Часопіс жанчын Беларусі

АЛЕСЯ

ISSN 0131-8055

№ 10 ■ 2017

Работніца і сялянка

Святлана Сарока:

«Лідар – той, *хто ўмее натхняць іншых»*

АЛЕСЯ
приглашает

21 ОКТЯБРЯ

ФИТНЕС МАРАФОН

МОМО
ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР

ФИТНЕС | ЙОГА | SKY JUMPING | ПОЛЕЗНОЕ ПИТАНИЕ

Торговый центр МОМО – один из самых активных в плане развлечения своих посетителей. Каждые выходные, да и в будние дни, в торговом центре проходят фестивали, розыгрыши, музыкальные конкурсы и шоу-программы от известных ведущих.

21 октября станет самым спортивным днём в истории МОМО. В торговом центре пройдёт фитнес марафон, в рамках которого в двухэтажном здании разместятся различные спортивные «точки». Фитнес, йога, новое модное направление – sky jumping и другие виды спортивных занятий. В рамках марафона также пройдут презентации полезного питания и спортивной одежды магазинов, расположенных в торговом центре. Все желающие смогут получить консультацию от диетолога и индивидуальные программы занятий в спортивном зале. Пришедших ожидает программа от ведущего с подарками от партнёров фитнес марафона МОМО.

Специальным гостем станет белорусская гимнастка Мелитина Станюта, многократный призёр чемпионатов мира и Европы, заслуженный мастер спорта Республики Беларусь (2015), правнучка советской белорусской актрисы Стефании Станюты. Гимнастка проведёт спортивную зарядку для всех посетителей торгового центра.

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ГОСТЬ

Мелитина Станюта

21 октября все, кто говорят «*ДА!*» спорту, соберутся в торговом центре МОМО по адресу:

пр. Партизанский, 150А.

Приходите за подарками и бесплатными консультациями.

Наш інфармацыйны партнёр

Беларускае рэдкае

Алеся

10/2017

РАБОТНІЦА І СЯЛЯНКА

ШТОМЕСЯЧНЫ ГРАМАДСКА-ПАЛІТЫЧНЫ І ЛІТАРАТУРНА-МАСТАЦКІ ЧАСОПІС (ДЛЯ ЖАНЧЫН)

ВЫДАЕЦЦА З ЛІСТАПАДА 1924 г.
МАТЭРЫЯЛЫ ДРУКУЮЦЦА НА БЕЛАРУСКАЙ І РУСКАЙ МОВАХ
ВЫХОДЗІЦЬ АДЗІН РАЗ НА МЕСЯЦ

ЗАСНАВАЛЬНІКІ:
Міністэрства інфармацыі Рэспублікі Беларусь, Грамадскае аб'яднанне "Беларускі саюз жанчын".

Дырэктар – галоўны рэдактар
Павел Якаўлевіч СУХАРУКАЎ

Шэф-рэдактар
Ларыса Паўлаўна РАКОЎСКАЯ

Рэдакцыйная калегія:
Л. С. АНАНІЧ,
Н. А. ЕРМАКОВА,
Н. С. ІВАНОВА,
М. І. КАРПЕНКА,
Н. М. КАТКАВЕЦ,
Т. У. ФІЛІПОВІЧ.

Адрас рэдакцыі
Юрыдычны адрас: вул. Б. Хмяльніцкага, 10а, 220013, г. Мінск, Рэспубліка Беларусь.
Тэл./факс: 8 (017) 287-19-19
Паштовы адрас: вул. Б. Хмяльніцкага, 10а, 220013, г. Мінск, Рэспубліка Беларусь.
e-mail: alesya@zviazda.by
http://zviazda.by/be/edition/alesya.by
Тэл.: 8 (017) 287-16-29, 287-17-59, 287-17-35

Падпісныя індэксы:
індывідуальны – 74995
ведамасны – 749952

Пасведчанне аб дзяржаўнай рэгістрацыі сродку масавай інфармацыі № 1140 ад 28.10.2014, выдадзенае Міністэрствам інфармацыі Рэспублікі Беларусь.

ВЫДАВЕЦ:
Рэдакцыйна-выдавецкая ўстанова "Выдавецкі дом "Звязда"

Мастацкі рэдактар, камп'ютарная вёрстка Т. А. МАЛЬКО

Стыль-рэдактар
В. М. СУГОЙДЗЬ-ЗУБОВІЧ

Падпісана да друку 02.10.2017 г.
Фармат 60x84 1/8.
Гарнітура "Georgia".
Афсетны друк.
Ум. друк. арк. 7,44.
Ул.-выд. арк. 10,71.
Тыраж 2079 экз. Зак. №

На вокладцы: старшыня Мінскай абласной арганізацыі ГА "БСЖ" Святлана САРОКА

Фота: Кацярына СУСЛАВА (Teddy Studio).

Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за падбор і дакладнасць фактаў. Матэрыялы, пазначаныя гэтым значком ®, носяць рэкламны характар. Адказнасць за змест рэкламы нясуць рэкламадаўцы.

Рэспубліканскае ўнітарнае прадпрыемства "БудМедыяПраект",
ЛП № 02330/71 ад 23.01.2014 г.
вул. В. Харужай, 13/61, 220123, г. Мінск, Рэспубліка Беларусь.

12+

© Міністэрства інфармацыі Рэспублікі Беларусь, 2017
© Грамадскае аб'яднанне "Беларускі саюз жанчын", 2017

ЧЫТАЙЦЕ

Спецыяльны выпуск часопіса «Алеся» і Мінскай абласной арганізацыі Беларускага саюза жанчын

Святлана САРОКА: «Важна любіць тое, што робіш» 4

Памнажаючы традыцыі 10

Прысвячэнне маці 13

Алёна КОЗЫРАВА: "Імкнёмся захаваць сямейныя каштоўнасці" 14

У гонар любімых і дарагіх 17

Мары збываюцца! 18

Наталля ГАЛОТА: "Заўсёды цікава распрацоўваць новае" 20

Тамара АЛІСЕЙКА: "Мы працуем на вынік" 24

Галоўнае ў свеце – нашы дзеці 26

Воспоминания детства 28

Трыумф прыгажосці 30

Талент, адухоўлены любоўю 34

Ядвига СЕНЬКО: «Моё творчество требует уединения» 37

ПЕРСОНА

Рыгор САРОКА: "Цікавае жыццё мы ствараем самі" 40

ВКУС ЖИЗНИ

Увлечение. Вышиваем диванную подушку 46

Мода. Карнавальныя фарбы сезона 48

Стиль. Маникюр: в моде минимализм! 52

Здароўе. 10 сакрэтаў стройнасці 54

Дача. Рябиновая осень 56

Здароўе. Восеньскі догляд за скурай 60

Дом. Магическая уборка, или Как почистить гардероб по КонМари и дать своим вещам вторую жизнь 62

ВАШ ГАРАСКОП

Спецыяльны выпуск часопіса «Алеся»
і Мінскай абласной арганізацыі
Беларускага саюза жанчын

Вядучай грамадскай арганізацыяй, якая прадстаўляе інтарэсы жанчын Міншчыны, выступае Мінская абласная арганізацыя **ГА "Беларускі саюз жанчын".**

У склад Мінскага абласнога БСЖ уваходзяць 22 раённыя і 2 гарадскія (Заслаўе, Жодзіна), а таксама 646 пярвічных арганізацый, якія ўтвораны і паспяхова дзейнічаюць на многіх прадпрыемствах, ва ўстановах і па месцы жыхарства.

***Абласны саюз жанчын аб'ядноўвае на добраахвотнай аснове больш за* 12 тыс.** *самых актыўных, таленавітых, мэтанакіраваных, дзейных прадстаўніц прыгожай паловы Міншчыны.*

Члены Прэзідыума Мінскай абласной арганізацыі ГА «БСЖ»

Дорогие женщины-матери Минщины!

Примите мои самые искренние поздравления с замечательным, светлым праздником – Днём Матери!

Этот праздник отмечают во многих странах, но только в нашей стране он приурочен к религиозному православному празднику – Покрову Пресвятой Богородицы. В этом мне видится глубокий смысл: во время богослужения Дева Мария явила себя людям, укрывая молящихся белым покрывалом, тем самым стараясь защитить их от бед. И наши мамы, подобно Пресвятой Деве, на протяжении всей жизни оберегают нас от невзгод, служат опорой в самых сложных ситуациях, дарят веру и надежду.

Материнство – это самая важная и главная миссия женщины на земле, ведь от неё зависит будущее любого государства и народа. Крепкая семья – залог процветания общества, поэтому такое большое значение в нашей стране и области уделяется охране материнства и детства, повышению престижа семейных ценностей и укреплению авторитета родителей.

Сегодня мы говорим слова искренней признательности каждой матери.

Безграничная благодарность женщинам старшего поколения – нашим бабушкам и прабабушкам.

Низкий поклон многодетным матерям и матерям, воспитавшим приёмных детей-сирот!

Спасибо вам, милые женщины, что идёте по жизни рядом с нами, мужчинами, поддерживаете добрым словом, помогаете мудрым советом и вдохновляете нас на новые свершения и победы.

Дорогие женщины! Спасибо вам за терпение и мужество, сердечность и доброту. Пусть каждый ваш день будет наполнен миром и радостью, согрет теплом домашнего очага, вниманием дорогих и близких людей. Здоровья вам на долгие годы! Будьте счастливы!

С уважением,
председатель Минского областного
исполнительного комитета

Анатолий ИСАЧЕНКО

Цифры и факты

В нашей культуре издавна к женщине-матери принято относиться с уважением и поклонением.

❖ В рейтинге стран, благоприятных для материнства и детства, Беларусь занимает 25-е место среди 179 стран мира, а среди государств СНГ мы находимся в тройке лидеров.

Белорусская семья увеличивается.

❖ В Минской области проживает каждая шестая многодетная семья республики, т.е. 12 тыс. 350 многодетных семей, в которых воспитывается 40 тыс. 352 несовершеннолетних ребёнка.

❖ За последние 10 лет в Минской области количество многодетных семей увеличилось более чем на 40%.

Фото Е. Сусловой

❖ Почти 54% новорождённых детей – это вторые, третьи и последующие дети, т.е. в последние годы прослеживается благоприятная тенденция «ухода» молодых белорусских семей от однодетности.

❖ Орденом Матери награждены 1544 женщины, проживающие на территории Минской области (*этой награды удостоены матери, родившие и воспитавшие пять и более детей*).

❖ Пенсию за особые заслуги перед Республикой Беларусь в Минской области получают 123 многодетные матери (*пенсия за особые заслуги перед Республикой Беларусь предоставляется женщинам, родившим и воспитавшим 9 и более детей и награждённым орденом Матери или орденом «Мать-героиня»*).

Старшыня Мінскай абласной арганізацыі ГА "Беларускі Саюз жанчын", член Савета Рэспублікі Нацыянальнага Сходу Рэспублікі Беларусь 5-га склікання Святлана Сарока ўжо 15 гадоў як узначальвае Палац культуры Маладзечна. За гэты час установа стала асяродкам культурнага жыцця Мінскай вобласці і адной з асноўных творчых пляцовак краіны. Ёю створаны высокапрафесійны творчы калектыў. Сусветна вядомыя зоркі эстрады лічаць за гонар выступаць у Маладзечне, на сцэне Палаца культуры і Амфітэатра.
Пад кіраўніцтвам Святланы Сарокі каллектывам ДУ "Палац культуры г. Маладзечна" падрыхтаваны шэраг унікальных маштабных культурна-відовішчных праектаў, якія атрымалі прызнанне і высокую ацэнку грамадскасці, а горад Маладзечна ў Год культуры атрымаў высокі статус «Культурная сталіца Беларусі-2016».

Святлана Сарока:

«Важна *любіць тое,* што робіш»

Фота К. Суславаў (Teddy Studio).

Святлана Сарока ўжо 15 гадоў як узначальвае Палац культуры Маладзечна.

– Святлана Рыгораўна, маё знаёмства з Маладзечнам пачалося з афішнай тумбы каля прыпынку маршрутак. Здаецца, што культурнае жыццё ў Маладзечне віруе не менш, чым у сталіцы. Ці адпавядае такое ўражанне рэчаіснасці?

– Уявіце сабе, што да ліпеня наступнага года ў нас усе дні ўжо распісаныя: канцэрты, фестывалі, розныя праекты... Сёння Палацу культуры ёсць што прапанаваць гараджанам: тут працуюць 35 творчых калектываў, 12 маюць званне “заслужаны” і “ўзорны”. Немагчыма нават пералічыць усе нашыя праекты і канцэрты, якія сталі падзеямі культурнага жыцця Маладзечаншчыны, – гэта міжнародныя плэнэры, фестывалі, тэлепраекты і форумы, а таксама гастрольна-канцэртныя праграмы. Усе яны выбітныя, над імі працуюць творчыя, неардынарныя спецыялісты.

Асабіста для мяне самы значны – Нацыянальны фестываль беларускай песні і паэзіі “Маладзечна”, адзін з галоўных фестываляў Беларусі. Сапраўдны форум песеннага і музычнага мастацтва, беларускага слова і культуры. Гэта галоўная нацыянальная культурная падзея нашага часу, якая акумулюе выступленні лепшых спевакоў, кампазітараў і паэтаў.

Адным з самых цікавых для гараджан і гасцей горада з’яўляецца праект “Майстры мастацтваў – Маладзечну”. У ім прымаюць удзел вядомыя выканаўцы і прафесійныя калектывы блізкага і далёкага замежжа.

Нашыя творчыя праекты заўсёды шырока прадстаўленыя на нацыянальных тэлеканалах, асвятляюцца ў беларускіх і замежных СМІ. Гэта фэстываль “Залаты шансон”, “Песня года Беларусі”, “Залатая калекцыя беларускай народнай песні”, “Вясна ў Маладзечне”, “Маладзечна запрашае”, канцэртныя пректы да Дня маці, Дня жанчын: “Нашы любімыя”, “Родные глаза”, “Ты – мая мелодыя” .

Калектыў ДУ "Палац культуры г. Маладзечна".

Указам Прэзідэнта Рэспублікі Беларусь № 517 ад 31 снежня 2016 года калектыву Палаца культуры г. Маладзечна прысуджаная Спецыяльная прэмія Прэзідэнта Рэспублікі Беларусь дзеячам культуры і мастацтва за значны ўклад у развіццё аматарскай творчасці, арганізацыю і правядзенне мерапрыемстваў у рамках Рэспубліканскай акцыі «Культурная сталіца года».

– Палац культуры, якім мы бачым яго сёння, у пэўным сэнсе ваша выпешчанае дзецішча.

– Сёлета 17 кастрычніка мы адзначым 15-годдзе установы. Наш творчы калектыў – гэта каманда, якая можа рэалізоўваць праекты рознага ўзроўню. Гэта адданыя сваёй прафесіі людзі, па-сапраўднаму творчыя, я б сказала – асобы ў сферы культуры. Для мяне як кіраўніка важна, каб кожнаму было цікава працаваць і кожны адбыўся б у прафесіі. Калі чалавек робіць тое, што яму падабаецца, – гэта ўжо палова поспеху.

І калі гледачы з нашай залы выходзяць акрыленыя, з новымі сіламі, значыць, мы выканалі адну з галоўных задач культуры: дапамаглі чалавеку падняцца над надзённымі праблемамі і над самім сабой, пабачыць сябе новага, здольнага да лепшага. Упэўнена, што няма нічога больш высакароднага, чым дарыць радасць людзям.

На ўрачыстым мерапрыемстве з нагоды ўручэння медаля Францыска Скарыны.

Маё крэда:

"Прафесіяналізм, любоў да справы, дабрыня да людзей і чалавечнасць. Гэтаму вучылі мяне бацькі, педагогі, сябры, калегі па працы… Стараюся гэта заўсёды памятаць і гэтым кіравацца".

– Вы былі членам Савета Рэспублікі. Што галоўнае вы б адзначылі ў гэтым сваім вопыце работы?

– Я працавала над многімі значымымі для краіны законапраектамі: Кодэкс аб культуры, папраўкі ў закон аб народнай творчасці і народных рамёствах.

Як чалавеку, які ведае гэтую працу знутры, мне было даручана праводзіць маніторынгі, субяседаванні, круглыя сталы з вопытнымі прафесіяналамі, каб улічыць іх кваліфікаванае меркаванне пры стварэнні новых законаў. Мне гэта было цікава і гэта мела непасрэднае дачыненне да маёй асноўнай прафесійнай дзейнасці.

Валожынскі, Стаўбцоўскі, Маладзечанскі раёны – гэта рэгіёны, з якімі я як сенатар шчыльна працавала. Трымаць руку на пульсе рэгіянальных праблем дапамагалі ўдзелы ў пасяджэннях раённых выканкомаў і органаў прадстаўнічай улады, узаемадзеянне з мясцовым актывам і працоўнымі калектывамі. Значную частку маёй працы займала міжнародная дзейнасць.

Хачу адзначыць, што сёння вельмі важныя культурныя абмены, бо менавіта мова культуры блізкая і зразумелая ўсім, і яна ў першую чаргу стварае тое паразуменне, на якім строяцца і развіваюцца трывалыя адносіны партнёрства і супрацоўніцтва.

Напярэдадні кожнай паездкі я рыхтавалася: імкнулася пачытаць пабольш пра краіну, куды накіроўвалася, пра яе славутасці, традыцыі, падзеі найноўшай гісторыі. Веды ў сукупнасцю з добразычлівасцю, павагай да іншых давалі мне сілу і ўпэўненасць, і да мяне прыслухоўваліся, я была "лідэрам думкі" ў даволі складаных сітуацыях. Мае меркаванні выклікалі зацікаўленую дыскусію і былі прынятыя да ўвагі.

Таксама я з'яўлялася членам Пастаяннай камісіі Міжпарламенцкай Асамблеі дзяржаў – удзельніц Садружнасці Незалежных Дзяржаў па культуры, інфармацыі, турызме і спорце. Была ўключана ў Місію назіральнікаў ад Садружнасці Незалежных Дзяржаў і ажыццяўляла маніторынг у складзе групы назіральнікаў ад Міжпарламенцкай Асамблеі дзяржаў – удзельніц СНД за выбарамі Прэзідэнтаў і дэпутатаў ў Парламенты краін СНД.

Лічу, што асноўная місія парламентарыяў – наладжваць сувязі паміж дзяржавамі, садзейнічаць мірнаму дыялогу паміж краінамі і рабіць усё магчымае для падтрымкі міру і спакою ў свеце. Для беларусаў гэта тэма была асабліва актуальная, за апошнія гады Беларусь стала месцам шматлікіх мірных перамоў і асацыіруецца найперш з міралюбівай палітыкай.

А сапраўдным набыткам таго перыяду свайго жыцця лічу тое, што мела магчымасць пазнаёміцца і пагаварыць з вялікай колькасцю цікавых, творчых людзей, зносіны з якімі вельмі ўзбагацілі мой духоўны свет.

– Слухаю вас і шчыра здзіўляюся: як вы так многа паспявалі?

– Было нялёгка: разрывалася паміж Мінскам і Маладзечнам, дзе старалася застацца дзейсным і ініцыятыўным кіраўніком галоўнай установы культуры. У першую чаргу чалавек я творчы, практык, ганаруся сваім калектывам, цаню спецыялістаў, з якімі разам ажыццяўляем мае цікавыя задумы. Наогул, гэта важна: любіць тое, што робіш.

На ўручэнні Спецыяльнай прэміі Прэзідэнта Рэспублікі Беларусь дзеячам культуры і мастацтва.

– Ваш муж таксама шмат душы і творчасці ўклаў у развіццё культуры Маладзечаншчыны.

– Так, Рыгор Сямёнавіч Сарока – вельмі паважаны і вядомы чалавек, дырэктар Маладзечанскага музычнага каледжа імя М. Агінскага, дырыжор сімфанічнага аркестра – заслужанага калектыву нашай краіны, ініцыятар оперных пастановак на сцэне нашага Палаца культуры, да ўдзелу ў якіх запрашаліся лепшыя рэжысёры і выканаўцы краіны. Дзейнасць яго высока адзначана ў дзяржаве – ён мае званні "Заслужаны дзеяч культуры", кавалер ордэна Францыска Скарыны, лаўрэат прэміі "За духоўнае адраджэнне" і інш. Нам утульна і цікава жыць і працаваць побач, разам займацца творчай працай у Маладзечне.

– Цікава, як такія два моцныя лідары, дзве актыўныя творчыя асобы ўжываюцца ў сямейным саюзе?

– Наша сям'я – гэта саюз людзей, дзе ўсё падпарадкаванае адной мэце: служыць культуры. Мы з мужам размаўляем на адной мове, разумеем адзін аднаго. І гэта вельмі важна. Наогул, у сямейным жыцці ёсць шмат мудрых правіл, якіх трэба прытрымлівацца, тады ў сям'і будуць гармонія і шчасце. Дзякуючы нашаму сямейнаму саюзу ўзнік і плённы творчы саюз устаноў – Маладзечанскага музычнага вучылішча імя М.К.Агінскага і Палаца культуры, які падараваў маладзечанцам цудоўныя імгненні сустрэч з высокім мастацтвам. Гэта шмат сумесных праектаў, прэм'ер, што сталі сапраўды падзеяй для нашага рэгіёна. Сярод іх, напрыклад, стварэнне нацыянальнай оперы "Міхал Клеафас Агінскі. Невядомы партрэт" і многае іншае.

– Вы валодаеце надзвычайнымі лідарскімі якасцямі. Што спрыяла іх фарміраванню?

– Я расла вельмі сціплай дзяўчынкай. Мне пашчасціла нарадзіцца ў сям'і, у якой бацькі паважалі адзін аднаго, старэйшых і нас, дзяцей. Мае бацькі і ўвесь наш род – усе былі і ёсць вельмі працавітыя гаспадары і прыстойныя людзі, якія заўжды трымалі сябе годна ў адносінах да чужых, да родных і саміх сябе. У мяне тры старэйшыя браты і малодшая сястра. Мы атрымалі такое выхаванне, у аснове якога дабрыня, узаемаразуменне, падтрымка, павага адзін да аднаго.

Таксама вельмі ўдзячная маім школьным настаўнікам.

Маё жыццё складвалася так, што я магла стаць і доктарам, і настаўніцай, аднак працую ў сферы культуры і разумею, што толькі тут змагла адбыцца цалкам. Як кажуць, у жыцці важна: у якой сям'і ты нараджаешся, з якім чалавекам звязваеш лёс і з кім працуеш. Маё жыццёвае крэда – прафесіяналізм, любоў да справы, дабрыня да людзей і чалавечнасць.

На мой погляд, паспяховы лідар – гэта той, хто ўмее натхняць іншых людзей, весці іх да дасягнення пастаўленых мэт і можа пераканаць членаў сваёй каманды прыняць свае жыццёвыя каштоўнасці. Калі вы здольныя выклікаць прыхільнасць да сябе людзей, значыць, вы здольныя дасягнуць поспеху!

Ушанаванне жанчын-удзельніц жніва.

З Тамарай Аляксандраўнай Шапуцька, загадчыцай збожжасховішча ААТ "Хоўхлава".

Мае хобі:
чытанне, класічная музыка, кулінарыя, карвінг, вязанне пруткамі і кручком, шыццё, хатняе кветкаводства, ваджэнне аўтамабіля, ролікі і веласіпед.

– Дарэчы, вы не так даўно трапілі ў топ самых прыгожых беларускіх дзяржаўных служачых.

– Таму, што трапіла ў гэты спіс, была шчыра здзіўленая. Але асаблівых сакрэтаў прыгажосці ў мяне няма. Сёння ў беларускіх жанчын шмат магчымасцяў, каб выглядаць прывабна. Было б жаданне. Праўда, прыгажосць знешняя без унутранай для мяне вагі і каштоўнасці амаль не мае. У чалавеку ўсё павінна быць ў гармоніі, каб былі прыгожымі і душа, і цела.

– Што для вас галоўнае ў жыцці?

– Усё рабіць з любоўю. Імкнуцца ўкласці ва ўсё зробленае часцінку душы. Упэўненая: жыццё – гэта вечны пошук, пазнанне і вучэнне, праца над сабой і самаразвіццё. Імкненне дасягнуць прафесійнага майстэрства, тварыць і ствараць, кіруючыся прынцыпамі адказнасці і прыстойнасці, стала справай майго жыцця. Жыцця, натхнёнага мастацтвам, творчасцю, любоўю да людзей. Жыцця, неад'емная часткай якога з'яўляецца і сям'я, і любімая праца.

– У канцы мінулага года вас выбралі старшынёй Мінскай абласной арганізацыі Беларускага саюза жанчын.

– Для мяне было нечакана, але я ўспрыняла гэта як праяўленне высокага даверу. На мой погляд, сумяшчэнне грамадскай і працоўнай дзейнасці, любімай справы і сямейнага жыцця надае жанчыне вялікую ўнутраную сілу і з'яўляецца той асновай, на якой, як кажуць, трымаецца свет.

– Між тым мы часта чуем, што жанчыны – слабы пол. А ў чым, на ваш погляд, сіла жанчыны?

– Тут нельга адказаць адназначна. З аднаго боку – у розуме, інтэлекце, а з іншага – у жаночай мудрасці, цярпенні. Жанчына спрадвеку была ўвасабленнем абаяльнасці, прыгажосці, захавальніцай хатняга ачага, сямейнага дабрабыту і ў той жа час заставалася надзейнай падтрымкай для мужчыны. Але ўсё ж такі галоўная місія кожнай з нас – даць жыццё дзіцяці, выгадаваць яго, выхаваць дастойным чалавекам. Сёння жанчыны разумныя, ініцыятыўныя, інтэлектуальныя імкнуцца быць паспяховымі ў сваёй справе, у прафесіі. І што цудоўна – спалучаюць гэта з выхаваннем дзяцей і вядзеннем хатняй гаспадаркі.

На пасяджэнні Савета Рэспублікі

– Мне думаецца, што БСЖ аб'ядноўвае менавіта такіх жанчын: актыўных, паспяховых, шматгранных, якія могуць паслужыць і прыкладам, і апорай для іншых.

– Галоўная мэта нашай грамадскай арганізацыі – павысіць ролю жанчыны ў грамадстве, дапамагчы беларускім жанчынам у ажыццяўленні іх асноўнай місіі, а таксама рэалізацыі ўсіх сваіх магчымасцяў. Вельмі нялёгка сёння жанчыне сумяшчаць прафесійную дзейнасць з грамадскай, але членам БСЖ гэта ўдаецца.

– Святлана Рыгораўна, вы сталі адным з лідараў жаночай арганізацыі, якая мае аўтарытэт, плённа працуе, ажыццяўляе цудоўныя праекты. Якія з іх, на вашу думку, найбольш важныя і цікавыя?

– Так, Саюз жанчын выступіў ініцыятарам шэрагу грамадска-значных праектаў, якія паспяхова рэалізуюцца ў нашай краіне. Найбольш маштабныя з іх: «Жанчына года», «Сям'я года», «У Беларусі – ніводнага кінутага дзіцяці», «Здаровая сям'я – моцная дзяржава», «Сям'я без гвалту», «Беражы здароўе з дзяцінства», «Ты не самотны!», «Беларусь – утульны дом». Для мяне грамадская арганізацыя – гэта перш за ўсё людзі, ініцыятывы, праекты, накіраваныя на выхаванне маладога пакалення, падтрымку сталых людзей і мнагадзетных сем'яў.

Мне вельмі падабаецца ідэя конкурсу шматдзетных сем'яў, ініцыятарам якога з'яўляецца БСЖ. Працу па папулярызацыі ў грамадстве шчаслівых, моцных сем'яў лічу найбольш важнай. Бо калі ўсё ладна ў сям'і – добра і ў краіне.

Мы ў вобласці паэтапна выбіраем сям'ю для ўдзелу ў рэспубліканскім фінале. Кожны раз пераконваешся ў тым, што шчаслівых сем'яў у нас на Міншчыне многа, яны здзіўляюць талентамі, узрушваюць гармоніяй чалавечых адносін, любоўю да дзяцей і разумным клопатам аб іх развіцці.

– А якую задачу вы, як лідар Мінскай арганізацыі БСЖ, выбралі асабіста для сябе?

– Вывучыць, абагульніць і наглядна прадэманстраваць выдатны вопыт жаночых актывістак Мінскай вобласці. Каб яны ведалі, што іх намаганні заўважаныя і ацэненыя, іх напрацоўкі працягваюць прыносіць карысць.

Наогул, цікавых напрамкаў работы ў арсенале БСЖ вельмі шмат.

– І як вы ажыццяўляеце гэтую задумку?

– Лічу, што ў наш час, калі інфармацыйныя тэхналогіі зайшлі літаральна ў кожны дом, трэба абавязкова мець сайт жаночай арганізацыі вобласці. Зараз завяршаецца яго распрацоўка, там будзе адлюстроўвацца ўся наша дзейнасць: акцыі, мерапрыемствы, семінары. Таксама размесцім інфармацыю пра нашых актывістак – гэта будуць прафесійныя фотапартрэты і публіцыстычныя замалёўкі. Паралельна ідзе праца над кнігай "Жанчыны Міншчыны", якая выйдзе ў студзені будучага года, да 80-годдзя ўтварэння Мінскай вобласці.

Гутарыла Кацярына ВЕРАВА

Падчас акцыі "Збярэм ранец разам".

У самой нашай назве “Саюз” закладзеная галоўная ідэя жаночага руху – аб’яднаць на добрыя справы жаночыя арганізацыі, якія дзейнічаюць у рэгіёнах. Менавіта такое адзінства, згуртаванасць, узаемадзеянне вось ужо 25 гадоў дазваляюць актыву Беларускага саюза жанчын і яго “пярвічкам” вырашаць самыя важныя пытанні сучаснасці. Бо толькі ўсім разам, аб’яднаўшы намаганні, магчыма ствараць і дасягаць пераканаўчых вынікаў.

Памнажаючы традыцыі

Гісторыя Саюза жанчын Міншчыны адметная добрымі справамі і здзяйсненнямі, ярка выяўленай сацыяльнай скіраванасцю, актуальнасцю ў грамадстве.

Ля вытокаў жаночага руху на Міншчыне стаяла першы лідар абласной арганізацыі Рэгіна Андрэеўна Давідовіч, якая ўзначальвала саюз больш за 12 гадоў. На чале арганізацыі былі таксама Валянціна Іванаўна Міронава, Таццяна Аляксандраўна Дамарацкая, Святлана Уладзіміраўна Сітнікава. У кастрычніку 2016 года на справаздачна-выбарнай канферэнцыі лідарам выбралі Святлану Рыгораўну Сароку, члена Савета Рэспублікі Нацыянальнага сходу Рэспублікі Беларусь 5-га склікання.

Грамадская арганізацыя – гэта перш за ўсё людзі, неабыякавыя, ініцыятыўныя, якімі і з’яўляюцца члены Прэзідыума: Таццяна Аляксандраўна Дамарацкая, першы намеснік старшыні камітэта па працы, занятасці і сацыяльнай абароне Мінскага аблвыканкома; намеснік старшыні Мінскай абласной арганізацыі ГА “БСЖ” Галіна Васільеўна Трафіменка, прэс-сакратар кіраўніка Мінскага аблвыканкома; Таццяна Мікалаеўна Хмель, начальнік інфармацыйна-аналітычнага ўпраўлення Міністэрства інфармацыі; Вольга Аляксандраўна Шпілеўская, дырэктар ДУ “Нацыянальны прэс-цэнтр Рэспублікі Беларусь”; Галіна Генадзьеўна Пранько, старшыня Мінскага абласнога аддзялення ГА “Беларускі дзіцячы фонд”; Святлана Пятроўна Карташова, старшыня Заслаўскага гарвыканкома, старшыня гарадской арганізацыі БСЖ.

Сур’ёзныя пытанні, як правіла, разглядаюцца членамі Прэзідыума і Праўлення з выездам на месцы, ва ўстановы адукацыі, медыцыны, культуры, на прадпрыемствы прамысловасці і ў працоўныя калектывы. Так, у студзені і чэрвені гэтага года адбыліся выязныя пасяджэнні ў Вілейскім і Маладзечанскім раёнах. У рамках праграмы ўдзельнікі наведалі дзіцячы рэабілітацыйна-аздараўленчы цэнтр “Надзея”, які прымае дзяцей з раёнаў, пацярпелых ад аварыі на ЧАЭС, азнаёміліся з ўмовамі працы на Маладзечанскім малочным камбінаце, у яго Вілейскім філіяле.

Карыснай і важнай для навучання жанчын прафілактычнай методыцы самаабследавання была сустрэча з доктарам медыцынскіх навук, прафесарам, уладальнікам медаля “Выдатны інтэлект свету” Леанідам Аляксеевічам Путырскім. Абмяркоўваліся праблемы жаночага здароўя, правільнага харчавання і здаровага ладу жыцця, захавання сям’і і шлюбу.

Выязныя пасяджэнні Прэзідыума, членаў Праўлення, старшыняў раённых структур – гэта магчымасць абмяняцца вопытам з актывісткамі жаночага руху, лаўрэатамі рэспубліканскага конкурсу “Жанчына года”, вядомымі асобамі, прадстаўніцамі сферы мастацтва і сферы бізнесу.

“Пярвічкі” заўсёды ў справе

Вядома, вельмі шмат залежыць ад жанчын, якія ўзначальваюць “пярвічкі”, ад іх асабістай ініцыятывы і ад таго актыву, які яны падбяруць. На рахунку жансаветаў мноства добрых спраў, дзякуючы якім тысячы жанчын, дзяцей, старых, інвалідаў, шматдзетных сем’яў адчулі цяпло, клопат і ўвагу.

Цэнтральнае месца займае праца па ўмацаванні сям’і, сямейных каштоўнасцяў, адказнага бацькоўства, духоўна-маральным развіцці, прапагандзе здаровага ладу жыцця. Рэалізуючы ініцыятывы, раённыя і пярвічныя арганізацыі выкарыстоўваюць самыя розныя формы працы: канферэнцыі, круглыя сталы, інтэлектуальныя і пазнавальныя сустрэчы, тэматычныя семінары, марафоны і ўрачыстыя мерапрыемствы, прысвечаныя Дню сям’і, Дню маці, Дню абароны дзяцей, Дню пажылых людзей, важным памятным датам і інш.

Прыкладам актыўнай працы з’яўляецца Салігорская раённая арганізацыя – яна па выніках конкурсу да 25-годдзя БСЖ прызнаная “Лепшай раённай арганізацыяй ГА “БСЖ”. Больш за 20 гадоў арганізацыю ўзначальвала сапраўдны лідар, дасведчаны, ініцыятыўны чалавек Алена Палікарпаўна Козырава, аўтар шматлікіх ініцыятыў, якія былі падхоплены ўсёй рэспублікай. На яе рахунку шмат добрых спраў: адкрыты музей Маці, пасаджана рабінавая алея Маці, выдадзена кніга “Жанчыны Салігоршчыны”. Сёння эстафета добрых спраў перададзена Аксане Кукліцкай.

“Лепшай пярвічнай арганізацыяй” у рэспубліцы прызнаная “пярвічка” Сіняўскага сельскага савета Клецкага раёна, яе старшынёй з моманту стварэння з’яўляецца Ірына Фёдараўна Скуратовіч, чалавек творчы і актыўны, ініцыятар акцый “Жанчыны ЗА выкананне жаданняў дзяцей”, “Беларусь – утульны дом”, “Жыві, крыніца, жыві” і іншых.

Актыўна і плённа працуюць старшыні раённых арганізацый БСЖ: Людміла Крупец (Нясвіж), Наталля Сушко (Жодзіна), Святлана Карташова (Заслаўе), Аксана Кукліцкая (Салігорск), Святлана Дзяруга (Вілейка), Галіна Рай (Валожын), Тамара Круталевіч (Беразіно), Наталля Лапко (Стоўбцы), Святлана Чакун (Клецк), Ала Шахоцька (Чэрвень), Алена Сарокіна (Крупкі), Святлана Маліноўская (Капыль), Таццяна Кужалевіч (Дзяржынск), Ірына Пятровіч (Слуцк), Ірына Гурбо (Старыя Дарогі), Людміла Сарнова (Пухавічы), Надзея Цупа (Узда), Марыя Алейнік (Любань).

“Пярвічкі” Міншчыны прымаюць актыўны ўдзел ва ўсіх рэспубліканскіх конкурсах, ініцыятывах і акцыях, якія праводзяцца Беларускім саюзам жанчын: “Нашы дзеці”, “Збярэм ранец разам”, “У Беларусі – ніводнага кінутага дзіцяці”, “Здароўе жанчыны – здароўе нацыі”, “Жанчыны супраць п’янства жанчын”, “Сям’я без гвалту”, “Беражы здароўе з дзяцінства”, “Моцная сям’я – моцная дзяржава”, “Любоў да Айчыны – праз любоў да свайго роду” і многія іншыя.

“Збярэм ранец разам”

Гэтая акцыя падарыла магчымасць сотням дзяцей з радасцю сесці за парты ў новым навучальным годзе. Кожная “пярвічка” старалася ўнесці пасільну лепту, аказаць дапамогу ў набыцці школьных прылад шматдзетным, маламаёмным сем’ям, дзецям-сіротам, дзецям-інвалідам, дзецям з дамоў-інтэрнатаў. 25 жніўня прайшла дабрачынная акцыя і свята “Першы раз у першы клас” – падарункавыя сертыфікаты на набыццё школьных прылад, а таксама школьныя ранцы, канцтавары былі ўручаныя дзецям з маламаёмных сем’яў.

30 жніўня актывісткі Мінскай абласной арганізацыі разам са старшынёй ГА “БСЖ”, намеснікам старшыні Савета Рэспублікі Марыянай Шчоткінай наведалі Ждановіцкую школу-інтэрнат для дзяцей з парушэннем слыху. Для навучэнцаў па іх просьбе быў набыты ноўтбук, у якасці падарункаў таксама ўручылі наборы канцтавараў, кніг і цукеркі.

Старшыня Слуцкай раённай арганізацыі ГА "БСЖ" Пятровіч Ірына Уладзіміраўна віншуе ўдзельніц жніва.

Ушанаванне на жніве

Саюз жанчын Міншчыны прыняў актыўны ўдзел у рэспубліканскай акцыі ў падтрымку жанчын, занятых на жніве. Падзякі і падарункі былі ўручаныя 12 жанчынам – памочнікам камбайнёраў, якія ўнеслі вялікі асабісты ўклад ва ўсеагульны хлебны каравай Беларусі.

Дарэчы, сельскія працаўніцы складаюць аснову шматлікіх “пярвічак”. Таму значная ўвага надаецца паляпшэнню ўмоў працы і побыту сялянак.

Разам з майстрамі мастацтваў

Сярод найбольш значных спраў Мінскага абласнога БСЖ – праект "Майстры мастацтваў – жанчынам", у рамках якога былі арганізаваныя канцэрты "Ты – мая мелодыя", "Любімая, родная", "Нашы любімыя" і інш. У канцэртах выступілі вядомыя выканаўцы беларускай і расійскай эстрады ў суправаджэнні сімфанічнага аркестра Маладзечанскага музычнага каледжа імя М.К.Агінскага. Творчы праект быў шырока прадстаўлены на тэлеканалах Белтэлерадыёкампаніі, Другога нацыянальнага канала, Сталічнага тэлебачання.

Таксама пры ўдзеле таленавітай моладзі рэалізуецца праект "Дзеці і мастацтва". На канцэрты запрашаюцца дзеці-сіроты, дзеці са шматдзетных сем'яў, дзеці з асаблівасцямі развіцця.

Пленэр "Святасць зямлі беларускай"

У міжнародным пленэры "Святасць зямлі беларускай" у Валожынскім і Маладзечанскім раёнах прынялі ўдзел мастакі-прафесіяналы з Беларусі, Расіі, Украіны і Чэхіі. Сваёй асноўнай мэтай творчы форум пазначыў дабрачыннасць. На выніковай выстаўцы-продажы "Вернісаж" усе жадаючыя маглі набыць любую ўпадабаную карціну, а сродкі, атрыманыя ад продажу работ мастакоў – удзельнікаў пленэра, былі пералічаныя на рахунак Івянецкага дома-інтэрната для дзяцей з асаблівасцямі фізічнага развіцця, на рэалізацыю дабрачыннага праекта "Мастакі-дзецям. Лета".

Акцыя "Добрае сэрца"

Праводзіцца сумесна з Маладзечанскай епархіяй і закліканая аб'яднаць усіх неабыякавых да чужога гора людзей для аказання падтрымкі хворым дзецям і дзецям-інвалідам.

Так, у лютым пачаўся збор сродкаў у падтрымку Віялеты Банковіч – каб пашырыць межы свету, дзяўчынцы вельмі неабходна электракаляска. У жніўні ў Амфітэатры г. Маладзечна адбыўся дабрачынны канцэрт у падтрымку Кірыла Нікіцюка: хлопчыку неабходна дарагая аперацыя па трансплантацыі касцявога мозгу, якую праводзяць у Германіі.

Жанчыны ў імя міру

Члены Мінскай абласной арганізацыі ГА "БСЖ" прынялі ўдзел у сумесным расійска-беларускім форуме "Женщины за объединение созидательных сил во имя мира", які адбыўся ў Саюзе жанчын Расіі ў Маскве. На форуме былі прэзентаваныя лепшыя праекты абласных і рэгіянальных аддзяленняў. Беларускі расказалі аб рэалізацыі праекта "Сельчанка", накіраванага на развіццё ініцыятыў і пашырэнне магчымасцяў самарэалізацыі сельскіх жанчын у прадпрымальніцтве і рамесніцтве. Сучасная жанчына можа быць паспяховай і шчаслівай не толькі ў мегаполісе, а далучэнне сялянак да актыўнага жыцця дазваляе паскорыць вырашэнне праблем вёскі.

Клубныя аб'яднанні

Эфектыўнай і выніковай з'яўляецца праца клубных аб'яднанняў жанчын Міншчыны. Пытанні жаночага прадпрымальніцтва, дапамогі і падтрымкі ў ім абмяркоўваюцца на пасяджэннях клубаў "Дзелавая жанчына". Такія клубы створаны ў Салігорскім, Стаўбцоўскім, Уздзенскім, Вілейскім і Клецкім раёнах.

Для прыцягнення бацькоў да больш актыўнага выхавання дзяцей у Заслаўі адкрылі "Школу бацькоў". У Жодзіне працуюць сямейны клуб "Усвядомленае бацькоўства" і бацькоўскі клуб "Калі мы разам", дзе падчас пасяджэнняў адбываюцца кансультацыі з медыкамі, псіхолагамі, спецыялістамі сацыяльнай службы, накіраваныя на захаванне сям'і, прафілактыку гвалту ў сям'і, сацыяльнага сіроцтва, а таксама правапарушэнняў і злачынстваў у моладзевым асяроддзі.

У Смалявіцкім раёне ў рамках клуба "Разам" праводзяцца тэматычныя сустрэчы, накіраваныя на дапамогу ў псіхалагічнай і сацыяльнай адаптацыі дзяцей-сірот і дзяцей, якія засталіся без апекі бацькоў, ва ўмовах самастойнага жыцця. Арганізаваная работа клуба "Школа маці".

Па ініцыятыве раённых "пярвічак" БСЖ у Салігорскім, Стаўбцоўскім, Уздзенскім, Вілейскім раёнах створаны "Школы маладых", клубы "Свет маладой сям'і". У Капылі, Любані, Слуцку, Старых Дарогах дапамогу ў стварэнні гарманічнай сям'і закліканы аказваць "Школы пазітыўнага мацярынства" і клубы "Будучая мама", "Я – мама", "Маладая мама", удзельнікамі якіх з'яўляюцца цяжарныя жанчыны. Праводзяцца заняткі, накіраваныя на псіхалагічную падрыхтоўку жанчын да родаў, навучанне навыкам аўтатрэнінгу, барацьбы з паслядродавай дэпрэсіяй – усё гэта дапамагае адаптавацца да новай ролі маці.

На фарміраванне пазітыўнага бацькоўства накіраваная работа клубаў маладых сем'яў "Пад сямейным парасонам" у Слуцкім раёне і "Маладая сям'я" ў Крупскім, Смалявіцкім, Старадарожскім раёнах, дзе маладыя бацькі маюць магчымасць атрымаць рэкамендацыі рознага характару, ад асноў правільнага харчавання да вырашэння канфліктных сітуацый паміж мужам і жонкай, дзецьмі і бацькамі. У Любанскім раёне ў рамках клуба "Цяпло сямейнага ачага" праводзіцца праца з сем'ямі, якія нядаўна сталі шматдзетнымі. А ў Слуцку папулярны клуб "Жаночае шчасце" – для жанчын, якія выхоўваюць непаўналетніх дзяцей.

Актыўна працуюць на Міншчыне "Універсітэты трэцяга ўзросту", дзе праводзіцца навучанне пенсіянераў па розных напрамках. Па ініцыятыве Клецкай раённай арганізацыі "БСЖ" распрацаваны праект "Школа залатога ўзросту". Па ініцыятыве БСЖ сумесна з органамі ўлады ва ўсіх раёнах адкрытыя "Крызісныя пакоі", у якіх маюць магчымасць знаходзіцца жанчыны, якія падверглісь дамашняму гвалту.

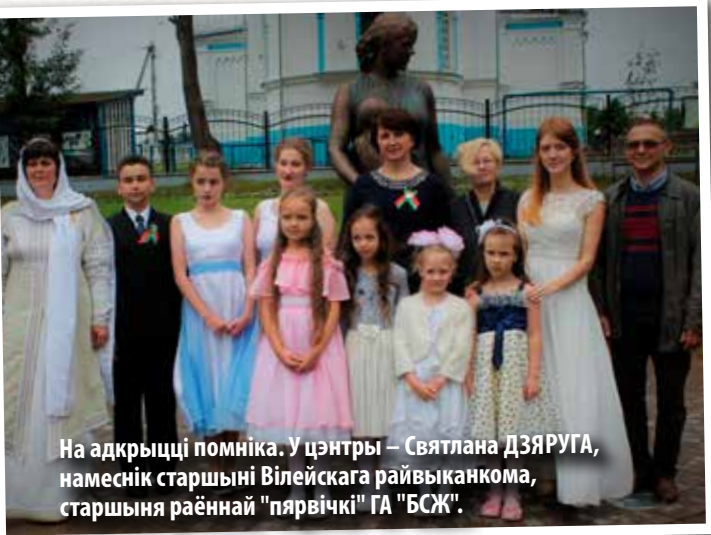
Прысвячэнне маці

“Два сонцы ёсць: адно нам свеціць з неба, другое — мама, грэе на зямлі,” — гэтыя радкі з верша Святланы Басуматравай узгадаліся, калі разам з іншымі жыхарамі і гасцямі Вілейкі спяшалася ў тую частку гарадскога парку, якая не так даўно набыла афіцыйную назву — Сквер маці.

Адзначу, што рэалізавалася гэтая ініцыятыва дзякуючы сродкам горада і фундатараў, а таксама актыва раённага БСЖ. І вось 2 ліпеня адбылося ўрачыстае адкрыццё скульптурнай кампазіцыі “Маці з дзецьмі”. Падзея была прымеркаваная да Дня вызвалення Вілейкі і Дня Незалежнасці нашай краіны і стала адметнай, бо мае надзвычай глыбокі і сімвалічны змест.

Аўтар праекта “Сквер маці” ў гарадскім парку – архітэктар Людміла Луцэвіч, а аўтар скульптурнай кампазіцыі – Аляксандр Шомаў. Гэтая падзея ў многіх вілейчан выклікала адначасова і радасць, і хваляванне. Таму што са з’яўленнем помніка, прысвечанага маці, кожны гараджанін часцей стаў задумвацца пра сваю матулю, успамінаць пра яе здароўе ці то пра дапамогу роднаму чалавеку. Простая скульптура закладвае каштоўную для ўсіх людзей традыцыю – ставіцца з павагай да сваёй маці, якая сагравае нас любоўю, атуляе падтрымкай і клопатам незалежна ад нашага ўзросту.

Як расказала Людміла Луцэвіч, падчас працы над рэканструкцыяй гарадскога парку асноўнай ідэяй было змяніць статус яго цэнтральнай алеі з “дарогі на рынак” на тэрыторыю адпачынку. Алея завяршаецца цяпер прыгожай пляцоўкай, з якой адкрываецца цудоўны від на Вілію. З цягам часу на тэрыторыі, дзе стаіць скульптурная кампазіцыя, мяркуецца разбіць разарый. Дзякуючы спонсару атрымалася надаць гэтаму куточку ў парку прывабнасць і ўтульнасць.



На адкрыцці помніка. У цэнтры – Святлана ДЗЯРУГА, намеснік старшыні Вілейскага райвыканкома, старшыня раённай "пярвічкі" ГА "БСЖ".

Для Аляксандра Шомава, аўтара скульптуры “Маці з дзецьмі”, гэта работа мае асаблівы змест. Аляксандр Сяргеевіч упэўнены, што здароўе любога грамадства залежыць ад адносінаў да сям’і, да маці, да дзяцей. Чалавеку, які выхоўваўся ў шматдзетнай сям’і і сам з’яўляецца бацькам 6-х дзяцей – дзвюх дачок і чатырох сыноў – гэта тэма вельмі блізкая. Мама застаецца для яго самым родным чалавекам заўсёды. Кампазіцыя не нарадзілася проста – былі ўдакладненні, уносіліся змены. Свайму твору аўтар жадае аднаго – доўгага жыцця, каб людзі розных пакаленняў памяталі пра самую трывалую ў свеце сувязь з той, што дала ім жыццё.

Момант, калі прысутныя нарэшце ўбачылі “Маці з дзецьмі”, стаў надзвычай хвалюючым. Гучала ўрачыстая музыка, паэтычнае слова і кранальныя песні ў гонар самага дарагога чалавека – маці.

Таццяна ШАРСТНЁВА
Фота з архіва ГА “БСЖ”

Алёна Козырава: “Імкнёмся захаваць сямейныя каштоўнасці”

Ад’язжаем з Мінска на поўдзень. Раўнінная мясцовасць праз дзве гадзіны змяняецца фантастычнымі краявідамі: на гарызонце з’яўляюцца... горы. І гэта не падман зроку. Піраміды з ружовым адценнем, акурат як на касмічных карцінах Язэпа Драздовіча. Здагадаліся, дзе мы? Так, у шахцёрскай сталіцы — Салігорску. Вялікі, імклівы прамысловы горад можа ганарыцца не толькі сваімі калійнымі скарбамі. Тут амаль тры дзесяцігоддзі паспяхова працуе грамадзянскае аб’яднанне “Беларускі саюз жанчын”. Адкрытыя, ініцыятыўныя, актыўныя жанчыны сваёй дзейнасцю даказалі: іх суполка лепшая не толькі ў Мінскай вобласці, але і ва ўсёй рэспубліцы! Якія справы і ініцыятывы прывялі іх да поспеху, расказвае намеснік Салігорскага раённага аб’яднання БСЖ Алёна КОЗЫРАВА.

– Ваша жаночая арганізацыя аб’ядноўвае шмат сябровак?

– На Салігоршчыне 64 пярвічкі, у якія ўваходзяць больш за дзве з паловай тысячы жанчын. Ініцыятыўных. Актыўных. Энергічных. Яны не толькі аддана працуюць, але і вырашаюць розныя набалелыя пытанні, ад бытавых да прававых. І з хатнімі клопатамі паспяваюць спраўляцца. Часам здзіўляюся, адкуль толькі сілы бяруць? Але ж я сама такая – неабыякавая да чужой бяды.

– Заўсёды сярод мноства спраў ёсць штодзённыя, а ёсць значныя, важныя.

– Салігорская раённая арганізацыя БСЖ шчыра падтрымлівае праграмы і праекты, накіраваныя на ахову мацярынства і дзяцінства. Галоўнае – захаваць сямейныя каштоўнасці. Сёння ў вірлівым свеце, дзе кожны найперш думае аб сабе, вельмі важна паднімаць прэстыж сям’і. Вялікай сям’і. Штогод мы запрашаем сужэнскія пары на разнастайныя тэматычныя конкурсы (“Лепшая шматдзетная сям’я”,

Для ўшанаванню мацярынства і ў падтрымку сямейных каштоўнасцяў ладзіцца шмат конкурсаў і свят. Гэта дабрачынны баль «Калядны зарапад дабра», святы «Да жанчыны з Верай, Надзеяй, Любоўю», «Рукамі маці зямля сагрэта», конкурс «Лепшая шматдзетная сям'я» і іншыя. У рамках Дня сям'і праходзяць традыцыйна мерапрыемствы для маладых сем'яў. Вялікую цікавасць выклікаў раённы фестываль двайнятак.

“Жанчына года”, “Мужчына года”), бо разумеем, шчаслівая будучыня нашай краіны ў іх руках. Такія конкурсы робяць жыццё сем'яў больш цікавым і змястоўным, і гэта добры прыклад для іншых салігорцаў.

Напярэдадні 1 верасня БСЖ традыцыйна праводзіць дабрачынную акцыю “Збярэм заплечнік разам”. Вы б бачылі нашых прыгожых дзетак у новай школьнай форме! А з якім задавальненнем яны разглядаюць шматлікія падарункі – сшыткі-дапаможнікі, пеналы, алоўкі, альбомы!

Для маладых салігорцаў мы ладзім форум “Да моладзі з верай і надзеяй”. Жанчынам старэйшага ўзросту прапануем літаратурныя, мастацкія, камп’ютарныя гурткі. Сваім прыкладам многія даказваюць: пенсійны ўзрост – не нагода сядзець на канапе перад тэлевізарам. Жанчыны, якія трапілі ў пастку алкагалізму і складаных жыццёвых абставін, знаходзяць у нас медыцынскую і псіхалагічную падтрымку. Варта адзначыць: менавіта па ініцыятыве нашай арганізацыі з’явіўся клуб “Дзелавыя жанчыны”, а горад упрыгожыла рабінавая Алея маці. Прыемна і тое, што шматлікія ініцыятывы жанчын Салігоршчыны сёння разляцеліся па ўсёй Беларусі.

– Алёна Палікарпаўна, вы 23 гады ўзначальвалі Салігорскае жаночае аб’яднанне. Узгадаеце, як усё пачыналася?

– Добра памятаю. 1990-я, пустыя палічкі крам, мізэрныя заробкі, мітынгі, забастоўкі. І страх

– Колькасць вашых праектаў уражвае! Але, на мой погляд, самы адметны – гэта Музей маці.

– І для нас гэта было важна. Да дробязяў абдумвалі дызайн і экспазіцыю, стваралі эскізы, “прабівалі” памяшканне. Мара здзейснілася ў 2006 годзе. У невялікім музеі сабраныя кнігі, фотаздымкі, пажоўклыя ад часу лісты з фронту, народныя касцюмы, прадметы хатняй гаспадаркі – ад качаргі да кроснаў. Экспанаты прыносілі актывісткі нашых пярвічак. У музеі шэсць тэматычных раздзелаў: “Жанчыны-маці, што атрымалі ўрадавыя ўзнагароды”, “Подзвіг мацярынскага сэрца”, “Галоўнае пакліканне – мама!”, “Гісторыя станаўлення і развіцця жаночага руху Салігоршчыны”, “Жанчыны-працаўніцы, якія ўславілі Салігоршчыну”, “Этнаграфічны куток беларускай хаткі канца XIX – пачатку XX ст.” За год музей наведвае каля дзвюх тысяч чалавек!

Цешыць, што наш музей – “жывы”. Ва ўтульным памяшканні праходзяць заняткі дзвюх школ: “Мы чакаем цябе, малыш” – для будучых маці і “Мая сям’я” – для шматдзетных сем’яў. У планах адкрыць спецыяльны клуб для тат. Згадзіцеся, мужчына – гэта апора сям’і. Ён павінен падаваць прыклад мужнасці і дабрыні, быць гаспадаром свайго слова. На жаль, дзеці часам адчуваюць дэфіцыт бацькавай увагі. Такое становішча неабходна выпраўляць. Наш музей заклікае супрацьстаяць выклікам часу, калі сямейныя каштоўнасці адыходзяць на другі план.

перад невядомым. Як жыць далей? Развалілася не толькі вялікая краіна – рассыпаліся многія нашы надзеі, спадзяванні, планы. Ніхто не ведаў, якім будзе заўтрашні дзень.

Распаўся і Камітэт савецкіх жанчын. Але ў час перабудовы і глабальнага разбурэння краіны мы павінны былі трымацца разам. Так нарадзіўся Беларускі саюз жанчын. Пярвічныя аб'яднанні пачалі ўзнікаць на прадпрыемствах, у арганізацыях, навучальных установах. Мне прапанавалі ўзначаліць Савет жанчын Салігоршчыны, бо ў мяне меўся вялікі вопыт арганізатара (ад інструктара аддзела да кіраўніка справамі гарвыканкома). Пачаліся пэўныя змены: стала арганізоўваць спецыяльныя сустрэчы на вытворчасці, стварыла інфармацыйныя групы, каб людзі ведалі, куды звяртацца са сваімі праблемамі. На работу прымала толькі спецыялістаў з вялікай літары, усе кандыдаты праходзілі строгі адбор – ніякіх кумоў, сватоў, братоў. Вядома ж, такая палітыка падабалася не ўсім. Але сумленне заўжды заставалася чыстым. Тры кіты, на якіх трымалася мая праца: дысцыпліна, прафесіяналізм, адданасць. Кожны дзень я адчувала сваю адказнасць перад жыхарамі Салігоршчыны і не магла не спраўдзіць іх спадзяванняў.

– Ці не шкада было потым перадаваць свае паўнамоцтвы?

– Рашэнне далося няпроста. Але сёння запал і імпэт у жаночы рух павінна ўносіць моладзь. Нам гэта патрэбна, як глыток свежага паветра. У іх сучасныя падыходы, погляды, вялікія амбіцыі. Час паказаў, што я не памылілася: мая пераемніца Аксана Кукліцкая выдатна спраўляецца з абавязкамі старшыні. А я ў сваю чаргу, калі трэба, заўжды падкажу і параю.

– Вядома, вы шмат свайго часу і ўвагі аддавалі працы. А сям'я і хатнія клопаты – як спраўляліся?

– З мужам больш за 40 гадоў жывём душа ў душу. Заўсёды мяне падтрымлівае і падбадзёрвае. Менавіта ён параіў арганізаваць конкурс "Мужчына года", прапанаваў адкрыць школу для тат. Я ведаю: яму неабыякавыя мая праца і мае перажыванні. А калі часам муж заставаўся без вячэры (бывала і такое, прызнаюся), не крыўдаваў. Увогуле, я шчаслівая маці і бабуля, у мяне ўжо дарослы сын Андрэй і двое ўнукаў, Ягор і Саша. Старэйшы ўнук – студэнт, а малодшы яшчэ ходзіць у школу. Адносіны у нас з хлопцамі-гарэзамі цёплыя і даверлівыя. І дзякуй Богу, што сёння "наша хата – гасцямі багата".

Гутарыла
Хрысціна ХІЛЬКО

Пазнаёміцца з жыццём самага актыўнага аб'яднання ГА "БСЖ" можна на старонках кніг "Жанчына Салігоршчыны" і "Светлае аблічча Салігоршчыны", над якімі працавала Алёна Козырава.

У гонар любімых і дарагіх

Маці... Слова такое блізкае, цёплае, роднае. У той жа час у славянскай культуры вобраз жанчыны-маці ўзвышаны, нябесны, набліжаны да Багародзіцы, ёй прысвячаюць свае творы мастакі і музыканты, паэты і празаікі. Адметным чынам ушанаваць жанчын-маці вырашылі на Салігоршчыне. Мясцовае аб'яднанне БСЖ стварыла ў горадзе ўнікальны Музей маці — першы ў нашай краіне.

Гэта ідэя выказвалася даўно. І сімвалічна, што ажыццявілася яна менавіта ў 2006 годзе, які, як вядома, быў аб'яўлены Годам маці.

Музей маці ў Салігорску адкрылі ў самым наведваемым гараджанамі месцы – Цэнтры творчасці дзяцей і моладзі. Музейная экспазіцыя не абстрактная, яна заснаваная на рэальных фактах і лёсах. Некалькі тэматычных раздзелаў расказваюць пра лепшых жанчын Салігорскага раёна.

...Ветлівыя добрыя вочы, шчырыя ўсмешкі, мяккія зморшчынкі. У музеі шмат фотаздымкаў. На іх – жанчыны-працаўніцы, якія ўславілі Салігоршчыну, жанчыны, што прайшлі праз пякельнае полымя вайны, неабыякавыя жанчыны з актыўнай грамадзянскай пазіцыяй і простыя жанчыны, якія з гонарам неслі званне шматдзетных маці.

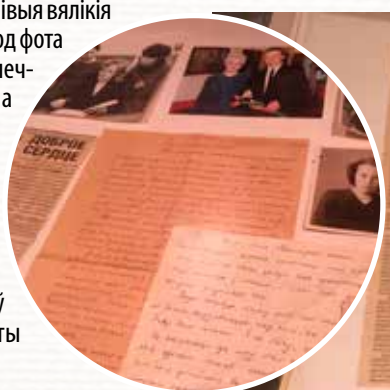
Згадзіцеся, мацярынства – таксама подзвіг. Больш паўсядзённы, часам непрыкметны, але ад гэтага не менш значны. Магчыма, імёны шматдзетных маці не ва ўсіх на слыху, але яны – сапраўдныя гераіні свайго часу. На стэндзе каля кожнага фотаздымка – кароткі аповед пра шчаслівыя вялікія сем'і Салігоршчыны. Сярод фота жанчын у акружэнні малечы – непасед выдзяляецца здымак мужчыны – бадай, адзіны ў экспазіцыі. Выпадковасць? Не. Аляксандр Артамонаў падараваў шчаслівае дзяцінства і выхаваў чатырох (!) хлопчыкаў з прыюта. Учынак варты павагі.

Нельга не адзначыць арыгінальны дызайн музея. Дробязяў тут няма. Па століе, нібы зорны россып, раскіданыя маленькія агеньчыкі. А між імі ў самым цэнтры – вялікі фотаздымак маці, што трымае на руках сына: нібы святая з аблокаў, пазірае яна на прысутных. Упрыгожвае музей кранальная серыя жаночых фотаздымкаў Мікалая Пратасені.

Ёсць тут і этнаграфічны куток пад назвай "Дарагая тая хатка, дзе радзіла мяне матка". Гаспадар з гаспадыняй у народных строях калышуць люльку з немаўляткам, па падлозе ідзе бялюткі кот-мурлыка, а крыху воддаль курачка выседжвае яйкі. Ідылія! Здаецца, інсталяцыя вось-вось ажыве. Тут жа стаяць кросны, калаўрот, вялікі куфар з ручнікамі, аздобленымі арнаментам, саматканыя стракатыя дываны, драўляны вазочак з лялькай – дзіўны прататып сучасных калясак.

У музеі кіпіць жыццё. Кожную нядзелю за кубачкам гарбаты тут для бяседы збіраюцца бацькі. Дзеляцца адзін з адным вопытам, падтрымліваюць, падказваюць. Галоўная задача музея даволі простая: маладыя людзі павінны на свае вочы пераканацца, што вялікая сям'я – вялікае шчасце.

Хрысціна ХІЛЬКО.
Фота аўтара



Конкурс «Женщина года»

Широкий общественный резонанс всегда получает самый масштабный проект ОО «БСЖ» – республиканский конкурс «Женщина года».

Успешный руководитель, незаменимый профессионал, активный лидер, неравнодушный человек, любящая мать, хранительница семейного очага – эти слова можно адресовать сотням тысяч белорусок, каждая из которых в глазах родных – лучшая из лучших, дорогая, любимая, единственная и достойная носить высокое звание. В течение 2016 года во всех районных организациях БСЖ Минской области проходило обсуждение кандидатур на присвоение этого почётного звания в шести номинациях. В областном конкурсе приняли участие 23 представительницы регионов. Члены жюри областного конкурса выбрали самых достойных – тех, кто успевает в семье и в карьере.

Лучшие представительницы Минщины вместе с другими лауреатами поднялись на сцену, где каждой была вручена символическая хрустальная статуэтка. Победительницами признаны: в номинации «За лидерство и успешное руководство» – Голота Наталья Ивановна, директор ОАО «ЭНЭФ»; «За вклад в развитие духовности и культуры» – Серовокая Любовь Петровна, директор ГУО «Любанская детская школа народного декоративно-прикладного искусства»; «За воспитание детей и молодёжи» – Мытько Елена Ивановна, руководитель образцовой студии современного и бального танца «Шарм» Смолевичского городского Дома культуры; «За вклад в развитие села» – Алисейко Тамара Ивановна, главный зоотехник филиала «Агрофирма «Лебедево» РУП «Минскэнерго»; «Женщины в науке» – Шуракова Валентина Леонидовна, директор ГУ «Копыльский районный краеведческий музей»; «Успешный старт и надежда Белорусского союза женщин» – Коршун Лариса Михайловна, главный редактор районной газеты «Узвышша» ГУ «Редакция газеты «Сцяг кастрычніка».

Алена Мыцько з дочкамі Крысцінай і Каралінай.

Мары здываюцца!

Алена Мыцько нарадзілася і расла ў сям'і, дзе панавала творчая атмасфера. Маці, выкладчыца музыкі і беларускай мовы, прывіла ёй любоў да мастацтва, а бацька заўсёды падтрымліваў творчыя захапленні дачкі. Падчас навучання ў школе Алена ўдзельнічала ва ўсіх школьных вечарынах, конкурсах, канцэртах, і гледачы заўсёды з нецярпеннем чакалі выхаду на сцэну гэтай таленавітай дзяўчынкі, а бацькі ганарыліся гэтым.

Пасля заканчэння школы Алена цвёрда вырашыла звязаць свой лёс з творчасцю. Яна паступіла ў Мінскае культасветвучылішча на спецыяльнасць "кіраўнік самадзейнага харэаграфічнага калектыва". Гады навучання адкрылі для Алены больш глыбока дзіўны свет танца, далі магчымасць пазнаёміцца з рознымі танцавальнымі стылямі і напрамкамі, дакрануцца да мастацкіх культур іншых народаў.

Пасля вучобы Алену накіравалі працаваць у Смалявіцкі гарадскі Дом культуры харэографам. У хуткім часе дзяўчына стварыла калектыў народнага танца, які адразу ж палюбіўся гледачам і без выступлення якога ўжо на абыходзілася ні адно свята на Міншчыне.

Моладзь і дзеці з задавальненнем ішлі на рэпетыцыі, пропускаў не назіралася. Разам з выкладаннем народнага танца Алена ўвасобіла ў жыццё сваю даўнюю мару – яна пачала навучаць сучаснаму бальнаму танцу. Паступова гэта стала галоўным напрамкам у творчасці Алены Мыцько. Вальс, ча-ча-ча і джайв былі вельмі папулярнымі ў калектыве! Сумесная праца юных танцораў і таленавітага кіраўніка давала плён, і хутка танцавальная студыя Алены Мыцько ўжо магла паказаць паўтарагадзінную канцэртную праграму сучасных бальных танцаў. Калектыў сталі запрашаць на абласныя канцэрты.

У 2000 годзе танцавальная студыя Алены Мыцько стала называцца "Шарм", а праз два гады ёй было прысвоена званне "ўзорная". Гэтая падзея стала вялікім дасягненнем кіраўніка калектыва і яго ўдзельнікаў. Чаму "Шарм"? З французскай мовы гэта слова перакладаецца як "зачароўваць", і выступленні танцораў калектыва сапраўды зачароўваюць публіку сваім выканаўчым

Алена Іванаўна МЫЦЬКО. Нарадзілася ў пасёлку Усяж Смалявіцкага раёна. Дырэктар узорнай студыі сучаснага бальнага танца "Шарм" Смалявіцкага гарадскога Дома культуры. Займаецца творчай дзейнасцю больш за 30 гадоў. Ганаровы грамадзянін французскага горада Кулонь.

майстэрствам, эмацыянальнасцю, вельмі прыгожымі харэаграфічнымі пастаноўкамі. Для кожнага танца ствараецца арыгінальны касцюм.

У чым сакрэт поспеху творчага калектыва Алены Мыцько? Безумоўна, гэта вынік упартай сумеснай працы ўдзельнікаў студыі і яе кіраўніка. Дарэчы, Алена Мыцько – не проста кіраўнік, але і выдатны педагог, мастак, пастаноўшчык, крытык, музыказнаўца, і цырульнік, і швачка, і стыліст... Менавіта яе прафесіяналізм, паслядоўнасць у працы і разуменне дзіцячай псіхалогіі даюць добры вынік.

Прычым Алена Іванаўна пастаянна ўдасканальвае свой прафесійны досвед, у 2013 годзе яна скончыла Інстытут сучасных ведаў па спецыяльнасці «прадзюсарства ў сферы мастацтва». Праца Алены Мыцько і яе студыі шмат разоў адзначалася ганаровымі граматамі, дыпломамі, лістамі падзякі на раённым, абласным, рэспубліканскім і міжнародным узроўнях. Увесну Алена Мыцько стала пераможцай рэспубліканскага конкурса "Жанчына года – 2016" у намінацыі "За выхаванне дзяцей і моладзі".

Любоў да танцавальнай творчасці перанялі ад Алены Мыцько і яе дзеці. Старэйшая дачка Крысціна – выпускніца Беларускага дзяржаўнага ўніверсітэта культуры і мастацтваў. Ужо больш за дзесяць гадоў яна з'яўляецца асістэнтам кіраўніка ўзорнай студыі сучаснага бальнага танца "Шарм". Таксама Крысціна – неаднаразовая пераможца міжнародных, рэспубліканскіх і абласных конкурсаў, чэмпіянатаў і фестываляў па бальных і ўсходніх танцах. Малодшая дачка Караліна мае вышэйшую юрыдычную адукацыю, аднак любоў да танца пераважыла: яна прайшла навучанне ў Акадэміі танца "Жак Манн" у французскім горадзе Ліль па харэаграфічным напрамку «джаз». Атрымала дыплом выкладчыка бальнага і эстраднага танца і сёння, як і яе таленавітыя маці і сястра, з'яўляецца адным з настаўнікаў студыі.

Нягледзячы на шматлікія выступленні ў Беларусі і за мяжой, Алена Мыцько і танцоры "Шарма" з задавальненнем адгукаюцца на запрашэнні паўдзельнічаць у мерапрыемствах, якія праводзіць Смалявіцкая раённая арганізацыя ГА "Беларускі саюз жанчын". Напрыклад, "шармаўцы" актыўна прымаюць удзел у раённым фестывалі творчасці дзяцей-інвалідаў і маладых інвалідаў "Запалі сваю зорку": танцоры студыі не толькі выступаюць, але і дапамагаюць у пастаноўцы творчага нумара дзецям з асаблівасцямі развіцця.

Сёння першыя выпускнікі танцавальнай студыі "Шарм" прыводзяць да Алены Мыцько сваіх дзяцей, а некаторыя – ужо і ўнукаў, і, безумоўна, студыя ганарыцца сваімі танцавальнымі дынастыямі. Тут можна навучыцца танцаваць не толькі сучасны бальны танец: у студыі распрацаваныя напрамкі ўсходняга танца, хіп-хопу, эстраднага і народнага танцаў, Rnb і іншых.

На канцэрты студыі "Шарм" заўсёды збіраецца шмат людзей, а пасля выступлення танцораў доўга не сціхаюць апладысменты і гучаць шчырыя словы падзякі.

Анастасія ПЕЦЬКО

Танцавальная студыя Алены Мыцько дае канцэрты не толькі ў Беларусі. Яе выступленні горача прымалі і ў краінах СНД, і ў краінах Еўропы. Напрыклад, ужо 12 гадоў студыя "Шарм" – ганаровы калектыў французскага горада Кулонь. З упэўненасцю можна сказаць, што гэты гарадок на поўначы Францыі стаў родным для калектыва Алены Іванаўны: студыя штогод рыхтуе новую праграму для замежных прыхільнікаў "Шарма", і іх танцы заўсёды выклікаюць вялікую цікавасць.

Наталля Галота: “Заўсёды цікава распрацоўваць новае”

Адкрытае акцыянернае таварыства “ЭНЭФ” – сучаснае прадпрыемства, вядомае далёка за межамі краіны. Сярод яго партнёраў такія гіганты беларускай прамысловасці, як “Атлант”, “МАЗ”, “Белкамунмаш” і швейцарская фірма “Штадлер”. На працягу дванаццаці апошніх гадоў ААТ паспяхова ўзначальвае Наталля ГАЛОТА.

Сёння ААТ “ЭНЭФ” мае выдатную рэпутацыю ў дзелавым асяродку і з’яўляецца вядучым ў галіне энергасберагальнай і экалагічнай святлатэхнікі; галоўная спецыялізацыя – вытворчасць электроных пускарэгулюючых апаратаў (ЭПРА) для газаразрадных лямп, крыніц забеспячэння для святлодыёдаў. Таксама прапаноўвае сістэмы апрацоўкі вады ўльтрафіялетам, электроніку для цяплічных гаспадарак і г.д. Наладжана цеснае супрацоўніцтва з ваенным флотам, буйнымі верфямі.

– “Нарадзілася” “ЭНЭФ” у 1991 годзе. Стартавала як малое дзяржаўнае прадпрыемства. Калектыў у той момант складаўся з пяці чалавек, – расказвае Наталля Галота. – Ніхто ў пачатку 90-х не разумеў, як рабіць бізнес у новых эканамічных умовах. Многія не верылі, што “ЭНЭФ” зможа дасягнуць поспеху, але, як паказаў час, яны памыляліся. Пачынаць нешта з нуля– гэта заўсёды праверка ўласных сіл. Толькі так можна зразумець, чаго ты насамрэч варты. Калі не будзеш спрабаваць рабіць нешта новае, ніколі не будзеш рухацца наперад.

– Быць кіраўніком прадпрыемства – задача складаная. Ці сутыкаліся вы з прадузятым стаўленнем да сябе як да кіраўніка жаночага полу? Пра жанчын у бізнесе існуе шмат міфаў.

– Адзін з нашых партнёраў ніколі асабіста не сустракаўся з кіраўнікамі прадпрыемстваў, з якімі супрацоўнічаў. Шкадаваў на гэта часу. Але для мяне выдзяліў 15 хвілін. Яму стала цікава, як гэта жанчына можа быць дырэктарам паспяховага прадпрыемства. Мне трэба было ў "тэлеграфным" стылі даказаць візаві, што, нягледзячы на наш "правінцыйны" – з яго пункту гледжання – статус, "ЭНЭФ" для яго – лепшы выбар. Вынікам сустрэчы стаў кантракт на 10 гадоў. Кампанія застаецца нашым найбуйнейшым партнёрам на працягу 17 гадоў.

У дзелавым асяродку на першым месцы ўсё ж не гендэр, а прафесійныя якасці. Але тут важна не блытаць самаўпэўненасць са шчырай верай у сябе і сваіх калег, у тое, чым ты займаешся.

Дарэчы, дырэктар на нашым прадпрыемстве – пасада выбарная. Раз у два гады адбываецца галасаванне. І гэта мая ініцыятыва. Такі падыход матывуе і на дае расслабіцца.

– Якія складнікі поспеху "ЭНЭФ" вы лічыце галоўнымі?

– Мы аператыўна рэагуем на запыты кліентаў, не адмаўляемся працаваць з невялікімі заказамі. Заўсёды з цікавасцю і ўвагай падыходзім да распрацовак новага. На прадпрыемстве задзейнічаныя восем канструктараў-распрацоўшчыкаў, шэсць канструктараў па нестандартным абсталяванні, пяць тэхнолагаў. Закон сучаснага бізнесу: маленькі заказ сёння можа стаць буйным заўтра, і наадварот. Нельга жыць толькі сённяшнім днём.

Акрамя таго, мы цэнім кожнага нашага партнёра, імкнёмся дасягнуць з усімі імі паразумення не толькі на дзелавым, але і на чалавечым узроўні. Гэта ужо чыста жаночы ўнёсак у бізнес-паводзіны.

З цікавасцю знаёміўся з прадпрыемствам Андрэй Уладзіміравіч КАБЯКОЎ, Старшыня Савета Міністраў Рэспублікі Беларусь (верасень 2016 г.)

– На вашым прадпрыемстве працуе больш за 200 чалавек. Як зарганізаваць у адзін калектыў людзей з рознымі падыходамі, адукацыяй, характарамі?

– Кіраўнік павінен клапаціцца, каб тыя, хто ў яго працуе, адчувалі сябе камфортна. Я не выключэнне. На "ЭНЭФЕ" ёсць свае завядзёнкі: усе спрэчныя моманты абмяркоўваем. Я заўседы за дыялог. Так і агульнай мэты дасягнуць значна прасцей. Мая задача – ведаць, што адбываецца ў цахах. Але і нашы людзі ведаюць, якія планы у кіраўніцтва прадпрыемства. Нашы супрацоўнікі атрымліваюць зарплату не два разы на месяц, а кожны тыдзень. Яна складае ў сярэднім 650 рублёў.

Мы не губляем сувязяў з тымі, хто ўжо выйшаў на пенсію. Заўседы рады маладым кадрам. Штогода да нас прыходзіць некалькі выпускнікоў Маладзечанскага дзяржаўнага палітэхнічнага каледжа.

Я заўсёды лічыла, што не мае значэння, дзе ты жывеш, галоўнае – як. А Маладзечна – гэта якраз тое месца, дзе жыццё, дзякуючы людзям, заўсёды вірує.

– Наталля Іванаўна, кажуць, дома і сцены дапамагаюць, а вы ў свой час прыехалі ў Маладзечна з Гомеля...

– Так, адразу пасля заканчэння Гомельскага дзяржаўнага ўніверсітэта ў 1980 годзе. Тады пераезд з вялікага горада ў маленькі быў звычайнай з'явай. Тым больш, што тут мяне чакала праца па спецыяльнасці – эканамістам ў планава-эканамічным аддзеле Маладзечанскага завода паўправадніковых вентыляў. Я заўсёды лічыла, што не мае значэння, дзе ты жывеш, галоўнае – як. А Маладзечна – гэта якраз тое месца, дзе жыццё, дзякуючы людзям, заўсёды вірує.

...унучкай Эміліяй

– Памятаеце свае першыя працоўныя дні?

– Вядома! Гэта быў час, які шмат чаму мяне навучыў. Я прыйшла ў аддзел, дзе працавалі толькі жанчыны. Вельмі хацелася даказаць усім, што я, хоць і маладая, без працоўнага досведу, але магу многае. Смела бралася за заданні, ездзіла ў адказныя камандзіроўкі. І кіравалася народнай мудрасцю: улез у дугу – не кажы "не магу".

Шчыра кажучы, такі падыход да працы ў мяне з сям'і. Нас чацвёра ў бацькоў. Выхаваннем займалася мама, а бацька – суткамі на заводзе, каб нас забяспечыць. Ён заслужаны машынабудаўнік Беларусі, мае ордэн Працоўнага Чырвонага Сцяга. Ён для мяне ўзор у адносінах да працы. Я ўжо з дзяцінства марыла, як аднойчы стану дырэктарам ці, як мінімум, яго намеснікам.

З мужам Уладзімірам Міхайлавічам

– Ёсць меркаванне, што высокая пасада і сямейнае жыццё – рэчы несумяшчальныя.

– У гэтым ёсць доля праўды. Па-першае, не кожны мужчына спакойна ўспрымае кар'ерны рост сваёй жанчыны. Па гэтай прычыне распадаюцца многія пары: як ні круці, а чымсьці пастаянна даводзіцца ахвяраваць. Прызнаюся, былі часы, калі я працавала без адпачынку дзевять гадоў запар. Я не лічу, што гэта вельмі добра. У кожнага чалавека, нават дырэктара, акрамя працы павінна быць і асабістае жыццё. Магчымасці з'явіліся разам са стабільнасцю на прадпрыемстве. Цяпер я размяжоўваю працоўныя і выхадныя дні, якія імкнуся правесці з дачкой і ўнукамі, з мужам.

... і дачкой Вікторыяй.

– На працы вы чалавек надзвычай актыўны. А як любіце бавіць вольны час?

– Такая ж актывістка! Калі мне споўнілася 50, я зацікавілася бальнымі танцамі. Чатыры гады кожны тыдзень хадзіла на заняткі. Гэта неверагодна! Паколькі я дырэктар, на працы даводзіцца паводзіць сябе стрымана і разважліва. Затое на танцах я адчувала сябе жанчынай на ўсе сто: тут вам і сукенкі, і пластыка, і эмоцыі. Сёння практыкую ёгу. Яна дапамагае дасягнуць псіхалагічнай раўнавагі. Акрамя таго, займаюся фітнэсам. Лічу, што жанчына можа быць прыгожай у любым узросце. Але з цягам часу дабівацца гармоніі ўсё цяжэй, гэта патрабуе некаторых намаганняў. Але нам, жанчынам, ленавацца нельга.

Дарэчы

“ЭНЭФ” не першы год займаецца дабрачыннасцю. Прадпрыемства дапамагае падшэфнай гімназіі, падтрымлівае ветэранаў і дзяцей-інвалідаў. Ахвяруе грошы на будаўніцтва храмаў і манастыроў. І ўжо больш за дзесяць гадоў з’яўляецца спонсарам сімфанічнага аркестра Маладзечанскага дзяржаўнага музычнага каледжа.

Любімы рэцэпт

Гарбуз, запечаны з сырам і шалфеем

Спатрэбіцца: *1 сярэдніх памераў гарбуз (скурку не зразаць!) ❖ 4 ст. л. аліўкавага алею ❖ 1 перац чылі (сярэдняга памеру) ❖ 2 зубкі часнаку ❖ 5 лісткоў шалфею ❖ 50 г нацёртага цвёрдага сыру ❖ 2 ст. л. хлебнай крошкі.*

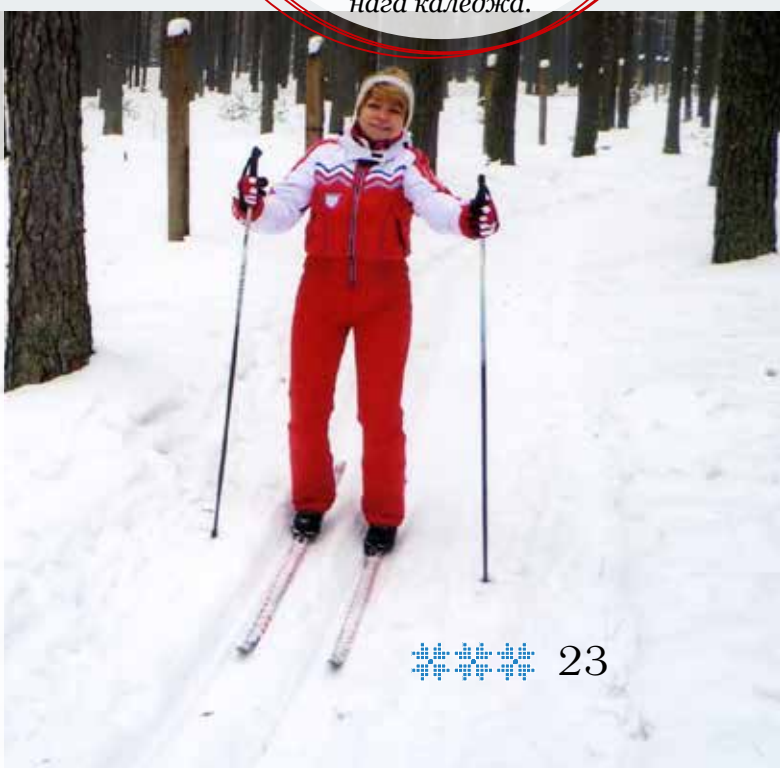
Гарбуз нарэзаць тонкімі лустачкамі. Падрыхтаваць перац, выдаліўшы насенне і пладовую ножку, таксама тонка нарэзаць. Здрабніць часнок. Хлебную крошку, сыр, перац чылі, шалфей змяшаць з 2 сталовымі лыжкамі аліўкавага алею.

Узяць форму для запякання, змяшаць лустачкі гарбуза з астатнім алеем і часнаком, пасаліць. Зверху пакласці падрыхтаваную сумесь з сырам і хлебнай крошкай. Запякаць у духоўцы 40-45 хвілін (да мяккасці гарбуза). Падаваць страву гарачай!

– Для кіраўніка – мудрасць мудрасцю, але і характар павінен быць сталёвым.

– Так, сфарміраваць унутраны стрыжань мне дапамог спорт. Я адзінаццаць гадоў сур’ёзна займалася фехтаваннем, стала кандыдатам у майстры спорту. Раскажу пра адзін выпадак, які добра паказвае мой характар: у сёмым класе на рэспубліканскіх спаборніцтвах выйшла фехтаваць супраць дзяўчыны, якая па знешнім выглядзе была старэйшая за мяне. Удалося яе ўкалоць толькі на першых секундах. Але яна атакавала і – перамагла. Я тады вельмі расстроілася, плакала, пыталася ў трэнера, чаму прайграла, магла ж перамагчы! А ён ў адказ амаль са смехам: “Ты хоць ведаеш, хто быў тваёй суперніцай? Гэта ж Алена Бялова-Новікава! Чэмпіёнка Алімпійскіх гульняў!”. Я зразумела, што такое паражэнне не на многа адрозніваецца ад перамогі. Слёзы зніклі, ува мне прачнуўся гонар. Менавіта спорт навучыў мяне не пасаваць нават перад самымі вялікі цяжкасцямі.

Ганна КУРАК



Тамара Алісейка: “Мы працуем на вынік”

Пра людзей, якія працуюць у сферы сельскай гаспадаркі, звычайна ўзгадваюць падчас пасяўных ды ўборачных кампаній. А яны, між іншым, працуюць круглы год!

“Алеся” завітала ў госці да галоўнага заатэхніка аграфірмы “Лебедзева” Тамары АЛІСЕЙКІ і даведалася, чым жыве сучаснае сельгаспрадпрыемства і якая роля ў ім сёння адведзена жанчыне.

З Тамарай Іванаўнай мы сустракаемся на рабоце падчас абеду. Толькі ў гэтую гадзіну яе можна застаць у сваім кабінеце. Увесь астатні час яна праводзіць на фермах: то на адной, то на другой, то на трэцяй... Усяго ў склад “Лебедзева” ўваходзіць 9 ферм! І на кожнай без Тамары Іванаўны – ніяк не абысціся.

Працоўны дзень галоўнага заатэхніка пачынаецца ў 5.50 і заканчваецца ў 18.30. Хаця бывае і пазней – пазаштатныя сітуацыі з жывёламі здараюцца часта, і тут ужо ніхто не глядзіць на працоўны расклад.

– Аднойчы калега запытаўся: “Тамара, а калі б у цябе і дома карова захварэла, і на працы, ты б якую у першую чаргу ратавала?”. Над адказам доўга не раздумвала: “Вядома ж, пабегла б на ферму! Свая жывёла корміць толькі адну сям’ю, а на ферме на яе спадзяецца шмат чалавек. Няма каровы – няма працы ўсім!” – разважае жанчына.

Не паверыць ёй немагчыма: з ферамамі звязана ўсё яе жыццё. Згодна з запісам ў працоўнай кніжцы, Тамара Іванаўна прыйшла ў сельскую гаспадарку ў 1970 годзе. Хаця насамрэч знаёмства з будучай прафесійяй адбылося значна раней.

– Мама была даяркай. Я часта бегала да яе на ферму яшчэ дзяўчынкай. Акрамя таго, і дома была свая гаспадарка: каровы, свінні, куры. Як іх даглядаць, я, здаецца, ведала заўсёды, – успамінае заатэхнік. – Хацела паступаць у медвучылішча, але маці пабаялася адпускаць мяне адну ў вялікі горад. Тады, каб хоць часткова здзейсніць сваю мару, пайшла вучыцца ў Іллянскі саўгастэхнікум на ветэрынарнага фельчара. Пасля выпуску ім жа і стала.

– Атрымліваецца, што свой працоўны шлях вы пачалі з самага нізу – з пасады ветфельчара – і па кар’ернай лесвіцы ўздымаліся паступова.

– А ў сельскай гаспадарцы іншым спосабам і немагчыма. Можна, вядома, пайсці ў аграрны ўніверсітэт і пасля заканчэння адразу заняць кіруючую пасаду. Але ці зможа такі спецыяліст быць справядлівым да сваіх падначаленых, калі ён сам ніколі не працаваў рукамі? Калі на сваёй шкуры не адчуў, як гэта – выйсці ў поле ці ў кароўнік яшчэ да таго, як сонца ўзышло? Безумоўна, без вышэйшай адукацыі сёння нікуды. Аднак у нашай сферы сапраўднымі прафесіяналамі і добрымі кіраўнікамі становяцца, як правіла, тыя, хто прайшоў усе працоўныя ступені.

Да таго, як стаць галоўным заатэхнікам, я пэўны час была ветфельчарам і больш за 30 гадоў – загадчыцай малочна-таварнай фермы. Першая прафесія навучыла мяне працаваць з жывёламі, у некаторым сэнсе разумець іх. На другой я вучылася наладжваць працоўныя стасункі з людзьмі. А заатэхнік якраз павінен умець і да жывёлы знайсці падыход, і працу людзей арганізаваць граматна.

– Як змянілася сельская гаспадарка з тых часоў, як вы прыйшлі?

– Сталі іншымі ўмовы працы. Раней даярка, акрамя свайго прамога абавязку –падаіць – павінна была яшчэ сваіх рагуль сама і пакарміць, і пачысціць за імі ў кароўніку. І што важна – зрабіць гэта ўсё рукамі. Маладзенькія дзяўчаты цягалі бітоны па 20 літраў. Праца была неверагодна цяжкай, але ў той жа час і эфектыўнай. Ад таго, як ты аб сваіх жывёлах паклапоцішся, залежалі надоі. Ад надояў залежала зарплата. Таму кожная даярка імкнулася, каб яе каровы былі самымі сытымі, чыстымі і здаровымі.

А сёння нават пасады такой няма – даярка! Цяпер усё робіць тэхніка: і доіць, і накідвае корм, і прыбірае.

– Навошта тады чалавек?

– А хто будзе сачыць за працэсам і кнопачкі націскаць? (*Усміхаецца.*) Безумоўна, чалавек на ферме ўсё яшчэ галоўны. Разам з тым, калі раней за даяркай было замацавана 15 кароў, то сёння тры чалавекі могуць справіцца з чатырма сотнямі рагуль.

– Тамара Іванаўна, ведаю, што ў вас нямала ўзнагарод за поспехі ў працы...

– Кожная ўзнагарода – крыху нечаканая. Вось мы робім сваю справу ў вёсках і нават не думаем, што пра яе могуць цікавіцца недзе "наверсе". І раптам цябе запрашаюць ў сталіцу, і ты разумееш: ведаюць тут пра нашых!

"Я строгая і да сябе, і да людзей, з якімі працую. Люблю парадак і чысціню", – сцвярджае Тамара Іванаўна. Гэта адчуваецца, калі трапляеш у "Лебедзева". Ідзеш па тэрыторыі і не верыш, што гэта ферма: чыста, як на сталічнай плошчы; растуць маладыя яблынькі і паўсюль стаяць самаробныя каляровыя "арт-аб'екты" на сельскагаспадарчую тэматыку. "Гэта мы праводзім спаборніцтвы на самую прыгожую ферму", – тлумачыць галоўны заатэхнік.

За кожнай узнагародай стаяць канкрэтныя дасягненні. Напрыклад, сярэбраны медаль ВДНГ я атрымала, калі была загадчыцай малочна-таварнай фермы, за высокія надоі. На ўзнагароджанне запрасілі ў Маскву. Вы толькі ўявіце сітуацыю: чалавек, які пражыў усё жыццё ў вёсцы, апынуўся ў союзнай сталіцы. Там яго ўсе вітаюць і віншуюць, дзякуюць за плённую працу... Разам з медалём падарылі тады каляровы тэлевізар "Юнацтва". У той час гэта была вялікая рэдкасць. Пасля ён яшчэ доўга стаяў у калгаснай канторы – глядзелі яго ледзь не ўсёй вёскай.

– Такое насычанае працоўнае жыццё не стала перашкодай для асабістага?

– З мужам я пазнаёмілася на працы, ён вадзіцель. З аднаго боку, атрымліваецца, што толькі паспрыяла.

Аднак, азіраючыся назад, прызнаюся: жанчыне ў сельскай гаспадарцы працаваць цяжэй, чым мужчыне. Яна па сваёй натуры – ахоўніца сямейнага ачага. Павінна займацца хатнімі клопатамі, выхоўваць дзяцей. А праца на ферме не дазваляе гэтага рабіць: сыходзіш на ўсходзе сонца, прыходзіш, калі ўжо цямнее. І пры гэтым на ферме ў асноўным працуюць жанчыны.

Мне было вельмі няпроста, калі сын з дачкой былі маленькімі. Пакідала іх на маці і мужа. Разрывалася паміж сваёй і калгаснай гаспадаркай. Калі дзеці крыху падраслі – ужо самі маглі нават карову падаіць, а я ў гэты час прападала на ферме. Безумоўна, яны ніколі не жаліліся. Разумелі, што я стараюся дзеля іх.

– З сельскай гаспадаркай сваё жыццё яны звязваць не сталі?

– Не. Затое ўвасобілі маю дзіцячую мару – пайшлі ў медыцыну. Старэйшы ўнук, дарэчы, таксама скончыў медыцынскі ўніверсітэт. А вось малодшы, як і я, – паступіў у аграрны. Цяпер ёсць з кім падзяліцца працоўным досведам.

– Нягледзячы на тое, што часу вечна не хапала і не хапае, ведаю, што свая гаспадарка ў вас ёсць і зараз.

– А як жа! Козы, свінні, куры, індыкі... Сёння малако, яйкі і мяса можна і ў магазіне купіць. А ў дзевяностыя гады толькі дзякуючы сваёй гаспадарцы і выжывалі. Зарплату не атрымлівалі па пяць-шэсць месяцаў... Цяпер, вядома, дыфіцыту няма і зарплата дастойная. Але ж як ні круці – сваё заўседы смачней!

– Адпачываць вам хоць зрэдку даводзіцца?

– Лепшы адпачынак для мяне – час, праведзены каля кветак ў маім садзе. Як бы я ні стамілася на працы, усё адно знайду сілы, каб заняцца сваімі клумбамі. Самыя любімыя кветкі – гэта, напэўна, ружы і лілеі. Такія раскошныя і духмяныя.

Прыемна, што дачка падзяляе мае захапленне. Гэта яшчэ адна нагода, каб бачыцца часцей.

– Аграфірма "Лебедзева" ўзнікла пасля аб'яднання стратных (убытковых) гаспадарак Маладзечанскага раёна ў канцы 2004 года, але даволі хутка стала паспяховай. У чым сакрэт?

– Памятаю тую зіму, калі мяне прызначылі галоўным заатэхнікам на толькі што створанай аграфірме. Стаялі маразы, а ў некаторых кароўніках нават вокан не было, і гразі па калена... Адчувалася, што людзі прыходзяць на працу і не ведаюць, для чаго ім гэта трэба. Калі казаць па-сучаснаму, не было матывацыі. Лічу, што яна ў першую чаргу павінна ісці ад кіраўнікоў. Тут важна не проста размаўляць з людзьмі, тлумачыць ім, што да чаго, але і быць прыкладам. Калі працуеш старанна, ніколі не спазняешся і верыш у сваю справу, то і астатнія будуць так рабіць. Нельга патрабаваць нечага ад іншых, калі ты сам не можаш гэтага выканаць.

Ганна КУРАК. Фота аўтара

Галоўнае ў свеце – нашы дзеці

Дабрабыт краіны пачынаецца з дабрабыту сям'і.
Шчасце, калі яна дружная і вялікая.

Цешыць, што з кожным годам у Беларусі становіцца усё больш шматдзетных сем'яў. У параўнанні з іншымі вобласцямі, Міншчына – рэкардсмен. Тут больш за 12 тысяч шматдзетных сем'яў! І 1544 жанчыны адзначаны высокай і ганаровай дзяржаўнай узнагародай – ордэнам Маці, бо падаравалі жыццё і далі годнае выхаванне пяці і больш дзеткам.

Напярэдадні Дня маці, 14 кастрычніка, і Свята вясны – 8 Сакавіка, у вобласці для маці ладзяць святочныя канцэрты, паездкі і экскурсіі да славутасцяў Беларусі. Адметныя падарункі шматдзетным сем'ям уручае Беларускі саюз жанчын.

А святкаванне Міжнароднага дня сям'і традыцыйна ўключае ў сябе фінал агляду-конкурсу «Лепшая шматдзетная сям'я».

Сям'я Рэпіных

Фінал конкурсу

У гэтым годзе ў конкурсе прынялі ўдзел 23 сям'і. Складаней за ўсё давялося журы. Ну як сярод іх выбраць лепшых, калі ўсе выдатна падрыхтаваныя, дружныя, з цікавымі творчымі нумарамі і агеньчыкам у вачах?

Але ўмовы ёсць умовы. Пераможцамі рэгіянальных конкурсаў сталі: сям'я Вішняк са Слуцкага раёна, сям'я Еўтух з Нясвіжскага раёна, сям'я Рэпіных з Дзяржынскага раёна і сям'я Міхніцкіх з Жодзіна. У пазаконкурснай святочнай праграме таксама прыняла ўдзел сям'я Лашкевіч з Лагойшчыны.

Гледачы не шкадавалі апладысментаў. Творчыя спаборніцтвы ператварыліся ў свята ініцыятыўнасці, таленту, мастацтва. Пяць вялікіх і дружных сем'яў дзяліліся сваімі гісторыямі і традыцыямі, расказвалі пра свае дасягненні, сакрэты і поспехі ў выхаванні і адукацыі дзяцей, закраналі самыя тонкія струны душы гармоніяй адносін, любоўю і клопатам адзін аб адным.

Сям'я пераможцаў Ігара і Святланы ЕЎТУХ

Пераможцам конкурсу ў 2017-м стала шматдзетная сям'я Еўтух з Нясвіжа. Ігар і Святлана з дзеткамі Данілам, Міраславам і маленькай Аляксандрай у канцы кастрычніка будуць прадстаўляць Міншчыну на рэспубліканскім конкурсе «Сям'я года».

Святлана не хавае радасці:

– Вялікі дзякуй нашым родным і сябрам, усім, хто падтрымліваў нас падчас доўгай падрыхтоўкі. Але наперадзе рэспубліканскі конкурс, на адпачынак няма і хвілінкі. У майстэрні амаль скончана праца над нашымі новымі касцюмамі. Усе сакрэты раскрываць не буду, толькі адзначу, што будуць яны бялюткія, аздобленыя прыгожай вышыўкай, блакітнымі кветачкамі, сімвалам нашай краіны – валошкамі.

У жніўні мы правялі ў гарадскім парку акцыю "Мы выбіраем здароўе". Усталявалі вялікі батут, на якім маглі паскакаць усе жадаючыя. Было вельмі весела! Цэлы дзень дзеці з бацькамі каталіся на роварах, размалёўвалі каляровай крэйдай асфальт, пілі гарбату з лекавых зёлак. Дзяцям трэба адпачываць ад смартфонаў, кам'ютараў, планшэтаў. Наша задача, задача ўсіх дарослых – паказаць ім, што дзяцінства можа быць цікавым і шчаслівым і без наварочаных гаджатаў.

Візітку на конкурс сям'я Еўтух ужо адправіла. Кранальны відэафільм складаецца са шматлікіх фотаздымкаў. Ігар і Святлана беражліва захоўваюць і сямейныя традыцыі. Напрыклад, дзетак, як толькі выпісваюць з роддома і прывозяць дахаты, перш-наперш кладуць не ў калыску або ложак, а на стол: маўляў, каб не былі пераборлівыя ў ежы.

Ігар і Святлана заўсёды імкнуцца парадаваць дзяцей – ладзяць касцюміраваныя прадстаўленні, збіраюцца як мага часцей разам. За кубачкам гарбаты і духмяным пірагом абмяркоўваюць свае ўражанні ад пражытага дня, дзеляцца дасягненнямі, клопатамі. А яшчэ разам гуляюць у шахматы, складваюць мазаіку. Не забываюцца і пра актыўны адпачынак: захапляльныя вандроўкі, гульні ў мячык, катане на роварах. Вось дзе ўжо не засумуеш!

– Наша сям'я асабліва падтрымлівае і шануе традыцыі дзядоў і прадзедаў, – кажа Ігар Еўтух. – Гісторыю свайго роду мы добра вывучылі, ведаем сваякоў да 8-га калена. Высветлілі, напрыклад, што галоўнымі кухарамі ў сям'і заўсёды былі мужчыны, і цяпер прыйшла мая чарга! Я таксама ведаю дзясяткі рэцэптаў і магу прыгатаваць незвычайныя закускі, салаты, дамашні сыр, мясныя стравы. Напрыклад, для каўбасы ні ў якім разе фарш нельга круціць на мясарубцы – не той смак і якасць. Сярод важных сямейных традыцый – акунацца на Вадохрышча ў палонку, а потым піць сваю гарбату, абавязкова частуючы і ўсіх жадаючых. Акрамя таго, у нас ёсць сямейнае дрэва жаданняў. І яно валодае дзіўнай уласцівасцю дапамагаць у ажыццяўленні задуманага. Раю ў кожнай сям'і зрабіць такое ж!

Вспоминая детство

Говорят, что только с возрастом понимаешь, что для нас в действительности значит мама. Так это или нет, мы решили расспросить известных белорусских артистов, попросили их поделиться самыми яркими воспоминаниями, связанными с мамой.

Виктория Алешко:

Мама – самый родной человек, тот, кто поможет тебе в любую минуту, всё бросит ради тебя и поспешит на помощь. Я росла без отца, и маме, конечно, приходилось непросто. Её основная задача заключалась в том, чтобы воспитать во мне самостоятельность. Мама всегда учила меня справляться с мелкими неприятностями. Её советы и сейчас мне очень помогают. Когда я оказываюсь в сложных ситуациях, то не бросаюсь в панику, а пытаюсь рационально подойти к решению вопроса.

Моя мама – активный и подвижный человек, увлекается ездой на велосипеде. Очень любит животных. Сколько я себя помню – у нас всегда были и коты, и собаки. Но, пожалуй, к собакам у неё любовь особенная.

Валерий Шмат:

Мама для меня – это духовная чистота, защита, искренность, честность, огромная любовь. Моя мама – Данута Ивановна – само воплощение справедливости, доверия и прощения.

Анатолий Ярмоленко:

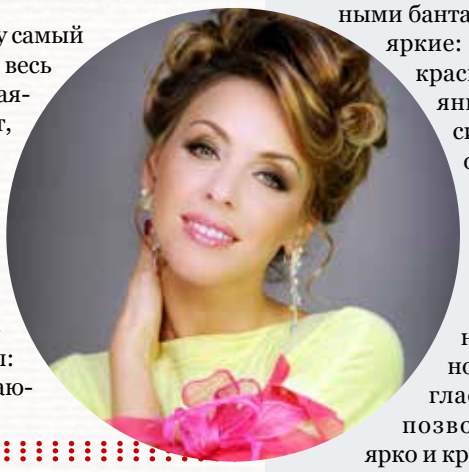
Мама – это внимание, доброта и нежность. Для меня мама была ещё и «папой», т.к. я рос без отца. Мама воспитала меня порядочным человеком. По маминому примеру я растил своих детей. У неё никогда не было жёстких методов воспитания, она никогда не поднимала на детей руки. Но чего только стоил один её взгляд…

Я запомнил на всю жизнь один случай. Это были 1950-е, я был ещё ребёнком. Мама, Надежда Аникеевна, работала продавцом в автолавке, а я ей иногда помогал. Однажды мы продавали белый хлеб – батоны по 18 копеек. Мелочи всегда не хватало, и я решил не давать сдачи с 20 копеек. Таким образом, по 2 копейки приторговывал прибыли! Приехали домой, мама подводит баланс: она считает, считает и озабочено удивляется, что у неё излишки. С детской наивностью и гордостью я сообщаю, что это я так «заработать» хотел. Может, игрушку купить... В тот день мама в первый и последний раз в жизни взяла в руки прут. А я на всю жизнь запомнил мамины слова: «На ворованных деньгах человек никогда не будет иметь счастья».

Пётр Елфимов:

Мама – это детство, а потом уже отчий дом. Расскажу самый запомнившийся случай. Я возвращаюсь с улицы, весь измазанный с головы до ног глиной. Значит, бегу в отчаянии и кричу: «Мама! Мамочка!». И она меня встречает, но не ругает. Просто берёт за шиворот и ведёт умываться. А ведь она только что выпустила красивого, чистенького, ухоженного мальчика погулять, а тот умудрился за три минуты свалиться в яму с глиной, откуда его доставали двоюродный брат Сергей и друг Лёша. Честно говоря, уже не помню, может, они меня туда и сбросили?

Однажды на концерте в Молодечно, в день рождения мамы, я со сцены набрал её номер и весь зал крикнул: «С Днём рождения!». Это было здорово, очень запоминающийся момент.



Жанет:

Мама – это забота, любовь и надёжный тыл. Я воспитывалась в многодетной семье, и мама всегда хотела, чтобы мы хорошо выглядели. Но в то время было трудно что-то купить в магазине. Поэтому для нас мама шила сама. Никто даже не догадывался, что все мои первые сценические костюмы созданы именно ей. Шитьё для мамы до сих пор является главным увлечением.

Мама всегда бросалась на защиту своих детей. В советское время в школу мы должны были ходить в форме с коричневыми или чёрными бантами. Я же заплетала яркие: голубые, розовые, красные. За что постоянно получала записи в дневник. После очередного замечания мама пришла в школу и сказала: «У нас в доме нет никакого траура, почему дети должны одеваться мрачно?!». И в школе согласились с ней, мне позволили выглядеть ярко и красиво, и другим девочкам тоже уже запретить было сложно. Таким образом, благодаря маме я стала законодательницей моды в школе!

Олег Елисеенков:

Моя мама, Антонина Степановна, была очень добрым, нежным и любящим человеком. Она души не чаяла в детях, как и полагает учителю. И никогда не повышала на меня голоса, хотя я и не был примерным ребёнком.

Помню, был такой забавный случай в детском саду. Пришла моя мама забирать меня домой и увидела спящим не на кроватке, как все дети, а за обеденным столиком. А дело было так: воспитательница сказала, что, пока не съедим тефтели, которые давали на обед, на тихий час не пойдём. Вот я и заснул, сидя за этим столом, с полными щёками тефтелей.

Александр Солодуха:

Мама – самый главный человек в жизни. Для меня мама всегда ассоциируется с заботой, чистотой, аккуратностью. А ещё у моей мамы всегда очень вкусные пироги!

Елена Атрашкевич:

Мама – это тепло, добро, это человек, который всегда рядом. Именно моя мама – Анна Леонтьевна – сориентировала меня на профессию в жизни. Я с 8 лет одна жила в Минске и училась в лицее при консерватории, при том, что мама жила в Витебской области. Но каждые выходные она приезжала ко мне. И казалось, моя мама всегда рядом со мной.

Трыумф прыгажосці

Фантазійны макіяж, фігурныя стрыжкі, феерычныя вобразы... Раз у два гады Маладзечна становіцца цэнтрам прыцягнення цырульнікаў, візажыстаў, касметолагаў, стылістаў — самых творчых і крэатыўных майстроў з Беларусі і краін замежжа. Высокакваліфікаваныя профі і смелыя юніёры ўвасабляюць у жыццё літаратурнае "прыгажосць выратуе свет" падчас конкурсу "Свет прыгажосці".

Сярод арганізатараў праекта – Маладзечанская асацыяцыя цырульнікаў і касметолагаў Мінскай вобласці, якую ўзначальвае сябра БСЖ Людміла АБРАМОВІЧ.

– У мінулым годзе наш конкурс адзначаў 15-годдзе. Для ўдзелу ў ім прыехалі больш за 100 таленавітых хлопцаў і дзяўчат, а пачыналі мы са сціплых лічбаў: каля 20 удзельнікаў. Год ад году праект "Свет прыгажосці" пашыраецца і набывае новых прыхільнікаў, сёння наш конкурс успрымаецца як сапраўднае свята стылю і вытанчанасці. Гэта вельмі захапляльнае шоў самых крэатыўных і смелых рашэнняў!

Лепшых на конкурсе "Свет прыгажосці" вызначаюць цяпер амаль у 20 намінацыях: цырульніцкае майстэрства, подыўмны макіяж, вясельныя вобразы, касметалогія і эстэтыка, дэкаратыўная касметыка, нейл-дызайн пазногцяў, ювелірнае майстэрства, фатаграфія, фларыстыка. Спачатку ніхто нават і не думаў, што спаборніцтвы стануць такімі папулярнымі.

Арганізоўвалі ж конкурс, каб павысіць прафесійны ўзровень спецыялістаў у сферы цырульніцкага мастацтва, знайсці новыя імёны і садзейнічаць развіццю якасці цырульніцкіх паслуг, укараненню новых тэхналогій, абсталявання, інструмента, аксесуараў, знаёмству з найноўшымі парфумерна-касметычнымі сродкамі. У Палацы культуры Маладзечна мы звычайна праводзім не толькі прафесійныя майстар-класы, але ладзім і выставу-продаж касметычных тавараў.

Работы ўдзельнікаў ацэньвае сертыфікаваная судзейская калегія, у саставе якой суддзі міжнароднай катэгорыі, чэмпіёны і лаўрэаты чэмпіянатаў свету і Еўропы, неаднаразовыя прызёры міжнародных і рэспубліканскіх конкурсаў. Узначальвае журы старшыня Асацыяцыі цырульнікаў і касметолагаў Беларусі, суддзя міжнароднай катэгорыі, дырэктар навучальнага цэнтра па цырульніцкім майстэрстве Канстанцін Барысавіч ВАЙЦЯХОЎСКІ.

Год ад году праект "Свет прыгажосці" пашыраецца і набывае новых прыхільнікаў, сёння наш конкурс успрымаецца як сапраўднае свята стылю і вытанчанасці.

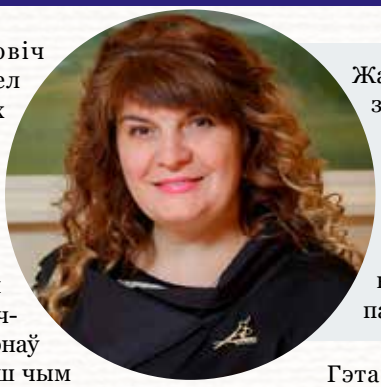
Канстанцін ВАЙЦЯХОЎСКІ, старшыня Асацыяцыі цырульнікаў і касметолагаў Беларусі:

Вядучыя спецыялісты нашай краіны прадстаўляюць сваё майстэрства на міжнародных форумах штогод. І заўсёды годна, спрытна. З гонарам адзначу, што Беларусь на сённяшні дзень уваходзіць у дзясятку наймацнейшых зборных свету па цырульніцкаму мастацтву. Так, 17–18 верасня наша каманда ўдзельнічала ў Чэмпіянаце свету, які праходзіў у Парыжы. Канкурэнцыя была вялікая – больш тысячы ўдзельнікаў з 42 краін. І мы змаглі здзівіць журы!

Кожны чэмпіянат – гэта стымул удасканальваць сваё майстэрства, расці прафесійна. І тут важную ролю адыгрывае маладзечанскі конкурс "Свет прыгажосці", на якім мы адбіраем лепшых і таленавітых на чэмпіянат рэспублікі, а пасля ў нацыянальную зборную.

У пачатку лістапада ў Мінску пройдзе GLORY FORUM. Грандыёзны праект аб'ядноўвае ў сабе Чэмпіянат краін Усходняй Еўропы, Адкрыты Чэмпіянат "Кубак Мінска-2017", Міжнародны фестываль прыгажосці «Роза Ветров Hair-2017» па цырульніцкім майстэрстве, дэкаратыўнай касметыцы і нейл-дызайне, які, дарэчы, пройдзе ў 10 раз. На такіх конкурсах збіраецца некалькі сотняў чалавек з розных краін сусвету. Плануецца, што правядзенне Чэмпіянату краін Усходняй Еўропы па цырульніцкім майстэрстве ў бліжэйшыя гады атрымае пастаянную "беларускую" прапіску. І гэта вялікая падстава для гонару.

Выбраць лепшых на конкурсе “Свет прыгажосці” сёння няпроста, бо кожны майстар па-свойму арыгінальны. Конкурс адкрыты, удзельнічаць у ім могуць майстры як Беларусі, так і замежжа. І расіяне, палякі, латышы, украінцы такой магчымасці не ўпускаюць. Акрамя медалёў і дыпломаў, канкурсантаў чакае шмат падарункаў ад спонсараў – навамодныя плойкі, фены, касметыка і іншае. На гэтым прыемнасці не заканчваюцца: лепшыя з лепшых прадстаўляюць нашу краіну на міжнародных спаборніцтвах па цырульніцкім мастацтве. Беларусы не раз паспяхова выступалі на прэстыжных чэмпіянатах у Парыжы, Мілане, Санкт-Пецярбургу.



Людміла Абрамовіч упэўненая: удзел у спаборніцтвах накшталт конкурсу “Свет прыгажосці” адкрывае для моладзі новыя гарызонты ў прафесіі. Яшчэ адным важным дасягненнем конкурсу стала шырокае развіццё сферы паслуг у самім горадзе Маладзечне. Колькасць цырульняў і салонаў прыгажосці тут выраслa больш чым у чатыры разы. Многія з удзельнікаў паверылі ў свае магчымасці і творчыя сілы і арганізавалі свой бізнес.

Сама Людміла Абрамовіч любімай справе прысвяціла больш за 30 гадоў. Сёння яна з’яўляецца дырэктарам аднаго з самых прэстыжных салонаў з “трапічнай” назвай “Архідэя” ў цэнтры Маладзечна. Кліенты запісваюцца да майстра за некалькі дзён, а то і тыдняў.

Жанчына прызнаецца – шлях да прафесійнага прызнання быў доўгі:

– Я скончыла прафесіянальна-тэхнічнае вучылішча. Адразу пайшла прымяняць тэорыю на практыцы ў вытворчае аб’яднанне бытавога абслугоўвання ў Маладзечне. З’явіўся вопыт, майстэрства. І з цягам часу зразумела: хачу працаваць на сябе. Асмелілася і адкрыла свой бізнес. І ні разу не пашкадавала аб выбары, зробленым у юнацтве.

Гэта толькі на першы погляд здаецца, што ў майстра ўсё зводзіцца да ўмелага карыстання нажніцамі і грабеньчыкам. Але ж нездарма ў народзе кажуць, што прафесія цырульніка пераклікаецца з прафесіяй псіхолага. Бывае, што кліенты прыходзяць у салон засмучаныя сямейнымі праблемамі ці працоўнымі клопатамі. Трэба адчуць іх настрой, падтрымаць, знайсці для кожнага добрае слова. Як прыемна, калі пасля цёплай гаворкі і стварэння ўдалага новага вобраза ў жанчыны з’яўляецца шчаслівая ўсмешка на твары!

Хрысціна ХІЛЬКО

«Жанчына-легенда»

Гэта новы праект Мінскай абласной арганізацыі БСЖ. Сустрэчы з жанчынамі – вядомымі дзеячамі культуры, навукі, палітыкі, спорту, знаёмства з іх незвычайнымі лёсамі, гісторыямі іх жыццяў, расказы пра тое, як гэтыя жанчыны сталі легендамі і змянілі навакольны свет, – усё гэта важна для сучасніц, таму што таленавітыя людзі заўсёды дораць іншым сваю стваральную энергію, жаданне стаць лепшымі, цікавей жыць і дабівацца мэт.

Праект стартаваў у чэрвені 2017 года ў Палацы культуры горада Маладзечна з прэзентацыі кнігі «Талент, адухоўлены любоўю», якая прысвечаная народнай артыстцы Беларусі Марыі Георгіеўне Захарэвіч – адной з самых яркіх зорак беларускай нацыянальнай сцэны. За 60 гадоў творчай дзейнасці яна стварыла цэлую галерэю запамінальных жаночых вобразаў, якія складаюць залаты фонд айчыннага тэатральнага мастацтва.

Марыя Захарэвіч з'яўляецца членам Беларускага саюза жанчын Мінскай вобласці, Ганаровым грамадзянінам Мінскай вобласці і Мядзельскага раёна.

Талент, адухоўлены любоўю

Больш за паўстагоддзе Марыя Георгіеўна Захарэвіч працуе ў Нацыянальным акадэмічным тэатры імя Янкі Купалы. Яна сярод тых купалаўцаў, якія склалі гонар славутага калектыву, заваявалі шчырую любоў і велізарную ўдзячнасць некалькіх пакаленняў гледачоў.

На купалаўскай сцэне Марыя Захарэвіч сыграла звыш шасцідзесяці роляў – стварыла цэлую галерэю яркіх жаночых вобразаў, якія складаюць залаты фонд гісторыі тэатра. Актрыса самабытнага таленту, яна заўсёды з поспехам выконвае і драматычныя, і камедыйныя, і трагічныя ролі. Сярод незабыўных – вобразы Галі Жураўкоў у спектаклі «Пакуль вы маладыя» па Івану Мележу, Зосі Савіч у пастаноўцы «Сэрца на далоні» Івана Шамякіна. З удзелам Марыі Захарэвіч былі знятыя кінафільмы «Я – Францыск Скарына», «Людзі на балоце», «Трывожнае шчасце», «Хам», «Ясь і Яніна», «Нядзельная ноч», ставіліся многія тэле- і радыёспектаклі.

Дарэчы, голас Марыі Захарэвіч знаёмы лічы што кожнаму беларусу, у каго ў хаце мелася радыёкропка. У савецкія часы радыё было адным з галоўных хатніх забавак, усе: і дзеці, і дарослыя – слухалі радыёпастаноўкі з асаблівым хваляваннем. За мяккі пранікнёны голас артыстку называлі каралевай радыё.

Маладыя гады выдаліся ў Марыі Захарэвіч няпростыя. У адной з размоў яна ўспамінала: "Пасля заканчэння інстытута я ўладкавалася працаваць у тэатр. Што крывіць душой – грошай вельмі не хапала, з абутку ў мяне былі толькі туфлі, што даў мне мой педагог. Гэта быў крыху паношаны абутак яго жонкі. Аднойчы з дэлегацыяй ад камсамола мы паехалі ў Германію

Спектакль "Мудрамер" паводле М. Матусоўскага, М. Захарэвіч і М. Яроменка.

Голас Марыі Захарэвіч знаёмы лічы што кожнаму беларусу, у каго ў хаце мелася радыёкропка. За мяккі пранікнёны голас артыстку называлі каралевай радыё.

выступаць перад савецкімі салдатамі. Каб годна выглядаць, перад ад'ездам прыйшлося пазычаць ўсё: футра, шалік, шапачку і нават сукенку. А вось ботаў не знайшла, прыйшлося ляцець у адзіных маіх туфлях. І гэта зімой! Дзякуй лётчыкам – на аэрадроме мне выдалі цёплыя лётныя чаравікі...".

"...Мне вельмі хацелася, каб мае бацькі ўбачылі мяне ў тэлевізары. Гэта была мая галоўная думка! Яны жылі ў вёсцы і былі супраць таго, каб я стала артысткай. Ды і я ўсё сваё юнацтва думала, што буду настаўніцай рускай і беларускай мовы і літаратуры. Але калі ўся вёска ўбачыла мяне ў тэлевізары, мне было вельмі цёпла ад думкі, што бацькі ўжо не будуць на мяне злаваць".

З лётчыкамі ў падараваных імі чаравіках.

Марыя Георгіеўна часта ўспамінае паездкі ў Маскву, дзе ў Вялікім тэатры яна выступала разам з Мікалаем Карачанцавым, Нані Брэгвадзэ, Аркадзем Арканавым і іншымі вядомымі артыстамі. “Я была занятая амаль у кожным ўрадавым канцэрце. Мне нават Левітан дзякаваў! У той дзень мяне запрасілі на ўсесаюзную сустрэчу ветэранаў Сталінградскай бітвы, дзе я павінна была прачытаць «Ліст да маці». Там быў і Левітан. Калі я пайшла са сцэны, да мяне падбегла дзяўчына і сказала, што мяне шукаюць, і падвяла мяне да Левітана. Ён пацалаваў маю руку, шчыра падзякаваў і падарыў каляндарык. Сказаў, што гэта было выдатна і вельмі пранікнёна...”.

Марыя Георгіеўна, нягледзячы на паважаны ўзрост, не сядзіць склаўшы рукі і разам з іншай народнай артысткай Наталляй Гайдай ўжо дзесяць гадоў іграе ў спектаклі «Я не пакіну цябе», які сама і зрэжысавала. У аснову пастаноўкі лягла п’еса амерыканскага драматурга «Інструкцыя па выжыванні для старых лэдзі». Самі галоўныя гераіні гэтага спектакля былі адзначаныя на міжнародных тэатральных фестывалях.

Творчасць славутай актрысы адзначаная высокімі ўзнагародамі: Дзяржаўнай прэміяй, ордэнам Дружбы народаў, медалём Францыска Скарыны, медалём Роўнаапостальнага Кірыла Тураўскага, прызам Беларускага саюза тэатральных дзеячаў “Крыштальная Паўлінка-2004”, прызам Беларускага саюза кінематаграфістаў “За адданасць кінамастацтву” і многімі іншымі.

Але для яе галоўная ўзнагарода – гэта любоў публікі.

У кнізе “Талент, адухоўлены любоўю” сваімі пачуццямі і думкамі аб таленавітай актрысе падзяліліся каля 50 чалавек. Драматургію апавядання складаюць шэсць раздзелаў. Кожны мае сваю трапную паэтычную назву: “Маленства і юнацтва сцежкі”, “Любоў’ю апавітая”, “Несці людзям веру і надзею”, “Сэрца, напоўненае дабрынёй”, “Жыць лёсам Беларусі”. Завяршаюць расказ паэтычныя прысвячэнні. Тут змешчаныя інтэрв’ю з любімай актрысай, а таксама вершы, прысвечаныя ёй.

Гэтая кніга з’яўляецца калектыўнай працай актывістак Саюза жанчын, а яе натхняльнікам, “рухавіком” стала Соф’я Антонаўна Жыбулеўская. Менавіта яна сабрала ўспаміны аб Марыі Захарэвіч, прысвячэнні і фатаграфіі.

Вітаючы ўсіх шаноўных гасцей вечарыны і звяртаючыся з глыбокай павагай да гераіні сустрэчы – Марыі Георгіеўны Захарэвіч, старшыня Мінскай абласной арганізацыі ГА “Беларускі саюз жанчын” Святлана Сарока паведаміла, што выхад кнігі прымеркаваны да 80-годдзя адной з самых яркіх зорак нацыянальнай сцэны.

– Любоў, дабрыня, шчырасць і сціпласць – вось лейтматыў нашай сустрэчы, – адзначыла Святлана Сарока. – Безумоўна, немагчыма ўмясціць цэлае жыццё ў адну кнігу. Але ж гэтае выданне дае магчымасць прычыніцца да асобы, наталіць сваю душу той цеплынёй і дыбрынёй, якой прасякнуты кожны артыкул. Хачу прывесці радкі з прызнання драматурга Аляксея Дударава: «Ёсць постаці, якія з цягам часу становяцца сімваламі, знакамі, нечым асаблівым і непаўторным, тым, у чым код Часу, Жыцця, Сэнсу Мастацтва... Прозвішчы гэтыя не патрабуюць тлумачэнняў. Іх досыць толькі назваць – і ўсё прыйдзе само па сабе. Бо ў гэтых сімвалах-прозвішчах нейкім чароўным чынам існуе код Любові, Таленту, Майстэрства».

Прысутныя на творчай сустрэчы атрымалі магчымасць бліжэй пазнаёміцца з Марыяй Георгіеўнай: быў паказаны фільм пра жыццё і творчасць народнай артысткі Беларусі. Кульмінацыяй свята стаў момант, калі да мікрофана падышла сама славутая актрыса, і зноў усе пачулі яе чароўны голас і былі ў захапленні ад яе таленту і паэтычнага майстэрства.

Алена Атрашкевіч, член Саюза кампазітараў Беларусі, знаёміцца з выданнем.

Ядвига Сенько:

«Моё творчество требует уединения»

Икона – это не просто изображение на религиозную тематику, это святыня, которая сопровождает многих людей с детства и до самой смерти. Перед ней мы возносим наши молитвы, она своеобразный посредник между небом и землёй, между Богом и человеком. Наделённая невероятной силой, икона, тем не менее, пишется обычными смертными людьми. Кто же они, современные иконописцы?

Так состоялось моё знакомство с молодечненской художницей Ядвигой Сенько. Первое, чем она меня покорила, – это её добрая светлая улыбка. Мне показалось, будто мы знакомы много лет. Не смогла удержаться от комплимента. Ядвига поблагодарила и добавила, что старается всегда быть в форме: «Утром встаю, привожу себя в порядок, затем молитва, зарядка, чашечка кофе – ну, и добавляю хорошее настроение! Ведь рабочее настроение и вдохновение нужно создавать независимо от погоды и обстоятельств. Просто надо быть благодарным Богу за всё, за каждый новый день, уметь прощать и радоваться жизни и всему нас окружающему».

Ядвига Сенько написала более 2000 икон и около 600 картин, провела более 190 выставок, её работы находятся в частных коллекциях по всему миру. Художница участвует во многих проектах, занимается благотворительностью – вместе со своими работами она дарит людям тепло и надежду, любовь и веру.

– Вам часто задают этот вопрос: почему именно иконы?

– Это тема всегда привлекала меня. Первая икона была написана мною в 20 лет, но желание прикоснуться к такому виду творчества возникло намного раньше. Оно было уже тогда, когда я ещё и не предполагала, что стану художником. Во время посещения музеев Ленинграда (ныне Петербурга), Москвы, меня особенно сильно впечатляли картины с мадоннами и ангелами. Листая журналы по искусству, с восхищением рассматривала такие иллюстрации и мысленно восклицала: «Если бы я так могла!». Сначала я не думала, что начну писать иконы – рисовала цветы и ангелов, а икона была чем-то недосягаемым и неприкосновенным.

Моё творчество в области религиозной тематики начиналось в то время, когда у нас школ иконописи не было, или, возможно, я о них не слышала. В этом смысле я самобытный иконописец. По вероисповеданию я католичка, а для того, чтобы писать не только католические, но и православные иконы, нужны определённые знания. Побывала в церкви, ознакомилась с христианским вероучением и «Законом Божьим», пообщалась со священниками, затем получила благословение митрополита Минского и Слуцкого Филарета, Патриаршего Экзарха всея Беларуси. И вот уже почти 20 лет пишу иконы – и католические, и православные.

– Расскажите, пожалуйста, как происходит сам процесс написания иконы.

– Срок исполнения небольшого размера иконы – примерно две недели. Для написания прежде всего нужно подготовить холст. Далее наносится эскизный рисунок и создаётся общая цветовая композиция, а после просыхания слоя красок приступаю к детальному прописыванию ликов, нимбов, фигур, драпировок и т.д. Третий слой завершающий – это лессировочный слой, возможно, где-то более детальная прорисовка, надписи. Корректирую свою работу до тех пор, пока не посчитаю её полностью законченной.

– Наверно, самое сложное в иконописи – это лик, глаза. Как вам удаётся передавать глубокие, проникновенные взгляды святых?

– Это действительно непросто. Прежде чем начать писать икону, обязательно читаю историю её и того святого, который на ней изображён. Работая, я как бы мысленно разговариваю со святым, лик которого в данный момент пишу, прошу помощи и поддержки. Погружаюсь в какой-то иной мир, мир благости и одухотворённости, особенно если работа ладится. Моё творчество требует уединения и спокойствия, терпения и умения прощать, стараться жить в ладу с собой и следовать Заповедям Божьим. И тогда всё получается...

– Ядвига, а прослеживается ли, так сказать, «мода» на иконы?

– Иконы обычно заказывают люди верующие, они сами понимают и знают, что они хотят и для чего. Православные христиане часто покупают икону Спасителя и Казанскую икону Божьей Матери как венчальные. У католиков по обыкновению является венчальной икона «Святое Семейство». Также заказывают именные иконы, мерную икону (её пишут на доске в размер (мерку) человека на момент его рождения, где изображают лик святого – прим. автора).

Пишу иконы не только на заказ – мои работы можно свободно приобрести в галерее, некоторых киосках церквей и костёлов, увидеть в храмах нашей страны. Хочу добавить, что часто заказанные у меня иконы люди передают в дар храмам.

– Есть ли иконописцы, на которых равняетесь?

– О, да! К сожалению, я не помню имён, запоминаю только зрительные образы. Когда вижу иконы, написанные талантливыми мастерами, не просто восхищаюсь ими, но и стараюсь по возможности и сама ещё более скрупулезно работать. Я достаточно предвзято отношусь к своему творчеству и нечасто довольна результатом. Есть одна такая сложная мечта: увидеть свои работы чужими глазами. К сожалению, это неисполнимо...

– Ваши экспозиции путешествуют по выставочным залам не первый год. Придя на такую выставку, человек далёкий от религии воспринимает иконы прежде всего как произведения искусства. Однако икона – это святыня. Правильно ли видеть в ней только художественное начало?

– Любое изображение Бога есть икона. Раньше я экспонировала только освящённые иконы. Потом от этого отказалась, ведь не всегда при транспортировке с ними обращаются должным образом. Если говорить о посетителях моих выставок – возможно, и не каждый человек готов переступить порог храма, хотя подсознательно и

тянется к вере. Так пусть вначале он придёт в музей или на выставку, посмотрит на иконы – тогда, может, следующим его шагом будет именно дорога в храм, к Богу... Выставки, на которых человек оказывается один на один с Божественным ликом, изменяют его мировоззрение, мне много случаев об этом рассказывали.

– В прежних интервью вы определяли цель своей жизни – «построить храм в душе». А что он представляет собой?

– Прежде всего – соблюдать Заповеди Божии. Ведь можно запретить себе лгать, гневаться. Согрешить однажды – это страшно, совестно. Дважды, трижды – уже не так заметно для души. А после и вовсе привычка... Идеальным человек не может быть, однако всё же стоит начинать каждый день с любви к себе и другим.

Любовь проявляется в мелочах: сдержать слово, не обидеть ничем напрасно – из этого складываются дела, а это и есть кирпичики.

Считаю, что каждый человек одинок: приходит в жизнь один, в одиночестве же её и покидает. Но рядом с верующим всегда есть Бог. Поэтому, если не справляешься – проси помощи в молитве, и тогда в жизнь приходят нужные люди, случаются долгожданные события.

– Что бы вы хотели пожелать читателям журнала?

– Читателям и всем людям хочу пожелать больше улыбаться, потому что улыбка – это то, что несёт в наш мир свет. Ещё хочу пожелать больше любви друг к другу – забыть о зависти и искренне радоваться успехам других. Мира и спокойствия в наших сердцах, здоровья, а ещё желаю каждому человеку Божьей помощи во всех делах и начинаниях!

Виталина БАНДАРОВИЧ

Рыгор Сарока:
“Цікавае жыццё мы ствараем самі”

Не злічыць, колькі разоў яму здзіўлена гаварылі: “Як вы змаглі так рэалізаваць сябе ў правінцыі?”. Сотні сімфанічных канцэртаў, дзясяткі найцікавейшых праектаў, штогод гастролі па замежжы, майстар-класы, сумесная работа з вядомымі класічнымі музыкантамі, спевакамі, кампазітарамі, выданне рэдкіх партытур, і пры тым — бесперапыннае кіраўніцтва музычным каледжам, педагагічная дзейнасць, грамадскія актыўнасці. Рыгор Сямёнавіч Сарока на гэта заўважае, што ў правінцыі маецца свая, адмысловая энергетыка, якая прымушае людзей больш варушыцца, фантаніраваць ідэямі, працаваць з творчай самаддачай.

Фота Ю. Іванова

Алена ЦЯРЭНЦЬЕВА
Фота з асабістага архіва Р. САРОКІ

“Правінцыя” – гэта ўнутраны стан

Зрэшты, горад Маладзечна Рыгор Сямёнавіч ні ў якім разе не лічыць “правінцыяй”:

– Гістарычна так склалася, што Маладзечна заўсёды было асяродкам культуры і асветніцтва. У даўнія часы тут уладарылі князі Заслаўскія, Сангушкі, потым Леў Сапега, канцлер Вялікага княства Літоўскага. Гэта былі адукаваныя людзі, якія садзейнічалі развіццю адукацыі і мастацтваў. Асабліва плённымі былі гады, калі Маладзечна перайшло да роду князёў Агінскіх. Іх намаганнямі быў пабудаваны прыгожы палац, сабраная багатая калекцыя карцін, створана бібліятэка, адкрыта павятовае вучылішча. Маладзечна неаднаразова наведваў кампазітар Міхал Клеафас Агінскі, аўтар знакамітых вальсаў, мазурак, рамансаў і сусветна вядомых паланэзаў, сярод якіх «Развітанне з Радзімай». У маладзечанскім палацы напачатку XIX стагоддзя пастаянна гучала яго музыка. А пасля смерці дзядзькі Міхал Клеафас Агінскі нават стаў уладальнікам Маладзечанскага замка! З нашым горадам, як бачыце, кампазітара шмат што звязвала. Таму зусім невыпадкова па маёй ініцыятыве Маладзечанскі музычны каледж носіць імя М.К.Агінскага, тут яму ўстаноўлены помнік і мемарыяльная дошка-копія, такая ж, як і на доме ў Фларэнцыі.

Або такі цікавы факт: у Маладзечне была адкрыта адна з самых першых у Беларусі настаўніцкіх семінарый, над праграмай для яе працаваў вядомы рускі педагог Канстанцін Ушынскі. Семінарыя мела свой музей, тэатр, хор, нават метэаралагічную станцыю. У 1940-50-я гады існавала Маладзечанская вобласць. Драматычны, лялечны тэатры, музычнае вучылішча – якая ж тут правінцыя? Зрэшты, адчуванне “правінцыі” – гэта ўнутраны стан, самаабарона пры бяздзейнасці. Як кажуць, не месца ўпрыгожвае чалавека, а чалавек месца.

– Ёсць меркаванне, што класічная музыка жыве ў вялікіх гарадах, дзе прыгожыя канцэртныя залы...

– Класічная музыка жыве там, дзе яе любяць. У Маладзечне яна дакладна жыве. Найперш таму, што ў нас ёсць выдатны сімфанічны аркестр, а гэта ва ўсім свеце з’яўляецца паказчыкам узроўню культуры горада. Паглядзіце, у Еўропе ў кожным гарадку імкнуцца стварыць хоць невялікі, хоць аматарскі, аднак свой аркестрык. Наш аркестр – філарманічнага ўзроўню, носіць званне “Заслужаны калектыў Рэспублікі Беларусь”. Мы зрабілі Маладзечна оперным горадам, паставілі чатыры паўнавартасныя оперныя спектаклі, а таксама канцэртныя варыянты опер. Мой родны і любімы горад стаў для мяне творчай лабараторыяй, падараваў насычанае творчае жыццё, тут нарадзіліся многія цікавыя, сапраўды ўнікальныя для Беларусі праекты. Ні дня не шкадую, што працую ў правінцыі.

– Як узнікла ідэя паставіць оперу ў Маладзечне?

– Пра яшчэ адзін оперны тэатр на Беларусі ў музычных колах гаварылася даўно, гэта былі такія марынастальгія пра былую веліч оперных тэатраў, што меліся ў нашых гарадах у XVIII ст. Прызнаюся, я таксама пра гэта неаднойчы думаў. Напачатку 2000-х ідэя "другой оперы" завалодала і выдатным оперным спеваком Уладзімірам Экнадзіёсавым – так нашыя творчыя шляхі перакрыжаваліся. У Маладзечне была цудоўная пляцоўка для оперных пастановак – новы Палац культуры з аркестровай ямай, добрай акустыкай. Калектывы сімфанічнага аркестра і музычнага каледжа ідэю оперы падтрымалі. Ствараўся спектакль выключна сваімі сіламі: так узнік Маладзечанскі маладзёжны музычны тэатр. Першай спробай для нас стала лірычная опера "Іаланта" Пятра Ільіча Чайкоўскага, прэм'ера адбылася вясной 2007 года.

Адметна, што наша "Іаланта" прагучала ў першародным варыянце – так, як яна гучала ў Марыінскім тэатры ў 1893 годзе. Партыі галоўных герояў выконвалі студэнты. Таксама ўдзельнічалі і выкладчыкі, лаўрэаты міжнародных конкурсаў Наталля Шыбко, Пётр Туронак, Маргарыта Васілевіч.

Сапраўдным адкрыццём пры пастаноўцы "Іаланты" з'явіўся трэцкурснік Уладзімір Дзмітрук. Цяпер ён скончыў Пецярбургскую кансерваторыю, лаўрэат шматлікіх конкурсаў вакалістаў, у тым ліку прэстыжнага "Апералія" Пласіда Дамінга, дзе стаў фіналістам. Выступае ў многіх вядомых тэатрах свету, як "Метрапалітэн-опера" ў Лос-Анджэлесе, "Камер-опера" ў Вене. Аднак у пачатку яго кар'еры была маладзечанская сцэна, і гэта нам вялікі гонар.

Гэтак жа адкрыў сябе ў нашых маладзёжных операх Анатоль Сіўко, які сёння – саліст Вялікага тэатра Беларусі, мае шматлікія ўзнагароды міжнародных конкурсаў, выступаў з аркестрамі Уладзіміра Співакова, Валерыя Гергіева, спяваў разам з "залатым барытонам" – Дзмітрыем Хварастоўскім. Арцём Хамічонак, Андрэй Саўчанка, Павел Валужын, Андрэй Мацюшонак – гэтыя імёны гучаць цяпер у многіх краінах свету, а першыя сур'ёзныя выхады на сцэну былі менавіта ў нашых оперных спектаклях.

Рыгор САРОКА з аркестрам. Замалёўка Кобі Ланге.

Лаўрэат міжнародных конкурсаў вакалістаў Наталля ФРАНЦКЕВІЧ.

Самы музычны горад Беларусі

– Выбар рэпертуару залежыць не толькі ад прафесійнага ўзроўню артыстаў. А як адрэагавалі гледачы?

– У нашым горадзе шмат прыхільнікаў класічнай музыкі, канцэрты сімфанічнага аркестра адбываюцца, лічы, штомесяц, мы пастаянна радуем новымі праграмамі. Людзі прызвычаіліся да высокага мастацтва. І на оперу білеты раскупілі ўсе да аднаго. Прэм'ера была настолькі ўдалай, што па просьбе гараджан маладзёжны тэатр даў яшчэ два аншлагавыя спектаклі. Многія мае сталічныя сябры былі здзіўленыя, а я ім шчыра казаў, што Маладзечна – самы музычны горад Беларусі, аднак гэта патрабуе пэўных высілкаў ад работнікаў культуры.

Праз год мы вынеслі на суд гледачоў оперу Вердзі "Травіята". І зноў поспех, зноў аншлагі. Наступная прэм'ера адбылася ў красавіку 2009 года – опера "Яўген Анегін" Чайкоўскага. Безумоўна, гэты спектакль быў больш складаны, чым два папярэднія, але мы справіліся.

Гэта была вельмі ахвярная праца. І не толькі музыкантаў і артыстаў-

вакалістаў, але і выкладчыкаў па вакале, балетмайстараў, мастакоў па касцюмах, мастакоў сцэны, шматлікіх супрацоўнікаў Палаца культуры. Для кожнага спектакля ствараліся свае дэкарацыі, мэбля і рэквізіт той эпохі, шылася сцэнічнае ўбранне, бальныя сукенкі і фракі – для "Яўгена Анегіна" спатрэбілася 150 касцюмаў!

Навошта я замахнуўся на такі праект? Не толькі дзеля гонару як дырыжор, як мастацкі кіраўнік. Мне хацелася падаць прыклад для абласных нашых цэнтраў, каб яны таксама ўскалыхнуліся, паўтарылі наш вопыт. Хоць бы на сцэнах мясцовых драматычных тэатраў... Штогод ў Беларусі выпускаюцца таленавітыя музыканты, спевакі, дырыжоры – куды нашай моладзі падзецца? Дзе праявіць свае здольнасці, таленты? Два тэатры ў Мінску, оперны і музкамедыі, – і ўсё! З'язджаюць шукаць сабе працу за мяжой, вядома, мы на словах шкадуем альбо папракаем. Але ж прапанаваць цікавыя праекты – гэта самае правільнае рашэнне.

Нашы оперныя пастаноўкі мы паказалі амаль ва ўсіх абласных гарадах, і ўсюды іх сустракалі прыхільна. Спадзяюся, нашу ініцыятыву ўсё ж падтрымаюць, і з'явяцца ў Беларусі яшчэ оперныя гарады.

Прафесія зрабіла шчаслівым

– Вашаму творчаму лёсу можна пазайздросціць.

– Мне пашанцавала ў жыцці – праца з сімфанічным аркестрам музычнага каледжа падарыла мне шмат сустрэч з цікавымі людзьмі. Памятаю кожную хвіліну размовы з найвялікшым піяністам XX стагоддзя Святаславам Рыхтарам. Кранальныя адносіны былі ў мяне з кампазітарамі Яўгенам Глебавым, Валерыем Івановым, Леанідам Захлеўным.

Прафесія зрабіла мяне шчаслівым: я адбыўся ў творчай рэалізацыі – як дырыжор, як мастацкі кіраўнік сімфанічнага аркестра, як дырэктар і педагог музычнага каледжа. І магу сказаць, што мне толькі дапамагло тое, што працую на сваёй малой радзіме. Увесь наш род такі – мы ўсе кучкуемся на роднай зямлі, не ў Маскве або Піцеры. І дзяцей выхаваў у любові да свайго горада: старэйшая дачка Вольга скончыла магістратуру БДУКМ, выкладае гісторыю сусветнага і беларускага мастацтва ў нашым каледжы. Малодшая дачка Таццяна – таленавітая піяністка, канцэртмайстар, яна выдатна чытае ноты з ліста, салістка сімфанічнага аркестра. Мне пашчасціла, што побач са мной любімая жанчына, мая жонка Святлана – мой найлепшы сябра і дарадца, мая муза і мая зорка.

Вось ужо 37 гадоў, як я ўзначаліў Маладзечанскае музычнае вучылішча: рэдкі дырэктар-доўгажыхар, што і казаць. Ніколі не баяўся страціць гэтую адміністрацыйную пасаду, бо яна для мяне заўсёды была і ёсць другасная, галоўнае – мая прафесія. Таму і не страціў сябе як музыкант, дырыжор, мой гонар вялікі – 38 гадоў кіраўніцтва сімфанічным аркестрам. Заўсёды імкнуся падтрымліваць спакойную добразычлівую псіхалагічную атмасферу ў калектыве. Музыканты, асабліва таленавітыя,– ахвяры сваёй любові да музыкі, таму іх не трэба занадта кантраляваць, яна самі хвалююцца і перажываюць за вынік.

Партрэт. Мастак Сяргей САЛОХІН.

Дасье

САРОКА Рыгор Сямёнавіч, заслужаны дзеяч культуры Рэспублікі Беларусь, кавалер ордэна Францыска Скарыны. Дырэктар УА "Маладзечанскі дзяржаўны музычны каледж імя М.К.Агінскага". Мастацкі кіраўнік і галоўны дырыжор заслужанага калектыву Рэспублікі Беларусь сімфанічнага аркестра Маладзечанскага музычнага каледжа імя М.К.Агінскага.

Старшыня Мінскага абласнога аддзялення Беларускага саюза музычных дзеячоў. Старшыня праўлення дабрачыннага фонда "Спадчына Міхала Клеафаса Агінскага».

Лаўрэат Спецыяльнай прэміі Прэзідэнта Рэспублікі Беларусь у намінацыі "За ўклад у развіццё міжнародных культурных сувязей Рэспублікі Беларусь". "Чалавек года Міншчыны – 2012". Ганаровы грамадзянін горада Маладзечна і Маладзечанскага раёна. Ганаровы грамадзянін горада Рытавас (Літва).

Прафесія зрабіла мяне шчаслівым: я адбыўся ў творчай рэалізацыі – як дырыжор, як мастацкі кіраўнік сімфанічнага аркестра, як дырэктар і педагог музычнага каледжа

– Нядаўна адзначалася 250-годдзе Міхала Клеафаса Агінскага, чыё імя носіць ваш каледж.

– Да юбілейнай даты мы падрыхтавалі рамантычную оперу Алега Залётнева “Міхал Клеафас Агінскі. Невядомы партрэт”. Яна запісаная на дыск, таксама выдадзеная ў альбомным афармленні яе партытура. Яшчэ адна цікавая ідэя ўзнікла падчас сустрэчы з прапраўнукам кампазітара піяністам Іва Залускім – зрабіць нотны пераклад 8 папулярных паланезаў Агінскага для выканання іх сімфанічным аркестрам. Гэты праект атрымаў міжнародны грант, кніга дыхтоўна выдадзеная ў Літве на беларускай, літоўскай і англійскай мовах.

Шчыра кажучы, жанр оперы – не самы мой любімы, мне больш цікавыя сімфанічныя і харавыя творы. Таму ў бліжэйшы час сканцэнтрую сваю ўвагу на нечым падобным.

– У адным з інтэрв’ю вы зазначылі, што не баіцеся працаваць з таленавітымі людзьмі.

– Так, я паважаю таленты і люблю супрацоўнічаць з імі, адсюль і поспехі, і значныя праекты. Але з таленавітымі людзьмі працаваць больш складана – трэба самому ўвесь час ўдасканальвацца. Адпачываць на лаўрах не атрымаецца, жыццё ў музыцы вельмі канкурэнтнае.

Дырыжору няпроста быць цікавым для высокапрафесійных выканаўцаў, тут найперш недапушчальна таптанне ў рэпертуары. Калі сум на рэпетыцыях стане кіраваць працэсам, добрых вынікаў не чакай! А новыя творы, новыя праекты патрабуюць ад дырыжора пастаяннага творчага пошуку, пастаяннай працы над сабой, пашырэння свайго кругагляду. “Ні дня без кніжкі” – мой дэвіз. Вучу вершы, каб трэніраваць памяць, чытаю гістарычныя раманы, зрэдку дэтэктывы (каб трэніраваць мысленне) і шмат іншага. Мне прыемна, што музыканты кажуць: “З Сарокам працаваць цікава, хоць і складана”. За год я “нараджаю” дзесьці 5 новых канцэртаў-праектаў. Аркестр іграе не толькі класічную музыку, але і джазавую, і шансон прыстойны. Хаця, безумоўна, я акадэмічны музыкант і люблю сапраўдную музыку, адшліфаваную вякамі. Вердзі, Моцарт, Мусаргскі, Яўген Глебаў – такія зоркі ўспыхваюць на музычным небасхіле рэдка.

Зараз рыхтуемся да чарговага канцэрта сімфанічнага аркестра, які адбудзецца 28 лістапада: гэта новая праграма “Наша крэда – музыкі вечнасць”, дзе мы будзем выконваць кантату бельгійскага кампазітара Генрыха Сірокі “Крэда”. Знайшоў гэты клавір і ўзрадаваўся – ніхто ў СНД яшчэ не выконваў гэтай музыкі. Цікавыя ноты шукаю пастаянна, дапамагаюць сябры, былыя вучні, замежныя калегі. Вядома ж, для нашага аркестра пішуць і беларускія кампазітары. Напрыклад, гэта фантазія на тэму хітоў Ігара Лучанка – “Майскі вальс”, “Мой родны кут”, “Зачараваная”, “Полька беларуская” і інш. Шэраг выдатных твораў напісалі

для сімфанічнага аркестра нашы вядомыя кампазітары Валерый Іваноў, Леанід Захлеўны, Алег Хадоска, Леанід Левашкевіч.

– Творчаму чалавеку складана быць адміністратарам?

– Павінен сказаць, што, на дзіва, ў мяне заўсёды атрымліваўся дыялог з мясцовымі і абласнымі ўладамі, мяне разумелі, падтрымлівалі і ішлі насустрач. Музычны каледж сёння – гэта 66 сучасна афармленых вучэбных класаў, якасная музычная бібліятэка, спартзала, тэнісныя корты. Яшчэ ў часы СССР камісія здзіўлялася, што Маладзечанскае музвучылішча мае моцную матэрыяльную базу. Сёння ў нас 150 фартэпіяна/піяніна, 32 раялі, а ўсяго 520 інструментаў, прытым усе высокага класа, сусветна вядомых вытворцаў. Іншыя скрыпкі купляліся непасрэдна ў майстроў на конкурсах. Для сімфанічнага аркестра маюцца ўсе інструменты. Мы можам іграць любую музыку – Равеля, Дэбюсі, Бартака.

Нядаўна мы ў каледжы стварылі летні канцэртны падворак, на манер італьянскіх школ музыкі, і ён такі адзіны ў Беларусі. Канцэртная зала ў нас таксама з ліку філарманічных, не сорамна любую знакамітасць прыняць, дарэчы, там выступалі многія вядомыя музыканты.

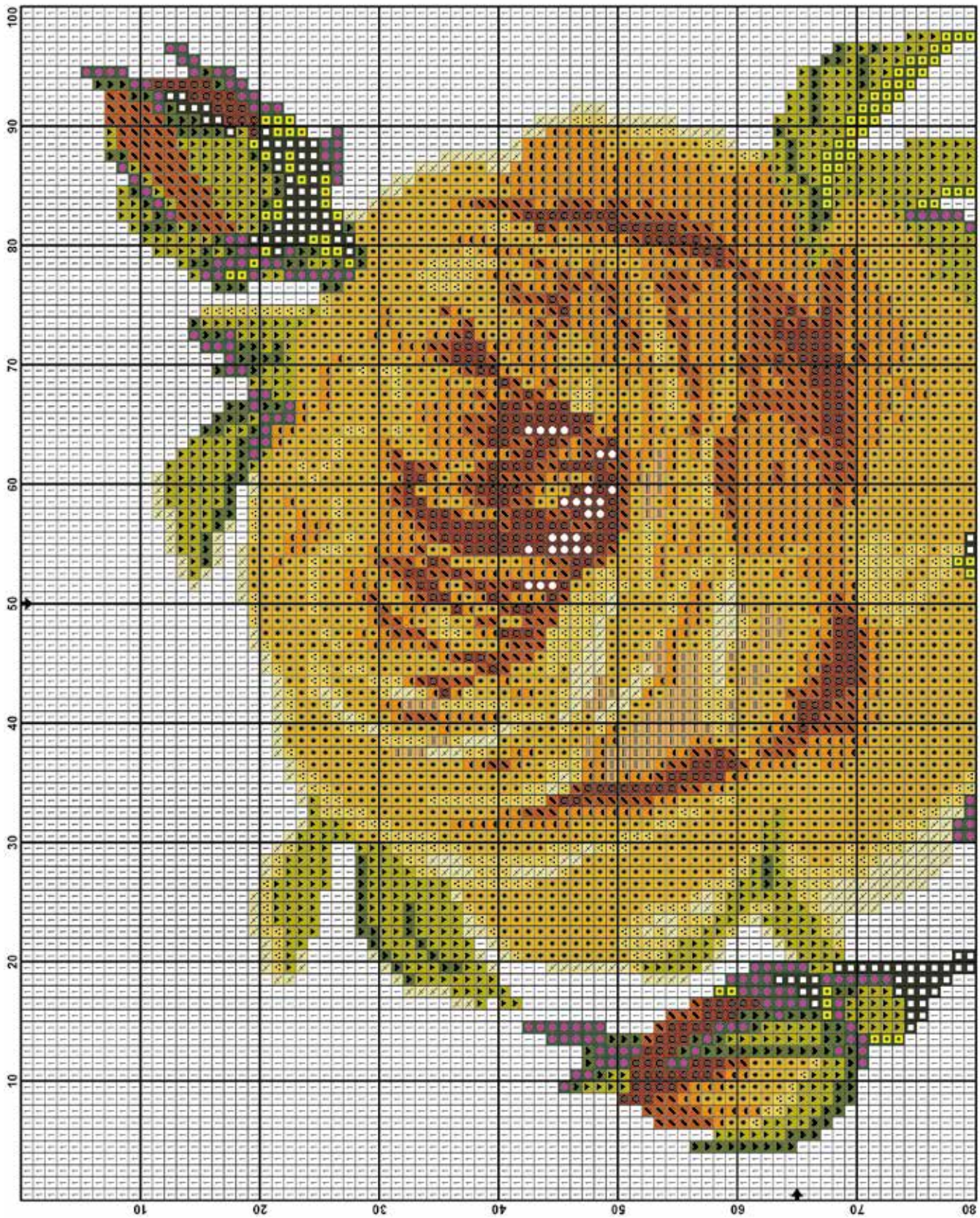
Работы многа, але мне падабаецца гэты насычаны тэмп – так жыць цікавей! Праз тыдзень з сімфанічным аркестрам збіраемся выступіць зноў у гарадах Еўропы, якія звязаныя з імем беларускага асветніка Францыска Скарыны, – мы ўдзельнічаем ў праекце “Шляхамі знакамітых землякоў”.

Поспехамі свайго сімфанічнага аркестра на Захадзе я вельмі ганаруся. Калі народная, фальклорная музыка – гэта экзотыка, дзіва, то сімфанічная – мастацтва, якое культывуецца ва ўсім свеце, мае вельмі жорсткія крытэрыі ацэнкі майстэрства, і таму заслужыць там добрыя словы ў свой адрас творчаму калектыву няпроста. Прыемна, што наша работа адпавядае еўрапейскаму ўзроўню. Але мы прывозім з-за мяжы не толькі прызнанне, а нешта большае – гонар за нашу школу, за нашу таленавітую моладзь і наша мастацтва.

З жонкай Святланай.

З унукамі Рыгоркам і Яўгенам.

На гастролях у Санкт-Пецябургу. Наведванне Эрмітажа.



ВЫШИВАЕМ ДИВАННУЮ ПОДУШКУ

Вышитые самой хозяйкой декоративные подушки становятся тем ярким элементом интерьера в квартире, который привносит в обстановку и индивидуальность, и уют.

Вам хочется, чтобы ваша гостиная преобразилась? Для этого дизайнеры рекомендуют добавить несколько ярких акцентов, которые «оживят» комнату. И среди самых простых решений – новые интересные аксессуары. Отличным вариантом в данном случае станут несколько вышитых диванных подушек. Бесспорно, особый шарм всегда присущ изделиям, сделанным своими руками.

Вышивка подушек делится на несколько типов по уровню сложности выполняемой работы. Конечно, опытные мастерицы смогут без проблем вышить практически любую схему, а вот начинающим рукодельницам на первых порах лучше всё же отдать предпочтение более простым рисункам или узорам. Это могут быть геометрические фигуры или же детские рисунки.

Лидирующие позиции среди любимых вышивальщицам схем занимают цветы и цветочные композиции. Сегодня «Алеся» предлагает один из несложных узоров – схему вышивки «Роза». Цветочные узоры и орнаменты отлично подходят не только для гостиной, но и для спальни, детской комнаты. Ну, и для подарка тоже!

	DMC	GAMMA
	817	0024
	814	0407
	319	0719
	890	3152
	469	0090
	166	3245
	745	0021
	743	0104
	742	0019
	741	3195
	720	0109
	3854	3209

Размер вышитой картины при стандартной канве 14 кл. на дюйм – 18×23,5 см.

Карнавальныя фарбы сезона

Дождж і шэрасць за акном прымушаюць нацягнуць цёплы швэдар, ухутацца ў плед і не выходзіць з хаты? Стоп! Гэты "песімістычны" сцэнарый не для нас. Кастрычнік і лістапад зусім не сінонімы апатыі і дэпрэсіі. "Алеся" падкажа вам, як размаляваць хмурныя восеньскія дні яркімі фарбамі з улікам апошніх тэндэнцый моды.

Хрысціна ХІЛЬКО

Вязаны бум

Восеньскае непрадказальнае надвор'е галоўнае – не захварэць. Таму сумяшчаем прыемнае з карысным: апранаемся прыгожа і цёпла. Ідэальнае рашэнне – вязаныя рэчы. Сярод актуальных мадэляў сезона дызайнеры прапануюць швэдары з аб'ёмнымі "косамі" і мудрагелістымі ўзорамі. Не страцілі папулярнасці і ўсім нам вядомыя скандынаўскія матывы (ромбікі, сняжынкі, зігзагі).

Асаблівая ўвага сёлета надаецца мяккаму кардыгану з вялікімі кішэнямі, кашміраваму альбо з мяккай воўны (у гэтым сезоне ён стаў больш аб'ёмны ў плячах і крыху даўжэйшы, чым раней).

Самыя папулярныя адценні – пясочныя, жоўтыя, светла-шэрыя.

Футравая гісторыя

Зусім не абавязкова чакаць зімы, каб апрануць шыкоўныя "пухнатыя" рэчы. Футравыя вырабы – яшчэ адзін "цёплы" трэнд асенняга сезона. Асаблівы поспех дызайнеры модных дамоў Мілана і Парыжа прадракаюць камізэлькам з аб'ёмнага натуральнага футра.

Актуальнымі будуць натуральныя класічныя адценні. Але для модніц, якія не баяцца эксперыментаваць і быць у цэнтры ўвагі, выдатным рашэннем стануць футры вінных, цёмна-сініх, прыглушана ружовых адценняў, як у Tadashi Shoji, Anya Hindmarch, Ellery.

Футравыя камізэлькі могуць выдатна спалучацца не толькі з джынсамі, але і з класічнымі штанамі, касцюмамі, штанамі-клёш, спадніцамі і сукенкамі. І яшчэ: паколькі гэтая шыкоўная рэч адразу прыцягвае да сябе позіркі, не перагружайце свой ансамбль аксэсуарамі.

Шматслаёвасць

Каму з жанчын не знаёмая сітуацыя: адчыняем шафу, перад вачамі безліч рэчаў, а надзець быццам бы і няма чаго... Або з вечара не дае супакою пытанне: у якім вобразе выйсці з хаты – рамантычным, дзелавым, спартыўным?

Гэтай восенню адкінем лішнія сумневы ў бок. У модзе шматслаёвасць, таму можна не выбіраць паміж джынсамі і сукенкай, а… надзець іх разам! Калі такі эксперымент для вас задужа смелы, паспрабуйце самы просты варыянт: доўгая кашуля плюс штаны. Свабоднага крою кашуля і вузкія дудачкі створаць гарманічны модны ансамбль, які выдатна падыдзе як для працы, так і для шпацыру. Арыгінальна будзе выглядаць тонкая вязаная сукенка ў спалучэнні з джынсамі. Завершаць модны вобраз бацільёны на плоскай падэшве.

Дэніманія

Джынсы даўно "прапісаліся" ў шафе сучаснай жанчыны. А куды ж без іх у дажджлівыя асеннія дзянькі?

У гэтым сезоне дызайнеры раяць засяродзіць увагу на класічных прамых альбо клёшных мадэлях. Ніякіх стракатых кветкавых аплікацый, стразаў, пацерак. На піку папулярнасці строгія лаканічныя мадэлі цёмна-сіняга колеру з высокай пасадкай. Calvin Klein, Christian Dior увогуле арганізавалі на подыуме джынсаманію, апрануўшы мадэлі ў камбінезоны, курткі, кепкі з гэтага папулярнага матэрыялу.

Калі вы прыхільніца дэніму – гэты модны сезон ваш!

Калі вы выбіраеце штаны-клёш, то пашыраюцца яны павінны ад калена, а не ад сцягна. Да таго ж, сучасная мода на штаны-клёш патрабуе, каб яны былі абавязкова з высокай таліяй.

Апынуцца ў "клетцы"

Пераакрыжаванні тонкіх палосак рознага колеру і шырыні, якія ўтвараюць строгі клятчаты малюнак, – эталон брытанскага густу і стылю. І вы, паважаныя спадарыні, з лёгкасцю можаце да яго наблізіцца. Смела купляйце касцюмы, жакеты, паліто, сукенкі ў дробную клетку. Колеры – шакаладны, шэры, графітавы – ідэальнае рашэнне для офіснага дрэс-коду.

Ацанілі (чытайце: "вярнулі на подыумы") дызайнеры і вельвет. Не памыліцеся, калі надзенеце ў новым сезоне мяккія і ўтульныя вельветавыя штаны і кашулі.

А капялюш?

Сапраўды, якая восень без капелюша? Сёння іх выбар неабмежаваны – купляйце і фетравую "фядору", і папулярны ў 1920-х званочак-клош, і смелыя жакейскія мадэлі. Важна знайсці свой варыянт галаўнога ўбора, каб падыходзіў пад форму твару, даўжыню і колер валасоў, фігуру.

Таму купляць капелюшы праз інтэрнэт-краму не раім! Лепш адпраўляйцеся ў шоп-тур і пакрасуйце ва ўборах перад вялікім люстэркам.

ШТАНЫ-ПАЛАЦО ў 2017-2018 сезоне на піку славы. У трэндзе любыя тканіны, ад бавоўны да твіду і кашміру. Галоўнае, каб было выразнае багацце зморшчын і заломаў, а зверху – накідкі, вязаныя арнаментам-дэкорам.

Больш элегантнасці

Яшчэ ў мінулым годзе дамы выбіраліся на праменад па чырвона-залатых скверах у грубым, масіўным абутку. Раім пакласці такія мадэлі ў скрынку. Дызайнеры ў адзін голас кажуць: боты, бацільёны, чаравікі павінны быць у гэтым сезоне больш вытанчанымі, жаноцкімі, элегантнымі. Абутак можа быць упрыгожаны спражкамі, шнуроўкамі, перфарацыяй.

У фаварытах – боты на высокім устойлівым абцасе. Але калі камфорт для вас на першым месцы, смела выбірайце ў новых калекцыях больш зручны абутак на маленькай шпільцы, невысокай танкетцы ці на плоскай падэшве.

Маникюр: в моде минимализм!

Маникюр давно перестал быть только гигиенической процедурой, призванной сделать ногти аккуратными. Сегодня это скорее искусство, благодаря которому женские ноготки превращаются в настоящие шедевры. Каждый сезон дизайнеры радуют нас свежими идеями и оригинальными новинками, и модный маникюр осень-зима 2017–2018 не исключение. Единственная сохранившаяся тенденция прошлых сезонов – натуральность и естественность.

Наш консультант – стилист, победительница чемпионатов Европы и мира по парикмахерскому искусству, тренер и судья международного класса, директор «Театра причёсок» **Анастасия ЯТКОВА**, г. Минск.

Плавные закруглённые линии, овальная или миндалевидная форма ногтя – вот что в моде!

Матовые и бархатистые поверхности предпочтительнее глянцевых.

С наступлением холодов хочется и ногти «укутать» в тёплые и уютные оттенки. Выбирайте – шоколадный, баклажанный, оливковый, но самый популярный тренд – это винные и ягодные. Смело экспериментируйте с цветом, которым богата осень!

Ксения КРАСОТА

Матовые и бархатистые поверхности предпочтительнее глянцевых.

Кстати, из ворвавшихся в популярную линейку палитр стоит выделить ещё и серый цвет. Он удивительно хорошо сочетается с винно-ягодными оттенками, да и сольно с элементами декора будет выглядеть изумительно. Причём будет хорошо смотреться как матовый серый, так и глянцевый.

Конечно, для тех, кто любит светлые оттенки, тоже есть хорошие новости. Всё также в топ-списке пастельные нежные тона: лиловые, бежевые, голубые, розовые, бирюзовые. Можете смело их использовать!

Точно так же, как мы избавляемся от хлама в доме, перебираем гардероб, стоит иногда «разгружать» и свои пальчики. Фишка этого сезона – «голые» ногти. То есть стоит обработать их, покрыть прозрачной базой и, если уж так хочется, по минимуму добавить какую-нибудь графику: полоску, треугольник, кружочек и т.д. Но только один-два элемента. Минимализм – это круто! Либо выделите лишь кутикулу, подчеркнув её наклейкой, цветным лаком, блёстками.

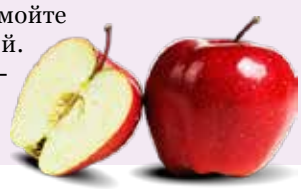
Ещё раз повторим: не стоит этой осенью засыпать блёстками и стразами все ноготки. Из декора предпочтите пудру, которая элегантно и невычурно выделит ноготок.

Для игривых натур подойдёт камифубуки, или маникюрное конфетти. Но так же не увлекайтесь чересчур большим его количеством! Порадует глаз и художественная роспись на ногтях. Особенно кстати будут тематические рисунки: грибочки, жёлуди, рябина, листья… Да, и как же без тыквочек – ведь 31 октября грядёт Хэллоуин!

Яблочная маска для рук

Осенью нужен особый уход за кожей рук. Как тут не воспользоваться дарами осени, например, яблоками!

Потрите яблоко на мелкой тёрке, добавьте 2 ст. ложки оливкового масла, 1 ч. ложку размягчённого вазелина и на краешке ложки капельку ментолового масла. Эту маску намажьте на руки, подержите 10 мин. Смойте тёплой водой. Затем нанесите увлажняющий крем.



10 сакрэтаў стройнасці

1 Атрымлівайце асалоду ад жыцця

Умейце знаходзіць радасці паўсюль, не заганяючы сябе ў гастранамічныя рамкі, бо часцей за ўсё пераяданне – гэта ўсяго толькі спосаб атрымання імгненнага задавальнення. Паспрабуйце знайсці сабе цікавае хобі, больш кантактаваць з блізкімі, праводзіць выхадныя за актыўнымі заняткамі. Схадзіце ў басейн ці ў парк, наведайце музей. Вось убачыце: часу на думкі пра ежу ў вас проста не застанецца.

2 Вывучайце свае патрэбы

Як часта ў пагоні за зграбнасцю мы слепа трымаемся парад дыетолагаў або фітнес-трэнераў, забываючыся на тое, што ўсе людзі розныя і ў кожнага індывідуальныя патрэбы. Вывучыце патрэбы свайго арганізма і прыслухоўвайцеся толькі да іх. Такі падыход забяспечвае гармонію з сабой і сваім целам. Магчыма, нашаму арганізму лепш харчавацца часта і маленькімі порцыямі ці, наадварот, насуперак парадам дыетолагаў, вы лепш сябе адчуваеце, прытрымліваючыся традыцыйнага трохразовага харчавання. Абавязкова звяртайце на гэта ўвагу.

3 Наладзьце паўнавартасны сон

Найважнейшы сакрэт стройнай фігуры – паўнавартасны сон. Выспаўшыся, мы менш схільныя да стрэсу, а значыць, у нас менш прычын заядаць бягучыя праблемы, як часта робяць тыя, чыя вага пастаянна імкнецца ўгару. Акрамя таго, арганізм, які адпачыў, не мае патрэбы ў дадатковых калорыях для кампенсацыі недахопу энергіі, а значыць, у нас яшчэ на адну прычыну менш лішні раз перакусіць. Менавіта таму так важна не эканоміць на сне і планаваць свой дзень так, каб на сон заставалася не менш за 8 гадзін.

Аліна БЯЛОВА

4 Ніякіх жорсткіх абмежаванняў у ежы

Не абмяжоўвайце сябе, не бывае дыет «з панядзелка», «адразу пасля святаў», проста не трэба наядацца ў запас. Навучыцеся дазваляць сабе невялікі кавалачак любімага ласунку, задаволіўшы сваё хвіліннае жаданне, і на гэтым спыніцца.

5 Ешце, калі галодныя

Заўважце, што часцей за ўсё мы ядзім за кампанію або па звычцы, чым у сувязі з рэальным пачуццём голаду. На працы мы абедаем у пэўны час толькі таму, што гэта наш законны перапынак. Мы спыняемся на невялікае чаяванне з кавалачкам пірага, таму што нас ім нечакана пачаставалі, а, прыходзячы ўвечары дахаты, вячэраем адразу, нават калі не вельмі галодныя, таму што перакананыя ў тым, што лепш без асаблівага апетыту цяпер, чым з некантралюемым апетытам апоўначы. Не лепш! Слухайце свой арганізм і ешце толькі тады, калі сапраўды галодныя.

6 Трымайце сябе ў руках

Вельмі важна своечасова спыняцца: многія з нас ігнаруюць з'яўленне 2–3 лішніх кілаграмаў і адкладваюць вырашэнне гэтай праблемы на няпэўны тэрмін. Звяртайце ўвагу нават на нязначнае змяненне вагі, не чакайце, пакуль праблема набудзе пагрозлівы характар і для яе вырашэння спатрэбяцца радыкальныя меры.

7 Больш рухайцеся!

Жанчыны, якія не ўсведамляюць важнасці актыўнага ладу жыцця, часта вінавацяць у сваёй лішняй вазе спадчыннасць або запаволены абмен рэчываў. І першаму, і другому фактару можна супрацьстаяць, калі ўнесці ў жыццё больш руху. Заўважце, мы цяпер не гаворым канкрэтна пра спорт, які таксама з'яўляецца выдатным памочнікам у барацьбе з ненавіснымі кілаграмамі, а заклікаем проста больш рухацца. Прайдзіцеся некалькі прыпынкаў пешшу замест таго, каб чакаць аўтобус; падніміцеся па лесвіцы на пару паверхаў; патанцуйце на кухні пад любімую песню і г.д.

8 Выбірайце правільныя прадукты

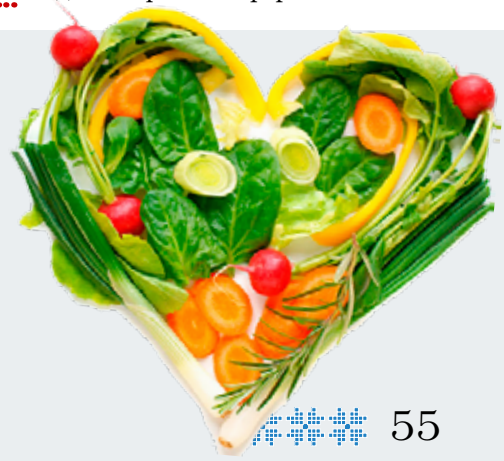
Рэклама, якая завалодала розумам многіх з тых, хто худзее, заклікае купляць абястлушчаныя прадукты, заменнікі цукру або іншыя новаўвядзенні сучаснай харчовай індустрыі. Але не варта забывацца, што гэта не больш, чым хітрыкі, бо, напрыклад, практычна ўсе абястлушчаныя кісламалочныя прадукты змяшчаюць шмат цукру, каб смак заставаўся прывабным для спажыўца. Менавіта таму гарантыяй стройнасці з'яўляюцца максімальна натуральныя прадукты, няхай і з больш высокай каларыйнасцю. Яны прынясуць вам сапраўднае задавальненне, а вашаму арганізму – карысць і энергію.

9 Вучыцеся спраўляцца са стрэсам

Жанчыны, якія не задаволены сваім целам, пастаянна імкнуцца яго змяніць, прычым дастаткова жорсткімі метадамі, што выклікае ў арганізме сур'ёзны стрэс. Але ў жыцці і так досыць цяжкасцяў, каб дадаткова іх сабе ствараць. Навучыцца адцягвацца і расслабляцца – вось найважнейшая задача для тых, хто худзее. Выберыце сабе занятак па душы: вязанне, маляванне ці ёгу – варыянтаў шмат. І ў наступны раз, калі вам захочацца папесціць сябе шакаладкай толькі таму, што на працы цяжкасці, займіцеся замест гэтага любімай справай.

10 Ешце няспешна

Вучонымі ўжо даўно даказана, што сігнал аб насычэнні паступае ў мозг прыкладна праз 20 хвілін пасля таго, як мы паелі. Ешце няспешна, атрымліваючы задавальненне ад самога працэсу яды. Такі падыход дапамагае не пераядаць і звесці да мінімуму праблемы са страўнікава-кішачным трактам, што таксама з'яўляецца вельмі важным фактарам на шляху да здароўя, прыгажосці і выдатнай фізічнай формы.



Ландшафтные дизайнеры и дачники любят это дерево, и прежде всего за то, что оно декоративное практически круглый год. Весной необычайно привлекательны ярко-зелёные перистые листочки. В начале лета рябина надевает пышный наряд из белоснежных душистых цветков. Осенью листья окрашиваются в пёстрые оттенки оранжевого и багряного, а зимой рябину украшают гроздья красных, алых, жёлтых и розовых ягод.

Рябиновая осень

С языческих времён рябина была частью бытовой культуры славян, кельтов и скандинавов. В обрядах и обычаях её наделяли магической силой: ветки с ягодами рябины прикрепляли к домам и воротам для защиты от злых духов и несчастий. В немецкой мифологии рябину связывали с именем бога грозы Донара. В Вестфалии (северо-запад Германии) считали, что она защищает от ночных чудищ. Славяне верили, что дерево покровительствует воинам во время сражений, защищает живых от мира мёртвых и от колдовских сил. Чтобы избежать сглаза, из веточек рябины делали кресты, которые перевязывали красной ниткой и пришивали к одежде.

Листьями обычно выстилали путь жениха и невесты во время свадьбы. Ягоды использовали в свадебных обрядах: их клали в карманы новобрачных для защиты от колдунов, ведьм и разных несчастий. На Руси рябина считалась символом счастья, мира и благополучия в семье, поэтому это дерево обязательно старались посадить рядом с домом. А вот выкорчевать или сломать растущую на подворье рябину до сих пор считают плохой приметой.

Также с давних времён подметили и лечебные свойства растения. Древние греки и римляне знали, что если бросить ветку рябины в питьевую воду, то она долго не портится и приобретает приятный привкус. В Древнем Риме плоды употребляли для укрепления желудка, а на Руси – как успокаивающее и мочегонное средство.

Использовали рябину и в хозяйстве: из твёрдой и упругой, но при этом хорошо поддающейся обработке древесины делали веретёна и посохи.

Ботаника

Рябина – листопадное дерево, иногда достигает 20 м в высоту. Белые или розовые ароматные цветки собраны в соцветие-метёлку. Цветение рябины приходится на май-июнь. Плоды созревают примерно к середине осени. Это сочные шаровидные красные или оранжевые ягоды. Рябина плодоносит только на 5-м году жизни, а живёт дерево до 2-х столетий.

Когда лучше собирать ягоды рябины?

В этом вопросе единодушия нет. Одни считают, что рябину надо собирать перед первыми заморозками. Другие предпочитают это делать после них, чтобы уменьшилась горечь. В любом случае плоды должны быть полностью созревшими. Их очищают от плодоножек, сушат в хорошо проветриваемом помещении или в сушилках при температуре 60-80°С.

Правильно высушенные ягоды обладают слабовыраженным ароматом и горьковато-кислым привкусом. Их можно хранить в сухом месте в хлопчатобумажном мешочке не более 2-х лет.

Целебные свойства

В листьях рябины много витамина С, а также каротиноидов и фенольных соединений. Цветки содержат кверцетин-3-гликозид, кверцетин-3-софоросид – вещества, укрепляющие сосудистую стенку капилляров. Однако большинство людей, как правило, используют лишь плоды.

Ягоды рябины на удивление богаты фенольными основаниями, катехинами, антоцианами, флавонолами, каротином, витаминами С, К, Е, В3, органическими кислотами (янтарная, яблочная, винная, щавелевая, сорбиновая, парасорбиновая, лимонная), сахарами (фруктоза, глюкоза, сахароза, сорбоза), пектином, дубильными веществами, минеральными солями (йод, железо, марганец, калий, натрий, кальций, магний, алюминий).

В народной медицине рябина известна как общеукрепляющее, витаминное, сосудорасширяющее, сахароснижающее, кровоостанавливающее, болеутоляющее средство. Она снижает уровень холестерина, оказывает противозобное действие, способствует улучшению обмена веществ и повышает сопротивляемость избыточным дозам радиации.

Ещё рябина обладает слабительным действием. Её применяют и в качестве отличного средства при лечении заболеваний почек и мочевого пузыря. Рябина оказывает мочегонное действие, поэтому она полезна при мочекаменной болезни, циститах и воспалении мочевого пузыря. Растение оказывает положительное воздействие на обмен веществ.

С помощью рябины лечат ревматизм, дизентерию, водянку и нефролитиаз, она укрепляет при анемии, снимает проявления аритмии, диатеза и отёков. При наличии спазмов сосудов головного мозга народная медицина рекомендует принимать настой, приготовленный из плодов рябины.

Рябиновый сок полезен как средство, повышающее аппетит, его пьют при нарушениях солевого обмена, атеросклерозе, пониженной кислотности желудочного сока. Сок и отвар принимается при диабете, а также как желчегонное средство при болезнях печени, желчного пузыря, при желчнокаменной болезни.

Настой цветков рябины, отвар плодов и листьев эффективны как потогонное средство при простудных заболеваниях, лихорадке, а также при обильных менструациях, маточных, носовых кровотечениях, в климактерическом периоде и при нарушениях менструального цикла.

Лекарственные препараты из плодов рябины обыкновенной способствуют уменьшению количества жира в печени, снижению уровня холестерина в крови, повышают эластичность кровеносных сосудов.

Некоторые рецепты

Чай из рябины. 1 столовую ложку сухих плодов рябины заливают стаканом кипятка. Кипятят на слабом огне, накрыв крышкой, 10 минут. Готовый отвар принимают по 1 стакану дважды в день.

Отвар витаминный. Для его приготовления нужно 1 столовую ложку плодов рябины и столько же плодов шиповника залить 500 мл кипятка. Поставить на огонь и кипятить 10 минут. После этого отвар должен настаиваться 4 часа. Затем его процеживают и принимают по 100 мл трижды в день до еды при гиповитаминозе.

Рябина для аппетита. 100 г ягод рябины проваривают в небольшом количестве воды, протирают через сито и смешивают с таким же количеством сахара. Добавляют немного белого вина и уваривают до состояния пюре. Принимают пюре по 1 чайной ложке дважды в день при плохом аппетите.

Настой плодов. 1 столовую ложку измельчённых сухих плодов или 1 столовую ложку кашицы из свежих размятых плодов заливают стаканом кипятка, настаивают 4 часа и процеживают. Пьют по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой при сахарном диабете, зобе, авитаминозе, болях в желудке и кишечных коликах, нарушении функционирования печени или почек.

Настой цветков. 1 чайную ложку сухих цветков заливают 1 стаканом кипятка и кипятят 1 минуту. Настаивают в течение часа и процеживают. Пьют тёплым по четверти стакана 3-4 раза в день при зобе, сахарном диабете, простуде, климаксе.

Настой листьев. 1 столовую ложку свежих измельчённых листьев заливают стаканом кипятка и настаивают под крышкой в тёплом месте 1 час. Процеживают и пьют при пародонтозе, цинге, авитаминозе, малокровии.

Отвар из плодов и листьев. Десертную ложку размятых свежих плодов и такое же количество листьев кипятят в 300 мл воды 10 минут. Настаивают 2 часа и процеживают. Принимают по четверти стакана 2-3 раза в день до еды при сахарном диабете.

Настойка. Стеклянную бутылку заполняют ягодами на 2/3 объёма. Остальное пространство заполняют водкой. Оставляют при комнатной температуре в тёмном месте до того момента, пока жидкость не станет тёмно-коричневой и не приобретёт запаха леса (2 недели). Настойку процеживают и принимают по 1 столовой ложке, разводя водой, три раза в день при климаксе, зобе, импотенции у больных сахарным диабетом.

Отвар плодов. 1 столовую ложку сухих измельчённых плодов заливают 300 мл воды и кипятят 10 минут, настаивают в тёплом месте 1 час. Процеживают и пьют 3 раза в день до еды при авитаминозе, малокровии, климаксе, зобе, сахарном диабете, после радиационного воздействия.

Отвар из коры рябины обыкновенной. Десертную ложку измельчённой сухой коры заливают 300 мл воды и кипятят 15 минут, настаивают 6 часов в термосе. Процеживают и принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день при гипертонии, атеросклерозе, климаксе.

Отвар при геморрое и женских болезнях. 10 граммов цветков рябины заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут. Процеженный отвар принимают по 50 мл трижды в день. Такой отвар полезен при кашле и болезнях печени.

Сироп из сока свежих зрелых плодов. *Из одного килограмма рябины выжать сок, добавить 600 г сахара и сварить сироп. Оказывает хорошее мочегонное и слабительное действие, применяется при ревматических болезнях, камнях в почках и мочевом пузыре.*

Сок. Свежие ягоды рябины моют и выжимают из них сок. Принимают его по 1 столовой ложке трижды в день при лечении цинги, наличии слабости после перенесённых тяжёлых болезней.

Порошок из ягод. Сухие ягоды, листья и цветки рябины растираются в деревянной ступке в порошок. Его включают в рацион при диабете, ожирении. Порошок рябины способен оказывать в кишечнике связывающее углеводы действие. К порошку в данном случае добавляют ксилит, сорбит или фруктозу.

Хозяйкам на заметку

Из плодов рябины издавна готовят джемы, варенья, желе, кисели, соусы, даже вино и пиво. На вкус ягоды кисло-горькие, горечь уменьшается в них после первых заморозков.

Рябиновое варенье

1 кг рябины ❖ 1 яблоко (антоновка) ❖ 1 кг сахара ❖ 2 стакана воды ❖ ванилин.

Ягоды перебрать, удалить плодоножки и замочить на сутки в холодной воде, чтобы ушла горечь.

Сварить сироп из 1 кг сахара и двух стаканов воды. Как только сироп закипит, положить в него ягоды и снова довести до кипения. Проварить всё 1-2 минуты. Снять кастрюлю с огня и отставить до следующего дня.

Снова довести варенье до кипения, дать ему покипеть 5 минут и опять отставить.

На третий день повторить то же самое, но варить уже 10 минут. Для того, чтобы варенье приобрело более тонкий вкус, в самом конце варки можно добавить в него мелко нарезанное антоновское яблоко и треть пакетика ванилина (яблоко, остывая в горячем сиропе, дойдёт до готовности и станет мягким). Горячее варенье разложить в горячие сухие банки и укупорить.

Варенье имеет оригинальный, неприторный вкус.

Соус из ягод рябины

350 г свежих или мороженых ягод рябины ❖ 1 средний апельсин ❖ сахар по вкусу ❖ немного бренди или коньяка ❖ 1/2 ч. ложки тёртой гвоздики (или 10-15 бутонов) ❖ 1/2 ч. ложки натёртого свежего или сухого имбиря.

Вымыть ягоды и выложить их в эмалированную кастрюльку (замороженные ягоды размораживать не нужно). На мелкой тёрке натереть цедру апельсина и добавить её к ягодам. Выжать сок из этого же апельсина и тоже добавить в кастрюльку. Положить гвоздику и имбирь. Включить конфорку, после закипания убавить огонь и медленно варить соус до тех пор, пока ягоды не размягчатся (5-10 мин). Снять кастрюльку с огня и немного размять ягоды вилкой. Добавить 1-2 столовые ложки бренди или коньяка и сахар по вкусу. Размешать, чтобы сахар разошёлся. После того, как соус остынет, поставить его в холодильник на несколько часов.

Мясо под рябиновым соусом

Соус

6 ст. ложек красной рябины ❖ 1 болгарский перец (красный) ❖ 2 ст. ложки растительного масла ❖ 5 ст. ложек сахара.

Основное блюдо

300 г свинины (можно индейки, курицы) ❖ 200 г шампиньонов ❖ 12 картофелин ❖ 1 морковь ❖ 1 луковица ❖ 50 г твёрдого сыра ❖ 4 ст. ложки растительного масла ❖ 150 г слоёного теста.

Мясо нарезать небольшими кусочками, лук – кубиками, картофель – брусочками. Морковь натереть на тёрке. Обжарить овощи на подсолнечном масле.

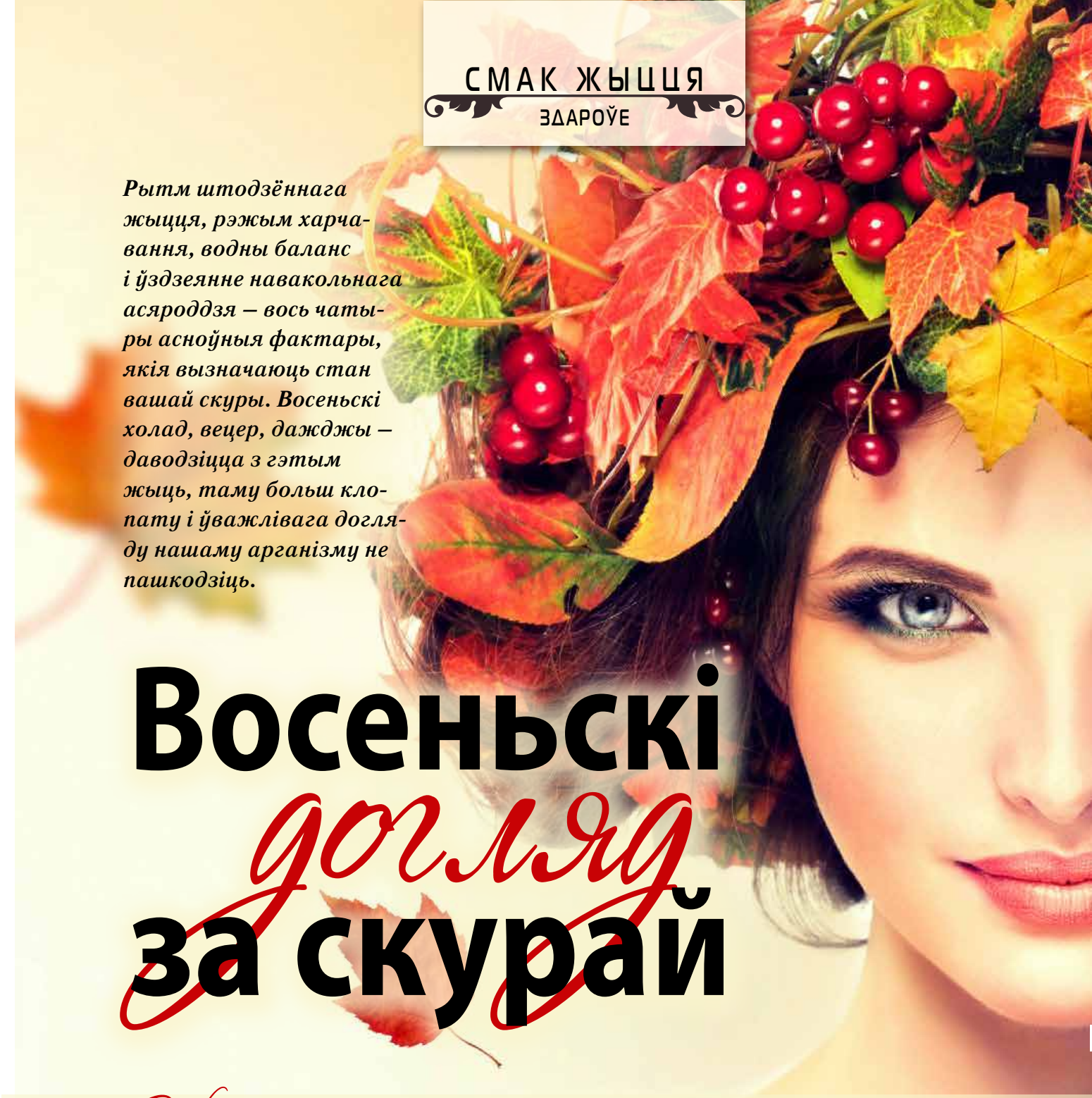
Мясо обжарить и добавить в сковороду нарезанные шампиньоны. Через некоторое время переложить всё в глиняный горшочек. Туда же положить овощи.

Перед тем, как готовить соус, рябину положить в морозильник на час (можно на ночь). Вынув, на 1 минуту опустить в кипяток.

Болгарский перец нарезать кубиками. Рябину и перец положить в сотейник, добавить сахар, растительное масло и довести до кипения. После этого готовить ещё несколько минут, постоянно помешивая. Когда масса немного остынет, измельчить её в блендере. Влить соус в горшочки.

В каждый горшочек положить нарезанный тонкими ломтиками сыр.

Слоёное тесто раскатать, разделить на квадраты и накрыть ими горшочки. Смазать взбитым яйцом. Накрыть фольгой и отправить в духовку на 25 минут. За 3 минуты до готовности снять фольгу.



Рытм штодзённага жыцця, рэжым харчавання, водны баланс і ўздзеянне навакольнага асяроддзя – вось чатыры асноўныя фактары, якія вызначаюць стан вашай скуры. Восеньскі холад, вецер, дажджы – даводзіцца з гэтым жыць, таму больш клопату і ўважлівага догляду нашаму арганізму не пашкодзіць.

Восеньскі догляд за скурай

Наша скура знаходзіцца пад пастаянным уздзеяннем навакольнага асяроддзя, і менавіта таму яна так чуйна рэагуе на перапады надвор'я і змену сезонаў.

Увосень далікатная жаночая скура мае патрэбу ў адмысловым доглядзе. Хоць сапраўдныя халады пачынаюцца толькі ў лістападзе, праблемы могуць паўстаць значна раней. У асноўным яны звязаныя з пераходам ад высокіх летніх тэмператур і актыўнага сонца да восеньскай непагадзі і павышанай вільготнасці. Скура становіцца асабліва адчувальнай і пачынае рэагаваць на любыя ўздзеянні навакольнага асяроддзя: нават ад лёгкага парыву халоднага ветру можа ўзнікнуць раздражненне.

Таму касметолагі рэкамендуюць восенню выбіраць касметычныя сродкі з асаблівай дбайнасцю. Найперш у іх складзе павінны быць ігрэдыенты, якія ўзмацняюць натуральныя ахоўныя ўласцівасці скуры і захоўваюць гідраліпідную плёнку. Гэта раслінныя алеі – алівы, міндаля, яны забяспечваюць патрэбнае харчаванне і ўвільгатненне дзякуючы ўтрыманню рэчываў, ідэнтычных ліпідам скуры. Тэрмальная вада, гіалуроновая кіслата, марскія водарасці – усё гэта важна для падтрымання яе воднага балансу.

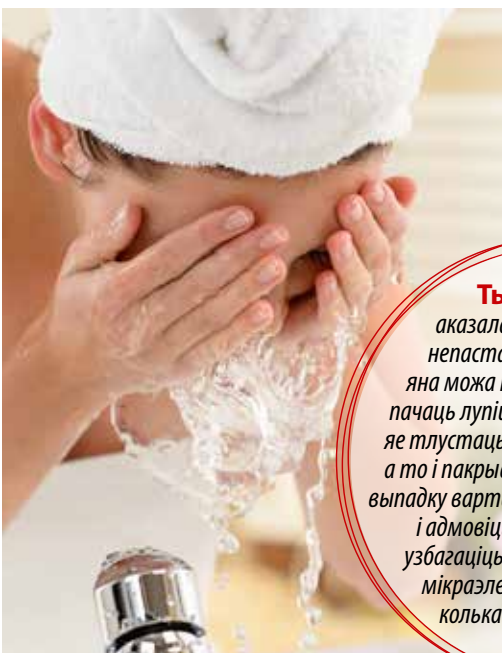
Марыя МАРОЗ

Увільгатненне і харчаванне

У восень на першае месца павінны выйсці ўвільгатненне і харчаванне скуры. Летняя спякота адышла, а значыць, трэба набыць крэмы, багатыя пажыўнымі рэчывамі, з больш насычанай тэкстурай, прызначаныя менавіта для харчавання і ўвільгатнення эпідэрмісу. У складзе іх павінны быць такія кампаненты, як вітаміны А, Д, С, Е, прыродныя раслінныя алеі, гіалуронавая кіслата, пептыды і антыаксіданты. Асабліва важнае напярэдадні зімы насычэнне скуры сродкамі з высокім утрыманнем вітаміна С.

Дарэчы

Хіт для касметыкі апошніх сезонаў – пажыўныя крэмы на аснове муцыну (слізі) слімакоў. Гэты навамодны інгрэдыент выкарыстоўваецца ў касметычных сродках карэйскіх брэндаў. Сапраўды, слізь слімакоў мае найбагацейшы арганічны састаў. Усе крэмы і сывараткі з ёй аказваюць ярка выяўленае амаладжальнае ўздзеянне на скуру, відавочна паляпшаюць яе рэльеф і тонус. У слімакоў муцын адказвае за рэгуляцыю працэсаў мінералізацыі і фарміравання ракавіны, у ім шмат бялкоў, поліцукрыдаў (у тым ліку гіалуронавай кіслаты), мінеральных соляў, якія актыўна стымулююць рэгенерацыю клетак.



Ачышчэнне

Авось са сродкамі ачышчэння ў халады трэба быць асцярожнымі. Калі скура не мае павышанай адчувальнасці, то падыдзе любы з ачышчальных сродкаў, ад міцалярнай вады да геляў. Уладальніцам адчувальнай скуры можна параіць прыгледзецца да далікатных, з лёгкай тэкстурай мусаў, якія дапамогуць пазбегнуць дыскамфортных адчуванняў і не справакуюць сухасці.

Таксама лепш аддаць перавагу ачышчальным сродкам, узбагачаным пажыўнымі элементамі. Гэта крэмы-гелі з лініі «Ачышчэнне + Догляд», у іх саставе да 20% увільгатняльнай сывараткі. Ласьёны і тонікі зараз варта выбіраць больш мяккія, у іх саставе не павінна быць спіртазмяшчальных кампанентаў.

Тып скуры. *Як аказалася, тып скуры – рэч непастаянная: з нармальнай яна можа ператварыцца ў сухую і пачаць лупіцца, ці раптам павысіцца яе тлустаць – і скура пачне блішчаць, а то і пакрывацца вуграмі... У гэтым выпадку варта прааналізаваць сітуацыю і адмовіцца ад шкодных звычак, узбагаціць сваё меню вітамінамі і мікраэлементамі, павялічыць колькасць спажываемай за дзень вады.*

Восенню можна пачаць праграмы глыбокага ачышчэння, напрыклад, пілінг, можна выкарыстоўваць скрабы – гэтага варта было пазбягаць ў летні перыяд. Справа ў тым, што летам пры высокай сонечнай актыўнасці агрэсіўныя праграмы могуць справакаваць пігментацыю скуры і іншыя негатыўныя ўздзеянні прамых сонечных прамянёў.

Пачатак восені – таксама аптымальнае час для прафілактычнага лячэння вуграватасці.

Маска з марской капусты

Купіць у аптэцы сухую марскую капусту (дакладная назва "Ламінарыя"). Пакласці ў глыбокую міску 3 чайныя лыжкі марской капусты заліць 5 чайнымі лыжкамі кіпеню, перамяшаць, накрыць і даць настаяцца 10-12 хвілін. Затым сумесь нанесці на ачышчаную скуру. Можна наносіць гэтую маску на ўвесь твар, уключаючы вобласць каля вачэй. Трымаем маску 20-30 хвілін і змываем цёплай вадой. Пасля праціраем твар тонікам і наносім пажыўны крэм. Калі ў вас вельмі сухая скура, то ў крэм можна капнуць 2 кроплі аліўкавага або льнянога алею. Гэтую маску-цуд лепш рабіць на ноч, каб назаўтра прачнуцца з пругкай і гладкай скурай.

Маска з журавін

Узяць шклянку свежых журавін і паўшклянкі вінаграду без костачак, 2 чайныя лыжкі лімоннага соку і 1 пакецік жэлаціну. Змяшаць усе інгрэдыенты з дапамогай блэндара да тэкстуры крэму (хуткасць для гэтай мэты лепш выкарыстоўваць сярэднюю). Накрыць ёмістасць крышкай і паставіць у халадзільнік на 45 хвілін, каб маска загусцела.

Пасля таго, як дасталі з халадзільніка, вытрымаць пры звычайнай пакаёвай тэмпературы 15 хвілін і нанесці маску на чыстую, сухую скуру, пазбягаючы вобласці вакол вачэй. Праз 20 хвілін змыць цёплай вадой.

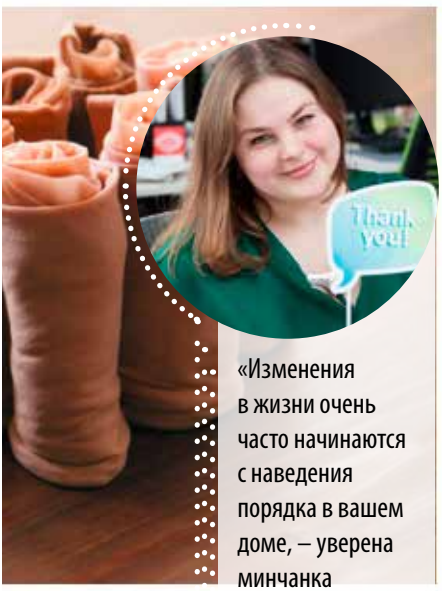
Маска з гарбуза і мёду

Гарбуз, як вядома, багаты на карацын, а гэта выдатна абараняе клеткі скуры ад восеньскай непагадзі і дапамагае аднаўляцца пры любым запаленні. У маску дабаўляюць смятану або ёгурт, у якіх шмат цынку і кальцыю, а таксама карыцу, каб палепшыць цыркуляцыю крыві ў скуры.

Узяць 2 шклянкі адвараната гарбуза, 4 сталовыя лыжкі смятаны або чыстага ёгурту, 1/4 чайнай лыжкі аліўкавага алею, дабавіць 1 чайную лыжку мёду, 1/2 чайнай лыжкі карыцы. Добра змяшаць усе інгрэдыенты. Нанесці маску на чыстую скуру твару і пакінуць на 10-15 хвілін. Змыць цёплай вадой.

Магическая уборка, или

Как почистить гардероб по КонМари и дать своим вещам вторую жизнь



«Изменения в жизни очень часто начинаются с наведения порядка в вашем доме, – уверена минчанка Мария МАСКАЕВА. – Приведение дома в порядок позитивно воздействует на все другие стороны вашей жизни, включая работу и семью».

– С детства у меня было два сильных увлечения, две страсти: книги (особенно интересовала литература с элементом сакральности) и наведение порядка в доме. С упоением и желанием порадовать красиво сложенными вещами любимую бабушку я копалась в её огромных шкафах, благо, мне позволяли это делать, – рассказывает Мария. – Я складывала-перекладывала вещи, зная, что приношу этим пользу. Позже, уже будучи взрослой, заинтересовалась фэн-шуй – практикой символической организации домашнего пространства. Начала изучать и погружаться в тему со свойственной мне дотошностью. А в один прекрасный день в маленьком книжном магазине наткнулась на книгу японки Мари Кондо «Магическая уборка». Пазл сложился – о, уборка! Это начальный элемент фэн-шуй: очисти место, наведи порядок, убери старое, чтобы пришло новое. И это то, что мне было интересно! С того самого дня и уже почти два года я с этой книгой и с этой темой не расстаюсь...

Лара КАРПОВА

Техническая суть авторской методики Мари Кондо подробно описана в её книге «Магическая уборка». Мария сразу же внедрила у себя в доме из прочитанного всё, что смогла. Пожила в этом некоторое время и поняла, что метод работает. Работает таким образом, что все вещи всегда остаются на своих местах. Что порядок даёт больше свободы. И вместе с ним в дом приходит радость. Ей нравилось открывать свои шкафы: там не было беспорядочных стопок одежды, каждая вещь – в поле зрения хозяйки, и это были только те вещи, которые она носила и любила.

Пришла мысль применить этот свой опыт ещё где-нибудь, то есть «обкатать» его. Мария нуждалась в объектах для практики – и они появились! Это были дома и квартиры друзей, знакомых, просто людей, которых заинтересовала методика.

«Уборка может преобразить вашу жизнь!» – звучит слишком хорошо, чтобы быть правдой. Но на самом деле это так. Метод, придуманный японкой Мари Кондо, на первый взгляд прост. По мнению Мари, это два важнейших действия: первое – избавление от ненужного, и второе – это определить, где хранить нужное. Выбросив то, что не вызывает отклика в вашем сердце, вы сможете «перезагрузить» свою жизнь и избрать для себя новый стиль бытия. Смысл избавления от ненужных вещей в том, чтобы стать свободным и счастливым.

Философия уборки КонМари

«Приводить свой дом в порядок – это весело!». Вооружитесь достаточным количеством пакетов и приготовьтесь развлекаться. Оценивая, каково ваше действительное отношение к тем вещам, которыми вы владеете, выявляя те из них, которые уже исполнили своё предназначение, «благодаря» их и прощаясь с ними, вы на самом деле изучаете своё внутреннее «Я», совершаете ритуал перехода в новую жизнь.

Причин, по которым мы не можем расстаться с вещами, всего две: привязанность к прошлому и страх перед будущим. Действуя, опираясь на интуицию, вы удивитесь, увидев, как вещи начнут контактировать с вами и какие разительные последуют перемены, как будто вашей жизни коснулось волшебство.

После избавления от вещей, которые вы посчитали ненужными, вам необходимо раз и навсегда определить место в доме для каждой оставшейся вещи. Это и есть сущность эффективного хранения. Привести свои вещи в порядок означает также привести в порядок и своё прошлое. Это значит «перезагрузить» свою жизнь, чтобы можно было сделать следующий шаг вперёд. Искусство упорядочивания и существенная реорганизация в доме ведут к столь же существенным переменам в вашем образе жизни и мировоззрении.

Когда Мария Маскаева начинала заниматься практикой уборки по КонМари, её основным запросом было удовольствие и радость от процесса. Потом стали важны общение с людьми и диалог с ними. Сегодня в её планах – создание своего сайта. В более далёкой перспективе Мария хотела бы организовывать обучающие семинары. Как эти планы преобразуются в пути, покажет время.

– Порядок в доме – это всё равно про порядок и гармонию внутри себя, – говорит Мария. – Поэтому одним из критериев, по которому я выбирала мужа, был порядок в его жилище. Долгое время после окончания вуза я работала в логистической компании. Но вот моё хобби стало перевешивать мою работу. И здесь случилось чудо – декретный отпуск. Первый камешек, заложенный в «магическую уборку», был связан с рождением первого ребёнка. Посмотрим, что удивительного придёт в мою жизнь с появлением на свет второго. А чудо обязательно случится!

ВАШ ГАРАСКОП

Лістапад 2017

Авен

21 сакавіка – 20 красавіка

Спрыяльны перыяд для рызыкоўных дзеянняў. Можаце смела заручацца падтрымкай партнёраў і адкрываць бізнес. Калі свая справа ўжо ёсць, варта заняцца яе пашырэннем, прасоўваннем на новы ўзровень. Але вось ад супрацоўніцтва з замежнымі партнёрамі лепш адмовіцца. Таксама лістапад не падыходзіць для камандзіровак ці падарожжаў за мяжу. Калі хочаце адпачыць, зрабіць гэта можаце ўнутры краіны.

Цялец

21 красавіка – 21 мая

Зоркі раяць добра сачыць за тым, каб ніхто і нішто не змог нанесці шкоды вашаму аўтарытэту. А такая верагоднасць даволі высокая. Таму ў першую чаргу ўзмацніце самакантроль, не ўвязвайцеся ў сумнеўныя справы, а таксама не правакуйце скандалаў. Калі будзеце годна сябе паводзіць, непрыемнасці вас абмінуць. А калі не прыслухаецеся да гэтых рэкамендацый, то ўслед за падзеннем аўтарытэту рызыкуеце панесці і матэрыяльныя страты.

Блізняты

22 мая – 21 чэрвеня

У лістападзе вас заваляць працай. Але не палохайцеся, таму што за яе якаснае выкананне вы атрымаеце нават больш, чым чакалі. Гэта спрыяльны час для ўдзелу ў майстар-класах, трэнінгах, занятках па маркетынгу, замежнай мове. Уклад у адукацыю – самая выгадная інвестыцыя, якую толькі можаце зрабіць. Зоркі раяць таксама больш часу ўдзяляць блізкім людзям, бо яны маюць патрэбу ў вашай падтрымцы.

Рак

22 чэрвеня – 22 ліпеня

Становішча нябесных свяціл прымусіць вас змяніць прыярытэты. Калі раней вы жылі для сям'і або для працы, то зараз знойдзеце час і для сябе. Для вас гэта перыяд актыўнай дзейнасці і прыняцця крэатыўных рашэнняў у жыцці. Адзінае – варта асцерагацца некантралюемых успышак гневу і агрэсіі з вашага боку. Фінансавая сітуацыя спакойная, але не больш таго: ні буйных даходаў, ні значных выдаткаў гэты месяц не прынясе.

Леў

23 ліпеня – 23 жніўня

Настаў час моцных перажыванняў. Вашыя адносіны з каханым чалавекам будуць нагадваць экранізацыю нейкага рамана. Што ж, вострыя адчуванні і гарачыя пацалункі – гэта цудоўны сродак засцярогі ад прыступаў восеньскай дэпрэсіі. Так што дзейнічайце! Тым жа Львам, якія знаходзяцца ў пошуку сваёй палавінкі, зоркі рэкамендуюць узяць на ўзбраенне таямнічую ўсмешку і гіпнатызуючы позірк – і ваша «ахвяра» сама вас знойдзе.

Дзева

24 жніўня – 23 верасня

Прысвяціце гэты месяц пашырэнню кола зносін. Не грэбуйце новымі знаёмствамі. Вялікая верагоднасць, што людзі, якія ўвайшлі ў ваша жыццё цяпер, прыўнясуць у яго шмат станоўчых эмоцый і падораць вам карысны вопыт. Таксама не варта стрымліваць сябе ад душэўных гутарак са сваякамі: калі хочацца выгаварыцца, зрабіце гэта. У выпадку, калі вас нешта не задавальняе, не варта накопліваць у сябе незадаволенасць. Вырашыць многія праблемы дапаможа пачуццё гумару і больш просты погляд на рэчы.

Шалі

24 верасня – 23 кастрычніка

Вас чакае вельмі паспяховы і насычаны перыяд. Вы зможаце паспець усюды: і плённа папрацаваць, і дапамагчы калегам, заваяваўшы дадатковы аўтарытэт. Фінансавая сітуацыя значна палепшыцца, можна нават сказаць, што вы падніміцеся на іншы фінансавы ўзровень. У той жа час паспрабуйце весці бюджэт з розумам, а не кіруючыся імгненнымі жаданнямі. У асабістым жыцці вас чакаюць змены.

Скарпіён

24 кастрычніка – 22 лістапада

У пачатку месяца арганізуйце для сябе свята. Новыя эмоцыі, яркія ўражанні, цікавыя знаёмствы – вось што зараз вам неабходна! Гэта дапаможа аднавіць затрачаную энергію, набрацца сіл і вярнуць цягу да жыцця. У каханні вас будзе прыцягваць усё забароненае і таямнічае. У гэты перыяд у вас можа пачацца новы раман, палкі і працяглы. Шмат у каго ён закончыцца законным шлюбам.

Стралец

23 лістапада –21 снежня

На працы вас чакае шмат мерапрыемстваў арганізацыйнага плану. Верагоднае пашырэнне бізнесу, набыццё новага офіса або іншых вытворчых памяшканняў. Гэта можа стаць неабходнай умовай для далейшага прасоўвання наперад. Трэба адзначыць, што ўсе справы будуць ісці дастаткова хутка і, як гэта ні дзіўна, з мінімальнымі выдаткамі.

Казярог

22 снежня – 20 студзеня

У лістападзе вам проста неабходна больш часу бавіць сярод аднадумцаў і сяброў, паколькі гэта можна разглядаць як добры від тэрапіі восеньскай хандры. Зоркі раяць вам навучыцца сябе «перазагружаць», каб знайсці новыя крыніцы сіл і энергіі. А зрабіць гэта проста: займіцеся загартоўкай арганізма, наведайце SPA-салон, схадзіце ў лазню. Асабістае жыццё будзе дастаткова спакойным і размераным, аднак вам не пашкодзіць якое-небудзь эмацыйнае ўзрушэнне, каб ажывіць пачуцці.

Вадалей

21 студзеня – 18 лютага

У сферы асабістых адносін трэба будзе вызначыцца і прыняць канчатковае рашэнне. Гэтага запатрабуе і ваш партнёр (партнёрка). Прааналізуйце, а лепш на ўзроўні адчуванняў вызначыцеся, ці добра вам у такім фармаце зносін, які ёсць на дадзены момант. Будзьце сумленнымі з сабой. І ўжо адштурхоўваючыся ад унутраных адчуванняў, прымайце рашэнне, якое павісла ў паветры. А затым – дзейнічайце!

Рыбы

19 лютага – 20 сакавіка

Месяц падыходзіць для вызначэння вашых сапраўдных прыхільнасцяў, у тым ліку для пачатку вучобы, заняткаў новым відам спорту і іншых новаўвядзенняў, калі іх просіць душа. Добрае развіццё атрымаюць сувязі з калегамі з іншых гарадоў або краін. У многіх з'явіцца шанц пашырыць бізнес, выкарыстоўваючы магчымасці новых партнёраў. Вы будзеце адчуваць, што падыходзіце да піку сваёй актыўнасці. А таму бярыцеся за справу, і ў вас усё атрымаецца, бо на небе за вас «трымаюць кулачкі»!

Увага!

Конкурс «Мая матуля»

Фото Е. Сусловой

На сярэдзіну кастрычніка ў Беларусі прыпадае вельмі светлае і асаблівае свята — Дзень маці. Гэта даніна пашаны тым, хто падараваў нам жыццё, пяшчотныя і незабыўныя пачуцці і ўспаміны, даў першыя ўрокі дабрыні, маральнасці, духоўнасці і самаадданасці.

Ва ўсім свеце адзначаюць такі дзень, прысвечаны самаму блізкаму і дарагому чалавеку. У нашай краіне яго прымеркавалі да рэлігіёзнага свята Пакрова Божай Маці, які праваслаўныя адзначаюць 14 кастрычніка. У гэты дзень мы звычайна віншуем сваіх матуль, стараемся зрабіць ім прыемныя сюрпрызы і падарункі. А яшчэ з задавальненнем ласуемся іх фірменнымі пачастункамі.

Калектыў нашага часопіса адчуў асаблівы настрой кастрычніка і вырашыў наладзіць конкурс, прысвечаны маці. Раскажыце нам пра сваіх матуль, зрабіце іх фотапартрэты, падзяліцеся іх любімым рэцэптам. Лепшыя расказы і фатаграфіі будуць надрукаваныя ў часопісе.

Да ўдзелу у конкурсе запрашаюцца як самадзейныя аўтары, так і прафесійныя фатографы. Узроставых абмежаванняў няма.

Партрэт-пераможца ўпрыгожыць вокладку сакавіцкага нумара “Алесі”

Удзельнікі конкурсу накіроўваюць у электронным варыянце свае конкурсныя фотаграфіі і тэксты ***на e-mail*** **alesya@zviazda.by** з указаннем імя і прозвішча аўтара і яго кантактнага тэлефона.

Тэрмін правядзення конкурсу “Мая матуля” – кастрычнік 2017 г. – люты 2018 г.

Матэрыялы прымаюцца да 15 лютага.

Да конкурсных работ прад’яўляюцца наступныя тэхнічныя патрабаванні: фармат адлюстравання – JPEG; памеры : для гарызантальных работ – не менш за 300 пікселяў па гарызанталі; для вертыкальных работ – не менш чым 300 пікселяў па вертыкалі. Агульная колькасць фотаграфій ад аднаго аўтара – у межах 20-ці.

Запрашаем афармiць падпiску на наш часопiс

АЛЕСЯ

Вас чакаюць:

- творчыя сустрэчы,
- інтэрв'ю з паспяховымі беларускімі жанчынамі,
- псіхалагічныя трэнінгі,
- юрыдычныя кансультацыі,
- майстар-класы стылістаў, касметолагаў, цырульнікаў.

«АЛЕСЯ» па-ранейшаму будзе радаваць вас цікавай і карыснай інфармацыяй.

Будзем разам, сяброўкі!

Калаж Таццяны Малько

vk.com/alesyamag

facebook.com/alesyamag

instagram.com/alesyamag1

Падпісныя індэксы:

74995 для індывідуальных падпісчыкаў

749952 для ведамасных падпісчыкаў

Чытайце і выпісвайце часопіс для жанчын і пра жанчын Беларусі

ISSN 0131-8055

9 770131 805003 17010