

ТРЕТИЙ *Подмосковье* ВОЗРАСТ

СП
СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ
ПОДМОСКОВЬЯ

18+



25 сентября 2017 года

№ 65

С праздником, Подмосковье!



**Уважаемые ветераны войны и труда,
представители старшего поколения!**

Поздравляю вас с Международным днем пожилого человека!

Сегодняшний праздник связывает целые поколения, ведь именно вы являетесь хранителями традиций, опыта, мудрости. Своим трудом вы создали наше мирное и счастливое настоящее. Вы прошли нелегкий путь, на вашу долю выпали тяжелейшие испытания, но вы пронесли через все невзгоды бесконечную веру в лучшее.

Примите слова искренней признательности за тот вклад, который внесен каждым из вас в развитие нашего региона, в воспитание подрастающего поколения, за тот пример, который вы подаете молодежи.

Наш долг – сохранить и преумножить ваше богатое наследие для детей и внуков. Ваша поддержка, добрые советы, опыт – бесценны. Только вместе мы способны обеспечить благополучие нашего региона.

Желаю вам добра, крепкого здоровья и долгих лет жизни!

**Игорь БРЫНЦАЛОВ,
Председатель Московской областной Думы.**



Уважаемые пенсионеры!

От всей души поздравляю вас с Международным днём пожилых людей!

Желаю вам крепкого здоровья, счастья и долголетия. Пусть удача сопутствует вам во всех начинаниях, родные ценят и понимают, а жизненных сил хватает на новые открытия и свершения! Будьте активны и уверены в себе! Добра и благополучия вам и вашим близким!

Со своей стороны, мы постараемся сделать получение пенсии удобным, переводы близким простыми, а вклады и кредиты еще более выгодными.

**Георгий ГОРШКОВ,
Первый заместитель
президента-председателя правления
Почта Банка.**

Дорогие друзья!

Поздравляю вас с Днем пожилого человека – датой, которая напоминает обществу о его ответственности перед людьми старшего поколения. Теми, кто во все времена являлся моральным стержнем государства и надежной опорой для новых поколений.

Качество жизни в старшем возрасте складывается из социальной защищенности, возможности участия в жизни страны и продления активного долголетия. И сегодня перед пенсионерами, желающими сохранять активную жизненную позицию, открыты огромные возможности для самореализации. В российских регионах проводится обучение компьютерной грамотности, открываются клубы здоровья и спортивные секции для пожилых людей. Каждый год все больше волонтеров серебряного возраста пополняют ряды добровольцев, участвующих в важных общественных проектах – социальных, экологических, образовательных.

Возраст – понятие относительное, если человек полон жизненных сил и готов приносить пользу себе и обществу. Занимайтесь спортом и самообразованием, путешествуйте в реальной жизни и виртуально, делитесь своим опытом с новыми поколениями и радуйтесь каждому новому дню!

В День пожилого человека я хочу пожелать вам дольше оставаться счастливыми, здоровыми и молодыми! Пусть не только 1 октября, но и все остальные дни в году вас окружают чуткость, внимание и добрые улыбки!

Валерий РЯЗАНСКИЙ,

**Председатель Комитета Совета Федерации Федерального Собрания РФ по социальной политике,
Председатель Президиума Центрального Правления Союза пенсионеров России.**



Дорогие мои земляки старшего поколения!

Уважаемые друзья и коллеги!

Примите от меня слова искреннего восхищения вами – добрыми, мудрыми, всегда молодыми. Верно говорят: человеку ровно столько лет, на сколько он себя чувствует. Ваша жизненная энергия удивительна, в каждодневном кругу забот вы находите время для внуков и правнуков, для интересных увлечений и личного общения. Пусть этот настрой не иссякает, а связь поколений будет прочной и долгой, богатой на взаимное уважение и заботу.

От всего сердца благодарю вас за любовь к родному краю, за ваше деятельное участие в общественной жизни, за то, что продолжаете приносить пользу стране, своим районам и городам. Благодаря вашей поддержке Союз пенсионеров Подмосковья является одной из самых уважаемых общественных организаций, с которой сегодня считаются и региональные, и муниципальные власти, а самое главное – прислушиваются люди.

Интересные и полезные дела у нас с вами расписаны на много лет вперед, поэтому будьте здоровы и бодры. Низкий вам поклон! С праздником!

Ольга МАРКОВА,

Председатель Правления Союза пенсионеров Подмосковья.



1 октября - Международный день пожилых людей.

Этот праздник – прекрасная возможность сказать теплые слова благодарности Вам – нашим отцам и матерям, ветеранам войны и труда, пенсионерам.

Многие из вас, несмотря на годы, сохраняют активную жизненную позицию, по-прежнему молоды душой. Вы продолжаете работать на производстве и в общественных организациях, а также принимаете участие в воспитании подрастающего поколения.

Из 7,5 млн. жителей Подмосковья граждане старшего поколения составляют 1,9 млн. человек. Наша задача – обеспечить для людей старшего возраста достойные условия жизни. В регионе работают программы социальной поддержки.

1 октября в Подмосковье стартует декада милосердия, приуроченная к этому дню. В наших учреждениях социального обслуживания для граждан пожилого возраста пройдут торжественные мероприятия, мастер-классы и благотворительные акции.

Желаю Вам крепкого здоровья и бодрого духа!

Ирина ФАЕВСКАЯ,

Министр социального развития Московской области.



Портрет российского пенсионера

- В России 42,7 млн. пенсионеров.
- Женщин – 29,1 млн. (68%), мужчин – 13,6 (32%).
- Многие представители сильной половины до пенсии не доживают.
- Живут в городе 30 млн. человек, в селе – 1,4 млн.
- Как правило, не работают 29,7 млн. человек.
- Продолжают работать 13 млн. человек: в возрасте до 60 лет 73,3%, в возрасте 60-74 года – 23,2%, старше 75 лет – 3,5%.
- Средняя пенсия составляет 12,930 руб.
- 82,7% получают пенсию по старости, это более 35 миллионов человек.
- Получают пенсию на банковскую карточку 54,8%, через «Почту России» – 45,2% пенсионеров.
- Только треть российских пенсионеров живут отдельно от более молодых родственников.

По данным центральных СМИ.

ИЗ ПЕРВЫХ РУК

БОРЬБА СО СТАРЕНИЕМ – ЭТО БОРЬБА ЗА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

В 1903 г. лауреат Нобелевской премии И.И. Мечников в книге «Этюды о природе человека» написал: «Старость наша есть болезнь, которую нужно лечить, как всякую другую». Однако большинство врачей и физиологов против признания старения болезнью. Они полагают, что старение – это нормальный физиологический процесс, наподобие эмбрионального развития или полового созревания.

Член-корреспондент РАН, доктор биологических наук, заведующий лабораторией генетики продолжительности жизни и старения Московского физико-технического института, заведующий лабораторией молекулярной радиобиологии и геронтологии Института биологии Коми УрО РАН **Алексей Александрович МОСКАЛЕВ** рассказал корреспонденту журнала «НАУКА из первых рук», что старение – это не столько естественный процесс, сколько болезнь, которую можно и нужно(!) лечить. Уже сейчас есть механизмы, способные радикально замедлить процессы старения и максимально сократить период «беспомощной старости» у модельных животных, однако начать клинические испытания лекарств для человека невозможно по той причине, что старение официально не признано болезнью.

ВСЕ ХОТЯТ жить долго и при этом не стареть, и не болеть, но действительность такова, что живые организмы стареют и умирают. Впрочем, у живых систем, в отличие от неживых, есть преимущество. Если «стареет» неживая система, если в ней что-то сломалось, поломки будут накапливаться, пока она не развалится окончательно. Но живые клетки обладают репарационными механизмами, с помощью которых они могут «чинить» себя, а также могут обновляться за счет резерва стволовых клеток: когда в какой-то момент «починка» становится «нерентабельной», клетки совершают «самоубийство» – уходят в апоптоз, а из резервных клеток образуются новые зрелые клетки. То, что мы называем старением, начинается, когда непреднамеренно ломаются механизмы «починки».

Механизмов старения известно более десятка; в зависимости от индивидуальных особенностей конкретного человека и его генотипа, одни играют большую роль, другие – меньшую, хотя свой вклад вносит каждый. Одним словом, мы все стареем, но по-разному. В итоге развиваются возраст-зависимые заболевания – сахарный диабет 2-го типа, заболевания сердечно-сосудистой системы, нейродегенеративные болезни, онкология. Таким образом, старение – доклиническая стадия возрастных заболеваний. Они, по сути, являются поздними симптомами основной болезни – старения. На ранних стадиях развития большинства таких заболеваний симптомы зачастую неспецифические, общие с другими возрастными изменениями, а бороться с ними, когда они проявились клинически, как правило, уже поздно, дорого и неэффективно. Для борьбы со старением нужны, прежде всего, профилактические меры, и чем раньше начать их применять, тем значительнее результат продления активного периода жизни.

Так как механизмов старения несколько, то несколько и мишеней, по которым нужно «бить», чтобы его замедлить. Действовать нужно, с одной стороны, на все мишени, с другой, – определив с помощью биомаркеров наиболее актуальные для конкретного человека, – в первую очередь на них. Это значит, что универсальной «таблетки от старости» не будет, нужен индивидуальный подход к каждому. Кроме того, не все мишени можно «поразить» лекарствами, иногда понадобится применять генную терапию, править структуру ДНК либо действовать на функцию белкового продукта гена. Одновременно придется

регулярно заниматься мониторингом и диагностикой всех систем организма, чтобы поддерживать системы гомеостаза. До внедрения биомаркеров старения в повседневность еще далеко, человек не может прийти, например, в «Инвитро» и сдать анализ на скорость своего старения. Но работать в этом направлении важно и нужно.

Если правильно поставить проблему и искать методы ее решения, мы уже сейчас сможем чинить наше тело и психические функции, прицельно, как

Если мы будем жить долго, человечество станет более мудрым, уравновешенным и ответственным и по отношению к природе, и по отношению к себе. Слишком короток человеческий век, чтобы увидеть и оценить результаты своих необдуманных действий. Например, политики приходят во власть, что-то делают, но не успевают увидеть все результаты своих действий, потом приходят следующие... Если бы эти люди через 50, через 100 лет могли увидеть последствия своих деяний, они бы, возможно, по-другому распорядились своей властью.

автомобиль. На сегодняшний день на уровне экспериментов есть все: биомаркеры старения, геропротекторы, которые продлевают жизнь модельным животным, даже экспериментальные генотерапевтические препараты. Но чтобы сдвинуть эту проблему с мертвой точки, нужен большой международный мегапроект наподобие строительства Большого адронного коллайдера. Или как минимум национальная программа развития биомедицинских инноваций для активного долголетия.

Чтобы наметился прогресс, необходимо, чтобы старение официально признали болезнью. Сейчас международная классификация болезней не включает в себя такое заболевание, поэтому ученые не имеют возможности получать финансирование на анти-возрастные исследования, а фармацевтические компании – выводить на рынок препараты для профилактики старения. В умах крепко сидит парадигма, что старение – естественный процесс, а зачем бороться с законом природы? Однако практически нестареющие долгоживущие виды животных показывают, что такого закона природы нет, а есть накопление ошибок и поломки в системах поддержания гомеостаза организма, которые в перспективе теоретически станут возможно привести в порядок, как починить старый автомобиль.

Проблема не сдвигается с мертвой точки не потому, что ученые плохо работают. Ученые – часть об-

щества, и если нет социального заказа, то нет и перераспределения финансов в эту область. Помните, когда больные СПИДом устраивали демонстрации по всему миру, на борьбу с этим заболеванием были брошены огромные ресурсы, и в результате качество их жизни значительно улучшилось. Теперь это не смертельная болезнь, а хроническое заболевание с приемлемым качеством жизни. Это пример того, что за небольшой промежуток времени, буквально за несколько лет при вложении значительных ресурсов, при понимании и поддержке общества можно добиться больших результатов в решении даже таких серьезных проблем, как СПИД, которым, в отличие от старости, болеют считанные проценты всего населения.

К сожалению, и у нас, и в других странах есть силы, которым невыгодно признание старения болезнью – это, в частности, псевдонаучные корпорации, которым борьба за продление молодости полностью отдана на откуп, фирмы, выпускающие на рынок необоснованные средства якобы для борьбы со старением. Сейчас такие фирмы зарабатывают большие деньги, просто указывая на упаковке своего товара *anti-age*, если же старение признают болезнью, они вынуждены будут проходить процедуры, подобные FDA и доказывать, что их косметическое средство или пищевая добавка действительно имеют антивозрастной эффект.

Еще есть религиозные организации, убеждающие, что нельзя мешать замыслу Божьему. Да и зачем бороться со старением, если всем уже уготована вечная жизнь? Кроме того, люди, особенно пожилые, с букетом возраст-зависимых заболеваний, страдающие депрессией, зачастую считают, что борьба за продление жизни лишь продлит их мучения. Однако нужно понимать, что эти проблемы – хронические боли, депрессия – тоже связаны с возрастными изменениями и борьба со старением – это залог повышения качества жизни пожилых людей.

Есть такое понятие – «compression of morbidity». К сожалению, в русском языке нет аналога этого термина, он обозначает сжатый период заболеваемости – это феномен, который наблюдается у наследственных долгожителей, людей, которые в каждом поколении живут 90 и более лет. Изучение структуры их заболеваемости показало, что они не просто живут дольше большинства, но и возрастные болезни, и, как следствие, нетрудоспособность, приходят к ним в среднем на 20 лет позже. Именно к этому нужно стремиться современной медицине: профилактика старения и своевременная комплексная терапия смогут отодвинуть старость в сегодняшнем ее понимании как можно дальше. Если мы будем долго не болеть, мы будем долго жить активной качественной жизнью.

У нас любят говорить о перенаселении, о том, что государству не выгодно, чтобы люди жили долго. Однако уже сейчас «пробуксовывает» пенсионная система США, потому что 60% средств идет на лечение возраст-зависимых заболеваний, но и оно оказывается неэффективным. Нужно бороться со старением, а не только с его симптомами, тогда мы сможем снять нагрузку и с пенсионной системы. Если сейчас увеличить пенсионный возраст до 65-70 лет, это будет преступлением, но если люди будут здоровы, они не только смогут работать дольше, они сами будут хотеть работать и будут счастливы от того, что могут.



ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

КАК ПЕНСИОНЕРУ ВЗЯТЬ КРЕДИТ

ИСТОРИЯ КРЕДИТОВАНИЯ КЛИЕНТА ИЗ УФЫ

Всего 5-10 лет назад получить кредит пенсионеру было чем-то из области фантастики. Банки в основном кредитовали работающую часть населения непенсионного возраста. Да и то, чтобы получить деньги, требовалось собрать огромный пакет документов, найти поручителей, что отнимало много сил и времени. Однако сейчас ситуация в корне поменялась. Кредитные предложения от банков сыпятся на нас буквально со всех сторон, а для пенсионеров зачастую на особых условиях.

Мы решили разобраться, стоит ли брать кредит пенсионеру и как сделать это с максимальной выгодой для себя, если захочется перестроить дачный дом, поправить здоровье в санатории.

Знакомьтесь: Евгений Владимирович Сысолятин, пенсионер из Уфы, активный пользователь банковских услуг. Он любезно поделился с нами опытом общения с банком.



– Евгений Владимирович, расскажите, пожалуйста, когда Вы оформили свой первый кредит?

– Два года назад я шел по улице, прикидывая в уме, сколько нужно денег для завершения ремонта. Кое-что

достроить, по мелочи. Сумма вышла не сказать, что огромная – все-таки я работаю, пенсию получаю, но и вот так, разом, достать ее из кармана я не мог. Нужно было копить, что я не очень люблю делать, если честно. И

тут мне на глаза попался банк. Подумал – зайду, разузнаю, что да как, попрошу денег – вдруг дадут. Встретила меня Ирина, сотрудник «Почта Банка» на Первомайской, до сих пор, кстати, к ней всегда обращаюсь – уже как родная стала. Поговорили с ней, она все мне объяснила. Необходимую сумму денег дали мне быстро – для оформления договора потребовались только паспорт, СНИЛС и мобильный телефон. Я их всегда с собой ношу.

– Были ли проблемы с возвратом банку денежных средств?

– Нет, проблем не было, все вернул быстро. Ежемесячный платеж был не в тягость – сотрудники банка помогли мне грамотно рассчитать свои финансовые силы. Ирина рассказала, что если я пенсию буду получать на банковскую карточку «Почта Банка», то и кредит мне дадут на специальных, льготных условиях, с пониженной ставкой.

Я давно хотел заявление написать, чтобы пенсию на карточку получать. Активной жизнью живу, люблю путешествовать, в гости ходить, на даче бывать – некогда мне ждать почтальона, да на Почту ходить. А так деньги сами на карту приходят, банк еще и процент начисляет каждый месяц, как на сберкнижку.

– Какими еще банковскими продуктами Вы пользовались?

– Помимо кредита и получения пенсии на карту, я открыл вклад. Тоже в «Почта Банке», они пенсионерам дают процент больше. Пришел в отделение, там мне объяснили, что если сделать это через интернет, то ставка по вкладу будет еще выше – и там же, на Первомайской, помогли мне все оформить прямо с моего мобильного телефона.

– Если возвращаться к теме кредитов – планируете ли в бу-

дущем пользоваться заёмными средствами?

– Конечно, почему бы и нет? Я всю жизнь работаю и на пенсии хочу хорошо жить, отдыхать. Жизнь короткая, копить – долго, а так хочется мир успеть посмотреть, попутешествовать. Возвращаю я деньги в срок, банк ни разу меня не обманул – никаких скрытых комиссий, платежей не назначил. Только положительные у меня впечатления от обращения в «Почта Банк» остались! Вот теперь мечтаю зимой всю семью – детей, внуков в Тайланд вывезти – скорее всего, опять буду брать кредит. Уверен, что не откажут.

– Евгений Владимирович, мы рады, что у Вас такой позитивный опыт от пользования кредитом остался. Но ведь ни для кого не секрет, что есть и другая сторона медали – когда человек деньги взял у банка, а отдать не может. Что Вы можете посоветовать пенсионерам, чтобы их «кредитные истории» были как у Вас, только положительными?

– Ну прежде всего надо думать головой. Когда берешь кредит, важно понимать, что это не подарок, и деньги банку придется все равно отдавать. Второе, и, пожалуй, самое главное – нужно выбрать правильный честный банк. Желательно – крупный, с государственным участием. Там точно не обманут. Мы не финансисты, все рассчитать нам, пенсионерам, сложно бывает. Я всю жизнь в суде проработал, и то мне девочки в «Почта Банке» помогли во всех тонкостях договора разобраться: сначала правильно сумму кредита рассчитать, потом – выгодные условия по вкладу подобрали. И еще совет. Очень выгодно пользоваться различными услугами в одном банке: выбрал свой – там и пенсию получаешь, и вклад открываешь, и деньги, если потребуются, в кредит всегда взять можно.

...И НАУЧИЛИ МЫ БАБУШКУ ИНТЕРНЕТУ

Я учусь в одиннадцатом классе. Планшет – мой постоянный спутник, я владею им так же, как и мои одноклассники, вполне «на уровне». Стать репетитором бабушки никогда не думал. Всё случилось просто.

Однажды мама подарила бабушке планшет и тут же показала несколько игр, в том числе «Миллионер». Игра бабушке понравилась, но учиться дальше она не думала, считала себя не способной к этому.

Летом на даче я ей показал, как работать с клавиатурой – иначе играть не получалось. Бабушка заинтересовалась, стала узнавать значение разных кнопок. Спрашивала так часто, что я постоянно отвлекался от чтения романа Л. Н. Толстого «Война и мир» и немного раздражался. Хорошо, что мама мне подсказала: у пожилых людей рассеянное внимание, им надо часто и терпеливо повторять, чтобы они все запомнили. Я это усвоил и реагировал теперь нормально. Бабушка это поняла и уже не боялась ко мне обращаться. Мне тоже стало ин-

тересно ей подсказывать. Я видел, как она постепенно овладевала планшетом: освоила пароль и логин к почте, узнала, как отправлять письма. Мы стали переписываться. Затем она научилась в интернете находить нужную книгу, чтобы читать. Планшет она уже не выпускала из рук.

Когда мы приехали в Москву, я посылаю бабушке фото с соревнований, со школьных вечеров. Она мне посылает фото цветов. Когда встречается с трудностями, звонит мне.

Теперь бабушка открывает свой личный кабинет. Пользуется оплатой счетов по интернету. Планшет стал ей помощником. Я рад, что причастен к этому.

Юра ФИЛИППЕНКОВ.



МЫ - АКТИВНЫЕ!

ЛОБНЯ: ДЕНЬ ЗА ДНЁМ

ПОД ЗНАМЕНОМ СОЮЗА

В начале сентября в Лобне прошел День города. Народные гулянья, концерты, спортивные соревнования – все смешалось в яркий праздничный калейдоскоп. И во многих мероприятиях Дня активное участие принимали пожилые люди.



На снимке: члены Лобненского отделения Союза пенсионеров Подмосквья во время праздничного шествия по главной улице города.

ЛУЧШИЕ ОТМЕЧЕНЫ

11 сентября состоялось заседание Правления Лобненского отделения СПП, на котором присутствовал и выступил с по-



здравлениями Председатель городского Совета депутатов Н. Н. Гречишников.

Николай Николаевич отметил несомненный вклад организации пенсионеров в общую деятельность на благо города и наградил за большую общественную работу руководителей подразделений СПП в микрорайонах. Благодарственные письма от Совета депутатов получили Наталья Николаевна Платонова (микрорай-

он Южный), Зоя Алексеевна Гаврилина (3 микрорайон), Татьяна Павловна Грань (микрорайон Луговая), Людмила Ивановна Крупенина (микрорайон Восточный).

На снимке: З.А. Гаврилина.

РАБОТАЕМ СООБЩА

Подписано соглашение о совместном сотрудничестве Лобненского отделения СПП с городским Центром социального обслуживания населения.

Основными направлениями совместной деятельности выбраны реализация прав и интересов пенсионеров и ветеранов, оказание всесторонней помощи в соответствии с законодательством РФ, реализация социальных программ



поддержки пенсионеров, проведение культурно-массовых и спортивных мероприятий.

На снимке: директор ГБУСОО «Лобненский ЦСОН» Дилияфруз Назифовна Кузнецова (слева) и председатель Лобненского отделения Союза пенсионеров Подмосквья Валентина Сергеевна Иванова.

БУДЕМ УЧИТЬСЯ!

В середине сентября было сформировано соглашение о намерениях совместной деятельности с МКУ «Центральная библиотека г. Лобня». В соответствии с этим документом планируется открытие библиокласса повышения компьютерной грамотности пенсионеров города.

А уже 20 сентября состоялось торжественное открытие этого компьютерного класса!

В церемонии открытия участвовала и выступила с приветственным словом начальник Управления культуры Татьяна Юрьевна Доцук.

С поздравлениями к первым слушателям курса повышения компьютерной грамотности обратилась директор Центральной библиотеки Алла Николаевна Гречишкина.



Символическую красную ленточку созданного компьютерного класса разрезал молодой преподаватель-волонтер, студент 4 курса Московского политехнического университета Павел Афанасьев. К занятиям приступил 21 человек. Учебный план предусматривает работу в группе на 24 учебных часа.

НАД КЛЕТЧАТОЙ ДОСКОЙ

Пенсионеры Лобни в очередной раз сошлись на шахматно-шашечный турнир. В острых поединках абсолютным лидером и чемпионом турнира стал А.Д. Станишевский, основатель и организатор в городе первых шахматных турниров среди школьников и молодежи города.



Нужно сказать, что Александр Дионисович – человек разносторонний. Коренной лобнец, кандидат в мастера спорта, он активно занимается шахматами со школьниками и пишет замечательные стихи. На счету А.Д. Станишевского, члена Союза писателей России, почти десять поэтических книг и многочисленные публикации в периодике.

Валентина ИВАНОВА.





**ПОЧТА
БАНК**

**ПОЛУЧИТЕ ПРИБАВКУ К ПЕНСИИ,
ОФОРМИВ В «ПОЧТА БАНКЕ»**

ПОЛУЧЕНИЕ ПЕНСИИ НА «СБЕРЕГАТЕЛЬНЫЙ СЧЁТ»



До 7% годовых ежемесячно на минимальный остаток средств, находившихся на счёте календарный месяц



Открытие счёта и выпуск неименной карты «Мир»



Снятие наличных в банкоматах группы ВТБ



Повышенные ставки по вкладам



Льготные условия по кредиту наличными и рефинансированию кредитов в других банках



Оформление – всего за 1 визит в банк
При себе нужно иметь паспорт, СНИЛС и мобильный телефон



Сотрудник банка поможет вам оформить заявление о получении пенсии на счёт в «Почта Банке» для передачи его в Пенсионный фонд РФ



«ПОЧТА БАНК» СОЗДАН ПРИ УЧАСТИИ ГРУППЫ ВТБ И ФГУП «ПОЧТА РОССИИ»

8 800 550 0770 (звонок по России бесплатный)

rochtabank.ru



«Сберегательный счёт» – текущий счёт с ежемесячным начислением процентов на минимальный остаток средств, находившихся на счёте в течение календарного месяца: в рамках тарифа «Пенсионный» – 7% годовых на сумму от 100 000 руб. (с 1.10.2017 г. – от 50 000 руб.), 4,5% годовых на сумму от 1 000 до 99 999,99 руб. включительно (с 1.10.2017 г. – от 1 000 до 49 999,99 руб. включительно). Условием применения тарифа «Пенсионный» является поступление пенсионных выплат на «Сберегательный счёт». Под прибавкой к пенсии понимается доход от начисления процентов по «Сберегательному счёту». Комиссия за выдачу средств (в процентах от суммы операции), поступивших на «Сберегательный счёт» наличными; из Пенсионного фонда РФ; в рамках зарплатного проекта; с открытого в банке вклада, в размере его суммы и процентов по нему, если средства находились во вкладе 30 дней и более; с открытого в банке вклада, в размере его части, внесённой наличными; в рамках предоставления банком клиенту потребительского кредита; наследства и выплат на достойные похороны; любым иным способом, если средства находились на «Сберегательном счёте» от 30 дней: в банкоматах группы ВТБ и ПВН ПАО «Почта Банк» – не взимается, в ПВН и банкоматах других банков – 1% (мин. 100 руб.). В иных случаях в пределах 100 000 руб. в месяц: в банкоматах группы ВТБ и ПВН ПАО «Почта Банк» – не взимается, в ПВН и банкоматах других банков – 1% (мин. 100 руб.); свыше 100 000 руб. в месяц – 7,9% (мин. 100 руб.). ПВН – пункты выдачи наличных. Льготные условия по кредитам, рефинансированию кредитов и повышенные ставки по вкладам – относительно базовых тарифов банка. ПАО «Почта Банк», лицензия ЦБ РФ № 650. Реклама.

МЫ - ПРОФЕССИОНАЛЫ!

МИР БЕЗ БЕЛЫХ ПЯТЕН

Этот юбилей в семье Руновых вряд ли отмечали, но дата и солидная, и памятная: 65 лет назад Татьяна вступила во взрослую жизнь... Что было в багаже юной девушки? Обычная десятилетка, серебряная медаль и – неукротимая жажда знаний. Куда поступать, какую дорогу выбрать?..

А начало 50-х – это начало периода «геологической» романтики: газеты наперебой печатают репортажи о штурме неприступных гор и непроходимой тайги, романисты и режиссеры создают произведения о геологах, и летит над страной бердящий душу пахмутовский мотив:

Я уехала в знойные степи,

Ты ушёл на разведку в тайгу,

Надо мною лишь солнце палящее светит,

Над тобою лишь кедры в снегу...

Ну, конечно, надо идти на геологический, чтобы туда, где на картах последние «белые пятна» - пока они еще есть! И девушка поступает в Ленинградский государственный университет на географический факультет.

Получив диплом, Татьяна получает и направление – правда, не в геологическую партию, не в глухую тайгу, но в места тоже таежные, за много тысяч километров от Москвы – в Сыктывкар.

Несмотря на свой столичный статус (Сыктывкар – столица республики Коми), городок в ту пору был провинциальным и по численности (немногим больше 60 тысяч жителей), и по инфраструктуре. Лесозавод, судоремонтный завод, еще несколько предприятий – все уже советского периода, и только. Улыбку вызывало «народное» название одного из районов города – Париж... Оказывается, после войны 1812 года здесь жила большая группа пленных французов. В общем, местной экзотики для девушки из центральной России было довольно много. Но главное – здесь был Коми филиал Академии наук, где молодой специалист и начала свою трудовую деятельность, занимаясь проблемами развития нефтяной и газовой промышленности.

Через три года руководство филиала, заметив грамотного и ответственного работника, решило направить Татьяну для дальнейшего обучения в Московскую аспирантуру.

Выбор был сделан правильно: Татьяна Григорьевна успешно защитила диссертацию и получила звание кандидата наук. Все последующие годы – сорок лет! – в институте географии Академии наук она занималась изучением природных ресурсов.

Но не нужно думать, что Татьяна Григорьевна – человек, с головой ушедший в решение научных проблем. Не менее важно для нее было и личное, семейное счастье, домашний уют. И тут все сложилось вполне благополучно. Когда судьба и веление начальства занесли ее в Москву, Татьяна встретила здесь своего будущего супруга Бориса. Выпускник МГИМО, уже кандидат наук, серьезный, умный и... влюбленный. С тех пор они по жизни рука об руку, разлетаясь по миру в командировках и на страницах научных работ (Борис Борисович трудился в институте Африки, занимался экономикой «черного континента») и сходясь около уютного домашнего очага. У них роди-



лись два сына, Алексей и Кирилл, которые подарили четверых внуков, внуку и маленькую правнучку.

В 1970 году, когда открылась новая экологическая программа по международному сотрудничеству стран-членов СЭВ, Татьяну Григорьевну одной из первых пригласили принять участие в работе комиссии, которая состояла из представителей Америки, Финляндии, Германии, Югославии, Китая и других стран-членов Совета экономической взаимопомощи. Эта комиссия разрабатывала теоретические и методические основы изучения темы «Оценка воздействия человека на окружающую среду», определения экологической обстановки ряда государств. Сделанные выводы комиссии в дальнейшем использовались правительствами стран для разработки планов развития. Такие научные командировки позволили Татьяне Григорьевне досконально изучить территории стран восточной Европы.

Татьяна Григорьевна написала несколько книг по экономической географии, причем, востребованных. К примеру, учебное пособие

«Демография» выдержало несколько переизданий. А написанный совместно с Г. А. Приваловской фундаментальный труд «Территориальная организация промышленности и природные ресурсы СССР» вошел в золотой фонд природно-ресурсной географии.

По воспоминаниям коллег, группа специалистов по природопользованию, которую возглавляла Татьяна Григорьевна Рунова, была «мощной». Определение не научное, но очень точное. И как следствие напряженной творческой работы – в 1986 г. старший научный сотрудник Института географии Академии наук СССР Т. Г. Рунова была награждена орденом «Знак Почета».

Год мелькал за годом, и вот подступила черта, за которой начинается пенсионная жизнь. Но Татьяна Григорьевна перешагнула ее практически незаметно. Не привыкшая сидеть без работы, она по-прежнему была в круговороте дел: пригласили преподавать экономическую географию, демографию и природопользование в Московском индустриальном университете. Около десяти лет продолжилась преподавательская деятельность, многие студенты стали последователями Татьяны Григорьевны в области природопользования. Увы, возраст все же начал сказываться, и Татьяна Григорьевна принимает решение уйти с преподавательской работы.

Так что же, покой и отдых? С таким-то багажом знаний и колоссальным опытом работы? Нет! Татьяна Григорьевна принимает приглашение на работу в качестве консультанта-аналитика в природоохранных фирмах. При разработке экологического атласа Ярославской области ее назначают главным автором. В 2015 году Губернатор ознакомил В.В. Путина с итогом работы, в которой показаны большие достижения области.

Сейчас, несмотря на почтенный возраст, Татьяна Григорьевна продолжает работать. Кроме этого, она любит путешествовать. Да-да, до сих пор, хотя, кажется, уже нет таких мест в России и за рубежом, где бы она не побывала. А поскольку главная любовь ее – Россия, Татьяна Григорьевна составила карту мест центральной части страны, которые планирует посетить как турист вместе с внуками: теперь она стирает «белые пятна» для них, как когда-то стирала для себя.

Тамара ПУШКАРЕВА,
Химкинское отделение Союза пенсионеров Подмосквья.

На снимке: Татьяна и Борис Руновы вместе с зарубежными друзьями.



МЫ - ЖИЗНЕРАДОСТНЫЕ!

ТАНЦУЮТ ВСЕ!



Ступинские пенсионеры не стареют душой! Вот уже более года во дворце Metallургов действует танцевальный клуб, который организовали пенсионеры. Более 60 человек занимаются танцами под руководством молодого балетмейстера. Единственная проблема – недостаток мужского участия: не для всех дам хватает партнеров. Но это не сказывается в желании тратить свое свободное время на занятие танцами. Хоть и говорят про пенсионеров «третий возраст», но в умении пластично двигаться в танце они дадут сто очков молодежи!

Людмила ТЕРЕХИНА.

СМЕЯТЬСЯ, ПРАВО, НЕ ГРЕШНО...

Устарости много эпитетов: мудрая, тихая, спокойная... И вот только определение «веселая» может кого-то смутить. Как это – веселая? Чего тут веселиться-то?.. И это странно, как будто пенсионное удостоверение – ластик, который начисто стирает смех, улыбки и веселье, превращая всех, кому «за...» в мудрых, тихих, спокойных.

А пенсионеры могут и умеют веселиться! И доказательством тому – Балашихинское отделение Союза пенсионеров Подмосковья, где вот уже пять лет существует команда КВН.

На капитанском мостике команды – В. Л. Денисова, председатель отделения.

– С выходом на пенсию, – говорит Валентина Львовна, – у многих появляется стремление заняться любимым

делом, на которое раньше не хватало времени, реализовать свои скрытые таланты. Кто-то становится художником, кто-то поэтом или музыкантом, а балашихинские пенсионеры решили заняться таким сложным делом, как юмор. Тем более что здесь можно применить самый широкий спектр талантов.

Родилась идея во время очередной встречи клуба «Кому за 50», в работе которого активно участвуют члены местного отделения Союза пенсионеров. Желающих пошутить нашлось немало, тем для шуток – предостаточно. И вот в апреле 2012 г. состоялась первая игра КВН, где соперником Балашихинского отделения СПП выступил клуб «Надежда». Нужно заметить, что необычную идею с удовольствием поддержали директор КДЦ «Подмосковные вечера» Н. Н. Алексеева, руководство

Балашихинского Управления культуры, городского Управления соцзащиты населения и Пенсионного фонда.

Встречи команд проходят на базе КДЦ «Подмосковные вечера», по правилам и традициям КВН: девизы, эмблемы, разминка, домашнее задание, музыкальный конкурс.

– Каждая игра, – рассказывает В. Л. Денисова, – тематическая. При этом каждая тема даёт возможность обозначить острые проблемы в жизни города и попытаться найти пути их решения. Так, первая игра «С лёгким паром или всё о бане» подняла вопрос о разрушении старейшей бани города. Вроде бы посмеялись – и всё, что еще можно сделать в этой ситуации? А вот и нет: строительство бани в Балашихе внесено в проект Губернатора Московской области «100 бань Подмосковья».

В 2013 году команда была отмечена премией Губернатора «Наше Подмосковье». Значит, сочли это дело не таким уж и шутейным, пустяковым!

Сейчас пенсионеры активно готовятся к новой игре – с командой совета ветеранов города. Эта встреча будет носить название «Балашиха – наш город родной!».

У команд оформился круг болельщиков, с каждой игрой зрителей в зале всё больше. В жюри приглашаются представители власти, общественных организаций, средств массовой информации.

– Было бы здорово помериться силами с весельчаками из других городов области! – мечтает Валентина Львовна, сетуя на то, что сложно найти соперников. И, в общем-то, это не пустые надежды. В разных местах страны уже появились команды пожилых КВНщиков, так почему бы им не возникнуть в Подмосковье? Ау, веселые и находчивые!

ДЛЯ ТЕЛА И ДУШИ

В зале Химкинского отделения Союза пенсионеров Подмосковья, который за 14 лет повидал немало, сегодня звучат странные слова: «Стучимся в ворота жизни», «Почувствуйте энергию Ци», «Плывём в потоке энергии». Но для многих активных участников группы лечебно-оздоровительной гимнастики Цигун эти слова понятны и просты – они научились активизировать свою собственную энергию и учатся управлять ею, чтобы быть бодрыми, собранными и активными всегда. Атмосфера в зале наполняется позитивной энергией жизни, которой можно исцеляться, успокаиваться в ней и приводить в порядок тело и сознание.

Мы очень благодарны тренеру Алексею Дульне-

ву, который в течение полугодия проводил занятия по практике Цигун в парке им. Л.Н. Толстого на открытой сцене. В результате у нас возникла потребность в такой гимнастике – как самой эффективной и доступной для выполнения, ведь в Китае её назначают самым безнадежно больным и слабым. Люди восстанавливают силу, открывая в себе свои собственные источники энергии. У нас через занятия Цигун прошло более 30 человек.

Такой позитивный настрой, бодрость помогли участникам нашей группы достичь больших успехов и в других видах творчества, например, в Клубе «Ирландское кружево». Нина Селина научилась вязать ирландское кружево на первом же занятии, а через неделю создала необыкновенно красивые вязаные композиции. Через месяц три человека смог-

ли связать летние сумки, очень красивые и оригинальные. Дальше мы запланировали вязать короткую жилетку «фигаро».

На плакате в нашем зале написаны правильные слова: «На пенсии жизнь только начинается!». Каждый день мы получаем огромную радость – танцуем в Клубе бального танца или занимаемся декупажем, вязанием ирландского кружева, изучаем английский язык или пишем стихи.

Жизнь прекрасна и наполнена смыслом! Можно всегда, в любом возрасте учиться чему-то новому, развивать новые навыки, способности и таланты!

Ольга МАЙБА,
организатор Клубов,
член Союза пенсионеров г.о. Химки.



МЫ - СПОРТИВНЫЕ!

ЗА СТАРТОМ - СТАРТ

Под занавес лета Дворец Спорта «Олимпийский» в Чехове стал местом притяжения пожилых любителей спорта всего Подмосковья: здесь прошел региональный этап ежегодной Всероссийской Спартакиады пенсионеров.

Мероприятие было организовано Министерством физической культуры и спорта Московской области и Московской областной общественной благотворительной организацией «Союз пенсионеров Подмосковья» при содействии Министерства социального развития Московской области.

Более пятисот участников – полсотни команд – соревновались в шести дисциплинах: легкая атлетика

(бег), настольный теннис, плавание, пулевая стрельба, шахматы и комбинированная эстафета. Их приветствовали первый заместитель Министра физической культуры и спорта Московской области А.А. Сазанович, председатель Союза пенсионеров Подмосковья О.В. Маркова и член Правления Союза В.А. Родионов, заместитель начальника управления культуры и спорту Управления развитием отраслей социальной сферы Администрации Чеховского муниципального района Д.С. Горбачёв, президент Федерации русских шахмат В.А. Ивановский, руководитель Департамента развития русской национальной ассоциации скандинавской ходьбы А.М. Мамонтов, генеральный директор ООО «Стелла», меценат, писатель и общественный деятель России М.М. Кривоносов.

Одним из идейных вдохновителей спартакиады является энтузиаст спорта и здорового образа жизни, уроженец Чехова заслуженный работник физической культуры и спорта РФ и Московской области В.И. Хвориков, который, несмотря на солидный возраст – ему уже под девяносто – являет собой образец здоровья и неукротимой энергии: этой весной



он принимал участие в IV Международной спартакиаде среди ветеранов и руководителей ветеранских организаций, проходившей в Белоруссии!

А на спартакиаде в Чехове самыми возрастными оказались 86-летние Николай Петрович Стрешев и Светлана Зиновьевна Кольцова, которым были вручены два огромных сладких пирога с логотипом мероприятия.

Команды начали съезжаться к 9 часам и сразу же включались в самый массовый вид программы – эстафету. К торжественному открытию спартакиады этот вид соревнований успешно прошли 49 команд. А потом, в 11 часов, как и было запланировано, энергичный ведущий спортивного праздника пригласил всех участников на построение к официальной части.

Добрые напутствия почетных гостей и организаторов спартакиады подняли боевой дух команд, а прекрасное настроение подарили участницы танцевального ансамбля «Надежда» (художественный руководитель Елена Шарикова) и фитнес-тренер компании «Про фитнес» Галина Позднякова – энергичной разминкой перед дальнейшими соревнованиями.

А настрой на победу был у всех участников команд вне зависимости от возраста. Евгению Григорьевичу Гришину из Электрогорска уже за 80, но в Чехов он приехал с большим желанием:

– Я уже не первый раз выступаю на спартакиаде. Не пропускаю ни одного старта! Мои любимые дисциплины – бег, шашки, шахматы, городки. Сегодня всё понравилось: ор-





ганизация соревнований на высшем уровне. Познакомился с новыми людьми, обзавёлся друзьями. Чувствую себя отлично! Дай бог так каждому в мои года себя чувствовать!

Победу в соревнованиях одержал коллектив из городского округа Орехово-Зуево. Второе место у городского округа Шатура, третье – у спортсменов Щелковского муниципального района.

Победители и призеры получили кубки, медали, грамоты от организаторов и памятные призы от партнеров мероприятия. А главной наградой стали заряд бодрости и новая, очень почётная и ответственная миссия: лучшим спортсменам предстоит выступить на общероссийской Спартакиаде, которая пройдет в г. Пензе с 29 сентября по 1 октября.

Нам же остается выразить отдельную благодарность генеральному директору Дворца Спорта «Олимпийский» С.А. Джуркину, предоставившему отлично подготовленные площадки и обеспечившему радушный прием, и заместителю начальника отдела физкультурно-массовой работы Министерства физической культуры и спорта Московской области Д.А. Сагалакову, который долгое время скрупулезно занимался подготовкой спортивного праздника и всеми организационными моментами. Хотя эти люди и находились «за сценой» событий, вклад их велик и заслуживает уважения.



НЕ ОТСТУПАТЬ И НЕ СДАВАТЬСЯ!

Девять человек – лучшие из лучших – должны были защищать честь Мытищ на Спартакиаде пенсионеров Московской области.

Подготовка была серьезной. То, что человек в хорошей физической форме, еще ничего не значило: требовалось наличие медицинской справки и договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев – все-таки на спортивные площадки выходили не юноши и девушки, а пожилые люди. К тому же приветствовались участники старше 70 лет, а в этом возрасте одних только заверений «Я смогу!», согласитесь, не достаточно. Имелся и еще один ограничитель для участия: в команде не должно было быть мастеров или заслуженных мастеров спорта, Спартакиада – именно для любителей.

Мы добросовестно подошли к задаче и в итоге подобрали участников по шести видам программы. Нужно сказать, что нам очень серьезно помогли на начальном этапе. Это, прежде всего, начальник Мытищинского управления социальной защиты Ирина Юрьевна Скворцова. Она первая мне передала положение о Спартакиаде и «связала» с управлением по физической культуре и спорту. Она же организовала и нашу экипировку, подключив к этой работе Центр социального обслуживания пожилого человека.

В Управлении по физкультуре и спорту тоже с пониманием отнеслись к предстоящей поездке: для тренировок нам были предоставлены стадион «Торпедо», тир, бассейн, инструкторы, сухие пайки, флаги и т.д. Спасибо директору центра физической культуры и спорта «Олимпик» Андрею Александровичу Никонову за деятельную поддержку! Как выяснилось, он всех нас уже хорошо знает, уважает наше стремление к спорту и ждет в «Олимпике» на осенне-зимние тренировки.

...Увы, поездка не задалась с самого начала: сломался автобус. Мы стояли около здания Администрации, нервничали, переживали. К счастью, нас не оставили в беде. Хотя и был выходной, зам. начальника управления соцзащиты Екатерина Игоревна Павлова больше трех часов занималась поиском транспорта для нас, периодически по телефону подбадривая немного поникших спортсменов – один из команды не стал ждать развязки и ушел. Поддерживала нас в этот период томительного ожидания и Нина Матвеевна Астахова из управления по физической культуре и спорту. Обе женщины постоянно были на связи с оргкомитетом Спартакиады в Чехове. Мы знали, что нас там ждут и



сочувствуют внезапной задержке. В конце концов, появился «Форд» социально-реабилитационного Центра «Преобразование». Директор Центра Александра Юрьевна Колганова, благодаря которой у нас появились «колеса», извинялась за задержку так, как будто в этом была ее вина... Ну разве могли мы подвести таких искренне болеющих за дело людей? И мы помчались в Чехов.

Несмотря на сложную дорогу, наши спортсмены сразу по прибытию бросились в бой – бегуны, теннисисты, пловцы. А уже потом их кормили и поили дружелюбные хозяйева. О них хочется сказать особо. В великолепном дворце спорта «Олимпийский» все знали о наших дорожных сложностях, и как только мы появились, нас сразу подхватили и тут же включили в число соревнующихся. Все двери для нас открыли, спортсменов допустили к соревнованиям, а они – достойно выступили.

Легкую атлетику (кросс) в нашей команде представляли Любовь Петровна Садомскова и Вячеслав Александрович Родионов; настольный теннис – Нина Ивановна Кротова и Алексей Федорович Улановский; плавание – Нина Александровна Берестинская и Юрий Петрович Смирнов; пулевую стрельбу – Геннадий Павлович Струев. К сожалению, мы не смогли представить шахматы – из-за отсутствия претендента, а резервного дублера не взяли в команду, т.к. он не был официально заявлен. Из-за отсутствия восьмого спортсмена (девятый член команды – руководитель делегации) нас не включили и в комбинированную эстафету, к которой мы особенно готовились, ведь там были такие разнообразные этапы, как гладкий бег, скандинавская ходьба, ведение баскетбольного и футбольного мячей, метание дротиков по воздушным шарам, бег с теннисной ракеткой и мячом, самокат.

Этапы были достаточно сложными. В кроссе женщины на время бежали километр, а мужчины – полтора километра. Пловцы вольным стилем соревновались на дистанции в 50 метров. Наш стрелок Геннадий Павлович выбил 61 очко, и его

похвалили за результат, ведь на момент соревнования ему было 85 лет!

К большому сожалению, согласно условиям Спартакиады, за неучастие в одном виде программы (в нашем случае это шахматы) команде в этом виде соревнований присваивалось последнее место, и она лишалась права сражаться за общекомандное первенство.

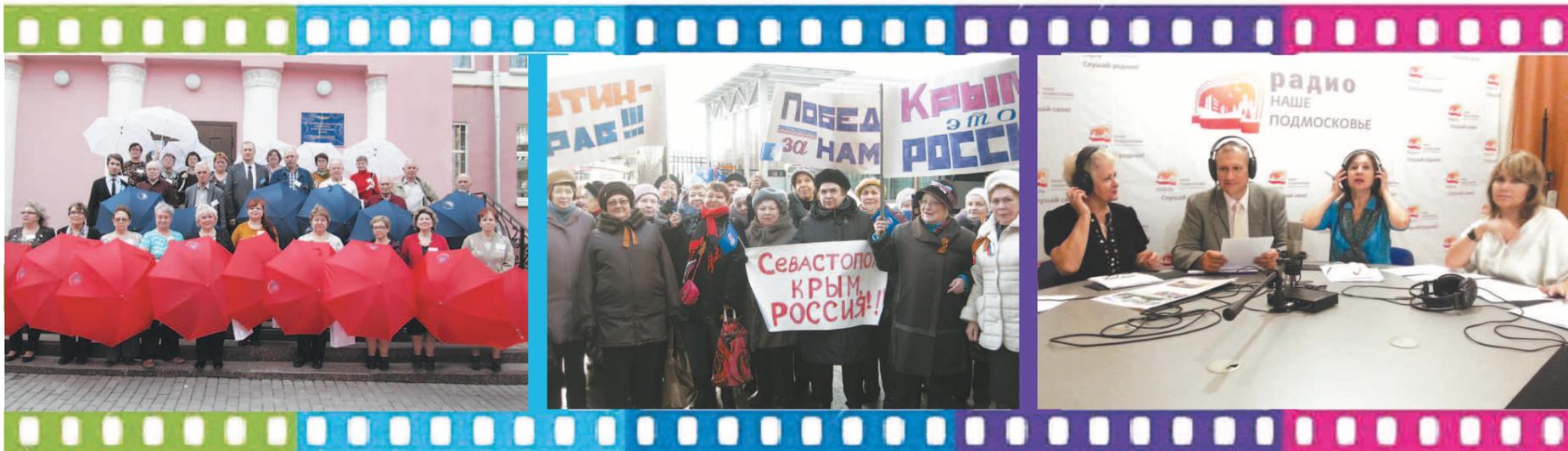
Да, мы не получили призовых мест по объективной причине, но команда наша была заметной – мы «зажигали» везде: и с мячом, и с самокатом, и со скандинавскими палками, и с теннисными ракетками, мы танцевали больше всех и лучше всех и достойно поднимали свой флаг.

Спасибо и членам команды, и тем, кто оставался «за кадром», но чей вклад был тоже немалый. Это группа поддержки в лице Раисы Семенцовой, которая в «непростой» поездке прекрасно справилась с функцией начальника хозяйственной части – кормила и поила всех, это Римма Казарян и Петр Белоусов, это Таисия Зворыгина, которая поехала дублером, и Татьяна Кузнецова, которая выполняла всю информационную работу вместе с Любовью Садомсковой.

Я очень горжусь своими активистами-спортсменами, их стойкостью, выдержкой, терпением, чувством локтя, дисциплинированностью и единением. Знаю, что нашу команду организаторы Спартакиады заметили и обязательно ее отметят при подведении окончательных итогов, потому что мы – настоящие! А Г. П. Струев, как самый зрелый и стойкий член команды, на соревнованиях был отмечен подарочной картой «Спортмастер»!

Нужно стремиться к намеченной цели, не отступать и не сдаваться, какие бы трудности ни вставали на пути. И, поверьте, вы многого сумеете добиться!

Елена РАХМАНИНА,
председатель Мытищинского
отделения Союза
пенсионеров Подмосквья.



МЫ - ВМЕСТЕ!

ПОД КОНТРОЛЕМ МКД

Недавно мы организовали встречу с жителем нашего города В. А. Петросяном. Этот человек не банкир, не артист и не политик, но в Ногинске он, между тем, личность известная.

Чем же знаменит Виктор Арутюнович? Он – председатель Совета многоквартирного дома. Инженер по образованию (за плечами учеба в знаменитой «бауманке» и путь от инженера до технического директора опытного производства одного из НИИ), он подошел к «коммунальной» теме как настоящий профессионал. Благодаря этому сумел эффективно организовать деятельность Совета многоквартирного дома (МКД), да так, что результат работы стал хорошо известен в нашем городе.

Участники встречи с большим интересом выслушали рассказ о том, как удалось выстроить отношения с управляющей компанией, чтобы деньги, уплачиваемые жителями на содержание дома, оборачивались отремонтированными подъездами, крепкой крышей, благоустроенной территорией и т.п.

И – что немаловажно – чтобы средства в смете не завывались...

У Виктора Арутюновича секретов от собравшихся на встречу пенсионеров-ногинцев не было: он без утайки делился своим накопленным практическим опытом.



Фотографии реально выполненных работ по ремонту общего имущества дома наглядно демонстрировали эффективность такого органа, как Совет МКД. Мы не без зависти прочитали Договор на управление домом и приложения к нему, которые разработал и подписал с управляющей компанией этот Совет, по-

скольку грамотно составленные документы позволяют добиться результативной работы, а не банального сбора денег.

Хотя В. А. Петросян рассказывал о заслугах Совета, все мы (особенно те, кто работал или работает в Совете своего дома) понимали, какой большой личный вклад, сколько сил вложил в успех этот скромный грамотный и целеустремленный человек. Сейчас Совет рискнул открыть свой спецсчет для сбора средств на капитальный ремонт, то есть, решил выйти из общего «котла». В этом вопросе они, наверно, тоже первые в городе.

Следует отметить, что работа В. А. Петросяна в Совете МКД – общественная, как и активная пропаганда своих наработок среди населения на семинарах. Да, не высокая зарплата, а личная заинтересованность – вот настоящий двигатель в любом деле!

Валентина ТОНАЕВСКАЯ,
председатель Ногинского отделения
Союза пенсионеров Подмосковья.

ДЕЛО ОБЩЕЕ - И ВКЛАД ОБЩИЙ

Говоря о деятельности нашего отделения, можно рассказать об участии пожилых людей в мероприятиях, о поездках и т.д. Но не нужно забывать, что одной из главных, на наш взгляд, задач остается поддержка пенсионеров в повседневной жизни, бытовых проблемах. И тут без помощи извне, без благотворительности не обойтись.

Благотворительная помощь выражается в виде выдачи продовольственных наборов. Такие наборы малоимущие пенсионеры (а их у нас 450) получают ежегодно ко Дню Победы и Дню пожилого человека. Стоимость каждого набора составляет 250-300 рублей, в общем-то, деньги небольшие, но, учитывая численность людей, в год выливается в сумму около 200 тысяч рублей.

Поступающие от спонсоров денежные средства мы не получаем «на руки», они зачисляются на наш расчетный счет в банке, с которого мы и производим оплату наборов.

У нас установились добрые, дружеские отношения со многими благотворителями, и сегодня мы имеем возможность искренне поблагодарить их, а именно: генерального ди-

ректора завода «Энергия» Акопа Георгиевича Акопяна, генерального директора ООО «Холланд Руссланд» господина Ульриха Маршнера, генерального директора РСО «Раменское» Ирину Юрьевну Гуськову, генерального директора Торгового центра «Раменское» Марину Николаевну Филимонову, генерального директора ООО «Доширак Коя» Хон Ки Хва, генерального директора ОАО «Макфа» Антона Вадимовича Белоусова, генерального директора «Оскар-плюс» Владимира Михайловича Осмоловского, генерального директора ЗАО «Авиэл» Вадима Геннадьевича Максимовского, генерального директора ООО «Квардо» Владимира Борисовича Никулина, генерального директора Раменского кондитерского комбината Дмитрия Владимировича Савинкина, директора столовой № 1 Александра Алексеевича Лозина, директора ресторана «Халиф» Халиду Филяховну Филяхову. И это далеко не полный список!

Но – не хлебом единым... Не забываем и о культурной работе с пенсионерами. Были организованы экскурсии в Музей пастилы (г. Коломна), в музей Керамики объединения «Гель»,

в Государственный Музей керамики и «Усадьбу Кусково XVIII века», на художественно-производственное предприятие «Софрино», экскурсии «Москва-православная» с посещением Новоспасского, Свято-Даниловского и Покровского монастырей, поездки в музей усадьбу Архангельское. Несколько раз посещали Большой и Малый театры (побывало более 250 человек).

Посетили Ново-Иерусалимский монастырь и музейно-выставочный комплекс в Истре, провели экскурсию на теплоходе по Москве-реке. В этом нам помогли депутат, заместитель Председателя Московской областной Думы, руководитель фракции «Справедливая Россия» Игорь Васильевич Чистюхин и его помощник Михаил Леонидович Пукшанский. От социальной защиты получаем приглашения на праздники в ДК «Сатурн» и ДК «Воровского».

Как видите, благодаря поддержке неравнодушных людей сделать можно очень и очень многое.

Татьяна ТЮНЯЕВА,
председатель Раменского отделения
Союза пенсионеров Подмосковья.



МЫ - ЗАБОТИМСЯ О ЗДОРОВЬЕ!

ЛЕЧИМ БЕЗ ГРАНИЦ

Границы между Москвой и областью заметно стёрты – подмосковные жители охотно едут в столицу работать, москвичи любят в области отдыхать. Но продолжительность жизни в Москве составляет 77 лет, а в Подмоскowie – 73 года. Куда по пути через МКАД пропадают 4 года жизни? Об этом журналисты «Российской газеты» спросили первого вице-преьера Московской области Ольгу ЗАБРАЛОВУ, которая в областном правительстве курирует социальный блок.

– Ольга Сергеевна, может быть, разница связана с тем, что между здравоохранением двух соседних субъектов существует серьезный разрыв?

– Здравоохранение, безусловно, влияет на продолжительность жизни. И то, что качество медицинской помощи, особенно в отдаленных муниципалитетах области, надо улучшать, бесспорно. Но говорить, что мы глобально проигрываем соседям по медицине, я бы не стала. Во-первых, мы в последние годы серьезно перестроили работу скорой помощи, централизовали и автоматизировали службу и сейчас можем в онлайн-режиме отслеживать работу каждой машины. Этот же электронный сервис доступен и жителям, которые с его помощью видят, как едет по вызову «скорая помощь». К слову, в 96% случаев машина доезжает до пациента за 20 минут.

Во-вторых, подтянули профилактику. Открыли более 30 консультативно-диагностических центров, помимо диспансеризации в будни устраиваем и рабочие субботы, чтобы было проще работающим жителям. В этом году диспансеризацию уже прошли более 810 тысяч человек, и у 42 тысяч на ранней стадии были обнаружены болезни сердца, сахарный диабет, онкология... Напомню, еще в 2013 году средняя продолжительность жизни в Подмоскowie составляла 71 год. И то, что за это короткое время она выросла на два года, очень и очень неплохо.

Ну и, наконец, немного статистики: по данным фонда обязательного медицинского страхования, ежегодно порядка 2 миллионов жителей области получают медицинские услуги в столичных больницах и поликлиниках. А в наших медицинских учреждениях лечатся 2,5 миллиона москвичей. Такое взаимодействие оказывает влияние на всю систему здравоохранения – она стремится к выравниванию.

– Про выравнивание интересно: что, сегодня любой житель области может без проблем лечь в московскую больницу? А москвичи-дачники – спокойно прийти на прием в подмосковную поликлинику?

– Да, проблем с этим у нас в последние три года нет. Просто производим взаиморасчеты – область, например, платит столице порядка 10 миллиардов рублей ежегодно за своих пациентов. Что касается московских дачников, то к их услугам свыше 200 амбулаторий, более 250 офисов врачей общей практики и более 500 фельдшерско-акушерских пунктов, работающих преимущественно в сельской местности. Жители столицы, как и любого другого города, могут прийти абсолютно в любое медучреждение Подмоскowie – от сельского ФАПа до перинатального или сосудистого центра – и получить бесплатно медицинскую помощь в рамках программы ОМС.

– Известно, что чаще всего жители области умирают от сердечно-сосудистых заболеваний. Не стало ли этих болезней меньше за последние годы?

– За три года смертность от инсультов и инфарктов снизилась почти на 45%. Только за полгода по сравнению с прошлым годом сохранили более 4 тысяч жизней. У нас работают 22 сосудистых центра и отделения. Их открывали в разных муниципалитетах так, чтобы из любого населенного пункта области тяжелого больного можно было доставить в них в течение часа. Если же пациент крайне тяжелый, его везут в ближайшую реанимацию, где стабилизируют состояние, а уже оттуда – в сосудистый центр.

Полный текст интервью опубликован в Российской газете – Столичном выпуске №7356 (190).

НОГИНСК-МОСКВА: ИСЦЕЛЯЮЩИМ МАРШРУТОМ

Недавно в Ногинске высадился своеобразный «десант медиков».

В Ногинском отделении соцзащиты населения побывала бригада врачей из Российского национального исследовательского медицинского университета им. Н.И. Пирогова, точнее – его подразделения: Российского геронтологического научно-клинического центра.

Консультационный осмотр пришедших на прием пенсионеров вели ортопед Д.А. Абрамов, уролог кандидат медицинских



наук Н.В. Хачатурова, кардиолог-терапевт А.Ю. Щедрина, кардиолог-геронтолог Г.С. Ложенко и невролог Н.А. Орышич. Все – опытные врачи (к примеру, Наталья Викторовна трудится по специальности без малого двадцать лет).

По итогам осмотра около пятидесяти человек получили приглашение прибыть в центр, чтобы пройти детальное обследование и лечение в стационаре.

Автобус для поездки в Москву нам предоставила соцзащита. И вот, группа за группой, ногинчане отправились в клинику.

Приняли нас очень приветливо, оперативно распределили по отделениям, сразу же тщательно обследовали и приступили к лечению. Кроме нас тут были, разумеется, и пожилые люди из других городов области.

Хорошо, что из Ногинского отделения СПП в каждом заезде было по несколько человек: мы общались между собой, делились новостями и, если требовалось, помогали друг другу.

Нас покорило внимательное, душевное отношение медперсонала и других работников в отделениях.

В палатах царил чистота, территория

около корпусов центра – ухожена, на тенистых аллеях – скамейки, зелень и цветы. При желании и по возможности здесь можно было спокойно погулять, полюбоваться природой.



Все приехавшие в центр получили соответствующее лечение. Следует отметить, что некоторые процедуры оказались платными. Например, рентген суставов, УЗИ женских органов, некоторые анализы. Но в основном все процедуры были бесплатные.

Очень огорчило одну из ногинчанок то, что для операции по замене суставов не оказалось квоты. Но женщина верит, что квота появится, и тогда она снова вернется в центр.

А нам хочется выразить огромную благодарность за теплый прием со стороны медицинских работников и обслуживающего персонала.

Уезжали мы из центра с массой напутствий и рекомендаций. Теперь реабилитационный период мы будем проходить под наблюдением уже своих городских врачей.

Все наши женщины очень довольны, что попали в руки специалистов этого медучреждения. А в центр уже отправилась следующая группа.

Галина РЯЗАНОВА,
член Ногинского отделения
Союза пенсионеров Подмоскowie.

На снимках: на консультационном осмотре в Ногинске; прогулки в свободное время на территории центра.

Фото автора.

МЕЛАНОМЕ - СТОП!

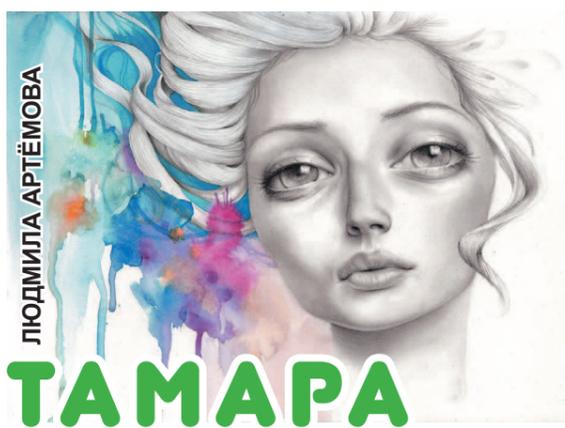
Каждый россиянин, независимо от места жительства и возраста, может бесплатно пройти диагностику рака кожи. Акцию проводит НИИ онкологии имени Герцена.

При этом акция не имеет временных ограничений. В любой рабочий день с 9 утра и до 17 часов 25 специалистов центра готовы бесплатно принять всех желающих, сообщил СМИ доктор медицинских наук Сергей Иванов – заместитель гендиректора Национального медицинского исследовательского центра радиологии. Его подразделением является НИИ онкологии имени Герцена.

Надо прийти, имея при себе паспорт и полис ОМС, в поликлинику НИИ онкологии имени Герцена по адресу: Москва, улица Погодинская, дом 6, строение один.



МЫ - ТАЛАНТЫ!



ЛЮДМИЛА АРТИМОВА
ТАМАРА
ИЗ ПОВЕСТИ
«ДОРОГАМИ ВСТРЕЧ И РАССТАВАНИЙ»

-Всё, – Игорь Анатольевич угрюмо развёл руками. – Проект закрыт. Учредители заключили, что команда бесспорно талантлива, да без векторного чутья нечего было и соваться. Зритель в наши передачи не заходит. Поскакали по верхушкам – публики тютю. В расчёте на реванш нам дали полгода. Да не орите «Ур-р-ра». Орали уже. Как на заре деятельности в деле – я, Григорий и вас шестеро. Да, мало. Зато любой из нас и журналист, и корреспондент, и режиссёр, и оператор, и даже диктор. Значит, что? Пра-авильно – мы лучшие! Потому – один за всех и все за одного. Волка кормят ноги, смекалка и нюх. Как в армии: прогнуться так, чтобы спина трещала.

Он окинул взглядом свой маленький коллектив и, на мгновение задержав его на губах Екатерины, переметнулся на заметки на столе.

После четырёх часов ора, споров почти до потери пульса приблизительно разобрались по темам и объёмам командировок каждого.

– Повторяю: летучки как на производствах, советы друг другу могут стать незаменимыми. Скайпы у всех заточены на строго определённое время. По сто граммов коньяку и... ни пуха!

– К чёрту!
– Будем!

Тамара Марковна свесила голову над столом с ноутбуком. Кто два года назад мог предполагать подобный финиш?! Всё было здорово. Теперь – баба-ягодка за сорок. Думала, работа навсегда: как бы не так – начинай сначала. А может, утрясётся и канал птицей Феникс восстанет из руин?

Разобрала диван. Машинально застилая постель, продолжала осмысливать проблемы. Внезапно, без каких-либо намёков, забыв все раздумья на задворки памяти, навалилась прямо волчья тоска: заскучала по дочери. Далеко Сонечка. Каждый день не поговоришь, каждый месяц не съездишь. Проблемы с визами и т.д. Да та к ней и не очень-то, была ближе к бабушке с дедом. Практически с ними и выросла. А всё вечные командировки, работа сутками. И старых и малых нужно было кормить, одевать, лечить, учить, за всё платить, а работник – она, в единственном лице. Алиментов – кот наплакал. «Русская», с чёрт знает сколькими корнями, в общем: российская баба – орловская тягачиха. Страх потери работы, превзойдя все ожидания, уже три дня заставлял дёргаться уголок рта.

За сорок... Н-да-а, хоть ещё и ягодка, однако, замшелая. Как говорится, на майке замануха: «Маде ин Париж», а на лице категорическое опровержение: «Спам! Разуй глаза!». Дочь выросла. Незабвенных родителей похоронила. Роман со второй семьёй обитает где-то далеко. Лет десять уже живут, наверное. Может, и дети есть. Да, собственно, ей всё равно. Не интересно. Обида давно прошла, и «вечная любовь» растеряла свою актуальность.

Хоть бы Юрка сегодня не приходил. Нет настроения. Да и зачем? Столько лет без изменений – уже пошлость. Надоело. В конце концов, у него есть своя квартира. Нужно предупредить, что едет надолго в командировку. Когда приедет – позвонит. Да, наверное, забрать свои ключи без объяснений. Мол, ничего особенного, вдруг эти потеряются. Залезла под одеяло. Завтра в ночь самолёт. Никогда не была на Байкале. Сейчас, летом, говорят, красота неописуемая. Комаров кусочих наверняка тьма.

Вспомнила поездку в Туркмению. Летит, гад, гудит, как кукурузник: слышно за три метра. Ниже, ниже. Чувствуешь, как жирно наваливается на намеренный плацдарм кожи, покачался и... вонзается, зараза. Каждый по сантиметру. Подпрыгиваешь – не то слово... Нет, ну если бы один, можно было бы успеть и прихлопнуть, а когда десятки? Вспомнила анекдот про комаров: «Прилетел жрать – жри молча!».

Передёрнула плечами, хохотнула. Шаги в прихожей. Притащился-таки. Не забыть ключи забрать или вообще незаметно вытащить. Сказать потом, что, видно, из кармана выпали нечаянно. Да, именно так: и себе нервы не трепать, и ему безболезненно. Пусть думает, что хочет.

– Том, не пугайся, это я.

«По аэродрому, по аэродрому лайнер набирает высоту...» – красивая, всегда грустная песня ненавязчиво льётся по салону. От ностальгии млеет сердце. До Сони дозвонилась. Ключи у Юрия забрала. Как бы, всё нормально. Настроением и не пахнет, видать, элементарная депрессия: работа схлопнулась – жизнь остановилась. Странно, вокруг суета-сует, миллион народу, казалось бы, и любовник есть. Или был? Опять же, движения в профессии какие-никакие. А, ч-ч-чёрт, причём тут «какие-никакие». Необходима полноценная профессиональная деятельность с получением кайфа от неё. Прикрыли – и будто коромысло жизни переломилось: воду на мельницу нечем носить. Но, как ни крутись, ясно одно: вечный перпетуум-мобиле – Софья! Исток и финиш. Всё затчивается и заканчивается на ней. Хоть бы скорее у неё что-то народилось. Радости бы-ы-ы! Хоть телёнок, да свой. Родное сердечко. Рассмеялась. Как в чувашском анекдоте: «мать отин, отец – вся теревня ходил». Нет-нет, это юмор, конечно, – у неё муж.

Семь часов лёту. Из Иркутска поездом около двух с половиной часов до станции Слюдянка. От неё автобусом около тридцати минут до Байкальска. Основная цель командировки – остановка деятельности проблемного ОАО «Байкальский Целлюлозно-бумажный комбинат», т.е., БЦБК. Предварительный вывод один – искать выход! Перепрофилирование? С максимальным эффектом при минимуме затрат технологические наработки либо по сверхпортативности, либо по стопроцентной утилизации отходов деятельности предприятия?

Со сроками исполнения запланировано ещё десятка два различных засушных тем в зависимости от их злободневности, лишь бы сложилось «чёрное с белым, белое с чёрным». Есть темы и культурных наследий, и уклада жизни народов аборигенов, есть место и для парочки непредвиденных, так сказать, экспромтных тем. Эти-то, наверняка, и станут – самый смак.

Между прочим, в пассажирах автобуса, коренных жителях градообразующего предприятия, как бы, не замечалось напряжения по вышеуказанному поводу.

Мысленно расставляя задачи в предполагаемый порядок по очерёдности, заодно размышляла о величайшем предназначении природы на земле. Вот случись, что земля – корявый голый ком без присутствия на своём теле вздыбленных горных хребтов, изумительных покрывал растительности и водяных впадин, фауны. Невозможно? То-то же! А в этих широтах Творец разверну-у-улся, отвё-ё-ёл душу. Сплошные красоты. Вокруг от уникальности неповторяющегося друг в друге многоцветия панно – мурашки по коже.

Декорированные восхитительными растениями степи, луга, даже болота. Будто волшебные художники надрывались день и ночь. Травы-ы-ы... сплошь целебные: тимьян, чабрец, богородская. Орхидеи... Господи, чего только Ты здесь не натворил! Сказочное тридцатое царство! Окаймляющие серебряную гладь озёр – горы, опушённые пирамидальными голубыми елями, соснами, кустарниками, величественными кедром. Слово спины летящих куда-то неведомых фантастических рыб с разноструктурной цветной чешуёй. Душистые тополя-зонтики. И, наконец, изумруд вселенского значения, слеза Творца – ОЗЕРО БАЙКАЛ. Такое чувство посещало её лишь однажды в жизни, когда лет двадцать пять назад она стояла на берегу озера Рица в Абхазии. А фауна!!!

Сейчас, для сопоставления, воображение вбрасывало в мозг картинку за картинкой. Скажем: противопоставление сиюминутно окружающей её неземной грандиозности и величия местной флоры и блекнущая по сравнению с ней до уровня плитуса ненавязчивость привычной Среднерусской полосы. Милой сердцу, конечно. Любимой. Получается: за неимением гербовой... обожаем – что имеем, что ли, или как? Однако, небеспричинно подозревала она, увиденное здесь буйство великолепий, наверняка, ворвавшись в подсознание, изначально утомит, ухарски треснув убохом восторга по башке, надорвёт душу тяжестью царской короны, а потом к ней привыкнешь. Перестанешь испытывать груз её монументальности и осияет тебя простая обывательская истина, что по настоящему-то ты продолжаешь любить свою – привычную, родную, неброскую. Мол, ну съездил, посмотрел, побалдел и чеши домой, там всегда лучше. На крайняк, за умиротворением смотайся в Суздаль, поброди по зелени взгорка с возведёнными на них церквушками, подыши воздухом: странным, одурманном, невероятно благодатным, пахучим. Полегчает. Вроде исповедовался.

Приглядываясь к людям, она внутренне восхищалась их неторопливости, взвешенному отношению ко всему, с чем соприкасаются, обстоятельства и добросердечности общения. Деньгами явно не избалованы. Если говорят, что деньги портят людей, то, в основном, народ у нас, однако – замечательней не бывает.

Вдруг видно подпитый пассажир с заднего сиденья без лживого стеснения затянул сочным голосом:

Славное море – священный Байкал,
Славный корабль – омулёвая бочка.
Эй, баргузин, пошевеливай ва-а-ал,
Молодцу плыть недалё-ё-ёчко.

Тамара такой песни не слышала и с интересом обернулась на голос, намереваясь заснять момент. Но не случилось, потому как на певца шикнули рядом сидящие бабушки, и он, рассмеявшись, смолк, нарочито прикрыв рот ладонью.

И снова – восторг. О-о-ох, как прав был Чехов, когда писал, что вглядываться в нежно бирюзовые воды Байкала равносильно тому, что смотреть в небо на облака сквозь воздух. Прозрачность бриллианта! Сияющей атласной лентой переливаются лёгкие, как лебяжий пух, гребешки волн. Поблагодарила неутомимого очистителя байкальских вод микроскопического рачка эпишуру и его собратьев, которые, потребляя органику, пропускают её через свой организм. Вот уж кому, как Ангелам-хранителям, следует у Байкала памятник из золота воздвигнуть.

– Кстати, про омулёвую бочку. Слышь-ка, рыбак, не дай соврать, – сосед по сиденью легонько ткнул пальцем в плечо впереди сидящего мужчину с тремя крупными рыбинами в больших прозрачных пакетах.

– Омуль-то вовсе измельчал. Ловить замаешься. Раньше по шести килограммов в штуке. И только сядешь, а он прёт и прёт. Уж кучу его рядом навалешь, а ему ни конца, ни края...

Тамара Марковна напрягла внимание, предполагая, что такой вопрос обязательно приведёт к всеколлективному обсуждению причин провала и рыбалок, и деятельности самого бумажного комбината. Однако речь закрутилась в одном направлении: методов и средств ловли.

Тот продолжал:

– Ну, вспомни. Рыбалка водилась – 3-3-верь! Бывало, с «косыночкой» да на лёд. А и хрен с ним, что по закону возбраняется. Запрещено и с бабой чужой спать, и что? Ты вот спишь? Не-е-ет?! А чо ты такой скучный? Я вот сплю. Нормально: не лучше, не хуже.

– Ты, Андрюх, добалаболлиси, обскажу я Светлане твои страсти. Попрыгаешь, как заяц во хмелю.

– Ойя-я-я, бабанька-а-а, – вытянувший шею в конец «Хайгера» сосед слегка посинел лицом, – не приметил я тебя, ты как здесь оказалась? Это ж я шуток-вал, сама понимаешь. Да разве я Светку на кого поменяю.

– Конечно, не поменяшь. Без головы-то хочется ли оставаться? Ванёк тебе шею враз скрутит за мать.

Продолжение следует.

МЫ - ПОМНИМ!

ЦАРСКИЙ СЛЕД В ОРЕХОВО-ЗУЕВЕ

Министерство культуры Московской области включилось в работу по формированию нового межрегионального туристического проекта «Императорский маршрут». Он приурочен к 100-летию мученической гибели царской семьи и призван объединить места памяти династии Романовых. В маршрут войдут Москва и Санкт-Петербург, Пермский край, Московская, Свердловская и Тюменская области.

КОМЕНДАНТ АЛЕКСАНДРОВСКОГО ДВОРЦА

Думаю, что в данный маршрут могло бы войти и Орехово-Зуево. Такое предложение я передал Министерству культуры нашей области и несколько дней назад получил ответ: моя информация, на основании которой это может быть сделано, отправлена в Тюмень – именно этот город выступает куратором формирующегося маршрута, и окончательное решение будет принято уже там. А связал я тему последнего Государя с нашим городом историей Кобылинских, приближённых к царской семье и проживавших в 30-е годы в Орехово-Зуево в районе Карболита. Учительницу К. М. Кобылинскую расстреляли в 1937 г. Судьба её сына Иннокентия долгое время оставалась неизвестной.

Начать подготовку маршрута на местном уровне надо с памятного знака, где стоял дом Кобылинских (ул. Дзержинского, 45, недалеко от здания Дома культуры). Можно попросить местных священнослужителей поучаствовать в этом мемориальном действе. Затем организовать выставку фотографий по теме (а их немало сохранилось) и т.п. Далее необхо-



Е.С. Кобылинский – крайний справа.

димо провести краеведческую конференцию по теме в рамках Года «Столетия Орехово-Зуева» и «Столетия революции» и др.

Евгений Степанович Кобылинский – участник Первой мировой войны. С 1 марта 1917 года он – комендант Александровского дворца и начальник охраны Царя Николая II. Сопровождал его в поездке в Тобольск. После отъезда царя в Екатеринбург, спустя какое-то время, оказался в армии Колчака, год воевал против красных. В конце 1919 г. попал в ЧК, был отпущен, но вскоре снова арестован и почти год провел в лагерях, после чего был выпущен и... служил в Красной Армии – да, вот такое сумбурное было тогда время... После демобилизации в 1921 г. направлен на жительство в Рыбинск, служил в мест-

ном статистическом бюро. Спустя несколько лет Евгения Степановича сняли с учета в ГПУ. Жизнь вроде бы налаживается, но... В это время власти начинают разыскивать царские ценности. Бывшая камеристка царской семьи Паулина Межанц на допросе в Тобольске показывает, что драгоценности бывшего Государя могут быть у Кобылинского. Из Тобольска в Рыбинское ГПУ приходит запрос, к которому приложены выписки из книги учителя царской семьи Жильяра, где он пишет, что Кобылинский был «лучшим другом» опального императора. ГПУ предполагает, что он может знать место сокрытия царских драгоценностей.

Интерес к полковнику не был случайным. Нынешние потомки Кобылинских не исключают, что их предки состояли в родстве с Романовыми. Известно, что царица Александра Фёдоровна лично ухаживала за раненым Евгением Кобылинским. У Николая Второго тоже была к нему большая привязанность. Кроме того, полковник был хранителем семейных тайн царя.

Рыбинское ГПУ тут же инспирирует «монархический заговор» и «обнаруживает» связь Кобылинского с югославскими белогвардейцами. Следствие длится недолго: осенью 1927 г. Кобылинский вместе с восемью «заговорщиками» приговаривается к расстрелу. В спешке чекисты даже не удосужились расследовать главный вопрос, так интересовавший их уральских и сибирских коллег – вопрос о царских ценностях...

ЦАРСКОЕ ЗОЛОТО

Снова эта тема всплыла через семь лет, и тогда сотрудники Орехово-Зуевского НКВД отыскали вдову начальника Кобылинского. К тому времени она вместе с сыном перебралась сюда, спасаясь от внимания «органов», увы, тщетно.

Клавдия Михайловна Кобылинская (Битнер) тихо жила с 14-летним сыном Иннокентием, была преподавателем иностранных языков на рабфаке, подрабатывала частными уроками. Ее арестовали 10 сентября 1934 г.

Будучи допрошенной, Клавдия сообщила, что видела в руках мужа ларец, «источающий блеск» драгоценностей, которые тот передал на хранение тобольскому купцу К. И. Печекосу. Кроме того, рассказала, что царевич передавал ей коробочку с серебряными рублями, прося закопать их поглубже, а то «монетки редкие»...

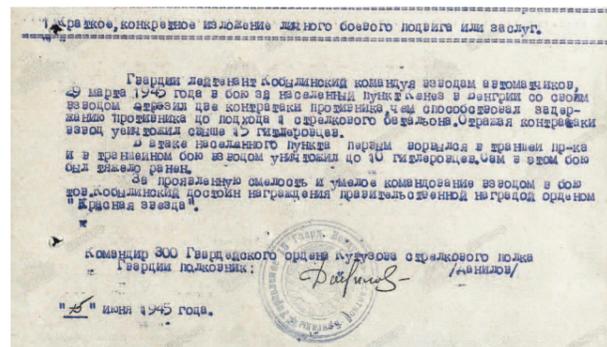
Через несколько дней Кобылинскую отпустили, но скоро арестовали вновь. Требовали новые и новые признания о сокрытии царских ценностей. Судя по материалам дела, ее допрашивали 27 раз. Поначалу свои пояснения она писала ровным твёрдым почерком. Но день за днём буквы превращались в дрожящие закорючки – с методами дознания следователи не церемонились...

Финал этой истории был предсказуем. Тройкой УНКВД по Московской области К. М. Кобылинская была осуждена за контрреволюционную деятельность и антисоветскую агитацию и приговорена к высшей мере наказания – расстрелу. 27 сентября 1937 года приговор привели в исполнение.

16 марта 1956 года Постановлением Военной Коллегии Верховного Суда СССР К. М. Кобылинскую реабилитировали. Судьба её сына Иннокентия долгое время оставалась неизвестной.

НИТОЧКА НЕ ПРЕВАЛАСЬ

Занимаясь этой историей, я методично «прочесывал» архивы в поисках сведений об Иннокентии. И вот совсем недавно мне повезло. Оказалось, что судьба паренька сложилась не так трагично, как у его родителей. В архиве Министерства Обороны я нашел документы, согласно которым Иннокентий Кобылинский в сентябре 1939 г., т.е. ровно через два года после гибели мамы, был призван в Красную Армию. Мы знаем, что отношение к детям «врагов народа» было суровым. Тем не менее, во время службы воину приняли в члены ВЛКСМ, а позже он получил воинское звание – гвардии лейтенант.



Фрагмент наградного листа И.Е. Кобылинского.

В годы Великой Отечественной Иннокентий воевал в составе 300 гвардейского стрелкового полка 99 гвардейской ордена Кузова стрелковой Свирской дивизии. Был командиром взвода автоматчиков. Храбро сражался с фашистами во время освобождения Украины, под Сталинградом, на Западном и Карельском фронтах.

За воинские подвиги И. Кобылинского наградили медалью «За отвагу» (8 августа 1944 г.) и орденом Красной Звезды (30 июня 1945 г.).

Как следует из документов, в конце 1944 г. И. Кобылинский был уже кандидатом в члены ВКП(б).

За годы войны он трижды ранен (причем дважды – тяжело). Третье ранение получил в марте 1945 г., в бою за венгерский Кенез, неподалеку от нынешней границы с Австрией (за этот бой он и награжден орденом Красной Звезды).

Судя по всему, победу лейтенант встречал в госпитале. Выходит, если Иннокентий Кобылинский не умер после войны от ранений, то он мог после 1945 г. ещё сделать военную карьеру. Вернулся ли он после Победы в Орехово-Зуево? Это пока неизвестно...

Евгений ГОЛОДНОВ,
краевед.
г. Орехово-Зуево.



 ПЕНСИОННЫЙ ФОНД ИНФОРМИРУЕТ

“НЕСТРАХОВОЙ ПЕРИОД”: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Начальник Главного управления Пенсионного фонда № 9 по г. Москве и Московской области Людмила Степановна ТАРАСОВА отвечает на часто задаваемый вопрос о доплате к пенсии за детей, рожденных до 1991 г., поступающий на «горячую линию» Главного управления Пенсионного фонда, обслуживающего жителей СЗАО г. Москвы и Красногорского района.

– Людмила Степановна, объясните, у кого есть право на перерасчет страховой пенсии с учетом имеющихся «нестраховых» периодов?

– Право обратиться с заявлением на перерасчет страховой пенсии с учетом имеющихся так называемых «нестраховых» периодов есть у пенсионеров с преимущественно «советским» стажем. До 2015 года эти периоды при назначении пенсии в соответствии с законодательством учитывались через оценку пенсионных прав или исходя из стоимости страхового года, либо при совпадении их с работой – как страховые периоды.

Сейчас в ряде случаев «нестраховые» периоды, например, по уходу за детьми, дают таким пенсионерам больше пенсионных баллов, чем их учет в качестве периодов работы.

Если пенсия была назначена **позже 2015 г., то в ее перерасчете нет необходимости.**

– В интернете появилась информация о том, что пенсионерам, у которых есть дети, ПФР добавляет к пенсии несколько тысяч рублей. Так ли это?

– Не совсем так. Периоды, когда женщина находилась в отпуске по уходу за ребенком, сейчас относятся к так называемым «нестраховым» периодам, за них начисляются пенсионные баллы. Так, за полтора года ухода за первым ребенком начисляют 2,7 балла, за вторым ребенком – 5,4 балла, за третьим и четвертым – по 8,1 балла (стоимость одного балла в данный момент – 78,58 рубля). Но такие суммы могут быть начислены, если в период ухода за ребенком родитель не осуществлял трудовую деятельность. Если же он работал, то, возможно, выгоднее пересчитать размер страховой пенсии – то есть заменить эти периоды работы на период ухода за ребен-

ком. Такой перерасчет обычно выгоден лишь мамам двоих и более детей, тем, у кого была небольшая зарплата или маленький трудовой стаж.

Надо отметить, что для москвичей, которые получают «городскую доплату», порой невыгодно учитывать эти периоды, т.к. это может привести к уменьшению или отмене. Перерасчет может быть невыгоден для получательниц досрочных пенсий, когда замена периодов работы может привести к уменьшению продолжительности специального стажа и утрате права на досрочную пенсию. Данный перерасчет носит индивидуальный характер и не предполагает гарантированную прибавку к пенсии, обусловленную наличием детей у пенсионера.

– Каковы максимально возможные суммы увеличения размера пенсии с учетом «нестраховых» периодов?

– В соответствии с пенсионным законодательством **стоимость одного пенсионного БАЛЛА с 1 апреля 2017 года установлена в размере 78,58 руб.**

УХОД ЗА ПЕРВЫМ РЕБЕНКОМ. За один год ухода 1,8 балла = 141,44 руб. За полтора года ухода 1,8 + 0,9 = 2,7 балла = 212,17 руб.

УХОД ЗА ВТОРЫМ РЕБЕНКОМ. За один год ухода 3,6 балла = 282,89 руб. За полтора года ухода 3,6 + 1,8 = 5,4 балла = 424,33 руб.

УХОД ЗА ТРЕТЬИМ ИЛИ ЧЕТВЕРТЫМ РЕБЕНКОМ. За один год ухода 5,4 балла = 424,33 руб. За полтора года ухода 5,4 + 2,7 = 8,1 балла = 636,5 руб.

Такие суммы увеличения размера пенсии будут начислены в том случае, если в период ухода за ребенком до 1,5 лет родитель **не осуществлял трудовую деятельность.**

Если родитель **не находился в отпуске по уходу за ребенком** до 1,5 лет и работал, то можно пересчитать размер страховой пенсии и **заменить эти периоды работы на период ухода за ребенком/детьми.** При этом, если размер пенсии при замене трудового периода на «нестраховой» станет меньше, то перерасчет производиться не будет.

В случае замены периода работы на период ухода за ребенком/детьми фактическая сумма увеличения пенсии может быть меньше указанной, так как этот период работы исключает-

ся из стажа, и, соответственно, размер пенсии уменьшается.

При этом уменьшение размера пенсии за счет исключения периодов работы может превысить сумму прибавки за периоды ухода за детьми, и, соответственно, **такой перерасчет будет невыгоден пенсионеру.**

– Есть ли необходимость в документальном подтверждении «нестраховых» периодов?

– Да, в силу положений п. 29 Правил подсчета и подтверждения страхового стажа для установления страховых пенсий, утвержденных постановлением Правительства РФ от 02.10.2014 № 1015, рождение ребенка подтверждается:

свидетельством о рождении, свидетельством об установлении отцовства,

справками о рождении, об установлении отцовства, выданными органами записи актов гражданского состояния,

документами (сведениями) органа записи актов гражданского состояния, полученными по запросу территориального органа ПФР, в рамках межведомственного взаимодействия.

При этом дата окончания периода ухода за ребенком (с учетом достижения ребенком возраста полутора лет) подтверждается:

свидетельством о рождении ребенка, содержащим отметку о выдаче паспорта,

паспортом ребенка, документом о вступлении ребенка в брак (свидетельствами о браке, о расторжении брака, выданными органами записи актов гражданского состояния),

свидетельством о смерти, справками жилищных органов о совместном проживании до достижения ребенком возраста полутора лет,

документами работодателя о предоставлении отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста полутора лет.

При наличии в распоряжении территориального органа ПФР сведений, необходимых для установления пенсии, представление гражданином документов, подтверждающих такие сведения, не требуется.

Лариса МАЙСАК, ответственный по работе со СМИ отдела по работе с обращениями граждан, застрахованных лиц, организаций и страхователей ГУ-ГУ ПФР №9 по г. Москве и Московской обл.



ОБМАН ПО ИНТЕРНЕТУ

В последнее время в сети интернет неуставленными лицами распространяются заведомо ложные сведения о возможности получения надбавки к пенсии супругам за долгое время нахождения в браке и за детей, имеющих высшее образование. Более того, одному из супругов, получающему более высокий размер пенсии, предлагается подать заявление в Пенсионный фонд о предоставлении единовременной выплаты за своего супруга (свою супругу), получающего меньший размер пенсии, в качестве иждивенца. Результатом распространения ложной информации стали звонки и личные обращения граждан в клиентские службы Пенсионного фонда.

В связи с этим Пенсионный фонд заявляет: данная информация не соответствует действительности, подобные выплаты не предусмотрены действующим социальным и пенсионным законодательством.

Пенсионный фонд России также обращается к пенсионерам с просьбой проверять информацию о пенсиях, размещенную в сети интернет. Для этого лучше всего знакомиться с информацией на официальном сайте Пенсионного фонда или позвонить в call-центр ПФР по бесплатному телефону 8 800 302-2-302.

www.pfrf.ru



ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПОЖИЛЫХ

ДОМ, ГДЕ НЕТ ОДИНОЧЕСТВА

Старость и одиночество для многих пожилых людей становятся практически тождественными понятиями. Молодому поколению, вовлеченному в поток дел и забот, зачастую бывает не до престарелых родственников, прозябающих без должной заботы в своих квартирах. К тому же преклонный возраст, как известно, обычно сопровождается наличием проблем со здоровьем, которые еще больше усугубляют положение дел. Порой получается так, что абсолютно никого нет рядом, когда человеку нужно напомнить вовремя принять необходимое лекарство или измерить артериальное давление.

Однако решить проблему можно, обратившись в специализированный частный пансионат. Таким вариантом может стать один из пансионатов сети Группы компаний «Сердца поколений», расположенных в Подмоскowie в Малаховке и Шатуре.

ПОЧЕМУ НЕ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ?

КТО БЫЛ в отечественных государственных лечебных учреждениях, наверняка знает, что очень часто отношение к пациентам там шаблонное. Люди нередко встречают безразличное отношение и невнимательность со стороны медперсонала. Одним из основных плюсов государственных домов престарелых является бесплатное обслуживание. Однако качество подобных услуг в них зачастую сильно «хромает».

Частные социальные учреждения не бесплатны, но там к каждому человеку стараются найти индивидуальную заботу и подарить максимум заботы и внимания. Положительным примером такого заботливого и сердечного ухода за пожилыми людьми являются пансионаты в Шатуре и Малаховке, сотрудниками которых предпринимается максимум усилий для того, чтобы каждый пациент получил: **профессиональную медицинскую помощь; комфортные условия для жизни; яркие и положительные эмоции при проведении досуга и общении.**

МАКСИМУМ КОМФОРТА И УЮТА

ОБА ПАНСИОНАТА находятся в поражающем своей красотой хвойном лесу. Тишина и чистый воздух отлично помогут забыть о житейских невзгодах и подарят исключительно положительный душевный настрой.

Здания пансионатов полностью обустроены для нахождения там людей пожилого возраста. Здесь успешно реализована программа, предусматривающая создание безбарьерной среды. Для удобства передвижения людей с ограниченными возможностями здание оснащено: **пандусами на порогах и лестницах; широкими дверными проемами (это позволяет без труда перемещаться по зданию людям на инвалидных колясках); специальными поручнями в ванных комнатах и туалетах для удобного осуществления гигиенических процедур.**

Большинство сотрудников пансионатов обладают солидным стажем работы и в обязательном порядке проходят дополнительное обучение.

Без преувеличения можно отметить, что за достаточно небольшие деньги,

проживающие получают здесь обслуживание европейского уровня, включающее: **круглосуточный уход медперсонала; возможность выбрать между одно-, двух- или трехместным размещением (светлые и уютные комнаты обустроены в близкой домашней атмосфере); полную безопасность (здание оснащено противопожарной сигнализацией и автономной системой пожаротушения, на территории пансионата ведется постоянное видеонаблюдение); 6-разовый режим питания.**

У проживающих есть возможность воспользоваться специальным оборудованием и средствами ухода, в частности: противопролежневыми матра-

сом хвойного леса. Просторная территория также идеально подойдет для любителей скандинавской ходьбы.

НЕ ТОЛЬКО ОТДОХНУТЬ, НО И ПОПРАВИТЬ ЗДОРОВЬЕ

ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ все пожилые люди проходят медосмотр. Врачи высокой квалификации смогут разработать для каждого индивидуальную программу проживания и при необходимости назначить прием необходимых препаратов.

Персонал проследит, чтобы постоялец вовремя принял прописанное лекарство, измерят температуру, давление или уровень глюкозы, при надобно-

сти, инвалидными креслами, ходунками, подъемником, а в Малаховке предусмотрены и лифт.

ЗДЕСЬ НЕ БУДЕТ ОДИНОКО

РАБОТНИКАМИ пансионатов прилагается максимум усилий, чтобы находящиеся здесь люди забыли про состояние одиночества. Питаются постояльцы в общей столовой, имеются специально обустроенные общие залы, где проживающие могут собраться для неспешной беседы, вместе посмотреть телевизор или поиграть в различные настольные игры.

В пансионатах регулярно устраиваются всевозможные развлекательные мероприятия. Пожилые постояльцы могут отметить свой юбилей или день рождения, позвать гостей на праздничное чаепитие и даже пикник. В пансионаты приезжают волонтеры и устраивают музыкальные мероприятия, а также есть штатный аниматор.

Каждый пансионат имеет большую по размерам прилегающую территорию. Здесь можно не спеша прогуляться по живописным дорожкам и вдоволь насытиться удивительно чистым возду-

шом хвойного леса. Просторная территория также идеально подойдет для любителей скандинавской ходьбы.

Благодаря грамотному лечению и чуткой заботе медицинского персонала и сиделок многие из проживающих здесь отмечают значительное улучшение своего самочувствия. Известны случаи, когда к пациентам возвращались навыки самообслуживания, самостоятельного передвижения да и просто смысл жизни.

ОСОБЫЙ РАЦИОН ПИТАНИЯ

СТОИТ ОТДЕЛЬНО сказать о меню, которое разрабатывалось с участием диетолога и предназначено именно для людей в преклонном возрасте. Энергетическая ценность рациона равна 2000 килокалорий в сутки. Благодаря 6-разовому режиму приема пищи, возбудимость пищевого центра значительно понижается, а следовательно, и уменьшается аппетит. Это очень важно для пациентов, страдающих от старческой деменции и болезни Альцгеймера.

За счет применения щадящих способов тепловой обработки во время приготовления еды, в ней удается сохранить максимально большое количество витаминов и микроэлементов. К

тому же такая пища гораздо легче усваивается, что тоже немаловажно для организма престарелого человека. Ежедневно в рацион питания в обязательном порядке включаются различные кисломолочные продукты, благотворно влияющие на усвоение организмом белков.

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ПРОЖИВАНИЕ

ОДНА из дополнительных услуг подойдет тем людям, которым, наоборот, хочется отдохнуть от излишнего общения. Человек будет проживать в одноместном номере со всеми удобствами. При необходимости с собой можно взять любимые личные вещи и фотографии. Сотрудники пансионатов постараются максимально точно воссоздать интерьер квартиры человека, чтобы он ощущал себя здесь наиболее уютно и комфортно.

СКОЛЬКО ЭТО СТОИТ?

МНОГИЕ из читающих данную статью подумают, что услуги частного социального учреждения стоят огромных денег и они им не по карману, но будут неправы. Стоимость проживания начинается от 1150 руб. в сутки и зависит от целого ряда факторов. В том числе от того, **в каком физическом и психическом состоянии находится человек (может ли он самостоятельно принимать пищу, передвигаться и т. д.); сколь длительное время он будет находиться в пансионате; в какой комнате (одно-, двух-, трех- или четырехместной) он будет жить.**

Для получения информации о своей индивидуальной стоимости достаточно связаться с нами по бесплатному номеру 8-800-777-23-60. Также можно заказать обратный звонок при помощи специальной формы на сайте www.gk-sp.ru, и Вам перезвонят в самое короткое время и подробно ответят на любые интересующие вопросы.

Кстати, возможно Вам небезынтересно будет узнать, что с начала 2015 года, в связи с изменениями в законодательстве, лица, которые нуждаются в социальных услугах, могут обратиться за ними не только в государственные, но также и в частные организации. Правда, для этого социальное учреждение, в которое Вы планируете обратиться, должно числиться в Реестре поставщиков социальных услуг того региона, где Вы проживаете. С начала мая этого года ООО «Антарес», которое является собственником пансионатов в Шатуре и Малаховке, состоит в Реестре поставщиков социальных услуг Московской области и Москвы.

Поинтересоваться, имеете ли Вы возможность воспользоваться правом бесплатного размещения в социальном учреждении, можно у специалистов территориального отдела социальной защиты населения.



РАЗНОЕ



МАНИФЕСТ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ОТ НЕПОВТОРИМОГО ДЕЙЛА КАРНЕГИ

1. Именно сегодня я буду счастлив. Это значит, что я вслед за Авраамом Линкольном скажу себе: «Большинство из нас счастливы ровно настолько, насколько хотят быть счастливыми». Счастье исходит изнутри, внешние раздражители не имеют к нему никакого отношения.
2. Именно сегодня я буду считаться только с тем, что есть на самом деле, и не стану заставлять окружающий мир считаться с моими желаниями. Я буду принимать мою семью, мою работу и мою судьбу такими, какие они есть, и постараюсь соответствовать им.
3. Именно сегодня я позабочусь о своем организме. Я укреплю его физическими упражнениями, бережным отношением к своему телу, правильным питанием. Я прекращу обременять его вредными излишествами. Я хочу сделать его идеальной машиной для исполнения моих нужд.
4. Именно сегодня я постараюсь развить свой интеллект. Я постараюсь узнать что-нибудь ценное. Я заставлю свой мозг работать и прочитаю что-нибудь такое, что требует умственного напряжения и концентрации мысли.
5. Именно сегодня я займусь совершенствованием своей души. Для этого от меня потребуется три поступка. Я сделаю кому-нибудь приятное, но так, чтобы об этом никто не узнал. И я сделаю два дела, которые мне страшно не хочется делать, – просто ради тренировки воли, как говорил Уильям Джеймс.
6. Именно сегодня я постараюсь быть приятным во всех отношениях человеком. Я позабочусь о своем внешнем виде, постараюсь получше одеться, помягче говорить и повежливее вести себя с окружающими, быть щедрым на похвалы, удерживаться от критики и придирок к окружающим – и уж, конечно, от наставлений кого-либо на путь истинный.
7. Именно сегодня я постараюсь жить только одним днем, удерживаясь от навала на себя сразу всех своих проблем. За эти двенадцать часов я могу сделать несколько конкретных дел, самых важных на сегодня, которые, оставь я их на потом, мучили бы меня всю оставшуюся жизнь.
8. Именно сегодня я составлю себе расписание дня. Я напишу, что мне нужно будет делать в каждый определенный час. Может быть, мне и не удастся строго следовать этому расписанию, но, по крайней мере, оно избавит меня от двух злейших бед на свете – спешки и нерешительности.
9. Именно сегодня я выделю полчаса для отдыха и релаксации. Хорошо, если в эти спокойные полчаса я иногда буду думать о Боге – это придаст моей жизни ощущение перспективы.
10. Именно сегодня я прекращу бояться. Меньше всего я буду бояться быть счастливым, бояться наслаждаться всем прекрасным, что есть в этом мире; избегну бояться любить и верить в то, что меня тоже любят. Я буду думать и поступать, как счастливый человек – и я почувствую себя счастливым.

ПАРА СОВЕТОВ

«ЗАМОРОЖЕННЫЕ» КОЛГОТКИ

Существует один простой трюк, который поможет продлить срок службы женских капроновых колготок!

Купив новые колготки, намочите их немного и поместите в морозильную камеру. После полного замораживания достаньте, разморозьте и дайте подсохнуть.

Сделав так, вы укрепите волокна капроновых колготок, и они прослужат в несколько раз дольше, чем обычно.

ВСЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО!

Как узнать, пригодна ли батарейка?

Просто поднимите батарейку на несколько сантиметров над столом и дайте ей упасть. Если она отскакивает и падает, она непригодна.



УЛЫБНИТЕСЬ!

– Я не толстая, просто у меня кость широкая.
– Ага, и я не лысый, просто у меня кость гладкая.

– Как твой английский?
– Говорю со словарем.
– А с людьми не пробовал?

Будильник ненавидят в двух случаях: когда он звенит и когда он не прозвенел.

Каждый имеет полное право настаивать на своем. Лично я настаиваю на рябине.

Все-таки хорошо, когда в семье есть общие интересы... Он любит рыбалку, а она – когда он на рыбалке.

КРОССВОРД ДЛЯ ВАС

1	2	3	4	5	6
		7			
8					
		9			
10	11	12			
			13	14	15
16					
				18	
19					
				20	21
				22	
23	24	25	26		
			27		
28					
			29		
30					

По горизонтали:

1. Создатели знаменитой группы Бременских музыкантов.
7. «Жовто-блакитная» гражданка.
8. «Первая серия» зарплаты.
9. Питательный разносчик.
10. Одна из составляющих знаменитых формул К. Маркса.
14. Корабельный тыл.
17. Его в конверте погоди не рви.
18. В ней женщина носит косметику, а кенгуру – детеныша.
19. Самый страшный род войск, которым даже оружие в руки не дают.
20. «Эхо чревоугодия».
23. Палатка для продажной прессы.
27. Мокруха киллера.
28. «Кровь Христова» в емкостях по 0,7 л.
29. Повседневная работа педагога.
30. Стационарный студент.

По вертикали:

1. Какофония криков.
2. Штирлиц – в «перевод» с немецкого.
3. Всякая дрянь, которую время от времени приходится выносить из квартиры.
4. Инструмент превращения глупости правителей в страдания народов.
5. Он Ларису Ивановну хотел.
6. Как назвать скрягу, если не хочешь его обидеть?
11. Снятый картофельный мундир.
12. Берущий деньги с дам.
13. Командная игра с самыми запутанными правилами и самым оригинальным мячом.
14. Кубики для взрослых игр.
15. Герой самой печальной повести на свете.
16. Детский курорт и взрослый портвейн.
21. Средство, использовавшееся в средние века для сохранения догм.
22. «Крымский» псевдоним «Запорожца».
23. Шоколад на корню.
24. Автоманевр для уверенных.
25. Огнестрельный стартер.
26. Пол плюса.

- По вертикали: 1. Гримм. 2. Украина. 3. Аванс. 4. Офицант. 5. Таврия. 6. Ромео. 7. Милосердие. 8. Косметика. 9. Кенгуренок. 10. Кенгуру. 11. Картофель. 12. Картофель. 13. Картофель. 14. Картофель. 15. Картофель. 16. Картофель. 17. Картофель. 18. Картофель. 19. Картофель. 20. Картофель. 21. Картофель. 22. Картофель. 23. Картофель. 24. Картофель. 25. Картофель. 26. Картофель. 27. Картофель. 28. Картофель. 29. Картофель. 30. Картофель.

ГОТОВЬТЕ С ЛЮБОВЬЮ

КРЕМ-СУП ИЗ БРОККОЛИ

ИНГРЕДИЕНТЫ: сливочное масло – 4 ст. л., брокколи – 700 г, лук – 1 шт., морковь – 1 шт., мука – 3 ст. л., овощной бульон – 4 стакана, жирные сливки – 1/2 стакана, соль, перец по вкусу.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Разогреваем в сотейнике сливочное масло, обжариваем на среднем огне лук и морковь (7 мин.). В это же время в кастрюле отвариваем брокколи до полуготовности (7 мин.). Сливаем воду из брокколи, перекладываем к луку и моркови, добавляем соль, перец и муку. Обжариваем 1 минутку до тех пор, пока мука не зарумянится.

Переливаем в сотейник овощной бульон и варим брокколи до мягкости (около 7 мин.). Отправляем все ин-

гредиенты в блендер, измельчаем до однородной консистенции. Суп готов, можно подавать.

КРЕМ-СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ: оливковое масло – 2 ст. л., большая луковица – 1 шт., маленькие картофелины – 2 шт., цветная капуста – 650 г, жирные сливки – 1/3 стакана, овощной бульон 3-4 стакана, соль, перец по вкусу.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Разогреваем масло в сковороде, обжариваем на слабом огне лук до прозрачности (5-6 минут). Одновременно в кипящую подсоленную воду в кастрюлю отправляем вариться цветную капусту и картофель, порезанный небольшими кусочками (10 минут).

Перекладываем отварную капусту, картофель и приготовленный лук в блендер, добавляем овощной бульон, пюрируем овощи блендером. Бульон советуем подливать по чашке, дабы контролировать консистенцию супа. В конце подливаем сливки, еще раз пюриру-

ем, подогреваем на среднем огне и разливаем по тарелкам.

КРЕМ-СУП ИЗ КАРТОФЕЛЯ

ИНГРЕДИЕНТЫ: овощной бульон – 3 стакана, мелко нарезанный лук – 1 стакан, картофель – 2 стакана, сушеный укроп – щепотка, мука – 4 ст. л., сливочное масло – 4 ст. л., молоко – 2 стакана, соль, перец по вкусу.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

В сотейнике смешиваем бульон, лук, морковь, картофель и укроп. Доводим до кипения, уменьшаем огонь и варим 10-15 минут до мягкости картофеля. Смесь перекладываем в блендер и пюрируем на высокой скорости.

Разогреваем в глубокой сковороде масло, вмешиваем муку, соль и перец. Добавляем молоко в смесь и хорошо размешиваем. Готовим до тех пор, пока смесь не станет густой. Вмешиваем полученную смесь в пюрированный суп, при необходимости еще раз пропускаем в блендере.