

ÃÑÈÈ ÂÛ ÑÊÐÃÑÒÈÈÈÈ ÐÓÈÈ — ÕÌ ÌÛ ÍÃÒ!

14.05.2009

Íñéááíáá íáííáéáíèà 01.03.2010

Ííæàèóé, ñàííá ñòðàøííá, ÷òí ìíæáò ìíñòðáðááàòü ÷áèíááèà íá ááí æèçíáííí íóòè - ýòí íáèíí-áñòáí, ìñíçíáíèà òíáí, ÷òí òü íèèíó

Íá ñòðáíèòòò íáðááí æòðíáèà ìü ìííáúááí íáðàúáíèà Ãáðíáíñéíáí Õáááðàòèáííáí Ðááí-ááí Ñííáúáñòáá èéóáíá éíááèèáí è èð áðò áàèííüøèáííèèáí.

Ãááèç ýòíé íðááíèçàòèè: æèòü ñíáíáñóíí ñáíáíáíúíè ìò áñáíáúáíèðùáé çàáèñèííñòè è ñíáèè. Ýòí èðáè, èíòíðüí íááíáèè ñí-óáñòá. Íáðàòèòòáñü è íèì, è áúòü ìíæáò Ãàøà æèçíü èçíáíèòñý è èó-øáíó.

Íí-áíó ìü íèèáè íá óñííèíèíý...

Ãñòü èðáè, èíòíðüí ááèñòáèòáèüíí íííáíá íá ñíáòíáèò, èíòíðüá íá ñííáúáðò ðíñéíøíúá íáááçèíü, à áíáíèüñòáòòñý ááøááüíè ðáñíð

---ííæáò áúòü, ìòííó, ÷òí ííè áááíü,

èíòíðüá ñííááàðòñý á ñíáðáíáííüò èáááèàò, òàèèò èáè “ííèíááæü”, “òèòíáññ”, “èàðüáðà”

— ìíæáò áúòü, ìòííó, ÷òí ííè íá ñíáóò íðèíèíàòü á ýòíí ó-àñòèý, èíòíðüá áèóòè è ñðááñòááí ìáññíáíé èíòíðíàòèè,

— ìíæáò áúòü, ìòííó, ÷òí ííè íðááíí-èòáðò ðàçíüøèýòü

— ìíæáò áúòü, ìòííó, ÷òí èì ìðíñòí íé-ááí íá íóáéí?

Ãñòü èðáè, íá ìðèñííñááèèáàðùèáñý — áíáðíáíèüíí èèè ìðèíóáèòáèüíí,— áüíááàðùèá èç íáúèò ðáííè, íáðàúáðò íá ñ

ìü, éíááèèáü è íá éíááèèáü èç ÕÃÃÐÃÒÈÈÁÍÍÁ ÐÃÃÍÃÃÁÍ ÑÍÍÃÃÃÑÒÃÃ ÈÈÓÃÃÃ

ÈÍÃÃÈÈÃÃÁ È ÈÕ ÃÐÓÇÃÉ (ÃÃÇ cbf), ÷áñòí ñòàèèèáááíñý ñ íðááðáññòáèèè èèáí ñ òáí, ÷òí íáñ íòááðáàðò è ñòááýò á ááçáú 60-ò áíáíá. Áíáñòí òíáí, ÷òíáú æàèíáòüñý, ííè ðáøèèè èñíðíáíáòü ÷òí-òí áðòáíá, ííáíá, à èíáííí:

Æèòü ñíáíáñóíí ñáíáíáíúíè ìò áñáíáúáíèðùáé çàáèñèííñòè è ñíáèè

Ííèðáýñü íá áðòæáñòááííüá éííòáèòü è ñáýçè, èíòíðüá áàðò íàì ñíáááðæèó, ìü áíááæèðóáí ñááý áèý íáúáñòáá. Ðàçóíááòñý, ìü í

Èòí ñááíáíý íðý-àò áíèíáó á íáñíè, òìò çàáòðà áíðüèí íá ýòíí ñíæàèááò.

Ñííòðèòá è ÷èòáèòá, ÷òí ìü ìíæáí íðááèíæèòü ìíèíí íáúèò ðáññóæááíéé:

ÈÃÃÈ ÃÍÃÑÒÍ ÈÃÃÍÈÍÃÈÈ

2. Ñáíáíáíá áðáíý áèý áíèüøáé ñáíáíáü

Äëý íáñ ðááíòà á ééóáá è ñáíáíáííá áðáíý íá ìðíòèáíðá-èá, à íáíáíðíò: á íáøéò 100 íáñòíúò áðóííáò ÉÉÓÁÁ ÈÍÁÀÈÈÁÍÁ È ÈÕ ÁÈ

— Ìéáíúá, áèñéíòáéè, íáúáñòááííúá çááíèý, á éíòíðúò éþáè íá éíááééáíúò éíèýñéáò íá ìíáóò ñáíáíáíí ìðíáðòú, òáé èáè ñò

— Íáðáðíáíúá çííú, íááàçéíú è ðáñòíðáíú, á éíòíðúò éíááééáú áúáéýäýò áñáááà òáé æáèéí

— Íáñòíúá áàçáòú, á éíòíðúò ñíñòðááàòáéúíí ñííáúááòñý íá éíááééáò

— Áþðíéððàòèý á ó-ðáæááíèýð, ááá ñíáéððáþòñý éþáè, èúóúèá ñíááòà è ìííúé

Ìú á íáøáí ééóáá òíòèí íá ìðíñòí áúðáæáòú ñáíá íáóáíáíéúñòáéá òáèèí ìíéíæáíéáí ááúáé. Ìú ìðéíèíááí ó-áñòèá á íáúáí áéáéíáá, á íáí òíæá áíñòáþòñý óááðú è Ìú íáðááéí éñíúòúáááí ðáçí-áðíááíéá, íí -áñòí áñá-òáéè áíñòèéáááí óñíáòá, íáñòíýúááí ìðíáðáññá, ìí

Áæáíáéøáá: ðááííðááéá éíááééáíá áñþáó è áí áñáí. Íáíáðíáéíí áúá íííáíá ñááéáòú, -ðíáú ýòíáí áíñòè-ú — áí áñáð ááòñéí

Íáðýáò ñ ìðéáéèðáíéáí íá ðááíòó óááéýáòñý áíèíáíéá è ñáíáíáííó áðáíáíé (á óçéíí ñíúñéá), òíòý è íá òáé íáñòíýðáéúíí, èáé íá áíí

Íáðáòèòá áíèíáíéá: íáøé áðóííú áñáááá ñáðáá-íí ðááú ííáè-éáí!

3.Òáéííá óéàçáíéá: Ííáúøáíéá éááéèòèéáòèè à la cbf

Ìú ñíááðøáííí íá ðáñííéíæáíú è ááíáéúíúí ìðííáááýí.

Ìú ìíéááááí: ó-ááá áíèæíá áúòú éíòáðáñííé, áíñòááéýòú óáíáíéúñòáéá, ìí-íáñòíýúáíò ìííááòú éó-øá íñóúáñòáéýòú íáøé éááé è

Éæáúé áíá Ìú ìðááéááááí 6-8 ñúáçáíá è ñáíèíáðíá, íá éíòíðúò áñòðá-áþòñý áñá áíçííæíúá éþáè èç ðáçíúò óáááðáéúíúò çáíáéú

è ñéò-áþ ðááé ìðááááéáííé óáíú, ííáè-éè, éíòíðúá òíòýò íáííáí ìðéñííððáòúñý, ó-áñòíéèè — éíááééáú è íá éíááééáú, ìíéí

Ìú íá èçáááááí òáèæá è áðóáèò òáí, éíòíðúá íáñ íáíñðááñòááííí éáñáþòñý: ðáçáéòèá óéó-øáííúò áñíííáàòáéúíúò ñðááñòá è PI

áðóáéò áííðííá, òáèèò éáé ñííúñéáííá óñòðíéñòáí æèçíé, ñáéñóáéúííñòú è ìáðóíáðñòáí, óáðíçá ñóúáñòáííáíèþ ìíñðááñòáíí ìðá

ñíáòèáéèñòíá èçáíá. Óáé Ìú èçáéáééááí ìíéúçó ìò çíáíéé ýéñíáðòíá è ííé ìáðáó-éááþòñý ìðé ýòíí, éíááá óçíáþò ìðíñúáú è òðááíáá

Ìíèíí ìðýíúò ìðíáðáíí áíèúøóþ ðíèú éáðááò òáé íáçúáááíúé éíðíðíàòèíííúé éííóáéò ñííáðáçíí ñ òáííáðáíáíòíí. Ííçæá íííáéá áíáíðýò: &

xòíáú ìðééòè ñííáà èèè áíáðáúá:

Ìðéíèíáéòá íáøá ìðéáéèðáíéá, ááááéòá Ìú ìðéøéáí Ááí ìðíáðáííò ñéááóþúááí íáðííðèýòèý!

Ìèøèòá, ìíæáéóéñòà, ìí ááðáñó:

ÄUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT

DER CLUBS BEHINDERTER

UND IHRER FREUNDE E.V.

Eupener Strasse 5

5107 Mainz

(Çáííèòú ìíæíí ìí òáéáðííó: 06234/224544, èç Óáðúéíáá: 8-íáíðáðúáíúé áóáíè-10-49-6234-224544)

β οί-ό ñ Áàìè íáððáíèñúáàòüñý — ìíæàèóéñòà, ìðèøèèòá íá:

íáúòþ èíóíðíàòèþ í BAG cbf

ìðíáððáìíó çáñáááíéé è ñáìèíáðíá

ìðíáððáìíó íáæáóíáðíáíúò ìíèíááæíúò áñòðá-

èííòáèòíúé àáðáñ èéóáà.

Äáííúá äèý ìíáé æáéááíé ìíáçáèè:

Èíý, òáìèèèý

Äáðáñ, óèèòá

Íñíáúá ìòíàòèè.

4.Äðóæáà íá çíááò áðáíèò...

Ýóíò áááèç áóááò áéááíúì íá íàøèð ìáæáóíáðíáíúò ìíèíááæíúò áñòðá-àð. Éàè òíèúéí áíñòè èç-çà áðáíèòü è òíçýááá áñòðáòýòñ ìðè íáíáíá ìíúòíì èíòáðáñóáò ìðáæáá áñááí:

— èàé íáñòíèò ááéí ñ òáðíèíñòüþ è áíèíáíèáí ìí ìòííáíèþ è óúáðáíúì èþáýì á ðàçíúò ñòðáíàð?

— ðáì çáíèìáþòñý è èàè óóááðæáàþò ñááý ìíèíááæíúá áðóííú á ñòðáíàð, á èíòíðúò áéááíñíñòíýíèá íá òàè ááèèè, èàè ó í

— èàèèá èíèòèàòèáú è ìíííúú ìíæáì ìú èíèòèèðíáàòú?

Íá òàèèá áííðíñú áóáóò èííá-íí ñíááðøáíí ðàçèè-íúá ìòááòü ìðè íáíáíá, íáíðèíáð, ñí ñèáíáèíááñèèè ñòðáíàìè èèè ñ íáðíáíé ðáñíí ñòðáíáíéý, èàèè ìáðàçíì ðáðáç íáòèííáèúíúá áðáíèòü ðàçáèááòü áíáøíþ ñíèèááðííñòü è çááýçúáàòü èííòáèòü, èç èíòíðúò áúðá

Íú ìðíáíèè íàøè èíòáðíáòèííáèúíúá ìíèíááæíúá áñòðá-è ìí áíñòóííúì óáíáì. Áñá ìíèíáúá èíááèèáú è èíòáðáñóþèáñý íá èíááèèáú (

5.xòí ááèàòü, èíááà íáíèáááàò ñéóèá?

Íðí-ü èç ñíáíòááííúò 4 ñòáí, íááí ìíçíáèíèòüñý ñ ð-óæèèè ñòðáíàìè è èþáúìè èèè ìðíñòí “ìòááñòè áóøó” — ýð èðáñèí íá èíèáñèèèáð, áðóáííò ìííáíá èíòáðáñííá íááíñòóííí íáú-íúì íáðàçíì, òàè èàè íí íá ìíæáò áèááòü, áà è ñ áçàèìíííèíáíèáì ááéí

Íú äèý BAÑ cbf óæá áíááìè ìðèáááááì è ñáìííííúè è áíòíáú áàòü áàì ìàññó óéàçáíèè è èíóíðíàòèè. Íáðá ìðèíáðíá:

— íá áàøè çáíðíñú á èíííþþòáðá ááñ íæèáàþò 6000 ááðáñíá ìðèþòíá äèý èþááé íá èíááèèáíúò èíèýñèàò á 90 ñòðáíàð ìèð

— áú ìíæáòá ìíèó-èòü ó íàñ èííòáèòíúá ááðáñá ìðááíèçàòíðíá, èíòíðúá ìðááèááàþò èáìíèíáè, ó-ááíúá, ñíðòèèáíúá è íáðàç

— ó íàñ ìíæíí óçíáòü òàèæá, èàè ñáìíñòíýòáèúíí çà íááúñíèóþ óáíó ìíáòáòü á óðð èèè èàè ðáøèòü ìðíáèáíó ñ ìíèñèí ñííðíá

Íí ìíííáèòá òàèæá è áú ðáñøèðèòü ñíèñíè ìðááèíæáíèè ìóðáøáñòáèè è ìòíóñèíá äèý èíááèèáíá. Óáááíèýéòá íàñ í áàøèð ìíèíæèð

Áñèè äèý ááñ áñý óáìàòèèá ýáèýáòñý ííáíé ìú áíòíáú ìðááíñòáèèòü Áàì áíííèíèòáèúíóþ èíóíðíàòèþ: ááá æáéáíèá, òáì óñíáð!