

ТРЕТИЙ *Подмосковье* ВОЗРАСТ

СП
СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ
ПОДМОСКОВЬЯ

18+



Июнь, 2022 год

№ 109



15 лет празднику

День семьи, любви и верности впервые отмечался в нашей стране в Год Семьи в 2008 году, а 28 июня 2022 года праздник был официально учреждён Президентом РФ Владимиром Путиным.

Главная идея праздника — способствовать созиданию семей, поощрять здоровые семейные отношения и рассказывать людям о важности любви и верности.

Сегодня практически в каждом населенном пункте России этот день отмечается по-своему. А одно из общих мероприятий — вручение Медали «За любовь и верность» супружеским парам, прожившим в браке 25 и более лет, подающим пример крепости семейных устоев, воспитавшим детей достойными членами общества.

«День семьи, любви и верности» появился благодаря муромскому князю Петру и его жене Февронии, которые жили в XIII веке. Эту семейную пару православные христиане почитают как покровителей семьи и брака.

В номере



**2-Е МЕСТО
В ФОТОКОНКУРСЕ - НАШЕ!**

стр. 2

**ВОССТАНОВИМ!
НЕ ЧУЖОЕ!**

стр. 4-5

ПЕНСИИ ЛЕТОМ

стр. 6



**XII ВСЕРОССИЙСКИЙ
КОМПЬЮТЕРНЫЙ
ЧЕМПИОНАТ**

стр. 8-9

МИР НАШИХ УВЛЕЧЕНИЙ

стр. 10

ОХ, И ЖАРА!

стр. 11



ГОРДИМСЯ!

ЗАВЕРШИЛСЯ конкурс фотографий «Мой регион в активе» среди пенсионеров. Он привлек внимание большого количества участников. В адрес Союза пенсионеров России – организатора фотоконкурса пришло более 3000 фоторабот по 386 заявкам из 45 российских регионов.

Мы рады сообщить, что в номинации «Милые сердцу места. Пейзаж» 2-е место у Александра Михайловича Калинина из подмосковной Коломны за работу «Скоро зима».



НАШ Шурик – призер фотоконкурса Союза пенсионеров России! Я этому очень рад! И называю его Шуриком только на правах старинного приятеля, поскольку мы знакомы почти сорок лет. Но в Коломне его знают все. Любое событие и происшествие в городе – и он тут как тут. Шустро передвигается с фотоаппаратом и снимает, снимает. В толпе и у толпы, рядом, почти под носом у героев события и издалека.

Он совсем небольшого роста, меньше полутора метров, и хотя ему уже почти 70, никто этому не верит. И только черная шевелюра с небольшой



проседью говорит о годах Александра Михайловича Калинина. Шурик любит снимать природу и спорт, но фактически любой жанр ему по плечу. Его почти не замечают и в глаза он не бросается. Шурик по хорошему наивен и доверчив. А люди перед объективом Шурика ведут себя естественно и раскованно, и потому у него хорошо получаются портреты.

Александр Михайлович в фотографии самоучка, но

достиг в мастерстве изрядных высот. Маститые коломенские фотохудожники порой снисходительно смотрят на бегающего Калинина. Улыбаются... Но его фотоработы вызывают уважение и даже зависть. А он не заботится о славе. Я спросил его о портрете. О его собственном портрете, чтобы читатель знал, как он выглядит. Оказалось, вот такой фотографии у Александра Михайловича Калинина нет. Он о себе не заботится. Ему главное – чтобы оценили результат его работы и тогда ты ему закадычный друг и товарищ.

Владимир МОРМУЛЬ

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Валентине Ивановне ТОНАЕВСКОЙ

Уважаемая Валентина Ивановна! От имени Правления Союза пенсионеров Подмосковья и от себя лично сердечно поздравляю Вас с юбилейным Днем рождения!

Самое главное, чего все мы Вам желаем – это здоровья, хорошего самочувствия. Остальное все у Вас имеется: и неутомимая энергия, и интерес к жизни, желание и умение работать с людьми, быть в гуще событий. Надеемся в самое ближайшее время увидеть Вас на своем привычном месте председателя Ногинского отделения Союза пенсионеров.

Пусть мир вокруг Вас всегда будет добрым и светлым, а жизнь радует теплыми встречами, счастливыми моментами, улыбками и добрыми словами дорогих и близких людей.

Ольга МАРКОВА,
Председатель Союза
пенсионеров Подмосковья

Владимиру Владиславовичу МОРМУЛЮ

На днях отметил свой юбилей Владимир Владиславович Мормуль. Писать об этом человеке очень трудно. Так, как это бы сделал он, почти невозможно. В каждом номере «Третьего возраста» публикуются материалы этого талантливого журналиста. И они уже несколько лет – визитная карточка нашей газеты, её лицо, то, что отличает её от других изданий и то, за что её любят и ждут.

Впрочем, внимательный читатель и сам многое знает о Владимире Владиславовиче, не будучи знакомым с ним лично. Часто героями его публикаций становятся люди, с которыми В.В. Мормуля сводила судьба. Во время его работы доктором, главврачом больницы, затем корреспондентом, редактором районной газеты, пиар-специалистом одной солидной компании...

И как же удачно однажды пересеклись пути с

ним нашей союзной братии, для которой пахнущая типографской краской газета – большая радость и любимый способ получения информации.

Владимиру Владиславовичу близко и интересно все, чем живет Союз пенсионеров, и он всегда готов включиться в работу. Сегодня Мормуль – член правления СПП, активная «боевая единица».

Уважаемый Владимир Владиславович! Всем большим и дружным коллективом мы рады поздравить Вас с юбилеем. Спасибо Вам за Ваш труд, за добровольчество, мудрые советы по любому случаю. Желаем долгих лет в здравии, исполнения задуманного. Пусть все будет во благо!

Ольга МАРКОВА,
Председатель Союза
пенсионеров Подмосковья,
редколлегия газеты «Третий возраст»

НАШИ КОНСУЛЬТАЦИИ



По просьбе редакции читателей «Третьего возраста» консультирует Начальник Мытищинского управления социальной защиты населения **Ирина Юрьевна СКВОРЦОВА**

«Золотая свадьба» достоинна вознаграждения

ВЫПЛАТУ к юбилею совместной жизни могут получить семьи, которые живут в браке более 50 лет. Оформить выплату может один из супругов. И заявитель, и его супруга (супруг) на дату юбилея и на дату обращения должны иметь место жительства в Московской области. Заявление на выплату нужно подать один раз на региональном портале госуслуг, а далее выплата будет поступать проактивно, т.е. автоматически.

Размер выплат для тех, кто прожил вместе 50 лет, составляет 5 тыс. рублей, 55 лет – 6 тыс. рублей, 60 лет – 7 тыс. рублей, 65 лет – 8 тыс. рублей, 70 лет и более – 9 тыс. рублей.

Подать заявление на услугу можно по ссылке <https://uslugi.mosreg.ru/services/6571>

Единовременная материальная помощь на погребение

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ материальная помощь на погребение оказывается жителям Московской области, взявшим на себя обязанность осуществить погребение умершего, при условии, что доход членов семьи (одиноко проживающих граждан) не превышает двукратной величины прожиточного минимума, установленного в Московской области для различных категорий населения. Размер выплаты зависит от представленных доходов членов семьи или одиноко проживающего гражданина, понесшего затраты на погребение, и может составлять 4308 рублей, 7180 рублей или 10055 рублей.

Для получения единовременной материальной

помощи на погребение можно обратиться в МФЦ, предоставив следующие документы:

- паспорт;
- свидетельство о смерти;
- справка с места жительства о составе семьи;
- справка о произведенном погребении из специализированной службы по вопросам похоронного дела;
- документы, подтверждающие доходы членов семьи заявителя или одиноко проживающего заявителя за три последних календарных месяца, предшествующих месяцу подачи заявления на выплату материальной помощи, для расчета среднедушевого дохода;
- банковские реквизиты заявителя.

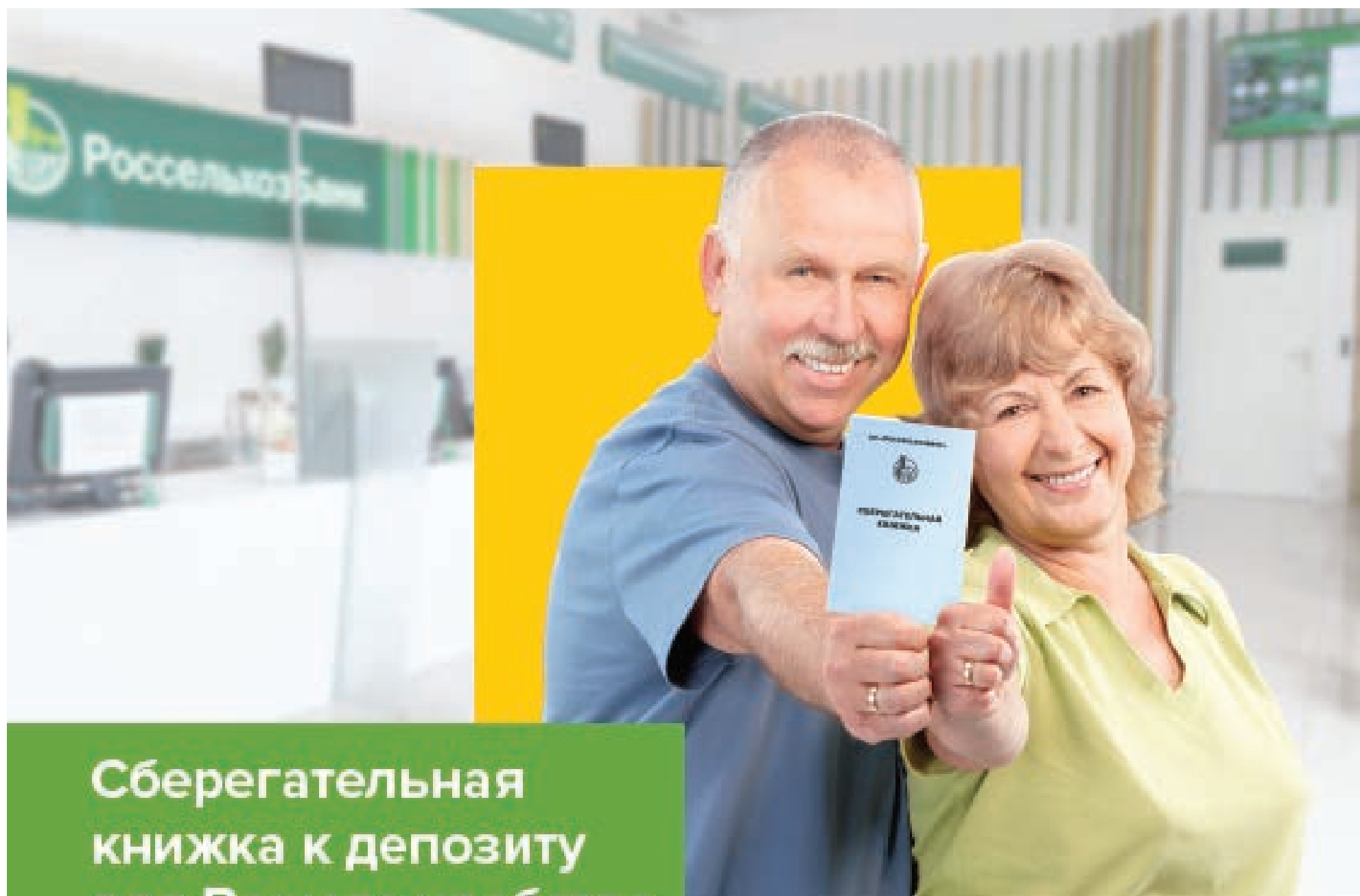
Выплата единовременной материальной помощи производится не позднее 6 месяцев со дня смерти.

Ежемесячная денежная выплата пенсионерам, имеющим 50 лет трудового стажа

ЛИЦА, не отмеченные государственными или ведомственными наградами, не имеющие мер социальной поддержки, установленных законодательством Российской Федерации и законодательством Московской области, имеющие трудовой стаж 50 лет и более, имеют право на ежемесячную денежную выплату. Она назнача-

ется с первого числа месяца, следующего за месяцем обращения, и выплачивается ежемесячно. Размер ЕДВ составляет 1118 рублей.

Подать заявление необходимо через портал государственных и муниципальных услуг Московской области <https://uslugi.mosreg.ru/services/935>



**Сберегательная
книжка к депозиту
для Вашего удобства**



РоссельхозБанк



**8 800 100 0 100
rshb.ru**

Подробнее по телефону, на официальном сайте и в офисах АО «Россельхозбанк».
АО «Россельхозбанк». Генеральная лицензия Банка России № 3348 от 12.08.2015. Реклама.



НЕДАВНО организованные группы пенсионеров Лобненского и Одинцовского СПП побывали в Государственной Думе, посетили фракцию ЛДПР и выставку, посвященную В.В. Жириновскому.

Экскурсия всем очень понравилась. Мы часто видим Государственную Думу по телевизору, но увидеть своими глазами, что называется, «изнутри» – это совсем другое ощущение.

Закончилось мероприятие вручением памятных подарков от ЛДПР.

В коридорах ВЛАСТИ



АКТУАЛЬНО

ВОССТАНОВИМ! НЕ ЧУЖОЕ!

ЧЕТЫРЕ месяца идет специальная военная операция на Украине. Срок небольшой, но за это время не только военные, но и обыкновенные граждане России избавились от некоторых иллюзий.

Россию вынудили начать спецоперацию. Не только издевательства и убийства русских людей на Донбассе, но и подготовка к вторжению на территорию России – вот причины освободительного похода наших солдат на Украину.

А ведь и десяти лет не прошло, когда по киевскому Крещатику в День Победы, так же как и в Москве, чеканили шаг на параде украинские военные, и нам казалось, что два братских народа объединяют общие ценности, что русские и украинцы любят друг друга, что ничто, никто и никогда не сделает их врагами. Но это смогли подстрекатели из НАТО и Соединенных Штатов Америки.

Кажется, у нашего руководства были надежды, что с началом СВО украинский народ сразу же сбросит тех, кто устроил переворот и захватил власть. Об этом говорили обозреватели. Но случилось так, как в короткой ремарке Александра Пушкина в финале «Бориса Годунова». Там у Александра Сергеевича «народ безмолвствует».

Западным политехнологам можно аплодировать – украинцы, в массе своей, не выказали воли сопротивляться бандеровской власти. Мы видим в репортажах, как офицеры военкоматов ловят украинских мужчин даже на пляжах и посылают, как когда-то в Германии, на «восточный фронт» воевать с русскими. В ходе СВО выяснилось, что украинские кадровые военные неплохо обучены и – главный сюрприз! – весьма мотивированы. Многим из нас, наверное, казалось, что стоит украинским солдатам рассказать, что русские люди – хорошие и добрые люди, как украинцы тут же кинутся брататься.

Не кинулись. Мы удивились, но современный уровень социальных наук таков, что, опираясь на их законы, вполне возможно реформировать сознание десятков миллионов людей. Перепрограммировать, как в компьютере. А результат – ожесточенность схваток на Донбассе. Как предсказывают психологи, только победа над киевскими националистами, подобно вспышке молнии и внезапному прозрению, может вывести украинское сознание из-под гипноза американских и натовских технологов, которые за тридцать постсоветских лет изменили сознание целой страны. Что-то подобное

наблюдалось в гитлеровской Германии в 30-е годы.

И России в союзе с ополченцами Донбасса пока приходится воевать. Выдавливает нациков и боевиков из городов и сел. Беречь своих солдат, беречь гражданское население, предлагая гуманитарные коридоры. Мы пытаемся беречь жизни и тех, кто стреляет в нас – без конца предлагаем им сдаться. Просветление у противника еще не случилось. Но и ощущения предстоящей победы у бандеровцев уже нет. Косвенно говорит об этом стремление разрушать все, что они оставляют. Уничтожают жилые дома, детские сады, заводы, школы, больницы, аэропорты, мосты, плотины и т.д. и т.д. Они нутром чувствуют, что их власть сюда больше не вернется и взрывают все, что потом может пригодиться жителям Донбасса.

И ясно, как Божий день, какая задача встанет перед местным населением, когда специальная военная операция закончится.

Это восстановление народно-хозяйственного комплекса на освобожденных от нацистов территориях бывшей Украины.

НО КТО и как восстановит порушенное? За чей счет будет, практически с нуля, возводиться новое жилье, шахты, электростанции, система здравоохранения и образования, прокладываться линии водоснабжения, газопроводов и ЛЭП?

Возникает ощущение дежавю (déjà vu – уже виденное, франц.). Мир проходил подобный путь после Второй Мировой. Победа СССР в Великой Отечественной войне дала народам Европы шанс привести к власти свои правительства, но это не устраивало Америку. В июне 1947 года госсекретарь США Джордж Маршалл провозгласил план, итоги которого мы видим сегодня: американский диктат над экономикой Европы и лишение политической самостоятельности стран Запада.

Такой же рецепт предлагался и Советскому Союзу: материальные подачки, типа тушенки, в обмен на контроль, в частности, над советской атомной промышленностью. И это на фоне донесений разведки о том, что США и Великобритания готовят ядерные бомбардировки советских городов!

Советский Союз отказался от американской лавушки.

Мы сами восстановили свою страну. И эту дорогу русским людям предстоит пройти опять. Трудно ли это было – поднимать экономику после Великой Отечественной войны?



Я НЕ ПОЖАЛЕЛ времени и просмотрел около десятка фильмов, выходивших в советский кинопрокат с 1947 по 1958 годы. Понятное дело, что все сложности, горести и беды той поры на экране слегка приглушены. Задача у режиссеров и актеров была создавать позитив, уверенность в себе, поддерживать дух победившего народа. И все же по некоторым деталям художественных фильмов, пусть и на втором плане, видны приметы послевоенного подъема СССР. И эти уроки не уйдут в небытие. Они с нами.

Вот знаменитый советский кинофильм «Весна» в жанре музыкальной комедии с элементами научной фантастики, снятый в 1947 году режиссером Г. Александровым. Блещет талантом Л. Орлова, Ф. Раневская, Н. Черкасов. Видимо, из-за разрухи на «Мосфильме» съемки велись в Чехословакии на киностудии «Баррандов». Зато в картине зрители видят опытный образец автомобиля ГАЗ-М-20 «Победа». А еще «Весна» была первой кинокартиной, в которой появился логотип «Мосфильма» с изображением скульптуры «Рабочий и колхозница». Вера Мухина создала ее к Парижской выставке 1937 года. Венчавшая советский павильон, она отложилась в сознании как символ Победы над Третьим рейхом, чьим гербом был орел со свастикой. Павильон Германии находился точно напротив Павильона СССР. «Рабочий и колхозница» оценивалась французской прессой как «величайшее произведение скульптуры XX века».



22 ИЮНЯ, РОВНО В 4 УТРА...

В ЭТОТ день 81 год назад началась Великая Отечественная война. Победу удалось одержать благодаря невероятному героизму, мужеству и стойкости советского народа, а также ценой немыслимых человеческих потерь – домой не вернулись свыше 27 миллионов наших граждан.

В траурных мероприятиях, приуроченных ко Дню памяти и скорби, приняли участие представители Союза пенсионеров Подмосковья.

Озерские пенсионеры на митинге в День памяти и скорби (фото сверху).

Зажгли Свечу памяти и возложили цветы к воинским мемориалам члены Лобненского отделения СПП (фото справа).

Смотрим художественный фильм **«Поезд идёт на восток»** – романтическую комедию о советской молодёжи режиссёра Юлия Райзмана; 1947 год. Сюжет не сложен. 9 мая 1945 года от перрона Северного вокзала отходит поезд на Владивосток. (С 1955 года Северный ж/д вокзал Москвы переименован в Ярославский). На паровозе портрет Сталина и на вокзале транспарант: «Слава великому Сталину!». Молодежь по случаю Победы собралась в вагоне-ресторане. Поднимаются тосты «За бойцов Советской Армии!», «За Сибирь! Урал! Омск!». Молодой композитор Тихон Хренников сам поет и играет на аккордеоне.

Звучат диалоги:

– Многое теперь восстанавливать придется...
– Восстановим! Своё, небось. Не чужое! Главное, что люди наши через огонь прошли!

– Русскому человеку всегда было мало своего участка. Он мечтал о счастье всего человечества!

Поезд спешит на Восток. Мелькают на экране новые заводы Читы, Хабаровска...

«Три встречи» – фильм 1948 года, составленный из трёх новелл режиссёров А. Птушко, В. Пудовкина и С. Юткевича.

Фильм об однополчане, вернувшихся с фронта. Майор Корнев, инженер-доменщик по профессии, приступает к восстановлению взорванной фашистами домны. Старшина Самосеев становится председателем колхоза. Старлея Рудникова ожидает арктическая экспедиция, а лейтенант Бэла Мухтарова едет с партией геологов на восток... Страна строится.

Любопытна музыкальная комедия **«Счастливый рейс»** от 1949 года. Режиссер В. Немоляев. Актеры – М. Жаров и Н. Крючков. Кинофильм многие помнят по песенке веселого балбеса – героя Михаила Жарова:

*-Еду, еду, еду я по свету,
У прохожих на виду.
Коли я машиной не доеду,
Значит, я пешком дойду.*

В талантливом фильме ненавязчиво показана эволюция советского автостроения от потрёпанной, еще довоенной, полуторки ГАЗ-АА до шикарных легковых автомобилей ЗИС-101 и ЗИС-110Б. Кстати, под названием «Машина 22-12» кинофильм «Счастливый рейс» шел еще и в стерео-варианте и демонстрировался в Москве в специальном кинозале «стереокино», надолго опередившем американский «Аватар».

«Кавалер Золотой Звезды» – фильм, снятый в 1950 году по роману С. Бабаевского о свершениях и любви Героя Советского Союза Сергея Тугаринова (актер С. Бондарчук). Он после войны



возвращается в родную станицу на Ставрополье восстанавливать разрушенное хозяйство. Строит колхозную электростанцию. Осваивает новейшую технику. В фильме почти две минуты в реальной работе показан один из первых советских электро-тракторов.

«Возвращение Василия Бортникова» – фильм-драма 1953 года по мотивам романа Галины Николаевой «Жатва». Фильм и сегодня интересен сюжетом и множеством деталей, дающих представление о послевоенной жизни.

Идет вернувшийся солдат по деревне, светятся единичные окна. Столбов и проводов нет. Керосиновые лампы. В доме – печь, дрова, бочка с водой и ковшиком. Всё угощение на столе – сахарница с пиленым сахаром. Мебель: посудный шкафчик, сундук, стол, лавки. Ходики на стене. Плетеные корзинки.

В райцентре – подводы, сани, грузовичок-полупортка, «Победа», ГАЗик. На стене у секретаря райкома портрет Сталина, на столе чернильный прибор с колокольчиком, пепельница, а в углу новый ламповый приемник.

Герой рассуждает:

– Всю страну проехал. День и ночь эшелоны идут. Строительный лес, железо, кирпич. Строится страна. Первой державой мира становимся и по стали, и по хлебу!

Колхоз богатее. Появляется своя гидростанция, МТС. У диспетчера новая рация, телефонная связь. В клубе электрические плафоны. В избе матерчатый электрический абажур с бахромой.

Но самым интересным, с точки зрения нынешних событий на Украине, мне показался фильм Одесской киностудии **«Два Фёдора»**, снятый в 1958 году М. Хуциевым. В ролях: В. Шукшин, Т. Сёмина и Коля Чурсин. В первый же год более 20 мил-

лионов зрителей посмотрели фильм. Его и сегодня показывают по ТВ.

Кино снимали в Одессе и Харькове. Но могли быть Мариуполь и Мелитополь. Действие фильма происходит географически на Украине, но все герои говорят по-русски. И это не искажение действительности. Просто, Марлен Хуциев честно отразил те реалии, которые всегда были на восточной половине Украинской ССР. Но статус государственного языка тоже проявляет себя на экране: мороженое под вывеской «Морозиво», по-украински написаны и афиши у кинотеатра.

Ну, и конечно, детали – приметы тех лет. Вагон-теплушка. Керосиновая лампа «Летучая мышь». Солдатский котелок. Телогрейка. Фанерный чемодан. Старший Федор сам ремонтирует обувь. Родной дом разбит. Сахар – лакомство. Но вот жизнь налаживается. Отмена карточек. Рабочие кладут асфальт, сажают деревья, улицы освещены. Появляются патефон и новая никелированная кровать...

Интересна подробность, случившаяся на съемках. Семья мальчика-актера Коли Чурсина жила бедно, как, впрочем, и миллионы семей в то время, на счету каждая копейка. И вот уже через несколько дней юный актер Колька вдруг резко сталправляться, потому что все пытались подкормить мальчишку. Режиссер строго поговорил с мамой мальчика и сказал, что если она не станет следить за питанием сына, то придется расстаться. Второй раз Коле на эту тему не пришлось говорить, у него была сила воли.

Сегодня к жителям освобожденных украинских городов и сел едут караваны с тысячами тонн гуманитарной помощи. Россия своих не бросает. И не бросит.

Владимир МОРМУЛЬ

ОТДЕЛЕНИЕ ПФР ПО Г. МОСКВЕ И МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ ИНФОРМИРУЕТ



ЛЕТО – пора дачного сезона и путешествий, и граждане, состоящие на пенсионном обеспечении, задумываются, как будут получать пенсию во время отъезда.

Если выплата производится через организацию почтовой связи, и в установленную дату вас не оказалось дома, денежные средства можно получить и в последующие дни месяца. Сделать это можно в кассе отделения почтовой связи, но не позднее дня окончания выплатного периода: в Москве и области это по 18 число.

Если вас не было в течение нескольких месяцев, но не более шести, вы также можете получить пенсию в выплатный период каждого месяца. Если же вы не обращались за пенсией в течение шести месяцев, выплата будет приостановлена. В этом случае необходимо написать заявление о возобновлении – в клиентской службе территориального органа ПФР, а также в личном кабинете на сайте Пенсионного фонда или портале госуслуг.

На случай ожидаемого долгого отсутствия вы можете оформить доверенность на право получения вашей пенсии другим лицом в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

ВАЖНО: если период будет составлять более года, нужно ежегодно подтверждать в своем территориальном органе ПФР факт регистрации по месту получения пенсии.

Если вариант доставки пенсии через организацию почтовой связи или оформления доверенности вас не устраивает, можно организовать доставку через кредитную организацию. В этом случае необходимо подать соответствующее заявление и далее получать пенсию на банковский счет либо на счет банковской карты, открытой в данной кредитной организации. Сделать это можно как в электронном виде через сайт ПФР или портал госуслуг, так и в территориальном органе ПФР.

В ПОСЛЕДНЕЕ время на сотовые и даже домашние телефоны пенсионеров участились звонки от «сотрудников ПФР». При этом, чаще всего, номер принадлежит мобильному оператору либо звонок осуществляется из другого региона.

При общении с пожилыми людьми к ним обращаются по имени и отчеству, что вызывает доверие пенсионеров, и они легче идут на контакт. К тому же злоумышленники всегда затрагивают болезненный вопрос – деньги. Они либо обещают прибавку к пенсии, либо просто сообщают о сверке данных для ее начисления. Но в любом случае мошенники просят сообщить реквизиты банковской карты, на которую идет начисление пенсии, ведь их изначальная цель – получить полный доступ к счёту.

ОСТОРОЖНО – МОШЕННИКИ!

Отделение ПФР по городу Москве и Московской области обеспокоено сообщениями о случаях мошеннических действий в отношении пожилых граждан.

Отделение Пенсионного фонда РФ по городу Москве и Московской области заявляет, что сотрудники ПФР никогда не спрашивают реквизиты банковской карты!

Стоит знать, что все доплаты к пенсии происходят либо автоматически, либо пенсионер пишет заявление в территориальном органе ПФР или МФЦ. Также ряд услуг, в том числе и подачу заявлений, ПФР предоставляет через личный кабинет на сайте ПФР или портале госуслуг.

Если вам позвонили с неизвестного номера и представились сотрудником Пенсионного фонда, то попросите этого человека озвучить свои ФИО, должность и орган ПФР, где он работает. Никогда не называйте свои персональные данные: паспорт, СНИЛС, номер банковской карты, ее пин- и свс-коды.

Будьте бдительны! Не допустите совершения обмана в отношении себя и своей семьи, особенно в отношении своих пожилых родственников.

ОБЩИЙ СТАЖ – миллионы лет

По данным Отделения ПФР по городу Москве и Московской области, завершена отчетная кампания по приему от работодателей сведений о страховом стаже застрахованных лиц по итогам 2021 года.

СВЕДЕНИЯ о стаже внесены на индивидуальные лицевые счета более 17,6 млн граждан Москвы и области.

Напомним, узнать информацию о сформированных пенсионных правах, которые отражены на индивидуальном лицевом счете, в том числе о заработанном на сегодняшний день стаже, можно: в личном кабинете гражданина на сайте ПФР <https://es.pfrf.ru/> или на портале госуслуг <https://www.gosuslugi.ru/>; в клиентской службе ПФР или в МФЦ.

В страховой стаж включаются не только периоды трудовой деятельности, в течение которых уплачивались страховые взносы в Пенсионный фонд Российской Федерации, но и некоторые,

так называемые «нестраховые» периоды, например, периоды службы в армии, периоды ухода за нетрудоспособным лицом (престарелым, достигшим 80 лет, инвалидом 1-й группы или ребенком-инвалидом), периоды ухода одного из родителей за детьми до 1,5 лет и другие. Эти периоды также должны быть отражены в лицевом счете застрахованного лица.

Если гражданин считает, что какие-либо сведения не учтены или учтены не в полном объеме, необходимо представить в территориальный орган ПФР заявление о корректировке сведений индивидуального (персонифицированного) учета и внесении уточнений (дополнений) в индивидуальный лицевой счет.

Подать заявление можно: лично или через представителя непосредственно в клиентской службе ПФР; в личном кабинете на сайте ПФР или портале госуслуг. Обратиться с заявлением можно в любую клиентскую службу ПФР независимо от места жительства, места пребывания, места фактического проживания.

Одновременно с заявлением представляются документы, удостоверяющие личность, а также подтверждающие основания для корректировки и внесения уточнений (дополнений) в индивидуальный лицевой счет (например, трудовая книжка, справки службы занятости и др.).

При направлении заявления в форме электронного документа прикладываются копии недостающих документов.

О результатах принятого решения гражданин информируется способом, указанным в заявлении.

ЖИТЕЛЯМ СЕЛА

ОТДЕЛЕНИЕ ПФР по городу Москве и Московской области напоминает, что для пенсионеров-селян предусмотрена повышенная фиксированная выплата к страховой пенсии по старости и к страховой пенсии по инвалидности в размере 25% суммы установленной фиксированной выплаты к соответствующей страховой пенсии.

Так, на сегодняшний день фиксированная выплата к страховой пенсии по старости составляет 7 220,74 руб., соответственно повышение будет в размере 1805,18 руб.

Для получения права необходимо одновременное соблюдение следующих условий: получение страховой пенсии по старости или по инвалидности; наличие

30 лет стажа работы в определенных должностях в сельском хозяйстве; проживание в сельской местности; отсутствие факта работы.

В данном случае в стаж включается работа в с/х организациях на территории РФ (до 01.01.1992 – на территории союзных республик бывшего СССР) в профессиях и должностях, предусмотренных списком, утвержденным постановлением Правительства РФ от 29.11.2018 № 1440, при условии занятости в производствах «Растениеводство», «Животноводство» или «Рыбоводство».

Отметим, что работа, которая выполнялась до 01.01.1992 в российских колхозах, машинно-тракторных станциях, межколхозных предприятиях, совхозах, крестьянских хозяйствах, сельскохозяйственных артелях, включается в сельский стаж вне зависимости от наименования

профессии, специальности или занимаемой должности.

Также в стаж работы в сельском хозяйстве засчитывается период ухода за каждым ребенком до достижения им возраста 1,5 лет, но не более 6 лет в общей сложности.

С текущего года вступили в силу изменения, благодаря которым пенсионеры-селяне, получающие повышенную фиксированную выплату, продолжают ее получать, даже если переедут в город, либо если сельское поселение, в котором они проживают, станет городской территорией в связи с изменением административных границ. Ранее при переезде надбавка не сохранялась.

ВАЖНО: пенсионерам, получающим доплату за сельский стаж, необходимо оповестить ПФР об устройстве на работу, так как в случае осуществления трудовой деятельности надбавка снимается.

БЕЛАЯ ЗАРПЛАТА – ВКЛАД В БУДУЩЕЕ

го размера заработной платы: чем больше сумма взносов, тем больший размер пенсии будет установлен.

Только с белой зарплатой отчисляются страховые взносы в ПФР и формируются пенсионные накопления.

При серых схемах оплаты труда взносы уплачиваются в минимальном размере. Соглашаясь на серую зарплату, работник рискует впоследствии получить минимальную пен-

сию. Гражданин должен быть заинтересован в том, чтобы полностью показывать ту зарплату, которую он реально получает.

Еще более тяжелые последствия влечет работа без оформления официальных трудовых отношений. В этом случае работодатели не уплачивают страховые взносы в ПФР за своих сотрудников, следовательно, будущая пенсия не формируется. К

тому же такой период работы не будет засчитан в страховой стаж, необходимый для назначения страховой пенсии по старости.

Важно контролировать формирование своих пенсионных прав. Чтобы узнать размер уплаченных работодателем страховых взносов и понять, какие периоды трудовой деятельности учтены, нужно получить выписку из своего индивидуального лицевого счета. Сделать это можно в клиентской службе ПФР и личном кабинете на сайте ПФР или портале госуслуг.

МНОГИЕ студенты и школьники предпочитают проводить летнюю пору не только на отдыхе, а также получать новый опыт от трудовой деятельности.

Отделение ПФР по г. Москве и Московской области напоминает, что периоды работы засчитываются в страховой стаж только при условии, что за это время работодателем начислялись и уплачивались страховые взносы в Пенсионный фонд. Сумма страховых взносов напрямую зависит от официально-



НАШЕ АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

9 июня, в преддверии Дня России в 46 парках Московской области прошел масштабный марафон скандинавской ходьбы для жителей пенсионного возраста. Тем, у кого не имелось необходимого спортивного инвентаря, организаторами были предоставлены комплекты специальных палок для северной ходьбы.

Члены Союза пенсионеров Подмосковья были в числе самых активных участников этого спортивного праздника.

НОГИНСКОЕ отделение СПП приняло участие в Областном марафоне скандинавской ходьбы. На дистанцию в городском парке вышли более 220 пенсионеров из различных клубов.

Распределенные на 4 возрастные группы и прошедшие медосмотр участники, получив инвентарь, поочередно выходили к месту старта и бодро начинали шествие по 3-километровой дистанции. А когда возвращались, волонтеры угощали их сладким чаем с печеньем и баранками.



Глава Богородского округа Игорь Сухин поприветствовал участников марафона, поблагодарил их за активность.

Сертификаты и медали получили все участники марафона. Наша пенсионерка Ирина Минарвна Сайфулина оказалась среди победителей и получила спортивный костюм. Поощрительный приз за волю к победе был вручен руководителю купавинских пенсионеров Любови Владимировне Прохоровой.

Благодарим Губернатора Андрея Юрьевича Воробьева за такой прекрасный проект «Активное долголетие» и за призы, которые он подготовил для марафона. Спасибо нашему Главе Игорю Васильевичу Сухину, его заместителю по социальным вопросам Олегу Михайловичу Шойко, начальнику окружного управления социальной защиты населения Владимиру Анатольевичу Морозову, председателю Совета депутатов нашего округа Владимиру Алексеевичу Хвату, начальнику социального отдела администрации Людмиле Вязелевой и Ольге Васильевне Гамаге за этот замечательный праздник, за чуткое, внимательное отношение к людям старшего возраста.

Ольга ДЕНИСОВА,
член Ногинского отделения СПП



Участниками фестиваля северной (скандинавской) ходьбы стали члены Озерского отделения СПП Зоя Колобкова, Галина Андреева, Татьяна Олонова, Ирина Полуэктова, Любовь Конишева, Маида Трофимова, Леонид Покровский. Всем им вручены сертификаты и памятные медали. Призеры в своих возрастных группах Т. Олонова, Л. Конишева, Л. Покровский получили брендированные спортивные костюмы.



Союз пенсионеров Звездного городка соревновался в скандинавской ходьбе в городе Щелково.



Старейшая соратница пенсионеров Каширского отделения СПП Мария Алексеевна Култаева (третья справа) была отмечена как участница марафона в возрастной группе 90+.



В Лобне марафон состоялся в Парке культуры и отдыха, где на старт вышли 85 пенсионеров. Самые быстрые и активные стали обладателями подарка от Губернатора Московской области Андрея Юрьевича Воробьева – брендированного спортивного костюма.



Из одиннадцати клинских пенсионеров-участников областного марафона – шесть победителей!



38 пенсионеров из Электростали приняли участие в этом празднике спорта. Все получили дипломы и медали, а 18 человек стали победителями, им вручены ценные подарки от Губернатора.



Химкинские пенсионеры также приняли участие в фестивале скандинавской ходьбы и заняли призовые места. Это Николай Николаевич Марков и Михаил Егорович Скворцов.



Центральной площадкой стал парк имени Героя России Ларисы Лазутиной в Одинцове. Члены местного отделения СПП лидировали.



Не отставали и долгопрудненские пенсионеры. Потанцевали, интенсивно размялись – и вперед!



– Это было здорово! – говорят коломенские пенсионеры, участвовавшие в марафоне скандинавской ходьбы, который прошел в парке Мира. Кроме 400 с лишним участников пришло много зрителей. На центральной площадке шли концертные выступления. Перед стартом была сделана разминка, каждую группу сопровождали инструкторы. И участники дистанцию в 3 км прошли по-спортивному легко. В заключение прошло награждение особенно отличившихся, которых оказалось 110 человек.

XII ВСЕРОССИЙСКИЙ ЧЕМПИОНАТ ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ МНОГОБОРЬЮ СРЕДИ ПЕНСИОНЕРОВ



СТУДЕНТЫ МГГЭУ знают толк в правовых вопросах

Пресс-служба Союза пенсионеров России. — Молодёжная команда победила в традиционной интеллектуальной игре «IT — на все случаи жизни», которая проводится в рамках Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров

КОМАНДА студентов Московского государственного гуманитарно-экономического университета (МГГЭУ) вырвала победу у пенсионеров в интеллектуальной игре «IT — на все случаи жизни» со счётом 19:25. Представители молодого поколения оказались более подкованы в использовании системы «КонсультантПлюс», с помощью которой требовалось найти ответы на «житейские» вопросы в части потребительского и гражданского права.

Мероприятие прошло в рамках XII Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров.

«Чемпионат показывает, какие возможности для использования информационных технологий существуют в разных сферах. Сегодняшняя интеллектуальная игра — одна из них», — сказала, открывая мероприятие, Юлия Романова, доцент кафедры информатики РЭУ им. Г.В. Плеханова, председатель жюри XII Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров.

Председатель Союза пенсионеров России Валерий Рязанский отметил, что Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью — это вершина той работы, которая проводится в регионах для обучения людей старшего возраста компьютерной грамотности. «Мы предоставляем им возможность самостоятельно изучить современные технологии, в том числе работу на компьютерах и современных

гаджетах. А чтобы популяризировать эти процессы, мы устраиваем такие соревнования», — сказал г-н Рязанский.

Соперниками студентов экономического и юридического факультетов МГГЭУ стала команда пенсионеров из Московской области. Активисты МГГЭУ разыграли перед командами и их болельщиками три сценки, а соперникам нужно было найти правильный правовой выход из пока-

дина (г. Мытищи, МО) отметила сложность заявленных в заданиях тем. «Важна была скорость реакции, которая в нашем случае зависела от знания предметной области, — делится она. — При этом игра была не ради победы, а ради процесса, зарядки ума, тренировки памяти. И с этой точки зрения было очень интересно».

Зрители, которые пришли поддержать обе команды, не остались в стороне — пока команды



Команда участников Чемпионата из Подмоскovie с Председателем Союза пенсионеров России Валерием Рязанским

занной ситуации. Жюри оценивало корректность и полноту ответа. Команда, которая не успевала дать ответ первой, могла сделать дополнение и заработать очки.

В ходе игры участникам пришлось выяснить, можно ли вернуть обратно в магазин исправный робот-пылесос, какими видами деятельности могут заниматься самозанятые, какова сумма предельного дохода для них, а ещё — разобраться в правовых хитросплетениях владения травматическим пистолетом.

Представительница команды «серебряного» возраста Галина Шабал-

думали над заданиями, им задавала вопросы ведущая. Например, какая ответственность предусмотрена за проезд автомобиля на красный свет, на какой максимальный срок можно заключить договор на найм помещения, какой максимальный размер налогового вычета можно получить за оплаченные медицинские услуги и лекарства, а также правомерно ли продавать парфюм без предоставления покупателям возможности ознакомиться с его пробником и может ли студент создать свой товарный знак. Заработанные за правильные ответы баллы болельщики

За соблюдением правил соревнований наблюдали 20 прокторов из числа студентов МГГЭУ. Все они прошли специальную подготовку и получили Сертификат об успешном завершении курса дополнительного образования, что позволит им при желании построить карьеру в этом направлении



могли отдать любой из понравившихся команд.

В итоге, несмотря на значимость жизненного опыта в житейских делах, победила молодость. «Ранее в пяти из шести игр, которые мы проводили на предыдущих чемпионатах, выиграли пенсионеры, — говорит Юлия Романова. — Сегодня победили студенты. Но они так готовились, что у них не было шансов не победить».

Сами же студенты отметили хорошую подготовку соперников. «Я в полном восторге от того, что в наше время пенсионеры имеют такие глубокие знания в юридической сфере», — говорит представительница команды победителей Ева Соломатина, студентка 3-го курса факультета экономики МГГЭУ.

По её словам, для студентов участие в игре было отличной возможностью потренироваться работать в системе «КонсультантПлюс». «Самым сложным было вовремя найти правильный вариант ответа. Ведь тот же «КонсультантПлюс» предлагает множество федеральных законов, а нам требовались первоисточники для того, чтобы быть точными», — рассказывает Ева.

Несмотря на поражение, команда пенсионеров

не унывает. Её участники были рады видеть энтузиазм и заинтересованность, с которыми молодое поколение подошло к интеллектуальной игре. Такая вовлечённость означает, что будущее нашей страны в надёжных руках!

Экспромт ПОКА «ВИСИТ» КОМПЬЮТЕР...

Черноглазая соседка,
Синий галстук на груди.
Не беседа и беседа —
А экзамен впереди.

Мы замучаем компьютер
Или нас прикончит он.
По-теперешнему —
«тьютор»,
А для нас он солдафон.

Отдает команды спору,
Проверяет вглубь и вширь.
Сам с собою
будешь спорить,
Сам пойдешь
«под монастырь».

Фобос! Деймос!
Страх и ужас!
Сердце прыгает внутри.
Щас немного поднатужусь —
Только на экран смотри!

Плюс, за нами
будет слежка,
ПРОКТОР будет не дремать.
Нам же — крепкие «орешки»
Разгрызать и разгадать.

Ох, боюсь! Ох, не сдюжу!
Господи, ты помоги!
Чтоб в компьютерную «лужу»
Не вступить не с той ноги!

Владимир МОРМУЛЬ,
участник команды
Подмоскovie

ВСЕГДА на связи!

Уже много лет подряд к финальной схватке Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров присоединяются соотечественники старшего возраста из зарубежных стран: Армении, Белоруссии, Великобритании, Германии, Дании, Литвы, Молдавии, Таджикистана, Финляндии.

У КАЖДОГО из них свой путь к этой схватке, своя жизненная история. Но всеми движет интерес к жизни, общению и новым возможностям. Инженер-сварщик, один из строителей Чернобыльской АЭС **Аркадий Саксонов** (75 лет, г. Хельсинки, Финляндия) с удовольствием учит язык, занимается йогой, посещает и организует экскурсии, участвует в работе множества клубов, от оздоровительных до исторических. Не сидят на месте и другие представители старшего поколения в Финляндии. **Тамара Шолохова** (59 лет, г. Йювяскюля) уже 15 лет работает в русскоязычной общественной организации «Феникс», одно из направлений работы которой – курсы ликвидации компьютерной безграмотности, обучения пользованию телефонами и смартфонами. **Фатима Мякипя** (58 лет, г.

Турку) помогает людям старше 60 проводить досуг: преподаёт настольный теннис, ведёт кружки по творчеству и рукоделию.

На другом берегу Балтийского моря жизнь пенсионеров тоже кипит ключом. **Раиса Мельникова** (78 лет, г. Вильнюс) долгое время преподавала русский язык и литературу, этику, философию, историю искусств, историю и практику театра. Сейчас руководит театральной студией, занимается режиссурой и театральными постановками, пишет сценарии, стихи, эссе, публицистические статьи, занимается переводами. Ее «соседка» **Регина Канаева** (70 лет, г. Вильнюс) является хозяйкой клуба «Мелодия жизни» и литературной студии «Стихарь», поддерживает развитие русского языка и культуры в Литве.

Для большинства пенсионеров столь активная дея-

тельность и стремление быть в курсе событий привычны с юности. **Любовь Паркинс** (66 лет, г. Лондон) в разное время занималась плаванием и бегом на лыжах, туризмом, сплавом на байдарках, спортивным ориентированием, участвовала в работе агитбригад и смотрях художественной самодеятельности, была комсоргом и парторгом, ездила на турслеты, совмещая все это с работой. В Лондоне она работает мерчендайзером неполную рабочую неделю и является волонтером организации, занимающейся раковыми исследованиями.

Стремление помогать движет и экономистом **Екатериной Андреевой** (68 лет, г. Лондон). Несколько лет из любопытства она работала гидом по Лондону и историческим местам Англии, а позднее на добровольных началах руководила клубом для пожилых выходцев из союзных



Председатель Союза пенсионеров России Валерий Рязанский дает старт соревнованиям

республик «Союз 55». Екатерина Алексеевна оформляла, получала и реализовывала британские гранты на оказание помощи русскоговорящим пожилым людям.

Галина Басунова (69 лет, г. Бендеры, Молдавия) всегда с интересом осваивала новые цифровые технологии и применяла их на практике. Дети называют ее «наш продвинутый пользователь». Галина пользуется интернет-банком, общается и читает новости через Viber и Telegram и никогда не отказывает подругам и соседкам в просьбах помочь разобраться со смартфоном или интернетом.

Для **Геннадия Ратушенко** (81 год, г. Душанбе, Таджикистан) современные технологии не просто подспорье в повседневной жизни, но и инструмент профессиональной реализации. Бывший инженер-геодезист более 15 лет был собственным фото-

корреспондентом АПН – РИА «Новости» по Таджикистану. В 1991 году организовал Союз фотохудожников Таджикистана, освоил фотодизайн, создал большую цифровую фототеку, стал автором и составителем множества фотовыставок, фотоальбомов, плакатов и др. **Анета Акопян** (64 года, г. Абовян, Армения), председатель филиала «Абовян» общественной организации «Россия» Республики Армения, преподаватель английского и русского языка с 30-летним стажем, проводит свои уроки с использованием компьютерных презентаций и видеороликов собственного авторства.

Наши пожилые соотечественники за рубежом с нетерпением ждут финала. Для многих это далеко не первая киберсхватка. **Игорь Нестерович** (64 года, Вильнюс, Литва) участвовал в чемпионате в 2021 году, а **Никита Новиков** (69 лет, Вильнюс, Литва) – в 2019-м и 2021-м. Турнир в городе Кирове запомнился ему как светлое и доброе событие: «Соревнования, поездки, а сколько новых друзей! Со многими мы и сейчас продолжаем дружить в интернете. Я много фотографировал, снимал видео, смонтировал небольшой фильм. Часто пересматриваю его, показываю друзьям и просто знакомым. Это праздник, который всегда со мной!»



Зрителей ждала насыщенная развлекательная и познавательная программа. Ее темой стало культурное наследие народов России

1 ИЮЛЯ 2022 г. в Москве стартовал финал XII Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди людей «серебряного» возраста. Это третье по счёту мероприятие, которое проводится в дистанционном онлайн-формате и предполагает выполнение участниками заданий на сайте СПР.

«По нашему предположению, с 10 часов утра на сервер СПР начали совершаться DDoS-атаки, что привело к его остановке. Поэтому, несмотря на то, что многие участники выполнили уже 1/3 заданий, оргкомитет принял решение об остановке соревнования и переносе Всероссийского финала. Точную причину сбоя сейчас назвать трудно, для этого требуется специальное расследование, которое будет проведено в ближайшее время. Однако у нас есть основания предполагать, что это могла быть DDoS-атака, памятуя подобные атаки на вузы страны, включая МГГУ, а также государственные учреждения, – комментирует ситуацию первый заместитель председателя Союза пенсионеров России Владимир Клоницкий (на снимке

Финал XII Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров перенесён из-за массированной DDoS-атаки

справа с Валерием Рязанским). – Участники и организаторы приложили много сил, чтобы организовать сегодняшнее мероприятие, и эти труды не пропадут даром. Со своей стороны хочу заверить, что мы этот чемпионат обязательно проведем, и награды найдут своих героев!»

Новая дата проведения итогового турнира будет определена в ближайшее время, о чём все финалисты чемпионата и их болельщики будут проинформированы.

Напомним, Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров проходит с 2011 года и является крупнейшим в Европе кибер-турниром для старшего поколения. В 2022 году соревнования организованы СПР и Московским государственным гуманитарно-экономическим университетом при поддержке Министерства труда и социальной защиты РФ и Пенсионного Фонда России в целях реализации федерального проекта «Старшее поколение». Федеральной площадкой проведения XII чемпионата выбран МГГУ – единственный в России вуз инклюзивного образования, среди студентов которого более 40% имеют ограниченные возможности здоровья (ОВЗ).

Отборочные туры проходили с апреля по июнь в 1301 муниципальном образовании по всей стране, в них приняли участие свыше 10 тысяч человек. В финал турнира вышли участники из 70 регионов России,

а также пенсионеры-соотечественники из зарубежных стран: Армении, Великобритании, Литвы, Финляндии и др. Всего за звание сильнейших знатоков IT-технологий боролись 307 финалистов в возрасте от 55 лет. Самому старшему участнику – 81 год.

Финалисты соревновались за лидерство в трёх номинациях, демонстрируя умение работать в поисковой системе Яндекс, навыки пользования при-



ложениями на смартфоне, а также уровень финансовой грамотности в цифровой среде, в частности навыки управления личными средствами и финансовыми средствами.

На федеральном этапе каждый регион представляла команда в составе 4 человек: двое мужчин старше 60 лет и две женщины старше 55 лет. Следует отметить, что в этом году команды пенсионеров стали инклюзивными: каждый регион мог заявить одного участника старше 35 лет с ограниченными возможностями здоровья. Всего таких участников – 24 человека.

Пресс-служба Союза пенсионеров России
Фото Олег КЛЕНИН

КРУГ УВЛЕЧЕНИЙ



17 июня 2022 года Президент В.В. Путин подписал указ о том, что каждое последнее воскресенье июня будет отмечаться День народных художественных промыслов. Ура!

РОССИЯ – одна из немногих стран мира, сохранившая народные промыслы. Они являются неотъемлемой частью культурного кода страны, предметом национального престижа и общепризнанным вкладом нашей страны во всемирное культурное наследие.

К народным промыслам относится и лоскутное шитье. Его невозможно привязать к одному городу или местечку. Шили и шьют по всей стране, миру и континентам. И наш клуб лоскутного шитья «Энергичный лоскуток», объединивший бывших конструкторов, программистов, медсестер, вливается в мощную реку мастериц, создающих из ткани и ниток новые истории.

По всей стране идут выставки и фестивали лоскутниц. И один из них – «Душа России» прошел в Коломне с 9 по 13 июня. Наш клуб уже принимал участие в этом движении. В 2018 году мы отправили работу на проект «Лоскутное поле». Фестиваль начинался в Суздале, а теперь из года в год перемещается по городам Золотого кольца. К тысячелетию Суздаля планируют украсить поле тысячами шитых картин. Сейчас работ уже восемьсот. Там есть и наша картина. Называется она «У цветущего куста повстречались два кота».

А вот на сам фестиваль мастерицы клуба «Энергичный лоскуток» ездили впервые. Пять дней праздника, пять дней новых впечатлений и знакомств, эмоций через край, новых планов и заманчивых предложений участвовать во вновь задуманных проектах.

Фестиваль состоял из показа конкурсных работ в нескольких номинациях. Мы приняли участие в номинации мини квилты. Это небольшие лоскутные работы на темы Юмор и Рыбы. О картинах говорить сложно, лучше один раз увидеть, пусть даже на фотографиях. В одном из зданий Коломны представлялся проект «Русский стиль». Из ста восьмидесяти работ четыре были от нашего клуба. Мы сшили квилты по эскизам Юрия Богачева к книге «Колокола». И были небольшие персональные стенды от каждого клуба или мастерицы. По каким-то причинам Коломна не предоставила фестивалю один из заявленных залов. И часть присланных работ так и не была вывешена. Но ради нашего «Благовещения» организаторы фестиваля соорудили временную стенку, куда поместили и нашего

архангела, и еще несколько небольших работ. Был зал с лоскутными одеялами. В нескольких местах выставлялись необыкновенные куклы. Работы на любой вкус!

На третий день фестиваля проводилось шествие мастериц по городу. Мы шли в лоскутных нарядах и несли метровые работы с проекта «Лоскутное поле». Кто-то пел, кто-то читал стихи, кто-то приплясывал. Жители Коломны и гости были в восторге и снимали шествие на телефоны и камеры.

На четвертый день все работы выложили на траве. Мы ходили и восхищались задумкам и мастерству исполнения. Рядом шесть часов подряд проходил показ лоскутных мод. Шестидесят коллекций! А блошиный рынок с работами мастеров! Не устояли и тоже приобрели поделки на память.

И каждый день ведущие мастера квилтинга (это еще одно из международных названий лоскутного шитья) проводили мастер-классы. Учиться никогда не поздно. Особенно у лучших мастеров. И когда это очень интересно. После такой учебы мы привезли новые приемы шитья и новые задумки.

Пятый день посвятили музеям Коломны. На обратной дороге уже строили новые планы на шитье. А как же иначе?! Без новых планов и новых знакомств жизнь не так ярка и интересна. И пусть мы не заняли призовых мест, но соревновались наравне с профессионалами, для которых шитье – это основная работа. У нас же всё впереди.

Если вы не были на фестивале в Коломне, не расстраивайтесь. Лучшие работы можно будет увидеть в Москве в Гостином дворе с 21 по 31 июля. Мы приглашаем вас на интересную прогулку по творчеству и невероятным замыслам мастеров лоскутного дела!

А организовала всех лоскутниц и эту фестивальную историю фотограф Римма Быбина. Римма хочет возродить искусство лоскутного шитья в нашей стране и привлечь в это дело молодежь. Задумка удастся. У нашей Риммы за это большое лоскутное спасибо!

Марина ДЬЯЧКОВА,
руководитель клуба «Энергичный лоскуток»
г. Электросталь



С ПЕСНЕЙ ПО ЖИЗНИ!

*«Чебатухе» – 30 лет!
Весела и хороша,
Потому что в «Чебатухе»
Горит русская душа!*



Под таким девизом состоялся юбилейный концерт творческого коллектива в ДК «Поведники». Приятным сюрпризом был прием гостей и зрителей в фойе клуба. Их встречали хлебом-солью, русскими песнями и частушками.

Задорно, весело, со сменой замечательных костюмов, песнями и плясками «Чебатуха» радовала зрителей.

Поздравить артистов пришли другие творческие коллективы, приглашенные на концерт. Особо понравилась виртуозная игра баяниста Семёна Штырхунова.



Поздравление от Председателя Союза пенсионеров Подмосквья Ольги Марковой

В зале царил атмосфера праздника, веселья и хорошего настроения.

30 лет – кажется, не так много, но для такого коллектива – огромная цифра! Практически полжизни. И с самого основания «Чебатухи» и по настоящее время наши любимые солистки, наши звездочки – А.И. Базаева, О.В. Максимова, М.В. Мыльников, Л.М. Павлова.

Концерт удался на славу! Столько зрителей давно не было в ДК. В зале не оказалось свободных мест. Были открыты двери и народ на улице слушал и радовался замечательному исполнению любимых песен.

Праздник для зрителей и для самого коллектива «Чебатухи» получился благодаря нашему бесменному руководителю Алле Анатольевне Захаровой и аккомпаниатору Федору Григорьевичу Иорданице. Мы очень вам благодарны!

Большое спасибо за организацию юбилейного концерта всем сотрудникам ДК «Поведники».

«Чебатуху» поздравили администрация городского округа Мытищи, депутаты, Союз пенсионеров Подмосквья. Таких замечательных впечатлений нам хватит надолго!

Елена МАКСИМОВА,
участница ансамбля

С НАТУРЫ



ЖАРКО! Ох, и жарко на улице!

Я сижу дома за компом почти нагишом, рядом стоит вентилятор и дует – дует – дует беспрерывно в мою сторону. Причем, на малой скорости ветерок едва ощутим, а прибавишь – шум растёт, а холодка почему-то нет. Такое впечатление, что с нарастанием скорости воздух от лопастей пропеллера отлетает в стороны – как искры от точильного камня, а вперед, то есть на меня, поток не идет. Переносу вентилятор «за шею» из комнаты в комнату. Пошел в кухню готовить салат – вентилятор с собой. Овощи заранее положил в холодильник. Компот в пластиковых бутылках кладу в морозильник минут на сорок, да еще и добавляю лёд в охлажденный бокал. Все равно не помогает.

Жарко.

Электронный термометр показывает за окном +46, а в комнате +31 по Цельсию. Наверное, потому, что солнечная сторона и стена с датчиком на улице нагревается. Сегодня нужно идти на дачу поливать огурцы и помидоры. Нужно! Но сил нет выйти в нагретый подъезд и знойный воздух. Пойду ближе к закату. Слава Богу, дача недалеко, на краю города. Там колодезная вода. Крутишь ручку, достаешь тяжелое мокрое ведро, чуть отходишь в сторону и... О, Боже! Какое чудное содрогание пробегает по тебе с головы до пят! Ох! Фу-у! Ох, хорошо! – шепчешь себе под нос и добавляешь тихонько:

– Спасибо тебе, Господи!

Но это будет еще часа через четыре. А сейчас иду на кухню за компотом. Во рту уже пересохло, а вентилятор почти не помогает.

С отвращением вспоминаю вчерашнюю поездку на электричке. Два часа в стальном вагоне! Уже на вокзале изнываю и потею. Вытираю лицо, шею, расстегиваю на груди безрукавку, насколько позволяют приличия, и иду в лавку с товарами в дорогу.

– Веер есть?

– Вот есть картонный. Остался один, – продавщица показывает большой черный веер чуть ли не в полметра.

– А поменьше? Нету?

Иду в соседнюю лавку. Там обычные вееры, но они какие-то женские, с кружавчиками по ободку. Других нет.

Что делать? Беру с кружевками. В электричке он спасал, но не очень. Тем не менее мне, кажется, завидовали. И хотя все окна нараспашку, пассажиры обмахивались кто чем – газетами, носовыми платками, пластиковыми пакетами. И набрасывались на мороженое у корабейников.

Жарко!

В самом начале маршрута заглянули бродячие музыканты – двое парнишек с инструментами и усилителем. Балалайка и мандолина. Играли что-то веселое и подпрыгивали. В мелодиях уловил «Тополинный пух! Жара, июль!». Громкая музыка усиливала страдания от зноя. Слава Богу, в этом году тополь отцвел по прохладе, а то бы еще и пух залетал в нос.

Жарко! Рубашка прилипла к спине. Влажная и противная одежда вызывает почти непреодолимое желание избавиться от нее. О, если бы я ехал совсем один! Невообразимая тоска по ванной комнате и холодно-му душу. Боже! Скорей бы домой!

И в памяти встал поход по Кавказу. Был еще Советский Союз, и наша группа безо всяких визовых проблем шла из Ставрополя в Сухуми.



Перевалы, перекуры.

Выше тучи, ниже туры.

Хорошо на камнях диких –

Выше пики, ниже пики.

Так мы пели у костра, мечтая через несколько дней нырнуть в Черное море. Перевалы, горные тропы. Ночью холодно, днем жарко. Мы шли под тяжелыми рюкзаками и потели как лошади. Я похудел на 14 килограмм. Несмотря на обилие ручьев и речек, встречавшихся по пути, нарастало неистребимое желание как следует помыться и постирать просоленную одежду.

– А мы как перейдем в Абхазию, так сразу устроим туристскую баню, – успокоил меня руководитель похода по прозвищу Паганель, отвечавший за альпинистскую составляющую нашего движения.

К его словам я поначалу отнесся с недоверием, зная за моим спутником способности к розыгрышу.

Но вот мы перевалили Главный Кавказский хребет и наши двадцать палаток раскинулись на просторной поляне без травы. Вокруг был только галечник и отдельные кусты. Рукой подать – скалы, поросшие лесом, а вокруг 3-километровые горы, снежники и яркое солнце в иссиня-черном небе. Жарко. В десяти

– пятнадцати метрах шумит, бурлит и пенится горная речка, бегущая с ледника. Весной она разливалась, а в августе вошла в свое основное русло. Воды по пояс, но течение сбивает с ног. Там, если унесет, запросто можно погибнуть от ударов о камни и валуны. Поэтому Паганель сколотил соорудить из больших булыжников заведение три на четыре метра. Самые здоровые парни, обвязавшись веревками и страхуя друг друга с берега, задание выполнили.

Другая группа собрала сухие стволы снесенных зимними лавинами дубов и грабов. Двухручной пилой напилили поленья и, сложив пирамиду вперемешку из камней и дров, подожгли ее. Девушки в это время собирали мяту и чабрец. К тому же, они нашли нарзановый ручей с ледяной и шипучей минералкой.

«Пирамиду» жгли с раннего утра часов 6-7, пока дрова прогорели, и вода без шипения стала отскакивать от раскаленных булыжников. Угольки удалили и вымели. Вокруг «пирамиды» соорудили из жердей, веревок, пленки и бельевых прищепок нечто похожее на теплицу 4х4 метра и 3 метра высотой. Галечник внутри застелили мягким лапником из голубых елей, а вместо скамеек положили бревна.

И началась туристская баня. Настоящая! Без дураков. Любая сауна позавидует. В «теплицу» заходили по 10-12 человек. Выдержать жар почти невозможно. Мы плескали на камни отвар из мяты и чабреца, а хлестались свежими березовыми и дубовыми вениками. Духмяный пар доставал до костей. Минут через пять, откинув пленку, туристы пулей бежали к самодельной заводи и с воплями кидались в студеную речку.

И странное, незабываемое ощущение испытал каждый из нас: казалось, будто я раскаленный уголёк, и вода должна кипеть от моего горячего тела. Я кожей ощущал сильный холод воды, но мне совсем не было зябко. Прическа плохо мылилась в ледяной реке, но я не спеша мыл голову, стоя в горной заводи, а потом, цепляясь за траву и корни, вылезал на берег и снова спешил к импровизированной сауне. Бегал туда-сюда, наверное, раз пять. А потом все мы пили кружками холодный, колющий и шипящий нарзан... До отвала, до икоты, до бульканья в животе. Подобного нарзана не найдешь ни в магазинах, ни в аптеке.

Так, наверное, сегодня отдыхают миллионеры...

К вечеру, после электрички, я добрался до дома. В ванну первым делом вылил пару колпачков пенного геля и дал холодную воду. А потом, в блаженстве, медленно поливая себя из ковшика, вспоминал ту самую туристскую баню на Кавказе. Не обманул Паганель. Память на всю жизнь!

Владимир МОРМУЛЬ

ПО ПОГОДЕ И НАПИТОК!

ЧТОБЫ самостоятельно приготовить натуральный квас для окрошки, нужны корки бородинского или пшеничного хлеба, сахар и кипяченая вода. Об этом рассказал бренд-шеф ресторана Uhvat Виктор Белей «Газете.Ru». Он подчеркнул, что вместо хлеба дрожжи можно добавить в том случае, когда надо скорее добиться эффекта брожения.

«Если делать качественно, то необходимо добавлять сахар, и всё это забродит естественным путем. Но есть проблема: натуральный квас хранится определенный небольшой срок – 4-5 дней. После этого он перебродит и становится довольно ядреным, поэтому приходится его сливать», – пояснил специалист.

Кулинар обратил внимание на то, что хлеб необходимо заранее высушить, а воду – прокипятить и остудить до 40 °С. Когда она остынет, добавить туда хлеб и сахар, далее перемешать, закрыть крышкой и оставить в теплом месте при температуре 30–35 °С на 24-35 часов. Получившийся квас надо процедить и оставить в холодильнике, чтобы он остыл до 5-6 °С.

Чтобы ускорить время брожения, помимо бородинского, можно добавить 100 г белого хлеба, 150 г вместо 100 г сахара, 100 г изюма и столько же кураги.

«Квас забродит за 18–24 часа. На нем должна появиться белая пена, ее нужно снять и квас процедить следующим образом: взять половник и, не перемешивая напиток, отделить квас от осадка», – поделился ресторанный бренд-шеф.

ПОМОГ СЕБЕ - ПОМОГИ ПИТОМЦУ

О правильном охлаждении питомца в жару агентству городских новостей «Москва» рассказал президент Российской кинологической федерации (РКФ) Владимир Голубев.

«Не нужно полностью окунать собаку в воду, тем более в ледяную, так вы только навредите ей. Чтобы помочь питомцу, достаточно намочить прохладной водой живот или лапы. Ушные раковины можно ненадолго обернуть в прохладное полотенце: дело в том, что в этой части тела кровеносные сосуды расположены ближе к коже, таким образом процесс охлаждения организма произойдет быстрее. Ни в коем случае не обливайте собаку целиком. Мокрая шерсть создаст эффект водяной бани, такой способ только навредит любимцу», – сообщил специалист.

По его словам, необходимо также следить, чтобы у питомца всегда была свежая и прохладная вода, куда можно добавить небольшой кусочек льда. Жидкость также необходимо брать и на прогулку с животным.

ЗВЁЗДНЫЙ ГОРОДОК



Пенсионеры на свежем воздухе пишут свои картины. И вот такие интересные работы получаются.



Утренняя гимнастика для членов СПП



Во всех праздниках принимает участие хор – гордость Союза пенсионеров Звёздного городка.



Члены СПП занимаются и старинными бальными танцами. Выступление в День города.

ТАЛАНТЫ ПОДМОСКОВЬЯ

КРАСОТА

спасет мир



Под таким девизом в залах историко-художественного музея Мытищ открылась персональная выставка Владимира Артюшенко – яркого самобытного мастера.

ИЗВЕСТНЫЙ в Подмосковье художник Владимир Артюшенко родился в 1949 году в Ворошиловграде (ныне Луганск). С раннего детства в его душу и сердце вошла природная красота солнечной Украины с ее яркими красками, с безбрежными хлебными нивами. В его роду никогда не было представителей изобразительного искусства, но до сих пор Владимир вспоминает, как его отец, не отрывая карандаша от листа бумаги, мог нарисовать лошадь. Это так его поражало, что он иногда просил папу снова и снова изобразить коня.

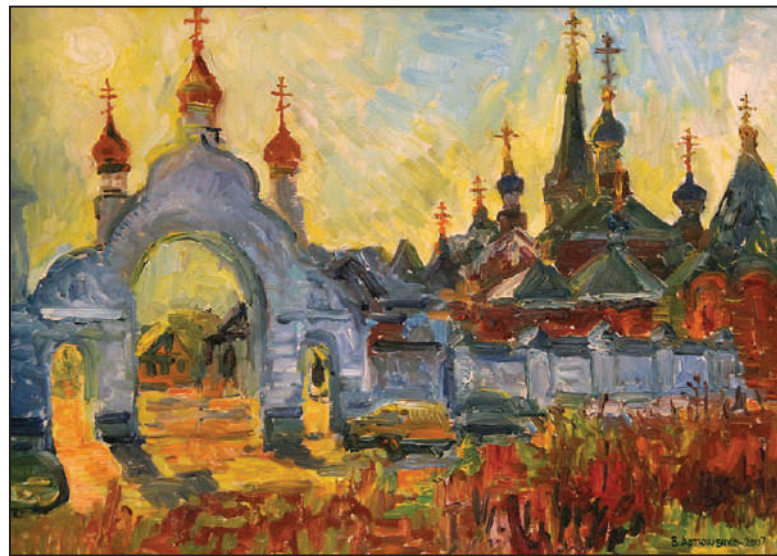
В 1973 году Владимир окончил Ворошиловградское художественное училище. Перед этим было несколько лет обучения в детской художественной школе. На республиканском конкурсе, посвященном 100-летию со дня смерти выдающегося украинского поэта и художника Тараса Шевченко, его работы получили всеобщее признание жюри и вместе с другими произведениями участников были направлены в художественные салоны США, а позднее в Новую Зеландию. Стремление к еще более углубленному изучению мастерства художника предопределило его поступление в Харьковский художественно-промышленный институт, который он успешно окончил в 1983 году.

Дальнейшая судьба художника привела его на постоянное место жительства в Мытищи. Здесь он вместе со своей женой с 1984 года жил в поселке Челюскинский.

...По-разному в большое искусство приходят художники, одни могут ворваться стреми-

тельно, другие – тихо и спокойно. Именно к последним и относится Владимир Артюшенко. На творческом и жизненном пути ему пришлось преодолевать немало разных препятствий, но стремление писать и писать оставалось самым главным.

В 1998 году при поддержке тогдашнего мэра города Анатолия Астрахова была создана ассоциация художников Мытищ. Владимир Артюшенко вместе с другими подвижниками стал одним из ее учреди-



телей. С этого времени Владимир Артюшенко начинает совершенствоваться в технике масляной живописи. Уже в 2003 году он и ещё ряд художников были рекомендованы для вступления в профессиональный Союз художников России. В это же время члены ассоциации начали активную выставочную деятельность не только у себя в Мытищах, но и в других городах Подмосковья, в соседних областях. Был целый ряд персональных вернисажей и у Владимира Артюшенко.

Нынешняя выставка, на которую художник представил 61 работу, безусловно, является очередным его достижением и прекрасным подарком для многочисленных почитателей

его таланта. Зритель, пришедший на выставку, в полной мере оказывается во власти красоты.

Увы, время по-разному влияет на людей. Снижается тонус, ухудшается здоровье. Многие из этого люди принимают как должное, но как художнику смириться с потерей зрения – окон, через которые входят в душу и сердце образы мира? Согласитесь, это страшный удар... Его испытал на себе и Владимир Николаевич... Испытал – но не сдался. Обладая сильной волей и крепким характером, он не растерялся, а начал создавать художественные произведения, выполненные в технике масляной живописи. Они стали совершенно новым техническим приемом в его живописном искусстве: Владимир Артюшенко пишет картины пальцами. Именно пальцы выполняют роль кисти и дают возможность изображать на полотне все то прекрасное и удивительное, что художник вообрал в себя на протяжении нескольких десятилетий.

Даже большой любитель и ценитель изобразительного искусства, впервые увидав работы этого мастера, удивится наличию такого большого количества различных красок, что невозможно понять и разглядеть задуманный сюжет. Но стоит отойти на несколько шагов от картины – и все встает на свое место. Мозаика красок сливается и становится отчетливо

виден каждый нежный цветочек черемухи и сирени, контуры тел, формы предметов...

Художник обладает еще одним талантом, он является любителем вокала. Свыше тридцати лет Владимира Николаевича – участника народного коллектива «Русская песня», который известен своим музыкальным исполнением не только в России, но и за рубежом. Не случайно в художественных пейзажах Владимира Артюшенко можно отчетливо услышать ту прекрасную музыку, которой автор щедро делится со своим любимым зрителем...

Лев МИЛОВИДОВ,
искусствовед,
заслуженный деятель искусств России

О ЧЕМ ПИШУТ

ИЮЛЬ: НОВЫЕ ЗАКОНЫ

С НАЧАЛА июля в России вступает в силу ряд законов, принятых Госдумой. В частности: вводится обязательная аттестация для гидов и экскурсоводов. Ими теперь могут быть только граждане РФ; срок получения российского паспорта сокращается до пяти дней; упрощается регистрация по месту жительства — гражданину нужно будет встать на учет по месту пребывания в любом регистрационном органе в пределах муниципального района; получить российское гражданство станет проще. Упрощенную процедуру будут проходить победители и финалисты конкурсов президентской платформы «Россия — страна возможностей»;

для получения бесплатной медицинской помощи необязательно будет иметь при себе полис ОМС — достаточно паспорта; льготы по НДС на пальмовое масло полностью отменяются. Теперь НДС для данного продукта составит 20%. Решение приняли для снижения использования пальмового масла в пищевых продуктах; должники получают право на получение прожиточного минимума. Заявление о сохранении прожиточного минимума от списания можно будет подать напрямую в кредитную организацию. Это значит, что доходы в размере прожиточного минимума можно защитить, даже если взыскатель передал исполнительный документ в банк должника без привлечения судебных приставов.

МАСКИ НЕ НУЖНЫ

РОСПОТРЕБНАДЗОР отменил все ранее введенные ограничения из-за пандемии коронавируса. В том числе и масочный режим, уточнили в пресс-службе ведомства. «При ухудшении обстановки по covid-19 действие ограничительных мероприятий может быть возобновлено», — говорится в официальном сообщении. В Роспотребнадзоре отметили, что недельный показатель заболеваемости ковидом в стране с середины февраля снизился более чем в 64 раза и находится на минимальных значениях с начала пандемии. Сейчас почти все подтвержденные случаи коронавируса (93%) в России протекают либо в легкой форме, либо бессимптомно.

ВЛАСТЬ ИДЕТ В СЕТИ

ДЕПУТАТЫ Госдумы приняли закон, который обязывает чиновников вести аккаунты официальных ведомств. Это должно помочь наладить коммуникацию с гражданами. Создание и заполнение страниц в социальных сетях актуальной информацией станет для государственных и муниципальных ведомств обязательным. Там они должны размещать новости, тексты и видеозаписи выступлений руководства ведомств, итоги опросов общественного мнения, материалы по темам, которые выносятся на общественное обсуждение, результаты таких обсуждений. Список соцсетей правительство РФ утверждает отдельно.

САМОЗАПРЕТ НА КРЕДИТЫ

С ОКТЯБРЯ 2022 года Центробанк может ввести самозапрет на дистанционные способы получения кредитных продуктов — через приложения или сайты. Чтобы защитить средства от мошенников, банки будут обязаны идентифицировать все устройства, с которых граждане производят онлайн-операции, подтверждать их телефонные номера и адреса электронной почты, пишут «Известия». Данный законопроект могут внести на рассмотрение в Госдуму ближайшей осенью. Он предусматривает возможность устанавливать полный самозапрет на кредиты (как онлайн, так и офлайн), распространяющийся на все банки и микрофинансовые организации. В таком случае гражданин должен будет обратиться в бюро кредитных историй и поставить специальную отметку «запрещаю выдавать мне кредит» как в онлайн-виде, так и в офлайн. Банки и микрофинансовые организации перед выдачей кредитов и

займов должны будут обращаться в бюро кредитных историй и проверять, есть ли ограничения у заемщика. Если кредитор все равно выдаст деньги, несмотря на их действие, он не сможет требовать погашения долга. В Центробанке наблюдают рост числа жалоб на оформление кредитов и займов на россиян без их ведома и воли, а также под влиянием мошенников. Предлагаемая ЦБ инициатива снизит мошеннические риски в случаях компрометации личности и выдачи кредитов, например, через интернет-каналы с упрощенной процедурой аутентификации. Правда, когда клиент лично решит оформить заем, срок его получения может быть увеличен от двух и более дней. При этом специалисты отмечают, что 100% защиты от мошенников этот механизм не даст, если злоумышленник выведает все данные у человека через психологические манипуляции.

ВНАЧАЛЕ УЗНАЙ, ПОТОМ ДЕЛАЙ

ЗА УСТАНОВКУ новых окон могут штрафовать, так как замена оконного блока, выходящего прямо на фасад дома, рассматривается как незаконное переустройство, рассказала агентству «Прайм» член Ассоциации юристов России Мария Спиридонова. — Меня оконные блоки, больше всего рискуют собственники объектов недвижимого имущества, представляющих собой ценность с точки зрения истории. Фасады таких домов под особым контролем, уточняет эксперт. При проверках учитываются материал оконного блока, его цвет, размер или конфигурация. Для таких домов штрафы за «самостоятельность» существенно выше, они достигают 100 000 рублей. Но и по новым домам, которые недавно сданы

в эксплуатацию, проблема сходная. «Собственники хотят улучшить оконный блок, устраивают перепланировки. Например, окна "в пол", архитектурный рисунок оконного блока. Могут оштрафовать и в том случае, если меняется цвет оконных рам, — рассказывает Спиридонова. — Особенно это актуально, если для дома имеется так называемый колористический паспорт». Особое внимание уделяется переустройству в несущих стенах, предупреждает эксперт. Тогда штрафами не отделаться: «Весьма вероятно, последует обращение в суд. И такие иски чаще всего удовлетворяют». А это значит, что «реконструктору», помимо того, что он будет обязан потратиться и привести все в первоначальное состояние, придется оплатить и судебные издержки истца.



ВЫКИДЫВАЙ... ПРАВИЛЬНО

ЮРИСТ Ольга Митева и руководитель регионального центра НП «ЖКХ Контроль» Валерий Мамчур рассказали, что россиянам грозит штраф за неправильное выбрасывание крупногабаритных отходов, сообщает <https://www.kp.ru>. Если вы просто вынесли крупногабаритный мусор на помойку, вас могут оштрафовать на сумму до 2000 рублей. Сфотографировать лежащий на помойке холодильник, велосипед или

диван и сообщить в полицию или другие госорганы могут и экологические активисты, и просто равнодушные прохожие или соседи. На глазок определять, является ли предмет, который вы хотите выбросить, крупногабаритным, лучше не надо, не полнитесь и измерьте его. Крупногабаритным отходом считается любой предмет, длина которого, ширина или высота окажутся более полуметра.

ГЛАВНЫЕ врачи государственных медицинских организаций Подмосковья снова начали проводить личные встречи с жителями дважды в месяц: каждую вторую и четвертую среды месяца. Об этом сообщили в пресс-службе министерства здравоохранения Московской области. «На время неблагоприятной эпидемиологической ситуации в регионе личные встречи главных врачей были переведены в онлайн-формат, — рассказала первый заместитель председателя Правительства Московской области Светлана Стригункова. — Сейчас ситуация стабилизировалась, и жители могут принять участие лично. Основная задача такого мероприятия — получать полную информацию о работе медицинской организации». Уточнить время и место проведения мероприятия можно в администрации медицинской организации.

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ



Уважаемый читатель, прошу прощения за прыжок во времени, ровно на двадцать пять лет, в будущее. Я думаю, что у всех, кто занимается творчеством – и неважно каким, наступает момент, когда надо сменить последовательность действий, психология человека такова, что наступает пресыщенность. Мне захотелось посмотреть, как получится описать мое, почти настоящее, время. Получилось, на мой взгляд, здорово.

...Прошло семь месяцев, как мы с Наташей расстались. Две тысячи пятый год останется в моей памяти как один из тяжелейших периодов. Но надо жить дальше, что подделаешь, в этом мире нет ничего постоянного. Надо себе представить, что она уехала за границу, например, в Штаты и больше никогда не вернется, теоретически могло случиться намного хуже, хорошо хоть так.

Я никогда не мог себе представить, что родные люди могут вот так, в один день расстаться навсегда, закрыть за собой дверь и уже никогда ее не открывать. Мне всегда казалось, что люди сходятся, расходятся, опять сходятся, опять расходятся и когда поймут, что уже терять нечего, тогда расстаются навсегда, ведь двадцать пять лет совместной жизни – это очень много, а у некоторых это вся жизнь.

В моем случае получилось все по-другому:

– Ты меня потерял, – сказала Наташенька и тихонько закрыла за собой дверь, а через два месяца объявила, что она выходит замуж по любви и венчается.

Вот так просто!

Первое время мне казалось, что меня распиливают на две части тупым ножом, и как только на улице смеркается, так тут и приступают.

При входе в дом у меня появилась привычка вслух здороваться с самим собой, как-будто меня встречает папа.

– Привет, сынок, как прошел день?

– Нормально, папа.

Включаю телевизор, чтобы было хоть чье-то присутствие в доме, полная тишина угнетает и вводит в тоску. Я только что купил новую кровать и поставил ее в центре большой комнаты – так удобней смотреть телевизор. Мне пришла мысль, что я так распределил мебель по комнате, как она стояла, когда были живы папа и бабушка, только на месте моей кровати стоял папин диван.

Когда приезжает Ваня, он пытается остаться спать на моей кровати и смотреть до полуночи телевизор, на что я ему говорю, что он будет спать на этом месте, когда меня не станет. Мне это место досталось по наследству от моего папы, ему достанется

после меня, а пока он будет спать в маленькой комнате.

Сажусь на кровать и начинаю щелкать каналы телевизора. Как всегда, смотреть нечего, сплошная чушь и насилие.

Позвонить кому-нибудь, что ли, подумал я, доставая старую записную книжку. Пролистывая страницы, случайно обращаю внимание на странице под буквой М имя Морозова Ирина и телефон.

Быть может, ей позвонить? Хотя прошло так много лет, если в метро встретимся случайно, то вряд ли узнаем друг друга.

С Морозовой Ириной я был знаком со второго курса института, когда мы ехали в студенческий лагерь на Эльбрус в 1979 году. Знакомство, надо сказать, шапочное, так как мы разговаривали всего несколько раз и два раза танцевали, первый раз на Эльбрусе, а второй, уже в 2003 году, в нашем институте на встрече выпускников. Мне эта девушка нравилась, но познакомиться поближе не удалось, а потом я встретил Наташу.

Во время последней встречи в 2004 году мы обменялись телефонами и договорились созвониться, чего, естественно, не получилось, так я был женат и меня все устраивало в этой жизни.

Набираю ее номер. Почему-то начинаю слегка волноваться.

– Алло! – отвечает на том конце провода единственный и неповторимый голос Иры. У нее очень нежный голос, который подкупал не менее, чем ее отличная фигура и красивое личико.

– Здравствуй, Ира, это Володя Туманов. Если помнишь, мы учились с тобой вместе на физтехе.

– Володя, конечно, помню, ты еще обещал позвонить, это я тоже помню, – ее голос звучал, как весенний ручеек, хотя на дворе стоял жаркий август 2005 года.

– Прости, Ирочка, видно, тогда время не пришло, – пытаюсь шутить.

– Значит, что-то случилось, раз ты позвонил, видимо, время пришло? Подожди секундочку, – она кричит кому-то, – Славик, отдай шланг Насте, пусть теперь она поливает, а ты лучше уберись в своей комнате и не включай телевизор. Алло, слушаю тебя.

– Да, ты права, моя семья от меня ушла, вся, вот уже семь месяцев я холостой, а ты?

– Удивительно, а я уже полтора года как разведена.

– Значит, мы свободны, это здорово, быть может, нам все-таки познакомиться, пусть даже и через двадцать пять лет! – мне кажется невероятным такое совпадение.

– Попробуем, – сказала Ирина. – Спрашивай, буду отвечать, как на парах много лет назад.

– У тебя много детей?

– Ты стоишь? Если да, то присядь – у меня их четверо.

– А я не очень удивлен, у меня их трое, итого семеро на двоих.

– Но у меня двое еще маленькие, Славику одиннадцать, а Насте восемь.

– А моему Ванечке тоже одиннадцать, они одногодки с твоим Славой, да, мы с тобой, как раньше говорили, матери-героини и отдуваемся за весь российский народ. А ты где сейчас? Видимо, на природе, слышно, как птицы поют.

– Да, я на даче около Голицына.

– Как ты попала в Голицыно, ты, ведь, когда училась в институте, жила в общежитии, я думал, что ты живешь далеко от Москвы.

– Тогда я жила в Кубинке на Можайском шоссе, а потом мы переехали в Одинцово, и живу там на улице Спортивной.

– Так мы живем в одном городе, это невероятно! – вот тут я действительно присел, потому что поверить было невозможно, а не верить не было оснований.

– Давай встретимся, – предложил я.

– Приезжай ко мне на дачу.

– Я завтра приеду, ничего?

– Приезжай, я тебя встречу на платформе ...

– Пока, до встречи.

– Пока.

Что это, подумал я, положив трубку. Похоже, судьба. Я действительно очень обрадовался, потому что за время, пока был один, несколько раз ходил на свидания. Но это, скорее, цирк, чем свидания. Знакомлюсь в интернете очень быстро, но вот когда доходит до встречи, то тут женщины ведут себя, мягко говоря, странно. Первое, что они делают, так это пишут возраст лет на пять меньше, чем есть на самом деле. Как-то раз договорились встретиться на станции метро Маяковская. Жду, приходит женщина явно старше меня. Оказалось, фото десятилетней давности. Ну, спрашивается, зачем надо было обманывать и тащиться через всю Москву, отнимая у меня и себя время? Видимо, на все есть свои причины, только мне они не известны, да я и не очень хочу вникать. Еще женщины делают себе прекрасные фото, которые действительно молодят. Но самое главное, стоит только им открыть рот, как понимаешь, с кем имеешь дело. Как правило, это мамки с ограниченным кругозором и кроме работы, дома и детей ничем не интересуются. Очень устаешь от серости и безысходности, тут самое главное верить в счастливый случай и искать.

Мне опять вспомнилась Ира. Когда мы танцевали в институте, за каких-то несколько минут танца она сумела рассказать ряд сюжетов своей жизни, да так, что мне стало действительно интересно, надеюсь, что и ей мой рассказ был интересен.

На следующий день сажусь в электричку и еду до Сушкинской, там меня должна встретить на платформе Ира.

Выйдя из электрички, оглядываюсь, никого. Ну, вот опять, эти жен-

щины вечно опаздывают. Раздается звонок.

– Володя, ты приехал? – журчит голос Иры.

– Я-то приехал, а ты где?

– Мне еще идти минут десять, от дачи до электрички сорок минут хода, дети разбаловались, пришлось их успокоить.

– Не торопись, я подожду, пока.

Я вышел ей навстречу. Пройдя триста метров, останавливаюсь у ларька, здесь-то и буду ждать.

И действительно, через десять минут я увидел вдалеке Ирину в ситцевом платье и красивых туфлях.

– Ну, здравствуй, Ира! – сказал я, не ощущая никакой неловкости, как будто мы всегда встречались и были очень хорошо знакомы.

– Здравствуй, Володя.

– Я привез немного фруктов, думаю, на даче они пригодятся – сказал я, показывая пакет. – Бери меня под руку, так будет легче идти.

Солнышко стояло в зените, перистые, высокие облака медленно плыли по августовскому небу, было тепло, нет, скорее, жарко.

Дорога до дачи показалась короткой, нам было что вспомнить, общих знакомых по институту много.

Подходя к дому, я заметил, как стая птиц поднялась с веток дерева, видимо, наше приближение напугало их. Дом оказался добротный, снаружи небольшой, а внутри было где пройти.

Ирочка сказала, что дом купили два года назад и только успели пристроить террасу. В саду практически ничего не росло, только две чахлые маленькие яблони и пару кустов крыжовника сиротливо торчали из земли. Видно было, что прежним хозяевам участка было не до сада. В другом углу участка стояла недостроенная беседка, в которой валялась кукла и пару ковриков, видимо, дети любили играть здесь.

Ирина пригласила попить чая. Мы зашли в большую комнату, где стояли кровать и диван, расположены они были удачно, можно было сидеть друг напротив друга и разговаривать, а душистый чай стоял на столе, испаряя приятный аромат по всему дому.

– Вот здесь мы и живем с детьми уже второй месяц, я практически не выезжаю в город, продукты мне привозят взрослые дети, да и неподалеку есть маленький магазинчик.

– А как же работа? – спросил я. Этот вопрос был совсем не праздный, в мои планы не входило снова впрягаться в семейную жизнь и тащить полностью всю финансовую часть.

– Работа у меня не совсем обычная. Я даю консультации, это стоит дорого, как правило, клиенты приезжают сами, а еще у меня есть своя фирма, которая реализует медицинские товары, в общем, мое присутствие в городе совсем не обязательно.

– Это очень здорово, а я традиционно езжу на работу, мой офис находится у метро «Спортивная», поэтому ежедневно выбрасываю из жизни по три часа. Работа хорошая, мне она нравится, да и езжу в командировки по разным городам и за границу.

Продолжение следует

ПРАЗДНИКИ РУССКОЙ ЗЕМЛИ



*Душевно,
с настроением*

14 ИЮНЯ пенсионеры Малаховского отделения Союза пенсионеров в КДЦ «Союз» отметили День России, праздник Троицы и русской берёзки.

С пастырским словом выступил священник о. Павел Сударев – настоятель Казанского храма

в г. Котельники, которого слушали все, затаив дыхание, чтобы не пропустить главного.

Ансамбль «Мелодия» им. Л. Рудаковой в зелёных шарфах и с ветками берёзы в руках исполнил православные песнопения. «Святая Русь, храни веру православную, в ней же есть утверждение!»

По традиции чествовали юбиляров – стихами, песнями, поздравительными открытками от главы округа В.П. Ружицкого и подарками от депутатов.

Вела концерт Татьяна Посохова. Юная артистка с замечательным голосом Ева Матвиенко пела, и все от души аплодировали ей. С песнями и романсами выступила старейший член нашей организации Галина Мальцева (в ноябре ей исполнится 92 года), проследилась сама и зрители. Пели Наталья Дичкова и молодой талантливый солист, лауреат многих конкурсов, в том числе международного, Александр Матвеев. Владимир Епишкин исполнял на гитаре лирические песни и романсы.

Никто не хотел расходиться, т.к. встретились друзья, соратники по Союзу пенсионеров.

Поэтесса Валентина Николаевна Бондарева (93 года) разговорилась с подполковником МВД, а в настоящее время пенсионером, о стихах и обещала подарить ему на память свой сборник.

К сожалению, наши депутаты из-за занятости не смогли приехать, но прислали гостинцы: шоколадки всем и подарки юбилярам.

Вот так порадовали членов своей организации и друзей-пенсионеров из Люберецкого городского округа. И дай Бог, чтобы не в последний раз!

Зоя ТАГЕНЦЕВА,

председатель Малаховского отделения СПП



2022. ИЮЛЬ

*Пусть КАЖДЫЙ ДЕНЬ
БУДЕТ ИНТЕРЕСНЫМ!*

1 ИЮЛЯ Пт

День ветеранов боевых действий

2 ИЮЛЯ Сб

Международный день кооперации

3 ИЮЛЯ Вс

День ГИБДД МВД России
День работников морского и речного флота

6 ИЮЛЯ Ср

Всемирный день поцелуя
Празднование в честь Владимирской иконы Божией Матери

7 ИЮЛЯ Чт

Рождество Святого Иоанна Предтечи
Иван Купала

8 ИЮЛЯ Пт

Всероссийский день семьи, любви и верности
День памяти святых Петра и Февронии

9 ИЮЛЯ Сб

День Тихвинской иконы Божией Матери

10 ИЮЛЯ Вс

День российской почты
День рыбака
Обретение мощей преподобного Амвросия Оптинского

11 ИЮЛЯ Пн

Всемирный день народонаселения

12 ИЮЛЯ Вт

Всемирный день бортпроводника гражданской авиации
День Святых апостолов Петра и Павла

17 ИЮЛЯ Вс

День Авиации ВМФ РФ
День металлурга

18 ИЮЛЯ Пн

Обретение мощей Сергия Радонежского

День создания органов государственного пожарного надзора

20 ИЮЛЯ Ср

Международный день шахмат

21 ИЮЛЯ Чт

День Казанской иконы Божией Матери

23 ИЮЛЯ Сб

Всемирный день китов и дельфинов
День работников торговли
День дачника в России

24 ИЮЛЯ Вс

День кадастрового инженера
День флориста
День памяти Святой княгини Ольги

25 ИЮЛЯ Пт

День сотрудника органов следствия РФ

26 ИЮЛЯ Вт

День дяди и тети

28 ИЮЛЯ Чт

День Крещения Руси
День PR-специалиста (PR-менеджера)

29 ИЮЛЯ Пт

День системного администратора

30 ИЮЛЯ Сб

Международный день дружбы

31 ИЮЛЯ Пт

День Военно-морского Флота

**Лунный
календарь
огородника**

РАСТУЩАЯ ЛУНА 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 29, 30, 31 июля.

ПОЛНОЛУНИЕ 13 июля (никаких работ с растениями).

УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА 14 – 15 (в эти два дня растения лучше не беспокоить), 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 июля.

НОВОЛУНИЕ 28 июля.

**Без
простоя!**

СЕРЕДИНА лета – не повод давать земле простаивать! Об этом пишет интернет-портал ОКА.FM (<https://www.oka.fm/new/read/social/Viyule-mozhno-sme..>), советуя дачникам не только активно собирать урожай, а смело посеять несколько культур и получать свои овощи вплоть до заморозков.

Если у вас опустели грядки после сбора ранних культур – редиса, салата или какие-то посеянные культуры не взошли – самое время получить пользу с неиспользованной земли!

В июле можно сеять: репу (зреет за 60-80 дней), редис (от посадки до сбора урожая проходит от 30 до 50 дней), редьку (от 40 до 70 дней), дайкон (40-70 дней), капусту кейл (срок созревания 60-80 дней, выдерживает заморозки), капусту кольраби (90-100 дней). Все эти культуры успеют дать урожай до наступления поздней осени.

**Полить
сад**

ВСЕ РАСТЕНИЯ, безусловно, требуют полива, но в саду он должен быть умеренным. Вот какую информацию на этот счет мы нашли в открытых источниках.

Плодовые деревья, к примеру, не любят, когда под них постоянно льют воду, – избыток влаги приводит к порче урожая, плоды и листья поражаются грибными болезнями. Полить деревья в июле нужно всего один раз – за 20 дней до уборки урожая. Соответственно, для каждой культуры и каждого сорта (ранний, среднеспелый или поздний) это будут свои сроки.

И еще важно соблюдать норму полива. А она зависит от возраста дерева: до 5 лет – 70 л на дерево; 5-10 лет – 140 л; от 10 лет – 200 л.

Многие при поливе льют воду к основанию ствола, но это неправильно – основные всасывающие корешки у деревьев и кустарников находятся на периферии. Следовательно, поливать надо по периметру кроны.

В КОНЦЕ НОМЕРА

Ах, как не хочется СТАРЕТЬ...

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ, чтобы этого достичь?

– Во-первых, изменить отношение к себе у самих пожилых людей, – рассказывают «Российской газете» петербургские специалисты семейной медицины. Исследование медиков выявило симптоматичный парадокс: эйджизм, то есть дискриминация людей по возрастному признаку, свойственна преимущественно... самим пожилым. Опрошенные в ходе исследования студенты, медики, сотрудники соцучреждений гораздо терпимее и бережнее относятся к старикам, чем сами старики к своим сверстникам.

Вторая особенность нашего старения – желание людей самостоятельно контролировать свою жизнь и управлять своим здоровьем, брать на себя ответственность за него.

Казалось бы, всем известны правила профилактики здорового образа жизни: не переедать, соблюдать режим сна и отдыха, ежедневно давать себе посильные физические нагрузки. Но кто их, эти правила, соблюдает? По данным экс-

пертов, соотношение времени, которое пожилой россиянин проводит перед телевизором и тратит на движение – 20:1.

При этом соблюдение нескольких простых правил позволит заметно отодвинуть наступающую старость.

1. Надо двигаться не меньше 150 минут в неделю. Это составляет всего полтора процента недельного времени! Сегодня, по данным ВОЗ, 3,2 миллиона смертей в мире связаны с недостатком физической активности.

2. Каждые десять лет надо на 5-7 процентов снижать калорийность пищи. При этом белка пожилому человеку следует потреблять больше, чем молодому, иначе это грозит развитием саркопении (старческой дряхлости).

3. Поскольку потребность в жидкости с возрастом не уменьшается, но угасает чувство жажды, человек должен заставлять себя выпивать нужное количество воды. Суточная норма – 30-40 граммов на каждый килограмм своего веса, то есть примерно два литра в сутки.

4. Чем больше человек общается, тем дольше и радостнее он живет. Чтобы сохранять активность и не впасть в депрессию, необходимо поддерживать контакты не менее чем с пятью социумами (это могут быть члены семьи, друзья, бывшие коллеги, соседи, члены какого-нибудь творческого кружка или клуба по интересам).



Любовь
все возрасты покорны

ОКАЗЫВАЕТСЯ, пенсионеры 80+ не обходят ЗАГС стороной и играют свадьбы.

Так, необычный романтический рекорд поставил в минувшем месяце пенсионер из Калуги. Об этом рассказывают СМИ, ссылаясь на сводку специалистов местного ЗАГСа. Мужчина отважился заключить брак в очень преклонном возрасте – 84 года. При этом его избранница несколько моложе. Ее возраст не называется, но известно, что в этом же месяце самой возрастной невесте в области было 75 лет.

НЕ ВСЕ АРБУЗЫ ОДИНАКОВО ПОЛЕЗНЫ

СЕЙЧАС повсюду начали продавать одно из главных летних лакомств – арбузы. Врач-диетолог Ирина Такмалова рассказала «Вечерней Москве», в чем опасность ранней ягоды.

– Арбуз обладает очень полезными свойствами для организма человека – он на 90 процентов состоит из воды, содержит в себе значительное количество клетчатки и витамина С. В нем также присутствует ликопин – он положительно влияет на кровь, уменьшает риск тромбоза и оказывает противовоспалительный эффект, – рассказала эксперт.

Однако не все эти свойства содержатся в так называемых ранних арбузах – тех, что можно встретить на прилавках в июле. Как правило, эти ягоды выращиваются в неестественных условиях и обработаны химическими составами, которые ускоряют их созревание и придают более яркий цвет. А это опасно для здоровья.

– Содержание нитратов приводит к раздражению слизистой кишечника и накоплению тяжелых металлов в печени и кишечнике. Количество их можно измерить самостоятельно – достаточно купить портативный нитратометр. Для арбузов норма – 60 мг на один килограмм. Если эта норма превышена, то лучше отказаться от его употребления, – говорит врач-диетолог.

Ну а если очень хочется попробовать арбуз раньше августа, то здесь важно обращать внимание на внешний вид ягоды. На боковой части арбуза должно быть желтое пятно. Его кожура должна легко сдираться. И у кожуры арбуза должен быть ярко выраженный светло-зеленый цвет.

– Если в мякоти арбуза вы встретите желтые и белые прожилки, то он точно напичкан нитратами. Лучше все же дождаться августа – ведь к этому времени арбузы естественным образом созревают на солнце и сохраняют все полезные свойства, – советует эксперт.

УЛЫБНИТЕСЬ!

Вопрос дня: можно ли одежду, которую нужно стирать при 30 градусах, сушить на балконе, где 35?

Теперь уже мы говорим родителям: «Хватит смотреть телевизор!»

– Вася, а чё это соседские куры перестали ходить в наш огород?
– Ночью я разложил на грядках двадцать яиц, а утром на глазах у соседей собрал.

Учительница на уроке:
– Ребята, должна сказать, что у вас очень плохо обстоят дела с математикой. Я думаю, что 90% из вас не сдаст годовую контрольную.
Голос из класса:
– Да нас здесь столько и не наберется.

– Дорогой, кто звонил?
– Я так и не понял. Какой-то мужик, синоптик, что ли...
– А чего ты так решил?
– Вопрос странный прозвучал: «Ну что, солнце, горизонт уже чист?»

Сериял «Королева...»	Коровий отход, дающий доход	Жертвенный ягненок	Королевская тюрьма Англии	У него не было тещи (анекд.)	Царь с комплексом	Полуфабрикат мужа	Что скрывается за дефицитом?	Научный способ морить голодом
Какого поэта бранил Онегин?	Смазка для жарки	Не муж, а просто Стелло!	Армянское средство связи	Обрушившие кузцы	Его плечо - Бетельгейзе	Куда впадает Бия?	Мера для землемера	
Хьюстон	Потеря блесны в реке	Значимость аргумента	Сотая часть фунта	Свойство любого клиента	Верх колонны	Дикий бык	«Ни свет, ни ...»	Лисица-крестная в сказках
Астроном Кеплер	Вторая книга Ветхого Завета	Черное топливо	Сказочный антипод добра	Ушлый знаток профессии	Шайка, но не банда	Мясо в остром соусе	На его дорожке стояли 3 сосны	Река в Якутии
«Молодая лошадь, да ... старый»	Жокей	Скопище огольцов						
Безусый парень								