

ТРЕТИЙ *Подмосковье* ВОЗРАСТ

СП
СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ
ПОДМОСКОВЬЯ

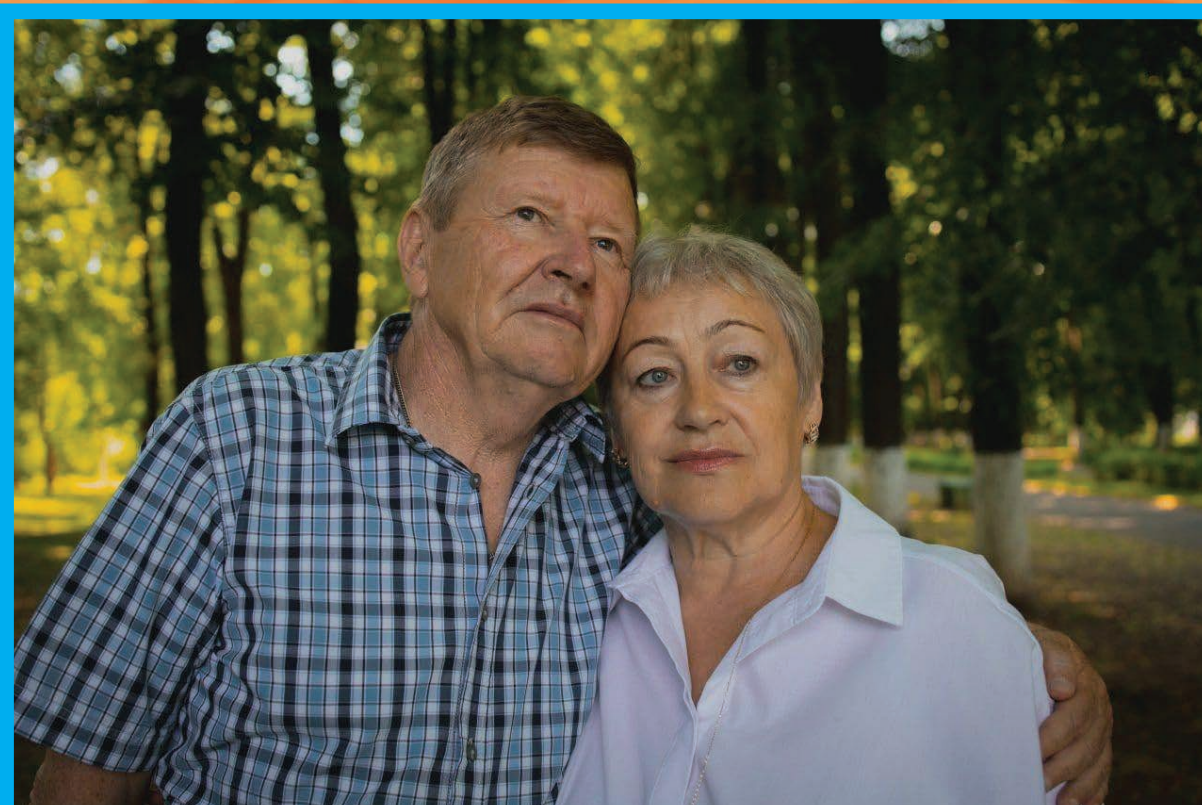
18+



Июль, 2022 год

№ 110

*Цените счастье!
Оно рождается в семье*



В ДЕНЬ СЕМЬИ, любви и верности в Коломне чествовали семейные пары, имеющие почтенный возраст и стаж семейной жизни. Счастливые люди! Они до сих пор не сводят друг с друга влюбленных глаз. Пример молодым, как надо жить друг для друга, хранить верность любимому человеку, беречь свою семью, радоваться жизни и нести эти ценности в мир.

Фото: Официальный сайт Администрации Городского округа Коломна



В номере

**«БАБУШКИНА ЗАБОТА»
ОТ «СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ»**

стр. 2

КАК РОЖДАЮТСЯ ПЕСНИ

стр. 7

**ПРЕМЬЕРА РУБРИКИ.
ЗАГЛЯНЕМ НА ДАЧУ**

стр. 11

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ

стр. 15

ЧТО НОВОГО?

«Бабушкина забота»
ОТ «СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ»

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ партийный проект «Старшее поколение» дал старт Всероссийской акции «Бабушкина забота». Её цель - обеспечить тёплыми вязаными изделиями нуждающихся детей и одиноких пожилых людей из ДНР и ЛНР.

Первичное отделение «Купавна-5» организовало процесс изготовления и сбора вязаных вещей. Поручение секретаря местного отделения Партии «Единая Россия» Любови Владимировны Прохоровой было выполнено силами члена Союза пенсионеров г. Старая Купавна С.Н. Енохиной. Светлана Николаевна связала 11 пар потрясающе красивых шерстяных носочков. Надеемся, что они согреют будущих обладателей не просто своим теплом, но и теплом нашей души и доброго расположения.

Готовые изделия в ближайшее время будут переданы в пункт сбора гуманитарной помощи на базе местного отделения Партии «Единая Россия» в г. Ногинске.

На снимке: Л.В. Прохорова и С.Н. Енохина

ЧЛЕНЫ Коломенского отделения Союза пенсионеров приняли активное участие во Всероссийской акции «Бабушкина забота». Людмила Васильевна Винокурова, Надежда Павловна Чивикина, Антонина Григорьевна Глухова, Ольга Валентиновна Блатова (на снимке) связали носки, варежки и другие теплые шерстяные вещи, которые принесли в штаб «Единой России» для жителей ЛНР и ДНР.



«ПОСИДЕЛКИ» ПРИЕЖАЛИ!



26 ИЮЛЯ пенсионеры Истринского отделения СПП побывали у местного предпринимателя Константина Сорокина, где участвовали в замечательной программе «Посиделки. Русские». Так называется совместный проект Истринского клуба «Активное долголетие» (руководитель Оксана Мощицкая) и фермера Константина Сорокина.

Все гости были в русских национальных костюмах, сшитых своими руками. Пели русские народные песни, частушки, отгадывали загадки, которые нам загадывал Дмитрий Селиванов, руководитель клуба «Активный театр». А затем Константин (в прошлом ресторанный повар) с супругой Еленой пригласили всех отведать уху, приготовленную в настоящей дровяной печи, в старинном 20-литровом чугушке. «Посиделки» были приурочены ко Дню рыбака.

Чистый воздух, русские наряды, сельский пейзаж - все это располагает к душевному теплу, прекрасному отдыху и напоминает нам о наших истоках.

Следующие «Посиделки» будут посвящены Яблочному Спасу.

Кадима НАКОНЕЧНАЯ,
председатель Истринского отделения СПП



Давайте
ДЕЛИТЬСЯ ОПЫТОМ

«**Е**ДИНАЯ Россия» объявила конкурс лучших практик работы со старшим поколением «Долголетие для всех». Он поможет выявить наиболее интересные практики работы НКО, центров серебряного волонтерства, тематических клубов для пенсионеров в регионах.

Конкурс «Долголетие для всех» пройдет в рамках партпроекта «Старшее поколение» с 12 июля по 12 августа. Подать заявку на участие можно на сайте конкурса.

«Эксперты конкурса – руководители благотворительных фондов, в том числе «Старость в радость», Ассоциация волонтерских центров. Те, кто много лет работает с людьми старшего возраста. Будет и народное голосование. По итогам конкурса отберут восемь федеральных победителей. За первое место победитель получит грант 300 тысяч рублей, три вторых – по 200 тысяч и четыре третьих места по 150 тысяч рублей. Поддержку конкурсу оказывает Министерство труда», – сообщила депутат Госдумы Екатерина Стенякина.

Руководитель Центрального исполкома партии Александр Сидякин подчеркнул, что в основе всех проектов должно быть вовлечение людей старшего возраста в различные активности, к которым ранее они не привлекались.

«Это и получение новых навыков, освоение новых возможностей, обучение компьютерной грамотности. Они находят активный отклик в наших

общественных приёмных, штабах общественной поддержки, которые мы запускаем в регионах», – сказал он.

Федеральный координатор партпроекта «Старшее поколение», зампреда Совета Федерации Галина Карелова обратила внимание на то, что последние пять лет подходы к реализации партпроекта меняются – пенсионеры становятся всё более активными, а тема активного долголетия стала современным трендом.

«Президент неоднократно говорил, что подходы к организации социальной поддержки пожилых людей должны меняться. Это не только рост пенсий, что очень важно, не только новые пособия и программы. Самое главное, чтобы у пожилых людей были комфорт и активность. Как раз в этом отношении партия продолжает совершенствовать свои подходы», – подчеркнула она.

Источник: er.ru





РоссельхозБанк

ВЕРНЫЙ РАСЧЕТ

Переведите пенсию
в АО «Россельхозбанк»
и дополнительно

**ПОЛУЧИТЕ
2022 рубля**

АКЦИЯ ПРОВОДИТСЯ В ПЕРИОД С 18.04.2022 ПО 30.12.2022 ВКЛЮЧИТЕЛЬНО ПО МОСКОВСКОМУ ВРЕМЕНИ ДЛЯ ГРАЖДАН РФ - ФИЗ. ЛИЦ, ПОЛУЧАЮЩИХ ПЕНСИОННЫЕ ВЫПЛАТЫ, НЕ ИМЕЮЩИХ ОТКРЫТЫХ СЧЕТОВ В АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК» ПО СОСТОЯНИЮ НА 18.04.2022 И ОФОРМИВШИХ ПЕРЕВОД ПЕНСИОННЫХ ВЫПЛАТ В АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК» НА КАРТУ С ТАРИФНЫМ ПЛАНом «ПЕНСИОННЫЙ» (ДАЛЕЕ – КАРТА), ОТКРЫТУЮ В ПЕРИОД С 18.04.2022 ПО 15.07.2022 ВКЛЮЧИТЕЛЬНО. ТЕРРИТОРИЯ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ – РФ. ПЕРИОД ВЫПЛАТЫ ВОЗНАГРАЖДЕНИЯ – С 01.05.2022 ПО 30.12.2022 ВКЛЮЧИТЕЛЬНО ПО МОСКОВСКОМУ ВРЕМЕНИ. РАЗМЕР, СРОКИ, УСЛОВИЯ И ПОРЯДОК ПОЛУЧЕНИЯ ВОЗНАГРАЖДЕНИЯ ОПРЕДЕЛЕНЫ В ПРАВИЛАХ АКЦИИ, РАЗМЕЩЕННЫХ ПО АДРЕСУ: WWW.RSHB.RU ОРГАНИЗАТОР АКЦИИ - АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК» (МЕСТО НАХОЖДЕНИЯ: 119034, РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ, Г. МОСКВА, ГАГАРИНСКИЙ ПЕР., Д.3).

ДАННАЯ ИНФОРМАЦИЯ ЯВЛЯЕТСЯ РЕКЛАМОЙ. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФЕРТОЙ.

ИНФОРМАЦИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНА НА 11.05.2022.

ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНУ, НА ОФИЦИАЛЬНОМ САЙТЕ И В ОФИСАХ АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК».

АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК». ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ №3349 (БЕССРОЧНАЯ) ОТ 12.08.2015.



7787 (Билайн, Мегафон,
МТС, Теле2)

8 800 100 0 100

rshb.ru

О ЧЕМ ПИШУТ

ТЕПЕРЬ - ЕДИННЫЙ ФОНД

Президент России Владимир Путин подписал закон об объединении Пенсионного Фонда России (ПФР) и Фонда социального страхования России (ФСС) в единый социальный фонд.

С ОГЛАСНО закону, единый Фонд пенсионного и социального страхования Российской Федерации начнет работу 1 января 2023 г., при этом переходный период может занять два года. После объединения фондов граждане продолжат получать все положенные выплаты в установленные сроки, а за консультацией смогут обращаться по тем же адресам, но теперь уже в единые клиентские службы.

Реформа проводится в рамках создания социального казначейства, единая цифровая платформа объединит все существующие в социальной сфере системы. Государство сможет централизованно управлять социальными выплатами, предоставлять их максимально оперативно, адресно, сделать удобными, сообщается на сайте Государственной Думы ФС РФ.

По словам главы комитета Госдумы по социальным вопросам Ярослава Нилова, которые приводит РИА «Новости», новый закон даст работодателям возможность осуществлять взносы одним платежом по единому тарифу. Кроме того, объединение ПФР и ФСС позволит увеличить социальные пособия в полтора раза к 2025 году.

ИНФОРМИРУЕТ ПФР



Специалисты Отделения ПФР по г. Москве и Московской области оказали консультационную помощь более 8,2 тысячи граждан из ЛНР и ДНР.

ОТДЕЛЕНИЕ ПФР по городу Москве и Московской области оказывает комплексную социальную помощь гражданам, прибывшим с территорий Донецкой и Луганской народных республик. Из числа специалистов структурных подразделений созданы рабочие группы для осуществления выездов в пункты временного размещения.

В целях разъяснения пенсионного законодательства несколько раз в неделю проходят приемы в Красногорске, Зарайске, Коломне, Клину, Подольске – наиболее часто звучат вопросы, касающиеся подтверждения стажа

и назначения пенсий, социальных выплат, материнского (семейного) капитала, выплат на детей и беременным.

На сегодняшний день в Московскую область из Луганской и Донецкой республик прибыли более 41,5 тысячи граждан, принято свыше 6,2 тысячи анкет для регистрации в системе обязательного пенсионного страхования. Выдача уведомлений о регистрации в системе индивидуального (персонифицированного) учета осуществляется в пункте временного размещения на следующий рабочий день после анкетирования. Всем обратившимся за консультацией выдаются памятки с разъяснением порядка реализации права на социальные выплаты и пенсионное обеспечение в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Отделение ПФР по г. Москве и Московской области напоминает, что получить консультацию по имеющимся вопросам можно не только в пунктах временного пребывания, но и во всех клиентских службах Пенсионного фонда. Актуальные контакты и адреса территориальных органов размещены на официальном сайте ПФР <https://pfr.gov.ru/branches/moscow/info/~0/7035>.

Безымянных
БЫТЬ НЕ ДОЛЖНО

ПЕНСИОННЫЙ фонд заключил соглашение с общественной организацией «Поисковое движение России», чтобы оказывать содействие в установлении судеб солдат и офицеров, погибших, умерших от ран и пропавших без вести в годы Великой Отечественной войны. Совместные проекты будут направлены на увековечение памяти героев войны и укрепление национального и патриотического духа народов России.

Помимо основных задач по назначению пенсий и социальных выплат гражданам, специалисты фонда будут оказывать содействие активистам «Поискового движения России» в установлении дел, в которых содержится информация об участниках ВОВ, их детях, вдовах и матерях, чтобы помогать родственникам узнать о судьбе своих близких. Кроме того, совместными усилиями будут организованы общие просветительские проекты и информационно-разъяснительная работа.

«Поисковое движение России» уделяет приоритетное внимание работе по поиску, установлению имен и захоронению советских солдат. Пенсионный фонд в свою очередь имеет множество архивных данных, которые помогут в установлении судеб участников Великой Отечественной войны.

НАШИ КОНСУЛЬТАЦИИ



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

Зайдите в интернет

«П ОЛУЧИТЬ справку о назначенных социальных мерах поддержки можно теперь онлайн на региональном портале госуслуг Московской области, что очень удобно. За ними не нужно будет приходить в МФЦ. В течение одного дня справка будет готова и придет в ваш личный кабинет. Она подписана электронной подписью и юридически равна бумажной справке», – сообщила вице-губернатор Московской области Ирина Каклюгина.

Ирина Александровна отметила, что сейчас многие услуги становятся клиентоцентричными, что позволяет получить услугу очень быстро, удобно и даже из дома.

«Справка предоставляется для дальнейшего получения услуг и льгот. Так, если вы получаете государственную социальную помощь, то данная справка используется для получения социальной стипендии. За год мы планируем предоставить до 250 тысяч таких электронных справок», – рассказала И. Каклюгина.

В Министерстве социального развития подчеркнули, что оформить и получить электронную справку можно по ссылке <https://uslugi.mosreg.ru/services/21784>.

Вторая жизнь соцкарт

С июня 2022 года социальные карты жителей Московской области по истечении их срока действия не перевыпускаются на новые, а перекодируются.

Д ЛЯ продления СКМО со сроком действия 07/22, 08/22, 09/2022 и т.д. должны быть перекодированы.

Для этого необходимо обратиться в ближайший МФЦ по месту жительства. Там уже установлены специальные терминалы-ридеры, к которому нужно приложить социальную карту.



Если загорится зеленый экран, это означает, что перекодировка прошла успешно, теперь карта будет действовать еще пять лет. Если красным – что-то пошло не так, в этом случае надо позвать сотрудника МФЦ и попросить его о помощи.

Перекодировка производится после 10 числа месяца, в котором заканчивается срок действия карты. Подавать заявление на перекодировку СКМО не нужно.

ВЕСТИ С МЕСТ: ЛОБНЯ



курсанта трижды участвовал в параде Победы на Красной Площади. По окончании училища службу проходил в Будёновске Ставропольского края.

Старший лейтенант Никита Перфилов представлен к высокой награде Орден Мужества (посмертно).

В память о Никите и в знак благодарности перед всеми, кто сегодня мужественно исполняет свой воинский долг, депутат партии «Единая Россия» Совета депутатов городского округа Лобня Михаил Стельмах предложил создать в муниципалитете новый арт-объект в виде символа спецоперации буквы «Z».

В торжественном открытии арт-объекта приняли участие и члены Лобненского отделения Союза пенсионеров. Буква «Z», окрашенная в цвета российского флага разместилась у флагштока рядом с городской администрацией.

СРЕДИ тех героев, что участвуют в спецоперации на территории Украины, есть жители практически всех районов Подмосковья – и Лобня не стала исключением. К сожалению, есть и потери: при исполнении служебного долга 6 марта в небе над Донецкой народной республикой погиб старший лейтенант ВКС Никита Перфилов.

В начальных классах Никита учился в лобненской школе №7, с пятого класса – в новой школе №9.

Никита осуществил мечту детства – окончил Воронежское высшее военное училище. Как лучший



27 ИЮЛЯ лобненские пенсионеры съездили на экскурсию в музей «Усадьба Мураново» и «Абрамцево». В Мураново окупились в святом источнике. Все получили огромное удовольствие.

Поездка организована специально для членов СПП. Администрация выделила нам два автобуса, таким образом 50 пенсионеров смогли посетить эту замечательную экскурсию.

Выражаем благодарность Главе городского округа Лобня Евгению Васильевичу Барышевскому.

Зоя ГАВРИЛИНА,
председатель Лобненского отделения
Союза пенсионеров Подмосковья



ПЕНСИОНЕРЫ г. Лобня регулярно посещают консерваторию. 29 июня наслаждались музыкой И.С. Баха.



У ХОЗЯЙКИ сказочного сада



НЕДАВНО наш председатель Зоя Алексеевна Гаврилина пригласила актив отделения Союза пенсионеров отдохнуть к себе на дачу.

У ворот нас встретила хозяйка, и сразу перед нами открылся чудесный уголок, где благоухают розы, растет красивый кустарник, а под деревьями стоят различные фигурки (особенно всем понравились грибочки). Мы прошли дальше и увидели террасу, всю увешанную цветами. Везде царил идеальный порядок, каждый посаженный с любовью цветок был на своем месте. В саду растут яблони, груши, вишня, малина, жимолость, крыжовник и так далее. Да и в огороде чего только нет! Не каждый может похвастаться в это время урожаем, а у Зои Алексеевны уже были свежие огурцы, кабачки, зелень и многое другое. И когда мы уходили, радушная хозяйка

дала нам в дорогу многое из этого урожая.

Но это было потом, а вначале Зоя Алексеевна пригласила нас в большую уютную беседку, где нас ждало угощение: вкусная, ароматная клубника, овощи. Муж Зои Алексеевны приготовил для нас отменный шашлык.

На участке есть хороший большой бассейн, где мы все с удовольствием поплавали.

Отдыхая, мы не могли не думать о том, сколько же труда вложили люди, чтобы создать такую красоту.



У всех было отличное настроение и сложилось общее впечатление, что мы побывали в сказке.

Вот так замечательно мы провели время у Зои Алексеевны. Спасибо огромное за этот праздник души, за гостеприимство и щедрость!

**Группа женщин Лобненского
отделения СПП**

ВЕСТИ С МЕСТ: МЫТИЩИ

ЖАРКИЙ

выдался денёк!

ИЮНЬ пролетел, как дым, но оставил яркий след своими необыкновенными красками и неповторимой природной красотой! А где летом так великолепно? Ну, конечно же, на юге. Да, совершенно неожиданно мы с внучкой оказались на море в Лазаревском.



В конце мая Аленушка окончила 5-й класс на круглые «пятерки». И мы на семейном совете решили поздравить нашу отличницу, активистку и спортсменку (все пять лет занимается волейболом) поездкой на море. Путевку в элитные лагеря Артек и Орленок наш бюджет не потянул. А тут вдруг прият-



ная оказия! На занятиях в университете третьего возраста я встретила с давнишней приятельницей, заядлой туристкой Галиной Ивановной Туляковой. Мы с ней много совместно поездили. Неоднократно встречались на Гоа, были в Хорватии, Болгарии, Чечне. У Галины Ивановны уже были на руках билеты на юг, где она сняла апартаменты на лето. Она предложила мне составить компанию, а я попросила взять третьей Алену – и мы прекрасно провели там 20 дней.

Галина Ивановна очень много гуляла – и все пешком, просто молодчина! Алена с удовольствием плавала, нашла новых друзей и увезла с собой много впечатлений. Ну, а я после травмы до сих пор не могу придти в норму, поэтому занималась хозяйством и после трех часов дышала морским воздухом.

К нашему отъезду Лазаревское превратилось в цветущий рай! Все утопало в цветах и запахах. Эта красота сохранилась в многочисленных фотографиях, которые я не могла не сделать. Галине Ивановне Туляковой – благодарность за приглашение.

А 22 ИЮНЯ в Мытищи приезжали долгожданные врачи – геронтологи, и мне было необходимо непосредственно участвовать в организации этого очень нужного всем мероприятия. Поэтому уже 20 июня я была в строю. И ведь не зря вернулась – неожиданно трудная создалась ситуация.

Очень большую подготовительную работу сделала Нина Подзорова. Она собирала списки желающих, формировала группы, а потом вместе с Валентиной Козловцевой два дня обзванивали всех записавшихся и назначали им время прибытия, чтобы не было столпотворения. А звонков (и не единожды) надо было сделать 149 адресатам. Спасибо начальнику Мытищинского управления социальной защиты населения Ирине Юрьевне Скворцовой: она предоставляет нам возможность пользоваться служебным телефоном.

И когда у нас все было готово, 21 числа, во второй половине дня мне сообщили, что двух врачей экстренно отправили на Украину и вместо четырех придут два доктора, поэтому количество наших пенсионеров на приеме должно быть сокращено до 60 человек. Вы можете представить наше с Ниной состояние – куда девать 90 человек

и как, когда все это перестраивать?! Я принимаю решение: в первую очередь берем возраста 80+, а добираем новичками. Мы перезванивали до 12 ночи, и все равно меньше 72 человек в списке не получилось.

И 22-го в 9-30 началось! Пришли и первые номера, и вторые одновременно и все требуют врача! Я это предвидела и накануне попросила боевых и стойких помочь «держать толпу». Если бы не эта тройка помощников, я бы не знала, как выйти из положения! Ангелина Симкина и Маргарита Авситидийская отстояли на ногах всю «вахту» с 9-30 до 17-30! Помогала им Диана Миргородская. Они втроем встречали пенсионеров во дворе и сопровождали на второй этаж строго по три человека. Собеседование проходило в Центре реабилитации «Мечта», там шли рабочие будни, и основное требование было – соблюдение тишины. Мы его выполнили. В тот момент, когда обстановка накалилась, нервы у людей не выдерживали, я пошла на переговоры. Прямо во дворе собрала всю взволнованную публику, проинформировала о возникшей ситуации, призвала к пониманию – и народ стих. А когда я



Нина Степановна Подзорова

сказала, что врачи приедут снова в сентябре, большая половина стоявших выдохнула с облегчением. Меня обнимали и говорили: пишите нас на сентябрь, а наше место отдайте остро нуждающимся. Это было так тепло и так трогательно, просто до слез.

Народ успокоился, рассеялся, но человек 10 остались ждать до победного. И, ведь, дождались! Потому как уважаемые геронтологи сделали невозможное. Практически, не вставая, не обедая, они приняли последнего 82-го человека в 17-15, и это с 9 часов утра! Большая благодарность им!

Спасибо и всем работникам Центра реабилитации «Мечта» во главе с Анной Борисовной Логуновой за понимание. Мы от них даже получили благодарность за отличную организацию проведенного мероприятия. На втором этаже было тихо, спокойно. А еще было много цветов, гостинцев. Геннадий Павлович Струев привез петрушки и

мелиссы, Заня Абдулхакова принесла огромный сноп молодого чеснока, Сергей Кудрявцев одарил всех ручками и семенами. Все получили свежий номер нашей газеты. Люди приносили вкусненькое к чаю для дорогих гостей. Оставалось только накрыть стол дружбы и просто всех покормить хотя бы «на дорожку». Здесь инициатором стала Тамара Горшкова. Все были довольны, а мы счастливы, что все хорошо закончилось.

А ВРЕМЯ бежит, торопится, и мы с ним вместе спешим жить ярко и разнообразно. Традиционную петрушку от нас получил Комплексный Центр социального обслуживания и реабилитации «Мытищинский» (директор – наш друг и помощник Вячеслав



Валерьевич Малинин). А на фото с петрушкой – специалист по социальной работе Александра Широкова.

ЖАРА за 30. Но в одном ярком мероприятии мы все-таки уже успели поучаствовать, спасибо Ольге Владимировне Марковой. 2 участника плюс наша группа поддержки из 20 человек ездили в Москву на XII Всероссийский Чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров. Конечно же, победила дружба. А Московский государственный гуманитарно-экономический университет принимал нас как дорогих гостей – пресса, волонтеры, ежеминутное внимание хозяев, дипломы, грамоты, призы и, наконец, торжественное чаепитие с огромным символическим тортом! В дороге туда и обратно мы пели песни. Даже водитель поблагодарил нашу группу и сказал, что такой организованной и веселой команды он не встречал.

Я считаю это высокой оценкой своего коллектива, потому что мы – лучшие! Так держать, девчонки!

Елена РАХМАНИНА,
председатель Мытищинского
отделения СПП

Каждую среду с 13 до 15 часов на Новомытищинском проспекте, д.30, комн.230-а всех пенсионеров ждут дежурные. У нас вы можете написать заявление о вступлении в Союз, получить газеты и информацию.

ТАЛАНТЫ И ПОКЛОННИКИ



ДУША ОБЯЗАНА ТРУДИТЬСЯ...

НА ДНЯХ, укрывшись от жары в домике на даче, я открыл случайно в компьютере телеканал «Культура» и сразу «налетел» на 1-й концерт для фортепиано с оркестром Петра Ильича Чайковского – любимого концерта моей мамы. Играл пианист Борис Березовский.

Ничего не слышал о нем. Другое дело Денис Мацуев – он участник всяческих шоу.

Игра незнакомого музыканта так меня увлекла, что я прослушал сочинение до конца. Все три части. И до самого вечера в ушах звучали отрывки выразительной игры Бориса Вадимовича.

Слава Богу, теперь есть интернет, какого не было у мамы. Я прочел отзывы об игре пианиста и несколько интервью с ним...

С уходом на пенсию не прекращается жизнь. И познание мира не прекращается. Знаю 70-летнюю пенсионерку, которая всерьез рассматривает поступление в аспирантуру. Не называю ее профессию, но она подрабатывает и рассчитывает оплачивать учебу. Если с аспирантурой не получится, начнет осваивать иностранный язык. Зачем ей это нужно? Во-первых, интересней жить, а во-вторых, работа мозга – единственное, что не дает стареть человеку.

Другая пенсионерка – ей уже 84 года – часто звонит и рассказывает, какие чудесные передачи посмотрела по телевизору. По профессии она музыкант, культуролог, знаток фольклора и кандидат педагогических наук. Я бывал у нее и видел толстую общую тетрадь, куда она записывает впечатления и размышления. Живет одна. Дети разъехались по разным городам. Общается с соработницей да школьными и институтскими друзьями. Еще у нее рядом с домом крохотный участок. Груша, яблоня и смородина с малиной. Сад-огород для физической формы – хозяйка прихрамывает, но все равно трудится. А главный интерес – «Культура», записи в тетрадь, а потом обмен впечатлениями с учениками и знакомыми. Как она говорит – тренировка интеллекта.

Такая тетрадь была и у моей мамы. Довоенное поколение не знало телевизора, но жадно слушало радио. Тетрадь со шнурком висела на стене, а рядом, тоже на веревочке, остро наточенный карандаш. Чуть начиналась музыкальная передача, опера или оперетта, первый, кто оказывался у репродуктора, записывал краткое содержание, имена и фамилии артистов, их биографии: кто заслуженный, кто народный, кто лауреат Сталинской премии. А уж песни записывали коллективно. Мама писала первый куплет, а две ее сестры – остальной текст на клочках бумаги или полях газеты. Потом переносили в тетрадку, а уже вечером пели всей семьей. Туликова и Соловьева-Седого, Блантера и Дунаевского, Ваншенкина, Доризо, Фатьянова.

В квартире не было никаких удобств, отопление печное, но все грезилось музыкой и литературой, и на полках стояли книги. Мама прожила 97 лет, а ее сестры 82 и 92 года.

Я догадался, почему игра Березовского так впечатлила. Делюсь с вами, читатель, и понимаю – знатоки снисходительно улыбнутся – им это давно известно. Ну, что ж... Не боюсь признаться в невежестве. Я не знал раньше этого пианиста, что он лауреат конкурсов и играет в лучших залах мира, что он Заслуженный артист России. Прежде не ведал, теперь ведаю.

И еще открытие: сколько ни всматривался в экран, дирижера не заметил, но интервью пианиста открыло загадку – оказалось, что все чаще оркестры, с которыми играют пианисты или скрипачи, «работают» без дирижера. Березовский объясняет это некоторой схожестью совместного музицирования в квартете с концертом, в котором исполнителей в несколько раз больше. Дирижер просто задает ритм и следит за тем, чтобы музыканты вовремя вступали. Но когда произведение музыкантам хорошо известно, то концерт превращается в подобие диалога пианиста и оркестра.

Вот что отметила Заслуженная артистка России певица Яна Иванилова:

– Если слово «концерт» переводится с латыни как состязание солиста с оркестром, то у Березовского это не просто состязание, а битва. Настоящая битва – не игрушечная.

Вот это я почувствовал в игре Березовского. Именно этим он мне понравился. Борис «разговаривал» с оркестром, и совместное творчество не требовало дирижера.

Чтобы проверить себя, я нашел в интернете выступление Мацуева с тем же произведением Чайковского.

Точно! Денис, скорее, вел диалог с роялем, как бы пробуя его на прочность, мощно ударяя по клавишам. Березовский, напротив, сдержан, а виртуозная техника лишь подчеркивает талант и замысел композитора.

У Бориса Березовского спросили:

– Вы переиграли многих композиторов, кто все-таки самый любимый?

– Петр Ильич Чайковский. На мой взгляд, самая ценная музыка – та, которая вызывает слезы. Чайковский слезоточив до... неприличия. Могу рыдать над его романсами, операми, балетами, симфониями. Его музыка – образец красоты, изящества, искренности. Другие композиторы могут вызывать у меня восторг, восхищение, но Чайковский – это... (долгая пауза) абсолютный гений.

Я помню мамыны глаза, наполненные слезами, лишь только она слышала начальные аккорды 1-го концерта для фортепиано с оркестром Чайковского – нашего русского гения. Мама глубоко чувствовала музыку. Царство ей небесное!

Владимир МОРМУЛЬ

КАК рождаются песни

ДНЕЙ десять назад мне позвонила Светлана Николаевна Чекарева, известная в Коломне хормейстер, этнограф и фольклорист. Выпускница Гнесинки, кандидат педагогических наук, она привнесла в Коломну академический дух знаменитого учебного заведения. И хотя она давно на пенсии, многочисленные её ученики часто навещают своего учителя. Поздравляют с юбилеями, делятся успехами и проблемами и просто заглядывают к ней, помогая по хозяйству.

В один из таких дней Светлана Николаевна пригласила и меня. Как обычно, в гости пришли те, кто когда-то был студентом Коломенского музыкального училища, в котором она преподавала. Говорили о музыке, о телеканале «Культура», о современных тенденциях в искусстве. В компании была ученица Чекаревой – миловидная женщина Лариса Никитина, руководитель ансамбля русской песни «Возрождение» из большого поселка Непецино Коломенского района.

В разгар дискуссии она неожиданно встала и запела красивую песню о любви, и мы, отодвинув чашки и ложки, внимали Ларисе. Совершенно не отложились в памяти слова песни, помню лишь свежесть и искренность в голосе певицы.

Придя домой, быстро написал стихи об этом впечатлении. А на другой день позвонил коломенскому композитору Александру Федорову и предложил свой стихотворный опус. Заранее оговорил, что никакой музыки не надо писать специально. Только, если стихи понравятся и заденут, так сказать, «струны творчества».

Оказалось – задел! Сегодня Александр Модестович сообщил, что выслал мне на «ватсап» готовую запись песни в его собственном исполнении. Правда, заметил, что запись пока черновая. Вот, собственно, и вся история. А песню можно услышать, зайдя на страничку ВКонтакте Союза пенсионеров России. Не судите строго. Экспромт есть экспромт.

Пела женщина за столом
О любви, где с любимым вместе.
Колокольчиком, серебром.
И мы жадно ловили песню.

Пела женщина о былом
И вина ей было не нужно,
Чтобы то, что тайным узлом,
Развязать и открыть нам душу.

Пела женщина о судьбе,
О мечте и сердечной жажде.
Пела песню она о себе,
Обо мне и о нас о каждом.

ПО РОДНОМУ КРАЮ

Экскурсия
В XVII ВЕК

Группа пенсионеров Ногинского районного отделения Союза пенсионеров Подмосковья в июле посетила Музейно-выставочный комплекс «Новый Иерусалим».

ДОРОГА к Воскресенскому Ново-Иерусалимскому монастырю довольно длинная, поездка продолжалась два с половиной часа. Всё это время мы любовались природой Подмосковья. Да и было чем любоваться, ведь Ногинск вошёл в пятерку самых зеленых городов России.

Монастырь мы увидели издали, так как он построен на природном холме, с которого далеко видны окружающие его леса.

При входе на территорию монастыря нас ошеломило величие его строений, красота и нежность бело-бирюзовой окраски зданий. С внутренним устройством храма и других сооруже-

ний нас познакомил местный экскурсовод, который очень интересно и доходчиво рассказывал об истории создания комплекса. Отличительной чертой Воскресенского Собора является архитектурная керамика, которая украшает его интерьеры и фасады. Впечатляющее зрелище!

В Церкви Рождества Христова можно найти источник со святой водой.

Монастырь основан в 1656 году патриархом Никоном. Теперь это не только религиозный объект, но и памятник архитектуры мирового значения. Прекрасен и внутри и снаружи. Особенно хороши фрески и непривычный купол со множеством окон. Если смотреть вверх, находясь внутри, то создается ощущение, будто бы летишь по тоннелю в нечто прекрасное. Может, так и вправду улетают наши души в мир иной...

Вторым экскурсион-

ным объектом в этот день был Музей отечественной военной истории. Экспозиция музея размещена в четырех корпусах и охватывает период с начала XIX века по настоящее время. Отдельный корпус музея посвящен Великой Отечественной войне 1941-1945 гг. Вместе с подробным описанием основных сражений показано вооружение Красной Армии, военные автомобили и мотоциклы, награды, форма солдат и офицеров, плакаты военного времени. Потрясающее место! Видно, как много души вложено основателями этого музея.

Мы благодарны проекту губернатора Московской области «Активное долголетие» и администрации города Ногинска за предоставленную возможность совершить такую интересную экскурсию.

Ольга ДЕНИСОВА,
член НРО СПП

Рядом
МНОГО ИНТЕРЕСНОГО

СПОМОЩЬЮ Совета ветеранов Богородского округа была проведена экскурсия в г. Электроугли – в музейно-выставочный зал при культурно-досуговом центре «Квант», в храм Св. Троицы и к мемориалу воинской славы.

Во время поездки экскурсовод Ногинского краеведческого музея Е.И. Родникова рассказала нам об истории возникновения г. Электроугли, селца Васильевского, селения Каменки, о дворце князя Волхонского, в котором теперь находится колледж «Энергия».

В культурно-досуговом центре нас очень любезно и доброжелательно встретила Елена Анатольевна Тюменева, которая обратила наше внимание на фотовыставку «Наедине с природой» Юрия Спасенникова в фойе.

Затем она повела нас в музейно-выставочный зал, где очень интересно рассказала о создании этого музея, в котором принимал активное участие С.П. Пастухов. Мы рассмотрели картины художника Исаева, личные вещи поэта Гордеева.



Услышали рассказ о месторождении белой глины, увидели угольные электроды и кирпичи, которые выпускал местный завод. Узнали о том, что существует Научно-производственный комплекс, изготавливающий источники химического тока, которые обеспечивают жизнь на орбите. Интересными были рассказ и фильм о командире подводной лодки С-13 В.П. Каланине, первом почетном жителе города.

Из центра мы заехали в храм Святой Троицы и отправились к мемориалу воинской славы, где положили цветы и постояли минуту молчания.

Выражаем сердечную благодарность Н.В. Огибалову за организацию такой интересной и познавательной экскурсии и В.Н. Ситникову за предоставленный транспорт и душевное внимание к пенсионерам.

Галина РЯЗАНОВА,
член Ногинского СПП

Прошли
ДОРОГОЙ ПАМЯТИ

ОЗЕРСКИЕ пенсионеры побывали в главном храме Военно-патриотического парка культуры и отдыха ВС РФ «Патриот». В храме в это время проходила служба.

Все были восхищены внутренним убранством храма. Какая красота, какие талантливые люди, умельцы у нас в России!

А музей «Дорога Памяти» просто обязателен к посещению для каждого, кто помнит про великий подвиг и чтит память о погибших в войне. Многие нашли здесь фамилии своих родственников.

Благодарим за поездку депутата Мособлдумы Игоря Михайловича Исаева, помощника депутата Андрея Агеева, администрацию городского округа Коломна.

Валентина НИКИФОРОВА,
председатель Озерского отделения СПП



ВЕСТИ С МЕСТ: ЭЛЕКТРОСТАЛЬ



НА ДНЯХ состоялось открытие персональной выставки Марины Матвеевой «Бумажное кружево» в городском выставочном центре. Были представлены изумительные работы, выполненные в малоизвестной технике Parchment Craft. Увидеть их можно до 24 августа. Приглашаем всех желающих, особенно из близлежащих городов, посетить эту необыкновенную выставку – вы будете приятно удивлены.

НАШ театральный сезон



В СОВРЕМЕННОМ мире информационных технологий театр, к сожалению, уже не так популярен, как раньше. Хотя, если вы к нему не равнодушны, то театр – это как раз то волшебное место, где еще живо искусство.

Конечно, рядом с нами Москва с ее лучшими театрами нашей страны, где даже самый взыскательный зритель найдет постановку по душе, но все-таки до столицы надо еще проехать несколько десятков километров, а ветеранам же сделать это не всегда просто. Другое дело, Московский областной театр драмы и комедии, проще говоря, Ногинский театр, который действительно совсем рядом с Электросталью. И здесь тоже есть, что посмотреть.



Многие из нас хотя бы раз побывали на спектаклях Ногинского театра, и у каждого сложилось свое мнение и о театре, и о его постановках, актерах, да и в целом об атмосфере, царящей здесь.

Театр многое пережил за время своего существования. Нелегкими были и последние годы Ногинского театра, мы это хорошо знаем.

И вот наступил театральный сезон 2021-2022 годов, и театр ожил! Приобрел новое, молодое, энергичное дыхание!

В театр пришел новый художественный руководитель Михаил Чумаченко с командой режиссеров и новый директор – Андрей Артемьев. И работа «закипела»: сразу несколько новых постановок! Так же был заключен договор о долгосрочном сотрудничестве с ГИТИСом, и теперь каждую неделю студенты этого знаменитого института играют свои спектакли на подмостках Ногинского театра.

Зрителями постановки ГИТИСа «Дикий» стали ветераны Машиностроительного завода. Театр в качестве благотворительной акции предоставил им бесплатные билеты. Спектакль очень понравился, студенты играли превосходно. С этого и началось тесное сотрудничество Ногинского театра, Совета ветеранов Машзавода и Союза пенсионеров по г. Электростали. Нам стали предлагать скидки даже на «привозные» спектакли, всевозможные акции. Многие ветераны этим воспользовались, и за неполные три месяца почти 90 человек посетили 17 спектаклей. Мы увидели не только театральные постановки Ногинского театра, но и балетные спектакли, и концертные выступления Московской Филармонии, и четыре спектакля Губернского театра под руководством народного артиста Российской Федерации Сергея Безрукова.

Самым громким событием этого периода стала премьера пьесы Владимира Гуркина «Саня, Ваня, с ними...» в постановке Николая Дручека. Спектакль игрался под открытым небом на специально сооруженной летней сцене во дворе театра. Было необычно и неожиданно. Зрители восприняли спектакль с волнением, участием, переживая вместе с героями все перипетии их простой и в тоже время такой сложной жизни...

Театральный сезон уже закончился, но уже в августе будет известен репертуар на новый театральный сезон, и начнется продажа билетов.

Надеюсь, что наше сотрудничество продолжится и далее, и мы будем получать огромное удовольствие от посещения Ногинского театра.

И КОНКУРС, и праздник

В ОТ УЖЕ 16-й год подряд в нашем городе проходит замечательный праздник-конкурс «Фестиваль цветов». И если в первом участвовали всего 10 организаций города, то в нынешнем – уже 44.

Каждый год выбирается новая тема для создания цветочных композиций. На этот раз фестиваль был посвящен Году культурного наследия.

Наши пенсионеры подготовили цветочную композицию и театрализованное представление одного из любимых народных праздников – Ивана Купалы. Он отмечается 7 июля и посвящен летнему солнцестоянию, наивысшему расцвету природы.

Более двух недель активисты Союза пенсионеров буквально «ночевали» в офисе: писали, обсуждали сценарий, разрабатывали саму цветочную композицию, кроили и шили костюмы...

Основным идейным вдохновителем и сценаристом стала Любовь Никитина, но, безусловно, и все участники (Ольга и Александр Гуровы, Валентина Захваткина, Ольга Васильева и Ирина Матвеева) принимали самое активное участие в подготовке. Да и многие другие пенсионеры поделились рассадой цветов со своих дачных участков. Так что цветочная композиция получилась на загляденье!

Поскольку главными традициями Иванова дня являются ритуальное омовение и очищение огнем, то невозможно было обойтись без речки и костра. И вот здесь фантазия наших участников не знала границ – сколько же было выдумки! Чего только стоит «речка», которую наши мастерицы сделали из голубых бахил, а «влюбленную парочку» набили... отходами из сгоревшего дома. Немало потрудились и с костром. В общем, креатив был во всем! А всем нам известная спортивная пара Ольги и Александра Гуровых пела и увлекательно рассказывала о праздновании нашими предками Ивана Купалы, представляя цветочную композицию Союза пенсионеров городской конкурсной комиссии!

А затем прошло официальное награждение победителей конкурса. Союз пенсионеров по г. Электростали занял второе место! Браво, молодцы!



В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО



СЧАСТЬЕ стать художником

ДАВНО и хорошо известно, что каждый ребенок талантлив. Остается помочь раскрыть этот талант. Администрация г.о. Мытищи уделяет много внимания художественному и эстетическому развитию подрастающего поколения. В городе успешно работают две очень известные за пределами Подмосковья художественные школы. Одна из них носит имя художника и выдающегося педагога Евгения Кольченко, другая - школа с архитектурным уклоном «Архимед». Их ученики принимают участие в различных конкурсах, как внутри страны, так и в международных, занимают высокие призовые места.

С началом лета в Мытищинской картинной галерее развернулась большая выставка детского творчества обучающихся художественных школ и студий городского округа. Кроме названных выше школ участие в ней приняли станция «Юных техников», детская школа искусств №3, детско-юношеские центры «Солнечный круг» и «Турист», Жостовская и Пироговская сельские детские школы искусств, семейный центр «Полезный досуг», студия ландшафтной архитектуры и дизайна «Ю-ЛА», творческая студия-мастерская «Оранжевый кот» и Центр компьютерных технологий.

Во всех этих художественных заведениях трудится большой отряд педагогов. Среди них особо хочу отметить замечательного художника и талантливого педагога



Ирину Даниловну Верес (на фото внизу). В 2003 году она стала первым директором школы «Архимед», с 2005 года и по сегодняшний день обучает в Центре компьютерных технологий, а в 2011 году при кафедре архитектурного ландшафта филиала Московского университета им. Баумана организовала детскую художественную студию «Ю-ЛА». Ее воспитанники постоянно отмечают призами, дипломами и грамотами в международных конкурсах по тематике, связанной с архитектурным ландшафтом. Но самое главное достижение Ирины Даниловны – то, что она воспитала талантливого художника Полину Астахову. В 2018 году произошло неординарное для мира профессиональных живописцев событие: Полина, молодой художник, не имеющая специального художественного образования, была принята в члены Союза художников России. Осенью того же года она приняла участие в большом фестивале, проходившем в Крыму, и была награждена серебряной медалью за серию графических работ. Уже одно это событие ярко подтверждает педагогический талант Ирины Верес.

На выставке в Мытищинской галерее были представлены сотни художественных произведений различных тем и жанров, показывающих многообразие техник и творческих приемов. Также разнился и возраст участников – от 6 до 17 лет, и можно было увидеть все этапы творческого развития – от первых шагов в искусстве до результатов, каких достигает выпускник художественной школы или студии.

На открытии выступила директор выставочного зала, заслуженный художник России Марина Домникова. Пройдет некоторое количество времени, сказала она, и кто-то из нынешних участников выставки будет выступать в этом зале уже в качестве профессионального художника.

Следом слово взяла организатор и куратор выставки директор художественной школы «Архимед» Эллада Николаевна Сигналова. Она также поздравила всех участников вернисажа со значительным событием в их творческой жизни и пожелала всем дальнейших успехов в развитии художественного и эстетического процесса.

Примечателен тот факт, что в историко-художественном музее, расположенном напротив галереи, в это же время работала выставка известного мытищинского художника Владимира Артюшенко. Его выставка проходила под девизом «Красота спасет мир». Это был зримый пример того, чего может добиться творец при каждодневном творческом труде.



Екатерина Лакеева, 16 лет. Вечер

Правление Московской областной организации Союза художников России не могло пройти мимо выставки детского творчества. Член правления этой организации, заслуженный деятель искусств России Лев Миловидов подарил каждому коллективу-участнику выставки свою книгу «Союз искусствоведа и художника», а куратору выставки Э.Н. Сигналовой – уникальный художественный альбом «Русский Север».

Лев МИЛОВИДОВ,
Председатель творческого объединения
художников «Русский Север»,
Член-корреспондент Международной
академии культуры и искусства

ВОЗВРАЩЕНИЕ в Третьяковку

ИКОНА Андрея Рублева «Троица» вернулась в Третьяковскую галерею.

Произведение искусства XV века было вывезено из выставочного пространства впервые с 1941 года по случаю 600-летия обретения мощей святителя Сергия Радонежского.

«Троица» – икона Святой Троицы авторства Андрея Рублева. Произведение датировано XV веком, точные сроки написания неизвестны: это либо 1411 год, либо период с 1425 по 1427 года. Икона выполнена темперой по дереву и является самым знаменитым произведением Рублева, а также одной из двух – вместе с фресками в Успенском соборе во Владимире – сохранившихся работ, которые, как считают ученые, достоверно принадлежат ему.



До революции «Троица» находилась в Троицком соборе Троице-Сергиевой лавры. Икону передали реставраторам в 1917 году, в собрание Третьяковской галереи произведение поступило в 1929-ом. Проблемы с сохранностью «Троицы» начались сразу после ее раскрытия от оклада в 1918-1919 годах.

На длительное время икона покидала стены Третьяковки только в 1941 году – во время эвакуации в Новосибирск, где экспонаты галереи были размещены в здании Оперного театра. 17 мая 1945 года «Троица» вновь была выставлена в открывшихся после ремонта залах галереи.

Как отмечают в галерее, сейчас икона вновь находится в «привычных и необходимых для нее условиях хранения»: «Сейчас ее изучают реставраторы, видимых признаков ухудшения состояния этого важнейшего произведения древнерусского искусства не выявлено». После детального и всестороннего обследования иконы будет принято решение о сроках возвращения «Троицы» на привычное место в экспозиции Третьяковской галереи в Лаврушинском переулке.

Источник: sobaka.ru

ПРЕМЬЕРА РУБРИКИ: ЗАГЛЯНЕМ НА ДАЧУ

ДЛЯ МНОГИХ горожан дача является любимым местом летнего отдыха, где можно насладиться общением с природой. Особенно приятно проводить время на участке, который выделяется среди других яркими красками.

Самую обычную дачу превратила в райский уголок председатель Озерского отделения Союза пенсионеров Подмосквья **Валентина Александровна Никифорова**. Посмотрите, полюбуйте и присылайте нам в редакцию фотографии своих «шести соток свободы».



ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ



Окончание. Начало в №109

В ЭТОТ момент в комнату вошли дети и облепили мать. Мальчика звали Слава, он был немного полноват, как и мой Ваня, но это с возрастом пройдет. Правильные черты лица и любопытные глаза выдавали задатки в будущем интересной личности. Девочка Настя была очень похожа на маму. Такие же пышные волосы, голубые красивые хитрые глаза, приятные веснушки слегка покрывали симпатичное личико. Когда она вырастет, то будет очень привлекательной девушкой.

— Мама, нам скучно, — обнимая мать, сказала Настя.

— Идите немного поиграйте, займитесь чем-нибудь, мне надо с дядей Володиной поговорить.

— Мы уже соскучились, тебя не было два часа, — поддержал Славик сестру.

— Славик, а ты умеешь играть в воздушный бой? — видя патовую ситуацию, пытаюсь ее разрулить.

— А это как? — заинтересовались дети.

— Надо из досок сделать самолеты, потом привязать их к веревке и вести воздушный бой, вращая их над головой. Кто срежет веревку у противника — тот и выиграл, так я играл, когда был маленький.

Сработало, ура, дети ускакали строить самолеты в сад. Только мы стали беседовать дальше, как произошло то, что я совсем не ожидал. Дверь в комнате открылась, и на пороге появилась фигура толстого бордато мужичины моего возраста. Я думал, что мы в доме одни, поэтому промелькнула мысль — не пора ли отсюда сматываться.

— Ира, я поехал, постели за детьми я убрал, пока, — сказал мужичина и исчез за дверью.

Как только он ушел, Ира, видя мой недвусмысленный взгляд, сказала:

— Это крестный детей и приезжал их навестить.

— Он даже не обратил на меня внимания.

— Я сказала ему, что ты мой пациент.

— Кем я только ни был, но вот пациентом — в первый раз, впрочем, это тоже интересно. От какой болез-

ни будете меня лечить, доктор?

— От одиночества, безделья и комфортной жизни, — пошутила Ирочка.

— Согласен, — воспринимая сказанное как хорошую шутку, я и не мог предположить, что это была настоящая правда!

После довольно продолжительной беседы и легкого ужина я собрался уходить. Ирочка проводила меня до электрички, это было очень любезно с ее стороны, ведь я не знал обратной дороги и мог заблудиться. Только в электричке стал вспоминать все услышанное сегодня и сделал вывод для себя, что с Ирой может все получиться как нельзя лучше. Я почувствовал неподдельный интерес к себе и сам очень заинтересовался ею, ведь она умная, красивая и интересная женщина.

Забавно, но в этот день меня ждала в кафе другая женщина. Электричка опоздала на полчаса, поэтому и я опоздал на встречу. Естественно, мне пришлось оплатить небольшой ужин, который дама успела съесть без меня, провести весьма формальный разговор, после которого я точно знал, что как только от нее отделаюсь, то тут же забуду, потому что моими мыслями завладела Ирина.

На следующий день я опять ехал на дачу к Ире. Не было ощущения, что мы знакомы всего второй день, быть может, институтские годы дали о себе знать. Я удалил все свои анкеты из интернета о поиске и занялся «познанием великой тайны вселенной — женщины!» (это реплика из моего любимого фильма «Назад в будущее»).

Словно во сне пронеслось два месяца. Самое удивительное, что наши мысли, желания и интересы совпали как нельзя лучше. Я чувствовал, что мы созданы друг для друга и стараемся уступать друг другу во всем. Много лет я ходил в мой любимый лес на лыжероллерную трассу один, а теперь — вдвоем с Ирочкой, рука об руку, счастливые, веселые. Вместе идем купаться на озеро, точнее, я буду купаться, а Ира смотреть. Надо сказать, что сегодня довольно холодно, около трех градусов тепла. Для меня это не предел, много лет назад я купался и зимой. Конец октября довольно

холодный и дождливый, поэтому в лесу стоит легкая испарина, а грибной запах земли очаровывает своим благоуханием.

Пять лет назад у нас в Одинцово построили эту трассу на деньги города и чемпионки мира по лыжам Валентины Лазутиной. Трасса просто великолепная и проходит по самым красивым местам нашего леса, по тем местам, где я катался в юношеские годы на лыжах. Трасса — это кольцевая асфальтная дорога шириной около пяти метров и проложена так грамотно, что если ехать по часовой стрелке, то будут крутые подъемы и затяжные спуски, а если ехать против часовой стрелки, то наоборот. Справа и слева растут столетние дубы, ели и сосны, а веселое пение птиц напоминает большой оркестр, включая ударные инструменты, на них играет дятел. Он так самозабвенно лупит по дереву, что хочется остановиться и отыскать глазами этого великолепного музыканта.

— Какая красота, вот где надо знакомить людей, надо организовать компанию по знакомству, — шутит Ирочка.

— Давай назовем ее Морозова, Туманов, Коорпорейшен, МоТоКо, — подхватываю шутку.

— Наоборот, ТоМоКо. Алло, это компания ТоМоКо? Да, это мы, все в лес!

— Все в сад! Процент знакомств будет стопроцентный, вот заживем, купим самолет, нет, лучше ракету, домик на Багамах.

Проходя мимо нашей любимой ели, я не забываю сорвать немного иголок и даю их Ирине — это наш традиционный закусок, и сам с удовольствием жую хвойные иголки.

— Скоро елка будет сама опускать свои лапы, завидев нас, мы с тобой так часто ходим в лес.

— Ты для меня открыл эту трассу, раньше я никогда не ходила сюда и не знала о ее существовании, — глаза Ирочки светились от счастья, в них отражалось голубое небо.

Незаметно, за шутками и чтением стихов — почему-то в лесу меня так и тянет на стихи — мы приходим на озеро. Я думаю, на планете трудно найти более красивое место: смешанный лес вплотную подходит к озеру, а у самой воды стоят столетние сосны с огромными пушистыми кронами. Песчаный берег плавно уходит в воду.

На берегу стоит небольшой пенек, на нем я раскладываю полотенце и сменные плавки.

— Ну что, будешь купаться после меня, — пытаюсь раззадорить Ирочку, видя, как она зябко кутается в куртку.

— Не знаю, посмотрим, ведь я не взяла купальник, — прозвучал совсем неожиданный для меня ответ.

Я ожидал категорического отказа, а не такого расплывчатого «не знаю». Видимо, ей не хочется признавать простого факта — то, что может настоящий мужчина, то не может настоящая женщина.

Быстро снимаю с себя одежду и, смеясь, направляюсь в холодную, октябрьскую, черную воду. Я чувствую себя героем, стоящим на пьедестале — «и меня не спихнуть с высоты».

В воде мне удалось пробыть секунд двадцать, хотя, показалось, целую вечность. С видом триумфатора, только что победившего в сражении, выхожу на берег. Оборачиваясь в полотенце, снимаю плавки и начинаю их выжимать.

Посчитав, что не очень много получил похвал в свой адрес — впрочем, похвал много не бывает — опять начал подзуживать Ирочку.

— Ну что, не будешь купаться? — спрашиваю в шутливом тоне, еще раз оттеняя исключительность своего поступка.

То, что произошло дальше, в мои планы не входило, да я и не мог даже предположить. Вокруг нас ни души, только далеко, на противоположном берегу, одинокий рыбак мирно дремал, поджидая поклевку. Ни слова не говоря, Ирочка снимает с себя всю одежду и в чем мать родила идет в холодную воду. Она не просто окунулась, а поплыла. Я стоял, как памятник, не в силах пошевелиться и осознать происходящее, мои плавки, которые я выжимал, выпали из рук. В то же время чувство восторга этой женщиной переполнило мою душу. Я думаю, лишь одна из миллиона женщин способна на такой поступок. Как только она вышла из воды, я накинул на нее полотенце и помог одеться. Рейтинг Ирочки в моих глазах и, возможно, в глазах рыбака взлетел просто до небес.

После купания в ледяной воде такое впечатление, будто ты мгновенно перенесся на другую планету. Все вокруг тебя становится совсем другим. Если до купания природа вокруг была холодной мачехой, то после купания она становится ласковой матерью. Все тело наполняется теплом и спокойствием, а вода с него сама испаряется так быстро, что иногда и не надо вытираться полотенцем. Чувство усталости, сонливости исчезает мгновенно, как будто его и не было никогда. Прохладный ветерок приятно уносит в вечность твое лишнее тепло и хочется, чтобы он дул еще сильнее, еще быстрее облизывал тело и при-

носил приятную прохладу. Описать это состояние довольно сложно, его можно только почувствовать.

Около того места, где мы купались, лежало длинное бревно, очищенное от коры и приспособленное под лавочку. Мы сели на него и стали любоваться окружающей нас красотой. Холодное безоблачное небо поражало своей голубизной, ни перистых облаков, ни птиц, порхающих над головой: все живое готовится к длинной зиме. Лиственные деревья слегка махали еще не совсем облетевшими оранжево-желтыми листьями, три большие сосны накрывали нас раскидистыми вечнозелеными кронами. На противоположном берегу мальчишки сделали качели над водой, привязав длинный тряпичный трос на ветку дерева. Летом я видел, как они с радостными криками, раскачавшись на тросе, плюхались в воду.



Я расстелил куртку на траве под сосной, и мы, облокотившись спинами на могучий ствол дерева, стали смотреть на голубое небо сквозь нависшие над нами огромные, толстые сучья.

— Совсем неохота уходить, — сказала Ирочка, прижимаясь ладонями к стволу сосны.

— Мне тоже. Смотри на это чудо природы — нас не было, а она стояла здесь и качала своей кроной, нас не будет, а она будет здесь стоять и радовать других людей. Все-таки время интересная штука. Когда-то оно растягивается, когда-то сжимается, и это в наших силах управлять ходом времени. Стоит сидеть дома, и оно пролетает незаметно, минуты сливаются в часы, часы в дни, смотришь, а уже прошло полгода. Я много думал над тем, как остановить время — и придумал. Нужен приятный, небольшой ежедневный стресс или разнообразие впечатлений, тогда время замедляет свой ход. Самое сильное замедление хода времени я почувствовал, когда стал купаться круглый год, более доступного средства в повседневной жизни я не знаю.

Пара уток с характерным всплеском воды приземлилась на ров-

ную гладь озера. При приводнении они задирали кончики лапок вверх и катились по воде, как на лыжах, а крылья разворачивались и интенсивно гнали воздух впереди себя, подобно тормозящему самолету утки включали реверс. В лесу, на противоположном берегу было слышно, как дятел долбил очередной сухой дуб, добывая вкусных личинок.

— С годами все больше ценишь нерукотворную красоту, все больше понимаешь, что самое красивое, это то, что нам дано природой, — сказала Ирочка, слегка поежившись от подбирающегося холода.

— Пошли домой, — предложил я.

Взявшись за руки, мы как пионеры на плацу неспешно пошли домой.

...Осень две тысячи пятого года пронеслась со скоростью пули, за это время произошло несколько

значимых событий. Во-первых, я встретил Ирочку, во-вторых, мы оформили наши отношения. Свадьба состоялась по всем правилам российских традиций. Были приглашены все люди, так или иначе желавшие нам счастья, да, собственно, и без их желаний мы счастливы.

Наступила зима, и холодный порывистый ветер со снегом заметал все остатки былой осенней роскоши. На улицах почти не видно опавшей листвы, которая всю осень радовала глаз переливами красок, ни один художник не в состоянии придумать такую палитру и на маленьком клочке живой материи сотворить чудо. Каждую осень я подбираю один маленький листочек клена и кладу его в водительские права, а на досуге потом им любуюсь. Сейчас у меня накопилось уже три таких засушенных листочка, каждый из них несет с собой не только прошлую красоту, но и память о событиях прошедшего года, ведь на каждом листочке я подписываю год и месяц, когда это чудо природы стало моим.

СЕГОДНЯ пятое декабря две тысячи пятого года, и мы с Ирочкой едем в католический со-

бор на органную музыку. Машины у меня нет, старая Волга давно проржавела насквозь и стоит на вечном приколе на даче, а новую машину пока покупать не хочу, не вижу необходимости.

Выходим из метро 1905 года и по многолюдным улочкам идем к собору.

— Ты была в этом соборе? — спросил я, крепко держа жену за руку, будто боясь, что она выскользнет как птичка и упорхнет в теплые края. Ирочка была одета в пушистую шубу и напоминала маленькую испуганную белочку, которую вытащили из теплого дупла.

— Нет, никогда, и орган я слушала много лет назад в Прибалтике.

Переходя улицу, я заметил, как какой-то мужчина оглянулся, пытаясь получше рассмотреть Ирочку. Уже много раз я видел такие заинтересованные взгляды прохожих мужчин, ведь моя жена очень эффектная и красивая женщина, а ярко малиновые, от природы идеальной формы губы просто косили наповал всю сильную половину человечества. Если бы они только знали, что эта красивая миниатюрная женщина закончила с красными дипломами три института, причем, самых престижных и сложных, воспитывает четверых детей, организовала и руководит своей фирмой, а знаниям и логике ее мышления завидуют умнейшие мужчины.

Нет, этого ей говорить нельзя, подумал я и продолжил разговор на музыкальную тему.

— Я был в этом соборе несколько раз и всегда уходил восхищенный, воодушевленный, полный незримой энергии. Органная музыка проникает в душу, поднимает ее и несет по течению полноводной реки, русло которой проложили великие композиторы, такие, как Бах, Бетховен, Брамс, Гендель. Каждый из них обладает своим почерком и рассказывает о самом сокровенном, о том, что все скоротечно и красиво, надо только уметь видеть в этом красивое и наслаждаться им. Почему-то так сложилось, что в глаза обычно бросается плохое, а интересное и нужное прячется, и только небольшое количество людей может видеть это хорошее.

— Ты прав, большинство людей питается негативной энергией, только единицы принимают и живут с позитивной энергией внутри. А то, что внутри, то и притягивается снаружи, — сказала Ирочка, крепко взяв меня за руку.

Католический храм поражает взор, остроконечный шпиль пронзает небо, а стены из красного кирпича выложены особым способом и притягивают взгляд. Я купил билеты в самые далекие места от орга-

на, мне показалось, что там будет не так громко и можно будет тихонько поговорить в перерыве между композициями.

Дальше все произошло как во сне. Мы прошли на свои места. Удивительно, что напротив была часть алтаря, а Мадонна с маленьким Христом на руках смотрела прямо на нас. Несколько свечей мягко вырывали из темноты эти образы, и создалось впечатление, что мы одни, хотя весь основной зал был полон.

С первых аккордов органа мы погрузились в волшебный мир музыки. Я взял Ирочку за руку, она положила голову мне на плечо, и мы растворились в благоухании аккордов. Высокие потолки собора делали звук насыщенным, полным, насквозь пронизывающим все на свете. Звук заполнил все пространство, и реальность стала медленно растворяться, а мысли поплыли в прошлое, перед глазами вставали картины давно минувших дней в точном соответствии с темпом и высотой звука. Мы держались за руки, и нам казалось, что мы одно целое, парящее в воздухе, сотканном из звука.

— Много раз я был здесь, но никогда не слышал такого великолепного концерта, так удачно подобранных композиций, — сказал я во время маленького перерыва.

— Все для нас, любимых, — почти шепотом ответила Ира.

Концерт длится больше часа. Меня всегда поражает профессионализм исполнителей, я не услышал ни одной неправильной ноты, ни одного сбоя в рисунке звука, все лилось как по студийной записи. Трудно представить, что это чудо рождается прямо сейчас, одно неверное дыхание, неверное движение руки — и чудо исчезнет, превратится в небытие. Но сегодня этого не может случиться, сегодня, как сказала Ирочка, все для нас, любимых.

Когда мы вышли из собора, на улице был глубокий вечер. Легкий морозец приятно охлаждал, но мы ничего не замечали, мы еще были полны той красоты, что в нас вселила музыка.

Я отчетливо услышал мысль, материализовавшуюся из пространства, и чувствовал, что это была не моя мысль, хотя я был полностью с ней согласен. Я ее озвучил:

— У меня такое ощущение, что нас здесь только что обвенчали!

— Я тоже это чувствую... Собор, свечи, распятие, Мадонна с младенцем, восхитительная музыка — это и есть настоящее венчание!

Мы взглянули друг другу в глаза и поняли, что это была правда. А кто подкинул нам эту мысль, уже не важно.



2022. АВГУСТ

ПУСТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ
БУДЕТ ИНТЕРЕСНЫМ!

1 АВГУСТА Пн

День памяти российских воинов,
погибших в Первой мировой войне
День инкассатора

2 АВГУСТА Вт

День Воздушно-десантных войск
(ВДВ) России
Ильин день

3 АВГУСТА Ср

День арбуза

6 АВГУСТА Сб

День железнодорожных войск

7 АВГУСТА Вс

День железнодорожника

8 АВГУСТА Пн

День альпиниста
Всемирный день кошек

9 АВГУСТА Вт

Всемирный день коренных народов
мира
День памяти святого Пантелеимона

11 АВГУСТА Чт

Рождество святителя Николая Чудотворца

12 АВГУСТА Пт

День Военно-воздушных сил (ВВС)
России

13 АВГУСТА Сб

День физкультурника
Всемирный день левшей

14 АВГУСТА Вс

День строителя
Медовый спас

15 АВГУСТА Пн

День археолога

19 АВГУСТА Пт

Преображение Господне
Яблочный спас
Всемирный день фотографии
День рождения русской тельняшки

20 АВГУСТА Сб

Всемирный день бездомных животных

21 АВГУСТА Вс

День Воздушного Флота России
День офицера России

22 АВГУСТА Пн

День Государственного флага РФ

23 АВГУСТА Вт

День разгрома немецко-фашистских
войск в Курской битве

27 АВГУСТА Сб

День российского кино

28 АВГУСТА Вс

День шахтера
Успение Пресвятой Богородицы

29 АВГУСТА Пн

День подразделений специального на-
значения ВС России (спецназа)

31 АВГУСТА Ср

День ветеринарного работника России

Лунный календарь огородника

С 1 ПО 11 АВГУСТА – РАСТЕТ.
12 АВГУСТА – ПОЛНОЛУНИЕ.
С 13 ПО 26 АВГУСТА – УБЫВАЕТ.
27 АВГУСТА – НОВОЛУНИЕ.
С 28 ПО 31 АВГУСТА – РАСТЕТ.
**Запрещенные для любых посе-
вов и посадок дни в августе: 12,
26, 27, 28**

Возвращение иван-чая

ВХОДЕ пленарного заседания
форума «Сильные идеи для
нового времени» председатель Союза
производителей иван-чая Александр
Хлынов спросил Владимира Путина,
как тот относится к иван-чаю.

Стоит отметить, что президент не
знал, что такое иван-чай. «Это гриб
такой, что ли?», – спросил он у пред-
принимателя. И получил ответ, что
это узколиственное растение с розовыми
цветами семейства кипрейных, кото-
рое растёт по всей России от Пско-
ва до Владивостока. Его заваривали
наши предки, и сейчас есть все воз-
можности, чтобы напоить иван-чаем
всю страну. Он не содержит кофеина
и обладает рядом лечебных свойств,
в частности, понижает артериальное
давление и благотворно влияет на
нервную систему и ЖКТ.

«Наверняка это полезнее, чем
«Кока-кола», выслушав пояснения,
заметил Путин.

Президент сказал, что сегодня
же поставит резолюцию на предло-
жении по развитию производства
иван-чая в РФ и переправит их главе
Минсельхоза Дмитрию Патрушеву.
«Посмотрю, как Минсельхоз эту идею
реализует», – предупредил он.

Неожиданный поворот

ФЕРМЕР из подмосковного
Егорьевска обнаружил, что
вредоносный сорняк борщевик – от-
личный медонос. Пчелы Владимира
Голичкова собирают до 300 кг аро-
матного меда с 1 гектара борщевика,
предпочитая его другим медоносным
растениям, сообщают СМИ.

Фермер заверяет, что лаборатор-
ные исследования показали: мед
этот совершенно безопасен, но из-за
репутации самого растения пасечник
продает его как «разнотравный». Го-
личков рассказывает, что у борще-
вичного меда приятный терпкий вкус
и множество полезных свойств, кото-
рые делают его уникальным продук-
том. И среди постоянных покупателей
пчеловода уже есть те, кто специ-
ально приезжает именно за медом из
борщевика.

ОГОРОДНИКАМ НА ЗАМЕТКУ



Здравствуй,
ГОСТИ С ВОСТОКА!

КОНЕЦ лета для посева видов капусты, кото-
рые пришли к нам с Востока – самое время.
Созревают они очень быстро, а разместить их мож-
но на участках, с которых уже убрали урожай.

ПЕКИНСКАЯ. Это самая известная из восточных
видов капусты. Она образует рыхловатые продолго-
ватые кочаны, очень нежные, с чуть сладковатым вку-
сом. Её можно добавлять в салаты, варить, тушить и
заквашивать. Для посева в конце лета подходят уни-
версальные и осенние сорта. Семена высевают сразу
в открытый грунт в первых числах августа на глубину

1 см по схеме 40x40 см. Срок созревания пекинской ка-
пусты – 60-70 дней. То есть, при посеве в начале авгу-
ста урожай созреет в начале октября. А в сентябре могут
быть заморозки, поэтому грядки с растениями надо укры-
вать нетканым материалом. Поливать пекинскую капусту
достаточно раз в неделю по 3 л на растение.

КИТАЙСКАЯ или ПАК-ЧОЙ. Эта капуста образует ро-
зетку листьев диаметром около 40 см. Листья китайской
капусты идеальны в свежих витаминных салатах – у них
горчичный, чуть острый вкус, а черешки можно отваривать
и тушить. Семена китайской капусты высевают в открытый
грунт с 1 по 10 августа на глубину 1 см. Схема посева:
между рядами – 50 см, в ряду – 30 см. Много этой капусты
высевать не стоит – ее листья очень быстро становятся
грубыми. Можно подсеивать новые растения с интервалом
в неделю вплоть до конца августа – созревает она около
40 дней. Поливать можно раз в неделю по 1 л на куст.

ЯПОНСКАЯ. Семена этой капусты появились в про-
даже совсем недавно, и многие дачники не знают, как её
выращивать. Японская капуста уникальна. У неё красивые
ажурные листья с очень приятным редисочным вкусом и
фруктовыми нотками. Она идеально подходит для салатов
и бутербродов. Японская капуста формирует ещё и съедоб-
ный корнеплод длиной 10 см и диаметром 5 см. Семена
высевают в открытый грунт в августе после уборки чеснока
или лука на глубину 1 см. Схема посева: между рядами – 70
см, в ряду 30-40 см. Поливать можно раз в неделю по 1 л
на растение. Сорта японской капусты образуют в розетке
очень много листьев – от 40 до 150 шт., поэтому урожай
можно собирать частично: срезая только внешние листья.
После этого из почек очень быстро отрастают новые. Со-
зревает урожай около 40 дней.

Елизавета ПРИЩЕП,
кандидат биологических наук
г. Лобня



ДЕЛА ДОМАШНИЕ



ФАРШИРОВАННЫЕ КАБАЧКИ

Ингредиенты: 2 кабачка, 250 г филе индейки (бедра), 100 г сметаны 15%, 60 г помидоров, 1 луковица, 0,5 ст. л. муки, орегано или базилик (можно сушеные), масло для обжарки (растительное или сливочное), соль, перец.

Приготовление

Лук очистить, мелко нарезать, потомить на растительном или сливочном масле на минимальном огне до золотистого цвета. Индейку мелко порубить, смешать с луком. Слегка обжарить.

Кабачки разрезать вдоль, при помощи ложки вынуть середину, чтобы получились лодочки. Мякоть кабачка и помидоры нарезать небольшими кубиками, добавить к индейке и немного потомить все вместе.

Сметану смешать с мукой, добавить в сковороду к овощам и индейке. Подмешать базилик и орегано, по необходимости дополнительно посолить и поперчить. Прогреть соус. Разложить начинку по лодочкам из кабачка и запекать при 180 градусах 30-40 минут.

КАБАЧКИ С ЧЕСНОКОМ

Ингредиенты: 1 кабачок, 2-3 зубчика чеснока, 1 ч. л. сушеного орегано, лимонный сок и цедра, щепотка молотого чили или паприки, растительное масло, соль, перец. Кроме того: тертый выдержанный сыр для подачи (по желанию).

Приготовление

Кабачок нарезать кружками, сложить в миску. Добавить орегано, лимон-

ный сок и цедру (по вкусу), чили и паприку, перец. Перемешать и оставить на 15 минут. Затем прогреть в сковороде растительное масло с очищенными зубчиками чеснока. Когда масло вберет в себя аромат чеснока, зубчики можно будет убрать.

Обжарить кружки кабачка с двух сторон, переложить на бумажное полотенце, чтобы стек лишний жир. Перед подачей посолить и по желанию дополнительно поперчить, присыпать тертым сыром.

ПЕРЕЦ С СЫРОМ

Ингредиенты: 5 сладких перцев (небольших), 300 г феты или брынзы, 400 г протертых томатов, 2 зубчика чеснока, лимонный сок и цедра, пряные травы по вкусу, оливковое масло, соль, перец.

Приготовление

Перцы вычистить, удалив семена. Сыр размять вилкой, смешать с очищенным и пропущенным через пресс чесноком, лимонным соком, цедрой, травами, оливковым маслом, солью и перцем. Томаты по желанию приправить солью и перцем, выложить большую часть в форму для запекания. Начинить перцы сырной смесью и тоже выложить в форму. Сверху распределить оставшиеся томаты. Сбрызнуть оливковым маслом и запекать при 180 градусах 40-50 минут. По желанию форму можно накрыть фольгой.

Количество томатного соуса можно варьировать по вкусу, добавляя от 200 до 400 г протертых томатов. Если томаты слишком водянистые, их можно предварительно потомить

на небольшом огне, чтобы выпарилась лишняя жидкость.

ПЕРЦЫ С ФАРШЕМ И РИСОМ

Ингредиенты: 6 сладких перцев (небольших зеленых), 400 г говяжьего или смешанного фарша (свинина-говядина), 60 г риса, 2 луковицы, 2 моркови, зелень, 70 г томатной пасты, немного муки (по желанию), зелень, растительное масло, вода или бульон (около 600-700 мл), соль, перец.

Ингредиенты для сметанного соуса: 300 г сметаны 15%, 2-3 ст. л. муки, 2-3 ст. л. растительного масла, бульон (по жела-



нию), томатный соус (по вкусу), соль, перец.

Приготовление

Перцы вычистить, удалив семена. Рис отварить до полуготовности, остудить. Лук и морковь очистить, потомить на растительном масле на минимальном огне до мягкости и золотистого цвета. Зелень мелко порубить.

Смешать фарш с рисом, луком, морковью, зеленью, солью и перцем. Начинить перцы. В сковороде разогреть растительное масло. Добавить томатную пасту и муку (если используется), слегка обжарить. Влить горячий бульон (если на сковороде есть мука, то вливать постепенно, тщательно размешивая, чтобы не было комочков). Прогреть все вместе.

В отдельную глубокую сковороду выложить перцы, залить их томатным соусом так, чтобы он закрывал перцы примерно на половину. Довести до кипения, убавить огонь, прикрыть крышкой и томить 30-40 минут, время

от времени переворачивая. Дополнительную жидкость можно добавлять по необходимости.

Для сметанного соуса обжарить в масле муку, развести горячим бульоном (если используется). Добавить сметану и хорошенько размешать. Соединить с томатным соусом, приправить солью и перцем. Подавать перцы со сметанным соусом.

ПЕРЦЫ С ОВОЩАМИ

Ингредиенты: 2 болгарских перца, 1/2 баклажана, 2-3 стебля сельдерея, горсть помидоров черри (или 2-3 обычных), сушеные или свежие травы по

вкусу, оливковое масло, соль, перец.

Приготовление

У перцев срезать верхушки, вычистить перцы, удалив семена. Баклажан, сельдерей и помидоры нарезать небольшими кубиками, перемешать с травами, маслом, солью и перцем. Дать постоять минут 15-20, затем слегка об-

жарить на небольшом количестве масла (не более чем до полуготовности). Остудить.

Заполнить перцы получившейся смесью, по желанию накрыть «крышечками» или положить их рядом в форму. На дно формы для запекания налить немного воды. Запекать при 190 градусах 40-50 минут.

ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА

Ингредиенты: 2-3 помидора (крупных), 1-2 луковицы, 1 кабачок (или 1/2 кабачка и 1/2 баклажана), базилик или орегано (можно сушеные), 1 ч. л. бальзамического крема, оливковое масло, сахар, соль, перец. Кроме того: брынза или фета для подачи (по желанию).

Приготовление

Лук очистить, нарезать кольцами. В сковороде разогреть немного масла, выложить лук, присыпать сахаром и потомить на минимальном огне до мягкости и золотистого цвета. Подмешать бальзамический крем, выложить в форму для запекания. Помидоры и кабачок нарезать. Выложить в форму поверх лука, присыпать травами, солью и перцем, сбрызнуть оливковым маслом. Запекать при 190 градусах около 40 минут. Готовую запеканку по желанию посыпать раскрошенным сыром.

Информация из открытых источников

Через еду К ДОЛГОЛЕТИЮ

НОРВЕЖСКИЕ ученые провели исследование и подсчитали, на сколько лет может продлить жизнь приверженность правильному питанию.

Согласно подсчетам, пишет журнал «Нож», переход от типичного нездорового рациона, распространенного на западе (когда на тарелке соседствуют продукты из переработанного красного мяса и мучное, когда много сладких напитков, мало овощей и фруктов), к более здоровой диете, богатой рыбой (содержит витамины, омега-3/6 и др.), цельными зёрнами (продукты из цельнозерновой муки), орехами, овощами и фруктами, в возрасте 20 лет продлевает жизнь в среднем на 13 лет.

Но это не значит, что правильно питаться есть смысл только смолоду. Так, если изменить пищевые привычки в 60 лет, то все еще можно выгадать около 8 лет жизни (в среднем 8 у женщин и 8,8 у мужчин).

В КОНЦЕ НОМЕРА

Самый Вкусный ФЕСТИВАЛЬ

С 5 ПО 7 АВГУСТА около города Истра пройдет гастрономический фестиваль «Сыр! Пир! Мир», который объединит на одной площадке сельское хозяйство, экономику, культуру и досуг. Одна из главных миссий фестиваля – поддержка российских фермеров и ремесленников.

В фестивале примут участие не только фермерские и винные хозяйства, но и мастера народных художественных промыслов из более 50 регионов России. Всего на фестивале ожидается свыше 300 участников.

Гости фестиваля смогут продегустировать и приобрести сыры, вино, пиво, рыбу, мед, а также мясную, молочную и хлебобулочную продукцию.

Посетителей также ждет выставка сельскохозяйственной техники от Министерства промышленности и торговли России, развлекательные программы, концерты, фудкорт, фотозоны и активности для детей с батутами и игровыми пространствами.

ЗАВЕЛ ПИТОМЦА – БУДЬ В ОТВЕТЕ

УХОДЯ на каникулы, депутаты Московской областной Думы оставили в доработке несколько важных законов, сообщает «Российская газета». Один из них – закон об обязательной регистрации домашних животных. Он уже прошел первое чтение в региональном парламенте, теперь депутаты хотят услышать мнение общественности, чтобы внести в закон последние коррективы. Однако общая канва законопроекта уже ясна.

«РГ» рассказывает, что пока в Подмосковье предлагают обязательно регистрировать только собак. И то не всех – в списке подлежащих регистрации три десятка пород. Впрочем, хозяева смогут зарегистрировать и кошечку, и мини-пига, и всю остальную живность, которая водится в доме, но уже по желанию.

Во-первых, сегодня многие предпочитают ездить на отдых вместе с домашними животными. Если кот или пёс имеет регистрационный паспорт и заведен в систему учета, оформить все необходимые документы на его вывоз куда-либо можно будет в два клика.

Во-вторых, регистрация поможет собаке быстрее вернуться домой, если она, например, потеряется, а также призвать хозяина к ответу, если тот вдруг наиграется и решит выбросить ее на улицу – такие случаи тоже бывают. Ну и главное, регистрация – это доказанная ответственность хозяина в случае нападения животного на кого-либо.

Обязанность по регистрации планируется возложить на государственные учреждения ветеринарии, которые имеются в каждом городе Подмосковья. Процедура для хозяев животных будет бесплатной. После ее прохождения каждый пёс получит документ о регистрации – так называемый собачий паспорт. А сведения о нем попадут в единую электронную базу. Также законом предлагается обязать хозяев опасных собак проходить с ними курс дрессировки, который поможет научиться распознавать и купировать признаки агрессии у животного. Ну и нарушением будет считаться выгул без поводка собак любых пород, включая декоративные.

БОЛЬШЕ ПОЛЬЗЫ, МЕНЬШЕ ОТХОДОВ

Раздачу продуктов с истекающим сроком годности (фудшеринг) и отмену НДС на эти операции для магазинов поддержали в Минпромторге РФ, сообщают СМИ со ссылкой на «Известия».

«ПО ЭКСПЕРТНЫМ оценкам, если торговые сети будут передавать на благотворительность пищевую продукцию с коротким сроком годности, то это может поддержать нуждающихся и спасти около одного миллиона тонн продовольствия в год», — объяснили в министерстве.

Развитие фудшеринга обсудят с Федеральной налоговой службой, так как он предполагает освобождение от НДС. Именно из-за налога магазинам на сегодняшний день выгодней утилизировать продукты, а не раздавать. Программа не только поможет поддержать малоимущих, но и сократить количество пищевых отходов. Их, по данным Минэкономразвития РФ, каждый год в России образуется более 17 миллионов тонн.

И вот уже одна из ведущих сетей розничной продажи продуктов объявила о старте пилотного проекта фудшеринга в нескольких магазинах Москвы и Челябинска. В федеральной сети продуктовых магазинов решили начать с бесплатной раздачи ржаного и пшеничного хлеба, сухарей и баранок.

1	СНЯТИЕ ГРИФА С ГОС-ТАЙН				1	КНИГА ШКОЛЬ-НИКА НА ПАРТЕ	
	ПОЛУ-СОН НА НУДНОМ СОБРА-НИИ		ПОРТ-ФЕЛЬ ЗА СПИНОЙ	БРАТ ПЕРВОГО РИМСКО-ГО ЦАРЯ	1	ЦИЛИНД-РИК ДЛЯ ПОКРАС-КИ СТЕН	1
		1	"СПЯТ УСТАЛЫЕ КНИЖКИ СПЯТ"	ОБРАЗ СВЯТО-ГО НА ИКОНЕ	1		
ЛЮБОЙ ИЗ БОКОВ ГОРЫ	СЫНОК	МЯГКОЕ СОДЕР-ЖИМОЕ ДИВАНА		1		СТРАХО-ВОЧНЫЙ ТРОС АКРОБА-ТА	1
		1	СЖАТЫЕ ПЯТЬ ПАЛЬ-ЦЕВ	ГАБЕН КАК ТЁЗ-КА МАРЕ	1	ХАМОВА-ТЫЙ ПЛЕ-БЕЙ, СЛУ-ЖИВШИЙ У ОТЕЛЛО	1
ПЛАН ПОКА ЛИШЬ В ГОЛОВЕ	1	ДАВНО НЕЧЁСА-НЫЕ ВО-ЛОСЫ		1	НАПАР-НИК КРЕСТИ-КА ПО ИГРЕ	1	БАБА С КОТОМ БАЮ-НОМ
			1	ДЕ-МОНСТ-РИРУЕ-МАЯ ФИГА	ПОДМИ-ГИВАНИЕ ИЗ-ЗА НЕРВА	1	РАЗБА-ВИТЕЛЬ МАСЛЯ-НОЙ КРАСКИ
СНИСХО-ДИТ НА ТВОРЧЕС-КУЮ ЛИЧ-НОСТЬ	ОСЁТР ИЗ КАС-ПИЯ	1			ЭЛЕК-ТОРАТ ПРОЩЕ	ПРОЦЕСС ПРИГО-ТОВЛЕНИЯ РАССОЛЬ-НИКА	1
	БУМАЖ-НЫЕ ЖУ-РАВЛИКИ-КОРАБ-ЛИКИ		ПРЕПАРАТ, ИСПОЛЬ-ЗУЮЩИЙСЯ ДЛЯ ПРИВИВКИ	КАНАВА, НЕ ПУС-КАЮЩАЯ К ЗАМКУ	1	ИОГАН-НЕС, НЕ-МЕЦКИЙ КОМПО-ЗИТОР	1
1				ТАРЕЛКА С "ВИС-КАСОМ"	ГРОМКИЕ ВОЗГЛА-СЫ ДЕ-ТИШЕК	1	ТО, ЧТО У ОСНО-ВАНИЯ
	ПОРОДА МУХТАРА ИЗ ИЗВЕСТ-НОГО СЕ-РИАЛА	ВЕЖЛИВАЯ ПРИСТАВ-КА К ИМЕ-НИ ЯПОН-ЦА	1	СКАЗОЧ-КА ДЛЯ АНТИЧ-НОГО ГРЕКА	1	СВЕТИЛЬ-НИК, УКРАСИВ-ШИЙ СО-БОЙ СТЕНУ	1
		1		ЗАСЕЧ-КА НА ДЕТАЛИ	ВЕСЁЛАЯ ЗЕБРА ИЗ МУЛЬТ-ФИЛЬМА "МАДАГАС-КАР"	1	ЛОРАК НА УКРА-ИНСКОЙ ЭСТРАДЕ
	2			1		КРЕН-ДЕЛЬ ИЛИ БУЛКА К ЧАЮ	1
			1	СОЗВУЧИЕ КОНЦОВ СТРОК СТИХОТ-ВОРЕНИЯ	1	ДЕНЬГИ, ШУРША-ЩИЕ В РУКАХ	ПЫЛ-КОСТЬ ДЖИНА УБАВЛЯ-ЕТ
В КРЕС-ЛЕ МЕЖ-ДУ СНОМ И ЯВЬЮ				1			2
	1			ТОВАР ЖИВО-ПИСЦА		ГРОМ-КИЙ ПЛАЧ В ТРИ РУЧЬЯ	1
						ТРАНС-ПОРТ ИНОПЛА-НЕТНЫХ ВИЗИТЕРОВ	1

«ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ Подмосковье»

Учредитель: Московская областная общественная
благотворительная организация
«Союз пенсионеров Подмосковья».

В ИНТЕРНЕТЕ: www.пенсионеры-подмосковья.рф

ПРИСЫЛАЙТЕ ВАШИ ОТЗЫВЫ И НОВОСТИ: pension93@mail.ru

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52036
от 07 декабря 2012 г.

Редактор Маркова О.В.

Ведущий журналист Мормуль В.В.

Компьютерная верстка Разливинский Я.В.

Газета является официальным печатным
органом Московской областной
общественной благотворительной
организации
«Союз пенсионеров Подмосковья».

**Ответственность за достоверность
рекламы несет рекламодатель.**

№ 110, июль 2022 г.

Тираж 50 000 экз.

Отпечатано в АО «Красная Звезда»
125284, Москва, Хорошевское шоссе, д. 38.
Тел.: 8(495) 941-28-62 8(495) 941-34-72

Тел.: 8(495) 941-28-62, 8(495) 941-34-72.
http://www.redstarph.ru E-mail:kr_zvezda@mail.ru
Заказ № 3625-2022