**ИСЦЕЛЕНИЕ ТВОРЧЕСТВОМ**

**Пищур Оксана Владимировна**

МБУ «Краеведческий музей г. Зея»

г. Зея

В современном мире остро стоит проблема социальной адаптации людей с ограниченными возможностями (ОВЗ) и другими нарушениями здоровья. Люди с ОВЗ относятся к наиболее социально незащищённой категории населения. В связи с этим в обществе должны быть созданы условия для достижения приемлемого уровня жизни такой группы людей.

В наше время человек, будь то ребенок или взрослый, совершенно незащищен от болезней. Неутешительный диагноз может стать настоящим потрясением, как для больного, так и для его родных. В такой ситуации вполне естественно переживать глубокие душевные эмоции, раздражение и гнев. Человеку может показаться, что жизнь потеряла всякий смысл. Сам факт осознания «Я болен!» изменяет самооценку и поведение заболевшего, отношение к жизни, работе, родственникам. Больной страдает не только физически, но и морально.

Краеведческий музей г. Зея в течение нескольких лет ведет активную работу по поддержке и социальной адаптации людей с ОВЗ и другими нарушениями здоровья, используя арт-терапию и проектную деятельность.



Лекция на тему «Под флагом России за мир и свободу!»

Арт-терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами и педагогами. Термин «арт-терапия» («лечение искусством») ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году. Ее цель состоит в гармонизации психического состояния через развитие способности самовыражения и самопознания. С помощью арт-терапии можно выразить самые разные чувства и [эмоции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BC%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B8): [любовь](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%8E%D0%B1%D0%BE%D0%B2%D1%8C), [ненависть](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B5%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8C), [обиду](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D0%B8%D0%B4%D0%B0), [злость](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C), [страх](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%85), [радость](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) и др. Когда человек рисует, пишет картину или лепит скульптуру, происходит гармонизация состояния психики.

С этим направлением познакомилась в 2018 г. Елена Красноруцкая, находясь на лечении в Амурском областном онкологическом диспансере. Там под руководством Ольги Мажаровой и Ольги Сенченко вела работу волонтерская группа «Навстречу жизни» Амурского регионального отделения межрегионального общественного движения «Рак победим». Елена начала посещать занятия, увлеклась. А в марте 2019 г. на базе выставочного зала под ее руководством и при участии сотрудника музея О. Пищур была организована группа «Навстречу жизни». Это не только люди с раковыми заболеваниями или победившие болезнь, но и те, кто хочет заниматься творчеством или испытывает недостаток в общении.



Участники занятия по арт-терапии

Арт-терапию посещают около десяти человек, бесплатные занятия проходят 2-3 раза в месяц, материал предоставляется организаторами. На занятиях используются видеоуроки на различные темы: природа, космос, быт, также участники знакомятся с некоторыми необычными техниками рисования, например, «эбру» (рисование на поверхности воды с последующим переносом изображения на бумагу или другую твёрдую основу).

Для того, чтобы сделать работу группы более насыщенной и интересной, педагог-психолог Виктория Боженко проводит с участниками игры-тренинги. Это позволяет сделать обстановку более тёплой и непринуждённой.



Игры-тренинги с педагогом-психологом Викторией Боженко

Наблюдая за деятельностью участников группы «Навстречу жизни», можно сказать, что у каждого человека существует нераскрытый творческий потенциал. Благодаря арт-терапии человек освобождается от психологических проблем, повышает самооценку, расширяет круг общения и самоутверждается в обществе.

Таким образом, арт-терапия, оказывая благоприятное влияние на эмоциональный фон, способствует улучшению состояния физического здоровья.

Ещё одним направлением работы краеведческого музея в прошедшем году явился проект для людей с ограниченными возможностями «Безграничное творчество». Автором данного проекта является Ирина Лелекова - народный мастер декоративно-прикладного искусства, самобытный живописец, график и любитель фотографии. На протяжении многих лет Ирина активно взаимодействует с социальным центром «Родник», приютом «Солнечный», школами города, краеведческим музеем.



Мастер-класс по изготовлению магнита из бересты

В 2019 г. Ирина Викторовна уделила особое внимание работе с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Человек с ОВЗ — лицо с недостатками психологического и (или) физического развития. Для таких людей **есть** определенные ограничения в повседневной жизнедеятельности. Речь идет о физических, психических или сенсорных дефектах, которые накладывают значительный отпечаток на психологию.

Целью проекта является создание площадки для интеллектуального и творческого общения людей с инвалидностью.

Были определены следующие задачи:

* обучить навыкам творчества;
* сформировать и развить эстетический вкус людей с ОВЗ;
* раскрыть творческий потенциал личности;
* оказать помощь в снятии психологических барьеров;
* расширить круг общения участников проекта.

Сроки реализации проекта – с мая 2019 по май 2020 г. Количество участников - 8-10 человек, форма проведения - мастер-класс.

В преддверии дня Победы состоялось первое занятие, на котором участники группы сделали брошь в виде гвоздики из фоамирана на фоне георгиевской ленты. Такое изделие будет иметь ценность для любого человека, так как сделано своими руками и является символом наступающего праздника.



Мастер-класс по изготовлению броши к 9 Мая «Цветок Победы»

Один из мастер-классов был посвящен изготовлению магнита из бересты. Этот природный материал выбран неслучайно, так как Ирина Викторовна - единственный в городе Зея мастер, который с ним работает. В обычном куске коры березы она может рассмотреть неповторимые природные пейзажи. Картины на бересте пользуются большой популярностью среди жителей и гостей города. Создание магнита - процесс кропотливый. В результате такой работы происходит развитие мышления, воображения и мелкой моторики. А это для людей с ОВЗ очень важно.

Изготовление аппликации стало темой для другого мастер-класса. Казалось бы, что тут сложного? Любой ребенок сможет наклеить детали на картон. Однако Ирина Лелекова предлагает более интересный подход к этому процессу – использование шерсти в качестве материала для творчества. Здесь необходимы не только точность и аккуратность выполнения, но и умение подбирать цвета для создания реалистичного образа.



Мастер-класс «Шерстяная акварель»

Все занятия, проведенные в рамках проекта «Безграничное творчество», помогают добиться поставленных целей и задач в полной мере. Кроме того, главным достижением участников является получение удовольствия от самого процесса, позитивный настрой и желание продолжать заниматься творчеством.

Благодаря проведённой совместной работе инициативной группы и краеведческого музея наблюдается положительный результат в решении проблемы социальной адаптации людей с ограниченными возможностями и другими нарушениями здоровья. С помощью арт-терапии и проектной деятельности происходит раскрытие творческого потенциала личности, снятие психологических барьеров и расширение круга общения участников данной группы людей. В дальнейшем краеведческий музей планирует продолжать работу в данном направлении, используя новые эффективные приемы.

**Использованная литература**

1. Арт-терапия — новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. - М., 2006.
2. Википедия [Электронный ресурс]. Режим доступа: ru.wikipedia.org- свободный.
3. Ясина И.Е. Человек с человеческими возможностями, изд-во Эксмо, 2010 г.
4. [Blagoveshensk. BezFormata.com](http://yandex.ru/clck/jsredir?bu=krsq30&from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=2202.Wl7hLvhGskkyVF9RYS6qy3CnNzNdX41CPKMhxhasdRVLsRfuE2K9J6DodGSoIWaZRFC_OjK69vyOm-Mp4OAhh3WH1Eb4kKO9UM6INfvBulitP_6Grm_aGYRQTNyqRr6PZXlod2RlamFrZnZwa3dweg.5d6b078555895d2f901baa7c05f395748be42297&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtB2i7c0_vxGdDFcW7MDt6c_LdIVGO5cgeLj8fvU1ifOA4GCv_ViFoGmh8U13TdP9itMpPn3TPY_dlQi1HWdmdh0GC5f7V8sYY1WaQJfTx8VG&&cst=AiuY0DBWFJ5fN_r-AEszky6XRh2bw2-PFuvJJzCJQM9vJ80-o23FB77iPlHEk8ezEU9jWZN37anilF35WfUf_42iupY82kPddApGKHTOKo-969yUMoAmLQCXk6fqqJdUjT40IXIr8eMiXzCKzi-wc2XH_kY-gSboWzFvGlZTrsttannzbjU5DPYJU-SNIJzJ8TKG7TT2IFUMBZazGIX6JdN0kxXCGtcav1zn0ywTZuPXOK1AHAuZ9LGC7t1ZcqrDoho74Oe2JqUHjN0Z5aP_kSeetQsgo9tC4Gv0LvxV1Sgsdyp49F2DTx3ECaxYLVxMQdWl8sfm1bUi3hscsaBP2V8l6HBocII9akS8qm_EWlEG7ePL9dCnmG-ehSeMFJeOtmhpsr5lTA_I5XgL1RZ8ANwYW1immW7qPd_Qd-xIA3W52p-k_7-V_y-zLWu37TyMoO6g2j5MVhe3hbmLDHtOLCOZ6JGjHhRVhlFJTnxeiBdgpHolS36w0vafz8AaWBNEwl0A5rBFg8ATfyiQt9RQqXie1wyBSLmNndoKe2owlTcDAAnsrbScz9_HxkT_ypQCg9CzEFn1Bz7P443FKiQkLz6PpTFuoHCEyI2CfElTkPXYl1a1SrbKmBuZl5eHwjJDmvRm-x1egfE,&data=UlNrNmk5WktYejY4cHFySjRXSWhXTGwtUW9tbHlvOHhZem93bGlpdEVYUHRvRHNxdXZsUUhhMTkyTUU4bDdWVEFXMFRNQzFCYWl1V21BbGhoR1FSeTNVZjdUTndZUE5hR1FEWEdYNThDTjYxNWZVMGd2SWFBUSws&sign=54c955d4bd54280ce0b5ac807b76c2f1&keyno=0&b64e=2&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpVBUyA8nmgRFl4pCSefw__Hts_Nl1kYYyo0wYHWoY_jI3m-J870WbnlTwKNwWEFsyGJbGfyerovlIKBBuCgS-Bz8N4fZeRidgxzVkSsmD-Fi5xCO7edwSIs0zOnioQAsgO-MXjVxLQCFkvlIRl8q8bm1sY3Q2-vfAl0dElBVMFCKqVAMMb6uBWpI35dZtMuijQFPvbQ_qlcT98YfxGPqbFjml1nGUBSn9JTP7I018hjHtEIU4rvGKCVcr5MtvH7-WXVZPkPpMYtcx86Z0x6v0nILUkrqK996OEqnjyy6R8o3eDRzWGd2PbjS9icwx6BoNvljTjW64t_k,&l10n=ru&rp=1&cts=1578967227284%40%40events%3D%5B%7B%22event%22%3A%22click%22%2C%22id%22%3A%22krsq30%22%2C%22cts%22%3A1578967227284%2C%22fast%22%3A%7B%22organic%22%3A1%7D%2C%22service%22%3A%22web%22%2C%22event-id%22%3A%22k5d8bhxwxx%22%7D%5D&mc=3.0269868333592873&hdtime=70672)[…navstrechu-zhizni…](http://yandex.ru/clck/jsredir?bu=krsq31&from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=2202.Wl7hLvhGskkyVF9RYS6qy3CnNzNdX41CPKMhxhasdRVLsRfuE2K9J6DodGSoIWaZRFC_OjK69vyOm-Mp4OAhh3WH1Eb4kKO9UM6INfvBulitP_6Grm_aGYRQTNyqRr6PZXlod2RlamFrZnZwa3dweg.5d6b078555895d2f901baa7c05f395748be42297&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtB2i7c0_vxGdDFcW7MDt6c_LdIVGO5cgeLj8fvU1ifOA4GCv_ViFoGmh8U13TdP9ijNz9t_DbyIule5tm9qeTCj7BVbZM6ILGrZvneRq5dP_&&cst=AiuY0DBWFJ5fN_r-AEszky6XRh2bw2-PFuvJJzCJQM9vJ80-o23FB77iPlHEk8ezEU9jWZN37anilF35WfUf_42iupY82kPddApGKHTOKo-969yUMoAmLQCXk6fqqJdUjT40IXIr8eMiXzCKzi-wc2XH_kY-gSboWzFvGlZTrsttannzbjU5DPYJU-SNIJzJ8TKG7TT2IFUMBZazGIX6JdN0kxXCGtcav1zn0ywTZuPXOK1AHAuZ9LGC7t1ZcqrDoho74Oe2JqUHjN0Z5aP_kSeetQsgo9tC4Gv0LvxV1Sgsdyp49F2DTx3ECaxYLVxMQdWl8sfm1bUi3hscsaBP2V8l6HBocII9akS8qm_EWlEG7ePL9dCnmG-ehSeMFJeOtmhpsr5lTA_I5XgL1RZ8ANwYW1immW7qPd_Qd-xIA3W52p-k_7-V_y-zLWu37TyMoO6g2j5MVhe3hbmLDHtOLCOZ6JGjHhRVhlFJTnxeiBdgpHolS36w0vafz8AaWBNEwl0A5rBFg8ATfyiQt9RQqXie1wyBSLmNndoKe2owlTcDAAnsrbScz9_HxkT_ypQCg9CzEFn1Bz7P443FKiQkLz6PpTFuoHCEyI2CfElTkPXYl1a1SrbKmBuZl5eHwjJDmvRm-x1egfE,&data=UlNrNmk5WktYejY4cHFySjRXSWhXTGwtUW9tbHlvOHhZem93bGlpdEVYUHRvRHNxdXZsUUhhMTkyTUU4bDdWVG9yZ0ZfWGJXOXAwZ0ZGazdJZHZfNE9xcVl0aExNQlpKeDNpenFsMmtLWVAyaEhwR0p4LUtRUmFQcHFPTDduc0Qyb3ppS2dvdU4yTVdQTFZvczF0bHhpeVR3T3ZOQWlUUzYyTXlBanVyek1MNndZQ19hY1ExVXcsLA,,&sign=3b73d4d6a662a163c0757d5cfaf28795&keyno=0&b64e=2&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpVBUyA8nmgRFl4pCSefw__Hts_Nl1kYYyo0wYHWoY_jI3m-J870WbnlTwKNwWEFsyGJbGfyerovlIKBBuCgS-Bz8N4fZeRidgxzVkSsmD-Fi5xCO7edwSIs0zOnioQAsgO-MXjVxLQCFkvlIRl8q8bm1sY3Q2-vfAl0dElBVMFCKqVAMMb6uBWpI35dZtMuijQFPvbQ_qlcT98YfxGPqbFjml1nGUBSn9JTP7I018hjHtEIU4rvGKCVcr5MtvH7-WXVZPkPpMYtcx86Z0x6v0nILUkrqK996OEqnjyy6R8o3eDRzWGd2PbjS9icwx6BoNvljTjW64t_k,&l10n=ru&rp=1&cts=1578967431929%40%40events%3D%5B%7B%22event%22%3A%22click%22%2C%22id%22%3A%22krsq31%22%2C%22cts%22%3A1578967431929%2C%22fast%22%3A%7B%22organic%22%3A1%7D%2C%22service%22%3A%22web%22%2C%22event-id%22%3A%22k5d8fvuhc5%22%7D%5D&mc=5.224841649497532&hdtime=275317)
5. [naturopiya.com](http://yandex.ru/clck/jsredir?bu=fbtt36&from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=2202.btrwvJSYU8To0nxrvk5PRgFEgnsLPVsunDYNsmZd7jRZta7VuN91ez_q0nLgKi3TPVAv2_wmq9LoGxw_tLfFet7T4dqwvVFqM22e-GU609RwZ2xlaGJqdmNuaHF4Ymxj.165c206a2c9fd6e5a034ad7c394f61893c127028&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtB2i7c0_vxGdnZzpoPOz6GRvodUawgTy3OY1u_gkRPOKXCzahXKq0s68oEuNcBpey-lAFWPGJCg1CRejNf-SG1LAK2VSb3Rx0igUgPTAK0QRu7dJamO-2wA,&&cst=AiuY0DBWFJ5fN_r-AEszky6XRh2bw2-PFuvJJzCJQM9vJ80-o23FB77iPlHEk8ezEU9jWZN37anilF35WfUf_42iupY82kPddApGKHTOKo-969yUMoAmLQCXk6fqqJdUjT40IXIr8eMiXzCKzi-wc2XH_kY-gSboWzFvGlZTrsttannzbjU5DPYJU-SNIJzJ8TKG7TT2IFUMBZazGIX6JdN0kxXCGtcav1zn0ywTZuPXOK1AHAuZ9LGC7t1ZcqrDoho74Oe2JqUHjN0Z5aP_kSeetQsgo9tC4Gv0LvxV1Sgsdyp49F2DTx3ECaxYLVxMQdWl8sfm1bUi3hscsaBP2V8l6HBocII9akS8qm_EWlEG7ePL9dCnmG-ehSeMFJeOtmhpsr5lTA_I5XgL1RZ8ANwYW1immW7qPd_Qd-xIA3W52p-k_7-V_y-zLWu37TyMoO6g2j5MVhe3hbmLDHtOLCOZ6JGjHhRVhlFJTnxeiBdgpHolS36w0vafz8AaWBNEwl0A5rBFg8ATfyiQt9RQqXie1wyBSLmNndoKe2owlTcDAAnsrbScz9_HxkT_ypQCfqEmeUSkyPgG7sM_lgbR1SLhIbpsaXymiEQxBYUKqheYB62O62mrGq5UPFVMuMwaQUAk0hbnOLw,&data=UlNrNmk5WktYejY4cHFySjRXSWhXSzRLR2JVSHpacGV2d3Z0SlJXaGczcVAzTENQbnNYckhGQmlRWUNTNlRmQjV6cHZCWTJVZnNxWGNBYXRqdHBHdFloWmNzdGxzcnA3NjE1cWM0ZWJlVWcs&sign=62566f618ae1dd2fee599185089bac27&keyno=0&b64e=2&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpVBUyA8nmgRFl4pCSefw__Hts_Nl1kYYyo0wYHWoY_jI3m-J870WbnlTwKNwWEFsyGJbGfyerovlIKBBuCgS-Bz8N4fZeRidggqiIzepCHih0CJ0U9twnNsPah6UjWntlEyCuxBPGZfkywWUp3VdqaPac8rYvrdz4_nAO56lFXdxWykhB1oddyc0Po24LZJ6EJmjDCaE_zM6RpACrwJgDZkMaO3VVJ2XEVtDwzBViE06sG9jQsRF0TIKbwRTCOSb1OVwckeG5OxAesrNRQKvQ5J0ODB93YkWeAQsB_8YYu0k,&l10n=ru&rp=1&cts=1578968762598%40%40events%3D%5B%7B%22event%22%3A%22click%22%2C%22id%22%3A%22fbtt36%22%2C%22cts%22%3A1578968762598%2C%22fast%22%3A%7B%22organic%22%3A1%7D%2C%22service%22%3A%22web%22%2C%22event-id%22%3A%22k5d98eliji%22%7D%5D&mc=4.436966656001637&hdtime=993824)›[art-terapiya/art-terapiya-metody…](https://naturopiya.com/art-terapiya/art-terapiya-metody-uprazhneniya-otzyvy.html)
6. [revolution.allbest.ru](http://yandex.ru/clck/jsredir?bu=5gc238&from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=2202.s4TC8koOUQtHTF3KQHHrLhRwKwZl8M9zQXYxDqe-COyGkjepAFTrvpzaM2GVFWWK7GhFo2YBmjLmpHw6AXSEnwhKIZaO10Qk2U9yerpOTh0HdwcSoeSGdVpyEpu6Obk7F8132QoiF-8rJWttBeg16IUNuem8XF82Ol7dA9Lb5OtIiB67CE1kAiY1rwnaJHjnK6WNmgL4d0Vz3YCLo2KxZnQv4FSHDVC2UV_5a0fyY1uh30mOjEwUgHptfBdbqvi-8gownGGLKtCshEAbgKSEQA9hFnLO6YiQ-0dYrD5Id5GpVuA-KBmjJLvGcsCtA2KfL7qm0t8f-2yVw-tO8uRlNbIAlxVyy2hUdwrpflkyKXzpXDzRWUl3B4LzpI-hH6cfinH7If_hc42pkJSloopLP5s2uAJf-PFcHipdEV1XShxOJkXfQBnfS6UrG0lvG8IDSAuAabYSLvncgSvjMd4c2_mv30bMpoe_I2cXmk8UWcT3DPfAlQMks1x0p2xnpRVPLreLW1IJsC1ti64ht_HwKmfwOFpwUAq9h5TnOhNw0qsPtzync780BoOO8xD2QxoivNo7UC-YLfpoxXLoTXljKEgBT2MtwDBQTl0mkZ-yDDJMy2I6IsW7tWpBqG4p4DvZ8WOT_rfAivxTlxLoW7qLfuHbyaJAyY_PsNTqsM3usNgp92gSCqu52QZ22O_sTG_Ka_nMMCRJjp2Ru-2ldBIkCE7qPOv0HkJG2NnPSr3iggdnY3NsaXRsdmJ5anBsd2pt.cb0a2ea87ac6943eb8092cfef6ebc83a0a26b527&uuid=&state=jLT9ScZ_wbo,&&cst=AiuY0DBWFJ5eVd_Onia6xmqmaR81y0ldScBQ9cq0RTWkztz6jP509qdtMcd2Ljf4COakm8uyO7k2NfVOwXoNcqXqlpWQWlf_rSd454TeNk8X0B7l6I-vag2yrohwI1bm27CYBs8dHE8JKUs8WjSi7ytBxJoKqaRVvro3Wuj_IzUpV0k4oge0jHBbKFheLLx7YKipmjm69E5aK6b8f7lBqLa34F7KFintj8kDdgJu_VdxQf8h3IiF6pOQ8aIjkTDFzkVDH3d7mSXFYGKnDyDeiSpS77StgqInmqDE26D56THwUDpv6aa8DAemHZtorHJnodCOdAeijpA,&data=UlNrNmk5WktYejY4cHFySjRXSWhXUHdfNWhpdno1aWVvdEpUVkVRVnZuRXotNkNoT0NBY2NVdXhxZnNKZjdmZmxxcE1KYzExem5hb2R0SXk3WVdPdDhLRzhiVzRGTXI0WWZfS2NNcVZRZjAs&sign=0ad0ca59391f2584a3629cbd82ba56cb&keyno=0&b64e=2&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpip5AeKdooKVgSunyeF8UQ77OuViAiRJ1EY0FBM1vIAb1FoZjnkPn_7yZ32GbCB9v9ERTsDfS0nCYxgWsaC5TTeYoRRDM-JpsE4R7hyJL5PioZMWICOm_R2vav_nktMfOgC1CBNFwrn7DgwdIoHzMTvbZ6OnHJcFoUneKTBiodJUDYVlv-RRmBY-_ZJP1AdCcq8jdf6jCiQ_poEJcTLTuGiHAmoyP77tEWBa57XyTVWOKLgEGVWZIx8AeaOknQi7LgR0ECi0TUYsSkGS4kyaIogohDDaVIh2V6LDQHMBDuNykz3c73pYu4gKf__gEvlEZGWIOExFIAgZiDHAb1huBkfGuyBtTM3I5jBxU9YAQQHtWca_qB_YBGfOJdFMFfrZDZRwfHnTdNe21Hg7PFnmPsD6XrTg6EeonJZJIDN3ERiDI08-MYvYsEmdu7Y4iI9cTv_TrtE4NdA43Q67mkLZPhOIsg7WMuYsq9QAVKJBzqpZXpikPFgQ7gYSiuuBChgq51cOq_u6VRRzbrWW-j-rkRTfB2Evw5tn26cir5A6KBGW-tEM7xAfDHyep92Yd27Rr)