

Психология победителей

Евгения Гриднева



Победители в беге на 60 м Александр Бобрецов и Сергей Белякин, Александр Лунин — победитель в первенстве по баскетболу



Победитель гонки на колясках — Григорий Чаров

В Перми стартовал III Паралимпийский фестиваль — ежегодные соревнования, в которых принимают участие спортсмены с ограниченными возможностями здоровья

Фестиваль посвящён XI Паралимпийским играм, его девиз — «Паралимпийский экспресс «Пермь-Сочи!» Фестиваль проходит в пять этапов в течение всего года при поддержке администрации Перми. В прошлую субботу, 16 марта, в манеже «Спартак» 324 спортсмена соревновались в настольном теннисе, прыжках в длину с места, дартсе, беге на 60 м, баскетболе, гиревом спорте и гонках на инвалидных колясках. Ещё 103 человека боролись за победу в шахматах и шашках.

Победителей наградили дипломами и ценными призами. Вот лишь некоторые победители фестиваля. В соревнованиях по настольному теннису чемпионами стали Ольга Сызранцева, Сергей Белобородов, Людмила Труб-

никова и Григорий Чаров. В баскетболе (личном первенстве по броскам мяча в корзину) — Марина Валевич и Александр Лунин. В прыжках в длину — Татьяна Гусева и Алексей Дунин. В гиревом спорте — Владимир Меркушев и Сергей Гусев. В беге на 60 м — Сергей Белякин, Александр Бобрецов и Анастасия Молчанова. В дартсе — Валентина Мальцева и Александр Ковалёв. В гонках на колясках — Григорий Чаров и Елена Шиляева.

«Город Пермь уже второй год особое внимание уделяет спортсменам-паралимпийцам. Мы подписываем соглашение о ежегодной подготовке 200 таких спортсменов, и, я думаю, успеши, которые есть сегодня, и дальше будут продолжаться», — отмечает заместитель

главы администрации Перми Алексей Грибанов.

У тех, кто побывал на фестивале, возникла твёрдая уверенность: каждый спортсмен, участвовавший в этих соревнованиях, — победитель. Каждый установил свой личный рекорд.

Судите сами. Конечно, справедливо назвать победой самое быстрое прохождение гонки на инвалидных колясках. Но для участников такого соревнования уже сам факт преодоления дистанции полностью — подвиг. Они достигали финиша, и это была их личная победа!

Наташа Маликова из Закамска два года назад попала в ДТП. Сейчас может передвигаться только в коляске. Перенесла две операции, Наташа через короткое время после выхода из больницы стала участвовать в соревнованиях по настольному теннису и баскетболу,

заниматься со штангой... «Спорт — прекрасная реабилитация. Он не только помог мне вернуть уверенность в себе, — говорит Наташа, — но и потихоньку возвращает здоровье. Я уверена, что придёт время, и я буду ходить».

Роман Платунов — инвалид детства, у него ДЦП. Он занимается спортом уже 15 лет. На нынешних соревнованиях Роман попробовал себя в дартсе и баскетболе. Молодой человек участвует в туристических слётах, любит ходить в походы. На вопрос, как ему это удаётся, лаконично отвечает: «Привык».

У Кати Герасимовой — болезнь опорно-двигательного аппарата. Она, несмотря на болезнь, не только занимается спортом, но и учится в педагогическом училище, собирается стать преподавателем адаптивной физкультуры. Она уверена, что занятия спортом помо-

гут улучшить здоровье и выйти из уныния и депрессии, вернуть оптимизм и радость жизни. «Жаль, что такие фестивали проходят один раз в год. Если бы проходили чаще, я бы участвовала в каждом», — говорит Катя.

Как рассказывает главный судья соревнований Валерий Бердников, в Прикамье — сильные традиции паралимпийского спорта, особенно в гонках на лыжах. Тарас Крыжановский, Любовь Паниных, Надежда Чиркова — призёры мировых паралимпийских первенств.

По словам Валерия Бердникова, нынешний фестиваль хоть и проводится с прицелом на будущие Паралимпийские зимние игры в Сочи, не все виды спорта, представленные на нём, — олимпийские. Не будет в Сочи соревнований по дартсу, по гиревому спорту, по

прыжкам в длину. Но в Перми именно эти виды спорта популярны у людей с ограниченными возможностями здоровья, поэтому они присутствуют в программе фестиваля.

Цель Паралимпийского фестиваля — не только фиксация спортивных достижений, поэтому мероприятие и носит название не спортивного турнира, а именно фестиваля. В центре его программы — большой концерт творческих коллективов Перми, ведь для собравшихся здесь человеческое общение, возможно, не менее важно, чем спортивные достижения!

Следующий этап Паралимпийского фестиваля — соревнования пловцов в бассейне «Олимпия» 16 мая. Стоит пойти туда, чтобы болеть за спортсменов, позаимствовать у них чуточку жизненной силы, оптимизма и духа преодоления!

Выставка-продажа «НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ»

г. Пермь

28 марта (четверг) с 10 до 14 часов

ДК «ВОС», ул. Краснова, 18



«СМАЗКА» ДЛЯ КИШЕЧНИКА

Известно, что для избавления от многих заболеваний достаточно очистить кишечник от слизи, каловых камней, паразитов.

О том, что кишечник загрязнен, свидетельствуют частые запоры, нарушение обмена веществ, сахарный диабет, аллергии, излишний или недостаточный вес, болезни фильтрующих органов: почек и печени, болезни слуха и зрения; кожи, волос, ногтей, системные заболевания...

С помощью клизм происходит очистка только небольшого участка толстой кишки и нарушается микрофлора кишечника.

Самостоятельной очистке кишечника и восстановлению нормальной его работы поможет масло «Долголетие».

«Долголетие» изготовлено из семян самых полезных растений: льна, расторопши, тыквы и экстракта прополиса. Расторопша и экстракт прополиса улучшают растворение отложений в кишечнике и переваривание пищи. Семена тыквы — антипаразитарное средство. Лен обладает мягким обволакивающим действием, улучшает эвакуацию отходов жизнедеятельности.

Масло «Долголетие» приятно на вкус. Для очищения необходимо в течение месяца добавлять его в пищу. Все компоненты «Долголетия» являются прекрасными профилактическими средствами против инфаркта, инсульта, онкологии, диабета, способствуют снижению веса.

Стоимость масла «Долголетие» на курс (1 л) — 700 руб.

«7-недельная МАКРОБИОТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ОЗДОРОВЛЕНИЯ Кузнецова»

Программа основана на теории автора учения «Макробиотика Дзэн» Дж. Осавы. Предполагает ежедневное употребление специальной макробиотической каши в течение 7 недель. В программу входят каши мгновенного приготовления: для очищения кишечника; антидиабетическая, антихолестериновая; для очищения печени; антипаразитарная; для усиления потенции; для профилактики инсультов, инфарктов; для зрения, памяти и слуха; кремниевая.

Стоимость «7-недельной программы Кузнецова» (56 порций) — 1400 руб.

ОБЕРЕГ ДЛЯ МОЗГА

Французскому врачу Жану де Катерину удалось создать способ защиты мозга. Он прожил 120 лет в ясной памяти и с хорошим зрением, употребляя напиток из пророщенного овса.

В составе «Суперовса» присутствует аминокислота триптофан, витамины группы В и магний. В сочетании эти вещества запускают процесс образования нейромедиатора и гормона радости — серотонина. Серотонин — защищает мозг от перегрузок, обеспечивает передачу управляющих импульсов, снимает спазмы сосудов, снижает уровень холестерина. «Суперовс» применяется при восстановлении после инсульта, инфаркта, при повышенном давлении, депрессии, ослаблении зрения, слуха, памяти, при зависимостях от алкоголя, табака, наркотиков, заболеваниях кожи.

Стоимость «Суперовса» на курс 2 недели (40 порций) — 800 руб.

Также на выставке вы можете приобрести Масло льна, расторопши, Овсяные отруби, Ускоренный курс снижения веса, Церебральный мед, Глазной мед, Сердечный мед и многое другое для здоровья! **Новинку!** Масло и муку из бобов сои.

НА ВЫСТАВКЕ — ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 5%

Справки по тел. в г. Самаре 8-846-995-24-42 (многоканальный). Нашу продукцию вы можете заказать по почте (оплата при получении) по адресу: ИП Кузнецов Г. Б., А/Я №6688, г. Самара, 443087, e-mail: nrz63@mail.ru. Минимальный заказ по почте — 350 руб.

ВСЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ www.nrz63.ru

РЕКЛАМИРУЕМЫЕ ТОВАРЫ НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ