

# О Сильных духом

Спортивный центр подготовки и реабилитации инвалидов имени Алексея Ашапатова начал свою работу в 2014 году благодаря стараниям именитого спортсмена и его наставника Валерия Прохорова. Сегодня этот благотворительный фонд возглавляет не менее известный спортсмен, чемпион мира и заслуженный мастер спорта по армрестлингу Павел САЗОНОВ. В разговоре с «СВ» руководитель центра рассказал о том, какую работу проводят его специалисты.



– Под какие задачи создавался центр?

– Изначально, когда у нас не было еще центра адаптивных видов спорта, наш создавался именно под спортивную подготовку инвалидов, то есть у нас готовили спортивную команду города, округа для выступления на чемпионатах России, Европы и мира. А когда уже открылся центр адаптивных видов спорта, в нас (как базе подготовки спортсменов) необходимость отпала, потому что там и площади, и условия лучше, да и формат совсем другой – это центр уже окружного значения. Поэтому мы стали больше заниматься оздоровлением и адаптацией инвалидов к обычной жизни.

– А поподробнее?

– Вот, например, сейчас у нас много на реабилитации тех, кто перенес инсульт. Понимаете, больничная реабилитация длится около двух недель, после этого пациентов выписывают, и человек зачастую оказывается не готов вернуться к привычной жизни. Порой людям приходится заново учиться обходиться с бытовыми приборами и так далее. Вот мы и помогаем – восстанавливаем утраченные функции с помощью наших тренеров-реабилитологов, которые, кстати, являются выпускниками нашего педагогического университета.

– Насколько эффективна такая реабилитация?

– Занятиями и восстановительными процедурами удается добиться хороших результатов и значительно улучшить качество жизни. Когда люди видят результат, их это очень мотивирует. Походят месяц-два на занятия и понимают, насколько лучше себя ощущают, насколько больше могут, у них появляется еще большее желание продолжать заниматься – и это становится уже чем-то привычным, как почистить зубы. А

главное – люди уже не опускают руки и понимают, что собственными стараниями они могут восстановиться до определенного уровня и продолжать жить.

– А сами программы реабилитации индивидуальные или типовые?

– В основе, конечно, стандартные программы, но в каждом случае они подгоняются инструкторами под конкретного человека, под определенную проблему или степень поражения. То есть без индивидуального подхода здесь никак нельзя. Допустим, один человек до того, как пережил тот же инсульт, активно занимался спортом, а кто-то последний раз делал упражнения в школе на уроке физкультуры. То есть, конечно, есть определенная база, по которой и формируются реабилитационные программы, но, подчеркиваю, всегда исходя из особенностей каждого человека, оказавшегося у нас. И в основе каждой программы лежат физические упражнения.

– А что-то еще, кроме физических упражнений, в вашем центре могут предложить?



– У нас есть массажный кабинет. Кроме ручного и аппаратного массажа есть кинезиотерапия – там используются специальные фиксирующие пластыри и иглорефлексотерапия, что чаще называют иглоукалыванием. Также есть ударно-волновая терапия – это такой метод лечения, в котором используют воздействие акустических волн. Установка, чем-то напоминающая аппарат УЗИ: проводит воздействие на мышцу изнутри и заставляет ее активизироваться.

– Ваш фонд благотворительный, а это подразумевает, что помощь, которую вы оказываете, абсолютно бесплатна. Как вам это удается, да

ценный тренажерный зал. Днем в нем занимаются люди с ограниченными возможностями здоровья, а в вечернее время по приобретенным абонементам все желающие.

– Больная сегодня тема для всех – отстранение сборной России от участия в Паралимпийских играх. Что вы думаете об этом?

– Мы же русский народ, мы привыкли к трудностям. Понятно, что люди готовились, да, они расстроены, но все равно все бодр. Они воспринимают это как очередное жизненное испытание. Что касается моего мнения: это дикость. Кто бы мог подумать, что политика настолько может влиять на



еще в нынешнее непростое время?

– Действительно, с самого открытия нашего центра ни один наш подопечный не заплатил ни рубля, такова наша главная позиция. В то же время деятельность центра – это существенные расходы. Администрация, конечно, нам помогает, субсидирует коммунальные платежи и так далее. Серьезным подспорьем остается наш полно-

спорт? Олимпийское движение утратило свой основной принцип. Да и среди спортсменов мнения разделились: кто-то против дисквалификации был, а кто-то ее поддержал. Ну, понятно, медаль легче завоевать, когда сборной России нет. Наши спортсмены, как и на прошлой Паралимпиаде, всегда считались фаворитами.

– А что можете сказать об идее проведения альтернативных игр в Ханты-Мансийске?

– Наш регион в состоянии провести подобное мероприятие. Нужно понимать, что место выбрано неслучайно – это означает, что Югру признают центром адаптивного спорта в нашей стране. Это добавит престижа не только нашему округу, но и адаптивному спорту. Полагаю, что первенство будет открытым и участие в нем смогут принять спортсмены из других стран – тем самым мы сможем всему миру показать свою открытость и отсутствие какой-либо враждебности.

Иван РЯБЦЕВ  
Фото Центра спортивной  
подготовки и реабилитации  
им. Алексея Ашапатова