



1 ОКТЯБРЯ – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Подарите заботу и внимание старшему поколению!

Международный день пожилых людей был провозглашен на 45-й сессии Генеральной ассамблеи ООН в декабре 1990 года, впервые его отметили 1 октября 1991 года. В этот день по всему миру проходят фестивали, организуемые ассоциациями по защите прав пожилых людей, конференции и конгрессы, посвященные их правам и роли в обществе. В России День пожилых людей отмечается с 1992 года.

Подмосковные пенсионеры соберутся на свой праздник 27 сентября в Звездном городке, где для них будет организован Фестиваль творческого досуга «Нескучное время в Звездном».



Уважаемые ветераны войны и труда, представители старшего поколения!

ОТ ИМЕНИ депутатов Московской областной Думы и от меня лично примите искренние поздравления с Днем пожилых людей!

Этот праздник призван напомнить всем нам о неразрывной связи времен и поколений, прекрасный повод выразить вам глубокое уважение и благодарность.

Мы от всей души благодарим вас за добросовестный многолетний труд, за воспитанных вами детей и внуков, за тот пример, который вы подаете молодежи. Отдельное спасибо ветеранам, которые вынесли трудности военных лет, отстаивали независимость Родины, восстановили страну.

Мы гордимся вашими достижениями, берем с вас пример, восхищаемся вашей гражданской и жизненной позицией.

Со своей стороны, мы должны сделать все возможное для вашей полноценной жизни, чтобы каждый день вы чувствовали себя спокойно, уверенно и защищенно. Пусть бережное отношение к пожилым людям станет повседневной обязанностью для каждого из нас.

От всей души желаем вам крепкого здоровья, долгих лет жизни, оптимизма, благополучия и стабильности вашим семьям!

Игорь БРЫНЦАЛОВ,
Председатель
Московской областной Думы.



Дорогие ветераны и пенсионеры Московской области!

ПРИМИТЕ самые теплые поздравления с Международным Днем пожилых людей!

Радует, что вас, помимо почтенного возраста, больших заслуг и ценного жизненного опыта, объединяет еще и стремление не заикливаться на своих личных проблемах, а быть вместе, заниматься активной общественной деятельностью, продолжать развиваться и узнавать новое.

Действительно, возраст – понятие относительное, если человек полон планов, воли к жизни, силы духа и готов приносить пользу себе и обществу.

Сегодня перед теми, кто хочет сохранять активную жизненную позицию, открыты огромные возможности для самореализации.

Занимайтесь спортом и самообразованием, путешествуйте в реальной жизни и виртуально, делитесь своим опытом с новыми поколениями и радуйтесь каждому новому дню!

От всей души желаю вам крепкого здоровья на долгие годы, неугасающего интереса к жизни, тепла, любви и уважения родных и близких людей!

Валерий РЯЗАНСКИЙ,
Председатель Союза пенсионеров России,
Председатель Комитета Совета
Федерации по социальной политике.



Дорогие друзья!

УЖЕ почти три десятилетия в мире отмечается праздник День пожилого человека.

Это хорошо, что общество направляет свое внимание к людям старшего поколения. К вашему опыту, квалификации, роли в воспитании детей и внуков, вкладу в становление семей, к заслугам перед страной. Все, что окружает нас, создано вами, вашим умом, трудом и подвигом. И традиции и духовно-нравственные ценности, которые вы сохранили и продолжаете передавать детям и молодежи – по-прежнему основа процветания России.

Союз пенсионеров Подмосковья, в этом году отмечающий 25-летие со дня своего основания, немало делал и делает для того, чтобы ваши дни были наполнены деятельным и посильным трудом, радостью творчества, занятиями спортом и активным досугом.

Примите же в этот день искренние поздравления, благодарность и всеобщее безмерное уважение!

Крепкого вам здоровья, душевных и физических сил, долгой и счастливой жизни!

Ольга МАРКОВА,
Председатель Союза
пенсионеров Подмосковья.



ВЛАСТЬ**«СДЕЛАЮ ВСЕ, ЧТОБЫ ПОДМОСКОВЬЕ ДВИГАЛОСЬ ВПЕРЕД»**

В ДОМЕ правительства Московской области в Краснотуровском 14 сентября прошла инаугурация Андрея Воробьева. Он победил на выборах губернатора Подмосковья 9 сентября, набрав 62,52% голосов.

Вступая в должность, Андрей Юрьевич поблагодарил жи-

телей Московской области, которые пришли на избирательные участки. «Для губернатора поддержка жителей – это признание заслуг и новый аванс, который предстоит достойно отработать. Я сделаю все, чтобы Подмосковье двигалось только вперед», – сказал он.

ВАС УСЛЫШАТ

В ЛАСТИ в Подмосковье 27 сентября проведут тематический прием граждан по вопросам социальной защиты населения, приуроченный ко Дню пожилых людей.

Граждан ждут в приемной правительства Московской области, в министерстве социального развития Подмосковья и его территориальных подразделениях, а также в администрациях муниципальных образований и в общественных приемных исполнительных органов государствен-

ной власти региона. Начало приема – в 10:00.

Исполняющая обязанности министра социального развития Московской области Ирина Фаевская проведет прием в здании министерства в Москве на улице Кулакова, 20, корпус 1, а также в территориальных подразделениях ведомства.

Приемная подмосковского правительства находится в Москве на улице Садовой-Триумфальной, дом 10/13, строение 2.

mosreg.ru

ПЕНСИОННАЯ РЕФОРМА**КОРРЕКТИРОВКИ ОТ ПРЕЗИДЕНТА**

К АК ИЗВЕСТНО, Президент России Владимир Путин выступил с обращением к гражданам страны, в котором не отказался от повышения пенсионного возраста, но попытался объяснить народу, почему назрели изменения. При этом он предложил смягчить ряд положений разработанного правительством и принятого в первом чтении Госдумой законопроекта:

- повысить пенсионный возраст для женщин до 60 лет, а не до 63.
- предусмотреть право досрочного выхода на пенсию для многодетных матерей; если у женщины трое детей, то она сможет выйти на пенсию на три года раньше, если четверо – на четыре года, а женщины, у которых пять и более детей, смогут по-прежнему выходить на пенсию в 50 лет;

ПРЕДПЕНСИОННЫЕ ЛЬГОТЫ В ПОДМОСКОВЬЕ

Подмосковские власти в связи с планируемым изменением пенсионного законодательства подготовили и внесли в Московскую областную Думу предложения о предоставлении региональных льгот лицам предпенсионного возраста.

Поправками в областные законы депутаты распространили действующие льготы для пенсионеров на лиц предпенсионного возраста. Решение принято на очередном заседании Московской областной Думы в осенней сессии.

Теперь граждане предпенсионного возраста – женщины с 55 лет и мужчины с 60 лет – смогут получить региональные льготы в полном объеме.

Лицам, достигшим предпенсионного возраста 60 и 55 лет (соответственно мужчины и женщины), имеющим статус ветерана труда или статус ветерана военной службы, предоставляются следующие меры социальной поддержки (за исключением лиц, социальная поддержка которым установлена законодательством Российской Федерации):

1) бесплатное изготовление и ремонт зубных протезов в медицинских организациях по месту жительства;

2) ежемесячная денежная компенсация расходов по оплате услуг местных телефонных соединений в размере 220 рублей;

3) ежемесячная денежная компенсация в размере 50 процентов платы за занимаемую общую площадь жилого помещения в пределах стандарта нормативной площади жилого помещения:

– платы за наем и (или) платы за содержание жилого помещения;

– взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме – для собственников жилых помещений, в пределах стандарта нормативной площади жилого помещения (независимо от формы собственности жи-

лищного фонда и распространяются на нетрудоспособных членов семьи);

4) ежемесячная денежная компенсация в размере 50 процентов стоимости коммунальных услуг (холодное и горячее водоснабжение, водоотведение, электроснабжение, газоснабжение (в том числе поставки бытового газа в баллонах), отопление (теплоснабжение);

лицам, проживающим в домах, не имеющих центрального отопления, – ежемесячная денежная компенсация в размере 50 процентов:

– стоимости платы за твердое топливо при наличии печного отопления и транспортных услуг для его доставки;

– стоимости платы за природный газ или бытовой газ в баллонах и электроэнергию, используемые для отопления, в объемах, соответствующих нормативам расхода тепловой энергии на указанные цели.

(независимо от формы собственности жилищного фонда и распространяются на нетрудоспособных членов семьи);

5) бесплатный проезд на автомобильном и городском наземном электрическом транспорте Московской области (автобус, троллейбус, трамвай) по маршрутам регулярных перевозок по регули-

– те, кто по должен был выйти на пенсию в 2019 и 2020 годах, смогут теперь оформить пенсию на шесть месяцев раньше нового пенсионного возраста;

– уменьшить стаж, дающий право на досрочный выход на пенсию: для женщин – до 37 лет с 40 лет, для мужчин – до 42 лет с 45 лет.

– увеличить максимальное пособие по безработице для граждан предпенсионного возраста с 4 900 руб. до 11 280 руб. с 2019 г. и установить период такой выплаты в один год;

– сохранить на переходный период все федеральные льготы, действующие на 31 декабря 2018 г., в частности, льготы по налогам на недвижимость и землю;

– ввести 25%-ную надбавку к страховой пенсии для неработающих пенсионеров на селе со стажем работы не менее 30 лет;

– на переходный период считать предпенсионным возрастом пять лет до наступления срока выхода на пенсию.

руемым тарифам по социальной карте жителя Московской области;

6) оплата в размере 50 процентов стоимости проезда на внутреннем водном транспорте общего пользования по местным и пригородным маршрутам по удостоверению единого образца;

7) бесплатный проезд на железнодорожном транспорте пригородного сообщения (кроме скорых и скоростных поездов повышенной комфортности) по социальной карте жителя Московской области.

8) лица, достигшие предпенсионного возраста 60 и 55 лет, имеющие статус ветерана труда или статус ветерана военной службы и имеющие среднедушевой доход семьи (доход одиноко проживающего гражданина) ниже двукратной величины прожиточного минимума, обеспечиваются бесплатными санаторно-курортными путевками при наличии медицинских показаний и отсутствии противопоказаний для санаторно-курортного лечения.

9) ежемесячная денежная выплата в размерах, установленных статьей 19 ЗМО № 36/2008-ОЗ для ветеранов труда и ветеранов военной службы.

Лицам, достигшим предпенсионного возраста 60 и 55 лет (соответственно мужчины и женщины), награжденным знаком «Почетный донор СССР» или «Почетный донор России», предоставляются следующие меры социальной поддержки:

1) ежемесячная денежная компенсация в размере 50 процентов стоимости коммунальных услуг (холодное и горячее водоснабжение, водоотведение, электроснабжение, газоснабжение (в том числе поставки бытового газа в баллонах), отопление (теплоснабжение);

лицам, проживающим в домах, не имеющих центрального отопления, – ежемесячная денежная компенсация в размере 50 процентов:

– стоимости платы за твердое топливо

при наличии печного отопления и транспортных услуг для его доставки;

– стоимости платы за природный газ или бытовой газ в баллонах и электроэнергию, используемые для отопления в объемах, соответствующих нормативам расхода тепловой энергии на указанные цели.

2) ежемесячная денежная выплата, установленная статьей 19 ЗМО № 36/2006-ОЗ для лиц, награжденных знаком «Почетный донор СССР» или «Почетный донор России».

3) лицам, достигшим предпенсионного возраста 60 и 55 лет из числа одиноко проживающих пенсионеров, имеющих доход ниже величины прожиточного минимума, предоставляются следующие меры социальной поддержки:

– ежемесячная денежная компенсация в размере 100 процентов платы за занимаемую общую площадь жилого помещения в пределах стандарта нормативной площади жилого помещения, установленного законом Московской области:

– платы за наем и (или) платы за содержание жилого помещения;

– взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме – для собственников жилых помещений;

4) обеспечение периодическими печатными изданиями.

5) лицам, достигшим предпенсионного возраста 60 и 55 лет, имеющие доход ниже двукратной величины прожиточного минимума, обеспечиваются бесплатными санаторно-курортными путевками при наличии медицинских показаний и отсутствии противопоказаний для санаторно-курортного лечения.

6) лицам, достигшим предпенсионного возраста 60 и 55 лет, имеющих доход ниже двух с половиной кратной величины прожиточного минимума, предоставляется бесплатное изготовление и ремонт зубных протезов.

Источник: mosoblduma.ru

● ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ!



Андрей АНДРЕЕВ,
Управляющий ГУ – Отделением
Пенсионного фонда РФ
по г. Москве и Московской области

*Уважаемые ветераны войны и труда,
граждане старших поколений!*

ОТДЕЛЕНИЕ Пенсионного фонда Российской Федерации по г. Москве и Московской области сердечно поздравляет вас с Международным днем пожилых людей!

В этот день мы с особым признанием говорим вам слова благодарности за неоценимый вклад в развитие и укрепление мощи нашей страны, сохранение мира, за право строить будущее. На вашу долю выпало немало испытаний. Но всей своей жизнью вы показываете последующим поколениям примеры верности долгу, Отчизне, добросовестного отношения к труду, неравнодушия. Вы являетесь главным звеном в преемственности поколений.

Многие из вас, выйдя на заслуженный отдых, продолжают вести активную трудовую и общественную деятельность. Вы щедро делитесь опытом, помогаете молодым развиваться и преодолевать трудности, идти к поставленной цели, заряжаете всех своей удивительной энергией, способной изменять мир к лучшему.

Вы должны всегда помнить, что мы гордимся вами, любим, ценим и уважаем! Будьте здоровы, счастливы, пусть вас всегда окружают любящие и родные вам люди!



Владимир КАПРАНОВ,
Директор Московского
регионального филиала
АО «Россельхозбанк»

Уважаемые читатели газеты «Третий возраст»!

ОТ РУКОВОДСТВА Московского регионального филиала АО «Россельхозбанк» и от себя лично поздравляю вас с Международным днем пожилых людей!

В последние годы огромное внимание уделяется развитию инфраструктуры и сервисов именно для людей «золотого возраста». Не остается в стороне от этой социально значимой тенденции и Московский региональный филиал Россельхозбанка.

Широкая линейка финансовых продуктов, разработанная специально для клиентов старшего поколения, позволит не откладывать реализацию планов и решение любых проблем на неопределенный срок. Кредиты «Пенсионный», «Садовод», «На развитие личного подсобного хозяйства» помогут в решении вопросов, возникших как дома, так и на загородном участке. Сохранить и приумножить сбережения поможет вклад «Пенсионный плюс». «Пенсионная карта» позволит ежемесячно получать до 6% годовых на остаток средств на счете карты.

Дорогие пенсионеры! Желаю вам самого главного – здоровья, душевной гармонии, трепетного внимания, заботы и тепла родных и близких. Пусть душа остается молодой, глаза искрятся юношеским задором, а жизнь пусть будет полна приятных минут.

● ПРИВЕТ ИЗ СОЛНЕЧНОГО КРЫМА

**ПРИЕЗЖАЙТЕ В ГОСТИ,
БУДЕМ ОЧЕНЬ РАДЫ!**

УВАЖАЕМЫЕ коллеги, дорогие друзья!

От имени Крымской региональной общественной организации «Союз пенсионеров Республики Крым» поздравляю всех членов Союза пенсионеров Подмосковья и пенсионеров Московской области с наступающим праздником – Днем пожилых людей!

Это не только праздник людей,

умудренных жизненным опытом, это день уважения, день благодарности, день помощи, в котором должно принимать участие всё общество.

Со своей стороны, Союз пенсионеров Республики Крым хотел бы внести скромную лепту в повышение статуса пожилых людей, реализацию их жизненного опыта, организацию досуга, отдыха и оздоровление.

Крымские программы активно-отдыха и оздоровления пенсионеров включают в себя физиотерапевтические процедуры в реликтовой можжевеловой роще Бахчисарая; уникальные воздушные ванны морского побережья в с. Песчаное; полный курс реабилитации и оздоровления на Южном берегу в районе Большой Ялты и Алупки, которые неслучайно были выбраны в свое время местом отдыха царской семьи.

Мы будем помогать вашей организации, содействуя льготному размещению пенсионеров в санаториях и пансионатах Крыма, с которыми у нас налажены партнерские отношения.

Желаю вашей организации благих дел, а главное – повышения уровня благосостояния пенсионеров, активного творческого долголетия, плодотворного участия в политической и общественной жизни Московской области.

Александр ПОЛЯКОВ,
Председатель Правления
Союза пенсионеров
Республики Крым.



**ЗИМНЮЮ
СКАЗКУ
СДЕЛАЕМ
ВМЕСТЕ!**

ДОРОГИЕ читатели газеты «Третий возраст»! Печень «Юбилейное» поздравляет вас с Днем пожилых людей и желает вам крепкого здоровья, добра, тепла и искренних улыбок!

Сейчас мы готовимся к очень доброму новогоднему проекту и приглашаем вас принять в нем участие. Проект призван дарить тепло и делиться радостью не только в канун Нового года, но и каждый день.

Правила участия просты: вы вяжете теплые свитера/шапки/варежки/носки, получаете за это вознаграждение и много благодарностей, а мы дарим людям ваши теплые подарки, которые будут согревать их всю зиму.

Что нужно сделать?

До 30 сентября 2018 г. сообщить Председателю Союза пенсионеров Марковой Ольге Владимировне по тел. 8-495-988-65-10 о своем желании участвовать в проекте, предоставить ей свою фотографию (мы разместим ее на сайте акции), адрес для доставки пряжи и немного рассказать о себе.

Дождаться курьера, который привезет пряжу для вязания прямо к вам домой.

С любовью связать свитер/шапку/варежки/носки или все вместе по нашим схемам. Количество изделий определяете вы по вашим возможностям и желанию.

Получить вознаграждение после передачи вязаного изделия нам и ждать отзывы от благодарных участников.

Присоединяйтесь к проекту и делитесь теплом!



ПРАЗДНИК В СТОЛИЦЕ

В преддверии Дня города в Москве прошел торжественный вечер чествования москвичей старшего поколения «Молодости нашей нет конца». В Государственный Кремлевский дворец пригласили известных горожан, которые внесли большой вклад в жизнь столицы, заложили традиции и основы, благодаря которым продолжается ее развитие сегодня.

И хотя праздник «столичный», нашлось место в концертном зале и подмосковным пенсионерам. По приглашению Союза пенсионеров России по Москве на вечере побывало без малого 500 активистов СПП из разных районов Московской области. Впечатления их вы прочтете, а мы благодарим Председателя Правления СПР по Москве Игоря Корнеева за особое внимание, оказанное многочисленным гостям.

МУЗЫКА НАС СВЯЗАЛА

ЕЩЕ у входа в Государственный Кремлевский дворец подмосковные пенсионеры, приехавшие с запасом времени, в предвкушении концерта собирались группами, балагурили и смеялись, узнавали знакомых и друзей, обменивались впечатлениями от празднично украшенной и ухоженной Москвы, от Александровского сада, а более все-

го от нового парка «Зарядье». В вестибюле дворца настроение добавлял духовой оркестр. Кто-то кружился в вальсе, кто-то фотографировался на память.

Чествование жителей столицы в канун ее Дня рождения проводилось впервые. Автором идеи стал Народный артист СССР Василий Лановой. Мэр Москвы Сергей Собянин

поддержал начинание, предложив каждый год перед Днем города собирать «замечательных москвичей».

И стены Государственного Кремлевского дворца наверняка не впервые увидели известных горожан, внесших большой вклад в жизнь не только Москвы, но и нашей страны. На сцену поднимались космонавт Валентина Терешкова, член-корреспондент Российской академии естественных наук Юрий Сараев, Заслуженный строитель России Рафаил Родионов, начальник радиотехнических войск ПВО СССР Михаил Береговой и самая пожилая москвичка-волонтер Роза Агишева, которой исполнилось 68 лет. Мэрия Москвы наградила и ветеранов из МЧС и метрополитена, не были забыты и школьные учителя и врачи.

Да и встречали их на сцене не менее знаменитые люди, что тоже было очень интересно: маршал авиации Евгений Шапошников, известный врач Леонид Рoshаль и народные артисты Михаил Ножкин и Василий Лановой.

Атмосфера в зале самая добрая и даже домашняя. Ведущие давали зрителям понять, что они такие же пожилые люди. Не успел Лановой упомянуть о своем почтенном возрасте, как тут же Рoshаль, вызвав смех в зале, заявил, что мол, «пусть Василий не хвастает – когда он родился, у меня уже было восемь зубов!».

Замечу, что процедуры вручения московских наград нас – зрителей – не утомляли. Выступления артистов так искусно вплетались в сценарий, что это было цельно и органично. Открыл концерт волнующей песней «Юность моя, ты гори, не сгорай» замечательный вокалист Глеб Матвейчук. Звучала музыка оркестра войск национальной гвардии под управлением генерал-майора Виктора Елисеева. Читал свои стихи любимец публики Михаил Ножкин. Пронзительную песню о любви, которая «настала так, как утро настает», спела красавица Нина Шацкая, мастерски исполнила «Александрю» из кинофильма



«Москва слезам не верит» приехавшая из Севастополя Елена Максимова – настоящее открытие нашей эстрады. Конечно, не обошлось и без «попысы» – друг за другом выступили Родион Газманов, Стас Пьеха и Марк Тишман, но разве могли их голоса сравниться с сочным баритоном Сергея Волчкова или оперным голосом Евгения Кунгурова, завершившим это большое торжество песней «Забота у нас такая, забота наша простая». И весь зал, как в комсомольские годы, подхватил припев:

«И снег, и ветер, и звезд ночной полет. Меня мое сердце в тревожную даль зовет...».

Было уже поздно и полетному тепло. У Манежа подмосковные пенсионеры рассаживались по автобусам, чтобы ехать домой, но поднятое настроение долго не отпускало. И все оживленно переспрашивали друг друга: «Ну, как? Понравилось?». И ответ был один: «Конечно! Здорово! Очень хороший концерт!».

Владимир МОРМУЛЬ.



Очень понравился концерт и ногинчанам. Особенно сильное впечатление произвели стихи в исполнении Народного артиста РСФСР Михаила Ножкина и Народного артиста СССР Василия Ланового. Им обоим уже за восемьдесят, но держатся с офицерской выправкой – для старшего поколения они не только любимые актеры, но и олицетворение чести, достоинства, патриотизма. А Василию Семеновичу – особое почтение: ведь именно он выступил инициатором этого торжественного вечера.

– Торжественное мероприятие в Государственном Кремлевском дворце для нашей лобненской делегации стало приятным подарком, – говорит председатель отделения Валентина Иванова. – Мы посмотрели замечательный концерт, познакомились с жизнью московских пенсионеров, порадовались широкому спектру социальных льгот и гарантий, дополнительных бесплатных услуг для всех, независимо от размера пенсий. В столице в начале этого года при поддержке Правительства Москвы стартовал новый пилотный проект для пожилых «Московское долголетие». Подобный проект «Активное долголетие», помогающий людям пенсионного возраста продолжать реализовывать себя, вести активный образ жизни, на общественных началах уже около 10 лет успешно реализуется во всех отделениях Союза пенсионеров Подмосковья. Лобненские пенсионеры полны оптимизма, находят возможности и творческие силы для продолжения этой работы на пользу пожилому населению города.



Отделения Банка - Московский филиал



Адрес отделения	Режим работы
Москва	
м. Автозаводская, ул. Автозаводская, д.7	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Авиамоторная, ул. Авиамоторная, д.10, к.1	
м. Белорусская, 1-ая Тверская-Ямская, д. 26	
м. ВДНХ, ул. Ак. Королева, д.3	
м. Варшавская, Варшавское ш., д.74, корп. 2	
м. Волгоградский проспект, Волгоградский просп., д.121/35	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-16:00
м. Выставочная, 1-й Красногвардейский проезд, д.7, стр.1	
м. Красносельская, ул. Краснопрудная, д. 30-34, стр.1	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Киевская, ул. Дорогомиловская, д. 10	
м. Раменки, пр. Мичуринский, д. 34	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Курская, Наставнический переулок, д. 17, стр. 1	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
м. Ленинский проспект, Ленинский проспект, д. 37А	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-16:00
м. Лермонтовский проспект, Лермонтовский пр, д.2, корп.1	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Марксистская, ул. Марксистская, д.1, корп.1	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
м. Молодежная, ул. Ярцевская, д. 22, стр.1	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Митино, ул. Митинская, д. 36	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
м. Новослободская, ул. Долгоруковская, д. 40	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Новые Черемушки, ул. Профсоюзная, д. 56	
м. Октябрьское Поле, ул. Бирюзова Маршала, д. 31	
м. Павелецкая, ул. Валовая, д.26	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Сокол, Ленинградский пр-т, д.69, стр.1	
м. Сходненская, Химкинский бульвар, д.21	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
м. Улица Скобелевская, ул. Скобелевская, д. 20	

м. Университет, просп. Ломоносовский, д. 25, к.1	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
м. Электровзаводская, ул. Большая Семеновская, д. 27, к.2	
м. Проспект Мира, Проспект Мира, д.46, с.1	
м. 1905 года, ул. Красная Песня, д. 21	

Адрес отделения	Режим работы
Московская область	
г. Сергиев Посад, ул. Воробьевская, д. 16а	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
г. Клин, ул. Гагарина, д. 2/13	
г. Люберцы, Октябрьский проспект, д. 49	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-16:00
г. Ногинск, ул. Рогожская, д. 85	
г. Коломна, ул. Гражданская, д.10	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-16:00
г. Серпухов, ул. Джона Рида, д. 10А	
г. Дмитров, ул. Чекистская, д. 5	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
г. Можайск, ул. Красных Партизан, д. 7	
г. Подольск, ул. Советская, д. 41/5, пом.15	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00 Вт-сб 9:30-17:00, обед 13:00-14:00
г. Мытищи, бульвар Ветеранов, строение 2	
г. Мытищи, проезд Шароповский, владение 2, строение 3, пом. 290-291	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
г. Домодедово, ул. Советская, д.54, стр.1	
г. Балашиха, пр. Ленина, д.21	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
г. Химки, ул. Молодежная, вл. 8	
г. Солнечногорск, ул. Красная, д. 109	Пн-пт 9:00-19:30, сб 9:00-15:00
г. Ступино, ул. Тургенева, д. 15/24, пом.2	
г. Одинцово, ул. Молодежная, д.48	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
г. Воскресенск, ул. Советская, д.12/10	
г. Долгопрудный, бульвар Новый, д.5, пом.7	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
г. Жуковский, ул. Гагарина, д.4	
г. Орехово-Зуево, б-р Центральный, д.3	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
г. Шатура, пр-т Ильича, д. 30	
г. Красногорск, ул. Спасская, д.1, корп.1	Пн-пт 9:30-20:00, сб 9:00-15:00
г. Егорьевск, ул. Советская д.126	



Кредит на любые цели

Потребительские кредиты предоставляются на любые цели** с обеспечением и без обеспечения гражданам РФ в возрасте до 65 лет (на момент возврата кредита) в рублях Российской Федерации на срок до 5 лет (для работников предприятий, являющихся участниками зарплатного проекта АО «Россельхозбанк», «надежных» клиентов АО «Россельхозбанк», работников бюджетных организаций – на срок до 7 лет). Сумма потребительского кредита без обеспечения – от 10 тыс. рублей до 750 тыс. рублей (для физических лиц, получающих заработную плату на счет в АО «Россельхозбанк», – до 1,5 млн рублей). Процентные ставки составляют от 10,0%* до 16,75% в зависимости от суммы, срока кредита и категории клиента. Сумма потребительского кредита с обеспечением – от 10 тыс. рублей до 1 млн рублей (для физических лиц, получающих заработную плату на счет в АО «Россельхозбанк», – до 2 млн рублей). Процентные ставки составляют от 10,0%* до 15,5% в зависимости от суммы, срока кредита и категории клиента. Процентные ставки по потребительским кредитам действуют при условии оформления договора личного страхования. В случае отказа от личного страхования ставки по кредитам увеличатся на 4,5%.

*Ставка 10,0% применяется в рамках специального предложения по кредитам свыше 300 тыс. руб. для физических лиц, получающих заработную плату на счет в АО «Россельхозбанк», «надежных» клиентов АО «Россельхозбанк», работников бюджетных организаций.

В рамках акции «Летние каникулы» Россельхозбанк предлагает специальные ставки от 10,5% до 12,75% в зависимости от срока кредита и категории клиента (предложение действует до 30.09.2018 включительно). Процентные ставки применяются при согласии на страхование жизни, здоровья и от потери работы. При отказе от личного страхования жизни, здоровья и от потери работы применяется надбавка +6,0%.

**Не запрещенные законодательством Российской Федерации.

Звонок по России бесплатный
8 800 100-0-100 | www.rshb.ru

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

ВЕСТИ С МЕСТ

ПРОЩАЙ, ЛЕТО!
ЗДРАВСТВУЙ, ОСЕНЬ!

Август позади, но не хочется просто перевернуть страничку календаря и забыть – ведь столько всего произошло в последний летний месяц!

ЕСТЬ У НАС в парке любимая спортивная площадка. На ней мы уже третий год регулярно проводим утренние зарядки для пожилых. Вот и День физкультурника встретили именно там.

Пенсионеров, которые хотят активно заниматься спортом, у нас немало. Об этом можно было судить, например, по «Веселым стартам», которые организовали СК «Строитель» и Управление по физкультуре и спорту для людей старшего возраста. На старт вышли три команды. Мероприятие продолжалось всего один час, но сколько положительных эмоций получили все! Пришло много болельщиков, щелкали фотокамеры. Все спортсмены были азартно возбуждены – раскраснелись, повеселели, помолодели, а по-

ность «За пропаганду здорового образа жизни, организацию и проведение мероприятий, направленных на поддержание активного долголетия среди граждан пожилого возраста и инвалидов» от председателя Совета депутатов городского округа Мытищи.

В августе произошло немало других, не столь масштабных, но также важных для нас событий.

У нас появился еще один пункт для работы и встречи новичков. Это ЦСО на ул. Троицкая, 9 (пункт работает по средам с 14 до 16 час.). Отрадно, что нам звонят, нас находят, к нам присоединяются. Зачастую приходят молодые люди и просят принять в Союз своих мам, пап, бабушек и дедушек – и это прекрасно! Все больше представителей третьего возраста



том еще долго обсуждали свои «проколы» и успехи. Нам очень понравилось это мероприятие, мы попросили включить элементы «Веселых стартов» в нашу зарядку – и это уже реализовано.

Хочется сделать поклон в сторону городского управления физкультуры и спорта – здесь очень отзывчивы на наши пожелания. Мы долго мечтали об организации танцевальных занятий для пенсионеров, и вот в августе это случилось! Уже провели первое занятие в СК «Строитель» и теперь в рамках часа Добра еженедельно будем заниматься спортивными, а потом и бальными танцами. В рамках этого же часа свои водные дорожки еженедельно предоставляем нам бассейны «Дельфин» и «Бригантина».

Также в августе в рамках Фестиваля «Активность – путь к долголетию» прошло еще одно значимое мероприятие: оздоровительная акция «Мытищи за здоровый образ жизни». Уже третий год ее проводит Мытищинский центр соцобслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов в Центральном парке культуры и отдыха. В этом году впервые был организован тематический павильон «ГТО для серебряного возраста». В его работе были задействованы наши пенсионеры, получившие золотые знаки ГТО. Они демонстрировали основные позиции для сдачи норм ГТО, предлагая всем желающим присоединиться, и к нашему Союзу в том числе.

Желающих оказалось много, «попробовать себя» пожелали люди разного возраста. Участники получали нагрудный символический знак «Я готов сдать ГТО», лотерейный билет и памятки.

Практически все пришедшие приняли участие в спортивном флэшмобе – разминке, где тон задавали юные волонтеры и зрелые пенсионеры. Следом за разминкой пошла дыхательная гимнастика. А в основной части праздника были организованы три маршрута – два со скандинавской ходьбой (для опытных и начинающих) и «Веселые старты». Девиз праздника произнесли хором: «К долголетию идем активно – живем спортивно, здорово, позитивно!»

На празднике наше отделение получило благодар-

та включается в мероприятия отделения.

Начала свою работу по языковой подготовке первая десятка членов СПП. Занятия проходят в помещении нового комплекса «Артимол» на ул. Станционная, 7. Впереди четыре месяца обучения английскому разговорному языку.

Пенсионеры встретились с депутатом Московской областной Думы Н.Ю. Чаплиным и обсудили насущные проблемы жизни городского округа.

Приняли участие в «Круглом столе», организованном независимым фондом «Центр политических технологий».

В Центре «ЭКОМЫТИЩИ» при научно-исследовательском институте «Центр экологической промышленной политики» мы участвовали в обсуждении проблем и перспектив внедрения раздельного сбора мусора.

Собранные предложения по улучшению жизнедеятельности округа мы представили в Администрацию.

Не могу не отметить добрым словом наших бесценных помощников-волонтеров, которые уже третий год занимаются распространением газеты «Третий возраст». Это Г.П. Струев, Л.И. Малыгина, О.И. Чегова, Л.Л. Крылова, Е.В. Рахманина, В.А. Родионов. В Мытищах газета очень востребована, ее охотно читают не только пожилые, но и молодые люди. Номера «Третьего возраста» можно увидеть во многих организациях и учреждениях, и к нам поступают все новые заказы на доставку. Рады сообщить, что этот номер придет и к постоянным, и к новым читателям.

Конечно, обо всех делах не расскажешь даже кратко. А на календаре уже первый осенний месяц, и это означает волну новых дел и событий. «Стартовал» сентябрь с Дня Округа. А следом будут запланированные экскурсии, культпоход в кино, праздник в «Звездном» и многое другое. Жить нужно насыщенно!

Елена РАХМАНИНА,
председатель Мытищинского
отделения Союза пенсионеров.

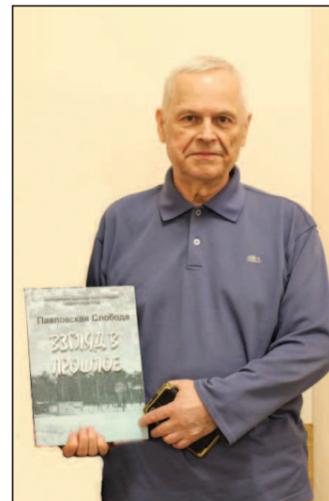
ХРАНИТЕЛЬ
ИСТОРИИ

4 СЕНТЯБРЯ в национальном парке «Русь» (Ленинский район Московской области) состоялась торжественная церемония награждения лауреатов премии «Наше Подмосковье» 2018 года. Победителей конкурса поздравил и поблагодарил Губернатор Московской области Андрей Воробьев.

Среди награжденных – член Истринского отделения Союза пенсионеров Подмосковья Александр Николаевич Гольцев, чей проект «Сборник воспоминаний и семейных историй «Павловская Слобода. Взгляд в прошлое»» был отмечен второй премией.

Химик по образованию и работе, кандидат химических наук, он нашел себя и в краеведении. Александр Николаевич является руководителем краеведческого клуба «Слобода заповедная», за годы существования которого собрано большое количество материалов. Увлечись историей села, Александр Николаевич собрал несколько десятков устных рассказов старожилов Павловской Слободы, сложив из них историю жизни наших с вами земляков с конца XIX века и до наших дней, а дополнили ее свыше двухсот фотографий, которые практически все можно назвать уникальными.

Достойной работе – достойная награда! Поздравляем!



На снимке: А.Н. Гольцев на презентации своей книги.

ПАМЯТИ ТОВАРИЩА

Союз пенсионеров Подмосковья, Истринское отделение СПП с прискорбием сообщают, что на 87-м году жизни скончалась ветеран труда, труженик тыла

Анна Лаврентьевна ОБЛАЧКОВА.

Эта замечательная женщина прошла большой трудовой путь, отдав много сил и энергии Истринскому краю. Принимала активное участие в общественной жизни района, работала на руководящих постах: занимала должность начальника планового отдела, затем стала заместителем председателя Истринского исполкома. С 2004 года на протяжении двенадцати лет Анна Лаврентьевна возглавляла Истринское отделение Союза пенсионеров Подмосковья. Под ее руководством районная организация выросла численно, стала авторитетной. Люди старшего возраста видели в Облачковой лидера, неравнодушного к их заботам человека и шли за ней и вместе с ней. Она всегда старалась поддерживать диалог между пожилыми людьми и властью, считая, что именно так можно решить немалую часть проблем. На счету Анны Лаврентьевны и Истринского отделения Союза пенсионеров – множество добрых дел. Эта организация неизменно была в числе лучших, а сама Анна Лаврентьевна заслуженно пользовалась уважением коллег, руководства, имела награды за многолетний добросовестный труд.

Светлая память об этом прекрасном человеке навсегда останется в сердцах тех, кто её знал, уважал и любил.



ВЕСТИ С МЕСТ

ФЕСТИВАЛЬ - ЗНАЧИТ ПРАЗДНИК

В ЭТОТ день в Егорьевский центр соцзащиты «Журавушка» на ретро-фестиваль «Культура старости» собрались представители целого ряда подмосковных городов: соцработники, пользователи отделений дневного пребывания, множество пожилых людей.

На выставке «Мир увлеченных» были представлены работы людей с ограниченными возможностями. Ка-

ширский центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов «Забота» организовал экспозицию тряпичных кукол.

На площадках участники фестиваля развлекались по-разному. Кто-то пел, кто-то лихо отплясывал, любители шахмат устроили дружеский турнир. Хозяюшки душевно зазывали на чай... А сколько интересных встреч было там! Нам, к приме-

ру, довелось познакомиться с пенсионерами из Чехова, пообщаться, узнать, как и что делается у них.

Началом парада участников ретро-фестиваля стало шествие любителей скандинавской ходьбы. Затем ведущие предложили участникам фестиваля размяться. Концертная программа включала номинации: вокал, оригинальный жанр, хореография, художественное слово. Кашира представила музыкально-поэтическую композицию по поэме А. Твардовского «Василий Теркин» в исполнении В.И. Заруцкого, Н.А. Маслова, Л.А. Стукановой. Над своей ролью актеры трудились с полной отдачей.

Охотно подпевали зрители вокальному квартету «Сударушка» в составе членов правления Каширского отделения Союза пенсионеров Е.И. Зуковой и В.В. Фадеевой, пенсионерок Т.Н. Сухаревой и Г.И. Скотниковой, исполнившим народные песни и тем самым создавшим особое теплое настроение единения.



После концерта ведущие призвали всех к участию во флешмобе: двигаться больше, чтобы жить дольше! Каширяне и здесь не остались в стороне. Флешмоб развеселил участников. На этой веселой ноте фести-

валь закончил свою программу.

Остается добавить, что проводится он уже во второй раз, и мы надеемся, что в следующем году нас снова пригласят на веселый и интересный праздник.

О ТОМ, ЧТО ВОЛНУЕТ

П О ПРОСЬБЕ ветеранов и пенсионеров городского округа Кашира была организована их встреча с руководителями и специалистами ООО «УК городского округа Кашира». Кроме специалистов, от которых мы хотели получить конкретные ответы и

разъяснения, пришли представители Общественной палаты, руководители общественных организаций.

На вопрос правомочности включения в квитанцию услуги техосмотра газового оборудования предстояло ответить главному инженеру УК С.С. Про-

ценко. Выступивший ветеран В.А. Иванов предложил провести ревизию газового оборудования, а затем производить оплату за работу по акту о выполненных работах, причем жильцам должен быть представлен прейскурант услуг. Слушатели встретили это предложение аплодисментами.

Затем к руководителям подошли со своими проблемами индивидуально. К примеру, М.А. Култаева сообщила, что после ремонта кровли с первым же дождем в ее квартире по Советскому проспекту начался потоп. Заместитель заведующего ТО №12 Госжилинспекции МО С.А. Волошенко взяла на кон-

троль жалобу пенсионерки. Возникали вопросы о взносе на капремонт. Жители жалуются, что нередко ремонт делается в благополучных домах, а вот в домах, которые не ремонтировались 35-40 лет, даже подъезды не могут покрасить. Как пример приводился дом по ул. Кржижановского.

ПАМЯТНЫЙ ДЕНЬ В ВОЗРОЖДЕННОМ ХРАМЕ



П ОЧТИ двадцать лет назад в Злобинском храме Михаила Архангела была заложена чудесная традиция – проводить престольный праздник День памяти Иоанна Воина. В этот день в Злобино едут со всех сторон. Отправляются туда и члены нашего отделения. Председатель Н.И. Игнатенко обязательно добивается

у администрации выделения транспорта, так что едем все вместе, дружно.

Как всегда замечательно звучал сводный хор певчих. Радовало, что в храме появляются новые иконы. Накануне праздника один из спонсоров подарил великолепную икону Св. Трифона, а ранее художник Ю.Н. Баятов преподнес в дар отреставрированную икону «Благодатное небо».

После крестного хода, освящения воды и проповеди иеромонаха Амвросия прихожане вспоминали разные

периоды в истории храма. Нонна Ивановна Игнатенко поблагодарила за службу Марию Ивановну Еникееву, с чьей легкой руки началось его восстановление. Летописец села и Злобинского храма Николай Иванович Фомин нашел сведения о последнем священнике Николае Меркулове, служившем в храме в годы «ежовщины» и погибшем во время страшной мясорубки. Тогда его семья была сослана в Пензенскую область, но не сгинула, а выжила и дала новые всходы. И вот в этот раз на пре-



стольный праздник по приглашению Н.И. Фомина приехала правнучка священника Меркулова со своими шестью детьми, которая долгое время пыталась найти хоть

какие-то сведения о своем прадеде.

На основе собранного богатого материала по храму Н.И. Игнатенко предложила выпустить брошюру.

Материалы полосы подготовила Валентина ФАДЕЕВА, член Каширского отделения СПП.



ЧЕМПИОНОМ МОЖЕТ СТАТЬ КАЖДЫЙ

НОВОСИБИРСКАЯ «ПЯТЕРКА» ЗА СПОРТ

Уверенно! Так кратко можно охарактеризовать выступление подмосковной команды на Спартакиаде пенсионеров России, главном спортивном событии года для всех людей пожилого возраста. Пробиваясь в упорной борьбе вперед, наша сборная вошла в пятерку сильнейших.

– Учитывая, что в соревнованиях приняли участие представители 67 регионов России и команды из семи зарубежных стран, наше пятое место – результат, действительно, отличный, – говорит Председатель Союза пенсионеров Подмосквья Ольга МАРКОВА. – Я сопровождала команду и своими глазами видела, как самоотверженно боролся каждый из них. И когда на победный пьедестал поднимался «наш» человек, ты забывал, что это соревнования любителей – ощущение было такое, как будто перед тобой олимпийские чемпионы! Спасибо капитану, спасибо каждому члену команды за волю и самоотверженность, за то, что зажгли в своих сердцах юношеский азарт и смело рвались к победе!



ОРГАНИЗАТОРАМИ юбилейной V Спартакиады пенсионеров России выступили Министерство спорта РФ и Союз пенсионеров России.

самых метких, самых быстрых. Не удивительно, что символом Спартакиады стал медведь – царь российских лесов, олицетворение природной силы.

В этом году Московской области удалось собрать самых метких, самых быстрых. Не удивительно, что символом Спартакиады стал медведь – царь российских лесов, олицетворение природной силы. В этом году Московской области удалось собрать самых метких, самых быстрых. Не удивительно, что символом Спартакиады стал медведь – царь российских лесов, олицетворение природной силы.

О грандиозных масштабах

области удалось собрать осо-

Г.Н. Гмыра (Коломна). Это не просто боец и организатор – это многократно титулованный спортсмен и опытный судья, чемпион Европы и многократный призер чемпионатов Европы среди ветеранов по настольному теннису. А о том, насколько предан Геннадий Николаевич спорту, красноречиво свидетельствует такой факт: вернувшись из Новосибирска, он сразу же отправился в Архангельск на V Международный турнир на призы А.Ф. Родина и занял там первое место в парных поединках и второе – в личных. Вот это заряд энергии, вот это настрой на победу!

Замечательно, что свой внутренний настрой Гмыра смог передать друзьям по команде. Поэтому на спортивную арену они выходили с желанием не просто участвовать, а побеждать. – Для меня, – рассказывал позже Геннадий Николаевич, – эта Спартакиада была интересна уже тем, что впервые пришлось не только в любимом виде спорта соревноваться, но и в командном зачете участвовать. А тут одного личного желания уже недостаточно, нужно, чтобы сплоченно, без заминок и ошибок действовали все. И, стоит сказать, командный дух у нас был сильный, мы реально ощущали себя единым организмом.

Соревноваться предсто-



Торжественным маршем по стадиону проходит команда Московской области.

соревнований говорит хотя бы то, что призовые места «разбросало» по всей стране: «золото» ушло в Нижний Новгород, «серебро» увезли иркутяне, а на третью ступень пьедестала поднялись представители Республики Карелия. Вся страна съехалась в Новосибирск! И не только страна: гостями Спартакиады стали пожилые спортсмены из Беларуси, Германии, Испании, Казахстана, Китая, Польши и Сербии. 600 участников, и каких! Отборных, прошедших горнило краевых и областных соревнований: самых сильных,

бо крепкую команду. За право выступить в финале боролись более 400 спортсменов-любителей со всего Подмосквья – участники областной спартакиады пенсионеров, прошедшей в июне в Чехове.

В итоге на всероссийские соревнования в Новосибирск отправились лучшие: Г.Н. Гмыра, А.К. Димов, К.А. Малиничев, А.В. Жданов, И.В. Мальцева, В.В. Захваткина, И.В. Фомина, М.Г. Фомкина. Самой младшей участнице нашей сборной – 55 лет, самому старшему – 77.

Во главе команды встал



Талисман Спартакиады – Медведь-пенсионер: могучий, энергичный и веселый.



Сборная Московской области: настрой – на победу!



Флаг Московской области дважды разворачивался на пьедестале. Надеемся, что в следующем году на новой Спартакиаде это будет случаться чаще!



Валерий Рязанский: «Наши пенсионеры в очередной раз доказали, что активное долголетие возможно, и одним из ключевых его факторов являются регулярные занятия физкультурой и спортом».

яло в восьми дисциплинах: плавании, комбинированной эстафете, соревнованиях по многоборью ГТО, настольному теннису, дартсе, шахматах, легкоатлетическом кроссе на 1000 м и пулевой стрельбе.

Средний возраст участников Спартакиады составил 60-69 лет, каждый четвертый финалист перешагнул 70-летний рубеж. Но попробуй, зная это, расслабиться – тут же окажешься в хвосте турнирной таблицы: эти пенсионеры только по паспорту имеют солидный возраст, а по состоянию здоровья им иные молодые могут позавидовать!.. Примера ради: во время многоборья ГТО Татьяна Веслополова из Хабаровска выполнила упражнение на поднятие туловища из положения лежа на спине 43 раза за минуту. А это, между прочим, по нормативам результат для мужчин 30-34 лет!

И наши выкладывались по полной – и в командных соревнованиях, и в личных. Особенно отличились серпуховчанка И.В. Мальцева и И.В. Фомина из Клинского района.

перницей в финале стала, как оказалось, профессионалка.

– Мы узнали, что участница из Нижнего Новгорода – мастер спорта, но не стали прерывать игру, ее результат все равно был бы аннулирован, – рассказывает Председатель Союза пенсионеров Подмосковья Ольга Маркова, которая на соревнованиях не только сопровождала команду, но и входила в комиссию по апелляциям. – Борьба шла на пределе сил. Спортивный мир узок, многие на трибунах были

в курсе, что любительница вырвалась вперед. Я не торопилась, бежала, рассчитывая силы. Пройдя полдистанции, стала прибавлять скорость, чтобы догнать ее. Но особенно стараться не пришлось:

А Ирина Владимировна Фомина, еще на областной



За теннисным столом – капитан команды Московской области Геннадий Гмыра.



«Служенье муз не терпит суеты...». Шахматные поединки – тоже... Константин Малиничев набрал в них пять очков (при максимуме 8), опередив в турнирной таблице несколько десятков соперников.

Вот и скажите теперь, что старость – это с батажком на скамеечке в парке. Нет, если и в парке, то на беговой дорожке!..



Клинчанка Ирина Фомина на беговой дорожке и верхней ступеньке пьедестала почета. Одна из двух золотых медалей сборной – ее.



Отстрелялась!..

готовиться тщательнее. Резерв у области в этом плане хороший, только используется он пока не в полной мере. Вообще спорту для пожилых нужно уделять сейчас больше внимания. Считаю, было бы уместно в существующий рейтинг глав муниципальных образований включить такой показатель, как вовлечение пенсионеров в активную жизнь, спорт и физкультуру в том числе.

Да, это так: «работу над ошибками» предстоит сделать не только спортсменам. Говоря о спортивных победах, нельзя не вспомнить о том, что ковались они и «за кулисами» Спартакиады – тренировки, решение организационных вопросов... Председателю Союза пенсионеров Подмосковья Ольге Марковой пришлось заниматься всем этим одной, потратить половину своего отпу-

ска на сборы команды. Жаль, что Министерство спорта Московской области достаточно формально обозначило свое участие в важных российских соревнованиях, ограничившись оплатой проезда членов команды к месту проведения Спартакиады. Форму, которую Минспорта выделило участникам, те стеснялись одевать: вместо нормальных тренировочных костюмов – футболочки и шортики. На пожилых людях, даже спортивного склада, они действительно смотрелись нелепо.

– Но, как мы видим, ничто, никакие казусы не мешали нашей команде выступить успешно, – говорит Ольга Маркова. – А теперь, когда эта Спартакиада ушла в историю, нужно закреплять успехи и идти дальше.

НАШ КОРР.

Клинчанка Ирина Фомина на беговой дорожке и верхней ступеньке пьедестала почета. Одна из двух золотых медалей сборной – ее.



И.В. Мальцева защищала честь нашей области в настольном теннисе. Да простит нас Инна Васильевна, но мы раскроем ее возраст: без малого семьдесят. При этом она до сих пор работает.

– Я ещё в школе занималась в секции, а вот в училище уже нет, – рассказывала Инна Васильевна. – А потом так сложилось, что у меня был перерыв в целых пятнадцать лет. Затем я уехала на север и стала снова играть. Выступала за разные предприятия. Потом переехала в Подмосковье и вот уже лет пятнадцать играю здесь постоянно, выступая за ветеранов. На Спартакиаде мы все болели друг за друга, рвались вперед. И я тоже старалась, упиралась.

«Упиралась» Инна Васильевна как надо: обошла всех соперниц и вернулась со Спартакиады с золотой медалью! И это при том, что ее со-



Спартакиаде в Чехове став первой на дистанции 1000 метров, вошла в состав нашей сборной. Это она в ней была «самой юной» и, как оказалось, самой легкой на ногу: здесь, в Новосибирске Ирина Владимировна вновь показала лучшие результаты на километровой дистанции!

– Главную конкуренцию составила москвичка, – поделилась победительница. – Сразу после старта она резко

женщина сама сбавила скорость.

Г.Н. Гмыра, комментируя эти удачи, говорит:

– Мы уверенно шли на «серебро», но... не случилось. Тем не менее, считаю, что выступили все равно достойно. Вспомните, когда Спартакиада проходила в Туле, подмосковная команда была 50-ой, в Пензе – уже 30-ой, а сейчас мы пятые. К следующей Спартакиаде будем



На огневом рубеже – ветераны.

ПАМЯТЬ

ОНА СЛУЖИЛА КРАСОТЕ

УМЕРЛА наша Лия. Так мы все ее называли. И молодые певцы, и те, кто пел не одно десятилетие в коллективе камерного пения Дворца культуры Колумзавода. Она умерла в жаркие дни июля, когда даже дети страдали от зноя. Чего уж говорить о Лие Алексеевне Индеевой, ей было почти восемьдесят. Сердце не выдержало.

– Умерла ваша бабушка, – сказали мужу медики «скорой».



Когда мы услышали это явно чуждое для Лии слово, конечно, удивились, как будто только сейчас поняли, что ей много лет. Мы даже в мыслях Лию так никогда не называли.

Лия. И все! Понятно без объяснений. За глаза называли ее «нашей мамкой», но уж никак не «бабушкой». Потому что.

Лия – это изысканная красота, несмотря на полноту, с которой она боролась. Это обильная бижутерия, которой она делилась с ученицами. Это сотни фотографий на стенах класса, где певицы в специально пошитых платьях под 19-й век, а певцы в цилиндрах, с бабочками и в белых перчатках.

Лия – это русский романс, итальянская песня, арии из опер и оперетт, это мелодичная советская песня с лиричными умными текстами. Это преданность классической музыке и русскому вокалу.

Лия – это собиравшиеся десятилетиями пуды уникальных клавиров самых разных издательств, рукописные и даже дореволюционные ноты, пожелтевшие, много раз клееные.

Лия – это правильное звукоизвлечение, верное дыха-

ние, «опора на диафрагму», «посыл звука», это упражнения и распевы – легато и стакатто.

Лия – это верность стилю и высокие требования к певцу, пусть даже он самодельный артист; это образ, манеры, умение держаться на сцене.

Лия – это, в конце концов, хорошее настроение и улыбка навстречу, как только ты открывал дверь в ее класс.

Да, мы потеряли Лию. И не только мы. Потеряли Лию наши слушатели и любители музыки.

Начальство часто морщилось, когда речь заходила о ней. Она возражала, что со сцены ДК хотят убрать рояль. Она требовала расходов для настройщиков и ремонта инструмента. Она умоляла платить аккомпаниаторам и была против их сокращения. Ведь мы – певцы – были избалованы Лией. Мы пели под живой звук. И концертмейстер улавливал то, что ты хочешь выразить в романсе или арии, замедляя или ускоряя темп, или ты «тянул» ноту, усиливая образ героя, или просто наслаждался задумкой композитора.

Лия все чаще раздражала начальников от культуры, которые считали, что можно петь и под «минусовку», «под компьютер», что, мол, даже современные эстрадные певцы исполняют хиты «под фанеру». Ей урезали штаты, потом вынудили заниматься с певцами «под минус»; требовали, чтобы она доказывала свою нужность и востребованность количеством концертов и доказательствами, что эти концерты были. И Лия за свои деньги печатала фото-

графии, клеила альбомы и представляла их «на высокий суд», который решал, насколько нужна культуре деятельность коллектива камерного пения. Ведь большинство зрителей потихоньку забывали классику. Забывали высокий советский стиль художественной самодеятельности, когда, например, за границей не верили, что поют и танцуют не профессионалы, а рабочие, инженеры и учителя. Некоторое время ее щадили из уважения к годам и заслугам. А потом «попса» все-таки победила. Лия ушла на пенсию.

Мать безумно любила Лию. Возможно, еще и потому, что родилась Лия в октябре 1942-го, через несколько дней после того, как мать, на последних днях беременности двойней – Лией и ее братом – тяжело шла к Волге в колонне жителей горящего Сталинграда. В разгар боя беженцы переправлялись через реку на лодке. Они подплыли к острову, заросшему до воды ивняком. Нос лодки уже ткнулся в песок, как вдруг кусты раздвинулись, и беременная женщина прямо перед собою увидела немецкого автоматчика. Какие мысли возникли у немца, уже не узнаешь, но, наверное, человеческое ему было не чуждо. Опешив от вида большого живота женщины, он неожиданно быстро залопотал: «Матка, матка!..», – и рукой показал, куда выйти из лодки. Главное – не стал стрелять, не тронул, оставил жить...

Мать беззаветно любила красавицу Лию. Холила и лелеяла. Покупала и шила ей лучшие наряды, лучшие ткани и кружева. И Лия, по свидетельству знавших ее в молодости, была невероятно красива. Белоснежная кожа, стройные ноги, тонкая талия.

– Знаешь, когда Лия заходила в музыкальное училище, мужики «делали стойку». Мы просто любовались ею, – рассказывал мне знакомый музыкант. – Когда она в хоре стояла в первом ряду, все смотрели только на нее.

Но вот не повезло Лие Алексеевне. Первый брак был несчастлив, да и детьми Бог не наградил. Любимым детищем для нее стал коллектив камерного пения при Дворце культуры тепловозостроителей.

Помню первую встречу с

этим коллективом. Рядом с ДК была школа, где учился мой сын. Группа продленного дня, где он делал уроки, еще не закончила занятий, и я слонялся, не зная, куда себя приткнуть. В ДК шел концерт, «вход свободный». Вот я и вошел.



В нашей семье много пели. Дедушка в 20-х годах был регентом. Мы пели на два и на три голоса. Пел я и в музыкальной школе, пел позже в академическом хоре, руководительница которого учила саму Майю Кристалинскую – приму советской эстрады. Это я к тому, что мог отличить хорошее пение от плохого. И вот на том концерте в ДК я услышал поразивший меня вокал. Женщина замечательно спела романс. Потом вышел мужчина и тоже удивительно хорошо спел романс, потом прозвучала ария...

Прослушав меня, Лия ободряюще улыбнулась и заключила:

– Я с вами заниматься буду.

Вот так я познакомился с «нашей Лией». Пятнадцать лет музыкального «кайфа»! Ну, как забудешь эти репетиции, сотни концертов, знакомство с музыкальными сокровищами Чайковского, Даргомыжского, Глинки, Гурилева, Булахова, Дунаевского, Фельцмана, Грига, Массне, Бизе, Кальмана... А какие стихи! Какие слова, написанные лучшими поэтами земли! Это же целый мир! Это любовь и восторг!

Однажды я вез с собой в Москву кассету с нашими выступлениями. Накануне директор музея Шляпина попросил меня привезти хоть какие-то записи, чтобы решить для себя, можем ли мы выступить в святых стенах, где жил русский музыкальный гений. А нам и Лие очень хотелось совершить «хадж» в эту «творческую Мекку». Но я не был уверен, что взял имен-

но ту запись. Решил – пойду сначала в Союз журналистов Москвы, куда и был командирован, проверю кассету, а уж потом – по личным делам в Дом-музей.

В Союзе спросил, есть ли видеомagneтофон?

– Есть. А что хотите?

Я объяснил.

– Ну-ка, ну-ка, – оживились скучающие журналисты. – Давай сюда.

Когда я понял, что это нужная кассета, потянулся к выключателю.

– Э-э, нет! Поглядим, – попросили мастера слова и на одном дыхании просмотрели 40-минутный концерт коллектива, посвященный юбилею нашего певца.

Дальше шла вечеринка с юбилеем, и я снова хотел выключить магнитофон.

– Ну, дай досмотреть! – взмолилась пресса.

Пришлось уступить.

И хотя на экране шло веселье, поздравленья и тосты, журналисты с любопытством смотрели наши забавы. Ведь мы еще читали стихи и пели у рояля, а нам играли пианисты с консерваторским образованием.

Да. Таков был коллектив, у истоков которого была Лия!

Директор Шляпинского музея все-таки пригласил наш коллектив. И Лия распевала нас за роялем – подарком друзей великого Шляпина. И мы достойно выступили. И каждый получил памятную книгу...

Мы часто будем вспоминать Лию. И не только мы. Попса еще сильна. Но что-то в последнее время народ потянулся в театры и концертные залы. Почему-то все чаще мелодичные песни советской поры поются в компаниях. Те же песни Юрия Антонова. И в конкурсах побеждают не «шептуньи» у микрофонов, а настоящие сопрано, тенора или баритоны. Людям хочется настоящего искусства, настоящих стихов, настоящих мелодий и настоящих голосов.

Вот этой задаче и служила наша любимая Лия. Царствие ей небесное!

**Владимир МОРМУЛЬ.
г. Коломна.**

На снимках: Лия Алексеевна Индеева (вверху).

Внизу (слева направо): Лия Индеева, Владимир Мормуль, директор музея Шляпина в Москве Николай Соколов.

УЧИТЕЛЯМИ СЛАВИТСЯ РОССИЯ

ТЕПЛО БОЛЬШОГО СЕРДЦА

ДВА ГОДА назад мы случайно узнали о существовании в Москве школы №2054. Здесь добрейшее отношение к детям, располагающая к творчеству и свободному восприятию мира обстановка, рассказывали довольные родители. И мы заинтересовались, решили проверить. Я поехала с сыном-третьеклассником и дочерью-дошкольницей на «разведку».

Да... Школа очаровала нас всех троих. И мы поспешили перевестись туда, ведь до 1 сентября оставались считанные дни.

Первой, кого мы тогда случайно встретили, оказалась Элла Львовна Кузина, наша будущая учительница. Последующие два года мой сын Семен провел под ее крылом и теперь считает ее самой главной, самой лучшей и... самой первой: она просто затмила всё то,

что было до нее. Как же ей это удалось?

Элла Львовна – педагог достаточно строгий, с твердым характером и властным голосом. У нее и родители то выстраиваются по струнке. Но детей обмануть невозможно. И сквозь строгие интонации голоса они улавливают ноты любви и, конечно, ощущают глубочайшую заинтересованность учителя в каждом из них.

Она всегда в курсе их успехов, знает об удачах и неудачах в выступлениях, конкурсах, соревнованиях. Дети утром спешат в школу, чтобы поделиться с учительницей всеми своими новостями. Как-то раз в музее после экскурсии мы уже задерживались в школу к обеду, надо было поторопиться, я поглядывала на часы, но Элла Львовна, казалось, не спешит. Она не могла отойти от одной ученицы, которая упоённо

рассказывала о своей собаке и ее проделках, произошедших вчера. Элла Львовна расспрашивала, задавала вопросы, понимая, насколько для девочки важна эта история, это повествование. Разве имеют какое-то значение в такой ситуации лишние пять минут?!

С Эллой Львовной наши дети исходили и изездили на метро, автобусах и трамваях пол-Москвы, посещая музеи и выставки. Такое чувство, что она не может жить без экскурсий, без движения, без новостей культуры. «Всё это надо успеть показать детям! В средней школе будет труднее, там больше предметов, уже не до экскурсий. Надо сейчас, пока они со мной!».

...Мы очень сожалели, когда пришло время расставания.

На выпускном празднике, вручая детям табели и грамоты, Элла Львовна ска-



зала про каждого ребенка теплые слова, подчеркивая самые лучшие его черты, каждого крепко-крепко обняла на прощание, взяв с них слово приходить к ней в свободные минуты. И, знаете, они приходят. После своих уроков несколько ребят каждый день бегут в начальную школу к своей самой-самой первой, к своей самой-самой любимой!

В августе нашему педагогу исполнилось 55 лет. В случае с Эллой Львовной это только красивая дата. И в душе, и внешне ей намно-

го меньше. Говорят, работа с детьми делает человека моложе, дает силы, энергию. Но удастся это только тем, кто любит дело, которому служит. Ей удастся.

На официальном сайте школы Элла Львовна написала: «Моё кредо: пусть как можно больше будет в детской жизни счастливых минут!». Пусть и в Вашей жизни таких минут будет как можно больше, дорогой наш педагог!

Светлана
РУДНИЧЕНКО.

МИР ПРЕКРАСНОГО

КРАСКИ В РЮКЗАКЕ

Сегодня мы хотим познакомить наших читателей с народным художником России, представителем старшего поколения живописцев Г.Ф. Ефимочкиным. В минувшем месяце Геннадью Федоровичу исполнилось 86 лет, но он по-прежнему бодр и жизнерадостен.

Родился он в Москве, а война застала подростка на Украине. В 1943 году, когда в войне наметился решительный перелом, немецкие войска стали отступать. Как и всякий изощренный враг, они применили методику, известную на протяжении многих веков: сгоняли население с родных мест и уводили с собой, прикрываясь, как живым щитом. Среди пленных оказался и Геннадий... За два года он прошел через ряд западных стран, а окончание войны встретил в американской оккупационной зоне. На пороге родного дома в Марьиной роще он появился только в ноябре 1945 года...

Мальчишка снова привыкал к обычной жизни: пошел в школу, гонял со сверстниками по закоулкам Марьиной рощи... Позже, в 60-е годы, отдавая дань памяти детству, Геннадий Федорович создаст целую серию акварелей. Он перенесет на бумагу улочки со старинными фасадами деревянных домов, пивные шалманы, здание кинотеатра и различные бытовые сценки, происходившие на

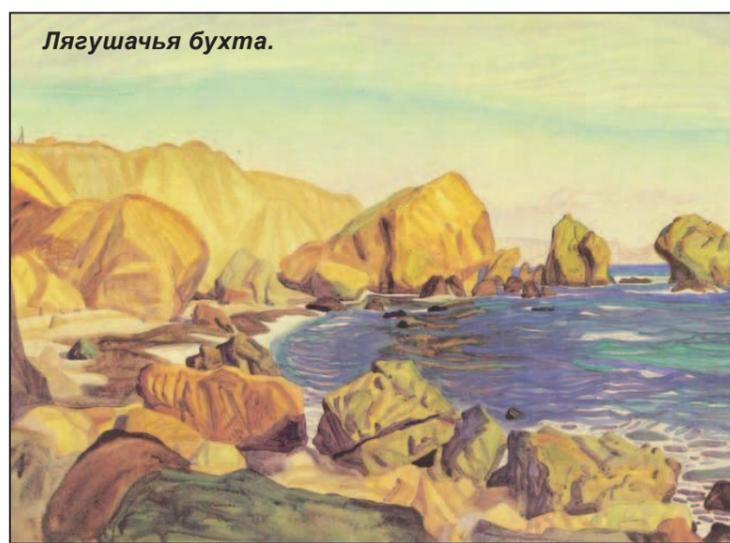
его глазах. Сегодня эта серия работ представляет огромную ценность для истории столицы.

Словно наверстывая потерянное время, он, получив аттестат, тут же поступает в художественно-промышленное училище им. Калинина и заканчивает его в 1954 г. с отличием. А несколько лет спустя точно так же, с отличием, заканчивает живописное отделение Государственного Академического института им. В. И. Сурикова – хотя к тому времени он уже был профессиональным художником. Но и на этом стремление к совершенствованию не оставляет живописца – в течение трех лет он обучается в мастерских при Академии художеств СССР у знаменитого Евгения Кибрика.

После этого Геннадий Ефимочкин работает в мастерских графики художественного Фонда СССР. Страстный путешественник, он исколесил практически всю нашу великую матушку-Россию. Особенно значителен вклад художника в создание масштабных полотен, посвященных Северу, Камчатке и Чукотке. Нередко приходилось

работать в экстремальных условиях, проходя по бездорожью десятки километров в поисках особого, неповторимого места, видом которого позже будут восхищаться зрители на выставках.

И вот уже представительные художественные музеи и картинные галереи считают за честь иметь в своих коллекциях картины и графические листы этого неординарного мастера. В 1999 году талант художника был отмечен престижной премией «Человек года» американским географическим обществом. В год, когда Геннадий Ефимочкин отмечал 85-летие, свое поздравление в адрес



Геннадий Ефимочкин: «Для меня Коктебель – торжественный и величественный гимн созидательной силе земли, солнца, тому, что раньше называли божественной природой».

юбиляра прислал Президент России В. В. Путин.

В августе этого года в одном из самых известных залов Москвы – Доме художника на Кузнецком мосту – работала персональная выставка Геннадия Ефимочкина. На суд взыскательного зрителя автор представил около 400 произведений, созданных в разные годы – невероятных по своему разнообразию и мастерству.

Пожелаем художнику и дальше радовать своим богатым творческим потенциалом тонкого ценителя высокого искусства.

Лев МИЛОВИДОВ,
искусствовед,
Заслуженный деятель
искусств России.

 СТРАНИЦА ПЕНСИОННОГО ФОНДА

НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

Мы не однажды рассказывали о том, как сотрудники Пенсионного фонда занимаются с пожилыми людьми, обучая их компьютерной грамотности, иностранным языкам и т.д. А недавно в ГУ ПФР №5 по Москве и Московской области стартовал учебный год для внуков пенсионеров и ребят из многодетных семей. Цель этого проекта – помочь учащимся, испытывающим сложности в овладении школьной программы по английскому языку.

ПЕРВЫМИ учениками стали учащиеся вторых-четвертых классов средней школы. На вступительном уроке они повторили пройденный школьный курс и научились спрягать местоимения. Это занятие показало, что потрудиться придется серьезно. Дети не могут составлять предложения в разговорной речи, путаются в произношении звуков. Но зато все ученики проявили оптимизм и желание изучать язык.

Так, десятилетняя Арина

Сергеева продемонстрировала блестящую память и без запинки рассказала английский алфавит. Более того, она помогала остальным ученикам освоить учебный материал первого занятия.

После проведенного урока мама четырех детей Елена Руденко, которая определила на курсы дочку Светлану и сына Дмитрия, от имени бабушек и родителей поблагодарила руководство ГУ ПФР №5 за уроки английского.

С этого дня занятия с ребятами в рамках проекта «По-

моги внуку» проходят регулярно.

– Пенсионеры и многодетные мамы неоднократно обращались к нам с просьбой найти возможность помочь их внукам и детям в изучении английского языка. Не все школьники в состоянии сразу освоить базовый курс языка, получают неудовлетворительные оценки, что рождает апатию и нежелание изучать предмет, а денег на репетитора для частных занятий у многих граждан нет. И вот мы решили пойти навстречу этим пожеланиям, – пояснил начальник ГУ ПФР №5 Александр Акименко.

Он отметил, что в управлении уже три года действуют компьютерные курсы, курсы английского языка и шахматная секция для пенсионеров. Руководство управления также планирует организовать



для них курсы французского языка, расширить программу компьютерной грамотности, включив в нее обучение по пользованию смартфонами и планшетами. Запланировано открытие творческого клуба «Прометей», где пенсионеры смогут раскрыть свои таланты в области литературы, живописи, художественного рукоделия.

Пенсионный фонд, по мне-

нию А. Акименко, не должен быть некоей «бухгалтерией для выдачи денежных пособий». Он может стать своеобразным гуманитарным центром, где пенсионеры будут общаться, повышать эрудицию и находить занятия по душе. А это – реальный путь к долголетию и жизненной активности.

Василий ТРЕСКОВ.

ДО 1 ОКТЯБРЯ!

Пенсионный фонд России напоминает, что федеральные льготники, имеющие право на набор социальных услуг, могут выбрать форму его получения: натуральную или денежную.

По умолчанию набор социальных услуг предоставляется в натуральной форме (за исключением граждан, подвергшихся воздействию радиации). Чтобы получить весь набор или его часть деньгами, необходимо до 1 октября подать соответствующее заявление в Пенсионный фонд России. Если ранее заявление об отказе от получения социальных услуг в натуральной форме уже подавалось, новое заявление не требуется – набор будет выплачиваться деньгами до тех пор, пока человек не изменит свое решение.

ДОРОГИЕ «БЕСПЛАТНЫЕ»...

КАК ЧАСТНЫЕ ЮРИДИЧЕСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ НАЖИВАЮТСЯ НА ПЕНСИОНЕРАХ

Главное управление ПФР №9 по г. Москве и Московской области постоянно рассматривает многочисленные обращения пенсионеров с просьбой предоставления перерасчета размера начисленной пенсии. Все обращения отличаются казенным, типовым изложением, с многочисленными ссылками на законодательно-правовые акты. Это подтверждает факт обращения заявителей в частные юридические и адвокатские конторы, которые очень агрессивно предлагают свои услуги за совсем небольшие деньги.

На страницах ряда печатных изданий, в социальных сетях, сайтах сети Интернет, телефонными звонками активно насаждаются **БЕСПЛАТНЫЕ** консультации по

расчету пенсий, пенсионным спорам, якобы связанным с неопределенностью законодательства. После чего подписывается коммерческий договор на оформление заявления в систему ПФР, как правило, в несколько инстанций с оплатой за каждое обращение. В соответствии с Федеральным законом от 02.05.2006 №59-ФЗ «О порядке рассмотрения обращений граждан Российской Федерации» все эти экземпляры поступают в территориальный орган ПФР по месту регистрации заявителя.

По итогам рассмотрения специалистами – экспертами главного управления Пенсионного фонда формально оформленных заявлений, за которые пенсионеры платят

ЮРИДИЧЕСКИМ И АДВОКАТСКИМ КОНТОРАМ от 20 до 30 тысяч рублей, в подавляющем большинстве случаев подтверждается правильность и размер начисленной пенсии, предоставляется полный расчёт и его обоснованность.

Начальник Главного управления ПФР №9 Людмила Тарасова обращается к людям старшего поколения с убедительной просьбой не поддаваться на уловки «юридических помощников», тем более за немалое денежное вознаграждение.

Важно знать, что **любой заявитель может направить обращение в свободной форме лично, по почте или через представителя:**

– в территориальный ор-

ган ПФР по месту жительства, по месту пребывания, по месту фактического проживания;

– в клиентские службы Главного управления ПФР №9;

– в МФЦ;

– в Личный кабинет на сайте Пенсионного фонда России после подтвержденной учетной записи в системе идентификации и аутентификации esia.gosuslugi.ru. Те, у кого ее нет, могут обратиться в клиентскую службу Пенсионного фонда и пройти соответствующую регистрацию.

Спланировать свой визит в Пенсионный фонд поможет сервис предварительной записи на прием, который также есть в личном кабинете и доступен даже незарегистрированным пользователям.

Отдел по работе с обращениями граждан.

Вот так Дуся!..

Гигантскую тыкву из Луховиц вырастила семья сотрудника Пенсионного фонда. Назвали ее ласково – Дуся.

СЕГОДНЯ гигантская тыква Дуся весом 645,5 кг – жемчужина фестиваля цветов, урожая и искусства «Краски осени», который проходит в Москве в Ботаническом саду МГУ «Аптекарский огород». Гигантская тык-

ва из Подмосковья уже попала в Книгу рекордов России, так как Дусю публично взвесили, и ее рекорд официально зафиксирован.

А вырастили Дусю в Луховицах Московской области, семья фермера – Андрей Гусев и Ася Алиева. Что любопытно, Ася Алиева – сотрудница Луховицкого Управления ПФР, руководитель группы социальных выплат.

«Есть много роликов в интернете, где садоводы из США выращивают огромные тыквы, – говорит глава семейства Андрей Гусев. – И мы тоже решили попробовать, купили семечко у рекордсмена прошлого года». А предыдущий рекорд, как известно, «тянул» на 435 килограммов.

Огромная тыква проживала в отдельной теплице, где были созданы все необходимые условия для роста гиганта.

«Ее Тыквенное Величество Дусю», как ее про-



звали журналисты, можно увидеть на выставке до 14 октября 2018 года. Потом ее, по словам Андрея Гусева, разрежут и раздают посетителям выставки.

При этом семена Андрей, конечно, оставит себе.

Отделение ПФР по г. Москве и Московской области.



НАШИ КОНКУРСЫ

ЧТО БЫ ЭТО ОЗНАЧАЛО?

В этот раз лучшей признали подпись, присланная Анной Давлетшиной из Волоколамска: «Все, папаню уложил, теперь можно и на компьютере поиграть».

Внизу – новое фото-задание: «Что бы это означало?».



МОИ ВНУКИ САМЫЕ ЛУЧШИЕ

Каждый скажет о своих внуках: «Они самые лучшие!».

С полной уверенностью говорит это и Галина Алексеевна КРИВОЛАПОВА из Раменского. «А как же их не любить, внучков Варю и Мишу? Они для меня самые любимые, самые дорогие! Мише 4 года, а Варваре уже целых 7 лет, она нынче в первый класс пошла – взрослая! Я с ними в свободное время с удовольствием возжусь, вместе с ними занимаюсь коллекционированием. Собираем открытки, значки, марки, монетки, спичечные коробки и др. Это очень интересное, познавательное занятие, мы даже участие в местных выставках принимаем. Пока внучата мне помогают, а потом, может, увлекутся так, что и свои коллекции собирать начнут».



МИСС ЭЛЕГАНТНОГО ВОЗРАСТА

Я НЕИЗМЕННЫЙ секретарь, – говорит о себе Галина Алексеевна Криволапова. – Отработала больше сорока лет и все время – секретарем. Последние 27 лет была секретарем на заводе. Менялись директора, проходили реорганизации, а я оставалась на своем месте. Очень любила свое дело, и когда в 60 лет все-таки пришлось уйти с работы, долго дома не засиделась. Узнала, что в Раменском есть отделение Союза

пенсионеров Подмосковья и, не задумываясь, тут же пошла и сразу вступила в организацию – привыкла быть с людьми, в водовороте всевозможных дел. И – вот «ирония судьбы»: здесь меня избрали в члены правления, где я также занимаю теперь должность секретаря. Нравится ли? А как вы думаете, если уже почти 10 лет с удовольствием прихожу в отделение, как на работу и бросать ее не намерена. Здесь очень интересно, всегда что-

то происходит, и я нахожу свою должность нужной людям.

Свободного времени на пенсии, конечно, больше, но, глядя, как складывается день у Галины Алексеевны, этого не скажешь – настолько насыщена ее жизнь. Она охотно занимается своими внуками, любит путешествовать, посещать театры, выставки, экскурсии – и одна, и в компании с друзьями по отделению. А еще увлекается коллекционированием (посмо-



трите на фото, какие богатства скрываются в этих массивных альбомах!), о чем рассказала, прислав на конкурс снимок своих внуков.

Родное отделение Союза пенсионеров в это же самое время предложило кандидатуру Г.А. Криволаповой на конкурс «Мисс элегантного возраста». Вот такой «двойной удар» из Раменского!

ЖИТЕЙСКИЕ ИСТОРИИ

СТАХАНОВКА ПО ИМЕНИ ЛЮДМИЛА

СИЖУ в новеньком каркасе пассажирского павильона, жду маршрутку. Скамья уже есть, но нет еще панелей и крыши. Когда-то рядом стояла торговая точка, была и крыша и скамейка. Видимо, городская власть вернулась к мысли о благоустройстве.

На том самом месте, где стоял ларек, в пяти метрах от остановки, энергично орудует стальной веерной метлой бабушка в очках и фартуке. Тут же, поблескивая зубьями на солнце, лежат грабли. У метлы, которой работает старушка, пластины для удобства загнуты книзу, чтоб ловчей грести. Чувствуется, она хорошо владеет инструментом и не впервой занимается этим делом. Странно только, что нет ни носилок, ни тачки, ни ящика для мусора.

Наверное, потом приедут и уберут то, что нагребла бабулька и поставят новый

ларек торговать водой да сигаретами – размышляю я – а бабульку наняли, чтобы подготовила место. Интересно, какая у нее пенсия и за сколько согласилась подработать?

Маршрутка долго не едет. Бабулька продолжает тщательно чистить площадку. Она уже заметила, что я наблюдаю за ней и изредка поглядывает в мою сторону. Сгребает щебенку, бетонную крошку, мелкий мусор и траву. Работает быстро и как-то уж очень старательно, ну просто вылизывает землю у себя под ногами. Легкий ветерок относит пыль, слава богу, не на меня.

Маршрутки все нет. Вдруг бабулька, отложив метлу, подошла и села рядом. Взгляд внимательный, веселый.

– Добрый день! А что здесь будут строить? Ларек? Магазинчик? – спрашиваю я.

– Ничего не будут строить. Это я для чистоты, просто так убираюсь.

– Как «просто так»? Вам что, не платят за эту работу?

– Не-а. Это я для себя, – заулыбалась она, внимательно глядя в глаза, будто хотела понять, разгадал ли я ее секрет. – Я вон и в парке хожу убираюсь, – кивнула она на городской парк через дорогу.

– А мусор-то кто уберет?
– Уберут, – уверенно сказала бабулька.

– И Вам никто не платит? – снова спросил я недоверчиво. И тут худенькая старушка выдала, наконец, свою тайну.

– Мне уже 81! Трудиться надо! И никакого рака не будет! – весело и уверенно заключила она. – Я здесь рядом живу, вон в той пятиэтажке зеленой и в парк хожу почти каждый день. Подметаю, убираюсь, сучья собираю. Директор там хорошая, ей нравится моя работа. А на остановке это я так, сегодня решила. Завтра и с той стороны уберусь, – показала она на газон, усеянный окурками. Сегодня уже устала.

– А кем Вы работали до пенсии?
– Конструктор я. Работала в Жуковском, потом переехала на родину, в Коломну. Тут уж двадцать лет.

– А телефон не скажете? – спросил я, подумав, что надо бы об этой стахановке разузнать поболее.

– Нету у меня телефона. А зачем он мне? Мозги облучать?

– А телевизор смотрите?
– Не-а. Я в тишине живу.

– Пенсии-то хватает?
– Хватает.

– А дети есть?
Она весело взглянула на меня:
– Не помню.

– А внуки есть?
– Не помню.
– А зовут-то Вас как?

– Забыла, – снова засмеялась она. Подъехала маршрутка. Я встал, попрощался и пожелал бабульке здоровья.

– Людмила меня зовут, – вдруг сказала старушка. – Всего Вам доброго!

М.ВОЛОДИН.



НАШЕ ТВОРЧЕСТВО

Мы с «англичанкой» сошлись не сразу. В техникуме, где мы работали, у неё была небольшая нагрузка, поэтому преподавала она не каждый день. Галина Ивановна, так звали учительницу английского языка, была приветлива со всеми, но держалась обособленно.

Однако с некоторых пор она стала подходить ко мне: советоваться, расспрашивать о детях. Выяснилось, что у нас с нею сыновья – почти ровесники, у неё два и у меня тоже – проблемы одинаковые. Одним словом, женщина потянулась ко мне, и я пошла ей навстречу, тем более, что она была мне симпатична.

В свои сорок лет Галина сохранила отличную фигуру. Кроме того, Бог дал ей красивое лицо: выразительные тёмные глаза, аккуратный носик, чётко очерченные губы, а главное, у неё была чудесная кожа лица – белая, нежная, тонкая. Она редко пользовалась косметикой, да та и не нужна была ей.

Странно, но, несмотря на привлекательную внешность, Галина была незаметной, одевалась просто и скромно. Весь её облик казался тусклым, возможно, потому что не освещался внутренним светом. Так бывает, когда женщина чувствует себя нелюбимой или очень устаёт.

Как-то она пригласила меня к себе домой и в порыве откровенности призналась, что у неё с мужем прохладные отношения и что она подозревает измену. К тому же, у их мальчишек серьёзные проблемы в школе. Муж не вникает в эти неприятности.

Я видела её Сергея: высокий, статный, с мужественным лицом. К тому же – офицер, подполковник, с машиной – такие мужчины нравятся женщинам.

Чем я могла её утешить, что посоветовать?

Однажды, в конце июня, она пришла ко мне домой. Я, как всегда, в свободное от работы время сидела за швейной машинкой и творила очередной «шедевр». Красивые глаза моей приятельницы были полны тревоги:

– Люба! Выручай! Такая ситуация – хоть «караул» кричи.

Оказалось, она приглашена на званый обед, да не к кому-нибудь, а к главному начальнику мужа – генералу. Этот генерал, отмечая свой юбилей, позвал сослуживцев с женами к себе в загородный дом. Общество обещало быть блестящим, высокопоставленным, Галин муж оказался в числе приглашённых за какие-то заслуги.

Что надеть? – первый вопрос, который встаёт перед любой нормальной женщиной в подобной ситуации. Жена офицера должна выглядеть так,



чтобы он мог гордиться ею, как одним из своих достижений. Ведь всем известно, что у умного мужа жена выхолена, а у глупого – по будням затаскана.

Бедная Галка! В её гардеробе не оказалось подходящего случаю платья. Купить новое – не было возможности. Хотела взять напрокат наряд у приятельницы – он ей не подошёл.

– Вот, – сказала она, вынимая маленький сверток из пакета, – шей мне, пожалуйста, платье из этого!

Я развернула сверток и замерла в восхищении – никогда раньше не держала в руках такой красоты – ткань с люреком! Не жёсткая и колючая, а мягкая, падающая, нежная...

– Где ты это взяла?!

– У приятельницы, из её сундуков. Они за границей служили. Заняла деньги тайком от мужа и купила. Узнает – убьёт! Без того долгов хватает. Шей, а?

– Галка, я боюсь! Никогда не шила из такой ткани, не знаю, как она себя поведёт? Вдруг – испорчу? Я ж этого не переживу. Да и мало её тут – не разгонишься на приличный фасон.

– Шей! – решительно сказала она. – А испортишь – знать судьба моя такая! Понимаешь, мы не можем отказаться от приглашения, а явиться в чём попало – ну, нельзя! Знаешь, какая генеральша модница! Не смотри, что в возрасте, молодым фору даст! Муж её видел.

Упоминание о генеральше было последним убедительным доводом. Я предостерегла себе крупную раскормленную бабу в шелках и шифонах, высокомерно взирающую на бедную учительницу, и что-то зазвенело внутри – зыграли струны!

– Ладно, дорогая! Мы ещё посмотрим, кто кому фору даст. Раздевайся! Я на тебя гляну. Думать будем.

Галка, не веря счастью, быстро разделась. Я придирчиво осматривала её фигуру. Ноги – стройные, прятать не нужно, бёдра узковаты – надо зрительно увеличить. Живота нет – прекрасно! Тонкая талия – нужно подчеркнуть. Шея и грудь гладкие, мраморные – это выделить. Плечи немного костлявые – прикрыть...

– Одевайся! И дай мне сутки на размышление – фасон придумать.

Обычно я шила платье за день – два, над этим корпела

неделю подряд, переложив на мужа все домашние хлопоты и заботу о наших мальчишках.

КОГДА я примеряю готовую вещь, всегда заставляю женщину встать на каблучки, причёсаться и обязательно накрасить губы. Что говорить о заказчице, если я сама оторопела, увидев результат своей работы. Платье получилось не совсем обычным, это так, но до чего же сама Галина была хороша! В ней заиграло всё: она подтянулась, выпрямилась, стала выше ростом. Появились какие-то плавные, грациозные движения – другой человек! Она всматривалась в зеркало и – расцветала. Наверное, увидела себя такой, какой была в пору счастливой любви.

– Шедеврально..., – прошептала она, рассмешив меня чудным словом.

– Запомни, дорогая, как ты сейчас стоишь. Вот так и носи себя. И не бойся никаких генеральш, – напутствовала я подругу. – Стой! А что же ты мужу скажешь, где платье взяла?

– Всё продумано: у приятельницы, Наташки, напрокат. Да я Сереге обновку не покажу – пусть ему сюрприз будет.

Она улетела.

А я на недельку уехала на дачу – лето всё же! Вернулась, только на порог – звонок. Галка: – Ты дома? Сейчас приеду! – и бросила трубку.

Через полчаса стояла передо мной и смотрела, как на икону.

– Люба, – говорила она, сияя глазами, ты – волшебница! Ты даже не представляешь, что ты для меня сделала!

– Платье сшила. Эка невидаль!

– Нет! Ты вернула счастье в мой дом!

– Это интересно! Рассказывай, не томи душу!

И подруга, торопясь и увлекаясь, поведала мне, как они побывали на приеме у генерала.

СОБИРАЯСЬ в гости, она до последней минуты ходила в халатике, а когда Сергей, уже одетый, вышел подогнать машину к подъезду, надела новое платье, сверху накинула лёгкий плащ, и они поехали.

Немного опоздали – пришлось поплутать в дороге. Когда вошли на террасу, увитую зеленью, все уже сидели за столом. Муж пропустил её немного

вперед, она, смущённо улыбаясь, поздоровалась.

Гости обернулись к вошедшим – и на миг воцарилось молчание. На неё смотрели, как на ангела, неожиданно впорхнувшего в их обитель – так свежа и привлекательна была новая гостья.

Генерал после небольшого замешательства встал из-за стола и радушно поприветствовал их. Сергей представил ему свою супругу. Старый служака расплылся от удовольствия, словно ему вручили долгожданный подарок, поцеловал даме руку и отвёл к столу.

Стол был великолепен, а всё остальное – как обычно: тосты, здравницы, грубая лесть, много выпивки. Сергей спиртное не пил, а Галина вкушала понемножку заморские вина.

Народ за столом сидел солидный и по возрасту, и по положению. Они с мужем оказались самыми молодыми в этой компании.

Дородная генеральша, красивая, ухоженная, одетая дорого и со вкусом, в течение вечера не раз бросала оценивающие взгляды на молодую гостью. Галке было неуютно под этим взглядом. Зато генерал, немного подвыпив, пользуясь своим положением хозяина и юбиляра, вслух восхищался ею, приглашал танцевать, целовал руки и, в конце концов, театрально встав на одно колено, произнёс:

– Богиня! Как должен быть счастлив мужчина, владеющий таким кладом!

Другие офицеры явно разделяли мнение своего командира и тоже приглашали её танцевать, не скрывая восхищённых взглядов и не скупясь на комплименты.

Сергей, ошарашенный безумным успехом жены, пытался потанцевать с ней, но его шутило отнесали:

– Серёга! Ты с нею дома общаешься, а тут, пожалуйста, не лишай нас удовольствия!

Такого успеха Галина и сама не ожидала. Это был поистине её триумф: она парила, чувствуя крылья за спиной. Танцевала, шутила, улыбалась. Ухаживания генерала воспринимала с юмором, не кокетничала, не отвечала на призывные взгляды других мужчин. Королева! И откуда что бралось? – удивлялась себе.

В какой-то момент генеральша отвела её в сторону:

– Познакомьте меня, пожалуйста, с Вашей портнихой.

И тут Галка... соврала, иначе ответить было нельзя, положение королевы обязывало:

– К ней не пробиться! Но я постараюсь уговорить её.

БЫЛО уже поздно, генерал не хотел отпускать

их, но Галя и Сергей торопились – мальчишки дома одни.

Сели в машину, отъехали немного, вдруг Сергей остановился, ни слова не говоря, схватил её в объятия и стал жадно целовать.

В эту ночь они не спали совсем, как в молодые годы.

Утром он сказал жене:

– Ты это платье Наташке не возвращай. Мы его купим, сколько бы оно ни стоило. Уговори её.

Тут Галя призналась, что обманула его.

– Умница ты моя! Какая же ты у меня умница! Галчонок, ласточка...

С этой ночи начался их «медовый месяц»...

– Вот я и говорю, ты – волшебница! – заключила подруга свой рассказ.

– Да не я, а ты – волшебница! Вон сколько мужиков одним махом околдовала!

– Ты шутишь, а я – серьёзно!

– И я – серьёзно. Ведь дело не только в платье. Важно, как ты себя ощущала в нём, ведь именно так тебя и воспринимали окружающие. Ты просто не знала себя. Задавленная бытом, потеряла ощущение радости жизни. А я всего лишь немного помогла тебе убедиться в богатстве твоих собственных ресурсов – физических и духовных. Запомни, Галка: несчастных – не любят; несчастным сочувствуют и... отторгают их. Закон жизни! А к счастливым людям тянутся все, как к огню, – погреться. У мужиков на это нюх особый, а муж – он, ведь, прежде всего – мужик! Не снижай планку – и всё будет о-кэй!

ПЕРЕСТРОЕЧНАЯ жизнь развела нас, разбросала, втянула в бешеную борьбу за выживание. Я ушла из техникума. Ослабли или вовсе порвались дружеские узы, остались – самые крепкие – проверенные всей жизнью. Галку я потеряла из виду. А недавно – звонок. Знакомый голос:

– Как поживаешь, дорогая? Галка!

– Нормально. А ты? Как дети?

– Сыновья выучились, устроились неплохо. Серёга ушёл в отставку, своё дело открыл, я ему помогаю. Всё у нас хорошо.

Я ей рассказала о своих делах, а потом спросила:

– Галка, а где то платье? Помнишь? Продала?

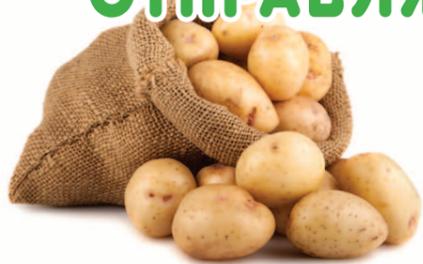
– Что ты! Мы его храним. Это – наша семейная реликвия.

Её голос звенел в трубке, она щебетала что-то ещё, а я – почти не слушала, так как главное – уже услышала.



КОПИЛКА СОВЕТОВ

ОТПРАВЛЯЕМ КАРТОШКУ НА ХРАНЕНИЕ



ДЛЯ ДЛИТЕЛЬНОГО хранения годится лишь картофель среднего и позднего сроков созревания. Даже в идеальных условиях раннеспелый картофель хранится только до ноября. Затем он начинает быстро прорастать и вянет, теряя свои качества напроочь.

Закладывайте на зиму высококачественный здоровый картофель. Перед этим его необходимо не только тщательно просушить, удалив всю землю

и различные посторонние примеси, но и отсортировать, откинув в сторону все маленькие, загнивающие, поврежденные и больные клубни.

Просто идеально картофель хранится со свеклой, которую закладывают поверх клубней. И делают это не только для того, чтобы место в хранилище сэкономить. Свекла отлично вбирает излишнюю влагу, которая ей только на пользу, предохраняя тем самым от загнивания клубни картофеля.

Если лоджия или балкон – единственное место, где вы можете хранить свой урожай, подойдите к этому нелегкому делу ответственно. Попробуйте использовать несложные домашние хранилища.

Соорудить его можно из деревянных досок или щитов. Лучше всего, когда таких ящиков (различных по размеру) два, вставленных один в другой – как матрешки. Объем внутреннего ящика должен быть немного меньше – так, чтобы между ними было расстояние примерно 5 см. Кстати, дно и крышку ящика тоже необходимо сделать двойным. Заполнить образовавшуюся пустоту между ящиками и крышками лучше всего пенопластом или сухими древесными опилками. Снаружи хранилище необходимо обить пластиком, куском оцинковки, линолеумом или просто покрасить – так вы защитите его содержимое от влаги.

Если соорудить стационарный контейнер для хранения картофеля на балконе у вас ни времени, ни желания нет, существует альтернатива – термоконтейнер бытовой. Балконный погребок. Это, по сути, двойной мешок, из-

готовленный из прочной палаточной ткани. Утеплен он специальным особым прочным синтепоном и оборудован электрическим подогревом. В таком погребке любые овощи сохранятся на балконе даже при морозе -40°C, потому что внутри этого чудо-приспособления всегда автоматически поддерживается температура +1...+7°C. Выпускается Погребок в 3 модификациях: на 100 литров (примерно 1 мешок картофеля), на 180 литров (2 мешка) и на 300 литров (3 мешка).

Во время зимнего хранения нужно картофель перебирать, так как в нем могут проявиться различные инфекционные болезни. Переборку клубней необходимо начинать, как только вы заметите разлагающиеся клубни – это бактериальная мягкая гниль.

Надо вынимать из хранилища не только гнилые клубни, но и все те, что соприкасаются с ними.

ТАБЛЕТКА... ДЛЯ РУБАШКИ

УДИВИТЕЛЬНО белоснежная одежда – это легко! Растворите 5 таблеток аспирина по 325 мг в 8 л теплой воды. Замочите вещи в этом растворе и оставьте на 8 часов.

Добавьте несколько таблеток аспирина прямо в стиральную машину! Это средство вернет сияющую белизну даже посеревшим вещам. Если перед стиркой в машинке подержать одежду в растворе аспирина, эффект будет просто ошеломляющий.

Аспирин не повреждает ткань, но при этом замечательно убирает загрязнения. Поверьте: лучше любого отбеливателя!

НУ ТЫ И ФРУКТ!..

НАВЕРНО, вы неоднократно замечали разного рода наклейки на фруктах. Задавали ли вы себе вопрос, зачем они и какую информацию несут?

1. Если на них **4-значный код, который начинается номерами 3 или 4**, то это означает, что продукт был выращен по принципу интенсивного сельского хозяйства, что также подразумевает использование удобрений и пестицидов.

2. Если продукт имеет **5-значный код, который начинается с номера 9**, это означает, что продукт был выращен традиционным способом, как это делали в течение тысяч лет. Сейчас такой способ называют «органическим», другими словами без применения пестицидов и удобрений.

3. Если продукт имеет **5-значный код, который начинается с номера 8**, то это означает, что продукт является генетически модифицированным или широко известным как ГМО.

САДЫ СЕМИРАМИДЫ НА ХОЛОДИЛЬНИКЕ



С тех пор, как кухня стала центром домашней вселенной, а главное место в ней уверенно занял холодильник, всякий старается оживить его безжизненные поверхности как умеет. Кто-то развешивает там магнитики из дальних путешествий, другие пользуются как семейной доской объявлений, третьи устраивают выставку любимых фотографий. Мы же предлагаем обустроить на дверце холодильника настоящий сад.

Для этого понадобятся: пробки, магниты, клей, земля для цветов, растения.

ПОРЯДОК РАБОТЫ:

1. Воткните и затем вытащите из пробки отвертку так, чтобы получи-

лось отверстие глубиной примерно до половины или чуть более длины пробки.

2. Воспользуйтесь ножом и аккуратно, стараясь не повредить стенки пробки, расширьте сделанное отверстие, выскребая и вырезая внутренности пробки.

3. С помощью пистолета с горячим клеем прикрепите магнитик к боковой стенке пробки.

4. Заполните сделанное пространство внутри пробки землей.

5. Посадите в эти мини-горшки отростки растений.

6. Расположите ваш мини-сад на дверце холодильника и не забывайте ухаживать за своими питомцами.

Места среза не использованной полностью луковицы смажьте любым жиром – лук сохранит свежесть и питательные свойства.

Если добавить в сметану немного молока, она не свернется в подливе.

Оставшуюся в банке томатную пасту можно уберечь от плесени, посыпав ее мелкой солью и залив растительным маслом.

Увядавшие овощи (зелень) можно освежить, окунув их сначала в горячую воду, а затем в холодную.

Ящики в кухонных столах часто от сырости начинают выдвигаться с трудом. Достаточно протереть боковые поверхности ящика свечкой и эта неприятность исчезнет.

Когда вы варите картошку в мундире, кожура иногда лопается. Чтобы этого не произошло, добавьте в воду несколько капель уксуса.

КСТАТИ... КСТАТИ... КСТАТИ... КСТАТИ... КСТАТИ...

Рыбу можно день-два сохранить свежей без холодильника. Разрежьте ее и посыпьте снаружи и изнутри крупной солью, а затем заверните в чистую тряпочку, смоченную чуть подсоленным уксусом (1-2 кусочка сахара на пол-литра уксуса).

Чтобы голубцы в кастрюле при тушении не пригорали, на дно кастрюли положите крышку меньшего, чем у кастрюли, диаметра ручкой вверх. На крышку настелите капустные листья, а на них – голубцы.

Чтобы котлеты, рыба, мясо или блины не приставали к сковородке, нужно предварительно нагретую сковородку натереть сырым яичным белком.

Любители блюд, приготовленных в русской печи, могут готовить их в духовке газовой плиты. Для этого ее нужно чуть-чуть дооборудовать: поместить внутрь несколько кирпичей (желательно огнеупорных). Духовку как следует прогревают, после чего выключают и ставят в нее кастрюли. Высокая температура держится несколько часов.





В КОНЦЕ НОМЕРА



СТАТИСТИКА - В ПОЛЬЗУ ЛЮБВИ

Хорошая новость для барышень «в активном поиске». Оказывается, в России свободных мужчин гораздо больше, чем готовых к отношениям женщин. Об этом свидетельствуют результаты исследования, проведенного ВЦИОМ. Опрос проводился среди 1,6 тыс. совершеннолетних россиян.

Социологи выяснили, что 50% россиян состоят в официальном браке, 10% живут вместе без штам-

па в паспорте и 2% встречаются более одного года, но вместе не живут. Еще 13% россиян – вдовы или вдовцы, а 10% разведены.

Кроме того, опрос показал, что холостяков в России больше, чем незамужних женщин – 16% против 7%.

Также были названы самые популярные места знакомства со второй половинкой. Так, 30% состоящих в отношениях встретили свою пару в компании друзей и знакомых, 20% – на работе, а 13% – в учебном заведении.

Знакомства в интернет предпочитают молодежь (18-24 года), в частности, мужчины.

В марте этого года в Госдуме отозвались приравнять сожительство к браку.

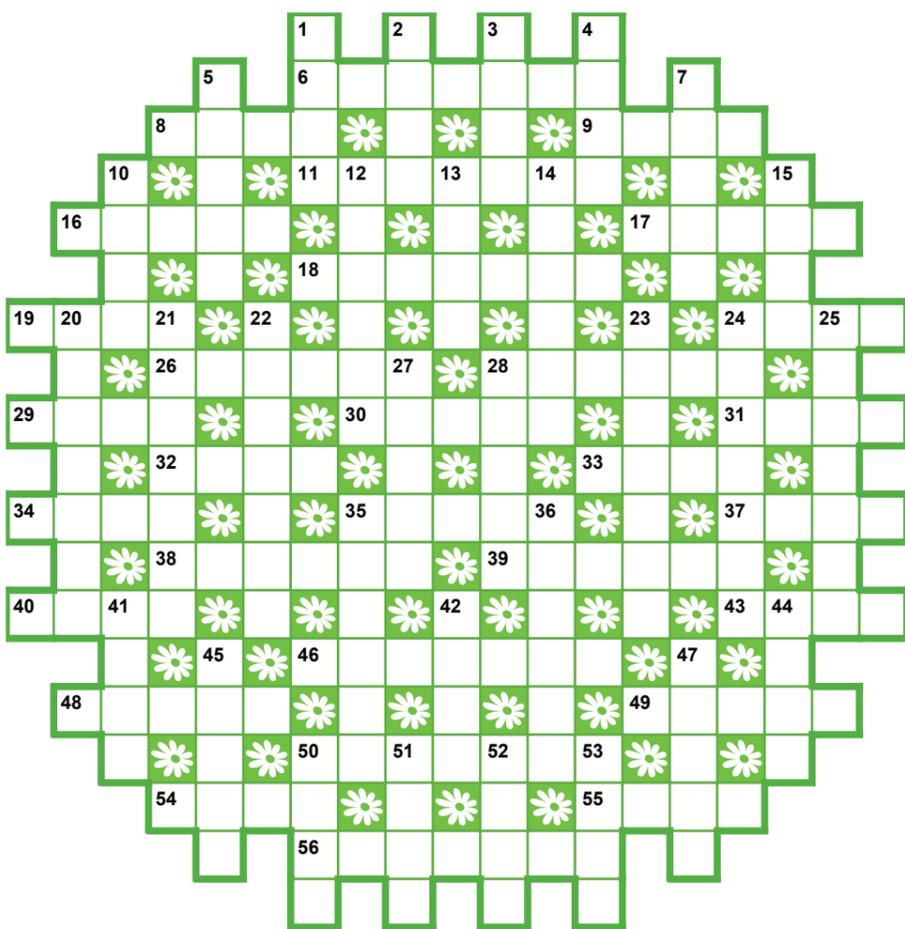


ПОЧТАЛЬОН СПЕШИТ НА ПОМОЩЬ...

«Почта России» обучает своих сотрудников азам медицины. Планируется, что почтальоны смогут при необходимости оказывать первичную медицинскую помощь и ставить предварительные диагнозы.

Пилотный проект уже работает на территории Новгородской области. Здесь 700 работников почты овладели базовыми фельдшерскими навыками, они могут измерить давление, проверить уровень сахара в крови и провести экспресс-анализ. Далее эксперимент пройдет и в других регионах страны.

По мнению руководства компании, такая возможность станет очень полезной в сельской местности, где у людей – особенно пожилых – нет постоянного доступа к медикам.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 6. Оперившийся веер. 8. Хронический двоечник. 9. «Мумифицированный» виноград. 11. Азартный больной. 16. Призыв теплохода. 17. Безделье, восстанавливающее силы. 18. «Если ... закрывается, значит в него ещё можно чего-нибудь положить» (шутка). 19. Организация весёлых и находчивых. 24. Барабанщик, любящий морковку. 26. Почти недоступная песенная красавица. 28. Абрикосы, давшие себе засохнуть. 29. Принцип «не откладывай на завтра» в бухгалтерском деле. 30. Смотритель баранов. 31. Она поломала зуб, когда ела дуб. 32. «Стоп-кран» гаишника. 33. Платежи за неплатежи. 34. Было немым при рождении. 35. Ступенька скалы. 37. Источник забортной воды. 38. «... а приятно!». 39. Покой для ушей. 40. «Обёртка» индианки. 43. Дерево, «пришедшее» с повинной. 46. «Удочка» для ловли радиоволн. 48. Горючий камень. 49. Урожай победителя. 50. Страна сомбреро. 54. Коктейль из тумана и выхлопных газов. 55. Водоём, куда спускают сточные воды Истории. 56. Российский певец со звериным именем, растительным отчеством и рыбьей фамилией.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Российский курорт с плохим освещением в ночные часы. 2. В какую столицу можно превратить «икру»? 3. «Полсмены» у футболистов на поле. 4. Армейская единица. 5. «Мясо» в чипсах. 7. «Винегрет» из пьес. 10. Невинно убиенный спаниель тургеневского Герасима. 12. Часть пулемёта, позаимствованная у пернатых. 13. «Хвост» дивизии. 14. Конус, одетый на светильник. 15. Доска, «задравшая нос». 20. Неровность рельефа, а уменьшительно – неровность на теле женщины. 21. Какой город в Грузии приятно пить в жаркую погоду? 22. «Гирька» рыбака. 23. Ткань с философским уклоном. 24. Знак препинания на кривой рожнице. 25. Центр мишени. 27. Фортуна по-русски. 28. Каюк на немецкий лад. 35. Его мать – повторение. 36. Вывоз шашлыков на природу. 41. Оружие в поединке оленей. 42. Крутой портфель. 44. «Сестра» Надежды и Любви. 45. Синее, которым всё горит. 47. «Норковая размахайка». 50. То, чем буря небо кроет. 51. Растительность в раю. 52. Месяц белых ночей. 53. Лекарственный «долгожитель».

ПЕРВАЯ ВОЛНА УЖЕ ЗДЕСЬ

После 1 сентября началась первая волна заболеваемости ОРВИ. Специалисты связали ее с началом учебного года. Дети собрались в коллективы – и начали распространяться вирусы. В Роспотребнадзоре говорят, что пока всплеск несильный, но все же заметный. В ведомстве напоминают о приближающемся сезоне гриппа и призывают население вакцинироваться от него.

Кампания по вакцинации против гриппа стартовала в Московской области, продлится она до 1 декабря.

Для того, чтобы пройти вакцинацию, необходимо обратиться ко врачу-терапевту в поликлинике по месту жительства.

Отмечается, что прививка помогает организму лучше противостоять вирусу. Благодаря вакцинации человек сможет перенести заболевание в более легкой форме или не заболеет вовсе.



ЧТО ТЕПЕРЬ В СОЛОНКАХ?



Поваренной соли в магазинах больше не будет. С 1 сентября на этот продукт поменялся ГОСТ, предписывающий, что на упаковках будет написано «Соль пищевая». О солеварении пора забывать, так как изменились бытовавшие ранее технологии получения данного продукта.

Также в новую продукцию российские производители соли перестанут добавлять йодид калия, сообщили в ассоциации «Руспродсоюз». Использоваться будет лишь йодат калия, который увеличивает срок годности продукта с 9-12 до 18 месяцев, а также в связи с сохранением в этой добавке фактической массовой доли йода в течение 24 месяцев.

ВЫШЕ – ВРЕДНО, НИЖЕ – ВРЕДНО

Оптимальная высота каблука должна быть от 2 до 6 см. Все, что выше или ниже, вредно, предупреждают травматологи-ортопеды. Обувь на платформе для стоп не вредна. Но только, если пятка выше носка на 2-6 см. Если же это условие не соблюдено, при ходьбе на платформе связки и мышцы стопы остаются без «работы» и может развиваться плоскостопие. Обувь без каблука не подходит для повседневного ношения. В ней нагрузка на стопу распределяется неправильно. Это ведет к развитию или прогрессированию плоскостопия, артрозу суставов стопы.



По горизонтали: 1. Сочин. 2. Карп. 3. Тайм. 4. Воин. 5. Бекон. 7. Сюита. 10. Муму. 12. Гездо. 13. Обоз. 14. Абакур. 15. Лыжа. 20. Ложбина. 21. Боржом. 22. Грузило. 23. Материя. 24. Зпаят. 25. Рбпчк. 27. Авосч. 28. Капур. 35. Учение. 36. Пинжик. 41. Рога. 42. Кейс. 44. Вепа. 45. Плямя. 47. Манто. 50. Мгла. 51. Куши. 52. Нюнь. 53. Апоа.

По вертикали: 1. Сочин. 2. Карп. 3. Тайм. 4. Воин. 5. Бекон. 7. Сюита. 10. Муму. 12. Гездо. 13. Обоз. 14. Абакур. 15. Лыжа. 20. Ложбина. 21. Боржом. 22. Грузило. 23. Материя. 24. Зпаят. 25. Рбпчк. 27. Авосч. 28. Капур. 35. Учение. 36. Пинжик. 41. Рога. 42. Кейс. 44. Вепа. 45. Плямя. 47. Манто. 50. Мгла. 51. Куши. 52. Нюнь. 53. Апоа.

