to give up your seat to. But here I don’t. I understand that I came here as a child, I remember that old Tskhinvali, where in the morning I had breakfast with one friendly neighbors, had dinner with others, and spent the night with different neighbourly people. Now Tskhinvali is different. Well, probably not worse. Maybe for young people there are other, new delights in Tskhinvali life. But I really love the old ruins of the Jewish quarter and walk through them every day to work. It is some kind of inspiration, there remained old houses that have old suitcases left, abandoned hats, some chests of drawers and some old wallpaper on the walls. And I think it would be good if the administration took on some kind of tourist history for the city; nothing special is needed for this. I want a lot. First of all, I want to return to Moscow with the secure results. And depending on what the situation will be, I would also like to continue organizing. I like to do things that you can touch with your hands, and in my journalistic record, I have always been more fond of projects that can be «touched», where people are present offline, when they give you their personal feedback live. For example, making films, filming interviews. My description in just adjectives is careful, curious, loving, positive and different all the time.

**Galina Skorobogatova.**

Есть в этих развалинах какая-то эстетика, какая-то история, какая-то работа, какой-то труд, все там гармонично.

**И обязательно тихая живая музыка. Она никого не потревожит, рядом пусто...**

Да! В раннем детстве мечтала стать пианисткой, мама с большим трудом запинула меня в закрытую музыкальную школу в центре города. Но детские грезы разбились о жестокую действительность, оказалось, что музыкальным слухом и талантом природа меня не одарила. Пришлось мучительно и упорно зубрить ноты и октавы, не получая от этого ни малейшего удовольствия. Спустя три года я с грехом пополам закончила начальную школу с будущими профессиональными музыкантами, среднюю



и старшую заканчивала уже рядом с домом в обычной столичной школе.

**Одна карьера не удалась, но вторая с успехом осуществилась. Как вы попали в журналистику?**

Случай. Все – случай. В журналистику пришла в мае 2017 года. Влетала в профессию из долгого декрета, добросовестно отсидела дома четыре года. Но самое интересное, что я не знала до конца, кем я хочу быть. Мое первое место работы – банк, из банка я уходила замуж. С бывшим мужем открыли типографию, небольшую. У меня организаторская история хорошо получалась. Мне нравилось это. Когда я ездила еще на работу в банк, то проезжала на такси мимо здания агентства РИА НОВОСТИ на Садовом. Я ехала и думала, сейчас, наверное, этим ребятам так интересно, у них классно. Да, завидовала. Время шло, все предложения о новой работе были мимо, но позвонили друзья и говорят, не хочешь сходить на беседу на такой адрес, я согласилась. Выхожу из метро, помню жуткий ветер был, поднимаю глаза – а это то самое здание. Я не знаю, как это назвать, волшебство или случайность?

**Скорее всего «кивок» сверху, с голубого неба.**

Возможно, но на собеседовании разговор сложился невнятный – «а чем хочешь заниматься?», «а может быть

в бухгалтерию?». Мы закончили разговор тем, что мы подумаем. Но в бухгалтерию я явно не хотела. Пока ждала собеседования, мимо прошел высокий бородатый мужчина средних лет, и я машинально с ним поздоровалась. Через час мне звонит мой нынешний руководитель, как раз-таки тот бородатый. Он после нашей встречи поинтересовался, кто я. Я осетинка, а он как раз курирует вещание в Ближнем зарубежье. Пригласил еще на одно собеседование, и мы решили, что, наверное, мне можно попробовать себя продюсером. Вы совсем притихли...

**Просто слушаю внимательно. Это бесценный опыт для читателей, кто хочет двигаться вперед и не бояться делать фантастически необоснованные шаги.**

Ну, да. В итоге спустя год работы я сделала вывод, что это мое, потому что работа все время разная и действительно интересная. Сегодня ты занимаешься спец-проектом, а завтра у тебя международный проект, послезавтра интервью, а еще послезавтра ты просто занимаешься настройкой какой-то камеры или какого-то кадра. И здесь я также оказалась абсолютно не планируя и случайно. Для меня это тоже бесценный опыт. Думаю, я привезла много нового в редакцию, и столько же получила от них.

## 莫斯科贫民区的女孩

这位肖像画上的女孩是谁？她既像歌德《浮士德》悲剧的女主人公玛格丽特，又像布尔加科夫《大师和玛格丽特》的沃兰德随从吸血鬼的格拉。她是勃洛克诗中的一个角色还是《乌格尔姆河》中通古斯族巫师辛尼尔格的亲戚？我们可以花很长时间，与其他文学作品中美丽女主角相比肖像画上的女孩，却在各种美丽的形象中仍然找不到她。她是谁？她是一个谜。其实，今天的女主角来自莫斯科别斯库德尼科夫斯基区，因为贫民而臭名昭著。上个世纪末这个地区里出生的并长大的人一般被称为“不是市中心的，住在条件不良地区的”人，跟来自这个地区的人谁也不敢说话。一般说，这个人臭名昭著，认为自己的生活以及事业已经完结。

扎琳娜·库拉耶娃：我是库拉耶娃·扎琳娜·鲍里索夫娜，在莫斯科出生长大，住在一个带有俄罗斯的“狂野90年代”的住宅区。我妈妈一个人抚养我，生活很艰难，苏联的解体也带来了影响，所以她工作很多、工作时间也很长。而我和我的大多数同龄人一样，很早就开始独立生活。现在我35岁。我们上学的时候，学校里文学课时要读托尔斯泰的作品，布尔加科夫《大师和玛格丽特》，还需要读苏联教育时用的书。但那时候对学生和老师的要求不够高。哪儿都可以听到一个正常的问题：“现在谁需要这个？”以及对于那个时代来说，一个正常的答案，就是：“没人需要。”社会不需要医生，教师也不需要，军人也不需要。所有人都痴迷于商业，而商业不需要教育。教育是次要的，也许以后会得上，但不是现在。最重要的是多消费社会问题！还有无数令人惊叹的美国电影！我们想着：“天哪，那里的生活多么好啊。那我们这里呢？从八楼上扔垃圾，城市中心有流浪狗。”我去过美国，特意去了中央公园，想看看我小时候看电影里面的美国生活方式，生活水平是否一样。实际上，我发现中央公园比不上我们90年代的察里津公园。纽约中心哪儿都是一些碎片，成堆的石头而已，但拍摄的时候看起来很美丽。我们认为这就是文明，就是实际生活，时尚的东西就是吸烟，散步，注射毒品，穿深红色夹克，做生意，带着枪走一走，有时候开枪。2022年3月，我成为南奥塞梯共和国的“今日俄罗斯”通讯社的领导，我们住在茨欣瓦利市，我们的祖先在这里住过，我是纯种的奥塞梯人，这是我祖父建造的房子。我小时候来过这里很多次，但现在茨欣瓦利市跟前不一样，但不比以前差。对于年轻人来说，茨欣瓦利市的生活已经有了其他新的魅力。但我非常喜欢犹太区的古老废墟，每天都要穿过它们去上班。我想要很多东西。首先，我想要回到莫斯科，并带着所取得的工作成果回去。然后，我还想继续在那里工作。我喜欢做那些可以亲手触摸的东，我总是更喜欢那些可以“触摸”的项目，那些人们可以线下参与的项目，那些可以获得真实回应的项目。我是什么样的人？是个整齐、好奇、热爱、积极、多才多艺的人。

加琳娜·斯科罗博加托娃

### И что нового?

Я приехала в командировку сюда после долгого ковидного перерыва, когда не было тесного офлайн-общения и между дирекцией в Москве, которая координирует Sputnik в странах Ближнего зарубежья, и редакциями. Москва – это «глубокий Телеграмм», полностью переформатирование на мультимедиа, визуализацию, сокращение материалов, быстрота подачи, разнообразие одного и того же материала в «разных упаковках с разными соусами, с разными специями». За полтора года мы переформатировали работу редакции, сформировали видеотдел и увеличили производство мультимедиа, движемся дальше.

### То есть вы удовлетворены на сегодняшний день?

Удовлетворенность – это, скорее всего не про меня. Все время хочется что-то делать еще и еще, мы сейчас хотим поставить новую камеру в радиостудию, более качественную, так как у нас идут прямые эфиры, в соцсетях можно посмотреть на молодых ведущих, как они работают. Мне кажется, что это и молодежи интересно, и будущим журналистам.

### Какие качества сегодня необходимы для того, чтобы строить свою карьеру?

Чуть-чуть романтично прозвучит, но в первую очередь – «любовь». Любовь к делу своему, а может ощущение того, что ты не работаешь на работе. Люблю приходить в выходные, когда никого нет, только дежурные сидят, и я в тишине могу сконцентрироваться. И, наверное, нужно чего-то хотеть конкретного. Я сама это поздно поняла и стала думать – «А дальше? А чего? А куда? А как?». Когда ты понимаешь, чего ты хочешь то, может быть, не совсем осознанно в первый день, в первую неделю, в первый месяц можешь сформулировать, какие шаги тебе нужно для этого предпринять

### Чего вы хотите?

Я очень многого хочу. Наверное, в первую очередь хочу вернуться с выполненным, с достигнутым результатом в Москву. И в зависимости от того, какая будет ситуация, я хотела бы дальше заниматься тоже организацией. Нравится делать то, что можно пощупать руками, и в своей журналистской истории я всегда больше любила проекты, которые можно «потрогать», на которых люди присутствуют офлайн, от которых получают живой ответ. Например, снимать фильмы, снимать интервью.

### То есть вы хотите остаться в системе своей конторы?

Да.

### А вообще какая вы? Пять слов. По алфавиту, пожалуйста.

Аккуратная, любопытная, любящая, позитивная, разная.



# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ



**Сергей  
Сальников**

**«Надо ценить себя,  
свои достижения»**

## ЖИЗНЬ КАК ИГРА LIFE LIKE A GAME 生命如游戏

ИНТЕРВЬЮ  
НАТАЛЬЯ  
СОКОЛОВА

ФОТО  
СЕРГЕЙ  
САЛЬНИКОВ,  
СЕРГЕЙ  
СКЕРОНОВ,  
ИЗ АРХИВА  
С. САЛЬНИКОВА

Как представить вам человека настолько многопланового, разно-стороннего, что определить, кто он – сложно? Просто мультичеловек! Он уже достиг таких целей, о которых многие его ровесники могут только мечтать. Но все равно находится в поиске, не останавливается на достигнутом, так как привык делать все – супер. В свои проекты он вкладывает душу, все свои умения и богатый опыт, а главное – положительные эмоции. Как у него так получается? Чем приходится жертвовать? Как сделать правильный выбор в такой многогранной жизни? Одни вопросы...

Сергей, недавно вы ВКонтакте запустили опрос «Кто я и с чем я у вас ассоциируюсь?» и предложили четыре версии: первое – продажа одежды Kartofan на Wildberries, второе – разработчик настольных игр, третье – фотограф и четвертое – электрик. Для большинства респондентов (70%) вы фотограф. На втором месте – разработчик игры, на третьем – создатель одежды, и наименьшее число людей воспринимает вас как электрика. Как вы прокомментируете результаты этого опроса?

Меня мало кто знает в городе как электрика. Наверное, поэтому и такие результаты. Но я электрик с красным дипломом, проработал по профессии 6 лет на крупном металлургическом комбинате. Там выбрали городской совет молодежи, из пяти претендентов выбрали двоих, в том числе меня...

**Это было после Селигера?**  
Да, в 2011 году.

**Какой популярный электрик!**  
Молодость! И это еще не все. Я был руководителем движения «Наши» в своем регионе. Меня вовлек в него троюродный брат, который ездил на Селигер. Я стал тогда активно заниматься фото- и видеосъемкой, часто ездил в Москву. Потом мы с семьей переехали туда жить.

**Почему вы вернулись из Москвы в Старый Оскол?**  
Мы с семьей вернулись на родину в пандемию. В Москве было нечего делать, доход у нас упал, плюс тут можно хоть как-то перемещаться, гулять. У нас был участок под Москвой, который мы продали. Семьдесят процентов от полученной суммы я вложил в производство одежды. Мы решили не возвращаться в Москву, туда и так можем доехать в любое время. А здесь дети ходят в садик, скоро в школу пойдут.

**Я ПРИХОДИЛ К ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ, ПОЛТОРА ЧАСА ОБЩАЛСЯ. ЭТО И ЕСТЬ ФОТОТЕРАПИЯ. Я СПРАШИВАЛ ПРО ИХ ДЕТСТВО, КАК ОНИ ПОЗНАКОМИЛИСЬ, КОГДА У НИХ ПОЯВИЛИСЬ ДЕТИ, КАК ОНИ ЖИЛИ, КАК СПОРИЛИ. У ВСЕХ УНИКАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ, ИНТЕРЕСНЫЕ. И ПОСЛЕ НАШЕЙ БЕСЕДЫ Я ИХ ФОТОГРАФИРОВАЛ. ОНИ ТАК ДОВЕРЯЛИ МНЕ, СТАНОВИЛИСЬ ОТКРЫТЫМИ, ФОТОГРАФИРОВАТЬ БЫЛО ЛЕГКО И ИНТЕРЕСНО**

...

**Вы писали на своей страничке об одной из черт характера, которая вам мешает, – о сложности делать выбор. Что-то изменилось сейчас?**

Бывает, но это касается в основном досуга. В плане бизнеса сложности нет, я быстро, оперативно все решаю. Взрослею.

**Сергей, у вас такие разные векторы деятельности. А что заставляет вас кидаться из одной деятельности в другую?**

У меня есть одна черта характера, которую я раньше игнорировал. Мне надо постоянно в чем-то копать, узнавать суть вещей. Я умею во всем разбираться – от ремонта холодильника до пошива одежды. Мне важно понять, что и как работает. Например, надо в рекламе разобраться, я возьму и разберусь, надо было выбрать дом для семьи, я прочитал, как строится дом, как делается забор и так далее. Эта сильная сторона помогла мне и в пошиве одежды. Я стал глубоко вникать в этот процесс, изучать ткани, их состав, свойства. Раньше думал, что у всех людей есть такая черта. А теперь вижу, что нет. Сейчас, на Wildberries, разбираться надо каждый раз, постоянно анализировать, и это хорошо держит мозг в тонусе.

**Поговорим о вас как о создателе бренда одежды KartoFan и успешном предпринимателе. Что для вас значит этот бизнес?**

Это бизнес, который нравится. Мне сама система построения бизнеса нравится: пошив, продажа на маркетплейсах. Первую «картошку» мы сделали, когда просто поехали семьей отдыхать в деревню. Я сфотографировал обычную картофелину и стал продавать это удачное фото у себя в блоге по 100 рублей, а потом вдруг решил нанести этот принт на одежду. Есть фирма, которая занимается таким делом, мы обратились туда. Сделали принт на брюках и на футболках, а потом я подумал, что можно же сделать и костюмы. Изготовили небольшую партию, разместили фото в соцсетях и начали писать звездам – рекламировать наш товар. Первой заинтересовалась Анфиса Чехова, потом я познакомился

How to present to you a person who is so multifaceted, versatile, that it is difficult to determine who he is? Just a multi-person! Sergei Salnikov has already achieved goals that many of his peers can only dream of. However, he is still in search, he does not stop there, because he is used to doing everything – super. He pours his heart into his projects, puts all his skills and rich experience, and most importantly – positive emotions into them. How does he do it? What has to be sacrificed? How to make the right choice in such a multifaceted life? Only questions...

**S.S.:** Few people in the city know me as an electrician, although I started with this. Nevertheless, I am an electrician with a red diploma; I worked by profession for 6 years at a large metallurgical plant. In 2011, the city youth council was elected there, two of the five applicants were chosen, including me. I was the leader of the Nashi movement in my region. A second cousin who used to go to Seliger drew me into it. I then began to engage actively in photography and video filming, often traveled to Moscow. Then my family and I moved there to live. During the pandemic, we returned to our homeland in Stary Oskol. There was nothing to do in Moscow, our income dropped, and here you can somehow move around, walk. We had some real estate near Moscow, which we sold. I invested seventy percent of the amount received in



*Родился в Старом Осколе.*  
**2007 г.** – окончил с красным дипломом Профессиональное училище №22, специальность – электромонтер.  
**2010 г.** – примкнул к молодежному движению «Наши».  
**2010 г.** – стал региональным руководителем федерального проекта «Все дома».  
**2010-2011 гг.** – участвовал во всероссийском молодежном образовательном форуме на Селигере.  
**2012 г.** – участвовал в выборах в молодежный совет города!  
**2015 г.** – участвовал в выборах в Белгородскую областную Думу от партии ЛДПР.  
**2014 г.** – серьезно занимался только фотосъемкой.  
**2019 г.** – переехал с семьей в Москву. Прошел обучение в «Бизнес Молодость» (образовательная коммерческая организация для начинающих и опытных предпринимателей. Прим. ред.).  
**2020 г.** – создавал костюм с принтом картошки.  
**2020 г.** – создал первую детскую настольную игру (из-за высокой себестоимости она не продавалась).  
**2021 г.** – приступил к созданию женской одежды для маркетплейсов.  
**2023 г.** – выпустил настольную игру «Сын маминной подружки».  
 Стал членом общественного совета при УМВД по городу Старый Оскол.  
 Женат. Двое детей: Роман – почти 7 лет, Лев – 3 года.



с Викой Цыгановой и ее мужем, коллекционирующим картины Федора Конюхова\*. Он предложил мне сделать футболки с принтом из картин знаменитого путешественника. Это получилось бы красиво, но было достаточно дорого. Я отказался.

#### Жалеете?

Да, вот как раз тот случай, когда мне было тяжело сделать выбор.

#### Почему с изделий пропала «картошка»?

Потому что не массмаркет, это не будут активно покупать. Модели с картошкой – скорее брендовая идея для раскрутки или как подарок кому-то.

#### Кто придумывает дизайн одежды? Как происходит процесс создания?

Придумываю я. Нахожу в интернете картинку, модель, которая мне нравится. Копировать не могу, но начинаю

что-то менять, например фактуру ткани, цвет, частично фасон. Делаем пробный вариант, смотрим, проверяем качество, потом уже запускаем в производство.

#### О производстве скажите несколько слов.

Это контрактное производство, которое я нашел в городе Иваново. Там есть небольшие швейные производства. Я общаюсь с их хозяевами, договариваюсь, делаю заказы. Если в изделиях есть брак, не работаю с такими производствами. Так, например, сейчас я сотрудничаю с производством, где хозяин сириец. Он живет в России уже 11 лет. Там прекрасно шьют, аккуратно, кропотливо. Пусть и немного медленно, но качественно.

#### Просто международное производство!

Да, как импортное (*смеется*). Мы всегда находим с хозяином общий язык и легко общаемся. Он хороший человек...

#### А когда возникла идея разработки настольной игры «Сын маминной подружки»?

Вообще мысль об играх появилась давно, появилась... во сне. Я просыпался ночью и записывал в блокнотик идеи, где-то полгода записывал. Потом посоветовался с

the production of clothing. We decided not to return to Moscow, we could get there at any time anyway. In addition, here the children go to kindergarten; soon they will go to school. I have one character trait that I used to ignore. I need to constantly dig into something, find out the essence of things. I know how to understand everything – from repairing the refrigerator to tailoring. It is important for me to understand what and how it works. This strong point helped me in tailoring as well. I began to delve deeply into this process, to study tissues, their composition, properties. I like the business building system itself: tailoring, selling on marketplaces. We made the first «potato» when we just went to the village to rest with our family. I photographed an ordinary potato and began selling this successful photo on my blog for 100 rubles, and then I decided to put this print on trousers, on a T-shirt. Then I thought that you could make costumes. We made a small batch, posted a photo on social networks and began to write to the stars – to advertise our product. Anfisa Chekhova was the first to become interested, then I met Vika Tsyganova ... How do I come up with it? I find a picture on the Internet, a model that I like. I must not copy, but I am starting to change something, for example, the texture of the fabric, the color, and partly the style. We make a trial version, we look, we check the quality, and then we put it into production. We sew in Ivanovo, now we are cooperating with the production, where the owner is the Syrian. The idea of games appeared long ago in a dream. I used to wake up at night and write down ideas in a notebook, I wrote them down for about six months. Then I consulted with an assistant, and she suggested the name of the game «Son of my mother's friend». Now we are registering our trademark. I decided to create such a game so that the child would be interested, to see what life is like, and to understand the importance of work, profession. Many perceive me as a photographer. Yes, I have been doing this for many years, studied with interesting masters, went to St. Petersburg for master classes, but now I shoot very little. Photography takes a lot of energy. Every time I spend energy on photography, I do not have enough energy for my business.

Natalia Sokolova



помощницей, и она предложила такое название игры. Сейчас мы регистрируем товарный знак. А началось все с детства. Мы раньше в деревне в 2001 году играли в деньги: «печатали» их, строили магазины, покупали, продавали... Это длилось года 3. На основе этого я понял, как строится жизнь. У нас было свое выдуманное государство, выборы.

#### Игра как жизнь?

Верно. Я решил создать такую игру, чтобы ребенок был заинтересован, чтобы увидел, какая она – жизнь, понимал важность работы, профессии. Сначала я думал об образовательной игре, потом вектор плавно переместился в развлекательную сторону, я хотел, чтобы игра была повзрослее. Суть ее осталась прежней, но она стала более интересной, жизненной.

\* Фёдор Филиппович Конюхов — советский и российский путешественник, писатель, художник, священник Украинской православной церкви (Московского патриархата).



**Я РЕШИЛ СОЗДАТЬ ТАКУЮ ИГРУ, ЧТОБЫ РЕБЕНОК БЫЛ ЗАИНТЕРЕСОВАН, ЧТОБЫ УВИДЕЛ, КАКАЯ ОНА – ЖИЗНЬ, ПОНИМАЛ ВАЖНОСТЬ РАБОТЫ, ПРОФЕССИИ. СНАЧАЛА Я ДУМАЛ ОБ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ИГРЕ, ПОТОМ ВЕКТОР ПЛАВНО ПЕРЕМЕСТИЛСЯ В РАЗВЛЕКАТЕЛЬНУЮ СТОРОНУ, Я ХОТЕЛ, ЧТОБЫ ИГРА БЫЛА ПОВЗРОСЛЕЕ. СУТЬ ЕЕ ОСТАЛАСЬ ПРЕЖНЕЙ, НО ОНА СТАЛА БОЛЕЕ ИНТЕРЕСНОЙ, ЖИЗНЕННОЙ**

...

**Для какого возраста эта игра?**

От 16 лет.

**А можно, на ваш взгляд, что-то в ней поменять?**

Можно усовершенствовать, поменять профессии. Но мы пока приостановили дальнейшую разработку, так как это требует финансирования. Правда, заинтересовалось издательство АСТ, у них есть направление по играм, но больше по детским. Не понравились их условия и я отказался.

**Вы отец двух мальчиков. А есть у вас какие-нибудь детские игры?**

Да, есть – интересная, быстрая, легкая игра для детей от 6 лет. Она у нас стоит на паузе, нужен сертификат.

**Сергей, вы на своей странице написали, что для вас очень важны эмоции, связанные с детством. Что вам больше запомнилось из детства, во что вы играли?**

Каждое лето меня отправляли в деревню к бабушке и дедушке. Было очень здорово, я не жалею, что не ездил в детские лагеря. Со многими друзьями детства не теряю связи до сих пор. Я ценю правду в дружбе, то, что мы говорили «за глаза», можем сказать друг другу в лицо. А насчет игр в детстве... Делал все, что я воспринимал. Так, мой дед фотографировал, отец фотографировал, я тоже начал этим увлекаться, но пошел дальше – делал это коммерчески. Если мой отец что-то паял, ремонтировал, то я делал то же самое.

**Все-таки этот опыт вам передали старшие?**

Да, дедушка и бабушка. Так же получилось и с одеждой. В детстве я видел журналы мод, смотрел, как люди шили по выкройкам из журналов. Это все отложилось у меня в памяти. Я заинтересовался, окончил курсы дизайнеров. Так что все это из детства.

**Поговорим о вас как о фотографе. Большинство ваших подписчиков воспринимают вас именно так. Вы пишете, что объектив фотоаппарата – самый строгий зритель, от которого ничего не скроешь. Чего нельзя скрыть от него, какие эмоции?**

Вообще скрывать эмоции нельзя. Когда я начинал снимать, было понимание техническое: чтобы были лучше объектив, камера, а настоящую ценность фотографии я упускал.

**А в чем она заключается?**

Она заключается не в том, чтобы фотография была качественная, красивая, а чтобы это была память. Это как связующее звено между тем, что было до снимка, и тем, что после. Был у меня проект, когда я снимал пары пожилых людей. Есть такой известный питерский фотограф Валентин Блох\*. Так вот, в пандемию он запустил онлайн обучение. Оно длилось неделю. Я слушал его занятия, мы с ним общались онлайн. Валентин Блох рассказывал о психологии фотографии. Он подходил к фотографии не с технической точки зрения, а с ценностной. Фотографы, я считаю, должны учиться у лучших, у классиков. Возьмем известные фотографии Эйнштейна, Мэрилин Монро, Ди Каприо с гусем\*\*. Они сделаны ве-

\* Валентин Блох – известный фотограф, работающий с топ-брендами и глянецом России. Особое место среди работ Блоха занимает филигранный портрет, открывающий зрителям психологию героя. В объективе фотографа с новой стороны можно увидеть Олега Меньшикова, Федора Бондарчука, Константина Хабенского, Павла Прилучного, Светлану Устинову, Кирилла Кяро и многих других отечественных звезд.

\*\* «Ди Каприо с гусем» – Энни Лейбовиц, 1998 г. «Альберт Эйнштейн показал язык» – Артур Сасс, 1951 г. Мэрилин Монро, последняя фотосессия перед самоубийством – Берт Штерн, 1962 г. В 1999 году Штерн издал фотографии Мэрилин в виде книги «Marilyn Monroe: The Complete Last Sitting».

## 生命如游戏

如何向你呈现一个如此多面、多才多艺、以至于很难确定他是谁的人？就像一个人身上有很多人！谢尔盖·索科洛夫已经实现了许多同龄人只能梦想的目标。但他仍在寻找，并没有就此止步，因为他已经习惯了把一切都做得超级出色。在他的项目中，他投入了自己的灵魂、所有的技能和丰富的经验，最重要的是积极的情绪。他是怎么做的？必须牺牲什么？在如此多面的生活中，如何做出正确的选择？只剩下问题了.....

谢尔盖·索科洛夫：

尽管我是从电工开始的，但城里很少有人知道我是一名电工。我是一名持有红色文凭的电工，在一家大型冶金厂专业工作了6年。2011年，那里选举了市青年委员会，在五名申请人中，他们选择了两人，其中包括我。我是我所在地区纳什运动的领导人。我三表兄曾去过塞利格，他让我加入了这个运动。那时我开始积极从事摄影和摄像工作，经常去莫斯科。后来我和家人搬到莫斯科居住。大流行病期间我们回到了旧奥斯科尔。在莫斯科没什么可做的，我们的收入下降了，而且在这里你可以随意散步。我们在莫斯科附近有一块地，我们把它卖掉了。我将收到的金额的百分之七十投入到服装生产中。我们决定不回莫斯科了，反正随时都可以到。孩子们在这里上幼儿园，很快他们就要上学了。我有一个我过去常常忽视的性格特征。我需要不断地挖掘一些东西，找出事物的本质。从修理冰箱到缝制衣服，我样样精通。了解它的作用和原理对我来说很重要。这个优点也对我的剪裁很有帮助。我开始深入研究这个过程，研究组织、它们的成分和特性。我喜欢业务构建系统本身：缝衣服、在网店平台上销售。我们刚到村里和家人一起休息时就做了第一个“土豆”。我拍摄了一个普通的土豆，并开始在我的博客上以100卢布的价格出售这张成功的照片，然后我决定将这张照片印在裤子上、T恤上。然后我想也可以制作服装。我们做了一小批，在社交网络上发布了照片，并开始写信给明星为我们的产品做广告。安菲萨·契诃娃是第一个产生兴趣的人，然后我遇到了维卡·齐加诺娃.....

我如何发明？我在网上找到了一张图片，是我喜欢的样子。我不能照搬，但我开始改变一些特性，例如布料的质地、颜色，还有部分款式。我们制作试用版，查看并检查质量，然后投入生产。我们在伊万诺沃缝纫，现在我们正在合作生产，那里的老板是叙利亚人。游戏的想法很久以前就在梦中出现了。我晚上醒来，把想法写在笔记本上，我把它们写了大约六个月。然后我咨询了一位助理，她建议了游戏的名称“我母亲朋友的儿子”。现在我们正在注册商标。我决定制作这样一个游戏，让孩子感兴趣，看看生活是什么样的，了解工作、职业的重要性。

娜塔莉亚·索科洛娃

ликими мастерами. Фотографу нужно уметь показать свое видение жизни.

### Вы используете в своих постах термин фототерапия. Что он означает?

Я настолько вдохновился обучением у мастера, что создал черно-белую серию снимков. Затем стал регулярно ездить к Блоху на мастер-классы. Они очень многое дают мне. Есть два человека, которые направили меня в этой жизни (о втором скажу чуть позже). После этих мастер-классов я начал как раз снимать стариков, не просто как фотографию, а как Историю.

### Очень интересно...

Я приходил к пожилым людям, и часа полтора мы общались. Это и есть фототерапия. Я спрашивал про их детство, как они познакомились, когда у них появились дети, как они жили, как спорили. У всех уникальные истории, интересные. И после нашей беседы я их фотографировал. Они так доверяли мне, становились открытыми, фотографировать их было легко и интересно. Ведь со старыми людьми мало общаются, им не хватает внимания, и они просто хотят рассказывать, чтобы их слушали. Я их слушал, и они переживали все заново – детство, молодость. После этих фотосессий или сеансов фототерапии они мне писали, что хотят жить, воодушевляются, у них появляется стимул. И когда они смотрят на сделанные мной фотографии, радуются. А я испытываю чувство гордости. Сейчас люди фотографируют много, а раньше были черно-белые снимки, и их было мало, но именно они представляют ценность, благодаря им мы вспоминаем то, что было с нами давно.

### А у вас есть любимые фотографии, которыми вы гордитесь?

Да. Эти фотографии все ВКонтакте. Все они связаны с эмоциями, которые были в момент съемки. Для меня эмоции важнее. Фотографии, которые у меня не вызывают эмоций, я убираю.

### Вы писали, что вас вдохновляют места, где жили великие писатели и поэты. Где вы были, какие места вас воодушевили на съемку?

Я бывал в разных местах, но не снимал, это личное... Сейчас я очень мало снимаю.

### Почему?

Фотография отнимает много энергии. Каждый раз, когда я трачу энергию на фотографии, у меня ее потом не хватает на бизнес.

### А откуда вы берете энергию, как восполняете ее нехватку?

Отдыхаю. Стараюсь не перегружать себя. Раньше я мог и фотографировать, и заниматься бизнесом. Сейчас же пытаюсь балансировать. Все важные дела я делаю с утра, потом перехожу к менее энергозатратным. Важно сделать 3-4 дела утром, до обеда, и через месяц уже будет результат. Это работает лично в моем случае.



### Сергей, одна ваша фраза меня очень заинтересовала: «Раньше я обесценивал свои достижения и знания». Когда вы стали ценить себя больше, что этому способствовало?

Это не сразу приходит. Я был на «Бизнес молодости» в 2019 году, где нам говорили: «Не надо обесценивать свои достижения». Я не обратил особого внимания на эти слова. Но у меня есть еще один наставник – Дмитрий Шкаров\*. Он научил меня ценить себя, свои достижения. Я многое переосознал. Это второй человек в моей жизни, который мне очень помог. Например, я раньше много фотографировал, снимал видео, особенно после Селигера, но не придавал большого зна-

чения тем работам. А сейчас встречаю молодых фотографов, которые говорят: «Мы выросли на ваших снимках». И, значит, это действительно представляет ценность!

### Есть мысли вернуться во власть, баллотироваться в областную Думу?

Сейчас не хочу. У меня другие приоритеты. Если я начну уделять внимание общественной деятельности, будет страдать мой бизнес. Он требует много времени, сил и финансов. Для меня сейчас важны моя семья и бизнес. Да, я люблю всем помогать, но помогать нужно тогда, когда у тебя самого уже есть определенное состояние. Я же не могу просто помогать, а подхожу ко всему очень ответственно. Если я сделаю что-то не ответственно, мне будет потом неспокойно. В результате пострадают все, а я этого не могу допустить.

\* Дмитрий Шкаров – коуч, бизнес-тренер, специалист по созданию эффективных команд. Является серийным предпринимателем, наставником, организатором больших мастер-майндов и бизнес-школ.



# НОВЫЕ ДЕЛОВЬ ЛЮДИ

## Роман Ти

**«Я не бог, не могу сделать идеально, но пытаюсь»**

## ВРАЧА, ВРАЧА! ПОЗОВИТЕ ВРАЧА!

DOCTOR, DOCTOR!  
CALL A DOCTOR!

医生, 医生! 叫医生!

ИНТЕРВЬЮ  
УЛЬЯНА ЧЕРНЯЕВА

ФОТО  
ДМИТРИЙ ФУФАЕВ,  
ИЗ АРХИВА Р. ТИ

Петербург встретил меня на удивление дружелюбно – яркое солнце, легкий ветерок – погода чудо как хороша! С Романом мы знакомы давно, но не близко – пересекались иногда на пэйнтбольных соревнованиях. Когда редактор спросила, нет ли в памяти героя для НДЛ, у меня не возникло ни малейшего сомнения – Роман Ти, «человек и пароход». А если серьезно, Роман – врач высшей квалификационной категории, член Российской Ассоциации детских хирургов (РАДХ). В его надежных руках судьбы самых маленьких пациентов. Не так давно Роман, вместе со своими коллегами, первый в России провел внутриутробную лапароскопическую операцию. Его маленькая пациентка еще не родилась, но уже нуждалась в помощи. Операция длилась 10 часов и завершилась успешно. А я знаю Рому – пэйнтболиста, игрока команды «Феникс», веселого, энергичного и потрясающе дружелюбного.

**Ром, кто ты? Ведь зачастую мы не думаем, кто мы есть, а пользуемся мнением окружающих. Роман Ти – это...** Какие вопросы у тебя коварные. Если в профессиональном смысле – пионер в своей отрасли.

**Ты врач от бога – так пишут в отзывах почти все твои пациенты. Ты профессиональный пэйнтболист – так говорят пэйнтболисты. Понимаешь, о чем я?** Это очень сложный вопрос, на самосознание. Я считаю, что все, что ты делаешь, нужно де-

лать хорошо. Понятно, что я не бог, я не могу сделать идеально, но пытаюсь. Продумываю заранее, что может пойти не так, то есть моделирую всю ситуацию в любой сфере своей деятельности. Ты выглядишь уверенным в себе, ты знаешь, что делаешь. У тебя есть уязвимые места? Они есть у всех. И у меня, конечно. Наверное, это семья. Вдруг дома неувязки какие-то или ссоры, меня это расстраивает. И на работе это может сказаться. В профессиональном же плане для меня не существует ничего, с чем бы нельзя было справиться. То же самое с пэйнтболом – ну не



получилось в этот раз, получится в следующий, просто нужно сделать выводы и работать над ошибками. Хотя с пэйнтболом проще: у тебя есть право на ошибку. А в медицине – нет.

#### **Пэйнтбол помогает тебе в работе и жизни? Может, ты снимаешь стресс в игре или отдыхаешь на тренировках, я имею в виду морально?**

Однозначно. Я уже не говорю про турнирные поездки, когда ты полностью отдыхаешь душой, даже отпуск не нужен, сама знаешь. Иногда приезжаешь на тренировку замученный донельзя, а выходишь с нее – и тебе легче становится. Происходит переключение деятельности, напряжение снимается. Хотя не всегда получается: у нас два раза в неделю тренировки, я в лучшем случае на одну попадаю, а бывало, один раз в месяц приезжал. Иногда даже не успеваю с работы выйти до начала тренировки, то есть она начинается в десять вечера, а я еще на работе. Бывает, что я один на тренировке. Выпал из всего, потому что работа, дом. На работе работы сейчас много, проектов куча – и все нужно успеть.

#### **Что за проекты?**

Внутриутробная хирургия. Она же сейчас во всем мире только-только начинает развиваться. Мы, получается, на передовых позициях. Нужно большой объем литературы прочитать, нужно разработать

Roman and I have known each other for a long time – we used to cross paths at paintball competitions. When the editor asked me if there was a person I can advise for the interview in the NBP, I didn't hesitate much – Roman Tee, «the man and the ship». But seriously, Roman is a doctor of the superior expert category, a member of the Russian Association of Pediatric Surgeons (RADS). The fate of the smallest patients is in his safe hands. Not so long ago, Roman, together with his colleagues, was the first in Russia to perform intrauterine laparoscopic surgery. His little patient was not yet born, but already needed help. The operation lasted 10 hours and ended successfully. But I know Roma as a paintball player of the Phoenix team, a cheerful, energetic and amazingly friendly person.

**R.T.:** In a professional sense I am a pioneer in my industry. I am now engaged in intrauterine surgery which is just beginning to develop all over the world. We appear to be at the forefront. You need to read a large amount of literature, you need to design an operation from scratch. We print models of organs on 3D printers, we look, we check everything. We also test on animals. We went to Adler, where there is a very large monkey house – the Research Institute of Medical Primatology with 6000 monkeys. There we picked up pregnant monkeys to perfect some manipulations on them. We don't do anything wrong. We are working on a certain manipulation, while neither the little monkey nor the monkey mother suffers. The Mom is under anesthesia, then she comes out of anesthesia, continues to bear the baby further and gives birth to a healthy baby. Yes, such surgeries are the first for Russia, but for the world, I won't lie, they are not first but rare. Although the direction is very promising, because in many situations, when a child has already been born, it is too late to do something. Or the result will be worse. I believe that everything you do should be done well. It is clear that I am not a god, I cannot do it perfectly, but I try. I think the surgery over in advance, think about what can go wrong, simulate the whole situation in any my activity. Of



операцию с нуля. На 3D-принтерах печатаем модели органов, смотрим, проверяем все. Еще на животных проверяем. Мы ездили в Адлер, там очень большой обезьянник – Научно-исследовательский институт медицинской приматологии, 6000 обезьян. Там мы подбирали беременных обезьян, чтобы на них отработать некоторые манипуляции. В процессе выяснилось, что нельзя брать беременную обезьяну из клетки. Нам же нужны большие экзemplяры, нужны павианы, а у них свои особенности: они держатся стаями, живут в огромной клетке, и беременную обезьяну оттуда не вытащить – у нее будет стресс и она потеряет ребенка. Поэтому их нужно отсаживать на ранних сроках беременности, чтобы они привыкали быть в отдельных клетках, и через несколько месяцев можно с ними работать.

#### **Зоозащитники в обморок не падают?**

Мы ничего плохого не делаем. У нас отработка определенной манипуляции, при этом ни ребенок... ребенок обезьяны... обезьяныш, не знаю, как сказать (*смеется*), ни сама обезьяна не страдают. Она в наркозе, потом выходит из наркоза, продолжает вынашивать малыша дальше и рождает здорового детеныша.

#### **Вы же первые в России сделали внутриутробную операцию?**

В России да, первые, не в мире, врать не буду. Но в мире их тоже мало делают. Хотя направление очень перспективное, потому что во многих ситуациях, когда уже ребенок родился, поздно что-то делать. Либо результат будет хуже. К сожалению, опыт неоткуда взять, все тонкости никто не раскрывает. Конечно, пишут про эти операции статьи, работы, мы их читаем, но там все очень пространно изложено. За рубежом развита частная медицина, у них клиники конкурируют между собой.

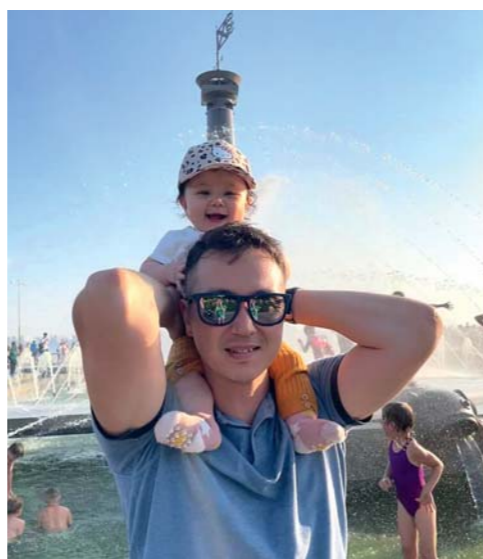
#### **Везде так, кроме России?**

Давай о другом... У нас вообще замечательная бесплатная медицина – в плане доступности сложных видов помощи. В детской точно. К нам очень много людей со всей России приезжают и на консультацию, и на плановое лечение. Телемедицина хорошо развита, мы консультируем коллег, наблюдаем за пациентами и, если необходимо, можем к себе забрать.

#### **Самый страшный случай в медицинской практике?**

**НУЖНО ЗАНИМАТЬСЯ ТЕМ, ОТ ЧЕГО ТЫ ПОЛУЧАЕШЬ УДОВОЛЬСТВИЕ. ПОНЯТНО, ЧТО НЕ ВСЕГДА ЭТО ВОЗМОЖНО, НО МНЕ КАЖЕТСЯ, РАБОТА ДОЛЖНА БЫТЬ ЛЮБИМОЙ. ВЕДЬ БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ ЖИЗНИ МЫ ПРОВОДИМ ТАМ. ПОЭТОМУ, ЕСЛИ РАБОТА УДОВОЛЬСТВИЯ НЕ ПРИНОСИТ, ТО, НАВЕРНОЕ, СИТУАЦИЯ ИДЕТ К ВЫЖИВАНИЮ. НУЖНО, ЧТОБЫ ПО УТРАМ ТЕБЕ ХОТЕЛОСЬ БЕЖАТЬ НА РАБОТУ, А ВЕЧЕРОМ ХОТЕЛОСЬ ВОЗВРАЩАТЬСЯ ДОМОЙ. ВОТ У МЕНЯ ТАК**

...



Для меня самое страшное, когда с ребенком должно было быть все хорошо. Какая-то небольшая проблемка, ты его прооперировал, и вроде все нормально, а у него что-то идет не так. Ты переделываешь – ну вот сейчас должно же быть лучше, а все равно не получается... Редко, но бывают такие ситуации. Ты просто не понимаешь, что еще можно сделать, чтобы помочь, потому что все, что ты делаешь, – не помогает! Такое бывает.

**А тебе приходится с родителями общаться и в таких случаях? Это, наверное, очень тяжело?**

Да, это тяжело. Но, поверь мне, я уже подзакалился.

**Почему педиатрия?**

Дети – это же будущее. Я к детям очень трепетно отношусь, переживаю за них.

**Самый необычный случай в практике?**

Боюсь, не смогу ответить на этот вопрос. Все случаи друг на друга не похожи. Можно посчитать самым необычным случаем самоизлечение пациента? Был у меня мальчик с гидронефрозом почки, доказанным всеми исследованиями. Необходимо оперировать и никак иначе. Ребенку сделали первый этап лечения, такой паллиативный, чтобы разгрузить почку, чтобы не болело. Он поступает на операцию, я думаю, дай-ка еще раз проведу обследование. Провожу..., а там все в порядке. Я такой – «ну ладно». Они еще на контроле были, я их позвал, чтобы посмотреть динамику. В итоге операция оказалась не нужна. Вот такое бывает. Медицина очень неточная наука.

**Как она может быть не точной?**

Потому что организм живой. Он меняется постоянно. К сожалению, точности нет, и очень много зависит от опыта человека, который занимается пациентом. В медицине любой врач каждого

course, I have vulnerabilities – this is my family. When there are some problems at home or quarrels, it upsets me and that can affect my work. Professionally, for me there is nothing that could not be handled. The same goes for paintball – if it didn't work out this time, the next time it will, you just need to make conclusions and learn from them. With paintball it's easier: you have the right to make mistakes. But in medicine you don't. Paintball helps me both at work and in life. Sometimes you come to sports practice feeling totally exhausted, but when you leave, you feel relieved. There is a switch of activity, the tension is removed. Although it doesn't always happen, sometimes I don't even have time to leave work before the start of training session, it starts at ten in the evening, but I'm still at work. Sometimes I'm alone at training session. I can lose the touch sometimes because my life at some periods is just work and home. How can one just live and not survive? You need to do what you like to do. This is not always possible, but I think you should love your work. After all, we spend most of our lives there, if the work does not make you happy, then, probably, the your life is turning to survival. In the morning you need to want to run to work, and in the evening you need to want to return home. I do. Why pediatrics? Children are the future. I cherish children, I worry about them.

Uliana Chernyaeva



пациента пропускает через себя. Нельзя плюсики и минусы ставить, будто в чек-листе. Нет протоколов, все очень условно, потому что слишком большое количество данных, бывает даже противоречивых. Нужно знать эмбриологию, как развивался каждый орган с самого начала. Ведь проблема, возникшая на каком-то из этапов, приводит к разным изменениям в дальнейшем. И от этого зависит, на что нужно воздействовать. Все такое очень текучее, потому что организм развивается. Тем более детский.

**Ты плачешь?**

Нет, я не плачу, но, конечно, расстраиваюсь. Бывают такие ситуации, после которых хочется прийти домой и выпить. Например, был случай, когда ребенка должны были выписывать на следующий день. Все красиво сделали, все зажило. Я ребенком уже не занимался – передал неонатологам дальше, его должны были выписывать на следующий день. Малыш уже неделю лежал с мамой. И вот он в ночь так ухудшился, что пришлось его заново оперировать. Мне позвонили ночью, я, наверное, через 20 минут приехал, летел 150 км в час. Конечно расстраиваешься... Бывает так, что понимаешь – вот этот ребенок очень тяжелый, и может такое случиться, что он умрет. Но опыт у меня большой, и я более-менее спокойно это воспринимаю. А вот ребенок, у которого не должно было этого происходить, но все-таки происходит, конечно выбивает из колеи. Реаниматологи-девочки у нас плачут. Но они занимаются ребенком более близко, специфика такая – постоянно с тяжелыми.

**Сложная тема, давай с нее «съедем». Ты увлекаешься сноубордом? Что ты чувствуешь, когда летишь по трассе?**

Да, в этом году никуда не ездили, потому что мелкая совсем мелкая еще была, ей год и три месяца всего. Я очень люблю скорость, хотя на сноуборде можно было бы делать какие-то трюки, но мне больше нравится скорость. Летишь – и мысли все отпускают. Просто если сравнивать с эйнтболом, то эйнтбол – это адреналин, взаимодействие с командой. А здесь какая-то свобода, ты один летишь сам себе предоставлен.

**Кстати, это достаточно опасный вид спорта. Бывали ли случаи на трассе, когда тебе приходилось применять свои врачебные навыки? Или, может, не на трассе, но в миру?**

Блин, нет! Ни разу такого не было. Зато у меня есть товарищ, который постоянно попадает в такие истории. Он врач, хирург тоже. И раз в год он обязательно где-то кого-то спасает. Естественно, если понадобится, первую помощь окажу.

**Эйнтбольная команда «Феникс» для тебя – это...**

Это вторая семья. Та команда, которую ты любишь, а не та, в которую тебя позвали поиграть как профессионала. Именно твоя команда, которую мы с самого начала организовывали. У нас состав долгое время не менялся. И все игроки – это друзья, к которым можно обратиться. Я ими очень дорожу. Сейчас состав сильно поменялся. Конечно, у меня были минуты слабости,

когда уже не было сил заниматься, не было мотивации, времени, но сейчас ребята появились, которые очень активно все развивают. За это им большое спасибо. Очень пэйнтбол люблю, но я стал разграничивать: работа – семья – пэйнтбол.

#### Как думаешь, твоя дочь видит в тебе героя?

Думаю, да.

#### Думаешь, она пойдет по твоим стопам?

Надеюсь, что нет (*смеется*). Вся медицина достаточно тяжелая профессия, в психологическом плане. Ну, может, кроме стоматологии. У некоторых специальностей быстрое эмоциональное выгорание происходит. У реаниматологов, например, профессиональное выгорание может через пять лет наступить.

#### А как же династия? Твои родители врачи?

Да, но они никогда не настаивали, чтоб я наследовал профессию. И, естественно, отговаривать дочь я тоже не буду. Потому что самое правильное, чтобы работа приносила радость. Иначе будет мучение, а если будет мучение, то не будет результата. Ты не будешь себя улучшать.

#### Ты считаешь себя патриотом?

Да, считаю. Мы с друзьями об этом всегда спорим, у всех разные взгляды. Я люблю свою страну. Мне много раз предлагали уехать – в разные страны, по работе, но... не хочется. Мне только в Питере климат не нравится. А все остальное нравится. Нравятся люди в нашей стране. В основном они добрые и отзывчивые.

#### Что сейчас читаешь?

Я люблю фантастику. Максимально несложную, например, Лукьяненко. Просто чтобы не думать ни о чем, чтобы мозги разгрузить. Потому что я читаю очень много медицинской литературы, и постоянно у себя в голове это крутишь, анализируешь и больше ни о чем думать не можешь. Вообще, все медики кроме как о своей профессии говорить ни о чем не могут. Если собираются больше одного в компании, значит вся компания будет слушать про медицину. Поэтому я иногда немножко пытаюсь ситуацию разгрузить.

#### Наш журнал называется «Новые деловые люди». Кто он – деловой человек, как считаешь?

Мне всегда казалось, что это предприниматель. Сейчас понимаю: деловой человек – это любой человек, который стремится что-то улучшить в своей профессии, а не просто прийти и заработать денег. Стремится достичь результатов. Тот человек, который развивается, – он деловой.

#### Ты деловой человек?

Да.

#### Ты живешь или выживаешь?

Конечно, живу. Когда у меня старшая родилась, я может помоложе был, немножко по-другому себя ощущал. Сейчас, когда мелкая появилась, я с удовольствием бегу домой, чтобы каждый миг ловить, они же меняются каждый день. Это такое счастье – за ней наблюдать. Я бы с удовольствием посидел в декрете. Вообще не понимаю этой фразы – выживать. Это, по-видимому, когда совсем все плохо. На Украине, наверное, сейчас люди выживают.

#### Дай совет, как жить, а не выживать?

Нужно заниматься тем, от чего ты получаешь удовольствие. Понятно, что не всегда это возможно, но мне кажется, работа должна быть любимой. Ведь большую часть жизни мы проводим там. Поэтому, если работа удовольствия не приносит, то, наверное, ситуация идет к выживанию. Нужно, чтобы по утрам тебе хотелось бежать на работу, а вечером хотелось возвращаться домой. Вот у меня так.

#### У тебя в ВК есть интересные статусы, которые характеризуют тебя как человека делового. Пусть они не твои, но схожи с твоими мыслями: «Где бы вы ни увидели преуспевающее дело – в основе его смелое решение», Питер Друкер\* Не помнишь, в какой ситуации или после чего возникла эта запись у тебя в ВК?

Это мой девиз по жизни. Если мне предлагают какой-то проект, я всегда рассмотрю его. И если он устраивает меня, стараюсь в него «вписаться». Я никогда ничего не отбрасываю сходу. Когда ты что-то новое делаешь – это дает тебе полноту жизни. Так человек развивается и характер закаляет. Я часто рискую, но иду, конечно, на обдуманный риск.

#### А избитая фраза «Не говорите мне, что я должен делать, и я не скажу, куда вам надо идти»? Неужели ты такой дерзкий? С виду не скажешь.

Да, я могу так сказать, но нужно меня до этого довести. Дома нет, а на работе могу.

#### Можешь прям покричать?

Да, могу. Я вообще очень легко заводжусь, стараюсь себя держать в руках, но, бывает, срываюсь, а потом мне стыдно. Я эмоциональный. Считаю, что это мой минус.

■ ■ ■

\* Питер Фердинанд Друкер (19.11.1909-11.11.2005) – американский ученый австрийского происхождения; экономист, публицист, педагог, один из самых влиятельных теоретиков менеджмента XX века.



Фото предоставлено пресс-службой СПбГПМУ.

#### «Врач, врач! Вызывайте врача!»

Роман и я знакомы давно, иногда мы встречаемся на соревнованиях. Когда редактор问我心中是否有《新商业人物》杂志的英雄时,我毫不犹豫地选择了罗曼·替,他是能工巧匠。不过说真的,罗曼是俄罗斯儿科学会协会的会员,是最高级别的医生。小患者的命运掌握在他的手中。不久前,罗曼和他的同事在俄罗斯率先进行了宫内腹腔镜手术。他的小病人尚未出生,但已经需要帮助。手术持续了10个小时并成功完成。我认识彩弹运动员罗曼,他是凤凰城的团队成员,是风趣、精力充沛的人,是非常友好。

罗曼·替:在专业领域我是该领域的先驱。我目前正在做宫内手术。它现在才刚刚开始,在世界各地发展。我们似乎走在最前面。需要阅读大量的文献,也需要从头开始开发一个操作。我们在3D打印机上打印器官模型,我们观察、检查一切。我们还在动物身上进行测试。我们去了阿德勒,那里有一个很大的猴舍叫医学灵长类动物研究所,有6000只猴子。我们在那里挑选怀孕的猴子,对它们进行一些操作练习。我们没有做任何坏事。我们正在研究某种操纵,而猴子,我不知道怎么说(笑),猴子本身也没有遭受痛苦。她在麻醉下,然后从麻醉中苏醒,继续带着婴儿走得更远,并生下了一个健康的婴儿。是的,在俄罗斯,是第一个,不是世界上,我不会撒谎。但是,世界上很少有这样的手术。虽然这个方向很有希望,但因为很多情况下,当孩子已经出生的时候,再做什么就已经太晚了,或者结果会更糟。我相信你所做的一切都应该做好。很显然,我不是上帝,我不可能做得完美无缺,但我会努力。我事先考虑到可能出错的地方,也就是说,我在任何活动领域都会模拟整个情况。当然,我也有弱点,这是我的家庭。如果家里有任何不和或争吵,都会让我心烦意乱。这也会影响我的工作。但是在专业领域没有什么是我不能处理的。彩弹射击也是一样的,这次没成功,下次会成功的,你只需总结经验,弥补错误。彩弹射击则更容易:您有权犯错误。但在医学上,则不然。彩弹运动对我的工作和生活都有帮助。有时你在训练中精疲力竭,但当你从训练中走出来时,你会感觉好多了。转换一下活动,紧张的情绪就会得到缓解。虽然并不是每次都能成功,有时我甚至在锻炼开始前还没下班,也就是说锻炼在晚上10点开始,而那时我还在上班。有时我一个人在训练。因为工作、家庭而放弃了一切。为什么选择儿科?孩子是未来。我对孩子很敏感,我很担心他们。

乌丽安娜·切尔尼亚耶娃



### Ульяна Черняева АВТОПОРТРЕТ ДРОНА

Удивительное дело, наука и техника развиваются так, что мы уже не успеваем за ними. Сколько открытий в различных сферах науки и техники сделано за последние три года. А за пять, десять лет?! Да, даже за год! Можно вылечить большинство болезней, продлить жизнь и молодость, машины можно не заправлять, а заряжать от розетки, в иных телефонах камеры круче, чем дорогая аппаратура фотографа. Искусственный интеллект пишет сочинения за школьников и делает проекты за студентов. Дальше больше, современные технологии ворвались в искусство. Искусственный интеллект пишет картины. Художники говорят, в них нет души, но еще не вечер. Недавно появился первый в мире дрон-художник, написанная им картина-мурал «Эволюция 3.1» по эскизу московского художника Миши Most украшает теперь стену Новосибирского государственного технического университета. Дроном полностью управляет компьютер. В понимании простого смертного беспилотник – это то, что летает и представляет угрозу. Но вот доказательство мирного применения дронов. На пресс-конференции в ТАСС (Москва) авторы и участники проекта по созданию дрона-художника рассказали, как это было, а также о возможностях его использования.

#### УЧАСТНИКИ ПРЕСС-КОНФЕРЕНЦИИ:

**Василий Третьяков**, советник ректора по стратегии и развитию «Университета 2035».

**Миша Most**, автор проекта, художник.

**Георгий Бондарь**, операционный директор проекта, генеральный директор компании «Авиацмит»

**София Герасименко**, исполнительный продюсер.

**Олег Калачев**, главный разработчик.

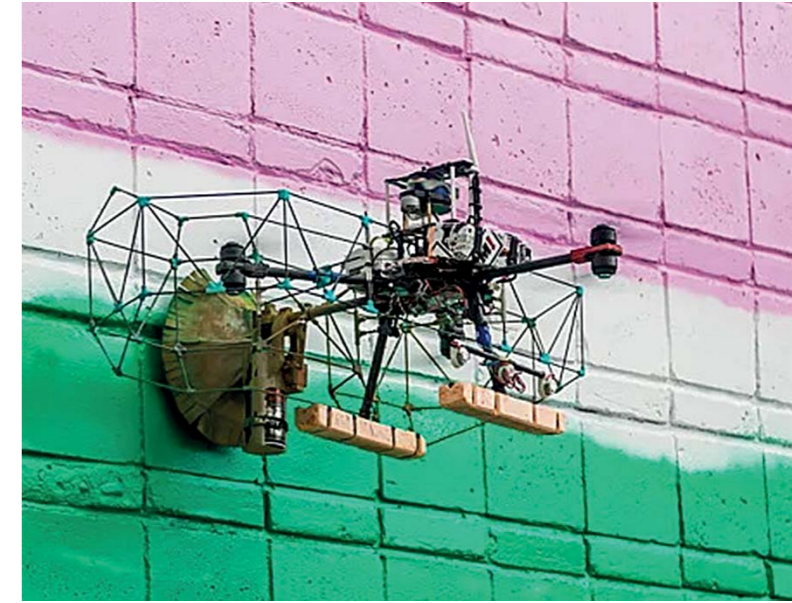
**Андрей Киригородский**, технический директор.

**Екатерина Чечиль**, руководитель проекта.

Работа над муралом была организована в рамках образовательного проекта «Архипелаг 2023». Он посвящен отрасли беспилотной авиации. Организаторы и участники нацелены на то, чтобы дроны могли решать важные и нужные для страны задачи. «Задумывая «Архипелаг 2023» как важное событие в жизни страны, мы искали, что сделать такое... вызывающее. Мотивировать молодежь, чтобы обратила внимание на сферу дронов как область для своей самореализации», – говорит Василий Третьяков. Применение дронов – часть нашей жизни, считает он. В рекордно короткие сроки (чуть меньше месяца) дрон-художник собрали, программу написали, и беспилотник готов был приступить к работе. Участники проекта с гордостью поведали о том, как быстро они все сделали, сами удивляясь своим талантам.

По словам Миши Most, идея создания дрона-художника не нова, уже были попытки использования пилотируемого дрона, но это невероятно сложно, а в результате получается... да ничего не получается. Так он пришел к выводу, что необходим компьютер, который будет управлять дроном. На самом деле подобный проект был создан им раньше и назывался он «Эволюция 2.1», но тогда дрон-художник использовался в помещении. Сейчас беспилотник работал на улице, площадь арт-объекта составляла 300 кв. метров. Дрон вывели на высоту, и это тоже отдельный квест. Как рассказала София Герасименко, собрать команду, запустить все организационные процессы – ничто по сравнению с бюрократическими проволочками в попытках запустить дрон на высоту хотя бы 30-50 метров. Оказывается, необходимо «открыть небо» – писать план полетов в ОрВД за неделю, за два часа созвониться и подтвердить свое решение запустить дрон, оградить зону полета. В общем, работы непочатый край. В результате получился интересный рисунок в стиле научной фантастики. Хотя фантастики ли? Наверное, это уже наше настоящее. Здесь космос и МКС, а спираль ДНК и робот-андроид с планшетом символизируют симбиоз человека и технологий. Не забыл дрон и про себя – нарисовал свой автопортрет.

Этот арт-проект интересен еще тем, что его участникам нужно было освоить не просто какую-то определенную профессию, например оператора дрона, нужно не только научиться программировать дрон – еще нужно уметь решать сложные задачи в команде. Сколько разных компетенций должно быть у человека для того, чтобы создать данный продукт! Сам дрон-художник состоит из элементов, напечатанных на 3Д-принтере. Дронов было два – один собрали в Москве, а второй уже на месте, в Новосибирске. «Мы как марсианские колонисты приземлились. У нас была своя маленькая мастерская, лаборатория. По 3Д-модели, которую мы разработали, воссоздали второй дрон и запустили его в полет», – говорит Георгий Бондарь, ласково поглядывая на дрон. И добавляет: «Он красивый».



Вообще, ребята проделали действительно огромную работу. Изобрели оригинальный алгоритм управления полетом дрона, который настроен на рисование. Создали собственную систему позиционирования, которая позволяет рассчитать с точностью до сантиметра, где находится дрон относительно стены. Разработали полную трехмерную визуализацию проекта. По словам Олега Калачева, большую часть времени разработчики смотрели в монитор. «Дрон там, где-то летает, а мы в палатке сидим и свято доверяем нашей системе визуализации. То, что она показывает, то и происходит», – улыбается Олег.

Целью этого проекта является не просто мурал, считает Миша Most. Мурал, написанный дроном – это доказательство сложности данного устройства. Именно в таких проектах возникают те знания, те командные компетенции, которые сейчас так нужны стране, считает Василий Третьяков.

Я задала вопрос, почему же коммунальщики закрашивают муралы и граффити. Ведь бывают действительно интересные работы. Одну такую, портрет Сергея Бодрова младшего, недавно покрасили в Санкт-Петербурге. Андрей Киригородский ответил, что они рассматривали возможность закрашивания дронами рисунков в труднодоступных местах и поняли: нужно продавать дроны и граффитчикам, и коммунальщикам. Будет отличный коммерческий успех. А Екатерина Чечиль рассказала, что в центре креативной экономики разрабатываются меры, которые на государственном уровне позволят этим креативным индустриям развиваться и закрепляться в России. «Иначе Бэнкси не родится, если все будет закрашиваться», – сказала Екатерина.



## Названа самая востребованная профессия в России

Сервис Работа.ру провел опрос более 400 российских компаний. Стало известно, какие специалисты наиболее востребованы на российском рынке труда.



Эксперты ожидают, что спрос на рабочие специальности в 2024 году будет даже увеличиваться.

## Какими будут профессии будущего? Ответ Midjourney:

- Конструктор и дизайнер «умных» домов
- Work-from-home фасилитатор (обеспечивает коммуникацию людей, работающих дистанционно)
- Тренер по концентрации внимания
- Менеджер по взаимодействию между людьми и машинами
- Специалист по возрождению вымерших видов животных и растений
- Консультант по цифровой реабилитации (специалист, владеющий навыками психологии и IT, помогает сократить количество времени, проведенного онлайн).

Прогнозировать спрос на профессии сложно — слишком быстро развиваются технологии. Однако есть области, знания в которых точно пригодятся в новом технологичном мире.

## Советы родителям, чему учить, чтобы ребенок был успешным в будущем

### ДИЗАЙН

Работа с цветом, формой, текстом и композицией развивает фантазию и учит искать нестандартные решения.

### ПРОГРАММИРОВАНИЕ

Это развивает логическое мышление, учит формулировать проблему, искать оптимальное решение, не бояться браться за сложные задачи и не сдаваться, если что-то не получается

### АНАЛИТИКА ДАННЫХ И МАШИННОЕ ОБУЧЕНИЕ

Искусственный интеллект, в частности, машинное обучение, широко применяется во всех отраслях экономики — от медицинской диагностики до прогнозирования стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций. Детям полезно знать принципы работы ИИ, потому что нейросети уже стали частью повседневной жизни.

### РАЗВИВАТЬ КОММУНИКАТИВНЫЕ НАВЫКИ

Они формируются в семье. Поэтому так важно говорить с детьми, искренне интересоваться их делами, отвечать на вопросы неоднозначно. Если ребенок научится качественно общаться в семье, он будет делать это и вне дома.

## Каким будет наше будущее? Ответ есть у нейросети.

Фото: RTVI, @linaflwrs / Telegram



**Владимир  
Василиненко**  
Эксперт fashion-рынка, специалист по PR, маркетингу, рекламе, Брендингу.

# Владимир Василиненко Юзаем ИИ – продолжение

Фото из открытого доступа

Пожалуй, только представители старшего поколения, рожденные в прошлом веке и в прошлом тысячелетии, смогут понять этот невероятный кайф очередной утраты технологической невинности – задать вопросы искусственному интеллекту (для этого надо было учиться писать пером в первом классе, потому что преподаватель знал о каллиграфии что-то важное, виртуозно формировать шпательки в старших классах и чертить чертежи тушью в университете:). Информация о том, что современные студенты уже всю юзают искусственный интеллект для написания рефератов, а у преподавателей есть специальная программа, позволяющая это отследить, не останавливает, а умиляет. Быть посему, свет мой, зеркальце, скажи, да всю правду доложи.

### Часть 1. Вопросы и ответы ИИ

**Чем принципиально отличается мода нового тысячелетия от предыдущего?**

Демократизация и доступность.  
Влияние уличной моды. Стили хип-хоп культуры, скейтеров, инди-сцены влияют на моду в целом.  
Эклектика и смешение стилей. Современная мода – это коллаж тенденций разных эпох и направлений.  
Вторичное использование и устойчивая мода. Винтажная одежда и активное повторное использование вещей.  
Персонализация. Высока роль DIY (сделай сам) и кастомизации (прим. ред. продукт, созданный по индивидуальным потребностям покупателя).

**Почему люди заботятся о своем внешнем виде и почему законы красоты постоянно меняются?**

Смена модных тенденций происходит под влиянием искусства, экономики, технологий и общественных перемен.  
В психологическом плане людям свойственно желание произвести впечатление и привлечь внимание.



Ухоженный внешний вид повышает самооценку и уверенность в себе.  
Принадлежность к определенной социальной или возрастной группе часто подчеркивается через одежду и прическу.

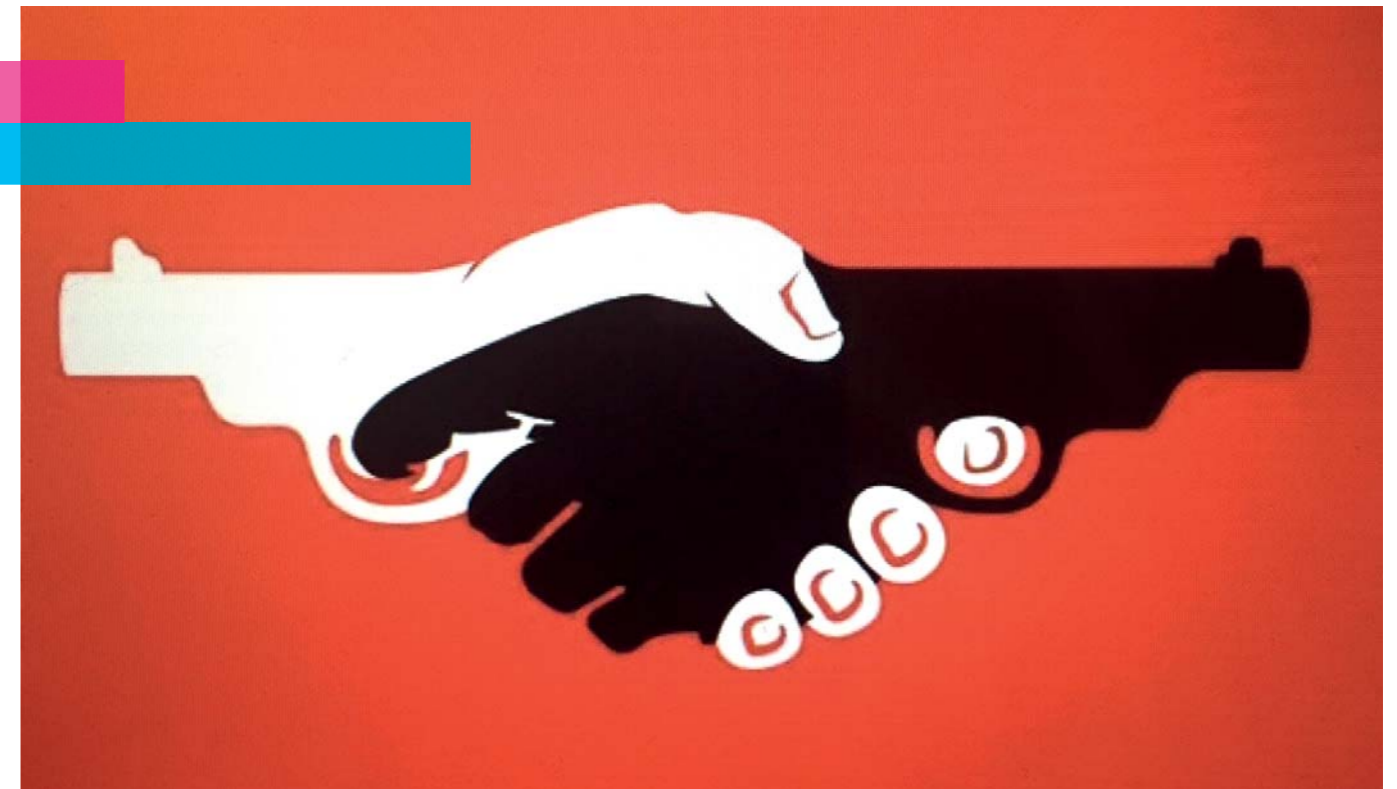
**Какова мода в период постмодернизма?**

Стирание границ между элитарной и массовой культурой.  
Сочетание элементов высокой моды и уличных стилей.  
Ироничное цитирование стилей прошлого, их эклектичное соединение в одном образе – панк с романтикой.  
Ирония и самоирония.  
Потребление знаков и символов прошлого без их глубокого осмысления, ради игры.  
Отказ от целостности образа.  
Активное развитие и смешение субкультур.  
Несколько БОльшая демократичность моды.  
Наличие на одежде принтов, слоганов, карикатурных и поп-арт изображений.

**Как социальные катаклизмы меняют мир и моду?**

Войны. Приводят к появлению практичной униформы, военной символики в одежде, дефициту тканей.  
Революции. Сопровождаются отказом от роскоши, демократизацией стиля, упрощением форм.  
Экономические кризисы. Вызывают снижение потребления и поиск более доступных решений.  
Технологический прогресс. Ведет к использованию новых возможностей и материалов.





## Постмодернизм в моде. Главное – уйти от классических представлений о гармонии и стиле

Изменение ценностей в обществе. Например, распространение феминизма кардинально меняет женскую моду.  
Глобализация. Смешение этнических мотивов в одежде, интернационализация брендов.  
Экологические катастрофы. Актуализируют задачу создания экопродукции в модной индустрии.

### Каковы версии развития моды в будущем? Персонализация.

Благодаря технологиям 3D-печати и индивидуальному пошиву одежда будет максимально адаптироваться под вкусы конкретного человека.

### Виртуальная мода.

Уже появляются виртуальные модели и коллекции для демонстрации в цифровом пространстве. Возможно, VR и AR еще больше изменят индустрию.

### Устойчивое развитие.

Экологичные материалы, переработка, снижение количества отходов, вреда для экологии станут ключевым трендом под давлением общества.

### Соединение с технологиями.

Одежда будет все более «умной» и многофункциональной за счет новых материалов и гаджетов.

### Ретро-тенденции как ответ на футуризм.

Возможно, люди будут испытывать ностальгию по «прошлому» и возвращать в моду ретро-стили.

### Каков психологический портрет людей, создающих моду?

Творческая одаренность и нестандартное мышление.

Развитое эстетическое чувство.

Тонкое понимание гармонии, композиции, стиля.

## Часть 2. Человеческая

В любом случае ответы человека на эти вопросы отличались бы большей эмоциональностью и собственной системой приоритетов автора, что сделало бы текст менее информативным, может быть, более привлекательным и даже модным – если его правильно донести до аудитории, сохранив авторскую интонацию. Мода существовала приблизительно всегда, но у первобытнообщинных дизайнеров не было модных критиков (их съедали), зато были диплодоки, далекие предки блогеров и инфлюенсеров.

Моду диктует улица, а не аристократы, те наслаждаются псевдоскромной одеждой в нескромной не-движимости. Аристократами духа становятся те, у кого случился вкус, стиль и достойное образование.

По итогу воздействия этих факторов для всех жителей цивилизованных стран наступила необходимость разбираться в моде и выглядеть согласно обстоятельствам и постоянно меняющимся канонам, пока еще в каждом регионе по-своему, но СМИ все оперативнее разносят по миру информацию о модных тенденциях столиц моды, стирая региональные различия, оставляя этническую моду только жителям высокогорных районов вроде Тибета.

У всех остальных, как в 144 сонете Шекспира: «На радость и печаль, по воле рока, две страсти, две любви владеют мной – мужчина, светлокудрый, светлоокий и женщина, в чьих взорах мрак ночной...»

В менее поэтической версии – людьми движет желание выделиться на общем фоне и при этом выглядеть как все, быть яркой индивидуальностью, но при этом одобренной социумом.





Победитель  
в номинации  
«Фото-образ»

Михаил Авагимов  
(Южная Осетия, Цхинвал)  
Фотокорреспондент представительства  
МИА «Россия сегодня» в Республике  
Южная Осетия, Sputnik Южная Осетия.

«Девушка из московского «Кукуева»,  
№5 ОСЕНЬ, стр.70

Съемки Форума с международным уча-  
стием «Южная Осетия. 15 лет признания  
Российской Федерацией независимости  
республики». №5 ОСЕНЬ, стр.12-17

## АБСОЛЮТНО ЛЕНИВЫЙ ХУДОЖНИК

Интервью Валерия Воронцова  
Фото из архива М.Авагимова

**Несколько фраз о себе, которые надо знать читателям НДЛ.**

Мне 45 лет. Я родился и всю жизнь прожил в Южной Осетии. Тогда она была еще автономной областью в составе Грузии. Сейчас это уже самостоятельная республика. Получил высшее образование в ЮОГУ, факультет изобразительного искусства. 22 года из 45 служил в армии.

**И почему уволились?**

Всему бывает конец, жизнь продолжается на другом витке. В представительстве МИА «Россия сегодня» было вакантное место, и мои знакомые, которые тут работают и хорошо меня знают, предложили, не хотел бы я

попробовать. Я прошел стажировку. Видимо, руководство осталось довольным, и меня приняли.

**Ваша семья и творчество отца Валерия Михайловича\* повлияли на ваше желание учиться на факультете ИЗО?**

\* Валерий Михайлович Авагимов – поэт, бард, член Союза художников СССР, член Союза художников Южной Осетии. В 80-х годах В.М. активно выставлялся в Москве, Тбилиси, Новороссийске, Сочи, Севастополе, Цхинвале. Его работы находятся в галереях и частных коллекциях Москвы, Санкт-Петербурга, Симферополя, Тбилиси, Токио, Сиднея, Квебека и др. Часть работ безвозвратно утеряна во время грузинской агрессии, Источник: Официальный сайт Администрации Президента Республики Южная Осетия.

Да, конечно. Мастерская отца долгое время располагалась дома. И для меня было привычным явлением наблюдать художника за работой, видеть процесс создания картин. А то, что люди у нас в гостях иногда удивлялись множеству картин на стенах, подолгу их разглядывали, было немного странно. Ведь жизнь среди картин была частью моего мира. И когда отец спросил, не хотел бы я учиться на факультете изобразительного искусства, я согласился.

#### А почему не пошли в этом направлении?

Наверно, потому что не «болел» этим, хотя изобразительное искусство мне очень нравится. Видимо, нет у меня такой же целеустремленности, настойчивости, собранности, как у отца.

#### А как вы начали фотографировать?

У меня была операция на глаза, где-то в 2012 году, в краснодарской клинике. Какое-то время мне были противопоказаны нагрузки, поэтому я несколько месяцев просто гулял по городу и фотографировал.

#### Вам нравится фотографировать?

Да. Как работать со светом, как композиционно строить кадр – мне все нравится. И снимать что угодно: какое-то действие, и яркий закат, и восход, где облака красивые... Природа всегда неповторимо красива. Есть такое выражение: «Фотографы – это ленивые художники». Зачем рисовать, если камера делает это за тебя? Главное, научиться ею правильно пользоваться. Наверное, это про меня, если учесть мое образование.

#### Тогда поговорим, как проходит ваш рабочий день.

Бывают дни, когда нужно побывать на нескольких объектах, где проходят мероприятия. И если какое-то срочное событие, с ним обычно нужно работать быстро. Часто надо быстро выкладывать фотографии, это касается, например, новостей. Надо незамедли-

тельно вернуться на работу, немного обработать фотографии и выложить их для читателей. А бывает, что целый день никуда не нужно идти. Но сложа руки сидеть не стоит – всегда можно походить по городу и на будущее сделать какие-нибудь фотографии, которые потом, возможно, пригодятся. Или просто пересматривать все, что набралось...

#### Почему ваши знакомые решили вам вот эту вот вакансию предложить? Как вы думаете?

Знали, что я люблю фотографировать во время путешествий. Камера всегда бывает со мной. Я думаю, куда-то вообще без камеры ездить – преступление. Какие походы без камеры!

#### Походы – это ваше хобби?

Я уже давно не студент, но продолжаю оставаться членом походного клуба любителей прекрасного «Аполлон» при университете Южной Осетии. Летом всегда совершаем несколько походов в горы, приобщаем людей к природе. Часто человек, который живет здесь, практически незнаком со своей родной природой, с тем прекрасным, что его окружает. Там раз в неделю, в учебное время, бывают интересные встречи на тему искусства, спорта, да на любую тему, которая интересует собравшихся. Вот такой очень интересный клуб у нас есть.

#### Какими качествами должен обладать и художник, и фотограф, и вообще творческий человек?

Наверное, он должен любить свое дело, стремиться искать что-то. Также должен быть настойчивым и терпеливым.

#### А у вас есть мечта попасть в какое-нибудь определенное место и там поснимать?

Конечно. Очень много таких мест, которые я видел только на фотографиях или видео, и в Осетии есть такие места, где я еще не бывал. Туристы издалека специально туда приезжают, чтобы посмотреть, удивиться, подышать, запомнить, а я еще не доехал...



#### А конкретно?

Конкретно я не думал. Хотелось бы побывать в разных местах. Для начала объездить, обойти всю Южную Осетию, а там посмотрим.

#### Кто вас обычно поддерживает в вашей работе?

Сложности бывают, куда без них, я всего ничего работаю... Тут коллектив очень дружный, и все что нужно мне всегда подсказывают и помогают. Вот такие приятные люди.

#### Какое было одно из самых, возможно, запоминающихся мероприятий или заданий на работе за последние три месяца?

Таких много. Были очень интересные задания. Например, к нам приезжал знаменитый камерный оркестр джазовой музыки имени Олега Лундстрема.

Также приезжал ансамбль песни и пляски Российской Армии имени А.В. Александрова.

Люблю снимать выставки. Например, была недавно выставка кукол мастериц из Северной Осетии. Я не ожидал, что мне так понравится. Уникальные, интересные работы. Проходят разные спортивные мероприятия. Их фотографировать сложнее: много движений, высокая динамика, но когда удаётся сделать хорошие фотографии – это большое удовольствие.

#### Что бы вы могли себе сказать в начале своего пути, когда подступили к фотографированию?

Особо – ничего. Я бы посоветовать себе серьезно изучать различные техники фотографии, творчество великих фотографов. Это багаж, который обязательно пригодится в будущем.

То есть – учиться, учиться, и еще раз учиться? Конечно.



## «Я ВСЕГДА ДОГОНЯЮ РАССВЕТ...»

Павел Крутенко  
№2 2023, ВЕСНА, стр. 82

Победитель  
в номинации  
«Фото-образ»

Автор Лилия Ладик  
Фото из архива П. Крутенко

Ох, и трудно же выбрать всего одну главную стежку-дорожку в жизни, если Господь наделил тебя разными талантами! И стихи написать хочется, и музыку к ним сочинить, и спеть их потом под гитару, а еще на пару с дружкой прикольный видеоклип «замастрячить»! Все хочется, все интересно!

Вот так и метался много лет иркутский фотограф Павел Крутенко между своими «хотелками». «Тяжело было, – признается он, – найти себя в главном». Кем только не работал все эти годы трудного поиска самого себя. Работал грузчиком, охранником и электриком, мебель продавал в магазине, занимался бегущей строкой. Да не то, не то все это! Пока однажды... «Остановись, мгновенье, ты прекрасно!» – не попробовал себя в фото-



графии. И все вдруг стало на свои места: мое! Разглядывать его фотографии теперь – одно удовольствие. Вот белокрылый храм с золоченой маковкой, как лебедь тянет вверх свою тонкую шею, а под ним на полянке все усыпано одуванчиками. Глянешь на них и не поймешь: то ли одуванчики улетели в пронзительно-синюю высь и распушились там круглыми облачками, то ли облачка упали на землю и обернулись тут одуванчиками. Легко и радостно дышится в этом кадре зрителю.

Родился наш герой в многодетной семье. Город Киренск – далекая северная глубинка Иркутской области. Там и напитался он первыми впечатлениями от суровой сибирской красоты. Павел тонко чувствует природу: смену времен года, ее мимолетные капризы, настроения, атмосферу. И с тихим, сдержанным восторгом снимает багряные миражи осеннего леса, отраженные в присмирившей



речке, догорающую за крышами домов уже сумеречного села вечернюю зорьку, расплавленную в лучах закатного солнца ало-золотую безмерную ширь Байкала, в котором затерялась крошечная лодка с двумя рыбаками на веслах. Его фотомир звонок и светел. Наполнен птицами и цветами, в нем – на радость зрителям – вольно и органично живут рядом с человеком «братья наши меньшие»: щенки и голуби, рыжий лисенок и грациозные лошади, силуэты которых завораживают на снимках музыкальными линиями. А еще в этом мире есть тишина! Особенная, живая. Не знаю как, но фотохудожнику удастся передать в своих снимках не только видимые образы, но и звуки. В его пейзажах слышится мягкое причмокивание волны, подмывающей берег, хрупанье снега

под копытами лошадей, ступающих по снежному полю, шуршанье опавшей листвы под ногами... Думается, это следствие того редкого (даже среди творческих людей) дара, который называется созерцанием. Неспешным, глубоким вглядыванием и чутким вслушиванием в окружающий мир. Павел Крутенко из числа тех мастеров, которых принято называть самородками. Профессионального образования по части художественной фотографии у него нет вовсе, как, впрочем, и базового школьного образования. «В школе я учился плохо, даже на второй год хотели однажды оставить. Все дома мастерил чего-то... То дельтаплан, то робота, то лодку с парусами... Вот это меня увлекало! В фотографии, кстати (а я в ней уже больше десяти лет!), у меня до сих пор нет главного жанра,

люблю экспериментировать, как и раньше». Он снимает не только природу – уличных музыкантов, случайных прохожих, городскую архитектуру, фотоленту своих путешествий: Байкал, Улан-Удэ, Питер, Крым... На красоты нашей Родины он всегда смотрит сквозь объектив, неважно какой – крутого фотоаппарата или мобильного телефона. Лишь бы было на что снимать! Разговаривать с бывшим двоечником очень интересно. В беседе он то и дело упоминает композиторов, кинорежиссеров и фотографов, чье творчество его собеседники и с высшим-то образованием не всегда знают. Он любит фильмы Андрея Тарковского, Григория Козинцева, Стенли Кубрика, «Петрушку» Стравинского, симфонии Чайковского и говорит, что учиться можно у каждого из великих. А еще

он – «кот, который гуляет сам по себе». Ни в каких творческих союзах не состоит, к разным общественным «движухам» не примыкает, к славе не рвется. И хотя хлеб свой насущный добывает как свадебный фотограф, фотомузу свою от денежных соблазнов блюдет ревностно и бережно. «За лучшие свои снимки я не получил ни копейки! Все они сняты от сердца. Я не хочу вгонять свои фотографии ни в какие каноны, хотя, конечно же, знаю про них и учусь постоянно, просматривая уроки разных мастеров на Ютубе. Для меня главное другое... Я боюсь пропустить рассвет. И как сумасшедший бегу за ним по утрам, потому что знаю: у меня есть всего несколько секунд, чтобы не упустить тот волшебный свет, который преображает все вокруг...».



## НАДО ДОВЕРЯТЬ ПРОФЕССИОНАЛАМ



Андрей Чердаков  
НДЛ №2 2023, ВЕСНА. Стр. 42

Автор Алёна Левашова-Черникова  
Фото из архива А.Чердакова

Февральским вечером я получила короткое сообщение от Галины Валентиновны Скоробогатовой: «Звоните. Ждет» и контакты фотографа Андрея Чердакова. Глубоко вдохнув, набрала номер. Дружелюбный голос ответил: «Обычно я встречаюсь с моделями в кофейне Blackwood». Усмехнулась про себя, мол, про модели понятно, а мне-то куда приходить?

В этой кофейне в самом центре Новосибирска Андрей сделал не только пробные кадры, но и главное фото, которое потом открыло материал в журнале. Мы вышли на улицу, дул ветер, окружала нас серость конца зимы в индустриальном городе. Одним словом – февраль. Я

Победитель  
в номинации  
«Фото-образ»

чувствовала себя неуверенно, была зажатой, понимала, что со мной непросто работать и мысленно извинялась за это. Но Андрей был невозмутим и ничем не выдал, что работа со мной давалась ему не так легко, как хотелось бы. Терпеливо и мягко, чтобы еще больше не загонять меня в угол, он просил расслабить плечи и смотреть куда-нибудь вдаль, и не просто смотреть, а целенаправленно что-нибудь разглядывать. Я начала смотреть на любимые городские крыши. Совсем рядом находился дом бабушки – важная часть моей жизни на протяжении тридцати лет. Я смотрела на крышу уставшего охристого дома и на дома вокруг, сжимая в руке кофейный стаканчик. В один из этих моментов и был создан мой главный портрет – зеленая водолазка, кофе, мечтательный взгляд, устремленный к небу, и серость города за спиной. Совет Андрея не просто куда-то смотреть, а

именно внимательно рассматривать, чтобы хорошо получаться на фото, запомнился мне в нашей совместной работе больше всего.

На второй день мы с Андреем условились снимать меня в «моей стихии» – в восточных декорациях. В глубине старого центра марокканскими фонарями мерцала кофейня «Кардамон». Когда я рано утром подъехала к ней, Андрей уже ждал меня у входа. Помню, мы поговорили о чем-то отвлеченном на крыльце и вошли в кофейню. Здесь Андреем были созданы кадры, многие из которых вошли в журнал, но многие остались и вне его, оттого не потеряв своего очарования: я в зеркале, поправляющая волосы; фото с «бэкстейджа», где я фотографирую арму – восточный чайный стаканчик с тонкой «талией» для своих соцсетей; мои портреты с бордовым палантином в глубине экзотических интерьеров. Мы прерывались



Выбор Андрея Чердакова  
«Мои любимые фотографии»

на чай, на легкую беседу, не связанную с фотосессией, и продолжали работать, передвигаясь по темной кофейне в ее самые отдаленные части.

Несколько снимков для «НДЛ» Андрей сделал, в некотором смысле, на импровизационных локациях – в холле Бизнес-центра, в заснеженном парке, где я ответственно скакала между елок, или у строгих кирпичных стен старого особняка, ныне ресторана "LaMaison". Именно закрывающее статью черно-белое фото в полный рост у особняка далось мне тяжелее всего. Я устала, ужасно не выспалась, у меня сломалась заколка для волос, мы уже отсняли «восточные» кадры в «Кардамоне», в общем, я стала унылой, замученной моделью, которую в объективе

удерживали только терпение и оптимизм Андрея – за что я ему очень благодарна.

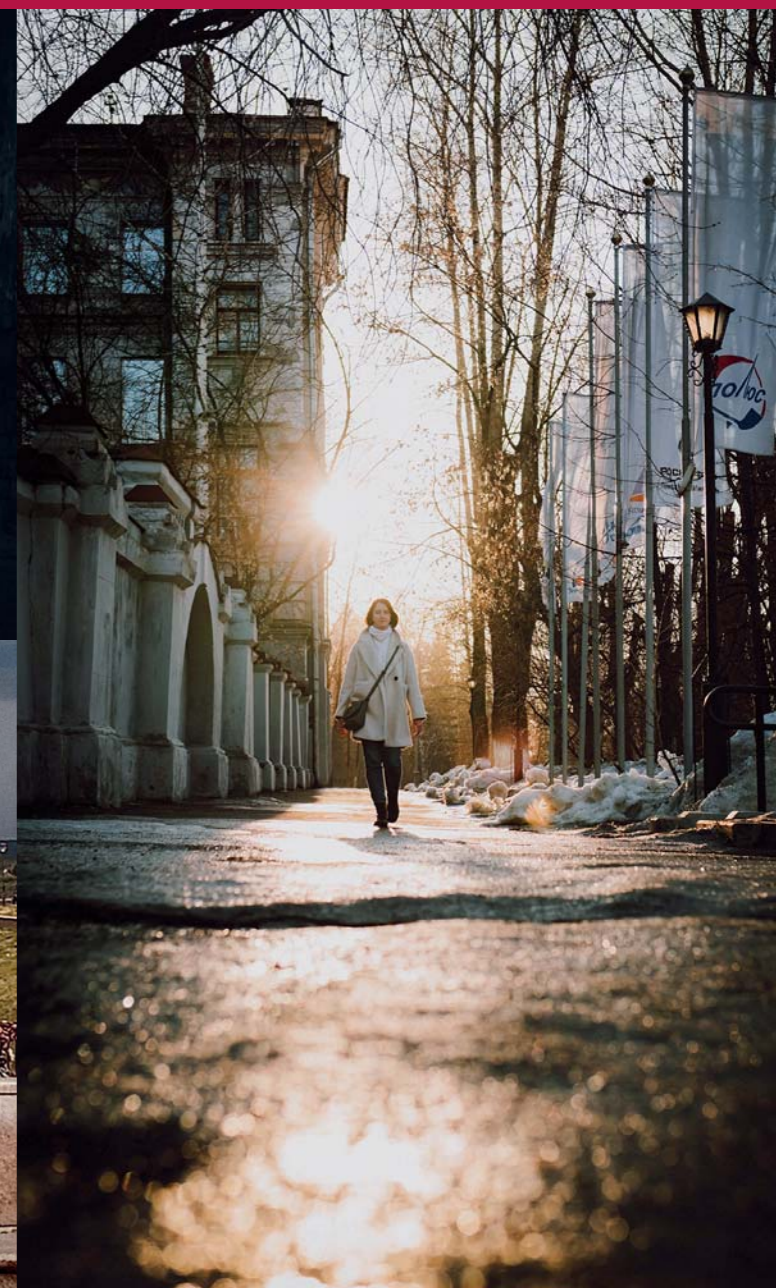
Если отойти от непосредственного съемочного процесса, хочу вспомнить, чем еще были овеяны дни работы с Андреем. Удручала погода: журнал планировался весенним, а на наших фото из весеннего была лишь слякоть. В конце февраля в Новосибирске физически невозможны яркие фото на улице. Мы перебирали все возможные варианты, обменивались идеями локаций, иными словами, пытались выжить максимум из располагаемых нами условий. Я мысленно оплакивала свои летние платья и туфли, переминаясь с ноги на ногу в тяжелых ботинках канадского дровосека. Трудно оказалось и передать на фото мою увлеченность

хоккеем. Лед на катках таял, а у меня из вещей с символикой любимой команды была только футболка – не самая подходящая к февралю одежда. Андрей-то готов был снимать и наверняка справился бы с обстоятельствами – заднюю дала я, и мы отказались от кадров в контексте ХК «Питтсбург-Пингвинз».

Одной из первых весенних выпусков журнала «Новые деловые люди» увидела моя университетская подруга. Упоминаю этот на первый взгляд средней значимости факт не просто так. Наша с ней юность пронизана непритязательными фотками, сделанными друг другу для соцсетей и наполненными скучной атмосферой конца нулевых. Сколько раз мы разочарованно вздыхали, рассматривая

плоды наших «фототрудов»... И вот подруга, откинув прядь пшеничных волос, открыла журнал. С глянцевой страницы на нее смотрела я. В объективе Андрея я была главной героиней, личностью, а не девчонкой из студенческого альбома.

Оказывается, чтобы по-настоящему войти в зрелость, нужно довериться взгляду профессионала, который вынесет за кадр все лишнее, оставив в нем только по-настоящему важное. Я рада поддерживать связь с Андреем и после выхода журнала. Спасибо ему за совместную работу, за терпение и деликатность, за готовность преодолевать любые обстоятельства и способность истинного художника «видеть» своего героя и помочь увидеть его другим.



## 60 лет студенческим трудовым отрядам

2 декабря во Дворце зрелищ и спорта прошел слет студенческих отрядов, посвященный 60-му трудовому семестру. Там собрались более трех тысяч студентов из различных университетов и колледжей региона. Все выступавшие отмечали отличную работу сводного студенческого отряда, который занимался ремонтом социальных объектов, мемориальных мест и спортивных площадок, а также работал с детьми во дворах. История студенческих отрядов Томской области началась в 1963 году, когда первый отряд из 200 человек отправился в Казахстан осваивать целину. С тех пор томские студенты неоднократно демонстрировали лидерство в стране и принимали участие во многих Всесоюзных и Всероссийских стройках. В этом летнем сезоне они успешно работали на Камчатке, в Якутии, на Алтае и в других регионах.

Аиф-Томск

## 3 декабря в Томск приехал поезд Деда Мороза

В 8:30 на перроне вокзала Томск-1 для юных томичей и их родителей началась праздничная развлекательная программа с участием томских артистов. Поезд, оформленный в стиле передвижной резиденции Деда Мороза, прибыл в 9:15. Участие в развлекательной программе свободное для всех желающих. Томичи смогли увидеть настоящую сказку и встретились с главным волшебником - Дедом Морозом. Гости праздника побывали в его передвижной резиденции и поучаствовали в новогодних конкурсах. В составе празднично украшенного поезда — 20 вагонов. Также возле поезда был расположен ящик для писем Деду Морозу. Поезд едет по железным дорогам нашей страны и преодолеет более 25 тысяч километров. Маршрут проходит через более чем 80 городов Байкало-Амурской магистрали, Транссиба, Центральной России и Севера. Следующим городом в маршруте станет Ачинск в Красноярском крае.

tvtomsk.ru

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

МАТЕРИАЛ  
НДЛ №1 2024

**Олеся  
Кучинская**

**«Наука - не работа,  
а образ жизни»**

ИНТЕРВЬЮ  
ВЕРОНИКА  
ФЕДОРЕНКО

ФОТО  
ЕКАТЕРИНА  
КОЛЕСНИКОВА,  
ИЗ АРХИВА  
О. КУЧИНСКОЙ

## БОЛЬШИЕ ДАННЫЕ В БОЛЬШОЙ НАУКЕ

BIG DATA IN BIG SCIENCE

大数据与大科学

На такую женщину, как Олеся Кучинская, всегда смотришь с белой завистью и восхищением – когда же она все успевает, где только находит те самые заветные силы на работу, учебу и семью? Может, прячет в шкафу генератор, производящий безграничную энергию? Недаром женщина-физик – умная, талантливая и, пожалуй, чуточку хитрая. От Томска до Москвы и обратно за 21 час, возможно ли такое?.. Невольно вспоминаешь рассказы барона Мюнхгаузена.

### Олеся, вы отчаянная и смелая!

Да-да-да... Как сейчас помню, кое-как выступила, что-то рассказала, и каково же было мое удивление, когда через месяц узнала, что я в числе лауреатов премии «КОЛБА»\* и меня приглашают приехать в Москву! В своем здравом уме я бы никогда в жизни не полетела, потому что у меня только что родился сын, но как раз тогда мне написала Евгения Еньшина – глава национального отделения Women in Nuclear с предложением быть спикером в дискуссионной сессии по направлению «кибербезопасность и метаданные». Я продолжала сомневаться. Далее позвонила модератор сессии и было решено докладывать про «большие данные в большой науке». Я не успела понять, как согласилась.

### И как, сорвались и полетели?

Получается, да. Эта была самая рекордно короткая командировка – всего 21 час. Рано утром я прилетела в Москву, свой доклад готовила в самолете, учила его в такси от аэропорта. Я успела забрать премию, выступить в дискуссионной сессии и долететь до дома, так что сын и не почувствовал моего отсутствия (как утверждали мама и муж).

\* КОЛБА – форум и национальная премия для женщин-ученых и специалистов из различных профессиональных сфер деятельности при поддержке Фонда профессиональных инициатив «Женщины атомной отрасли».



**МЫ САМИ ОПРЕДЕЛЯЕМ ВЕКТОР РАЗВИТИЯ СВОЕЙ ЖИЗНИ, СВОЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, СВОЕЙ ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ. ВСЕ ЗАВИСИТ ОТ ТОГО, КАКОЙ ТЫ ЧЕЛОВЕК. ЕСЛИ ТЫ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ОТВЕТСТВЕННЫЙ, ЕСЛИ ТЫ СО СВОЕЙ РАБОТОЙ ПО ЛЮБВИ, А НЕ ЗА ДЕНЬГИ, ТЫ РАЗВИВАЕШЬСЯ И ЗАНИМАЕШЬСЯ ЗАДАЧАМИ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ НЕ ПОТОМУ, ЧТО ТЫ ЗАРАБАТЫВАЕШЬ, А ПОТОМУ ЧТО ТЕБЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЭТО ИНТЕРЕСНО. В ПРИНЦИПЕ, ТАКОЙ ПОДХОД И ОПРЕДЕЛИТ ДАЛЬНЕЙШИЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

...

#### **Поделитесь с читателями, чем же вы все-таки живете?**

Наукой. Все началось когда-то с радиофизического факультета, кафедры оптико-электронных систем дистанционного зондирования, по этому направлению я окончила и бакалавриат, и магистратуру, и аспирантуру. В 2016 году произошло знаменательное событие: Томский государственный университет стал первым российским университетом за последние 20 лет, который вошел в коллаборацию АТЛАС\*, ЦЕРН.

#### **В то время очень много писали и говорили о создании и запуске коллайдеров, о сотрудничестве ученых разных стран. Каждый день в разных изданиях и так далее.**

Но это действительно взрыв, сенсация. А Томск и АТЛАС, надо сказать, это еще большая сенсация. Тогда же объявили конкурс на стажировку в ЦЕРН, я с огромным энтузиазмом взялась за эту деятельность и смогла победить, а после защиты кандидатской диссертации уже полностью перешла на деятельность ЦЕРНа.

#### **Для обычного человека все это звучит очень туманно... Неужели это действительно настолько круто?**

Конечно! В 2017 году ТГУ получил мегагрант\*\* – существенное финансирование на создание центра мирового класса по анализу данных Большого Адронного коллайдера в Швейцария. Под руководством профессора Университета Стони Брук (США) Дмитрия Цыбышева в ТГУ были созданы лаборатории для выполнения задач в коллаборациях АТЛАС и CMS. А нам, сотрудникам, пред-

\* АТЛАС – один из четырех основных экспериментов на коллайдере LHC в ЦЕРН. Эксперимент проводится на одноименном детекторе, предназначенном для исследования протон-протонных столкновений.

\*\* Конкурсы научных мегагрантов Правительства РФ – открытый публичный конкурс, проводимый Правительством Российской Федерации с целью привлечения ведущих ученых в вузы России.

*You always look at a woman like Olesya Kuchinskaya with friendly envy and admiration – where does she find time for everything, where does she get this energizing power for work, studies and family from? Maybe she hides a generator that produces unlimited energy in her closet. This lady-physicist is smart, talented and, perhaps, a bit crafty. To get from Tomsk to Moscow and back in 21 hours, is this really possible? It somehow makes you recall the tales of Baron Munchausen.*

**О.К.:** I remember all of it quite well, I wasn't speaking brilliantly, just said something, but to my surprise a month later I found out that I was among «KOLBA» award winners and was invited to Moscow! In my right mind, I would have never come to, because my son was just born, but then Evgenia Enshina, the head of the national branch of Women in Nuclear, wrote to me with an offer to be a speaker in a discussion session on «cybersecurity and meta-data». I still had my doubts. Then the session moderator called and it was decided to report on «big data in big science». Before I knew it, I agreed. This was the shortest business trip ever – 21 hours only. Early in the morning I flew to Moscow, prepared my report on the plane, and learnt it in a taxi on the way from the airport. I man-



**2008** – Поступила в Томский государственный университет.

**2012** – Окончила бакалавриат (ТГУ). Заняла 1 место во всероссийском конкурсе выпускных квалификационных работ (Санкт-Петербург).

**2014** – Окончила аспирантуру с красным дипломом (ТГУ). Выиграла стипендию для физиков некоммерческого фонда «Династия» (Москва).

**2016** – Провалила финал программы Фулбрайта (образовательный грант для обучения в США): не сдала английский.

Выиграла стипендию Президента по приоритетным направлениям развития экономики РФ.

**2017** – Выиграла конкурс на стажировку в ЦЕРН\*. Начала заниматься машинным обучением.

**2018** – Окончила аспирантуру (ТГУ). Участвовала в школе по физике высоких энергий для экспериментаторов (Марatea, Италия).

**2019** – Начало года, окончила работу над проектом «Разработка примеров машинного обучения для задач физиков АТЛАС». После успешной защиты стала автором статей, выпускаемых коллаборацией.

Лето, проходила курсы повышения квалификации по машинному обучению в коллаборации DESY (Гамбург, Германия).

Конец года, защитила диссертацию на соискание степени кандидата физ-мат наук.

**2020** – Участвовала в воркшопе по анализу больших данных физики высоких энергий (Триест, Италия).

**2021–2022** – Работала в крупном международном проекте по тестированию, интеграции и вводу в эксплуатацию мюонных колес детектора АТЛАС.

**2021** – Руководитель молодежного проекта «Анализ большого массива экспериментальных данных лазерного зондирования атмосферы с использованием новейших методов машинного обучения».

**2022** – Вернулась в Томск.

**2023** – Родила сына. Работаю из дома.

– Премия для женщин в науке «Колба» по номинации физика.

– Совместно с командой организовали I Конкурс по машинному обучению в ТГУ (хакатон).

Конкурс получил неофициальное название «Не летай в облаках».

– h – индекс в Scopus\*\* – 39.

\* ЦЕРН (CERN) – европейская организация по ядерным исследованиям, крупнейшая по размерам в мире лаборатория физики высоких энергий. Находится на границе Швейцарии и Франции, вблизи Женевы. Территория ЦЕРНа состоит из двух основных площадок и нескольких более мелких.

\*\* Scopus, или «Скопус» – единая библиографическая и реферативная база данных рецензируемой научной литературы, созданная в 2004 году академическим издательством Elsevier (рус. Эльзевир). На январь 2020 года в Scopus было проиндексировано около 77,8 млн публикаций из более чем 25 100 изданий, более 9,8 млн докладов с конференций и 44 млн патентов.



ставились уникальные возможности работы в ЦЕРН, а также обучения и повышения квалификации в ведущих мировых университетах и институтах.

**И правда, звучит впечатляюще. А если переложить эти задачи на повседневность, как проходит ваш обычный день на работе?**

Наши лаборатории территориально находятся в Томске и в Швейцария. Так вот... Каждый день ученого начинается с кофе! (смеется) Вне зависимости, в какой лаборатории ты сегодня работаешь. А формат напрямую зависит от задач: в прикладных работах, например, мы занимались тестированием считывающих микросхем. Оборудование было разработано в Томске – специализированные платы для их тестирования, далее перевезено в ЦЕРН. То есть в ходе этого проекта мы работали руками и так же за компьютером, где анализировали полученные результаты, разрабатывали программное обеспечение и прочее. Хотя разбор почты и зум-встречи ученым также не чужды.

**Вернемся к вашей последней премии. Расскажите об опыте участия в премии «Колба».**

Участие в «КОЛБЕ» наложило на переломный момент в моей жизни, потому что тогда я впервые за последние три года наконец перестала ездить по командировкам и

задержалась в Томске, стала территориально работать в университете. Было удивительно, что существует целое женское сообщество, которое занимается популяризацией женщин в науке, их объединением, профессиональным продвижением и так далее. Заявку предложила подать мне моя коллега, и я подала, не придавая этому особого значения. Естественно, я подавалась в номинации «физика», но самое интересное – то, что финальное выступление в рамках конкурса состоялось за два дня до моих родов.

**Как вам кажется, почему именно сейчас стало больше женщин в науке?**

Думаю, сейчас очень поменялось пространство, в котором мы живем, сейчас удивительное время, век скоростей. В современных реалиях, например, мы можем сочетать декрет и работу. Я не в декрете, при этом успеваю растить ребенка, работать и параллельно заниматься различными дополнительными деятельностью. Конечно, не так продуктивно, как раньше, есть свои коррективы. Но в целом даже неплохо получается.

**Женщины привносят в науку вдохновение, положительные эмоции?**

Да, женское общество положительно сказывается на работе. Есть у меня одна коллега, ведущий научный со-

трудник, с появлением которой в нашей лаборатории жизнь закипела бурным ключом: она всех сподвигла учить физику, работать более продуктивно и активно. Это история про атмосферу, про женщину с неумной энергетикой, поработав с которой ты обречен любить физику.

aged to collect the award, speak at the discussion session and fly home, so my son did not feel my absence (as my mother and husband claimed). Participation in «KOLBA» happened during a turning point in my life, when for the first time in three years, I finally stopped going on business trips and stayed in Tomsk and began working locally at the university. And it all started long ago with the Faculty of Radiophysics, the Department of Optical-Electronic Remote Sensing Systems, this was the major of my bachelor's, master's, and postgraduate degrees. 2016 saw an important event: Tomsk State University became the first Russian university in the last 20 years to join the ATLAS collaboration of CERN. At the same time, they announced a competition for an internship at CERN, I took up this activity with great enthusiasm and was able to win, and after defending my PhD I completely switched to CERN activities. In 2017, the university received a mega-grant to create a world-class center for analyzing data from the Large Hadron Collider in Switzerland. The ball started rolling, laboratories were created to perform tasks in the ATLAS and CMS collaborations. And we, the employees, were presented with unique opportunities to work at CERN, as well as to study and improve our qualifications at the world's leading universities and institutes. Why are there more women in science now? I think the space in which we live has changed a lot, now it is an amazing time, the age of speed. In modern realities, for example, we can combine maternity leave and work. I'm not on maternity leave, but I still have time to raise a child, work and engage in various additional activities. Of course, it's not as productive as it used to be, and there are some adjustments. By large it's working out pretty well. What inspires me? Perhaps the old as age opportunity to do something new. Plus the opportunity to travel. If we are talking about the student period, master's and postgraduate studies, then I remember that the university provided the opportunity to travel to other cities, we collaborated with Moscow, Novorossiysk, and Novosibirsk. And after graduation, I managed to reach the international level, travel a lot, and develop the boundaries of my own knowledge.

Veronica Fedorenko

трудник, с появлением которой в нашей лаборатории жизнь закипела бурным ключом: она всех сподвигла учить физику, работать более продуктивно и активно. Это история про атмосферу, про женщину с неумной энергетикой, поработав с которой ты обречен любить физику.

**Вы говорите, что наука – своего рода творчество. А что вас вдохновляет?**

Пожалуй, извечная возможность делать что-то новое. Еще – возможность путешествовать. Если мы говорим про студенческий период, магистратуру и аспирантуру, то я помню, что был такой шанс – университет предоставил возможность ездить в другие города, мы сотрудничали и с Москвой, и с Новороссийском, и с Новосибирском, была широкая география, которая объединяла нас в рамках разных научных городов и коллективов. А после выпуска мне удалось выйти на международный уровень, много путешествовать, развивать границы собственного познания.

**Какие города стали для вас мотиватором?**

Мне очень нравятся Женева, Венеция... Почему-то на ум сразу приходят итальянские города, величественные, с историческими центрами и научными школами. А из российских городов – Санкт-Петербург, Сочи, Москва.

**Насколько мне известно, сейчас существует множество грантовых проектов, выигрыш в которых позволяет реализовывать свою научную деятельность, получая на нее финансирование. Что вы думаете о таких проектах, участвуете?**

Да, возможностей в науке становится все больше, и это очень крутая тенденция. Даже если брать тот период, когда я только-только начинала заниматься научной деятельностью, выиграть какой-то проект было достаточно сложно. Я не могу сказать, что это очень легко сейчас, но, допустим, нашему коллективу удалось получить такое финансирование практически с первого раза, как раз для решения задач атмосферной оптики.

**Раз уж мы начали говорить о вашем коллективе, можете поподробнее рассказать о молодежном проекте, руководителем которого вы являетесь?**

Идея проекта родилась в ковидные времена. Мы с коллегами находились в командировке в Швейцарии. Было боязно, даже огромная мировая научная машина приостановила свои работы. А на главном входе в научный комплекс был закрытый пропускной пункт и красная табличка ковидных ограничений верхнего уровня опасности. Мы вернулись в Россию, оставив себе маленькую часть работ, возможную по телеворкингу. Тогда и родилась идея адаптировать инструментарий, используемый нами в ЦЕРН для обработки больших данных физики высоких энергий, но уже в решении сторонних задач. Дело осталось за малым – найти источник больших данных. Мы рассмотрели много вариантов, но тогда лучше всего сложилась коммуникация с кафедрой Оптико-электронных систем и дистанционного зондирования ТГУ, где был создан высотный поляризационный лидар для зондирования атмосферы. Лидар применяется для

дистанционного определения оптических и геометрических характеристик верхней облачности. Используя экспериментальные результаты зондирования атмосферы за период с 2009 года по настоящее время, мы создали маркированную базу данных – это базы, формат которых позволяет обучать алгоритмы. Мы используем ее для решения пока узкого круга климатических задач, базируясь на нейронных сетях и методах классического машинного обучения.

#### **Будем считать, что мы все поняли. А можно привить человеку любовь к науке?**

Нет, привить любовь просто невозможно. Наука – это не работа, а образ жизни. Люди науки должны иметь особый склад характера, быть заточенными не столько на успех, сколько на результат, уметь работать в команде и иметь желание ставить выше не свои личные цели, а цели всего коллектива.

#### **Что для вас значит любовь к родине?**

Наверное, в первую очередь это – семья, родные места.

#### **Успеваете чем-то заниматься помимо работы и семьи?**

Свободного времени у меня нет совершенно. Моему сыну сейчас 7 месяцев, и я работаю в основном из дома, довольно редко выбираюсь в лабораторию. У меня такой забор, что говорить о дополнительных вещах и хобби... Для меня сейчас спокойно сесть на пассажирское сиденье в машине – уже какой-то нонсенс!

#### **Почему вы приняли решение не уходить в декрет, из страха, что будет тяжело вернуться после в науку?**

С одной стороны, на тот момент я вроде только вернулась из длительных командировок и ждала ребенка, но у меня почему-то не срабатывал сигнал «стоп», что нужно остановиться. Было постоянное тревожное состояние, что нужно как можно больше сделать, чтобы в случае моего декретного отпуска люди без меня могли спокойно продолжать всю научную деятельность. Особенно я переживала за молодежный проект. Возможно и зря. Вы знаете, у нас действительно отличный коллектив, коллеги подхватывают, если я где-то не успеваю. Я помню, что когда я была уже на достаточно поздних сроках беременности, у моих коллег по молодежному проекту задачи были распланы... Вот сын у меня родился 9 марта, а задачи у них были распланы до июля месяца! Так что так все сложилось, что большая часть моего функционала сохранилась, просто сейчас я работаю из дома.

#### **Должно быть, очень сложно все совмещать?**

Первые три месяца, пока ребенок ел и спал, мне казалось, что все очень просто, но потом, когда он пополз... Сейчас я уже понимаю, что работаю на каких-то резервных источниках энергии.

#### **Откуда они берутся? Что помогает вам сброситься, оставить свои переживания, усталость и, черпнув новых сил, пойти дальше?**

Сейчас таких вещей практически нет. Настоящая радость – просто поспать. (смеется) Глупо будет врать, что сейчас где-то спрятан вечный генератор моих сил, которым я пользуюсь. Но моя семья меня очень поддерживает и вдохновляет, позволяя выдерживать тот режим, в котором я привыкла работать, хотя бы на какой-то процент.

#### **Да уж, жизнь диктует свои правила... Вы верите в фатализм, предназначение?**

Думаю, мы сами определяем вектор развития своей жизни, своей профессиональной деятельности, своей личной жизни. Все зависит от того, какой ты человек. Если ты действительно ответственный, если ты со своей работой по любви, а не за деньги, ты развиваешься и занимаешься задачами в первую очередь не потому, что ты зарабатываешь, а потому что тебе действительно это интересно. В принципе, такой подход и определяет дальнейший образ жизни. Понятно, что если бы я каждый день ходила на работу с плохим настроением, то первое, что бы я сделала после рождения сына – взяла декретный отпуск. Однако я продолжала работать, участвовала в Колбе, летала в Москву, и жалею, что не удалось слетать в Сочи. Получила предложение представить результаты молодежного проекта на Конгрессе молодых ученых. Не смогла, у сына лезут зубы, категорически отказывается куда-либо летать.

#### **Вы можете назвать себя счастливым человеком?**

Да, конечно.

#### **Что для вас значит счастье?**

Семья, любимая работа. Все то, чем я занимаюсь, приносит мне удовольствие, положительные эмоции, даже если есть какая-то рутинка.

#### **О чем мечтаете?**

У меня сейчас очень бытовая и приземленная мечта – найти баланс. Баланс между работой и семьей, ну и баланс между работой и учебой. Надеюсь, что сотрудничество с ЦЕРН продолжится, что мне удастся показать семье этот мир, что я смогу однажды взять их с собой в командировку.

#### **Что вы можете посоветовать молодым людям, начинающим свой путь в науке? Дайте небольшое напутствие.**

Главное не бросать. Много встречается молодых, интересных, толковых ребят, с хорошими мозгами и свежими взглядами, инициативных, которые, встречая первые трудности, бросают учебу. Главное не оставлять, не опускать руки, как говорит наш Декан: «Физик – звучит гордо!»



## Данные и Большая наука

Всегда с белым завидным и восхищенным взглядом смотрю на Олесю Скотт. Независимо от времени, она всегда что-то может сделать. Она всегда отыскивает там, где она ищет, силы для работы, учебы и заботы о семье? Может ли она в ящике спрятать генератор, который производит неограниченную энергию? От Томского до Москвы вернуться на 21 час, это возможно? Для нее это, кажется, не проблема. Как только вы слышите ее историю, вы невольно начинаете читать историю Скотта.

Олесю Скотт: Я помню, когда я выглядела очень уверенно, я рассказала, что я получила известие о том, что я стану лауреатом премии «Скотт», и, получив приглашение из Москвы, я почувствовала очень удивительное! Если бы я была трезвой, я бы никогда не села на самолет туда, потому что мой сын родился. Но в тот момент я была счастлива и рада. Я получила приглашение от главы местного отделения (главы отделения Международного женского общества) от меня, чтобы я выступила на конференции по «Безопасности и данным», но я колебалась. Я получила приглашение от главы местного отделения (главы отделения Международного женского общества) от меня, чтобы я выступила на конференции по «Безопасности и данным», но я колебалась. Я получила приглашение от главы местного отделения (главы отделения Международного женского общества) от меня, чтобы я выступила на конференции по «Безопасности и данным», но я колебалась. Я получила приглашение от главы местного отделения (главы отделения Международного женского общества) от меня, чтобы я выступила на конференции по «Безопасности и данным», но я колебалась.

Вероника · Федоренко



### «Я встретил вас – и все былое»...

5 декабря 2023 года исполнилось 220 лет со дня рождения Фёдора Ивановича Тютчева (1803–1873 гг.) – знаменитого русского поэта, дипломата, публициста. В двенадцатилетнем возрасте Тютчев уже переводил труды Горация. В 14 лет Фёдор Иванович как вольнослушатель начал посещать лекции словесности в Московском университете. Он автор более 400 стихотворений. Главные темы – любовь и природа. Кто не слышал хоть раз романс на его стихи «Я встретил вас – и все былое/В отжившем сердце ожило;/Я вспомнил время золотое – /И сердцу стало так тепло... Одна из строящихся станций Московского метрополитена на Триумфальной линии уже получила название «Тютчевская». Название связано с тем, что в непосредственной близости от будущей станции находилась усадьба Троицкое, совладельцем которой в XIX веке был Фёдор Иванович Тютчев. Открыть станцию планируется в 2024 году в составе участка «Новаторская» – «Коммунарка».



### Москва – любовь на всю жизнь

26 ноября исполнилось 120 лет Юрию Ивановичу Пименову (1903 – 1977гг.). Российский, советский художник-живописец, график, сценограф, плакатист, педагог. Академик АХ СССР, народный художник СССР, лауреат Ленинской премии и двух Сталинских. В 1941–1945 годах он работал в Окнах ТАСС. В 1943 году был командирован на Северо-Западный фронт, в район Старой Руссы и в Ленинград; создал серию произведений на военную тематику. Другой главной темой в его в это время стало изображение героев тыла. В 1949 году как художник он работал на съёмках фильма «Кубанские казаки». Но главной его творческой любовью была Москва. Пименов сам писал о своих произведениях: «Я знаю, что архитектура новых мест города, мягко говоря, простовата и совсем далека от того, что носит название художественности». Но именно в этих будничных пейзажах он видел романтику новой жизни. Сегодня его картины – непродуманный рассказ о жизни москвичей в тридцатые – шестидесятые годы прошлого века.

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

МАТЕРИАЛ  
НДЛ №1 2024

## Роман Тарасенко

«Дорога к счастью  
у каждого своя»

ИНТЕРВЬЮ  
ГУЛЬНАРА  
КРАСНОВА

ФОТО  
ВИТАЛИЙ  
АГАБАБЯН

## ЦЕНА СЧАСТЬЯ THE PRICE OF HAPPINESS 幸福感与价值观

Роман Тарасенко – маркетолог звезд и брендов. Работал с Ириной Хакамадой, Андреем Малаховым, Игорем Манном, Ксенией Собчак, Тиной Канделаки и другими. Владелец агентства персонального маркетинга Romarketing. Соучредитель Clientomania.com. Автор четырех бестселлеров: «Метод большого Я», «Метод большого пряника», «Ценные решения» и «Делай новое». Автор YouTube канала «Что-то не так». Родился в Омске. Окончил Московский институт тонких химических технологий имени М.В. Ломоносова. Получил степень Master of business administration в РАНХиГС при Президенте России. Защитил кандидатскую диссертацию.

**Роман, ты работаешь и много общаешься с успешными людьми. Наверняка у тебя сформировалось понимание, почему люди становятся успешными. Каковы слагаемые успеха? И что такое успех в наше время?**

Сложный вопрос. Есть шутка, что успех в 3 года – это не мочиться под себя, в 93 года не мочиться под себя – это тоже успех. А если серьезно, есть социальные мерки, кого считать успешным. Мы воспринимаем зачастую успех через социальные фильтры: дом, машина, два лабрадора, зелёная лужайка и так далее. Либо если: если всего этого нет, то должно быть социальное признание. Например, художнику говорят, что он невероятно талантливый, пусть даже его труд не может ему обеспечить минимальный прожиточный уровень. Парадокс успеха в том, что нам должны сказать, будто мы успешны, потому что сами себе мы этого сказать не можем. Общество должно подтвердить наш успех: выдать знак отличия, повесить на грудь ме-

даль и сказать: «Вот теперь ты успешный!». Но парадокс в том, что этого никогда не случается. Я не знаю ни одного человека, который достиг бы реально значимых результатов в жизни и на вопрос «Ты считаешь себя успешным?» ответил «Да!». Обычно такие люди отвечают: «Я так мало ещё сделал, я в начале пути...». И общество ему тоже вторит: «Еще до полного успеха тебе далеко: твоя яхта не такая длинная; счет в банке не такой большой; ты ещё не был на Мальдивах; у тебя нет детей...». Кстати сказать, это может быть внутренний критик или кто-то еще в наших фантазиях, навеянных кинематографом, СМИ, соцсетями и др. Я думаю, у каждого человека свой успех, и поэтому неуспешных людей просто нет. Для кого-то может быть успехом расстаться со всем мирским и спать на картонке под мостом. Для человека с дцп ходить – это невероятный успех. Учитель средней школы с его не самой большой зарплатой может быть абсолютно успешным, потому что развивает таланты,

много дает детям и получает удовольствие от своей работы. Мне бы хотелось, чтобы парадигма успеха в нашем обществе начала меняться. Я думаю, что нужно в принципе отказаться от социального измерения успеха. И принять, что у каждого человека – свой успех. А главное, чтобы человек сам научился признавать себя успешным.

**К тебе в агентство приходят клиенты с запросом на создание либо развитие личного или корпоративного бренда – это всё-таки тоже про успех. Как ты принимаешь решение, с кем работать? Что является твоим критерием выбора: талант, экспертность, ответственность, ценности или что-то другое?**

Ценности. Мы должны с клиентом совпадать по ценностям, это во-первых. Во-вторых, когда я вижу, что он что-то создает, и совсем не обязательно материальный объект; пытается разобраться в чем-то, что волнует людей; делает что-то хорошее и полезное, чтобы сделать нашу жизнь чуточку лучше, чем раньше.

**Какими ценностями ты живешь сейчас? Что наполняет твою жизнь смыслом?**

Прежде всего свобода. А еще для меня было всегда архи важно в любом деле/проекте – нести пользу людям, делиться чем-то полезным и помогать. Даже мой YouTube канал «Что-то не так», хотя он в большей степени мое хобби, тоже про пользу, про то, чтобы люди могли посмотреть интервью с интересным человеком и задуматься о каком-то аспекте своей жизни.

**А когда у тебя сформировались эти ценности? Можешь определить примерное время, или они были с детства?**

Нет, точно не с детства. Я же из Омска. В моем детстве было: чем больше у тебя логотип на груди, больше мышцы и проч., тем ты успешнее. Я хотел крутую тачку да мобилу получше, барсетку помоднее и так далее. Мои нынешние ценности сформировались сравнительно недавно, после 30 лет. Наверное, если это интервью сейчас читают молодые ребята, то подумают, что им еще рано думать про ценности, и на этом перевернут страницу.

**На твой взгляд, среди успешных людей много счастливых?**

Мне кажется, что не очень много. Возможно, это связано с тем, что долгое время наше общество «поричало» людей счастливых, воспринимаю их просто, как каких-то дивергентов, отщепенцев, что они какие-то не правильные, с ними что-то не так. Много ли тех среди моего окружения, кто добился какого-то успеха и сейчас задумывался о том о счастье, задает вопрос «А счастлив ли я?» Вот таких становятся с каждым днём всё больше, и это очень меня радует. И я один из них.

**Что важного ты узнал о счастье из этих интервью? Какие выводы сделал для себя?**

- Я думаю, не один человек не рождается с запросом на счастье. Он формируется у нас чуточку позже.
- Мне кажется, что в настоящее время отношение к счастью и само понимание счастья меняется.
- Я вижу, что большое количество людей стали задумываться о счастье.
- Я думаю, мы сейчас подошли к тому периоду времени, когда человека нельзя считать успешным, если он несчастлив.
- Счастье у каждого своё и дорога к счастью у каждого своя.

**Есть распространенное мнение, что счастье является побочным продуктом успеха. Согласен ли ты с этим мнением?**

Зачастую мы видим успех как внешнюю картинку – то, в чем человек проявляется и что он показывает нам, и мы, конечно же, никогда не видим всего объёма. Мне кажется, что большинство людей не очень знают, что делать со своим успехом. И даже не знают, что делать со своими деньгами, которые они заработали. С такими людьми часто случается история под названием «купить себе счастье», потому что мы живём в такое время, когда многие условные атрибуты счастья можно купить, например материальные объекты или, если уж совсем цинично, отношения, детей через суррогатное материнство... Проблема в том, что, даже их купив, все равно люди остаются несчастными.

**Почему так происходит? Есть ли у тебя этому объяснение?**

Наше общество долго играло в игру под названием «Быть успешным, быть результативным», но не «Быть счастливым». Наверное, игра в успешный успех какое-то время очень здорово стимулировала все экономики мира и социальное развитие. Возможно потому, что как только человек начинает задумываться о счастье, он становится чуть менее эффективным как социально-экономическая единица. К примеру, в этот момент человек может отказаться от высокооплачиваемой работы, потому что хочет быть художником и это наполняет его счастьем. Или человек может прийти к выводу, что ему не нужна семья, потому что он счастлив в одиночестве, такие люди тоже встречаются, и это нормально.

**Как ты думаешь, есть сейчас в обществе запрос на счастье?**

В обществе, и это не только про нашу страну, а в целом, есть запрос на инфантильное счастье, то есть «я ничего делать не буду, а вы меня сделайте счастливым». Это другая крайность, очень любопытная. Когда с одной стороны есть люди, добивающиеся успеха и покупающие себе счастье, а с другой стороны люди, ожидающие, когда «прилетит вдруг волшебник в голубом вер-



Roman Tarasenko is a marketer of stars and brands. Among his clients are Irina Khakamada, Andrei Malakhov, Igor Mann, Ksenia Sobchak, Tina Kandelaki and others. He is the owner of a marketing agency «Romarketing» and a co-founder of Clientomania.com., the author of four bestsellers: The Big Me Method, The Big Carrot Method, Value Solutions, and Do New Things. He runs a YouTube channel «Something is wrong. Roman was born in Omsk, he graduated from the Moscow State University of Fine Chemical Technologies named after M.V. Lomonosov, received Master's degree in Business Administration at RANEPА under the President of Russia and got a Ph.D.

**R.T.:** The irony of success is that we need to be told that we are successful, we cannot say this to ourselves. Society must confirm our success: give a badge of honour, decorate our chest with a medal and say: "Now you are successful!" But the irony is that it never happens. I don't know anyone, not a single person, who has achieved some really meaningful results in life, and would respond to the question «Do you think you are a success?» – «Yes, I do!» Such people usually say: «I have done so little yet, I'm at the beginning of my journey...». The society echoes them: «You are still far from a complete success: your yacht is not that big; The bank account is not that impressive; you have not been to the Maldives yet; you have no children...» By the way, this could be our



толете», то есть переключая ответственность за свое счастье на кого-то или что-то. Например на супруга/супругу, родителей, кошку, а может быть на государство, антидепрессанты и так далее. Мне кажется, это бич нашего времени, когда люди ищут быстрых решений, например пытаются быстро разобраться в устройстве мозга, чтобы его хакнуть. Или быстро нажать на какую-то кнопку и получить нужное вещество напрямую в мозг: залить серотонином, а еще лучше добавить дофамина, чтобы у тебя на все энтузиазма хватало. И вот ты ощущаешь счастье! Будет ли это в горизонте будущего называться истинным счастьем, я не знаю. Проекты, связанные с вживлением электродов в мозг, которые будут его стимулировать, активно развиваются, обсуждаются, запускаются. Но будет ли это истинным счастьем? Получит ли человек удовольствие от такого счастья? Не знаю, но думаю, что от счастья получаешь больше удовольствия, когда ты над ним еще и поработал. Когда есть понимание, что ты пришёл к своему счастью и его отобрать нельзя, потому что оно внутри тебя и выковано тобой.

**А как ты определяешь счастье? Дай твоё определение счастья и его слагаемых, если оно у тебя есть?**

Мне страшно давать определение счастью. Вдруг я его найду и успокоюсь. Но давай попробуем. И начнем просто с каких-то отдельных взятых слов и понятий. Во-первых, для меня счастье – это состояние спокойствия, и я тут четко разделяю радость и счастье. Во-вторых, счастье – это когда внутри хорошо, потому что я в согласованности с собой и с окружающим миром. Согласованность – это когда ты «перевариваешь» то, что происходит, и живешь с этим. Причем для меня быть в согласии не значит все принимать. Я вообще не верю в принятие. Некоторые происходящие события нельзя принять никогда. Но непринятие не значит, что ты не сможешь с этим жить. Сможешь! Я уверен, что даже монахи в глубокой медитации не могут принять всё в этом мире. В-третьих, счастье – это глубокое удовлетворение от себя, и получаю я его от своей профессиональной деятельности.

**Куда ты развиваешься? Можешь поделиться своими целями?**

У меня никогда не было четко сформулированных целей и стратегии. Они у меня функционируют всегда на интуитивном уровне. Я живу в согласованности со своими желаниями. Если понимаю, что я чего-то хочу, то я к этому двигаюсь. А по большому счету, мне кажется,

**МНЕ КАЖЕТСЯ, ЭТО БИЧ НАШЕГО ВРЕМЕНИ, КОГДА ЛЮДИ ИЩУТ БЫСТРЫХ РЕШЕНИЙ, НАПРИМЕР, ПЫТАЮТСЯ БЫСТРО РАЗОБРАТЬСЯ В УСТРОЙСТВЕ МОЗГА, ЧТОБЫ ЕГО ХАКНУТЬ. ИЛИ БЫСТРО НАЖАТЬ НА КАКУЮ-ТО КНОПКУ И ПОЛУЧИТЬ НУЖНОЕ ВЕЩЕСТВО НАПРЯМУЮ В МОЗГ: ЗАЛИТЬ СЕРОТОНИНОМ, А ЕЩЕ ЛУЧШЕ ДОБАВИТЬ ДОФАМИНА, ЧТОБЫ У ТЕБЯ НА ВСЕ ЭНТУЗИАЗМА ХВАТАЛО. И ВОТ ТЫ ОЩУЩАЕШЬ СЧАСТЬЕ!**

...

единственной целью и смыслообразующим элементом жизни человека является самопознание и знание. Узнать как можно больше про себя, про других, про все, что можно на этом свете, – и потом твоя игра закончена. Мой самый страшный сон – это когда у меня иссякнет жажда познания. А я знаю, что у людей с возрастом иногда такое случается в глубокой старости, и мне от этого страшно.

**У тебя много проектов, выступлений, интервью, еженедельные командировки и др. Поэтому я удивилась, когда ты о себе в одном из интервью сказал, что ты человек ленивый. Что значит ленивый в твоём понимании?**

Я ленивый в отношении того, что мне не нравится делать. И я полон энтузиазма в отношении того, что я делать хочу. Мне вообще думается, что лень – это не то, чем кажется. К примеру, человек говорит, что ему было настолько плохо, что он ничего не делал. Спрашиваешь: «Ты действительно ничего не делал?». Выясняется, что он смотрел кино, опустошал холодильник, то есть лень было только делать проект. В целом для меня лень – важный красный огонечек и триггер того, что это не моё или мне туда не нужно.



**Как ты восстанавливаешься? Знакомо ли тебе чувство эмоционального выгорания?**

Я про себя давно понял, что мне дает энергию, что забирает, а еще что если энергию не отдавать, то она заболотится и начнет разрушать изнутри. В режиме публичности я выхожу к людям и отдаю энергию, мне нравится выступать, общаться и дискутировать. Потом, чтобы восстановиться и восполнить энергию, мне нужна тишина и уединение.

**Как ты расставил для себя приоритеты в бизнесе, карьере и личной жизни?**

Мои роли предпринимателя, маркетолога, спикера и прочее для меня важны с позиции самореализации. Но это не значит, что, вернувшись домой, я из них не выхожу. Дома я другой, получаю удовольствие от взаимоотношений с семьёй, с дочерью, от совместного времяпрепровождения, и в эти моменты для меня семья на первом месте. А в путешествии для меня на первом месте путешествие. А еще я понимаю, что мои приоритеты время от времени будут меняться в процессе, и это нормально.

**Есть книга, которая изменила твою жизнь? Книга, которую ты читаешь и перечитываешь?**

inner fault finder or someone, we talk to in our head, whose image was inspired by movies, the media, social networks... I think that every person is a success of his or her own, and therefore there are simply no unsuccessful people. For someone a success is to quit everything worldly and sleep on a piece of cardboard under a bridge. Walking is an incredible success for a person with cerebral paralysis. A secondary school teacher with a modest salary can be a great success because he develops talents, gives a lot to children and enjoys his work. I would like for the paradigm of success in our society to change. I think we need to stop measuring success socially and accept that every person has their own success. The main thing is for a person to learn how to recognize his or her success. What values do I live by? First of all, freedom. And it has always been extremely important for me in any business/project – to benefit people, share something useful with them and help. My values haven't been with me since childhood. I'm from Omsk. In my childhood it was like that: the bigger the label on your clothes, the bigger the muscles, the more successful you are. I wanted a cool car, a better mobile phone, a more fashionable purse, and so on. My current values were formed not that long ago, after I was 30. Probably, if young guys are reading this interview now, they will think that it is too early for them to think about values, and that's where they will turn the page. But that's wrong... I think the curse of our time is a search for quick solutions, for example, to try to quickly understand the structure of the brain in order to hack it, or quickly press some button and get the desired substance directly into the brain: fill it with serotonin, or even better, add dopamine so that you have enough enthusiasm for everything. And you feel happy! I don't know if it's gonna be called true happiness in the future. Projects related to the implantation of electrodes into the brain for its stimulation, are actively being developed, discussed, and launched. But will this be true happiness?

Gulnara Krasnova



У меня две книги, которые для меня важны, и обе художественные. Надо сказать, что нет ни одной книги в стиле нон-фикшн, которая бы меня изменила. Хотя я признаю, что они дают знания, какие-то инструменты и практики, особенно это касается психологических книг. Первая книга – это «Мир глазами Гарпа» Джона Ирвинга, а вторая – роман Джона Уильямса «Стоунер». Прочитал я их после 30 лет. Надо сказать, что до этого времени читал книги скорее для фана. Джон Ирвинг, на мой взгляд, самый недооцененный в России писатель. Главный герой романа «Мир глазами Гарпа» – молодой мужчина. Мне кажется, очень мало кто из писателей уделял внимание тому, что мужчины тоже люди. Большинство классиков писали о женских переживаниях и о мужских действиях. То есть мужчина обязательно что-то совершает: действия, поступки, иногда упоминаются вскользь его размышления. Но никогда его богатый чувственный опыт и переживания, то есть то, что приводит его к этим действиям и поступкам. А книга Джона Ирвинга как раз про то, почему мужчина это сделал. И она великолепна в описании мужских чувств и переживаний, в передаче сложности человеческих отношений. Роман Джона Уильямса «Стоунер» о жизни обыкновенного человека, который прожил нормальную ровную жизнь. Он ни разу не позволил себе быть собой, быть любимым, получать удовольствие от жизни, то есть вообще ничего не позволил. Так и прожил жизнь с нелюбимой женой, которую не оставил даже когда влюбился, потому что это как-то и неправильно и надо было прожить нормальную жизнь. Когда ему диагностировали тяжёлое заболевание, его реакцией было: «Ну а что, все умрут». Если честно, мне было страшно обо всем этом читать, и очень не хочется скатиться когда-нибудь в такую ровную нормальную жизнь.

#### Что бы ты пожелал молодым людям в начале пути? Дай свое напутствие.

Ох и не простой вопрос. Не простой, потому что когда просят дать совет молодым людям, большинство тех, кому этот вопрос задают, представляют себя и свое окружение в молодости. А важно же представлять молодых людей здесь и сейчас. Я бы пожелал две вещи. Первое – не спешите, не обгоняйте сами себя, не играйте с кем-либо в соревнования. Я знаю очень много молодых людей, кто в 20 лет уже стали достаточно обеспеченными, но деньги их в итоге раздавили и размазали как личности. Двигайтесь равномерно, последовательно, без надрывов и суеты. Второе – пока вы молоды, не думайте о счастье, о высоких материях... Старайтесь просто быть целостными. Посмотрите на героев, за которыми вы следите. Считаете ли целостными их самих или только какую-то часть их жизни? Соберите свой концепт целостности. И третье – помните, что у всего есть цена. В мире возможно абсолютно все, при условии платить за это правильную цену. Привыкайте сразу это держать в голове. Хотите много денег? Привыкайте, что цена будет в том, что придется для этого чем-то пожертвовать. Например, много работать и не проводить время с друзьями или не следить за здоровьем. Это цена. Но если вы целостны, то всегда сможете найти правильное соотношение между ценой и результатом. ■ ■ ■

#### Счастье и ценности

Роман·Тарасов – это звезда и бренд-маркетинг специалист. Он сотрудничал с Ириной·Харьковой, Андреем·Малыгиным, Игорем·Манько, Ксенией·Соболевой, Дарьей·Кавальеровой и другими. Он основатель маркетинговой компании Romarketing. Автор четырех бестселлеров: «Величие», «Путь», «Важные решения» и «Сделать что-то». Автор подкаста «Не совсем так». Родился в Омске, окончил Московский государственный университет имени Ломоносова, защитил диссертацию на тему «Маркетинг в эпоху цифровых технологий».

Роман·Тарасов: успешная теория заключается в том, что мы должны сообщить им, что мы достигли успеха, потому что мы не можем сами сказать это. Общество должно подтвердить наш успех: вручить награды, выдать грамоты, и сказать: «Ты достиг успеха!» Но теория заключается в том, что это никогда не произойдет. Я даже не знаю, кто-то достиг в жизни чего-то значимого, кто-то не знает, когда был достигнут успех. Когда тебя спрашивают «Ты считаешь, что ты достиг успеха?», ты отвечаешь «Да!» Обычно так отвечают: «Я еще сделал мало, я только начал...». А общество тоже附和: «Далеко еще до полного успеха: твой корабль не длинный; в банковском счете недостаточно денег; ты еще не женился; у тебя нет детей...». Просто скажи, это может быть внутренняя критика или это человек, который страдает от влияния кино, медиа и социальных сетей. Я думаю, что каждый человек имеет свой успех, поэтому нет не успешных людей. Для каждого человека,抛开世俗的一切, спать на мосту на куске картона может быть успехом. Для человека с параличом, ходить – это невероятный успех. Учитель средней школы, зарплата не высокая, но он может воспитать талантливых детей, подарить им много, и получить удовольствие от работы, это может быть абсолютный успех. Я думаю, что общество должно изменить. Я думаю, что нам нужно полностью отказаться от успеха. Самое главное – позволить каждому человеку иметь свой успех. Мои ценности? Во-первых, свобода. Для меня, в любой ситуации или проекте, помогать другим, делиться чем-то полезным и помогать другим – это очень важно. Эти ценности не с детства. Я родился в Омске. В моем детстве, важным было: чем больше брендов на твоих рубашках, чем больше мышц, тем успешнее ты. Я хотел крутой машину, лучший мобильный телефон, модную сумочку и так далее. Мои текущие ценности сформировались не так давно, после 30 лет. Наверное, если сейчас молодые люди читают это интервью, они подумают, что это слишком рано думать о ценностях, и именно там они будут перевернуть страницу. Но это неправильно... Я думаю, проклятие нашего времени – это поиск быстрых решений, например, попытка быстро понять структуру мозга, чтобы взломать его, или нажать какую-то кнопку и получить вещество прямо в мозг: заполнить его серотонином, или даже лучше, добавить допамин, чтобы у вас было достаточно энтузиазма для всего. И вы чувствуете счастье! Я не знаю, будет ли это называться истинным счастьем в будущем. Проекты, связанные с имплантацией электродов в мозг для его стимуляции, активно развиваются, обсуждаются и запускаются. Но будет ли это истинным счастьем?

Гульнара·Краснова



**Алёна Август**  
/Москва/

Политконсультант, психолог, эксперт по PR и GR. Член комитета по политтехнологиям Российской ассоциации по связям с общественностью (РАСО). Фокус профессиональных интересов – межличностные и массовые коммуникации в политической, социальной и бизнес-среде. Автор креативных проектов в сфере культуры и экологии.



**Валерия Воронцова**  
/Армавир/

Студентка пятого курса кафедры социальной психологии МГУ. В университете я староста курса и руководитель стипендиальной комиссии факультета от студенческого совета. Учебу совмещаю с работой менеджером в ивент-агентстве Eventus. Для меня умение слышать и слушать стали ключевыми понятиями на данном этапе моего пути.

**Евгения Волобуева**  
/Томск/

Видеомейкер и портретный фотограф, окончила факультет дизайна Томского Института Бизнеса. Моя особая любовь в фототворчестве – женский портрет и работа с игрой света. Люблю воплощать в жизнь тематические съемки, продумывать концепцию и режиссировать фотосессии.



**Анна Бо**  
/Москва/

Художник, основатель направления многогранной живописи, применяет AR технологию дополненной реальности в своих картинах. Член международного союза дизайнеров. Неоднократный участник престижных выставок и салонов в России и разных странах мира. Одна из последних – «Шанхайская международная ярмарка искусств», которая проходила 16-19 ноября этого года (стенд G Gallery, Самара, РФ). Участница проекта НДА «КОСМОС».



**Маргарита Ларионова**  
/Москва/

Кандидат филологических наук, лингвист, экономист, преподаю в Финансовом университете при правительстве РФ. Люблю учиться, знаю 5 иностранных языков, люблю работать с людьми и всю жизнь с ними работаю – на съемочной площадке, в офисе, за границей, но знания надо передавать, и поэтому теперь университет – студенты, зачеты и экзамены. Хочу, чтобы в жизни было больше историй успеха и достижений, чтобы люди не стояли на месте, а шли к своим целям и были счастливы.

**Ульяна Черняева**  
/Москва/

Профессиональный журналист. Окончила Университет Российской академии образования. На протяжении пятнадцати лет печаталась во многих информационных изданиях. Родилась в самом северном городе нашей страны – в Певеке. С тех пор не переносу холод. Двукратная чемпионка мира по спортивному пейнтболу, в составе женской национальной сборной «зажигала» на пейнтбольных полях Европы. А еще раньше была каскадером. Теперь я законопослушная мать троих детей. Работаю в Финансовом университете при правительстве РФ.



**Лилия Ладик**  
/Иркутск/

Журналист, закончила Иркутский университет. Автор книг: "Свидания с Иркутском", «Я любил этот дом деревянный...», "Солнце честного девичества", «Небесная жемчужина», "Рождество Христово: возрождение традиций", которые издавались в Иркутске и Москве. Культуролог, читала лекции по мировой художественной и отечественной культуре, вела спецкурсы по религиоведению, народной и православной культуре. Публикуется в областной и столичной периодической печати.

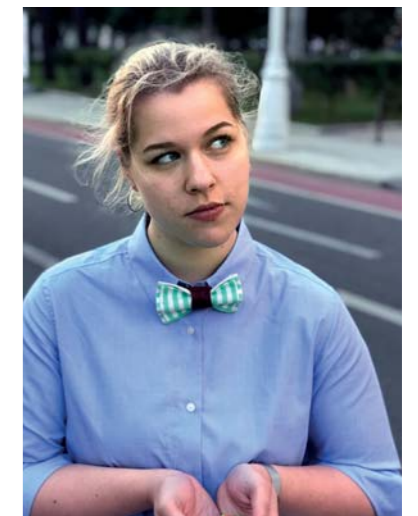


**Ирина Куколкина**  
/Москва/

Дизайнер, реставратор, художник. Член творческого союза художников России. Участник более 80 групповых выставок, 3 персональных, проектов журнала НДА. Работы находятся в музеях города Плеса и Чебоксары, частных собраниях в России и за рубежом

**Вероника Федоренко**  
/Москва/

Окончила факультет политических и социальных технологий по специальности журналистика Российского государственного социального университета. В багаже имеются: студия театрального мастерства, курсы драматургии кино и телевидения ВГИКа, курсы фотографии. На данный момент является линейным продюсером и фотографом нового интернетпроекта, который связан с актерами театра и кино.



**Гулнара Краснова**  
/Москва/

Главный научный сотрудник РАНХИГС, д.ф.н., профессор, журналист, писатель. Автор блога «Счастье на научном» [https://t.me/happy\\_science](https://t.me/happy_science).

# НОВЫЕ ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ

## ИЗДАТЕЛИ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ФОНД ПОДДЕРЖКИ  
СОЦИАЛЬНЫХ ПРОГРАММ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАЦИЙ

## РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Валерий Августович Порк,  
заместитель Председателя  
Правления Фонда

Алина Гасумянова, к.ю.н., юрист,  
генеральный директор ИД «Проект  
Медиа Групп», зам. директора Центра  
стратегических исследований в  
области энергетики и цифровой  
экономики МИЭП МГИМО (У) МИД  
России

Владимир Лепехин, к.ф.н.,  
директор института ЕАЭС

Роман Литов, исполнительный  
директор Фонда

Евгений Минченко, Генеральный  
директор Международного  
института политических экспертиз

## ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Галина Скоробогатова

## РЕДАКТОР

Софья Григорьева

## ПЕРЕВОД С КИТАЙСКОГО

Анастасия Петухова

## ДИЗАЙН И ВЕРСТКА

Наталья Романова

## БИЛЬД КОНСУЛЬТАНТ

Алёна Полосухина

## ЗИМА

№6 декабрь 2023 – №1 январь 2024

## АДРЕС РЕДАКЦИИ

Россия, 123056, Москва,  
ул. Зоологическая, д. 26, стр. 2  
+7 495 281 51 58  
info@nfsr.ru  
[info@newbusinesspeople.ru](mailto:info@newbusinesspeople.ru)

Журнал отпечатан в типографии  
ООО «ВИВА-СТАР»  
107023, Россия, Москва,  
ул. Электрозаводская, 20, стр. 3.  
тел.: +7 495 780 67 05,  
+7 495 780 67 40

Тираж 2000 экз.  
Цена: бесплатно

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. Мнение авторов публикаций и героев интервью может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка материалов допускается только с официального согласия редакции. При перепечатке ссылка на «Новые деловые люди» обязательна.

На первой обложке работа «Ёлка из будущего» Анны Бо (Москва). Публикуется с разрешения автора

## NEWBUSINESSPEOPLE.RU

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

© «Новые деловые люди», 2023-2024

Свидетельство о регистрации  
средства массовой информации  
ПИ № ФС77-77775 от 10 февраля  
2020 года.



Наука, исследования,  
аналитика

Консалтинг,  
проекты

Цифровые технологии  
и решения

Издательская  
и медиадеятельность

Просвещение  
и обучение


Гуманитарные  
коммуникации

*Искусство диалога  
и доверия*

 Москва, Коробейников переулок, 22, строение 1

 +7 (495) 252-67-88

 [www.nicrus.ru](http://www.nicrus.ru)

 [institut@nicrus.ru](mailto:institut@nicrus.ru)





**ФОНД  
ПОМОЩИ ДЕТЯМ**

**ИМЕНИ ПРИМАКОВА Е.М.**

Основан в 2002 году

МЫ МОЖЕМ СДЕЛАТЬ  
ДЕТЕЙ СЧАСТЛИВЫМИ

**КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

Адрес: 109012, Москва, ул. Ильинка, 6/1, с. 1 • Тел.: +7 (495) 620-05-19 | +7 (495) 620-00-62 • E-mail: [help@detfond.com](mailto:help@detfond.com)

[detfond.com](http://detfond.com)

**БАНКОВСКИЕ РЕКВИЗИТЫ**

для перечисления пожертвований

**Наименование получателя:**

Благотворительный фонд  
«Фонд помощи детям имени Примакова Е. М.»  
ИНН: 7701295193, КПП: 770101001  
Р/счет: 40703810500000010625

**Банк получателя платежа:**

Филиал № 7701 Банка ВТБ (ПАО) г. Москва  
БИК: 044525745  
К/счет: 30101810345250000745  
Назначение платежа: благотворительное пожертвование