

Федеральное государственное бюджетное научное учреждение  
«Центр защиты прав и интересов детей»

**«НЕЗРИМЫЕ УГРОЗЫ — МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ»**

методические рекомендации для педагогических работников  
общего образования и среднего профессионального образования  
по подготовке и проведению родительского собрания,  
приуроченного ко Всемирному дню борьбы со СПИДом

**Целевая аудитория:** родители (законные представители) обучающихся 15 — 18 лет

*(Дополнительная информация, необходимая для проведения профилактических мероприятий, можно скачать с официального сайта o-spide.ru)*

Москва, 2018

## **Введение**

Методические рекомендации по проведению родительского собрания «Незримые угрозы – мифы и реальность» (далее – методические рекомендации) предназначены для оказания помощи педагогическим работникам общеобразовательных организаций и организаций среднего профессионального образования (педагогам-психологам, социальным педагогам, классным руководителям) при проведении родительских собраний в рамках реализации ежегодных профилактических мероприятий, приуроченных к Всемирному дню борьбы со СПИДом (1 декабря) (далее – профилактическая декада), проведение которых в 2018 году запланировано период с 26 ноября по 7 декабря 2018 г.

Современный масштаб развития эпидемической ситуации по распространению ВИЧ-инфекции в большинстве регионов Российской Федерации создает риск вовлечения несовершеннолетних в ситуации с высокой вероятностью заражения ВИЧ-инфекцией, чаще связанные с рискованным поведением.

*Целью профилактической декады* является повышение эффективности работы в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся, а также их родителей (законных представителей), формирования и повышения профилактической компетентности всех участников образовательного процесса, обеспечение безопасности жизнедеятельности.

*Целевая аудитория:* родители (законные представители) обучающихся 9 – 11 классов, студентов профессиональных образовательных организаций.

Необходимость организации профилактической работы с родителями обучающихся связана с формированием единого ценностно-смыслового и информационно-культурного поля, способствующего оптимальной социализации подростков, девушек и юношей, формированию у них навыков управления своим поведением на основе принципа предосторожности.

Использование предложенных в методических рекомендациях материалов будет способствовать повышению эффективности профилактической работы

образовательной организации, позволит укрепить семейные традиции и моральные принципы, окажет содействие повышению информированности родителей.

***Цель родительского собрания:***

информирование родителей (законных представителей) обучающихся о ключевых рисках, связанных с распространением ВИЧ-инфекции и распространении эпидемии СПИДа.

***Задачи родительского собрания:***

1. Проинформировать родителей о статистике распространения ВИЧ-инфекции в Российской Федерации, путях ее передачи и методах своевременной диагностики.

2. Проинформировать родителей о проведении в рамках профилактической декады, приуроченной к Всемирному дню борьбы со СПИДом (1 декабря), интегрированных уроков по профилактике ВИЧ-инфекции для обучающихся 9 – 11 классов и студентов профессиональных образовательных организаций «Незримые угрозы – мифы и реальность».

3. Мотивировать родителей на повышение собственной профилактической компетентности и формировании профилактической компетентности ребенка.

***План родительского собрания***

1. Организационный момент.

2. Информационный блок №1 включает информацию о статистике распространения ВИЧ-инфекции и путях передачи. Вне зависимости от степени эпидемиологического благополучия субъекта Российской Федерации, на родительском собрании должна быть озвучена информация о количестве ВИЧ-инфицированных, выявленных на самых неблагополучных по ВИЧ территориях России, возрастная структура пораженности ВИЧ-инфекцией и структура путей ее передачи.

3. Информационный блок № 2 о проведении интегрированных уроков по профилактике ВИЧ-инфекции для обучающихся 9 – 11 классов и студентов

профессиональных образовательных организаций «Незримые угрозы – мифы и реальность». (Для подготовки необходимо использовать информацию из методических рекомендаций по проведению интегрированного урока для обучающихся 9 – 11 классов, студентов профессиональных образовательных организаций; приложение № 2).

4. Заключительный этап. Информирование родителей о возможности: определения уровня профилактической компетентности в области профилактики ВИЧ-инфекции посредством участия в интернет-опросе; использования памяток для родителей (Приложение № 3)

### **Методическое обеспечение**

#### ***Выбор форм и методик проведения родительского собрания***

Основной формой работы педагога с родителями в настоящее время являются родительские собрания.

Классные (групповые) родительские собрания следует организовать за несколько дней до проведения интегрированных уроков с обучающимися 9 – 11 классов и студентов профессиональных образовательных организаций «Незримые угрозы – мифы и реальность».

Родителей необходимо познакомить с целями, задачами, кратким содержанием интегрированного профилактического урока и его основными результатами (данную информацию организаторы родительского собрания могут получить из сценария проведения интегрированного урока с аналогичным названием «Незримые угрозы – мифы и реальность»).

Необходимо акцентировать внимание родителей на том, что одной из основных задач интегрированного урока является формирование у обучающихся мотивации, направленной на безопасное поведение, обеспечивающей сохранение собственной жизни и здоровья, актуализирующей знания о ВИЧ-инфекции и поведенческих факторах риска.

Родительское собрание в рамках профилактической декады «Стоп ВИЧ/СПИД» возможно провести с использованием интерактивных форм в сочетании с мини-лекцией.

Рекомендованная продолжительность собрания: не более 45 минут.

**Предварительная подготовка.** При подготовке к родительскому собранию каждая семья получает приглашение, с обязательным обращением по имени-отчеству к взрослым членам семьи. В приглашении указывается тема собрания и точное время начала и окончания встречи.

Вопрос профилактики ВИЧ-инфекции является одним из сложных вопросов школьной педагогики и семейного воспитания, который затрагивает ценностные и смысловые установки личности о взаимоотношениях полов, культуре этих отношений.

Многие ученые, психологи, педагоги, врачи (Д. Н. Исаев, В. Е. Каган, Д. В. Колесов, И. С. Кон, Ю. М. Орлов и др.) считают, что половое воспитание должно проводиться в семье, и именно семья играет главную роль в процессе воспитания мужчины из мальчика, а женщины из девочки.

С детства мальчик подражает отцу и берет с него пример. Для девочки эталоном поведения является мать. Отношения между обоими родителями – наглядный пример отношений полов. Чем дольше родители избегают вопроса об интимной стороне жизни, тем больше вероятность того, что подростка настигнет эмоциональное потрясение и отвращение к взаимоотношениям между женщиной и мужчиной, о которых его проинформируют сверстники и социальные медиа.

***Рекомендации по выбору приемов работы с родителями:***

При проведении родительского собрания необходимо:

- говорить на понятном родителям языке,
- при употреблении специальной терминологии давать пояснения об ее обозначении;
- быть конкретным, отвечать непосредственно на поставленный вопрос;
- отказаться от поучений, нотаций, высокомерия; разговаривать с позиции партнерства;

сохранять конфиденциальность информации, полученной от родителей, и др.

**Дополнительная информация** по вопросам статистики и профилактики ВИЧ-инфекции размещена на официальных сайтах:

Минздрава России: [o-spide.ru](http://o-spide.ru)

Фонда социально-культурных инициатив: [stopvichspid.rf](http://stopvichspid.rf)

Московского городского центра профилактики и борьбы со СПИДом

Родительское собрание в рамках профилактической декады «Стоп ВИЧ/СПИД» возможно провести с использованием интерактивных форм в сочетании с мини-лекцией.

Рекомендованная продолжительность собрания: не более 45 минут.

**Предварительная подготовка.** При подготовке к родительскому собранию каждая семья получает приглашение, с обязательным обращением по имени-отчеству к взрослым членам семьи. В приглашении указывается тема собрания и точное время начала и окончания встречи.

Вопрос профилактики ВИЧ-инфекции является одним из сложных вопросов школьной педагогики и семейного воспитания, который затрагивает ценностные и смысловые установки личности о взаимоотношениях полов, культуре этих отношений.

Многие ученые, психологи, педагоги, врачи (Д. Н. Исаев, В. Е. Каган, Д. В. Колесов, И. С. Кон, Ю. М. Орлов и др.) считают, что половое воспитание должно проводиться в семье, и именно семья играет главную роль в процессе воспитания мужчины из мальчика, а женщины из девочки.

С детства мальчик подражает отцу и берет с него пример. Для девочки эталоном поведения является мать. Отношения между обоими родителями – наглядный пример отношений полов. Чем дольше родители избегают вопроса об интимной стороне жизни, тем больше вероятность того, что подростка настигнет эмоциональное потрясение и отвращение к взаимоотношениям между женщиной и мужчиной, о которых его проинформируют сверстники и социальные медиа.

***Рекомендации по выбору приемов работы с родителями:***

При проведении родительского собрания необходимо:

- говорить на понятном родителям языке,
- при употреблении специальной терминологии давать пояснения об ее обозначении;
- быть конкретным, отвечать непосредственно на поставленный вопрос;
- отказаться от поучений, нотаций, высокомерия; разговаривать с позиции партнерства;

## **Информация Министерства здравоохранения Российской Федерации по ситуации, связанной с ВИЧ-инфекцией в Российской Федерации**

Первый случай ВИЧ-инфекции был зарегистрирован в России в 1987 году, диагноз был установлен у иностранных граждан, обучающихся в нашей стране. Затем был зарегистрирован первый случай заболевания у гражданина Российской Федерации.

До 1999 года эпидемиологическая ситуация в России не выходила за пределы групп населения повышенного риска (потребителей инъекционных наркотиков и других), единичные случаи были связаны с медицинскими вмешательствами (например, переливанием крови) и вертикальным путем передачи инфекции: от матери к ребенку.

Начиная с 2005 года, отмечался ежегодный прирост числа новых случаев регистрации в крови ВИЧ-инфекции до 10-12%, эпидемиологическая ситуация сопровождалась ростом заболеваемости и распространенности ВИЧ-инфекции, выходом заболевания за пределы ключевых групп в общую популяцию, и стала представлять серьезную угрозу безопасности, жизни, здоровью и благополучию населения.

Однако, с 2016 года количество впервые выявленных случаев ВИЧ-инфекции стало снижаться, на фоне увеличения охвата населения тестированием на ВИЧ-инфекцию.

По данным Федерального государственного статистического наблюдения в 2017 году были зарегистрированы более **800 тысяч** случаев ВИЧ-инфекции, из них впервые выявленные - у **85 802** человек, что составило **58,4** на 100 тыс. населения (заболеваемость). Частота новых случаев ВИЧ-инфекции выше среди мужчин и составляет **53 509** человек от общего числа впервые выявленных случаев (2017 г. – **62,0%**; 2016 г. - **61,8 %**).



Основное бремя заболеваемости ВИЧ-инфекцией приходится на возрастную группу 25-44 года и составляет **75,2%** от общего числа впервые выявленных лиц с ВИЧ – инфекцией.

Распространенность ВИЧ-инфекции на территории страны имеет существенные различия в разных регионах. Основное бремя ВИЧ-инфекции приходится на 22 региона Российской Федерации, преимущественно расположенных на территории следующих федеральных округов: Сибирского, Уральского, Приволжского, Северо-Западного.

По итогам мониторинга мероприятий, направленных на реализацию Государственной стратегии по противодействию распространения ВИЧ-инфекции в Российской Федерации, отмечаются **определенные достижения в 2017 году:**

— обследовано на ВИЧ-инфекцию **33 870 850** человек, в целом охват медицинским освидетельствованием на ВИЧ-инфекцию населения России составил **23%**, что выше значений показателей, чем в 2016 г. (**20,5%**) и 2015 г. (**19,3 %**);

— охват диспансерным наблюдением лиц, живущих с ВИЧ-инфекцией, составил **85,6 % (693 тыс. чел.)** от общего числа зарегистрированных случаев ВИЧ-инфекции в Российской Федерации (в 2016 г. – **70,5 %**);

— свыше **99 %** детей с ВИЧ-инфекцией, от числа подлежащих учету, находятся под диспансерным наблюдением, из них **91 %** получают антиретровирусную терапию, которая назначается им незамедлительно и на первом году жизни ребенка, а эффективность проводимой терапии среди **детей**, которая оценивается неопределяемым уровнем вирусной нагрузки, составляет **88 %**;

— учитывая, что у лиц с ВИЧ-инфекцией увеличивается риск развития осложнений и смертности от туберкулеза, внедрена система специфической профилактики туберкулеза: свыше **92 %** ЛЖВ, состоящих под диспансерным наблюдением, обследованы на туберкулез, а **более 90 %** лиц, живущих с ВИЧ, с впервые установленным диагнозом ВИЧ и получающие терапию, прошли химиопрофилактику туберкулеза;

— охват антиретровирусной терапией всех лиц, живущих с ВИЧ, находящихся под диспансерным наблюдением достиг в конце **2017 года 50 %**

(в том числе детей **91 %**). При этом в каждом третьем регионе охват антиретровирусной терапией составляет свыше **50 %**. Снижение вирусной нагрузки наблюдалось в 2017 году у **72 %** лиц, живущих с ВИЧ, получавших антиретровирусную терапию.

— за счет высокого охвата ВИЧ-инфицированных беременных женщин и новорожденных профилактикой вертикальной передачи ВИЧ-инфекции, риск вертикальной передачи ВИЧ-инфекции снизился до **1,7 %**,: охват профилактикой в период родов – **95,0 %**, новорожденных детей – **99,1 %**. В 2017 г. матерей с ВИЧ-инфекцией родилось **15 044** детей (2016 г. - **15 989**), из них только у **235** (2016 г. - **281**) была подтверждена ВИЧ-инфекция.

Национальной ассоциацией специалистов по профилактике, диагностике и лечению вируса иммунодефицита человека в 2017 году пересмотрены клинические рекомендации (протоколы лечения). Новые клинические рекомендации обеспечивают использование самых современных, **рекомендованных ВОЗ, схем лечения** и профилактики ВИЧ-инфекции. Расширены показания к назначению **антиретровирусной терапии**, согласно которым рекомендуется ее назначать всем пациентам с ВИЧ-инфекцией (лечим всех).

В 2017 году внедрен Федеральный регистр лиц, инфицированных вирусом иммунодефицита человека (ФРВИЧ), который является важным инструментом не только в мониторинге эпидемиологической ситуации, но и в оценке качества оказания медицинской помощи, обеспечения преемственности и взаимодействия, в том числе между гражданским и пенитенциарным сектором, лекарственном менеджменте.

В связи с изложенным выше работа по профилактике ВИЧ-инфекции должна быть продолжена, особенно в части информирования и просветительской работы со взрослыми и подростками.

**Информация об интегрированном уроке,  
приуроченном ко Всемирному дню борьбы со СПИДом,  
«Незримые угрозы – мифы и реальность»**

Интегрированный урок для обучающихся 9 – 11 классов «Незримые угрозы – мифы и реальность» (далее – интегрированный урок) разработан в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов (далее – ФГОС), которые предусматривают вопросы формирования здорового и безопасного образа жизни, ориентированы на становление личностных характеристик выпускника, осознающего и принимающего ценности человеческой жизни, уважающего закон и правопорядок, соизмеряющего свои поступки с нравственными ценностями.

В соответствии с ФГОС вопросы профилактики ВИЧ-инфекции рассматриваются в содержании программ предметов «Биология», «Обществознание» и «Основы безопасности жизнедеятельности» в 9 - 11 классах. Они также входят в содержание учебных предметов на 1 курсе образовательных организаций среднего профессионального образования.

Основные задачи интегрированного урока:

информирование обучающихся о ВИЧ-инфекции и СПИДе;

формирование у обучающихся навыков ответственного поведения в ситуациях, связанных с опасностью ВИЧ-инфицирования.

*Далее возможно ознакомление с содержанием интегрированного урока посредством использования презентации (примеры слайдов размещены в тексте).*

Вводная часть урока: направлена на выявление исходного уровня знаний обучающихся о ВИЧ-инфекции.

Информационный этап урока предполагает более подробную актуализацию материала по теме: обучающиеся вспомнят о путях передачи ВИЧ-инфекции, «мифах о ВИЧ», способах профилактики ВИЧ-инфекции.

## Слайд 1

**Мифы**

Ложные представления общества о ВИЧ, которые выражаются в неправильных ответах на такие вопросы:

через предметы гигиены, общий туалет?

через рукопожатие или объятие?

в бассейне, ванне, бане?

кашель, чихание?

**Можно ли заразиться ...**

через посуду (тарелки, ложки, вилки, стаканы), еду?

через укусы насекомых или контакты с животными?

на приеме у стоматолога или делая маникюр, или педикюр?

при поцелуе, через пот, слезы?

при анализе крови?

⌵

Для закрепления пройденного материала, обучающимся будет предложено выполнить несколько упражнений, в том числе решить ситуационные задачи на оценку степени риска и выбора безопасного способа поведения в предложенной ситуации.

## Примеры ситуационных задач

**Ситуация 1.** На тренировке по футболу вратарь упал и поранил ногу. Нога была в грязи, а из раны пошла кровь. Его друг принес воды и стал промывать рану, чтобы затем обработать ее йодом и забинтовать. Он понимал, как больно его другу, так как сам недавно получил травму, и царапина на его руке еще не зажила.

## Слайд № 2

На тренировке по футболу вратарь упал и поранил ногу. Нога была в грязи, а из раны пошла кровь. Его друг принес воды и стал промывать рану, чтобы затем обработать её йодом и забинтовать. Он понимал, как больно его другу, так как он сам недавно получил травму, и царапина на его руке ещё не зажила.



⏪ ⏩

Учащимся задаются следующие вопросы:

Есть ли риск заражения ВИЧ или вирусом гепатита в данной ситуации? Почему?

Что нужно было сделать в данной ситуации? Почему?

**Ситуация 2.** Катя давно мечтала о сережках. На день рождения ей подарили хорошенькие сережки, но у нее не были проколоты уши: мама не давала денег на косметический салон. Подруга предложила Кате пойти к соседке, которая прокалывала уши дома и брала недорого. Когда Катя пришла к этой женщине, там ждали своей очереди две девушки. Катя обратила внимание, что машинка для прокалывания ушей после девушек не стерилизовалась.

### Слайд № 3



Учащимся задаются следующие вопросы:

Есть ли риск заражения ВИЧ в данной ситуации? Почему?

Что следует сделать Кате? Почему?

Таким образом, с помощью выполнения упражнений обучающиеся смогут закрепить свои представления о безопасном поведении в рискованных ситуациях.

Еще одно упражнение на закрепление пройденного материала «Ментальная карта» предполагает работу обучающихся в группах по 4-6 человек.

Обучающимся предоставляется возможность обратиться к учебникам и справочным материалам, содержащим информацию о ВИЧ-инфекции:

самостоятельно найти в предложенных учебниках и других источниках информацию о различных сторонах проблемы распространения ВИЧ-инфекции,

выделить ключевые понятия;

с их помощью составить собственную ментальную карту.

Упражнение заканчивается обсуждением ментальных карт, составленных разными группами.

В заключительной части интегрированного урока обучающиеся получают домашнее задание по самостоятельному заполнению анкеты на сайте: стопвичспид.ру. (Слайд № 4).

Слайд № 4



Методика опроса учитывает возрастные особенности подростков, не провоцируя их к рискованному поведению, позволяет оценить интенсивность субъективного отношения к проблемам распространения ВИЧ-инфекции и уровня знаний в этой области.

Опрос проводится анонимно. В результате каждый участник может получить свой индивидуальный результат.

Результат представлен 5 основными шкалами:

1. «Эмоциональная шкала» служит для определения уровня заинтересованности проблемами распространения ВИЧ-инфекции и сложившейся эпидемической ситуации.

2. «Познавательная шкала» служит для определения уровня готовности и стремления получать, искать и перерабатывать информацию по проблематике, связанной с ВИЧ-инфекцией, например, знать свои права в области диагностики,

получения информации, лечения ВИЧ-инфекции, быть в курсе активности других субъектов профилактической деятельности.

3. «Практическая шкала» служит для определения уровня готовности и стремления к практическому применению мер по профилактике ВИЧ-инфекции, прежде всего исходя из идеи поддержания и сохранения здоровья своего собственного и своих близких.

4. «Шкала поступков» служит для определения готовности к личностной активности, направленной на формирование здорового и безопасного образа жизни молодежи.

5. «Шкала эрудиции» служит для определения объема и глубины имеющихся у личности сведений (знаний) о ВИЧ-инфекции, прежде всего, о путях ее передачи.

Получив результаты своего самоисследования, участник опроса:

— при получении высоких показателей по шкалам – обретает уверенность в своих позициях в отношении здорового и безопасного поведения, знаний в области распространения и профилактики ВИЧ-инфекции;

— при получении средних или низких показателей по тем или иным шкалам (знания, поведение, отношение) также формирует желание улучшить свой результат и разобраться в проблеме.

По завершении участия в опросе можно распечатать свои результаты, а также получить персональный Сертификат участника социально значимого проекта «ЗНАНИЕ – ОТВЕТСТВЕННОСТЬ – ЗДОРОВЬЕ».

Уважаемые родители! Мы также предлагаем Вам самостоятельно пройти данный опрос. Ссылка размещена на сайте федерального Центра защиты прав и интересов детей (Режим доступа: <http://опрос-молодежи-о-вич.рф>). Вы, также как и ваши дети, сможете оценить свое эмоциональное отношение, готовность совершать безопасные практические действия и показывать пример окружающим людям здорового и безопасного поведения, позволяющий предупреждать распространение ВИЧ-инфекции.

После прохождения Вами этого опроса, а также прохождения опроса Вашим ребенком, постарайтесь обсудить взаимные результаты.

**Подведение итогов родительского собрания**

Уважаемые родители! Благодарим Вас за нашу встречу. Тема, которой мы с вами сегодня коснулись «Незримые угрозы – мифы и реальность», является актуальной и важной.

В завершение Вы можете с собой специальные памятки, которые возможно обсудить с другими членами Вашей семьи.

Желаем здоровья Вам и Вашим детям!



## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «Как поговорить с ребенком о ВИЧ/СПИДе?»



Уважаемые родители!

Тема предстоящего разговора весьма деликатна.

Прежде, чем начать беседу, вспомните себя, когда Вы были подростком, о чем Вы мечтали, какие строили планы в жизни, что важно было Вам в этот период?

А что актуально для Ваших взрослеющих детей?

Настройтесь на разговор с Вашим ребенком, в первую очередь, с позиции формирования жизненных ценностей и приоритетов, правил безопасного и ответственного поведения.

Не разговаривайте на бегу и в то же время не откладывайте разговор на эту тему на потом, до лучших времен.

Подростковый возраст требует внимания и заботы, особого бережного отношения к чувствительности и хрупкости развития внутреннего мира и внешней, часто демонстративной, отчужденности.

**Какой повод для разговора?**

**Это дата 1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом!**

Об этом точно будут говорить в сети Интернет и СМИ.

Вы можете уточнить у своего ребенка: знает ли он об этой дате?

Разговор может строиться как совместный анализ вопросов защиты от ВИЧ-инфекции.

Вопросы о ВИЧ/СПИДе и ответы на них должны быть взвешенными и обоснованными. Постарайтесь найти время и прочтите до разговора дополнительную информацию. Ее можно найти здесь:

<http://www.o-spide.ru/way/vic-i-spide-rasprostranennye-mify>

Даже когда Вам кажется, что ваши дети хотят от Вас «оттолкнуться» и демонстрируют взрослость и независимость, особенно в таком интимном вопросе как отношения с противоположным полом, на самом деле они очень в Вас нуждаются! Важно, чтобы этот тонкий аспект Вы лично обсудили с ребенком, чтобы это не толковалось и не преподносилось другими людьми (взрослыми или сверстниками).

Даже если в Ваших отношениях с сыном/дочерью в период их взросления есть сложности, помните, что *вопросы безопасности* – а разговор о ВИЧ/СПИДе относится именно к таким вопросам – должны быть вашим осознанным родительским шагом, защищающим, объясняющим, понимающим.

Такой разговор даст возможность выстроить диалог и позволит Вам лучше узнать своих детей, а им – почувствовать Вашу поддержку и понимание.

Итак, о чем точно **необходимо сказать**:

О распространенности ВИЧ-инфекции в нашей стране материалы представлены здесь: <http://www.стопвичспид.рф/>

О путях передачи вируса ВИЧ.

Как предотвратить риски (вести здоровый образ жизни, не употреблять психоактивные вещества, выстраивать отношения любви и доверия, проходить регулярное тестирование на ВИЧ в ситуациях, если риск есть).

Родные и близкие тоже могут столкнуться с этой угрозой. Что может быть личным вкладом в борьбу с распространением ВИЧ-инфекции?

Вы можете обсудить это не только один на один, но и принять участие в акциях и различных мероприятиях, посвященных этому вопросу.

Успехов и здоровой счастливой жизни Вам и Вашим детям!