

# «Кто, если не мы»

Тамара Булыгина о работе социального координатора фонда «Защитники Отечества»

Алёна ПЕРФИЛЬЕВА

Поддержка участников специальной военной операции и их семей сегодня является одной из ключевых социальных задач региона. В Свердловской области эту работу ведет фонд «Защитники Отечества». Тамара БУЛЫГИНА стала социальным координатором фонда после того, как на СВО ушел ее сын. Он погиб в августе 2024 года на Белгородском направлении. Сегодня она помогает десяткам других матерей и жен бойцов в Богдановиче, а также ветеранам спецоперации, которые уже вернулись домой.

Рабочий день Тамары Булыгиной ненормирован. В Богдановиче ее знает каждый, кому пришлось столкнуться с боевыми тяготами СВО, – не только бойцы, но и их жены, матери, родные и близкие. Она помогает тем, кто вернулся домой, решать вопросы адаптации к мирной жизни.

– Бывают ситуации, когда с мамами или женами бойцов мы общаемся по ночам. Делимся переживаниями, плачем, так становится легче. Эти моменты нас сблизжают, – рассказывает Тамара Булыгина.

Она помогает семьям участников спецоперации решать вопросы оформления документов и выплат, поддерживает добрым словом. Вот уже два года Тамара Булыгина работает социальным координатором фонда «Защитники Отечества» – устроилась сюда после того, как сын ушел на СВО.



Тамара Булыгина: «Помогать, несмотря на утраты, – мой материнский долг»

– Сын был настоящим патриотом, поэтому, не раздумывая, встал на защиту Родины. Когда началась мобилизация, сразу пошел в военкомат, хотя имел право на отсрочку. Сказал: «А если ребятам не помочь – что будет тогда? Кто, если не мы?» – вспоминает Тамара Викторовна.

Эти слова сына стали для нее призывом к действию. Тамара Булыгина стала заниматься сбором гуманитарной помощи, а также помогать бойцам и их семьям. Участники СВО обращаются в фонд, чтобы получить статус ветерана, оформить выплаты за ранение, многим нужны реабилитация и ресоциализация. **Андрей Воронин** – один из них. Домой он вернулся без ног – их ампутировали после тяжелого ранения.

– Мы собрали все документы на выплату за ранение, а также на получение удостоверения ветерана боевых действий в Минобороны. Письма писали несколько раз, потому что законодательная база менялась. Но мы это сделали – Андрей получил все положенные выплаты, статус ветерана, – говорит Тамара Булыгина.

Благодаря поддержке социального координатора фонда «Защитники Отечества» Андрей вернулся и к полноценной жизни – впервые в жизни встал на лыжи.

– Меня вдохновила Тамара Викторовна. Я начал тренироваться и по результатам отбора попал на первый зимний Кубок Защитников Отечества в Ханты-Мансийске. Взять пер-

вое место пока не смог, но это не главное. После кубка я попал на спортивные сборы в Сочи, смог прийти в форму, – рассказал Андрей.

Сейчас ветеран СВО тренируется в следж-хоккейной команде «Уральские волки», а впереди у него – оформление спортивных протезов и автомобиля с ручным управлением. Этим вопросом тоже займется Тамара Булыгина. На ее счету – десятки подобных обращений, которые уже удалось решить.

– Хочется, чтобы ребята после возвращения домой не были одиноки, чтобы не закрывались дома, – рассказывает она.

О том, что такое горечь утраты, Тамары Булыгина знает не понаслышке. Ее сын домой не вернулся. В августе 2024-го его бригаду перебросили на Белгородское направление. Выполняя боевую задачу, он был тяжело ранен, ранение оказалось несовместимым с жизнью. За проявленный героизм **Сергей Булыгин** был посмертно награжден орденом Мужества.

– Нам сообщили, что Сережа в госпитале. Ранение оказалось несовместимое с жизнью, был сильный удар головой. Он был стрелок-наводчик боевой машины пехоты. Ему было всего 33 года... Вот такая судьба... – говорит Тамара Викторовна.

Сегодня вместе с другими матерями и родственниками участников СВО она изучает основы психологической помощи в рамках проекта «Равный равному».

## ЦИФРЫ

>61 500

обращений на оказание помощи разрешены

>800

ветеранов СВО привлечены к занятиям спортом

>400

мероприятий проведено для ветеранов СВО и их семей

225

ветеранов вовлечены в адаптивный спорт

52

адаптации жилых помещений проведены

43

технических средства реабилитации предоставлены ветеранам СВО с инвалидностью

20

комплектов адаптивной одежды – ветеранам СВО

8

автомобилей с ручным управлением вручены ветеранам СВО

(данные – с начала работы фонда «Защитники Отечества» (О))

# Спортом нужно заниматься всегда

Фонд «Защитники Отечества» активно вовлекает героев СВО в занятия физической культурой и спортом

Алёна КУРОЧКИНА

Спорт – это всегда про движение, которое помогает не опускать руки и поддерживать тело в тонусе, укрепляет дух и открывает возможности для общения. Вовлечение ветеранов СВО в спорт занимает большое место в деятельности фонда «Защитники Отечества»

Для того чтобы ветераны занимались адаптивным спортом, фонд обеспечивает их спортивными протезами, спортивными электроколясками, техническими средствами реабилитации для занятий следж-хоккеем.

В регионе тренируются команды по волейболу сидя, по следж-хоккею «Уральские волки», адаптивному футболу и другим видам спорта. Тренировки организованы благодаря сотрудничеству фонда со свердловским Центром адаптивного спорта «Родник» и при поддержке регионального Министерства физической культуры и спорта.



Виталий Мухин: «Спортом нужно заниматься всегда, несмотря на поражения, травмы, невзгоды»

Наши ветераны принимают участие в комплексных физкультурных мероприятиях регионального, межрегионального и федерального масштаба. Ребята поддерживают руководители и социальные координаторы фонда, и, конечно, родные героев. Семьи ветеранов зачастую и сами подключаются к спортивным

активностям. Раз в три месяца фонд проводит «Дни здоровья», семейные спортивные праздники. В их организации помогает общественное движение «Здоровый Урал».

Сейчас наши спортсмены готовятся к Межрегиональному комплексному физкультурному мероприятию среди ветеранов

СВО «Кубок Защитников Отечества» (УрФО). Масштабные соревнования пройдут в Екатеринбурге в апреле 2026 года.

Но в их преддверии уже 21 февраля состоится региональный этап Кубка. Ветераны с поражением опорно-двигательного аппарата выступают в следующих дисциплинах: пауэрлифтинг, пулевая стрельба, стрельба из лука, настольный теннис. Герои, потерявшие зрение, также покажут себя в пауэрлифтинге и настольном теннисе.

Фонд помогает ветеранам не только адаптироваться к жизни после спецоперации через занятия физической культурой. Многие в спорте с детства, и продолжение занятий – истории про возвращение к себе.

Так, 28-летний ветеран из Нижнего Тагила **Виталий Мухин** спортом начал заниматься с раннего возраста. Еще в школе увлекся футболом, затем друзья потянули Виталия в бокс.

В специальной военной операции принимал участие с самых первых дней добровольцем. Слу-

жил в морской пехоте командиром отделения. В апреле 2022 года подорвался на mine. Награжден орденом Мужества.

– Сейчас я занимаюсь армрестлингом и пара-боксом, плаваю. Занимаюсь ежедневно: 365 дней в году, семь дней в неделю в Спортивно-адаптивной школе имени Михалины Лысовой. Мне нравятся эти дисциплины, потому что это и всегда мне больше давалось, и нравится азарт. У нас соперничество в приоритете в отличие от того же пауэрлифтинга, где цель – поднять вес больше. Мы же стремимся победить в нашей дисциплине, – говорит Виталий.

В команде ветеран уже около года, за это время успел достойно выступить на соревнованиях разного уровня по волейболу сидя, пара-боксу и армрестлингу. Из последних достижений – золото на чемпионате Свердловской области по армрестлингу среди спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата и ветеранов СВО.