

www.detkityumen.ru

Семейный проект "Мой месяц счастья" 2024

Искренне радоваться жизни и видеть хорошее в каждом дне умеют участники семейного проекта "Мой месяц счастья", который прошел в Тюмени в девятый раз.

Главное условие конкурса – находить причины быть счастливыми ежедневно на протяжении всего февраля. Дружеская встреча "счастливчиков" и церемония награждения победителей проекта прошла в воскресенье, 31 марта, собрав вместе активных и жизнерадостных людей, готовых делиться своим жизнелюбием с окружающими.

Создатели и участники семейного проекта "Мой месяц счастья" нашли свой способ находить счастливые мгновения буквально в каждом дне. Для этого совсем не обязательно отправляться в очередное путешествие, покупать новый телефон или получать прибавку к зарплате, уверены они. Повод для счастья есть всегда! И это совсем не материальные ценности, а отношения, эмоции, впечатления. Это подтвердят все, кто участвовал в проекте на протяжении восьми прошедших лет и научился видеть счастье повсюду, радоваться самым простым вещам и сохранять их в памяти.

- В повседневной суете, потоке дел и множестве задач все мы зачастую не замечаем приятных моментов, наполняющих нас теплом, радостью и поднимающих настроение. Проект "Мой месяц счастья" предлагает всем желающим замедлить ежедневный бег и присмотреться к тому, что их окружает, чтобы увидеть: в жизни каждого есть поводы для счастья, а наша задача – только заметить и подсветить их. Каждый, кто становится участником конкурса, ежедневно должен выкладывать одну фотографию, характеризующую его сегодняшнее счастье. Это может быть любое событие или наблюдение, вызвавшее счастливые эмоции. Год от года альбомы наших "счастливчиков" становятся все интереснее и разнообразнее. Среди моментов, которыми делятся люди, почти нет грандиозных свершений и побед, больших достижений. Но каждый из них украшен россыпью маленьких и порой незаметных в круговороте будней, но при этом бесценных эмоций, которые заставляют улыбнуться и почувствовать себя самым счастливым человеком, – рассказывает руководитель семейного проекта "Создавая будущее" Елена Кашкарова.

Дружба – это особенное счастье

В течение месяца посетители сайта "[Детки!](http://detki.ru)" радовались каждому новому дню вместе с активистами проекта "Мой месяц счастья". 7 человек по решению генератора случайных чисел попали в основной состав, а все, кто не попали в "счастливую семерку", стали "самостоятельными" участниками, которые так же, как и "основные" конкурсанты делились тем, что поднимает им настроение, заряжают энергией и позволяют чувствовать себя счастливым.

По окончании девятого сезона проекта "Мой месяц счастья" всех участников и их семьи ждала традиционная дружеская встреча в ресторане "Дворянское гнездо", на которой состоялось торжественное оглашение имен победителей, награждение финалистов и призеров, вручение специальных наград и многочисленных подарков. На этом приятные моменты торжественного мероприятия не закончились: гостей ждал сюрприз от организаторов проекта – научное шоу, которое не оставило равнодушным никого из присутствующих. И взрослые, и дети с удовольствием экспериментировали, наслаждаясь процессом и эмоциями.

- За месяц проекта люди, еще недавно незнакомые, не только узнали о существовании друг друга, но и успели виртуально сблизиться и подружиться. Подведение итогов конкурса и церемония награждения – это не только еще один момент в копилку счастливых событий, который в будущем станет согревающим душу воспоминанием, но и возможность встретиться и пообщаться лично, как сейчас говорят: развиртуализироваться. И это всегда интересно! Встречи участников каждого "месяца счастья" всегда очень теплые и душевные. Для меня особенно ценно, что гости приходят целыми семьями, с супругами, родителями и детьми, – делится эмоциями руководитель семейного проекта "Создавая будущее" Елена Кашкарова.

Подарки для счастья и на счастье

Каждый год в начале марта у оргкомитета проекта "Мой месяц счастья" наступает время сложных математических подсчетов и взвешенных решений, ведь только так: пересчитав каждый голос, отданный за альбом каждого участника, ставшего фаворитом среди посетителей сайта "[Детки!](#)" и организаторов конкурса, можно выбрать победителей.

Победителями девятого "Месяца счастья" стали:

- Людмила Сиразова: 1 место и сертификат в аквапарк,
- Анастасия Романова: 2 место и сертификат в СПА-салон,
- Александр Лобода: 3 место и сертификат в магазин косметики и парфюмерии.

Кроме того, все семь "основных" участников по уже сложившейся традиции получают в подарок фотоальбомы на память о проекте и о каждом дне прошедшего "месяца счастья".

Среди "самостоятельных" участников конкурса победителя выбрал партнер проекта – семейная стоматология "Доктор Альбус". Обладателем сертификата на профессиональную гигиену полости рта стала Алла Шамсутдинова.

Еще 4 "самостоятельных" участника получили в подарок семейные приглашения на игротку "Конструктория", которая пройдет в Тюмени в мае.

В специальной номинации "Молочное счастье" победителями стали Анастасия Романова и Гульфия Бабшанова. Подарками для них стали наборы продукции от компании "Золотые луга".

Семейный проект "Мой месяц счастья" уникален и тем, что его участники получают призы еще до подведения итогов. Каждую неделю среди альбомов всех конкурсантов выбирается фото недели: лучший, по мнению организаторов, кадр, заряжающий счастливыми эмоциями, а его автору вручается сладкий презент. В этом году десерты от кондитерской "Лунго" посчастливилось продегустировать четырем участникам, которым удалось запечатлеть на фото самый впечатляющий момент: Алле Шамсутдиновой, Юлии Усановой, Александру Лободе и Наталье Кряжевой.

Хочешь быть счастливым? Будь им!

О своих впечатлениях о проекте "Мой месяц счастья" рассказывают его участники.

Александр Лобода, менеджер по развитию розничной сети магазинов товаров для животных "Зоорай", постоянный участник проекта:

- В проект я пришел во второй сезон, поскольку о существовании первого не знал, и с 2017 года принимаю в нем постоянное участие. Моей мотивацией изначально стало желание проверить себя: узнать, смогу ли я на протяжении 28 дней ощущать себя счастливым, находить поводы для радости. И это оказалось сложнее, чем может показаться на первый взгляд. Я очень много рефлексировал, а осмысление собственных эмоций и чувств

– это большая внутренняя работа, которая требует много душевных сил. Тем не менее в следующем году я вновь оказался в проекте, и теперь февраль уже традиционно – это "Мой месяц счастья", который, как Новый год, приходит независимо от того, веришь ты в чудо или нет, веришь в счастье или нет, и делает тебя счастливым. Я научился быть в свое удовольствие и просто жить, замечая в каждом дне приятные мгновения. Со временем это превратилось в ежедневную привычку, более того, стало семейной традицией. Мы живем далеко за городом и каждый вечер, возвращаясь домой с работы, рассказываем друг другу, что у каждого из нас произошло за день, и подробно останавливаемся на приятных моментах, которые нас порадовали.

За эти годы к проекту присоединились мои коллеги и друзья, в нем принимали участие жена и невестка. И для всех это колоссальный личный опыт и то, что позволило изменить жизнь в лучшую сторону. Почему я советую каждому позволить себе личный "месяц счастья"? Во-первых, это недолго: всего двадцать восемь дней, а в этом году – двадцать девять. Во-вторых, нет ничего сложного в том, чтобы иначе взглянуть на свою жизнь, потратив на это буквально пять минут вечером и прокрутив в голове недавние события. Навык анализировать каждый день и выискивать в нем позитив очень полезен: он помогает организовать и понять, что можно делать лучше ежедневно, и осознать это в тот же день, когда ты был счастлив.

Елена Алмазова, фрилансер, smm-специалист, постоянная участница проекта:

- Первый год, когда я решила участвовать в проекте "Мой месяц счастья", думала, что же сложного в том, чтобы радоваться чему-то каждый день? Но это оказалось не так-то просто! Серый, мрачный, самый короткий и завершающий зиму месяц был полон сюрпризов. Оказывается, радостно далеко не всегда. Временами опускались руки и накатывало уныние, но поскольку решила участвовать, значит, нужно было находить счастье. К концу месяца поймала себя на мысли, что именно те моменты, которые заставили вечером после сложного дня сесть, отвлечься от рутины и забот, вспомнить о хорошем, вызывали на лице улыбку, а в душе легкость.

В прошлом году мы продлили "месяц счастья" с подругами: создали групповой чат и каждый день делились приятными моментами. Мысль родилась, потому что была необходимость поддержать друг друга, а получилась отличная терапия от плохого настроения. Спасибо организаторам за идею и возможность почувствовать счастье в мелочах!

- Кто может участвовать в этом проекте? Все без исключения! Так, оптимисты, которым счастливый жизненный настрой подарен самой природой, могут поделиться с другими зарядом позитива или кому-то помочь. Как поется в песне: "Когда ты счастлив сам, счастьем поделись с другим!". Для пессимистов же "месяц счастья" – это возможность бросить себе вызов и шанс изменить привычный взгляд на мир, потому что им придется искать хорошие моменты в повседневной жизни, потому что таковы правила конкурса. Но сложно будет только на первых порах, а потом даже самый заядлый пессимист станет тем человеком, который щедро делится своим счастьем с другими, и умеет находить поводы для улыбки в каждом дне.

Сейчас, когда проект уже подошел к завершению, а жизнь идет дальше своим чередом, я продолжаю ежедневно отыскивать моменты радости и ловить ощущение счастья. Когда я вижу что-то хорошее, что вызывает во мне положительные эмоции, фотографирую это или стараюсь сохранить в памяти, и благодарю жизнь за то, что подарила мне этот счастливый миг!

- О проекте я узнала случайно, и мне стало очень интересно: как можно выделить момент счастья в определенном дне и делать так на протяжении месяца. Решила попробовать и в итоге стала участвовать каждый год. В первое время находить поводы для радости было трудно, поскольку именно на февраль приходилась сдача отчетности на работе, проверки различных инстанций – одним словом, аврал, после которого ты выжат как лимон, а все мечты связаны с долгожданным отпуском. А вот когда пошла во второй декрет, там действительно было чему радоваться и появилось время замечать моменты счастья. Со временем я влилась в этот процесс и сейчас учу детей наслаждаться каждым мгновением, видеть прекрасное рядом, даже когда кажется, что всё плохо. Ведь это только кажется!

За прошедшие годы я научилась находить позитивные моменты везде, ведь, по условиям конкурса, надо делиться именно положительными эмоциями, а плохого, к сожалению, и так транслируется в избытке, чего в принципе быть не должно.

Отдельно хочу отметить встречи с организаторами и другими участниками проекта. По итогу каждого "месяца счастья" мы собираемся вместе и общаемся друг с другом. Многие приходят семьями, и мероприятие получается очень душевным. Считаю, было бы неплохо организовать на базе проекта "Мой месяца счастья" семейный клуб для общения единомышленников, которые умеют в каждом дне найти счастье!

Полная версия [фотоотчет](#) от Сергея Пономарева



Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/interesno/category73/5727/