ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ

Подмосковье

СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ ПОДМОСКОВЬЯ

18+

Март, 2018 год

№ 69

ДВА ОСОБЕННЫХ ДНЯ

Интересно, что по Юлианскому календарю Международный женский день пришелся на 23 февраля, а по Григорианскому он выпал на 8 марта. Так что буду недалека от истины, поздравив в этом номере и наших славных мужчин, и обаятельных женщин, которых в нашем Союзе пенсионеров Подмосковья десятки тысяч, и пока их подавляющее большинство. Это факт.

Да, День защитника Отечества и Международный женский день находятся в календаре совсем рядом. Поэтому, прежде всего, поздравлю наших отважных мужчин с тем праздником, которому в этом году исполнилось целых 100 лет! Счастья вам, здоровья и успехов!

День защитника Отечества охватывает не только военных людей. Он свой для всех, кто имеет отношение к защите страны или своей семьи. Это праздник доблести, мужества, чести и любви к Родине. В этот день мы чествуем мужчин всех профессий и возрастов. Но и среди прекрасной половины есть женщины, которые защищают соотечественников от различных опасностей и катаклизмов. Мне тоже довелось много лет служить в Железнодорожных войсках.

К женщинам и хочу обратиться сейчас. Сколько восторженных слов придумано для женщин: милые, застенчивые, добрые, целеустремленные, деловые, умные, загадочные, неповторимые, уникальные. Какой эпитет ни возьми, он окутывает теплом. И женщина в ответ хорошеет и расцветает на глазах. Дорогие, наши бесценные женщины! Пусть хорошие, душевные комплименты звучат для вас все привычней и привычней, а не только по праздникам. Пусть ваши глаза сияют от внутреннего доброго света!

Да, в году один день особенный. Он наш, он женский. Часто мы забываем о себе, прежде всего думаем о родных и близких. Мы самой природой назначены хранительницами семейного очага и потому у нас тьма обязанностей. Впрочем, мужчины не в последнюю очередь ценят нас за это. Но в трудах и заботах не забывайте о себе. Многие тысячи женщин мечтали бы о том, чтобы у них не было забот и волнений, а жизнь была бы «полной чашей». Но ведь для этого нужно обратить внимание на себя.

Простой вопрос – когда последний раз вы себе покупали крем для лица? А маску для лица, небось, в корзину выкинули? Понятное дело, ведь в инструкции написано: «нанести маску и лежать сорок минут». Да-а… Составитель инструкции был явно мужчиной. Потому как – где семейной женщине взять эти сорок минут?!

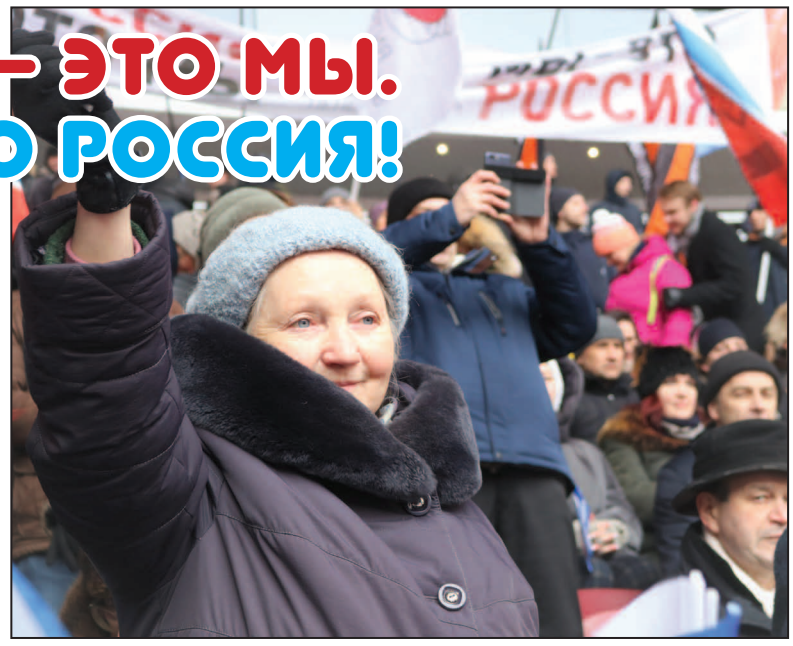
А припомните-ка, когда у вас была возможность ничего не делать, валяться на диване или бесцельно бродить по магазинам? Припомнили? Сомневаюсь. У вас, скорее всего, нет такой возможности. Семья, дети, внуки… А как же отдых?

Вы не знаете, что ответить. Пожалуй, единственным способом отдохнуть, отлежаться, не чувствуя себя дезертиром перед близкими, оказывается… болезнь. А если попробовать начать жить и своей жизнью? Вот, закройте дверь, сядьте на стул и скажите громко «Я хочу…», «Я люблю…». Я как-то попробовала найти время на дела и занятия, которые приносят простую женскую радость. Получилось. И при этом нисколько не испортила отношения с теми, кто любит и ценит (а не использует) меня. Попробуйте и вы, мои дорогие женщины.

С праздником вас! Здоровья вам крепкого, удачи и счастья!

Ольга МАРКОВА,
Председатель Союза пенсионеров Подмосковья.

РОССИЯ – ЭТО МЫ. МЫ – ЭТО РОССИЯ!



3 МАРТА в Лужниках состоялся митинг-концерт «За сильную Россию!». На нем побывала делегация Союза пенсионеров Подмосковья во главе с Председателем Ольгой Марковой. Так сложилось, что ни одно общественно значимое мероприятие, проводимое в стране и области, не проходит без нашего участия. И в столичном спорткомплексе наши пенсионеры были в числе 130 тысяч пришедших сюда сограждан.

Предстоит главное государственное событие 2018 года - выборы Президента России. От результата этих выборов во многом зависит наша жизнь и наше будущее.

Не забывайте про наш главный гражданский долг – использовать свое право голоса в выборе будущего нашей страны. 18 марта мы с вами должны прийти на избирательные участки и выбрать своего Президента России! Приходите на выборы всей семьей, берите детей и внуков, воспитывайте настоящих граждан нашей любимой страны!

Фото Максима МАРКОВА.

Татьяне Алексеевне Черненко – в день юбилея!

Уважаемая Татьяна Алексеевна, примите от Союза пенсионеров Подмосковья самые сердечные поздравления с юбилеем. Более десяти лет Вы трудитесь в должности главного специалиста по региональному планированию Союза пенсионеров России. Мы уважаем Вас за компетентность и профессионализм, а также высоко ценим Ваши человеческие качества. Нам всегда легко и приятно с Вами общаться и взаимодействовать, чувствуя Ваше доброжелательное отношение и позитивный настрой.

Весеннего Вам настроения, большого запаса энергии, сил и здоровья, личного счастья!

Реклама 6+

22-я специализированная выставка

«Дача•Сад•Ландшафт
Малая механизация»

11-15 марта ВДНХ, пав. № 69

Генеральный информационный партнер:

на ДАЧЕ

ok.ru/dacha.vdnh vk.com/dacha_expo maria.sadovaya

ОТЦ ИНТЕРОПТТОРГ

Тел./факс: (495) 984-81-27, 611-89-82, 611-46-29

e-mail: interopttorg.rcnet.ru; www.dacha.interopttorg.ru

Слово о Женщине

В преддверии праздника 8 Марта предоставляем слово нашим мужчинам.

Сергей МАКАРИЧЕВ, Орехово-Зуево:

– Хочу рассказать о своей маме. В разные периоды моей жизни я относился к ней и воспринимал её по-разному. Пока был маленький, она для меня была всем и без неё никуда. В подростковом возрасте считал, что повзрослел, что уже мужик, поэтому требовал самостоятельности. А бывало, и сердился на маму, что она чего-то не понимает, жизни учит, что-то запрещает. Но в то же время всегда чувствовал её заботу, даже если наказала. А она старалась воспитать нас, непослушных мальчишек, настоящими людьми. Вечерами, как бы ни уставала на работе, читала нам книги, помогала выполнять домашние задания.

Прошло ещё некоторое время, и я стал ловить себя на мысли, что с мамой разговариваю уже на равных, во многом стал соглашаться с ней. Взгляды на жизнь стали удивительно похожими.

А сейчас… Моя всегда такая молодая мама потихоньку стареет. Она всегда была нашим семейным знаменосцем, всегда была впереди. Сейчас мы с ней как бы поменялись местами, и теперь уже мы поддерживаем маму… Оглядываясь назад, я понимаю, что ближе, роднее и замечательнее человека в нашей жизни не было, да и не случится больше. Поэтому хочу в этот весенний праздник пожелать мамочке здоровья и долгих лет жизни.

Алексей БОРИСОВ, Электросталь:

– Я могу считать себя счастливым человеком, потому что вот уже тридцать лет рядом со мной моя любимая женщина – супруга Елена. Много за эти годы пройдено, пережито. Может быть, не всегда находил для нее нежные слова, не часто дарил цветы – но всегда берег, как самого дорогого человека в этом мире. Любовь – это не только слова и подарки, это чувства, которые не остывают с годами, которые хочется дарить любимой, родной, единственной...

ХРОНИКА ДЕЛ И СОБЫТИЙ

«ПИЛОТ» ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

Подписано Соглашение о сотрудничестве между Союзом пенсионеров Подмосковья и известной российской компанией «Веломоторс».

С ОТРУДНИЧЕСТВО имеет важную задачу продвижения и популяризации здорового образа жизни среди людей старшего поколения с помощью замечательных подмосковных велосипедов, которые производятся на современном заводе в городе Кубинка. Специально для пенсионеров конструкторское бюро компании предложило модель складного велосипеда «Пилот 450». Он надежен в эксплуатации, удобен при перевозке в любых видах транспорта и имеет невысокую цену.

В рамках Соглашения предусмотрено немало интересных мероприятий. Среди них подготовка и организация необычного спортивного праздника совместно с министерством физкультуры и спорта Московской области, который состоится весной на площадке комплекса «Крокус-Сити».

Первым зримым проявлением этого сотрудничества стало вручение заместителем генерального директора компании Владимиром Клениным велосипеда представителю организации Союза пенсионеров г. Химки – победителю конкурса на лучшее отделение за 2017 год. Другой красавец-велосипед стал подарком популярной газете «Третий возраст» в связи с юбилеем издания.

ОПЫТ СТАНЕТ ДОСТУПНЫМ

19 февраля в Химках Председатель Союза пенсионеров Подмосковья Ольга Маркова провела выездное заседание президиума Правления областной организации.

В МЕСТЕ с членами президиума сюда приехала делегация Истринского отделения Союза пенсионеров во главе с председателем Любовью Зиминой – их интересовал опыт коллег по взаимодействию с исполнительной и законодательной властью города, а также в культурно-массовой и досуговой деятельности.

О работе Химкинского отделения подробно рассказала его руководитель Надежда Рудакова. Затем гостям предложили оценить выставку творческих работ пенсионеров и пригласили на концерт, который для людей пожилого возраста организовали члены Химкинского отделения. Концертная программа началась с показа мини-спектакля «Вечера на хуторе близ Диканьки» – его подготовил любительский театр «Мечта». Коллектив театра под руководством Татьяны Севостьяновой за четыре года своего существования поставил более 10 спектаклей и музыкально-поэтических композиций. А далее на сцену вышел любимый всеми химчанами ансамбль «Сударушки» (руководитель Татьяна Кузнецова, баянист Сергей Алексеев). Красивые костюмы и редко исполняемые русские народные песни оставили в душе зрителей чувство благодарности и прекрасное настроение.

Гости убедились, что химчанам удалось сделать достаточно много для укрепления позиций СПП в родном городе. Поэтому положительный опыт работы Химкинского отделения решено рекомендовать к применению во всех отделениях Союза.

РАСШИРЯЯ ГРАНИЦЫ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

Еще под одним Соглашением о сотрудничестве свои подписи поставили Председатель Союза пенсионеров Подмосковья Ольга Маркова и президент Благотворительного фонда «Славянские традиции» Ольга Мочалина.

В СОЮЗЕ ожидают заметных подвижек после этого шага. Благотворительный фонд «Славянские традиции» организует ряд выставок живописи, фотографий и детского рисунка в России и за рубежом. Принять участие в них могут как профессиональные авторы, так и любители самых разных возрастов: от школьников и студентов до ветеранов.

В организации много творческих одаренных людей, которые теперь, как можно надеяться, получат дополнительную возможность реализовать себя, выйти к гораздо большему количеству зрителей, читателей, ценителей прекрасного.

НАКАНУНЕ КОНФЕРЕНЦИИ

28 февраля члены Президиума Правления Союза во главе с Председателем Ольгой Марковой выехали в п. Малаховка г.о. Люберцы.

НА БЛИЖАЙШЕЕ время запланирована отчетно-выборная конференция Малаховской первичной организации по причине скоропостижной кончины ее председателя. На месте, после разговора с исполняющей обязанности председателя Зоей Тагинцевой и членами правления было принято решение об оказании помощи Малаховскому отделению в проведении конференции. Как положительный момент отмечен хороший настрой членов организации, желание активно работать. При этом для отделения будет полезнее объединиться с Люберецким отделением Союза пенсионеров, сочли члены Президиума Правления и рекомендовали поднять вопрос об изменениях в организационной структуре на отчетно-выборной конференции.

ПРАВЛЕНИЕ СОЮЗА

ЛУЧШИМ – НАГРАДЫ

2 февраля в Московской областной Думе прошло первое в этом году заседание Правления Союза пенсионеров Подмосковья.

В ПРОСТОРНОМ зале, где собрался актив, председатели районных организаций, царила оживленная атмосфера. Ведь рассматривались не только вопросы текущей отчетности и утверждение плана работы на 2018 год, но и подведение итогов конкурса «На лучшее отделение СПП в 2017 году», а также состоялось подписание Соглашений о сотрудничестве с Благотворительным фондом «Славянские традиции» и компанией «Веломоторс». В центре внимания членов правления оказался свежий тираж газеты «Третий возраст Подмосковье», который во многом определил хорошее настроение собравшихся. Председатель Правления Союза Ольга Маркова отметила, что газета пользуется спросом, что она интересна и хорошо расходится не только среди читателей в районах, но и в областной Думе среди депутатов.

После краткого отчета О.В. Марковой о проделанной работе слово было представлено заместителю Председателя Правления Владимиру Стрельченко и специалисту по связям с общественностью областной организации Владимиру Мормулю. Дружно утвердили план работы СПП на 2018 год. А затем настал приятный и торжественный момент объявления итогов конкурса.

Итак, победителями Конкурса «На лучшую организацию МООБО «Союз пенсионеров Подмосковья» названы: **Каширское отделение** – в номинации «За популяризацию творческой активности среди пенсионеров Подмосковья»; **Раменское отделение** – «За активную работу, направленную на сохранение здоровья, популяризацию здорового образа жизни и активного долголетия»; **Фрязинское отделение** – «За обучение пенсионеров компьютерной грамотности»; **отделение Звездного городка** – «За организацию культурно-массовых и досуговых мероприятий, способствующих развитию народного творчества среди старшего поколения»; **Лобненское отделение** – «За своевременное предоставление отчетности и освещение в СМИ деятельности отделения»; **Озерское отделение** – «За взаимодействие с органами местного самоуправления и общественными организациями»; **Химкинское отделение** – «За патриотическое воспитание молодежи»; **Мытищинское отделение** – «За организацию массовых спортивно-оздоровительных и досуговых мероприятий»; **Ногинское отделение** – «За содействие в решении социальных и бытовых проблем пенсионеров, ветеранов, инвалидов, одиноких и больных людей»; **Электростальское отделение** – «За привлечение внимания общественности и бизнес-сообщества к проблемам людей старшего поколения».

Организации-победители получили дипломы, вымпелы и ценные подарки.

Трем лучшим отделениям подарки вручили директор Московского регионального филиала АО «Россельхозбанк» Владимир Капранов и начальник отдела розничных продаж филиала Наталья Голуб. Представители АО «Россельхозбанк», в свою очередь, были растроганы ответными подарками пенсионеров – собственноручно связанными шерстяными носками, варежками и сшитой в фирменных цветах банка большой скатертью. По лицам гостей были заметны благодарное изумление мастерством подмосковных рукодельниц и даже некоторая растерянность – ведь обычно пенсионеры принимают подарки, а тут они выступили в роли щедрых дарителей.

В этом же радостном ключе с энтузиазмом было воспринято предложение Ольги Марковой о выпуске знака «Активный пенсионер Союза пенсионеров» к 25-летию организации, отмечающемуся в этом году. Положение о знаке предстоит утвердить на следующем заседании Правления.

Наш корр.
Фото Олега КЛЕНИНА.

БЛАГОДАРЮ...

ВЫ ВСЕГДА В МОЁМ СЕРДЦЕ!

УВАЖАЕМАЯ редакция, я и мои родители всегда читаем вашу газету, и она нам нравится. Из неё мы узнаём о жизни пенсионеров Москвы и Подмосковья, нашей большой России. Спасибо вам за большой творческий труд. Вот и я, молодой читатель, прошу вас впервые напечатать мою маленькую заметку.

В 2016 году я закончил школу. Всю жизнь мечтал стать работником правоохранительных органов. Боялся, что не поступлю. И вот, к моему счастью, у нас в Старой Купавне открылось отделение колледжа ГАПОУ МО «ПК «Энергия», который готовит правоохранителей. Я попытался поступить, успешно сдал экзамены, и меня обещали принять на платное отделение. Но в семье у нас трудно с финансами. И тут мы с мамой узнали, что есть группа, которая учится бесплатно. Но как в нее попасть, кто поможет? И мы решили обратиться к человеку, о котором много говорят доброго: Анне Емельяновне Беляевой, руководителю общественной приёмной главы Ногинского муниципального района И.П. Красавина в Старой Купавне. Она очень внимательно выслушала нас и сказала: «Не обещаю, но постараюсь помочь».

А через несколько дней раздался звонок. Мама вдруг заплакала – от радости. Потому что услышала в трубке: «Идите в колледж. Ваша просьба удовлетворена».

Дорогая Анна Емельяновна, я заявляю Вам, что приложу все силы, чтобы успешно закончить колледж. И когда я пойду на службу, Вы всегда будете знать, как я работаю, ведь эту профессию я люблю. Но у меня к Вам тоже просьба. Разрешите мне считать Вас своей неродной бабушкой (ведь Вам 93 года). Вы даёте людям только добро и счастье. Помните, что Вы всегда в моём сердце.

Ваш Виталий МАРУСЯК,
Старая Купавна.

В ТЁПЛЫХ СТЕНАХ, С ДОБРЫМИ ЛЮДЬМИ

С гимназией № 1 г. Железнодорожного нас связывают давние дружеские отношения. Наши ветераны Великой Отечественной, труженики тыла, ветераны труда проводят с учащимися встречи, уроки мужества, занимаются патриотическим воспитанием. Поэтому и важные мероприятия мы нередко проводим в актовом зале этого учебного заведения.

Одно из них прошло тут недавно и запомнится надолго.

Нас гостеприимно встретила директор гимназии Ольга Петровна Дроздова, дети приготовили небольшой концерт, а потом свои таланты продемонстрировали и члены нашего отделения. Пришли на встречу представители общественных организаций города, соцзащиты, Пенсионного фонда.

Хотелось бы поблагодарить всех, кто помог в организации праздника: директора гимназии, администрацию рынка ООО «Юнион», директора ООО «Оазис» А.А. Мамедова, генерального директора ООО «Коралл» А.А. Куванникову, управляющего ООО «Мэтро» Е.Е. Макарова, генерального директора ООО «Астраханка» О.Д. Зотова, генерального директора ООО «Трубпластснаб» М.В. Козыреву.

Таисия ХАМЕТОВА,
председатель отделения СПП г. Железнодорожный.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

АРТРОЗ ИДЁТ В НАСТУПЛЕНИЕ

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О БОРЬБЕ С ВЕСЕННИМ ОБОСТРЕНИЕМ АРТРОЗА?

Весна – поворотное время от холода к теплу, от зимней «спячки» к пробуждению и обновлению. Но любая перемена, даже позитивная, – это стресс, критическая точка для организма, когда его «заносит на поворотах». Он вынужден перестраиваться, ослабляя иммунитет, чем и спешат воспользоваться затаившиеся хронические недуги.

Например, артроз – разрушение капсулы сустава и суставного хряща с последующим изменением нагрузки на сустав и деформацией кости.

Чуткие суставы реагируют на понижение атмосферного давления, перепады температур, промозглые ветра и сырость. Кроме того, «зимний» образ жизни и рацион замедлили кровообращение и обмен веществ, вследствие чего важные для суставов и костей микроэлементы усваиваются ещё хуже. Весенний гормональный всплеск и возбудимость только повышают уязвимость органов и систем.

Обострение артроза – самое тяжёлое, изматывающее проявление болезни. Характеризуется острой болью при сгибании-разгибании сустава и ходьбе, обрекая человека на неподвижность. Помимо боли и хруста в сохнущем суставе большие неудобства доставляет отёчность. Сложность состоит в том, что в острую фазу многие средства противопоказаны, поэтому системное лечение артроза имеет свои особенности.

На передний план выходит медицинский аппарат АЛМАГ-01, работающий на основе экологического фактора – магнитного импульсного поля с особой проникающей способностью. Терапевтический эффект аналогичен сеансу в физиокабинете. Достоинство аппарата – он может помочь практически на любой стадии артроза и при обострении.

В первую очередь необходимо «расшевелить» и оживить обмен и кровоток, иначе лечение будет тормозить, а лекарства не доберутся до места назначения. Именно АЛМАГу под силу восстановить обмен веществ, улучшить кровоснабжение окружающих сустав мышц и тканей, обеспечить истощённые хрящи кислородом и строительным белком, одновременно устраняя из них продукты воспаления и распада. Действие аппарата бережное и длительное.

Способность АЛМАГ-01 стимулировать жизнедеятельность организма – выход для пациента с острым артрозом, ведь из-за малой активности его мышцы всё более атрофируются, кровь застаивается и беднеет. Физические нагрузки, призванные «разогнать» кровь, в острую стадию запрещены. Пожалуй, в такой ситуации помощи ждать неоткуда, кроме как от аппарата АЛМАГ-01.

АЛМАГ-01 борется сразу со всеми проявлениями артроза, а главное – даёт возможность ликвидировать «корень зол», наладив нормальное кровообращение и питание в поражённой зоне.

Лечебный потенциал аппарата позволяет пациенту:

• избавиться от жестоких болей – а это первое, о чём мечтает больной во время обострения;

• снять воспаление и отёчность;

• повысить эффективность лекарств за счёт усиления кровотока, а мазей – по принципу электрофореза;

• уменьшить количество лекарств, защитить желудок, печень, сердце, поджелудочную железу от побочного вреда;

• остановить дегенерацию и ускорить восстановление костной и соединительной тканей;

• возвратить утраченные функции сустава;

• избежать операционного вмешательства.

После снятия острых симптомов необходимы поддерживающие курсы. Подробнее – в инструкции.

Важная информация

АЛМАГ-01 разработан на крупнейшем российском предприятии ЕЛАМЕД при содействии учёных Московской академии им. И. М. Сеченова. Аппаратом АЛМАГ-01 оснащены ведущие больницы России, в том числе Клиника № 1 Управления делами Президента РФ.

Использование этого удобного и компактного аппарата в домашних условиях способствует экономии денег и времени.

Пусть весна приносит радость, а не боль!

АЛМАГ-01. Работает.
Проверено.

ДАРИТЕ ЛЮБИМЫМ ЗДОРОВЬЕ! ПОКУПАЙТЕ АЛМАГ-01

В АПТЕКАХ:
СТОЛИЧКИ (495) 215-5-215
НЕО-ФАРМ (495) 585-55-15
ЗДОРОВ.РУ (495) 363-35-00
ДИАЛОГ (495)363-22-62
ЖИВИКА 8-800-777-0303
Планета Здоровья (495) 369-33-00
А-МЕГА, ДА, ЗДОРОВ! (495) 795-44-77
(в м-нах «ПЯТЕРОЧКА»)
АСНА (495) 223-3403 – ЗАКАЗ НА САЙТЕ

В МАГАЗИНАХ МЕДТЕХНИКИ И ОРТОПЕДИЧЕСКИХ САЛОНАХ:
ОРТЕКА 8-800-33-33-112
Ваше Здоровье (985)440-00-03
ОРТОКРАФТ(985)–446–85–30

Адрес для заказа с завода: 391351,
Рязанская область, р.п. Елатьма, ул. Янина, д.25.
АО «Елатомский приборный завод»
(в том числе наложенным платежом).
www.elamed.com

ПО ТЕЛЕФОНУ **8-800-200-01-13** ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЮТ СПЕЦИАЛИСТЫ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ (звонок бесплатный)

ОГРН 1026200861620

Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РоссельхозБанк

Пенсионный кредит

Кредит «Пенсионный» предоставляется без поручителей и залога гражданам РФ в возрасте до 75 лет (на момент возврата кредита), находящимся на пенсионном обеспечении и получающим пенсию на счет, открытый в АО «Россельхозбанк», в рублях Российской Федерации на срок до 5 и до 7 лет. Сумма кредита – от 10 тыс. рублей до 500 тыс. рублей. Процентные ставки составляют от 11,5%* до 16,5% при условии оформления договора страхования жизни и здоровья. В случае отказа от страхования жизни и здоровья ставка увеличится на 6% (для клиентов до 65 лет на дату подачи заявки на кредит) либо на 6,5% (для клиентов, достигших 65 лет на дату подачи заявки на кредит). Более подробную информацию о размере процентных ставок и об офисах, на которые распространяется действие условий предоставления кредита на срок свыше 5 и до 7 лет, уточняйте в офисах Банка.
* При получении кредита в сумме свыше 200 тыс. рублей на срок до 12 месяцев (включительно) действует специальная ставка в размере 11,5% при условии оформления договора страхования жизни и здоровья.

Звонок по России бесплатный

8 800 200-02-90 | www.rshb.ru

Подробности по телефону, на официальном сайте и в офисах АО «Россельхозбанк».
Генеральная лицензия Банка России №3349 (бессрочная). Реклама.

ВЕСТИ С МЕСТ: МЫТИЩИ

ЭТОТ ЖАРКИЙ... ФЕВРАЛЬ

МЕСЯЦ – зимний, но для наших пенсионеров он стал жарким, богатым на события.

В начале февраля большая группа мытищинцев выезжала в Москву, где на Васильевском спуске проходил митинг-концерт «Россия в моем сердце!». В числе шестидесяти с лишним тысяч жителей столицы и Подмосковья мы поддержали наших олимпийцев.

В тот же день состоялась «Мытищинская лыжня-2018». На старт вышло более 300 спортсменов. Не смогли обойти стороной это мероприятие и мы. Как отметила в своем выступлении начальник управления по физической культуре и спорту Администрации г. о. Мытищи Юлия Бакурова, «пенсионеры традиционно приезжают на наш старт».

Честь Союза отстаивали Т.А. Зворыгина, Г.Е. Морозова, Л.П. Садомскова, З.З. Абдулхакова и В. И. Кривонос. Участники были разбиты на 11 возрастных групп согласно ступеням Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и проходили дистанции, соответствующие нормативам. В возрастной категории «старше 70 лет» золотую медаль завоевала Таисия Алексеевна Зворыгина, которой, между прочим, далеко за 70 – вот что значит спортивная закалка! Под стать ей оказалась и Галина Евгеньевна Морозова, завоевавшая «бронзу». Две главные награды из трех – у членов СПП! Да и другие выложились «по полной». Вот З.З. Абдулхакова уверена, что в этот день она достойно выполнила нормы ГТО на золотой знак.

Впечатления участников оказались схожи: «Организация спортивного мероприятия была на высоте! Участников доставили в лесопарк на автобусах. По прибытию их встречала задорная музыка. Улыбающиеся лица, радостная детвора, горячий чай с баранками затмили ливневый снег и совсем не лыжную погоду. Лыжная трасса была достаточно сложной, но потому и более привлекательной. Кто-то упал, кто-то потерял палку, но дистанцию пенсионеры прошли достойно и все добрались до финиша. Дух состязательности и спортивного азарта прибавил нам здоровья, оптимизма и, конечно, молодости!».

В ФЕВРАЛЕ прошли и два другие, не менее значимые мероприятия: Правление Союза пенсионеров Подмосковья и творческая встреча в Нотно-музыкальной библиотеке им. П.И. Юргенсона.

На Правлении нас поздравили с победой в конкурсе на лучшее отделение СПП, и это было очень приятно. А посетившие библиотеку наши пенсионеры вернулись с большим желанием побывать там еще не раз: теплый, радушный прием и очень интересная концертная программа.

ОТДОХНУЛИ спокойно – пора снова взбодриться! Большая программа была у нас на Масленицу. Группа волонтеров-пенсионеров выехали в с. Белянниново, где находится Дом-интернат для пожилых людей. Там эти семь человек так «зажигали» полтора часа, что все ходячие обитатели интерната и топали, и хлопали, и пели вместе с нами, и водили хоровод, и просили приехать еще – все прошло на веселой праздничной волне! Мои «девушки» преобразились, вжились в роль, помолодели, а их наряды позволили немного похулиганить: когда в инсценировку включилась Бабка-Ежка – глаза загорелись у всех. Звучали знакомые всем мелодии, так что пели не только мы, но и все, кто был. Это веселое, яркое и смешное представление проходило на фоне роскошно накрытых столов: там были и конфеты, и фрукты, а главное – великолепные пироги и вкусные блины со всякой начинкой, главное масленичное блюдо. Не забыли мы и традиционный мужской праздник, который в этом году юбилейный: нашей доблестной армии исполнилось 100 лет. Поэтому звучали на встрече и патриотические песни.

Участников этой поездки хочется назвать поименно. Постановщиком у нас была А.Е. Земскова, Т. В. Осипова исполняла роль Масленицы, Т.Х. Бурлакова совмещала в себе и певицу и танцора, В.Б. Ромашко досталась роль Матюхи, а Л.Н. Применко – Тюхи, ну а Л.Н. Мачина ярко проявила себя в роли Бабки-Ежки. Все они в нашем Союзе новички, но когда буквально за день до поездки я обратилась с предложением съездить на Масленицу в дом-интернат, именно они, не раздумывая, взялись репетировать, чтобы уже назавтра предстать перед инвалидами и подарить им праздник.

А еще мне хочется сказать большое спасибо нашим бессменным спонсорам, которые уже четвертый год по первой просьбе готовы оказать поддержку в любом проводимом пенсионерами мероприятии: это Саша Мартиросян и вся ее семья.

ТАК СЛУЧИЛОСЬ, что уже на следующий день мы собирали «бабушкины пироги» чтобы отпраздновать широкую Масленицу. Это был большой сбор – более 60 человек пришло в МЦ «Родина» на праздник. Мы все, конечно, к нему подготовились, но там нас ждал сюрприз: сотрудники МЦ во главе с директором Е.В. Кирилюк вместе со школьниками, надев поварские колпаки и фартуки, пекли для нас блины! В общем, и этот праздник удался.

По всем февральским событиям отсняты видеоматериалы, сделано много фотографий, которые навсегда останутся в наших архивах. Несколькими кадрами мы хотим поделиться с вами, дорогие читатели!

Елена РАХМАНИНА, председатель Мытищинского отделения СПП.

НАШ ЗОЛОТОЙ ФОНД

Юбилеи, юбилеи...

МНЕ – восемьдесят лет. Многое позади: упорный труд, радужные мечты, поставленные и достигнутые цели. Порой одолевают хвори, а ночи кажутся бесконечными. Но под утро пристраивается под бок состарившаяся уже мурлыка, поднимает, просит есть – и встаешь, и жизнь продолжается.

Опорой и поддержкой стало для меня в эти годы Коломенское отделение Союза пенсионеров Подмосковья. Оно было создано в мае 1998 года жизнелюбивыми энергичными женщинами – Любовью Яковлевной Гришиной и Ниной Захаровной Мильченко. Теперь нас много – около трехсот человек. Весной отпразднуем наш общий юбилей.

А еще десять лет назад председателем отделения стала Ляля Мухаметовна Биктимирова, которую мы на русский лад давно зовем Ларисой Михайловной. Удивительная эта женщина! После тяжелой болезни ушла на пенсию. Казалось бы – отдыхай, наслаждайся покоем! Но – нет, не усиделось в четырех стенах, снова вышла в люди, взвалила на плечи большую общественную работу. Недавно Ларисе Михайловне исполнилось семьдесят. Дай Бог ей здоровья, счастья, неиссякаемой энергии!

Знаменательные даты у нас идут одна за другой. Их так много, что на Сретенье в уютном кафе «Пастила» разом собралось больше пятидесяти юбиляров! А вот в центре внимания собравшихся оказался человек без круглой даты – Яков Львович Загорский. Впрочем, случай тут особый: ему – 99 лет!

Страшно представить, но нашего старожила уже восемьдесят лет могло попросту не быть в живых. В 1939 году во время советско-финской войны в составе особой бригады морской пехоты Загорский штурмовал один из островов в Финском заливе. Был тяжело контужен, и санитары в спешке забросили его в кузов машины вместе с трупами советских солдат.

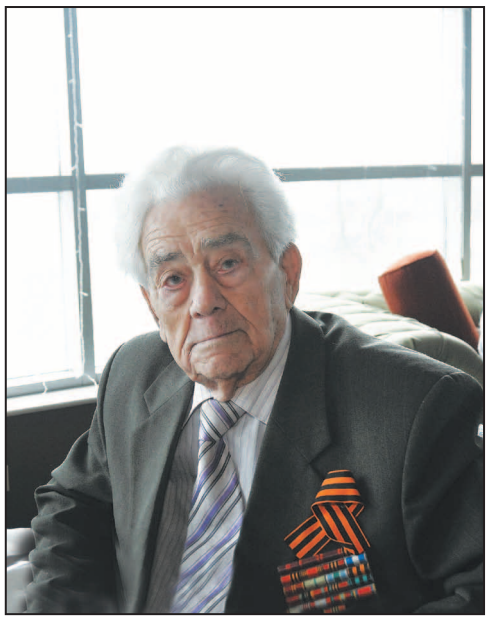
Яков Загорский выжил и – уже в годы Великой Отечественной войны – защищал Ленинград от фашистов, потом служил на линкоре «Архангельск». И снова нередко бывал матрос на волосок от смерти, но обманывал ее…

– Зимой 1942 года нам пришлось возвращаться в свою часть по скованному льдом Финскому заливу, – вспоминал как-то Яков Львович. – Трещал лютый мороз. А мы полуголодные, истощённые. Не хватило мне силёнок. Упал на лёд. Так и остался бы там навечно. Но меня вместе с автоматом взвалил на свои не очень широкие плечи старший матрос особой бригады морской пехоты Изя Подвальный, не дал погибнуть. После войны мы ежегодно друг у друга гостили – он у меня в Коломне, я у него в Средней Азии…

Года не берут ветерана. Знали бы вы, как остроумен и энергичен Яков Львович, как прекрасно танцует этот седовласый аксакал!

По поручению главы Коломенского городского округа Дениса Лебедева «виновников торжества» поздравил начальник управления по организационной работе, социальным технологиям и бухгалтерскому учету администрации Сергей Барабанов.

– Мы видим вас стойким мужественным поколением, которое защищало свою страну, приумножало ее силы и богатство, – обратился он к собравшимся. – Это на ваших плечах, вашими руками и заботами страна стала мощной державой. Берегите здоровье, оставайтесь как можно дольше вместе со своими близкими, чтобы поддерживать их в трудную минуту, направлять и быть рядом. Вы –



достояние Коломны, достояние Подмосковья, достояние большой и сильной страны!

Прекрасный праздник дополнило выступление участников художественной самодеятельности. Получилось и торжественно, и душевно!

На снимках: *Во время торжества. Ветеран Яков Загорский.*

Ольга ШУНИХИНА,
член Коломенского отделения
Союза пенсионеров.
Фото Татьяны СОЛОВЬЕВОЙ.

Какие наши годы!

В числе членов Раменского отделения Союза пенсионеров Подмосковья немало людей с солидными жизненными датами. Недавно их отряд пополнился еще двумя: девяностолетний рубеж перешагнули Л.П. Куриленко и В.Н. Иванов.

ТРУДОВАЯ деятельность Василия Николаевича началась еще в годы войны (он является ветераном трудового фронта) на Урале, а в 1950 году он переехал в Раменское и стал преподавателем истории в школе № 2. Позднее Василий Николаевич возглавил коллектив этой школы. Когда открылась гимназия № 7 он стал

там первым директором и проработал на этой должности 17 лет. А всего трудовой стаж чуть-чуть не дотянул до 60 лет! У Василия Николаевича двое детей, трое внуков и уже двое правнуков. Глядя на него, сразу вспоминается: «Нам года – не беда!». Он по-прежнему активный, ходит без палочки, много читает и занимается с правнуками.

Более двадцати лет в рядах нашего Союза состоит Лилия Павловна. Так же, как и Василий Николаевич, она ветеран трудового фронта. Свыше 50 лет Лилия Павловна проработала фармацевтом в аптеках, больнице и роддоме Раменского. Ее супруг, с которым они прожили почти шестьдесят лет, многие годы был бессменным председателем нашего отделения, а Лилия Павловна всегда и во всем ему помогала.

В свои годы она не только управляется с собственным хозяйством, но и помогает близким. Ведь у нее дочка, две внучки и трое правнуков. А еще много читает, очень любит поэзию и сама пишет стихи. Мне кажется, эти ее строки прекрасно говорят о том, с каким оптимизмом относится Лилия Павловна к своему возрасту:

Я разлюбила зеркала,
Они предательски правдивы:
Мне говорят, что я стара,
Лишь призрак я той юной девы,
Что так внимательно глядит
И улыбается с портрета.
Как быстро времечко летит,
Как хороша девчонка эта!..
Смотреть не буду в зеркала,
Душою я не изменилась.
Я в гости старость не звала
И ей не сдамся я на милость!
А с фотографии в ответ
Девчонка весело смеется…
Она, как юности привет,
Со мною в сердце остается.

Наших ветеранов поздравляли не только мы. В гости к ним приезжали руководители администрации Раменского района, представители социальной защиты. Цветы и подарки от чистого сердца дополнили многочисленные пожелания крепкого здоровья и душевного спокойствия. А еще юбиляры получили письмо от Президента Российской Федерации В.В. Путина.

Татьяна ТЮНЯЕВА,
председатель Раменского отделения
Союза пенсионеров Подмосковья.

УЧАСТВУЙТЕ – И ПОБЕЖДАЙТЕ!

ПОЛОЖЕНИЕ О КОНКУРСЕ

«НА ЛУЧШУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ РАБОТЫ МЕСТНЫХ ОТДЕЛЕНИЙ СОЮЗА ПЕНСИОНЕРОВ ПОДМОСКОВЬЯ В 2018 ГОДУ»

Положение определяет порядок проведения Конкурса «На лучшую организацию работы местных отделений Союза пенсионеров Подмосковья («СПП») в 2018 году».

ОСНОВНЫЕ КРИТЕРИИ ОТБОРА ПОБЕДИТЕЛЕЙ КОНКУРСА

Приоритет в отборе победителей Конкурса будет предпочтителен тем местным отделениям «СПП», которые:

- содействуют решению социальных и бытовых проблем пенсионеров, ветеранов Великой Отечественной войны, инвалидов, тружеников тыла, участников боевых действий, ветеранов труда, одиноких и больных людей, оказанию адресной и материальной помощи;

- проводят мероприятия по адаптации пожилых людей к современным условиям жизни;

- привлекают внимание общественности и бизнес-сообщества к проблемам и оказанию помощи людям старшего поколения;

- осуществляют работу по патриотическому воспитанию молодёжи;

- организовывают культурно-массовые, спортивно-оздоровительные мероприятия, направленные на сохранение здоровья, популяризацию здорового образа жизни и активного долголетия среди людей старшего поколения;

- принимают активное участие в мероприятиях, проводимых областным Союзом пенсионеров;

- оказывают волонтерскую помощь и поддержку детям, проживающим в детских домах, и постояльцам интернатов для пожилых людей, пенсионерам, находящимся в лечебных учреждениях и домах временного пребывания;

– проводят активную работу по увеличению численности членов местного отделения;

– проводят образовательные мероприятия, направленные на повышение компьютерной грамотности людей старшего возраста, обучение в Университетах третьего возраста;

- способствуют развитию творческой активности членов местных отделений;

- взаимодействуют с органами местного управления, пенсионного фонда, а также распространяют через СМИ информацию о своей деятельности.

СОСТАВ КОМИССИИ КОНКУРСА

Состав комиссии Конкурса формируется из числа Президиума Правления СПП.

Возглавляет комиссию Конкурса Председатель Правления СПП.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КОМИССИИ КОНКУРСА

Комиссия Конкурса осуществляет следующие функции:

- принимает и рассматривает заполненную форму информации-отчета (размещена на сайте «СПП» http://pensioner-mo.ru/), а также приложенные материалы, фотоматериалы, публикации в СМИ, направленные на Конкурс местными отделениями Союза;

- подводит и объявляет итоги Конкурса;

- осуществляет награждение победителей Конкурса;

- размещает информацию об итогах проведения Конкурса в газете «Третий возраст Подмосковье».

Информация-отчет и документы предоставляются в Комиссию по электронной почте «СПП»: pension93@mail.ru и на бумажных носителях до 20 декабря 2018 года (принимаются отчеты, фотографии, отзывы, статьи и другие материалы, подтверждающие деятельность организации).

Награды присуждаются за реализованные проекты.

Материалы, поданные на конкурс, не возвращаются.

Настоящее положение действует с момента опубликования на сайте http://pensioner-mo.ru/ и в газете «Третий возраст Подмосковье» по 20 декабря 2018 года.

Предусмотрено награждение в номинациях, утвержденных настоящим положением.

ПОРЯДОК ОБЪЯВЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ КОНКУРСА

Комиссия в указанные сроки проводит конкурсный отбор победителей.

Результаты Конкурса оформляются протоколом комиссии. В протоколе содержатся сведения о результатах голосования, данные о победителях Конкурса.

Результаты Конкурса утверждаются и подписываются Председателем комиссии Конкурса.

Церемония награждения победителей будет проходить в торжественной обстановке. Информацию о времени и месте проведения церемонии комиссия Конкурса объявит дополнительно.

Информация об итогах проведения Конкурса и его победителях будет опубликована в газете «Третий возраст Подмосковье» и на сайте «Союза пенсионеров Подмосковья».

О.В. МАРКОВА,
Председатель Правления
Союза пенсионеров Подмосковья.

КОНКУРС

«МОИ ВНУКИ САМЫЕ ЛУЧШИЕ» И «МОИ БАБУШКА С ДЕДУШКОЙ САМЫЕ ЛУЧШИЕ»

Газета «Третий возраст» Союза пенсионеров Подмосковья объявляет конкурс фотографий, рисунков, коротких стихов и рассказов под девизом: **«Мои внуки самые лучшие»** и **«Мои бабушка с дедушкой самые лучшие»**.

Наши главные цели: укрепление института семьи, пропаганда семейных ценностей и поддержка творческого начала в семьях.

В конкурсе могут принимать участие бабушки и дедушки, их внуки и внучки. Дети во всех номинациях участвуют в трех возрастных категориях: от 3 до 6 лет; от 7 до 10 лет; от 11 до 14 лет.

Рисунки и фотографии принимаются в формате jpg (рисунки сканируются или фотографируются); короткие стихотворения – размером не менее 12 и не более 32 строк; короткие рассказы – объемом не более 3000 знаков с пробелами.

Высылать работы по адресу: **3vozrast@inbox.ru**. В электронном письме указать название работы, имя, фамилию и возраст автора, домашний адрес и контактный телефон. Принимается по одной творческой работе от автора в каждой номинации.

Лучшие работы будут напечатаны в газете «Третий возраст»; все работы будут размещены на сайте Союза пенсионеров Подмосковья **http://pensioner-mo.ru/**.

Жюри конкурса – редакционная коллегия газеты «Третий возраст».

Оценка работ в номинациях по 5-ти бальной шкале. Критерии: соответствие тематике конкурса, соответствие формату, техническое исполнение, творческие достоинства.

Победители награждаются дипломами и памятными призами. Все участники награждаются дипломами.

Примечание: *Положение о конкурсе, технические требования и форма заявки – на сайте http://pensioner-mo.ru/.*

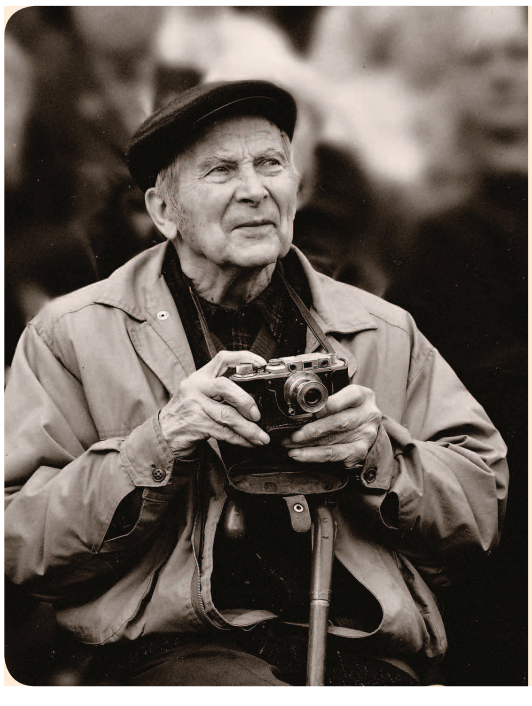
КОНКУРС

«ЧТО БЫ ЭТО ОЗНАЧАЛО?» на самую смешную подпись к нелепым фотографиям

Цель конкурса – побудить и поощрять чувство юмора у нашего читателя.

Высылать подписи к нелепым фотографиям, размещенным накануне в газете «Третий возраст», следует по адресу: **3vozrast@inbox.ru**. В электронном письме указать название конкурса, имя и фамилию автора подписи, его возраст, домашний адрес и контактный телефон.

Лучшие подписи будут напечатаны в очередном номере газеты «Третий возраст».



ФОТОКОНКУРС

«МИСС ЭЛЕГАНТНЫЙ ВОЗРАСТ» И «МИСТЕР ЭЛЕГАНТНЫЙ ВОЗРАСТ»

Союз пенсионеров Подмосковья объявляет Конкурс (фото) «Мисс элегантный возраст» и «Мистер элегантный возраст». Итоги конкурса будут подведены к 25-летию организации в октябре 2018 г.

Конкурс призван формировать уважительное отношение к старшему поколению; отражать стиль жизни современного пенсионера; показать красоту пожилого человека.

Конкурс (короткий рассказ о себе через личную фотографию) предоставит возможность людям старшего поколения, от 55 лет и старше, продемонстрировать свой вкус, художественный и интеллектуальный потенциал. Он подчеркнет, что человек в любом возрасте остается привлекательным, увлеченным, активным и любящим жизнь.

Принять участие в конкурсе может любой пенсионер Подмосковья старше 55 лет.

Номинации фотоконкурса:

- «Пожилой человек в ногу с XXI веком»;

- «Мой звездный час» – фото, отражающее творческие успехи и достижения;

- «Старость дома не застанет» – фото об активном досуге и отдыхе, занятиях спортом и туризмом, участии в конкурсах, мероприятиях;

- «Красота третьего возраста» – фотографии, передающие богатый внутренний мир, одухотворенность и высокие человеческие качества пожилого человека.

Жюри конкурса – редакционная коллегия газеты «Третий возраст». Снимки следует высылать по электронному адресу **3vozrast@inbox.ru**.

Лучшие фотографии будут напечатаны в газете «Третий возраст»; все работы будут размещены на сайте Союза пенсионеров Подмосковья **http://pensioner-mo.ru/**.

Полный текст Положения о данном конкурсе опубликован на сайте Союза пенсионеров Подмосковья http://pensioner-mo.ru/.

СПАРТАКИАДА ПЕНСИОНЕРОВ ПОДМОСКОВЬЯ-2018

Спартакиада пенсионеров Московской области 2018 года проводится в соответствии с Календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий Московской области на 2018 г.

Согласно утвержденному Положению Спартакиада пройдет в три этапа: **1 этап:** соревнования в муниципальных образованиях Московской области (**март-апрель 2018 г.**); **2 этап:** спартакиада пенсионеров Московской области (**12 мая 2018 г.**, г. Чехов); **3 этап:** финальный – Спартакиада пенсионеров России (**25-28 августа 2018 г.**, г. Новосибирск).

Организаторами первого этапа Спартакиады являются муниципальные органы исполнительной власти в области физической культуры и спорта и муниципальные отделения Союза пенсионеров Подмосковья.

Общее руководство проведением Спартакиады осуществляют Министерство физической культуры и спорта Московской области и Московская областная общественная благотворительная организация «Союз пенсионеров Подмосковья» при содействии Министерства социального развития Московской области и ГБУСО МО ЦСО «Серпуховской городской дом ветеранов».

К участию в Спартакиаде на всех этапах допускаются мужчины – 60 лет и старше, женщины – 55 лет и старше (возраст определяется на день начала соревнований), не имеющие звания мастера спорта или заслуженного мастера спорта в заявленном для участия виде программы. В числе участников команды должно быть не менее одного человека старше 70 лет.

Состав муниципальной команды – 9 человек, в том числе 8 участников (4 мужчины и 4 женщины) и 1 руководитель делегации.

Один участник команды может выступать не более чем в двух видах программы (кроме комбинированной эстафеты, дартс, городки), входящих в общекомандный зачет Спартакиады.

Все участники команды должны иметь единую спортивную и парадную форму.

№ п/п	Вид программы	Количество участников (независимо от возраста)	
		Мужчины	Женщины
1	Комбинированная эстафета	Все участники команды	
2	Лёгкая атлетика (кросс)	2	2
3	Настольный теннис	1	1
4	Плавание	1	1
5	Дартс	1	1
6	Пулевая стрельба	1	1
7	Шахматы	1	1
8	Городки	Все участники команды	

В соревнованиях Спартакиады разыгрываются:
- личное первенство;
- командное первенство;
- общекомандное первенство.

Личные и командные места по видам программы определяются согласно правилам видов спорта, утверждённым Министерством спорта Российской Федерации и регламенту соревнований.

Общекомандное первенство среди команд определяется по наименьшей сумме мест, занятых в 7 видах программы Спартакиады. В случае равенства суммы мест команда, занявшая более высокое место в соревнованиях по лёгкой атлетике, занимает более высокое место в итоговом зачёте.

За неучастие в виде программы Спартакиады команде присваивается последнее место в данном виде; команда лишается права сражаться за общекомандное первенство.

Предварительная заявка на участие в Спартакиаде принимается на электронную почту **spensionerov@bk.ru**, дублируется на электронную почту **pension93@mail.ru в срок до 5 мая 2018 г. включительно**. Заявка должна быть заверена врачом и органом управления физической культурой и спортом местного самоуправления.

Полный текст Положения опубликован на сайте Союза пенсионеров Подмосковья **http://pensioner-mo.ru/.**

ДОРОГАМИ ВЕРЫ

ЕСТЬ ПРИХОД НА ЗАРАЙСКОЙ ЗЕМЛЕ

ЕСТЬ в Зарайском районе один приход. Приход – это люди, объединившиеся вокруг храма. Вокруг этого храма – их много, они разные и из разных мест. Что влечёт их сюда? Что побуждает оставить на время житейские заботы и собраться вместе? Пожалуй, можно сказать – понимание того, что они нужны друг другу.

Церковная жизнь приносит радость от ощущения своего участия, хоть и совсем малого, в Великом деле Любви Божьей в преображении души каждого человека: и только начинающего жизнь, и уже убеленного сединами житейского опыта, потому что «С нами Бог!».

Приход собирается не только для совместных богослужений, он живёт активной разносторонней жизнью. Объединившись в общей молитве, прихожане и на другие задачи стараются смотреть сообща. А задачи эти также разнообразны, как и жизнь. Помимо заботы о своём храме, который необходимо убирать, ремонтировать, украшать к праздникам, более молодые прихожане под руководством опытных разбивают вокруг храма цветники, занимаются огородом и садом. Есть небольшое подсобное хозяйство и пасека. Всё это служит для общих трапез, которые устраиваются после каждого богослужения, а в праздничные дни особенно. Местные прихожане готовят для общей пользы пирожки, вареники, пельмени, сметану, творог и многое другое.

Ко всем отраслям деятельности привлекаются дети, которым передают опыт огородничества, садоводства, приготовления обедов, ухаживания за пасекой и домашней скотиной. Их учат управляться с телегой и верховой езде. Привлекают их и к подготовке всех совместных мероприятий.

Существует практика делиться друг с другом всем новым, что служит для общего назидания: почти во время каждой воскресной трапезы кто-нибудь читает или рассказывает то, чем считает нужным поделиться со всеми – от духовно-назидательного до практически полезного или познавательно-интересного.

С ребятами разных возрастов регулярно проводятся познавательные или спортивные игры, патриотические мероприятия, на которые приглашаются дети всех школ и детских садов Зарайского края.

Уже девятый год приход при поддержке и помощи многих людей и организаций готовит и проводит Зарайский Православный фестиваль, девиз которого – «Мы единая Православная семья», а целью является вовлечение как можно большего количества людей в церковное общение и духовно-нравственное и патриотическое воспитание молодёжи.

Прихожане большими группами под руководством настоятеля храма регулярно совершают паломнические поездки по святым местам России, другим Православным странам, таким как Сербия, Греция, Грузия и на Святую Землю.

Прихожанин.
Зарайский район,
село Рожново.

В паломнической поездке по Святой Земле

НАМ НА МЕСТЕ НЕ СИДИТСЯ

РЕГУЛЯРНЫЕ коллективные выезды пенсионеров Лобни в интересные места Москвы и Подмосковья стали уже привычным делом. Более трех лет, каждую неделю группы по 10-15 человек под руководством культорганизаторов Союза пенсионеров посещают бесплатные выставки, музеи, театры. Чаще всего организатором поездок является наша «вдохновительница на прекрасное», интересный и очень деятельный человек Ирина Григорьевна Комольцева.

Ее пример активной жизненной позиции вдохновил многих более молодых пенсионеров. В организацию приходят новые неравнодушные люди с профессиональным подходом к общественной работе.

Недавно под руководством нового председателя микрорайона Центральный Евгении Игоревны Адоринской была организована экскурсия в телецентр Останкино, где наши пенсионеры побывали в самой гуще телевизионных событий и получили незабываемые впечатления.

Валентина ИВАНОВА,
председатель Лобненского отделения.

ЕСТЬ ЧТО ПОСМОТРЕТЬ, ЕСТЬ ЧЕМ ГОРДИТЬСЯ

ОКАЗЫВАЕТСЯ, и самая простая, «неэкзотическая» поездка может дать много полезного и принести массу положительных эмоций – как недавний наш вояж в Черкизовский центр досуга и культуры имени В.Д. Шервинского.

Центр, носящий имя выдающегося медика, одного из основоположников российской эндокринологии, расположился в старинном здании земского начального училища, построенном в 1911 году по проекту архитектора Евгения Шервинского – сына Василия Дмитриевича. Надо особо отметить, что семья Шервинских более ста лет принимала деятельное участие в сохранении и развитии отечественной культуры. Благодаря этим людям село Черкизово в 30-50 гг. XX века по праву считалось одним из самых ярких культурных очагов Подмосковья и внесло свой вклад в историческую летопись Коломенского края.

В разное время на черкизовской земле по приглашению искусствоведа, поэта и переводчика Сергея Шервинского (второго сына Василия Дмитриевича) гостили Валерий Брюсов, Анна Ахматова, Борис Пастернак, Михаил Лозинский.

Ныне Черкизовский ЦДиК продолжает добрые традиции сохранения культурно-исторического наследия. Музейная экспозиция «Черкизово – Старки: история, быт, люди» – это настоящее прикосновение к истории.

В зале «Класс сельской школы» воссоздана атмосфера образовательного учреждения середины XX века. Здесь взрослые посетители получают возможность вернуться на мгновение в своё ученическое прошлое, а дети – подержать в руках настоящую перьевую ручку, полистать старые учебники и тоже почувствовать себя путешественниками во времени.

В зале «Мир русской избы» можно увидеть в работе настоящий ткацкий стан, подержать в руках рубель и ухват, узнать много интересного о быте наших предков, об исконных русских обычаях и традициях, познакомиться с историей появления в Подмосковье знаменитого мячковского лука.

В стенах Черкизовского ЦДиК работает выставочный зал, в котором проводятся выставки живописи, художественной фотографии и предметов декоративно-прикладного творчества.

Привлекают зрителей событийные интерактивные программы для взрослых и детей, спектакли, концерты, литературные и музыкальные вечера. В теплое время года организуются пешие экскурсии «По Ахматовской тропе», в ходе которых гости получают возможность побывать в памятных местах черкизовской земли.

Мы покидали Черкизово, уверенные в том, что любой человек, который вслед за нами захочет также побывать тут, получит множество приятных впечатлений.

Н. ЛУНИНА,
член Коломенского отделения
Союза пенсионеров Подмосковья.

НОВЫЕ ВСТРЕЧИ С ВЫСОЦКИМ

Недавно вся страна отметила 80-летие со дня рождения Владимира Высоцкого. У его творчества очень много почитателей, в том числе и среди представителей старшего поколения.

КЛУБ любителей поэзии и литературы «Литературные встречи», организованный при Ногинском отделении Союза пенсионеров Подмосковья (руководит им Н.А. Литвинова), провёл в январе две встречи, посвященные поэту.

Одна была традиционной, когда только мы готовили сообщения, сопровождаемые видеопоказом, читали любимые стихи поэта, делились личными воспоминаниями (даже принесли на встречу сохранившийся журнал «Советский экран» с редкой публикацией о В. Высоцком). А на второй выступали уже гости – члены литературного объединения «Электростальские зори», которые рассказали о себе и прочитали стихи, в том числе, посвящённые В. Высоцкому.

Но на этом наши встречи с Высоцким не закончились.

От Международного центра Славянской культуры и искусства и Нотно-музыкальной библиотеки им. П.И. Юргенсона мы получили приглашение принять участие в юбилейном вечере, посвящённом 80-летию поэта.

Кроме нашей делегации в Москву приехали пенсионеры из Мытищ, Реутова.

Сотрудники библиотеки встретили нас радушно. С большим вниманием мы выслушали рассказ сотрудника библиотеки кандидата культурологи С.Н. Ивашкина об удивительном человеке Петре Ивановиче Юргенсоне, чьим именем названа библиотека, его вкладе в развитие музыкальной культуры, его дружбе с П.И. Чайковским.

«Вернул» нас к В.С. Высоцкому режиссёр Олег Васин – автор документальных фильмов, посвящённых творчеству поэта. С 80-х годов он собирает материалы о Владимире Семеновиче и ведёт переписку с его почитателями.

Нашему вниманию были предложены документальные фильмы, в которых звучали песни В. Высоцкого в авторском исполнении, было много редкой кинохроники. В фильме «В. Высоцкий. Про друга закадычного» повествуется о Театре на Таганке, режиссёре Ю. Любимове, о дружбе Высоцкого с И. Дыховичным. А вот второй фильм «Поэт и клоун» был посвящён памяти двух гениев XX века – поэта слова и поэта арены, Владимира Высоцкого и Леонида Енгибарова и построен на произведениях В. Высоцкого и лирических новеллах Л. Енгибарова. Поэт посвятил своему другу-клоуну песню «Канатоходец».

Много было в их творчестве параллелей, и даже ушли они в один день 25 июля, только с разницей в 8 лет. После просмотра фильмов зрители задавали вопросы О. Васину.

Концертная программа юбилейного вечера проходила в музыкальной гостиной, где перед нами выступили музыканты и поэты – представители музыкального клуба «Аквалибра на Яузе», члены клуба авторской песни «Цап Ля» и другие. Каждого исполнителя слушатели провожали дружными аплодисментами…

Даже по дороге домой Высоцкий нас «не отпускал»: в автобусе вспыхнула дискуссия о его творчестве…

Валентина ТОНАЕВСКАЯ,
Галина РЯЗАНОВА,
г. Ногинск.

ВЕЛИКИЕ ПЕСНИ ВЕЛИКОЙ СТРАНЫ

Группа ветеранов труда из Апрелевки и Наро-Фоминска вместе с делегациями других малых городов и сёл страны побывала в Москве на концерте Народного артиста России, солиста Большого театра Владимира Маторина и Национального академического оркестра народных инструментов России им. Н.П. Осипова.

Концерт состоялся в Зале Церковных Соборов Храма Христа Спасителя при поддержке Совета Федерации Федерального Собрания РФ. В нем приняли участие лауреаты Фестиваля православной культуры и традиций малых городов и сельских поселений Руси «София-2017».

В этот вечер в исполнении Владимира Маторина прозвучали всеми любимые песни и романсы «Вечерний звон», «Вот мчится тройка почтовая», «Из-за острова на стрежень», «Живёт моя отрада», «Ах, Настасья», «Утро туманное» и многие другие. Под гром аплодисментов благодарные зрители дарили артисту букеты цветов.

Необыкновенно хорошо звучал Национальный Академический оркестр народных инструментов России им. Н.П. Осипова под управлением Народного артиста России, лауреата Премии Правительства РФ, профессора Владимира Андропова.

На концерте присутствовали многие известные люди: тележурналист и ведущий Андрей Караулов, знаменитый врач Лео Бокерия, деятели культуры и искусства.

Наши ветераны получили незабываемые впечатления и яркие эмоции от концерта и сердечно благодарили начальника Территориального управления Апрелевка Наро-Фоминского городского округа Е.А. Козлова за безупречную организацию поездки.

Людмила КИСЕЛЁВА,
инициатор мероприятия.

На фото: *ветераны Апрелевки и знаменитый хирург Лео Бокерия (справа).*

УНИВЕРСИТЕТЫ ТРЕТЬЕГО ВОЗРАСТА

УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО

В Главном управлении Пенсионного фонда РФ по Москве и Московской области №5, которое обслуживает жителей Северного округа столицы и подмосковных городов Химки и Долгопрудный, завершилась очередная учебная сессия для неработающих пенсионеров, занимающихся на курсах компьютерной грамотности, английского языка и в шахматной секции.

СТУДЕНТЫ, убеленные сединой, но с молодым задором в глазах, продемонстрировали мастерское владение интернетом в получении электронных услуг Пенсионного фонда. Зачет по иностранному языку сдавали на английском, беседуя на разные темы: от погоды до творчества Шекспира. А зачет по шахматам проходил в виде турнира на личное первенство. Победителем стал 87-летний Марк Ничиков, выигравший семь партий из семи возможных у более молодых соперников, младшему из которых недавно исполнилось 72 года.

– Они еще молодые, и у них есть возможность изучить премудрости этой прекрасной игры, – скромно сказал чемпион, комментируя свою блистательную победу.

За плечами М. Ничикова долгая и плодотворная трудовая биография: более 56 лет проработал он на различных предприятиях страны, участник Великой Отечественной войны, имеет правительственные награды за заслуги перед Родиной. И всегда находил время для шахмат.

– Хочу поблагодарить руководство Управления за организацию шахматной секции для пенсионеров. Я очень люблю эту игру: она развивает память, аналитическое мышление, боевой дух лидерства и главное – дает возможность общения с моими сверстниками, – сказал Марк Ничиков.

Бесплатные курсы действуют по инициативе руководства Управления уже третий год, за это время новые полезные знания получили более 700 пенсионеров. Занятия в группах проходят два раза в неделю. Каждый курс рассчитан на три месяца. А занимаются с пожилыми людьми сотрудники Управления в свободное от основной работы время. Это специалисты отдела информационных технологий, среди которых есть разрядники и призеры многих первенств по шахматам. Английскому языку обучает специалист-эксперт из Отдела по работе с обращениями граждан, имеющий диплом преподавателя. Он разработал специальную, доступную для пожилых людей программу.

Нынешним выпускникам в торжественной обстановке были вручены Почетные дипломы и призы от Управления ПФР №5.

Как отметила одна из слушательниц курсов, пенсионерка Ольга Хохлова, знания английского нужны для работы на компьютере.

Ее сокурсница Галина Шмакова убеждена, что занятия помогли ей улучшить память и избавиться от головных болей:

– Раньше я решала кроссворды, чтобы тренировать память. Но когда стала изучать английский, поняла, что читать тексты и запоминать новые иностранные слова гораздо интереснее и полезнее.

Первым поздравил выпускников курсов начальник ГУ ПФР №5 Александр Акименко. Он считает, что, помимо развития эрудиции, такие комплексные занятия стимулируют умственную деятельность, улучшают память, что очень важно для профилактики возрастных изменений и серьезных заболеваний. Не менее важно создание благоприятной душевной атмосферы для людей пожилого возраста, что также является целью организованных курсов. Александр Акименко сообщил, что есть идея открыть литературно-художественный кружок для пенсионеров, ведь многие из них пишут стихи, рисуют, красиво шьют и вышивают, а значит, необходимо способствовать развитию их творческого потенциала и в этих направлениях.

Василий ТРЕСКОВ,
специалист-эксперт
Отдела по работе
с обращениями граждан.

НЕВЫДУМАННЫЕ ИСТОРИИ

Я И МОЙ ДЕДУШКА

МОЙ ДЕДУШКА Василий Александрович Гоноцкий очень оптимистичный человек. Ему уже 80 лет. Я люблю его, люблю бывать в гостях у них с бабушкой на даче под Зеленоградом. Мы иногда приезжаем туда на 3-4 дня, чтобы хорошо провести время. Бабушка печёт ароматные пирожки, готовит вкусный суп, а мы с дедушкой жарим шашлык.

Дедушка очень умный – он доктор наук, работает в исследовательском институте. Он знает много интересного и познавательного, я люблю слушать, когда он рассказывает забавные или трогательные случаи из своей большой жизни.

Жил дедушка в деревне на Кубани, его мама одна растила троих детей, кроме него были еще две сестры. И дедушка, как единственный мужчина в доме, с детских лет брал на себя всю серьезную работу.

Когда он закончил Армавирский техникум, то решил ехать в Москву, поступать в институт. Денег на дорогу не было, и в далекое путешествие они с приятелем отправились на крыше поезда… Какое же сильное желание учиться было у ребят, раз они решились на такое! И дедушка не зря преодолевал эти трудности. Он стал лучшим студентом в институте, получал сталинскую стипендию, а по ночам успевал работать грузчиком или носильщиком на Павелецком вокзале. Зарабатывал деньги, чтобы посылать маме и сестрам.

Дедушка – ведущий специалист в области переработки птицы. Он (это я запомнил особенно) разработал первые в Советском Союзе консервы для детского питания из мяса птицы. Мама рассказала, что в детстве ее самыми любимыми были консервы «Мясо перепелов с черносливом». А еще он разрабатывал консервы для космонавтов. Во время знаменитого полета кораблей «Союз» и «Аполлон» советские и американские космонавты на борту ели консервы моего дедушки. В музее космонавтики на стенде космического питания выставлены консервы моего дедушки, чем я очень горжусь.

Дедушка очень активный. Когда мы бываем на даче, он встает самый первый и сразу же принимается за дела – поливает, косит, копает, красит забор или белит деревья. Иногда соседи бывают недовольны, что дедушка будит их в выходной день шумом газонокосилки…

Дедушка делает всё очень-очень тщательно. Так тщательно, что бабушка порой ворчит на него! Ей хотелось бы получить результат побыстрее.

В общем, у дедушки много хороших черт. Однако есть одно большое «но». Он очень любит читать нотации, поучать. Когда я у них в гостях, он делает мне тысячу замечаний, что я бегаю, кричу, неосторожно играю в футбол, выпустил всю воду из большой ёмкости, люблю жечь костер и всё время потихоньку прихватываю его спички... А больше всего ругает и читает нотации за то, что я плохо ем (а на даче я хорошо ем только шашлык)… И дедушка как химик-пищевик начинает читать за столом лекцию о правильном питании, о расщеплении белков и углеводов, о взаимодействии микроэлементов и влиянии пищи на развитие и рост организма. В результате мы с дедушкой ссоримся, я на него обижаюсь. И в последнюю нашу встречу я решил, что долго-долго не захочу видеть дедушку: пусть он отдохнет от меня, а я отдохну от него. Всё! Хватит! Шумит и ругается! Не хочу!..

А в субботу случилась беда. И она изменила все мои мысли, все мои ощущения. В субботу дедушка попал в аварию. Сработала подушка безопасности, она его защитила и спасла. Но на какое-то время дедушка потерял память. Он вышел из машины, выбросил телефон и пошел по проезжей части. Добрые люди подняли телефон, позвонили бабушке, сообщили о беде, пытались дать дедушке телефон, но он не хотел разговаривать. Другие люди, проезжая мимо, заметили непонятную ситуацию, остановились, усадили дедушку к себе в машину и отвезли в больницу.

Дедушка в тяжелом состоянии сейчас в реанимации. Ему делают успокоительные уколы и дают специальные препараты. Мы все переживаем за его здоровье.

И сейчас я понял, как важен, как дорог мне дедушка! Мне стыдно за свои мысли, за то, что я хотел долго-долго не встречаться с ним!

Он нам очень нужен! Без него будет очень трудно бабушке, без него будет пусто и одиноко дома, на даче. Без него будет очень пусто в моей жизни. Я хочу, чтоб дедушка жил очень долго! А я постараюсь не хулиганить хотя бы в его присутствии. И хорошо кушать…

P.S. *Пока я писал рассказ, пришло важное известие: дедушку перевели из реанимации в палату! Дедушка уже потихоньку ходит! Узнал бабушку! И уже начал давать советы соседям по палате и медицинскому персоналу. Ура! Я узнаю своего дедушку! Это значит, он точно пошел на поправку!*

Дай Бог ему здоровья и много-много сил! И мы еще пожарим шашлык на даче!

Семён РУДНИЧЕНКО,
10 лет.

В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО

РУССКИЙ СЕВЕР – ТЫ МОГУЧ!

Недавно в Доме художника на Крымском валу прошла презентация уникального художественного альбома, посвященного творческому объединению художников «Русский Север» (о нем мы уже рассказывали нашим читателям), и открытие большой художественной экспозиции.

КРАСОТА северной природы с ее белыми ночами и всполохами северного сияния привлекает многих художников, стремящихся сюда год за годом. Еще до революции первозданную красоту этого края открывали А. Архипов, И. Билибин, К. Коровин, Н. Рерих, В. Серов и другие. Привлекала она и советских живописцев. А в 1977 году группа художников организовала объединение «Русский Север», члены которого выезжали в творческие поездки на север нашей страны. В связи с 40-летним юбилеем этого объединения и был выпущен в свет альбом «Русский Север». Под его обложкой собрались 34 известных мастера живописи и графики.

Учитывая большое значение выставки в ЦДХ, на ее открытие прибыл первый Вице-президент Императорской Российской Академии художеств (РАХ), народный художник России Виктор Григорьевич Калинин. В своем выступлении он отметил, что Русский Север со своей уникальной природой, выдающимися памятниками деревянного зодчества и своеобразным, веками сохраняемым жизненным укладом местных жителей всегда служил для русских художников притягательным местом, где они в полной мере могли проявить свой талант и мастерство. Неброская красота Северного края и часто меняющееся состояние его природы требуют от художника большого мастерства.

Было приятно и волнительно сказать свое слово и мне, как председателю «Русского Севера». Уже в течение 30 лет я веду работу по пропаганде искусства художников этого объединения.

Далее ведущий предоставил слово заслуженному художнику России Н.В. Буртову, который в своем выступлении рассказал о том радушном гостеприимстве, с которым местные жители всегда встречают художников из Москвы.

Николай Буртов несколько лет назад был назначен руководителем северного пленэра. Оказалось, что это было правильное решение. После некоторого перерыва в деятельности объединения он сумел организовать несколько творческих поездок в северный регион.

Одним из самых посещаемых художниками мест был и остается старинный город Мезень. В 60-е годы XX века это место прославил Виктор Попков своей картиной «Мезенские вдовы». Уже почти полвека прошло со дня трагической гибели талантливого художника, но до сих пор местные жители помнят этого доброго и отзывчивого человека. В нынешней экспозиции было представлено немало произведений, созданных нашими художниками на материале окрестностей Мезени.

В работе выставки приняли участие 15 художников из Московии. Члены объединения представили на суд взыскательного зрителя большую ретроспективную художественную выставку. Среди ее участников – член-корреспондент РАХ, народный художник России, лауреат Госпремии России М.Г. Абакумов (Коломна), академики РАХ Н.И. Боровской (Москва), А.А. Захаров (Кострома), И.С. Виханский (Щелково), народные художники России К.А. Прохоров (Дмитров) и В.Б. Попов (Королев), заслуженные художники России Н.В. Буртов (Подольск), Д.А. Воронцов (Сергиев Посад) и другие замечательные, широко известные художники.

Всего в экспозицию вошло 90 живописных и графических работ. Зритель, безусловно, проявит интерес к произведениям известных мастеров, среди которых народные художники России Е.И. Зверьков (Москва) и Б.Н. Поморцев (Петрозаводск), заслуженные художники России Н.С. Давыдов (Тверь), А.А. Захаров (Кострома), В.А. Орлов (Ногинск), А.Г. Феофилактов (Мурманск) и другие.

Известный композитор, лауреат премии Правительства России по культуре, заслуженная артистка России Валерия Беседина отметила созвучие и сопричастность обоих творческих союзов – художников и композиторов. Особое внимание она обратила на большую энергетику и положительные эмоции, исходящие от произведений, представленных на выставке, на их скрытую, но, тем не менее, ощутимую музыкальность.

Художественная выставка стала центром притяжения не только для людей искусства, но и для всех, кто неравнодушен к прекрасному. Так, сумел найти время, чтобы посетить выставку «Русский Север» Министр обороны Сергей Шойгу.

Проведенное в залах ЦДХ мероприятие дало старт новому этапу жизни объединения, и художники уже намечают следующие маршруты для творческих командировок на север нашей страны.

Лев МИЛОВИДОВ,
Заслуженный деятель искусств России,
Лауреат премии Императорской Российской Академии художеств.
г. Мытищи.

КРАСОТА РОДНОГО КРАЯ

ПОМНИТЕ, в фильме «Весна на Заречной улице»: «Хочу, чтобы наша фамилия зазвучала!..». Сегодня тысячи людей по всей стране делами и свершениями заставляют звучать свои самые простые фамилии.

Уже давно это удалось сделать и Виктору Петрову, уроженцу небольшого поселка Белоомут, что в Луховицком районе.

Мальчишкой он рисовал здесь свои первые акварели. А после школы Виктор поступил в Касимовское художественно-педагогическое училище, которое закончил в 1979 году. Следующей ступенькой в образовании стал худграф Московского педагогического института.

Уже в то время молодой художник активно работал, принимал участие в различных выставках. В центре внимания Петрова была близкая и понятная ему деревенская тема: будни селян, природа родного края.

Взгляните на работы живописца: сколько солнца даже в зимних пейзажах, насколько любовно и умело широкими мазками кисти создает он ощущение пространства, наполненного воздухом и светом!

Сегодня Виктор Владимирович – заслуженный художник России, один из самых ярких живописцев Подмосковья. Его картины можно найти во многих музеях, галереях и частных коллекциях нашей страны, Англии, Канады, Турции, Испании... Но при этом он не забыл и свою малую родину.

Здесь, в Белоомуте, в одном из заброшенных зданий Виктор Владимирович несколько лет назад начал создавать музей – сам, своими руками, за свои средства. К счастью, в одиночестве он не остался: к делу подключились местная администрация, меценаты. В минувшем году ремонт был завершен, и историко-художественный музей распахнул свои двери. К знаменательному событию Виктор Петров приготовил подарок: целый ряд экспонатов и двенадцать своих картин. Это, по его словам, не последний подарок музею. Подарок родной земле, воспитавшей художника и дающей силу его таланту.

Вечер в Зарайске (2014)

Мартовская улочка (1994)

СВОИМИ РУКАМИ

Любовь КУШНИР

САД МОЕЙ МЕЧТЫ

Я ВСЮ жизнь мечтала о красивом саде, часами разглядывая журналы по цветоводству... Мечта осуществилась только в 2007 году, когда мы, уже на пенсии, купили дом в деревне. При доме – 32 сотки. Сначала расстроились: не справимся с таким объёмом! Но со временем всё сложилось: лесок и лужок при нём оставили нетронутыми, только траву косим, 12 соток отдали под огород, 12 соток – под сад.

Осваивая новое пространство, прислушивалась к советам опытных цветоводов, много училась, собрав целую библиотеку книг и журналов по садоводству и огородничеству. С первых дней веду журнал, куда записываю, какие растения купила, когда, где. Записываю планы посадок, посевов, что и где посадила, а также свои наблюдения и выводы, идеи по оформлению сада. Это очень помогает организовать работу, ведь сейчас у меня более четырёхсот видов растений, всё упомнить трудно. Да и ошибок меньше делаешь, а в нашем деле ошибешься – исправить можно будет только через год.

Так больно бывает смотреть, когда люди покупают растения, а сами не хотят знать, как ухаживать за ними. Воткнули в землю – пусть растёт! Я считаю: взять в сад растение – это что ребенка в семью. Вкладывай душу, силы, изучай его, люби, а иначе и брать не надо. Я убеждалась не раз, да и учёные пишут об этом, что растения слышат людей и реагируют на наше отношение. Они страдают, мучаются и умирают, если им плохо, и, как всё живое, радуются жизни, пышно цветут, обильно плодоносят, когда хорошо.

За десять лет нам удалось создать красивый сад. Конечно, он далёк от совершенства, но получилось организовать пространство, сделать его уютным, а главное, цветущим с ранней весны до поздней осени.

В моём саду, кроме плодовых, есть декоративные деревья и кустарники: яблоня Недзведского, Сумах оленерогий, калина Буль де Неж, белая акация, форзиция, миндаль, волжанка, чубушники, несколько сортов спирей, рододендронов, сирени. Особое место

в саду занимают гортензии: древовидная, крупнолистная, метельчатая, пильчатая, черешковая. Много хвойников. Очень украшают сад своим пышным цветением клематисы (14 сортов). И, конечно же, есть разные группы роз, в том числе плетистые, они у меня на первом месте.

Я не ленюсь везти растения отовсюду, где бываю, а потому у меня много цветов, которые нечасто встречаются в Подмосковье, и это придаёт своеобразие саду.

Нам очень повезло: участок расположен на берегу речушки, с леском на берегу. Этот лесок закрывает участок с северо-востока и является отличным фоном для моих растений. Он полон птиц, и каждую весну мы наслаждаемся их пением. С птицами мы дружим, выращиваем подсолнухи: нам – красота, птичкам – корм. Перед домом у нас небольшой склон, а за домом – невысокий обрыв, что также придаёт своеобразие саду. Но это – дело рук природы.

А дело наших рук – аллея плетистых роз, декоративный прудик, большой и малые цветники, горка, розарий, лужайки, дорожки, беседка, уголки отдыха.

БОЛЬШОЙ цветник – одна из достопримечательностей нашего сада. Он действительно большой: 18 на 8 метров. Мы разбили его на небольшом естественном склоне между центральной дорожкой (розовой аллеей) и забором. Высокий забор задекорировали тладиантой, девичьим виноградом, хмелем.

Высадили форзицию, керрию японскую, вейгелу, жёлтую плетистую розу, они цветут в разное время и создают хороший фон для многолетних цветов. Чтобы усилить эффект их цветения, в подножии склона разбили газон овальной формы. Между газоном и зелёной стеной забора высадили высокие многолетники, учитывая их цвет и сроки цветения. На заднем плане расположили высокие кусты синего, голубого и белого дельфиниума, василистник, горцы, высокую осеннюю ромашку.

Перед ними – флоксы разных сортов, монарда, анемона японская, бузульники Пожарского и зубчатый, колокольчики высокорослые и др.

Следующие ряды – лилии разных сортов, лилейники, инкарвиллея, ромашки, энотера, аквилегия, турецкая гвоздика, лиатрис, ирисы, тысячелистник Птармика, мелколепестник, астильба, пионы, мак восточный, хризантемы и другие цветы.

Всего на Большом цветнике расположилось более 60 видов многолетников.

РАННЕЙ весной, пока многолетники набирают силу, здесь ликуют ранние цветы: примулы, нарциссы, тюльпаны, мускари, шахматный рябчик, маргаритки, незабудки, крокусы, пушкинии, пролески, морозник, посаженные между ними. Поднявшиеся стебли многолетних цветов закрывают собою отцветшие луковичные, имеющие неприглядный вид, поэтому цветник всегда выглядит опрятно. До поздней осени здесь цветут хризантемы, очитки, рудбекии, эхинацеи, многолетние астры. Их яркое цветение разбавляют красивой листвой голубая осока, медуница сахарная, гейхера, бузульник зубчатый.

Удачно получился прудик, который мы расположили в саду, в самом низком месте. Дизайнеры не советуют располагать пруды среди деревьев, но в нашем случае такое расположение было оправдано. Я уже говорила, что сад стоит на склоне, и нужно было зрительно выровнять и оживить унылый склон. Копая яму для пруда, мы выкладывали землю вокруг, делая как бы подпорную стенку. Края стенки укрепили пластами дернины, поэтому прудик естественно вписался в газон, посеянный в саду. Мы вкопали ёмкость на 900 литров, посадили вокруг разные сорта хост, астильбы, бадан, традесканцию, ирисы, голубую осоку, флокс растопыренный и другие цветы. Когда разрослись кусты вокруг водоёма, зеркало воды потерялось среди них. Осенью мы вкопали рядом ещё одну ёмкость, увеличив площадь водного пространства. Стало намного лучше. Недаром дизайнеры советуют, чтобы площадь пруда была не менее трёх квадратных метров.

На заднем плане прудика посадили плакучую иву, а на переднем, у основания, положили большой плоский камень, чтобы подходить к воде, и высадили низкие почвопокровные цветы: травяную гвоздику, ясколку, тимьян. Позаботились и о том, чтобы цветение вокруг пруда продолжалось весь сезон. Наш прудик облюбовали лягушки, стрекозы, бабочки, шмели, что очень оживляет картину.

Рост плакучей ивы регулирую обрезкой, но хочу напомнить, что укорачивать очень длинные веточки, склонённые до самой воды, нельзя. Их надо срезать полностью снизу от ствола.

Позаботились мы и об уголках отдыха. Расположили их в разных частях сада. Один – тенистый, прохладный, с мягкой большой скамьёй, с видом на большой цветник.

Второй – укромный, скрытый экзотической маклеей, кустами сирени, жасмина, с большой оригинальной белой скамьёй, – в северном углу сада. Между двух яблонь рядом с прудиком и цветником, который тянется вдоль межи до самого дома, мы вымостили площадку красивой плиткой, поставили белый круглый металлический столик и белые кресла, тоже из металла. Получился уютный чайный уголок, он хорош тем, что удалён от дома, там всегда прохладно и открывается красивый вид на сад.

Третий – среди роскошных гортензий: древовидной, крупнолистной и метельчатой с белой скамьёй «тет-а-тет». И, наконец, четвертый – диван-качели с видом на розарий.

Самое популярное место отдыха – это беседка, сделанная руками мужа и брата. Беседка удалена от дома и стоит над обрывом, утопая в ветвях прибрежного леса. Виды из неё чудесные: справа и слева – цветники, сзади – речка в тени деревьев, впереди – лужайки с цветниками.

КАЖДЫЙ из уголков – любимый и посещается по настроению: есть романтический, есть «кофейный», «чайный», для чтения, для дневного сна, для приёма гостей... Я абсолютно убеждена: уголки отдыха должны быть в каждом саду. Всем нам, любителям-садоводам, приходится очень много работать. А если при этом не создать условий для отдыха души и тела, то зачем тогда всё это нужно?

Хочу ещё отметить, что большую роль в оформлении нашего сада играет садовая мебель белого цвета. Белый цвет оживляет, подчёркивает красоту цветов, усмиряет буйство красок. Белый цвет придаёт изысканность пейзажу и прекрасно сочетается с зелёным, особенно если повторить его несколько раз. Например, белая скамья, белые вазоны с белыми петуниями облагородят любой уголок сада.

Скажете: где же простому труженику столько денег взять, чтобы всё красиво и уютно оформить, на пенсию-то не разгуляешься! Это так. Но если осмо-

треться вокруг, включить фантазию, приложить руки, то много денег и не понадобится. Милая скамеечка «тет-а-тет», уютные кресла, мягкая скамья с резной спинкой – все это в прошлом хлам, который достался от прежних хозяев. После реставрации они получили вторую жизнь и очень украсили наш быт.

О саде, цветах могу говорить бесконечно, моя жизнь наполнена этим. Вот и хочется поделиться с добрыми людьми, единомышленниками своими успехами, своею радостью и помочь тем, кто только ступает на эту стезю. По себе знаю, что удачная идея может открыть путь такой фантазии, что человек сам на себя удивляется. Я охотно делюсь с гостями сада не только идеями, но и посадочным материалом.

Скоро весна. Каждый год с волнением жду: всё ли перезимовало, выжило? К сожалению, потери неизбежны, но мы, цветоводы, народ упрямый. Только бы здоровье не подвело. Если всё будет хорошо, приглашу в гости. Ведь недаром говорят, что лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.

Продолжение следует.

ПОЛЕЗНЫЕ АДРЕСА

ЗАБОТА О ЛЮДЯХ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ ВСЕГДА БЫЛА ВОЗЛОЖЕНА НА ГОСУДАРСТВО. НО СЕГОДНЯ ОНО НЕ В ПОЛНОЙ МЕРЕ ВЫПОЛНЯЕТ СВОИ ОБЯЗАННОСТИ, МОТИВИРУЯ ТЕМ, ЧТО НЕХВАТКА СРЕДСТВ, ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КРИЗИС НЕ МОГУТ СОЗДАТЬ ЭФФЕКТИВНОЙ СИСТЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ПЕНСИОНЕРОВ. ОСОБЕННО В ТОЙ ЧАСТИ, КОТОРАЯ КАСАЕТСЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ И УХОДА ЗА ПОЖИЛЫМИ И БОЛЬНЫМИ СТАРИКАМИ.

«СОЦИАЛЬНЫЙ ПАНСИОНАТ» – ПОМОЩЬ, ДОБРО, ВНИМАНИЕ!

ЖИЗНЬ предложила свое решение этой проблемы. В последнее время появились частные пансионаты для пожилых. Одной из самых известных компаний в этой важной социальной сфере стала сеть «Социальный пансионат». Она многим отличается от тех, кто громким названием прикрывает стремление превратить это важное и ответственное дело в «чистый» бизнес.

Сеть уютных домов по уходу за пожилыми людьми «Социальный пансионат» предлагает своим клиентам профессиональную помощь во всех отношениях. Все специалисты имеют высшее и профильное образование, большой опыт работы в медицинских и социальных учреждениях. Они стараются быть ласковыми и добрыми помощниками для тех, кто приезжает в пансионаты.

ПРОЖИВАЯ там, постоялец проводит время в комфортабельных номерах, где есть все необходимое – от душевых кабин до современных телевизоров. Все пансионаты расположены в экологически чистых районах Московской области. Одно из самых необходимых, в чем нуждаются люди пожилого возраста – это постоянное внимание. Им нужно, чтобы интересовались их здоровьем, заботами, чувствовали их настроение.

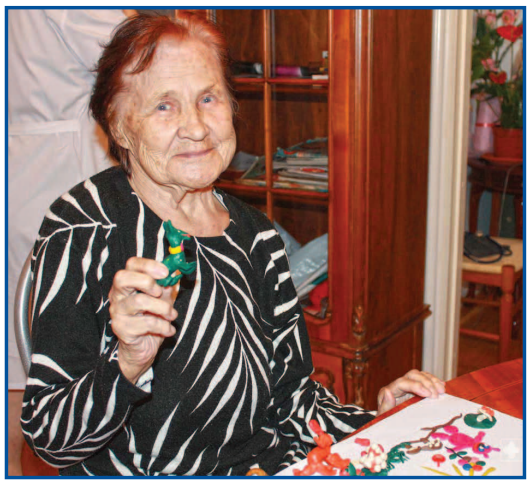
В пансионатах созданы все условия для активного времяпровождения пожилых людей. Важно, чтобы на территории имелась парковая зона с дорожками для пешеходов, беседками, лавочками и столиками. Скоро планируем реализовать проект «Активное долголетие» с установкой специальных спортивных уличных площадок.

ОДНИМ из лучших объектов для отдыха и лечения в настоящее время является пансионат «Русь». Здесь имеются комфортабельные номера на двоих, кинозал, тренажеры, столовая, зона спорта и отдыха. В великолепном парке можно погулять среди деревьев, наслаждаясь свежим воздухом. Именно в этом пансионате скоро будет открыт специальный медицинский центр косметологии и омоложения.

Если вы хотите, чтобы ваши пожилые родственники получили уход высокого уровня, настоящую заботу и внимание – то вам именно сюда! Каждый объект в нашей сети пансионатов для пожилых, независимо от его месторасположения, предложит услуги именно такого качества.

Главное в работе «Социального пансионата» – любовь к тем, кто приехал за помощью, добрым словом, участием и нежной заботой.

ТЕЛЕФОН: +7(495) 181-07-93 КРУГЛОСУТОЧНО РЕГИСТРАТУРА.



СЕКРЕТЫ ДОЛГОЛЕТИЯ

Академик Скулачёв: «Единственный способ замедлить старение – недоедать»

Газета «АиФ Здоровье» опубликовала интервью с академиком РАН, директором Института физико-химической биологии им. А.Н. Белозерского Владимиром Скулачёвым. Владимир Петрович уже много лет занимается проблемами старения и полагает, что, зная законы биологии, действующие в живой клетке, мы можем «вылечить» старость как одну из главных болезней, поражающих человеческий организм. Вот наиболее интересные фрагменты из этого интервью.

– Учёные уже давно пытаются найти способ замедлить старение. Но на сегодняшний день неизвестно ни одного вещества или метода, способного замедлить этот процесс. Кроме одного. Это ограничение питания. Если животное живёт впроголодь (то есть ему дают 70% от объёма пищи, который он бы съел при неограниченном доступе к ней), то оно живёт дольше. Причём, как показывают опыты, не только увеличивается продолжительность жизни, но и замедляется процесс старения. Медленнее развиваются признаки старения (например, поседение), отступают такие старческие болезни, как ишемическая болезнь сердца, глаукома, катаракта и даже рак.

«Ограничение питания» в какой-то степени отключает генетическую программу старения (а мы полагаем, что старение – это программа). Обычно организм сам себя заставляет стареть, чтобы вид эволюционировал. А вот если начался голод – тут уже не до эволюции, приходится элементарно бороться за сохранение жизни! Если организм не подключит свои резервы, человечество в этой ситуации вымрет. И организм отключает процесс старения, который, кстати, отнимает очень много энергии, и бросает все ресурсы на поиск еды.

– Голодать нужно регулярно?

– Нет, лишь время от времени. В этом плане гениально устроены религиозные посты, предписывающие устраивать себе такого рода разгрузки и тем самым продлевать жизнь. Важно, что там существуют по-настоящему мудрые ограничения: детям, пожилым и больным людям есть можно вдоволь. А вот молодым и здоровым полезно поголодать.

– Голодать из-за отсутствия денег – это совсем другое, чем сознательное ограничение в пище. Те, кто боится остаться голодным, обычно страдают перееданием, стараются забить желудок вредной пищей, богатой жирами и углеводами, пытаясь таким образом снять стресс. Дольше живут те, кто ограничивает себя в пище сознательно, а не по принуждению.

– Что ещё, кроме правильного голодания, можно рекомендовать для продления жизни?

– Активные физические нагрузки, занятия спортом, позитивный настрой. Наука подтверждает: многовековые догадки учёных о том, что пресловутый здоровый образ жизни приводит к долголетию, совершенно верны. Так и есть. Хотя ясно, что без участия науки существенно продлить жизнь не получится. Вот в этом направлении мы и работаем.

Источник: «АиФ Здоровье»

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

теплэко

КАКАЯ ПЕЧЬ БЕЗ ДРОВ ГРЕЕТ?

А. Вассерман: «ТеплЭко» – эффект русской печи»

ЭФФЕКТИВНОЕ ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОТОПЛЕНИЕ ДЛЯ ВАШЕГО ДОМА

В стародавние времена добрая русская печь занимала половину избы, требовала внимания и заботы. В общем, за то тепло, которое отдавала, заставляла человека поработать. Нынче, хотя печи-батареи горячо квартиры греют, мы все же хоть иногда, но мечтаем не то что о печах, о «буржуйках» хотя бы.

Что ж, мечты сбываются! Не «буржуйкой», а целой русской печью сегодня может обзавестись каждый, при этом займет новая печь всего около *одного квадратного метра на стене*, не потребует дров и вообще какого бы то ни было внимания, ее всего лишь нужно будет включить в розетку.

Речь идет об экономичном обогревателе **«ТеплЭко»**, который сочетает в себе лучшие теплоносные характеристики кирпича русской печки и современные технологии, сделавшие его компактным и экономным.

МЕЧТЫ О ТЕПЛЕ

Так получается, что батареи у нас то греют, то не греют. И даже если в мае квартирную «печку» можно отключить, в сентябре ее не включишь, так как отопительный сезон еще не начался. А еще, бывает, батареи засоряются… А еще падает давление в системе… А еще… Да мало ли отговорок мы слышали о том, почему в квартире вдруг становится холодно. Послушав о причинах похолодания, мы достаём обогреватели, какие у кого есть: масляные, «ветерки», калориферы. Одни сушат воздух, другие угрожают пожаром, к третьим нельзя подпускать детей. В общем, мороки с ними не меньше, чем с громадной русской печью. И лучше не вспоминайте, каких они требуют расходов: счет за электричество лучше оплачивать с закрытыми глазами!

Но **«ТеплЭко»** способен все эти проблемы решить разом. Он представляет собой декоративную панель, внутри которой спрятан хромоникелевый нагреватель, залитый составом из кварцевого песка. **«ТеплЭко»** можно использовать как отдельно, так и создавать отопительные системы, количество обогревателей зависит от площади. Один обогреватель устанавливается на 9 квадратных метров, при условии стандартной высоты потолков. До требуемой температуры такая панель нагревается за 10-15 минут, а остывает, как плотная кирпичная стена – несколько часов.

«ТеплЭко» не сушит воздух, не сжигает кислород, пожаробезопасен (так как не нагревается более чем до 98 градусов) и в четыре раза экономнее обычного чайника (даже за сутки работы одна панель потребляет всего 2,5 кВт. при использовании терморегулятора). Номинальная мощность обогревателя 400 Вт. Размер обогревателя 600 мм*350мм*25мм, вес 12 кг.

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ И НАДЕЖНЫЙ

Главное преимущество обогревателя **«ТеплЭко»** – его самостоятельность. Оптимальную температуру, которую он должен поддерживать в комнате, можно задать с помощью терморегулятора. И все. Он будет работать, создавая атмосферу настоящего домашнего, «обжитого» уюта – когда можно играть с детьми на полу, спокойно спать, ворочаясь и раскрываясь, какие бы морозы ни трещали за окнами. Еще обогреватель **«ТеплЭко»** идеально подходит для дачи, гаража или офиса. Завод **«ТеплЭко»** является единственным производителем в России подобных энергосберегающих обогревателей из песка высокой степени очистки. Купить обогреватель Вы можете в нашем фирменном магазине, или заказать доставку по телефону. А для установки обогревателя потребуется минимум сил и сноровки, три самореза и отвертка.

И пусть простота обогревателя не вызывает никаких сомнений в его долговечности. Как известно, все гениальное устроено довольно просто. И обогреватель **«ТеплЭко»** может работать практически вечно, ведь его нагревательные элементы не контактируют с воздухом и не окисляются. **Гарантия 5 лет, срок эксплуатации НЕ ОГРАНИЧЕН.**

Обогреватель «ТеплоЭко» является победителем конкурса «Сто лучших товаров России» 2015 и 2017 гг.

Обогреватель «ТеплоЭко» является победителем конкурса «Лучшие товары и услуги ГЕММА» 2017 г.

www.tepleko.ru

СДЕЛАНО В РОССИИ

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Единственный в Москве фирменный магазин компании «ТеплЭко» расположен по адресу: г. Москва, ул. Монтажная, д.9, м. «Щелковская», ТЦ «Мандарин», пом. В1-6.

Тел. 8-800-333-05-35 (звонок по России бесплатный), 8-499-703-01-49, 8-925-060-65-78

ЭКОНОМИЧНОСТЬ – В сутки потребляет всего 2,5 -3 кВт*ч электроэнергии при использовании терморегулятора

БОЛЬШОЙ СРОК СЛУЖБЫ – Срок службы не ограничен, гарантия 5 лет

БЕЗОПАСНОСТЬ – 1-й класс пожаробезопасности – абсолютно пожаробезопасен

КОМФОРТ – Не сушит воздух, не сжигает кислород

ПРОСТОТА УСТАНОВКИ – Справится любой хозяин дома

ЭКОЛОГИЧНОСТЬ – Наша продукция соответствует самым высоким санитарным требованиям

В КОНЦЕ НОМЕРА

«ГУЛЯЕМ ПО МОСКВЕ»: БЕСПЛАТНЫЕ ПЕШИЕ ЭКСКУРСИИ

ДЕВЯТЬ пешеходных экскурсий (9, 10, 13, 15, 16 и 17 марта) будут посвящены истории фестивалей и ярмарок в столице. Каждая экскурсия продлится от полутора до двух часов, вести их будут гиды городского проекта «Гуляем по Москве». Все экскурсии бесплатные, но на них нужно успеть заранее зарегистрироваться на сайте этого проекта. Там же вы узнаете время экскурсий и адреса.

Источник: портал мэра Москвы.

Любопытное

ВЫЗОВ БРОСАЮТ... ДАМЫ

ЖЕНСКИЕ дуэли были беспощаднее мужских, погибали в них чаще (и зачастую оба бойца). Однако и викинги, и средневековые простолюдины, и дворяне Нового Времени не видели в них ничего предосудительного. Нравы тогда были пожестче.

Вероятнее всего, культура женских дуэлей (и дуэлей вообще) берет свою основу в средневековой традиции судебных поединков. В те времена правосудие решало особо запутанные дела, назначая так называемый «Божий суд», во время которого истец и ответчик с оружием в руках доказывали собственную правоту самым жестоким образом. Считалось, что высшие силы защитят правого, и он обязательно победит даже более сильного соперника.

Иногда случалось так, что судебный поединок назначали, дабы разрешить спор мужчины с женщиной, и тогда подобный бой устраивался по особой схеме. Чтобы все было по-честному, женщине давалась поблажка: ее противник по пояс опускался в узкую яму, из которой не мог самостоятельно выпрыгнуть, а иногда ему просто привязывали левую руку за спиной.

В Россию мода на дворянские дуэли пришла из Европы, и особенно ярко они проявили себя во времена Екатерины II, которая и сама в молодости дралась на дуэли с троюродной сестрой, так что на шалости своих подданных смотрела сквозь пальцы. В эту эпоху прославилась и княгиня Екатерина Воронцова-Дашкова, которая в 1770 году, во время пребывания в Лондоне, поссорилась с местной аристократкой, немедленно отправившись драться с ней на шпагах в саду. Получив незначительные раны, дамы разошлись с миром.

К началу 20 века дуэльная лихорадка сошла на нет, превратившись в фарс. К примеру, из-за внимания известного композитора Листа французская писательница Жорж Санд дралась на ногтях с возлюбленной композитора Марией д'Агу, а их избранник сидел в это время в соседней комнате и ожидал финала схватки своих фурий.

К счастью, в наше время девушки не так часто используют оружие для доказательства своей правоты.

izbrannoe.com

ПОЛУЧИТ КАЖДЫЙ

ПЕНСИОНЕРАМ В ПОДМОСКОВЬЕ ЕДИНОВРЕМЕННО ВЫПЛАТЯТ ПО 5 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ

ЕДИНОВРЕМЕННУЮ выплату в размере пяти тысяч рублей получат до 1 июля все пенсионеры Подмосковья в возрасте от 70 лет.

Если пенсионер получает деньги на банковский счет, то туда и придут обещанные пять тысяч. Если пенсию приносит почтальон, то из его же рук можно получить материальную поддержку.

Обращаться в отделения социальной защиты по поводу выплаты нужно будет только тем гражданам, которые отметят 70-летний юбилей во втором полугодии. Они тоже смогут претендовать на выплату, нужно будет лишь заранее сообщить о себе.

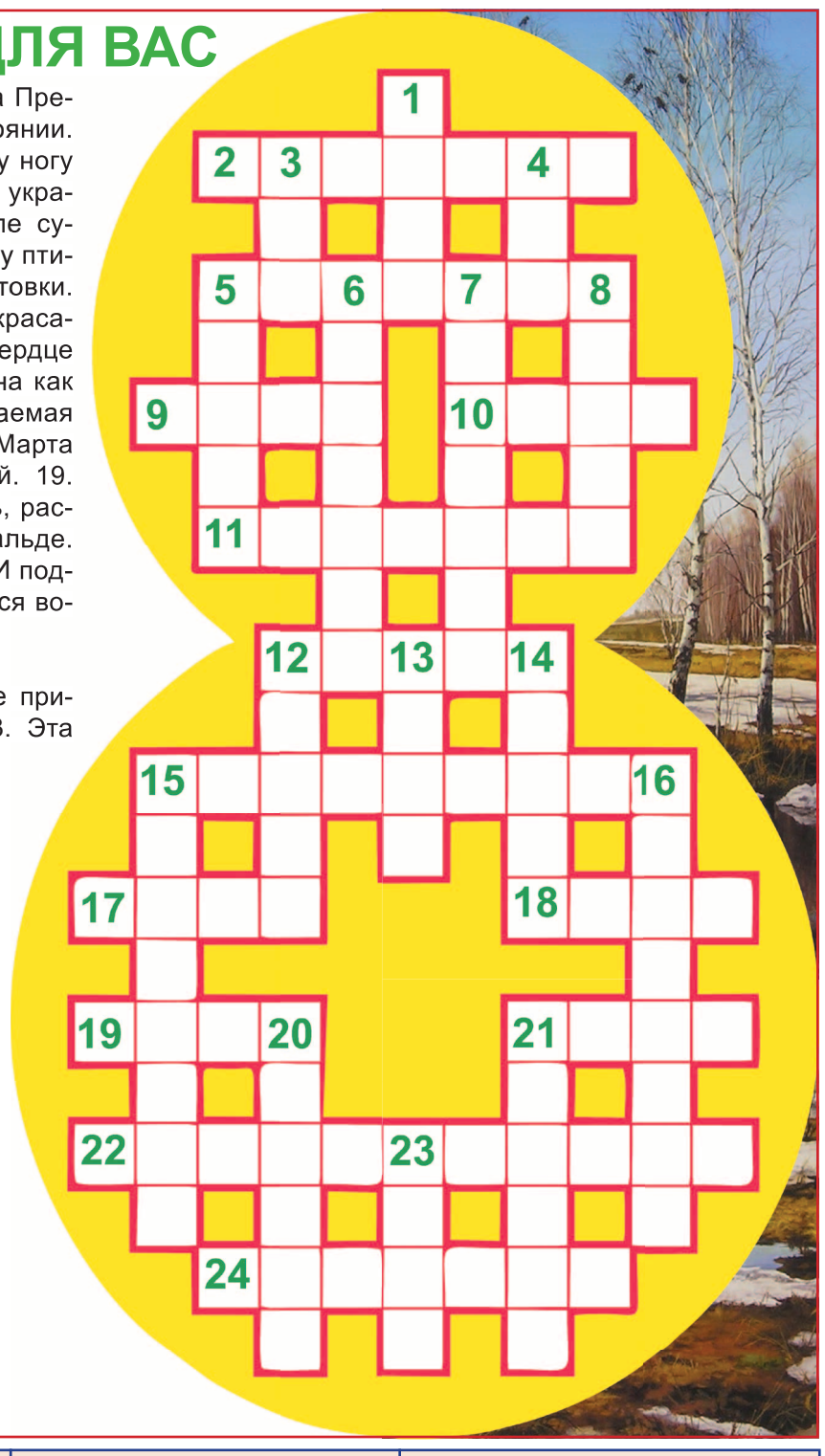
Полученная пенсионерами единовременная денежная выплата не будет учитываться при определении их права на получение иных выплат и при предоставлении им мер социальной поддержки, предусмотренных законодательством Российской Федерации и законодательством Московской области.

Источник: «Подмосковье Сегодня».

КРОССВОРД ДЛЯ ВАС

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 2. Василиса Прекрасная в заколдованном состоянии. 5. Транспорт, заставляющий одну ногу ехать, а другую – бежать. 9. Он украшен хохолком, он живет в дупле сухом. Знает весь лесной народ: эту птицу звать ... 10. Дом рыжей плутовки. 11. Соревнование певцов или красавиц. 12. Чувство, при котором сердце уходит в пятки. 15. Крокодил Гена как музыкант. 17. Нить, изготавливаемая гусеницей. 18. Ее в праздник 8 Марта нужно поздравить самой первой. 19. Выпечка с изюмом. 21. Писатель, рассказавший о Квазимодо и Эсмеральде. 22. То же самое, что страна. 24. И подпорка здания, и строй движущихся войск.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Что золотое привезли аргонавты из Колхиды? 3. Эта сказочная баба сначала была девицей-красавицей, а уже потом ее стали считать страшной и некрасивой. 4. Кто укрощал бандерлогов одним взглядом? 5. Место работы воспитательницы. 6. Любое растение, которое облюбовали пчелы. 7. Кто носит детей в сумке? 8. Имя писателя Шевченко и гоголевского героя Бульбы. 12. И шахматист, и футболист. 13. Древние греки называли его «королем цветов». Но это не роза. 14. Какие братья первыми узнали о бременских музыкантах? 15. Расческа на петушиной голове. 16. Боевой топорик индейцев. 20. Жадина, который, согласно поговорке, «платит дважды». 21. Ее муж – свинье не товарищ. 23. Мушкетер, который был мужем Миледи.



«ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ Подмосковье»
Учредитель: Московская областная общественная благотворительная организация «Союз пенсионеров Подмосковья».
В ИНТЕРНЕТЕ: www.пенсионеры-подмосковья.рф
ПРИСЫЛАЙТЕ ВАШИ ОТЗЫВЫ И НОВОСТИ: pension93@mail.ru

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52036 от 07 декабря 2012 г.
Тел. редакции: 8(495) 988-69-87
Шеф-редактор – Кленин В.Л.
Редактор – Бувина М.В.
Компьютерная верстка – Разливинский Я.В.

Газета является официальным печатным органом Московской областной общественной благотворительной организации «Союз пенсионеров Подмосковья».
Ответственность за достоверность рекламы несет рекламодатель.

№ 69, март 2018 г.
Тираж 50 000 экз.
Отпечатано в АО «Красная Звезда»
123007, Москва, Хорошевское шоссе, д. 38.
Тел.: 8(495) 941-28-62, 8(495) 941-34-72.
http://www.redstarph.ru E-mail:kr_zvezda@mail.ru
Заказ № 0795-2018