ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ Подмосковье

СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ ПОДМОСКОВЬЯ

18+

Июнь, 2021 год

№ 99

А НА ДАЧЕ – ВСЁ ИНАЧЕ! НЕБО ВЫШЕ, СОЛНЦЕ ЯРЧЕ!

РОССИЯНАМ назвали место для спасения от поднявшего голову коронавируса — им оказались дачи.

Медики порекомендовали уделить особое внимание безопасности пожилых людей и дать им возможность пережить сложившуюся ситуацию без контактов с другими людьми: если есть дача — отправить на дачу.

По мнению депутатов Госдумы, земельные участки с огородами являются огромным конкурентным преимуществом россиян. Это позволяет населению рассредоточиться, самообеспечиться сельхозпродукцией, самоизолироваться и в конечном счете преодолеть вирусные опасности.

Наши пенсионеры с этим согласны и уже не первый месяц проводят на своих дачах, присылая в общий чат Союза фото с красивейшими видами местной природы, цветами на своих участках и выращенным урожаем. Мероприятия, о которых рассказывается в номере, проходили до ухудшения эпидемиологической обстановки.

СРОЧНО В НОМЕР!

Посулили Раздоры, да одни разговоры

НУ, ЧТО ВАМ СКАЗАТЬ, дорогие коллеги-пенсионеры? Свою обжитую штаб-квартиру на шестом этаже в здании Московской областной Думы на проспекте Мира, 72 мы покинули еще в первых числах июня. Дума переезжает в Красногорск и нам велела искать новое место. Откровенно говоря, я не исключаю, что у властей была надежда, что в кутерьме переезда Союз пенсионеров Подмосковья прикажет долго жить. Не то чтобы мы власти очень докучали, но под ногами вертелись с инициативами, отвлекающими от движения вперед, к комфортной жизни без подсказчиков, критиков и советчиков.

А ведь мы доказали всей своей почти 30-летней историей, что СПП полезен области, что он нужен более чем 2-миллионному корпусу подмосковных пенсионеров и заботой о здоровье, и в организации досуга, и, в конце концов, дружным и дисциплинированным участием в политической жизни столичного региона – проще говоря, пенсионеры особенно нужны власти накануне выборов. И тогда областные депутаты сладко поют и обещают всяческое содействие Союзу пенсионеров.

Но обещания есть, а помощи нет. Беремся за дело сами. Многомесячная нудная переписка, похожая на пинг-понг; сотни телефонных звонков; вежливые переговоры с министрами, замами, начальниками отделов, главными специалистами отделов, с секретарями и канцеляриями (сколько барьеров возведено!), но результата нет.

И мы обратились к родному человеку по крови, к председателю Союза пенсионеров России Валерию Владимировичу Рязанскому. А он, в свою очередь, попросил губернатора А.Ю. Воробьёва выделить место для нашего нового «гнезда».

И, о чудо! Заместитель министра Минмособлимущества С.В. Бозриков 12 мая произносит волшебную формулу: «Под испрашиваемые цели Организации подобрано помещение №7.29 площадью 24,74 кв.м в административном здании по адресу: Московская область, Одинцовский городской округ, деревня Раздоры, Рублево-Успенское шоссе, 1-й километр, дом 1, корпус А, 7 этаж…».

Уф! Выдохнули мы. И 18 мая за исходящим №28 благодарим С.В. Бозрикова и даем согласие на переезд в деревню Раздоры.

7-й этаж, 24 квадратных метра. Все вроде бы хорошо. Но когда переезжать? Каков порядок переезда? Как оформить безвозмездную аренду комнаты? Где договор? Кто выпишет пропуск на въезд и внос нашего имущества? Кто даст грузчиков? Ведь 80 картонных коробок – не шутка. Они пока хранятся в гаражах у наших пенсионеров.

Но опять чиновничья тягомотина. Начальник управления распоряжения казной министерства имущественных отношений Московской области Юрий Михайлович Глебов, на которого указывают его товарищи как на конечную инстанцию, тянет время филигранно. То ждет решения некоего совещания, которое решит, какой договор с нами подписывать, то днями не отвечает на звонки. То звонит сам, обещает золотые горы, просит не писать жалобы, а потом снова исчезает на недели.

И вдруг выясняется, что в канцелярию к С.В. Бозрикову наше согласие на въезд не поступало!

Оно исчезло!!! Все сбились с ног, но найти не могут.

Вот после этого разве скажешь, что чиновники народ наивный и неизобретательный?

Борьба продолжается.

Ольга МАРКОВА,
председатель Союза пенсионеров Подмосковья

В номере

Для тех, кто после нас — 2 СТР.

Киберсоревнования пенсионеров России — 4-5 СТР.

Казанский стрелок. Почему? — 7 СТР.

Уроки телевизионных шоу — 15 СТР.

ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ

ДЛЯ ТЕХ, КТО ПОСЛЕ НАС

– МЕНЯ как кто-то толкнул и сказал – езжай на Поклонную гору, в музей, там должны знать, – рассказывает председатель Озерского отделения СПП Валентина Александровна Никифорова, забайкальская семья которой многие годы пыталась найти место захоронения родственника, павшего в боях под Сталинградом.

Это Андрей Нефедьев, дядя Валентины Александровны. 19-летним юношей он был призван в действующую Красную Армию из родного Забайкалья. Совсем юный паренек попал в пекло боев на степных рубежах Клетского плацдарма. Летом и осенью 42-го название станицы Клетской не сходило с газетных полос и звучало в сводках Совинформбюро, которые в те дни начинались с сообщений об ожесточённых боях в этом районе. Упорные, изматывавшие фашистов бои на Клетском плацдарме во многом определили судьбу Сталинграда, который немцы хотели взять сходу. Им не удалось. Но и нам это стоило больших потерь в людях.

– В музее на Поклонной горе мне назвали место захоронения моего дяди: хутор Логовский Клетского района, – продолжает Валентина Александровна. – Вы знаете эти степные места по фильму «Они сражались за Родину». В нем снимались Василий Шукшин, Сергей Бондарчук, Вячеслав Тихонов. Вот там и погиб мой дядя и еще сотни ребят, призванных из Забайкалья. Я решила съездить туда.

Что увидела Валентина Александровна? Скромный обелиск в поржавевшей оградке, надпись «Слава героям» и никаких имен. Правда, списки погибших хранились у директора местной школы, которая шефствовала над памятным местом. В списке 522 имени советских бойцов, захороненных в братской могиле. Из них 220 уроженцев Читинской области – бывших земляков нашей озерской пенсионерки.

Тут-то и сказались навыки и лидерство Валентины Александровны Никифоровой. Ведь она 17-й год занимается общественной работой в Озерском отделении Союза пенсионеров Подмосковья. Все 6 губернаторских премий «Наше Подмосковье» она отдала на благотворительные акции, связанные с Бояркинской больницей. Многочисленным больным, нашедшим здесь последний приют, покупают предметы ухода, фрукты и продукты для диабетиков. Налажена в Озерах и работа с Российским геронтологическим научно-клиническим центром в Москве. Более 1 тысячи пенсионеров-озерчан прошли там обследование и лечение, многим сделаны операции.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Валентине Александровне НИКИФОРОВОЙ – по случаю юбилея

Дорогая Валентина Александровна!

Примите самые искренние поздравления с юбилеем!

С 2004 года Вы бессменный лидер Озёрского отделения нашего Союза, которое уверенно вывели на новый уровень и успешно реализуете целый ряд направлений, нацеленных на улучшение жизни людей старшего поколения. Ваша общественная работа отмечена многочисленными наградами, но я уверена, что лучшей наградой для Вас, человека искренне преданного нашему общему делу, является благодарность пенсионеров.

Своим долгом Вы считаете сохранение памяти о поколении победителей Великой Отечественной войны. И в людских сердцах, и в граните памятников. Низкий поклон Вам за это!

Здоровья Вам на долгие годы, семейного благополучия, любви близких!

Ольга МАРКОВА,
Председатель Союза пенсионеров Подмосковья

Но вернемся к рассказу Валентины Александровны.

– Меня поразила скудость средств местной власти, которые она может отпустить на содержание поржавевшего обелиска – есть деньги только на покраску памятника и все.

И Валентина Александровна Никифорова стала инициатором реконструкции памятного места. Под ее напором к работе подключились сенатор от Забайкалья Сергей Михайлов, создавший в Крае инициативную группу и внесший наибольший вклад в дело увековечивания памяти погибших молодых ребят, помогли администрации Клетского района и Волгограда. 600 тысяч рублей удалось собрать. За полгода мемориал был приведен в порядок. Теперь здесь появились десять гранитных стел с именами павших.

Валентина Александровна, племянница защитника Сталинграда Андрея Нефедьева, говорит:

– Я благодарна всем людям, которые откликнулись. Дай бог им здоровья, всем жителям Клетского района, Волгоградской области и Забайкальского края. Всем-всем большое спасибо!

…Работы были окончены к 9 Мая 2021 года. А провели торжественный митинг рядом с обновленным мемориалом чуть позже – 22 июня, в День памяти и скорби (на снимке В.А. Никифорова в центре). Из Забайкалья приезжала большая делегация родственников погибших и представителей власти.

Владимир МОРМУЛЬ

ВЕСТИ С МЕСТ

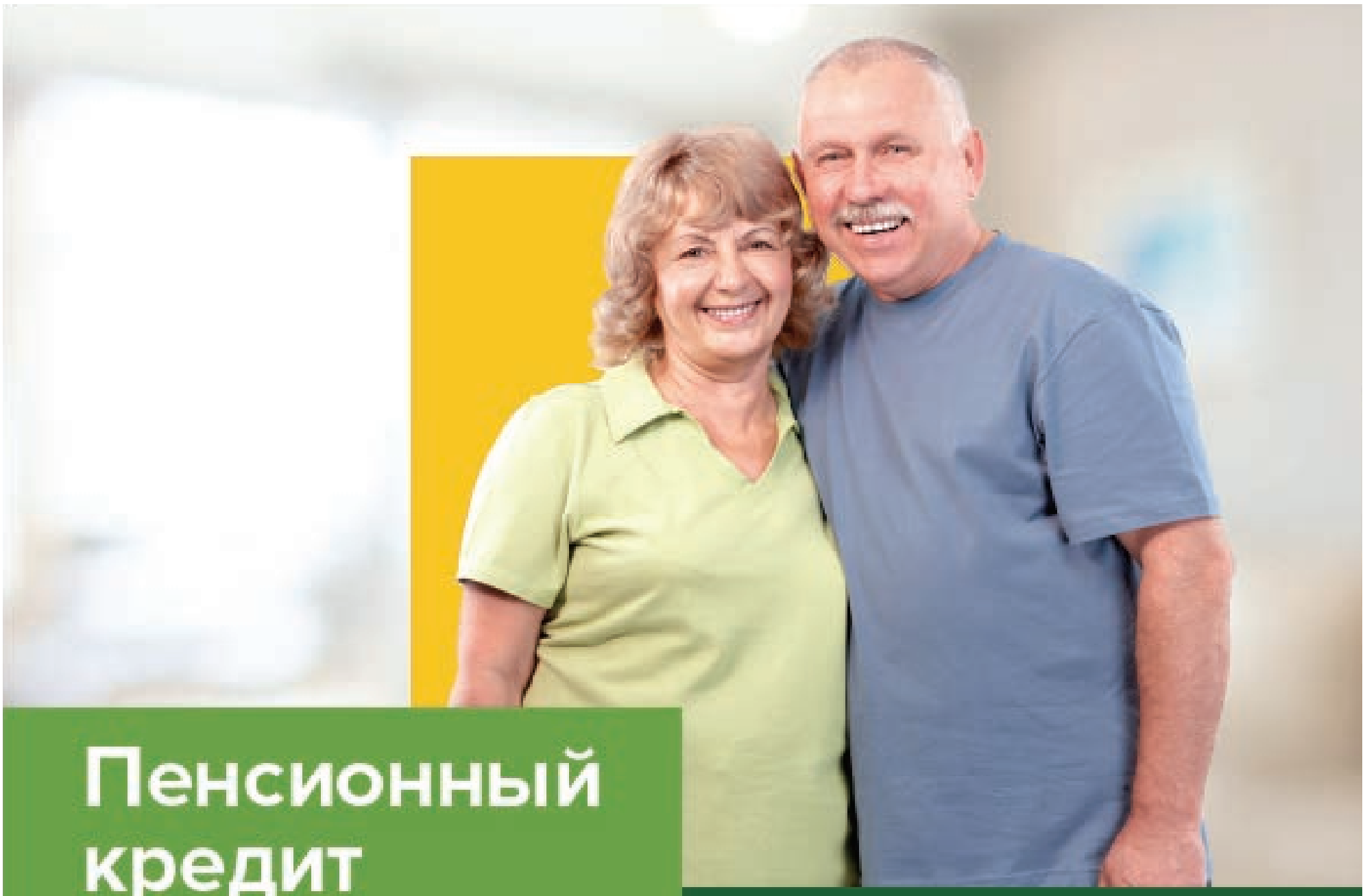
В ДЕНЬ России лобненские пенсионеры приняли участие в праздничном мероприятии в Центральном парке, где исполнили Гимн России вместе с Главой города, депутатами Совета депутатов, молодежью и отдыхающими горожанами.

В ОФИСЕ ветеранских организаций в Центре «Невский» председатель Совета Лобненского отделения СПП Зоя Алексеевна Гаврилина вручила Благодарности и Грамоты Московского областного Союза пенсионеров самым активным членам организации: Татьяне Борисовне Рахманиной, Евгении Игоревне Адоринской, Светлане Михайловне Привиной.

С ДНЕМ рождения Лобненское отделение СПП приехали поздравить заместитель председателя Союза пенсионеров Подмосковья Тамара Евгеньевна Пушкарева и депутат Совета депутатов г.о. Лобня, Почетный гражданин города Александр Витальевич Невский.

За благотворительную помощь Лобненской пенсионерской организации Благодарственное письмо областного Союза Т.Е. Пушкарева вручила А.В. Невскому, а награды СПП за вклад в работу с людьми старшего поколения – активистам отделения.

Ольга Дмитриевна Зайцева



Пенсионный кредит

от 5,9 %

годовых*

РоссельхозБанк

8 800 100 0 100
rshb.ru

Кредит «Пенсионный» предоставляется без поручителей и залога гражданам РФ в возрасте до 75 лет включительно (на момент возврата кредита), находящимся на пенсионном обеспечении и получающим пенсию на счет, открытый в АО «Россельхозбанк», в рублях Российской Федерации на срок до 7 лет включительно. Сумма кредита – от 30 тыс. рублей до 3 млн рублей включительно. Процентные ставки составляют от 5,9%* до 9,0% в зависимости от суммы кредита при условии оформления договора личного страхования. При отказе от личного страхования применяется надбавка до +4,5% в зависимости от объема страховой защиты.

* Ставка 5,9% применяется при сумме кредита 1 млн рублей и более.

Данная информация является рекламой. Не является офертой. Информация действительна на 13.04.2021.

Более подробную информацию об условиях предоставления кредитного продукта и размере процентных ставок можно получить при личном обращении в подразделениях АО «Россельхозбанк», а также на официальном сайте www.rshb.ru и по телефону 8 800 100-0-100.

АО «Россельхозбанк». Генеральная лицензия Банка России № 3349 (бессрочная) от 12.08.2015.

ПРОЕКТЫ СПР

КИБЕРСОРЕВНОВАНИЯ ПЕНСИОНЕРОВ РОССИИ: ЭТО ПРОСТО КОСМОС!

В МОСКВЕ ОПРЕДЕЛЕНЫ ПОБЕДИТЕЛИ XI ВСЕРОССИЙСКОГО ЧЕМПИОНАТА ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ МНОГОБОРЬЮ СРЕДИ ПЕНСИОНЕРОВ

Пресс-служба Союза пенсионеров России – *Крупнейший в мире IT-турнир для старшего поколения был организован Союзом пенсионеров России и Московским авиационным институтом (национальным исследовательским университетом) и посвящён теме освоения космоса. В связи с пандемийными ограничениями второй год подряд мероприятие проходило в режиме онлайн, как и отборочные региональные туры. Несмотря на это, их участниками стало рекордное число пенсионеров: за места в финале боролись 10,3 тыс. россиян из 1445 муниципальных образований в 77 регионах РФ – это максимальный охват за все время существования чемпионата. В финал вышли 280 человек, к ним традиционно присоединились соотечественники, проживающие в зарубежных странах: Беларуси, Болгарии, Великобритании, Германии, Греции, Дании, Египте, Латвии, Литве, Польше и Финляндии. Впервые в чемпионате участвовала команда из города Байконур.*

КАЖДЫЙ регион представляла команда из четырёх человек: двое мужчин возраста 60+ и двое женщин возраста 55+. Финалисты соревновались в трёх турах: работа на смартфоне; задание по информационной безопасности; работа в поисковой системе Яндекс.

Сильнейшими в командном зачёте стали пенсионеры из Сахалинской области, серебро у Владимирской области, бронза – у Тульской. Победителем среди команд соотечественников стала сборная Республики Беларусь. В личном первенстве в абсолютном зачете победу одержали **Сергей Легков** (67 лет, г. Южно-Сахалинск Сахалинской области) и **Елена Устюжанина** (59 лет, г. Сарапул Удмуртской Республики). В конкурсе для зрителей онлайн-трансляции «Виртуальный чемпион», в котором мог принять участие любой желающий, победил **Анатолий Жильцов** из Екатеринбурга.

«Одна из задач СПР – откликаться на события в стране и мире, помогать старшему поколению жить теми же жизнью, темпами и решениями, – отметил председатель Союза пенсионеров России, первый заместитель председателя Комитета Совета Федерации по социальной политике **Валерий Рязанский**. – 2021-й год – год науки и техники, юбилей полёта Юрия Гагарина. Неудивительно, что темой очередного чемпионата стало освоение космоса, а нашим партнёром – МАИ, один из самых технологичных вузов, десятилетиями готовящий элиту для аэрокосмической отрасли. Но чемпионат – это не только IT-мероприятие, но и спортивное, социальное, культурное. Важно, что он охватывает все уровни, от муниципального и регионального до федерального. Именно это позволяет добиться максимальной вовлечённости старшего поколения».

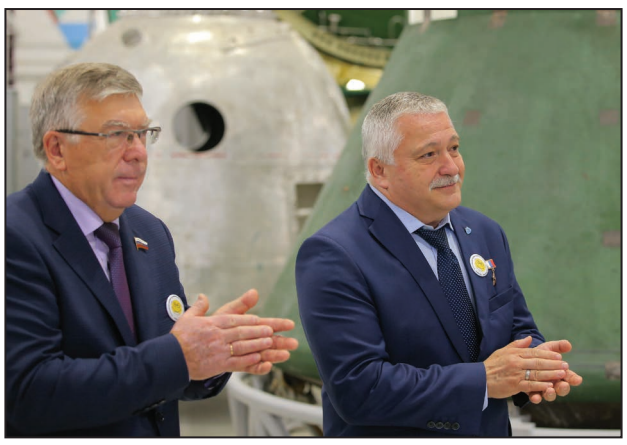
Статс-секретарь, замминистра труда и социальной защиты РФ **Андрей Пудов** подчеркнул, что финал – это верхушка айсберга, а подводная его часть – тысячи муниципалитетов и десятки тысяч пенсионеров, которые прошли курсы компьютерной грамотности и получили возможность пользоваться смартфонами и планшетами, смогли вовремя записаться в поликлинику и даже сходить в онлайн-музей. «Современные технологии – это инструмент, в основе всего – активная жизненная позиция, уверен г-н Пудов. – Главное, что получают участники чемпионата – заряд бодрости. Его они смогут передать тем пенсионерам, кто только задумывается об освоении компьютера».

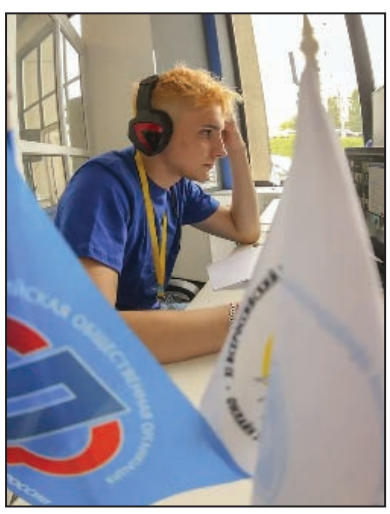
Ректор МАИ **Михаил Погосян** отметил, что цифровая трансформация общества требует постоянного развития. Это актуально для всех независимо от возраста, и участники чемпионата являются примером такого саморазвития.

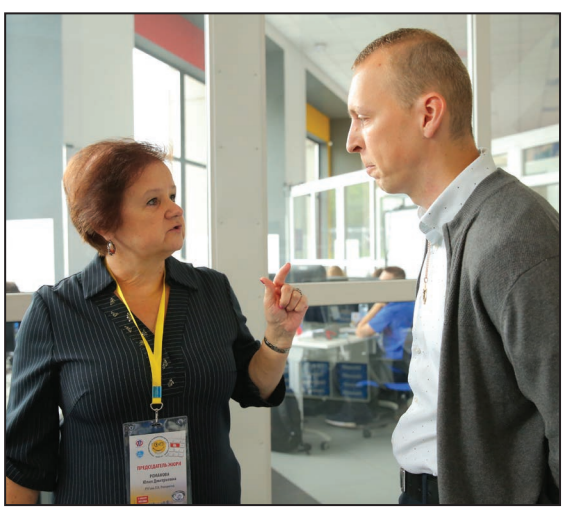
Показательно, что за несколько дней до финала Кабинетом министров был утверждён план мероприятий по реализации второго этапа «Стратегии действий в интересах граждан старшего поколения в РФ до 2025 года». Основное внимание планируется уделить повышению качества жизни и финансового благополучия пенсионеров, содействию их занятости, росту качества и доступности медицинской помощи. В числе прочего планируется запустить бесплатные курсы компьютерной и финансовой грамотности. На таких занятиях пенсионеров научат пользоваться интернет-ресурсами и расскажут о правилах безопасности при совершении электронных платежей.

Подобные курсы, организованные СПР, действуют при Университетах третьего возраста уже более 12 лет. Только в 2020 году, несмотря на пандемию, их окончили 42 тыс. человек. Запросы студентов постоянно усложняются. Так, большой популярностью пользуется работа со смартфонами. По данным компании Tele2 число пенсионеров, отказывающихся в их пользу от кнопочных телефонов, только в 2020 году выросло на 9%. Сейчас смартфонами пользуется около 20% российских пенсионеров (согласно Mediascope), а среди финалистов Чемпионата – 94%. В этом году на базе СПР работе с ними планируется обучить 2 тыс. человек, и мест меньше, чем желающих.

Работа на смартфоне вошла в программу соревнований. От финалистов тре-







В этом году в командном зачёте у нашей Московской области 24 место. Благодарим членов команды Михаила Щедрина, Константина Малышева, Надежду Булыкину и Светлану Абрамову. Они уверенно пробивались вверх по турнирной таблице, боролись в полную силу и в итоге показали неплохой результат.

бовалось самостоятельно установить ряд приложений и с их помощью купить, определить дозировку лекарственных препаратов, применить программу-переводчик для уточнения названия учреждения заграницей, ответить на вопросы по здоровью (для пожилых людей), с помощью QR-кодов найти информацию о соответствующих сайтах, оценить дальность перехода от одной точки в городе до другой, решить кроссворд на тему космоса. А ещё участникам кибер-схватки довелось анализировать почтовые рассылки с целью определить, какие из них являются легитимными; разбираться с темой овершеринга – необдуманного размещения излишней личной информации в соцсетях; бороться с фишингом и вишингом – видами мошенничества, позволяющего красть конфиденциальную информацию у «барсуков» и по телефону.

Многие финалисты отметили необычные «космические» задания: по снимку Земли, сделанному с МКС, определить, что на нем изображено; найти на снимках из космоса дом родителей Гагарина в городе Гагарине; ответить на вопрос, от кого и почему 309-й космонавт мира и 79-й космонавт СССР Талгат Мусабаев получил прозвище «космической няньки». Одно из заданий было практически квестом: в музее С.П. Королева в Москве хранится записка, сделанная великим конструктором и содержащая варианты названия первого космического корабля «Восток». Финалисты должны были найти фотографию этой записки и указать те названия, которые были внесены Сергеем Павловичем в записку как возможные варианты названия корабля: «Восход», «Встречный», «Взлёт», «Восхождение», «Выход».

«Для меня самыми интересными и полезными были задания по информационной безопасности, – говорит **Михаил Стройкин** (65 лет, с. Приволжское Саратовской области). – То, что нельзя никому давать личную информацию и тем более CVV, вроде бы банальность, но и о ней не все знают, да и мошенники совершенствуются. Лично я с ними столкнулся только один раз. Пришло сообщение, что кто-то перевел мне деньги и просит их вернуть. Я сразу проверил номер в интернете и выяснил, что это мошенники». Интернет – привычная часть жизни Михаила: он давно сделал автоматическими почти все платежи, перестал пользоваться наличными, а на досуге скачивает и слушает аудиокниги.

Его землячка **Елена Акимова** (57 лет, с. Балтай) в режиме онлайн регулярно проходит профессиональную переподготовку, участвует в обучающих мастер-классах, совещаниях в Zoom и Skype. Большим подспорьем в работе Сеть стала и для воспитателя детского дома **Ирины Кайсагалиевой** (57 лет, г. Анадырь, Чукотский автономный округ): «Я подружилась с компьютерами почти сразу после их «выхода в свет». Очень рада, что наша команда смогла принять участие в финале – несмотря на 9-часовую разницу во времени и перебои со связью».

«В современном мире с компьютерами и мобильными гаджетами Интернет – главный помощник, который меняет жизнь к лучшему. Появляются возможности, о которых мы и мечтать не могли!» – говорит москвичка **Татьяна Загуменнова**, которую можно смело назвать одной из самых стильных пенсионерок России. Она не только ведет и продвигает популярный блог в Инстаграме – @tati_zagumennova «Красота в деталях», у которого 13,5 тыс. подписчиков, в том числе из Греции, Таиланда, Ирака, но и учит других. Татьяна создала собственный гайд по набору подписчиков без вложений.

Финал XI чемпионата запомнится участникам и зрителям онлайн-трансляции не только интересными заданиями и необычными решениями, но и феерическим космическим шоу, которое провели актриса и телеведущая **Илона Броневицкая** и актер театр и кино **Никита Моисеенко**. Одним из самых ярких моментов стал запуск с Ритуальной площади – самого центра МАИ – уникальной модели корабля «Восток». Ее собрали вручную специально для торжественного открытия студенты вуза и школьники, посещающие кружок «Ракетомоделирование». Слова «Ключ, на старт!» – команда для запуска ракеты, ставшая нарицательной после выхода космического корабля с Гагариным на орбиту, – были сигналом к запуску ракеты и началу мероприятия.

Онлайн-экскурсия по лабораториям и легендарным объектам МАИ, включая орбитальную пилотируемую станцию «Алмаз», экспериментальный самолет «Квант» и истребитель МиГ-29; увлекательные рассказы и воспоминания преподавателей МАИ и ветеранов авиаотрасли – все это сделало финал ярким и незабываемым для более 2 тыс. зрителей. «Почти вся страна была с нами на одной волне, здорово!» – говорит **Николай Кобелев** из команды-победительницы (69 лет, г. Холмск Сахалинской области). «Я так волновалась, что долго не могла уснуть. Пока считали голоса, мы уже готовились к новому дню», – делится его коллега по команде **Елена Плотникова** (63 года, г. Южно-Сахалинск Сахалинской области).

«Первый выход в Сеть вполне можно сравнить с первым выходом в открытый космос, – считает летчик-космонавт, Герой России, выпускник МАИ **Фёдор Юрчихин**, ставший почетным гостем чемпионата. – Современные российские пенсионеры с их жаждой познания, настойчивостью и интересом к жизни – именно такие. А их лучшие помощники и учителя – внуки, знаю это по своим маме и теще!»

Дополнительная информация для СМИ:

Мария Сергачева,
+7 905 587 44 64,
sergachevami@yandex.ru

Фото Сергей КУКСИН

О ЧЕМПИОНАТЕ

Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров – крупнейшие в России и мире компьютерные соревнования среди старшего поколения. Чемпионат проводится с 2011 года по инициативе Общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России» (СПР) в целях популяризации компьютерного обучения и освоения современных IT-технологий среди людей старшего возраста и их успешной социальной адаптации в информационной среде.

***Организаторы** XI Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров: Союз пенсионеров России и Московский авиационный институт (национальный исследовательский университет) при поддержке Министерства труда и социальной защиты РФ и Пенсионного фонда России. **Чемпионат проводится при содействии:** Лаборатории Касперского, Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова, Российского геронтологического научно-клинического центра, Россотрудничества, Инвестиционной группы «ВИКА», МОБФ «Качество жизни». **Информационные партнеры:** АНО «Национальные приоритеты», издание «Metro Москва», газета «Третий возраст», интернет-портал «Баба-Деда», интернет-портал «Пенсионеры-online», интернет-журнал «Новый пенсионер». **Эксперт в вопросах здоровья памяти:** межрегиональный социальный проект «Мемини» (компания «Мерц Фарма»).*

ГЛАВНЫЙ ПРАЗДНИК СПОРТА

С 24 ПО 27 АВГУСТА 2021 ГОДА в Белгороде состоится финал VII Спартакиады пенсионеров России. Перед финалом пройдут региональные отборочные этапы в субъектах Российской Федерации.

К соревнованиям на всех этапах спартакиады допускаются мужчины 60 лет и старше, женщины 55 лет и старше, имеющие спортивный разряд не выше кандидата в мастера спорта в заявленном для участия виде программы.

Будут организованы соревнования по плаванию, комбинированной эстафете, утренней зарядке, настольному теннису, шахматам, легкой атлетике (кросс), стрельбе, дартсу, волейболу, а также выполнение нормативов ГТО (вне зачета).

Общее руководство организацией спартакиады осуществляют Министерство спорта РФ, Президиум Общероссийской общественной организации «Союз пенсионеров России» и Правительство Белгородской области.

Положение о VII Спартакиаде пенсионеров России размещено на сайте СПР rospensioner.ru.

ВЕСТИ С МЕСТ

ХИМКИ

ГЛАВА администрации г.о. Химки Д.В. Волошин сделал прекрасный подарок пенсионерам. Это бесплатная речная прогулка на трехпалубном пассажирском катамаране «Персей».

«Как вы все прекрасно знаете, Химки расположены на берегах Канала имени Москвы. Летом с воды открываются самые живописные виды. И мы решили, что нашу водную артерию можно задействовать для экскурсий в рамках проекта «Активное долголетие» – к автобусному маршруту добавили теперь и речной. Мы реализовали этот маршрут при поддержке Андрея Юрьевича Воробьева», – сказал Дмитрий Владимирович.

Записаться на экскурсию можно по телефону +7(495)5723097 либо онлайн – на официальном сайте проекта «Активное долголетие» СПР *dolgoletie.mosreg.ru*.

Надежда РУДАКОВА,
председатель Химкинского отделения СПП

ЭЛЕКТРОСТАЛЬ

ПОД Выборгом две тысячи человек в возрасте от 10 до 90 лет соревновались по спортивному ориентированию на Кубок Карельского Перешейка. Пенсионеры подмосковных городов Электросталь (на снимке вверху), Лыткарино, Сергиев Посад, Ногинск приняли активное участие, некоторые стали призерами. На снимке внизу: наши призеры городских соревнований по стрельбе.

Ольга ГУРОВА,
председатель Электростальского отделения СПП

МЫ ПОМНИМ!

День памяти и скорби 22 июня 2021 года – это 80-я годовщина начала Великой Отечественной войны.

В этот день в российских регионах прошли патриотические акции и инсталляции, среди участников которых были пенсионеры и ветераны. Состоялась традиционная «Свеча памяти», когда рано утром представители различных общественных организаций приходят к местам, связанным с событиями Великой Отечественной войны, с зажженными свечами (на снимке слева). Наша обязанность – сберечь правду о самой страшной войне, о великом подвиге народа.

ПЕНСИОНЕРЫ Истринского отделения СПП посетили Ржевский мемориал советскому солдату (на снимке справа). Впечатления незабываемые: масштабно и грандиозно. Порадовало, что у мемориала встретили много молодежи. Очень важно, чтобы она знала и почитала историю своей страны.

Кадима НАКОНЕЧНАЯ,
председатель Истринского отделения СПП

Валентина БОНДАРЕВА
п. Малаховка

ИЮНЬ 41-ГО

В горошек платье красное,
А мне двенадцать лет.
И в это утро ясное
Меня счастливей нет.

В руке моей мороженое,
И музыка слышна…
Вдруг взрывом невозможное:
Война, война, война…

Прошли жестоким маршем,
Мир утопив в крови,
По улицам по нашим
Солдаты не свои.

И танк с крестом на башне,
С оружием конвой,
И слушать было страшно
Язык чужой и злой.

Я худшего не знаю,
И память та во мне.
С тех пор я избегаю
Всех фильмов о войне.

Живу, хвала Всевышнему,
Тревог вкусив сполна.
Но только не услышать мне:
Война, война, война….

СВЕЧА ПАМЯТИ

На ладони свеча,
А на сердце печаль.
Пламя тихо мерцает,
Память вновь воскрешает
Тот кровавый рассвет,
Что принёс столько бед.
Это было давно.
Не забыть всё равно!
И слеза горяча.
Догорает свеча…

Татьяна ГЕРАСИМОВА
г. Мытищи

Год сорок первый, июнь, на улице жара,
Гуляют в парке городские люди,
А в сёлах – летняя страда
Без симфонических прелюдий.
Но небо вдруг заметно потемнело -
Ужели надвигается гроза?
То стая чёрных самолётов налетела,
Так начиналась та грозная война.
И парки сразу опустели.
Призыв был – строиться в ряды,
И женщины «на посошок» присели –
В дорогу отправлялись сыновья,
мужья, отцы, деды.
Они сражались, жизни не щадили,
К победе расчищая путь.
Мы верили, мы знали – победили!
Об этом, мой потомок, не забудь.
А тыл держался на плечах
Тех женщин, что «на посошок» присели.
Что хлеб пекли на фронт в печах
И успевали зёрна сеять.
И день настал –
Победой завершилась
та грозная и чёрная война,
И в цифру юбилейную сложились:
Победа, Мир, Салют, Единая Страна!
И парки снова зашумели
Весеннею зелёною листвой,
И соловьи так радостно запели,
И солнце засияло над землёй!

ИЗ ГАЗЕТЫ – В КНИГУ

Ведущий журналист газеты «Третий возраст» **Владимир МОРМУЛЬ** вышел в финалисты ежегодного Всероссийского литературного конкурса «Герои Великих Побед» за 2020 год. Три его очерка, печатавшиеся на страницах нашей газеты, вошли в сборник лучших работ конкурса, проводимого Союзом писателей России совместно с Министерством обороны Российской Федерации.

КРЫЛЬЯ НАШЕЙ РОДИНЫ

В СОЦИАЛЬНО-оздоровительный центр «Акрихин–Здоровье» г. Старая Купавна мы приезжаем из разных округов Московской области – отдохнуть и поправить свое здоровье. В один из недавних заездов культорганизатор центра и заместитель председателя местного отделения Союза пенсионеров Подмосковья Людмила Григорьевна Скляренко предложила нам экскурсию в Центральный музей Военно-воздушных сил в Монино.

Экскурсию провел лектор-экскурсовод музея С.Г. Олейник. Он показал нам самолеты времен Великой Отечественной войны, рассказал о их героических экипажах. От Сергея Генриховича мы узнали, что летчик-космонавт СССР, дважды Герой Советского Союза Георгий Тимофеевич Береговой – единственный в отряде космонавтов, кто был удостоен своей первой звезды Героя за Великую Отечественную войну, а второй – за полет в космос. Экскурсия по музею была длительной, интересной и информативной. В ней сплелись воедино две темы: подвиг военных летчиков в период войны и освоение космического пространства.

По окончанию работы экскурсовода Л.Г. Скляренко рассказала нам об инструкторе отряда космонавтов Александре Тимофееве, который больше десяти лет испытывал космические аппараты и себя в экстремальных ситуациях – он оставался на Земле, но рисковал не меньше летчиков.

На мероприятие Людмила Григорьевна пригласила сестру Александра Михайловича, которая рассказала, что ее брат мечтал покорить небо с шести лет, с того момента, когда по радиоприемнику сообщили, что в космос запущен человек. В итоге мечта сбылась.

Л.Г. Скляренко подарила музею заранее подготовленные фотографию и материалы о Тимофееве, а так же предложила создать стенд инструкторов отряда космонавтов. Мы этот хороший почин, безусловно, поддержали.

Выражаем искреннюю благодарность начальнику Центрального музея Военно-воздушных сил Филиала ФГБУ «ЦМВС РФ» Минобороны России Александру Михайловичу Зарубецкому за возможность посещения музея. Эта экскурсия оказалась для нас очень значимой!

Г.К. ПЬЯНОВ,
малолетний узник
Великой Отечественной
войны,
Л.И. ИГНАТЬЕВА,
г. Железнодорожный,
В.В. ДЕМИНА,
инвалид 2 группы,
и В.Н. ДЕМИНА,
г. Электроугли

ЭТО СТАНОВИТСЯ АКТУАЛЬНЫМ

Город Казань. Население более миллиона человек. 11 мая, начало десятого утра. В гимназии № 175, где в этот день находятся 784 человека, большинство из них дети, начинается второй урок. Все сидят в кабинетах, часть школьников в столовой, у третьего класса физкультура на улице. В это время 19-летний Ильназ Галявиев с ружьем направляется к школе…

КАЗАНСКИЙ СТРЕЛОК. ПОЧЕМУ?

ЧИТАТЕЛЯМ «Третьего возраста» наверняка важно понимать – по каким причинам произошла трагедия, в итоге которой погибли 9 человек и 32 пострадали. Наш корреспондент задал несколько вопросов доктору психологических наук, кандидату медицинских наук, ветерану военной службы **Леониду Давидовичу СЫРКИНУ**.

– Леонид Давидович, к какому разделу социальной психологии можно (или должно) отнести случившееся в Казани 11 мая 2021 года? Что это за явление?

– Социальная психология молода как наука. Родилась она в нашей стране примерно в 70-х годах XX века. Но за 50 лет в обществе произошли «тектонические» сдвиги. Случившееся в Казани – социально опасное явление, которое уже получило в США наименование «скулшутинг», т.е. вооруженное нападение учащегося или стороннего человека на школьников внутри учебного заведения. Первый случай скулшутинга в США был в 1927 году, а в России – в 2014. Нам еще только предстоит разобраться в природе этого явления. А тем временем гибнут люди, невинные люди.

– Это явление, на ваш взгляд, стихийное или постановочное? Если постановочное, то, предположительно, какими-то силами?

– Термин «скулшутинг» часто упоминается как синоним «Колумбайн» – от названия школы в США, в которой в 1999 году произошло самое громкое вооруженное нападение учеников на своих одноклассников. Этот случай получил широкий общественный резонанс, а трагические события легли в основу сценария нескольких кинофильмов на Западе. Считаю, что популяризация и даже героизация «скулшутинга» западным кинематографом позволяет усомниться в исключительной стихийности явления. Вероятно, на планете Земля существуют деструктивные силы, которые культивируют экстремизм и насилие.

– Как можно заметить намечающуюся беду? На что обращать внимание родным и близким? Соседям, знакомым, учителям?

– Вопросы «кто виноват» и «что делать» актуальны в России и поныне. Конечно, профилактика важнее полицейских мер. Верно, что уже в вашем вопросе акцентируется роль микросоциального окружения и, в первую очередь, семьи. Предстоит детально разбираться в случившемся. Без домыслов. И оперировать только выверенными фактами. Встает ряд жестких вопросов. Неясно, почему лицо, совершившее общественно опасное деяние, не контактировало со своими родителями и братом? Отражает ли случившееся деградацию института семьи? Или это частный случай расстройства личности? А быть может, это сложное сочетание сразу нескольких факторов? Учителям и воспитателям всегда следует своевременно обращать внимание на тех, чьи действия и поступки не укладываются в общепринятые правила и общественные нормы и не характерны для данного индивида, не соответствуют его привычкам и стереотипам (паттернам) поведения.

– Что является профилактикой подобных событий?

– Педагоги должны помнить, что актуальным направлением воспитательной работы является формирование таких личностных характеристик выпускника школы, как семьянин, гражданин, патриот и труженик.

В индивидуально-профилактической работе с обучающимися, как в образовательной среде, так и в семейно-бытовой обстановке, вероятно, акцент следует делать на индивидуально-психологические особенности личности. Новым и малоизученным направлением работы является мониторинг социальных сетей, наиболее популярных среди представителей молодежи.

Слово – доктору психологических наук, профессору, члену-корреспонденту РАЕН **Ирине Михайловне Ильичевой.**

ПРОИЗОШЕДШЕЕ в Казани поражает своей жестокостью. Выводы о личности преступника делать еще рано. Ждем заключение психолого-психиатрической экспертизы.

А предварительно попробуем высказать возможные причины случившегося.

Совершенно очевидно, что стрелявший лишен представлений о добре и зле. Отсутствие нормальных духовно-нравственных качеств, злоба на весь мир, желание компенсировать собственную несостоятельность вылились в чудовищное преступление. Эгоцентризм, отсутствие способности к сопереживанию, жестокость, холодный расчет – таким, по имеющимся данным в СМИ, представляется психологический портрет казанского стрелка.

Истоки подобного личностного профиля и поведения, скорее всего, уходят корнями в детство, когда ребенок был лишен нормальных и теплых отношений с родителями, подвергался травле со стороны сверстников. Агрессия (если она не вызвана органическими изменениями в мозге) часто является следствием тяжелых детских психологических травм и выступает как психологическая защита. Это попытка отомстить за тяжелую жизненную ситуацию.

Родители должны нести ответственность за воспитание, формировать нравственные установки ребёнка. А в обществе должна быть реализована система духовно-нравственного воспитания на всех уровнях образования, способствующая формированию духовно зрелой личности.

НАШ КОРРЕСПОНДЕНТ обратился также к доценту кафедры психологического и социально-педагогического образования Государственного социально-гуманитарного университета (ГОУ ВО МО «ГСГУ», г. Коломна), кандидату исторических наук **Александру Сергеевичу ЛЯПИНУ** с просьбой изложить его видение случившегося в Казани.

Он согласился рассказать о проблеме, объяснив, что сведения, которыми поделится с читателями, итог анализа как отечественных, так и зарубежных публикаций.

– Александр Сергеевич, так что такое «скулшутинг» или «колумбайн»?

– А это то самое, что в Казани. Наиболее известный случай произошел в 1999 году в школе «Колумбайн», в штате Колорадо. Два старшеклассника напали на учеников и персонал школы. Стрельба, взрывы... Убили 13 и ранили ещё 23 человека, после этого сами застрелились. В России, начиная с 2014 года, было зафиксировано до 19 преступлений с насилием в учебных заведениях. Есть признаки копирования скулшутинга в США и Европе.

– Есть ли противоядие таким действиям? Придумана ли профилактика?

– Общество, конечно, противопоставляет этим трагедиям определенные меры. В прошлом году, например, в Зарайске вынесен приговор Борису Б., который планировал расстрелять своих однокурсников и преподавателя в Луховицком аграрно-промышленном колледже. Бориса Б. приговорили к шести годам колонии строгого режима. Следствие установило, что «стрелок» считал себя последователем Владислава Рослякова, который 17 октября 2018 года устроил бойню в Керченском политехническом колледже. У 18-летнего зарайского «колумбайнера» нашли «тетрадь смерти». В ней имена тех, кого планировал убить.

– Но судебные меры это ответ на преступление. А предупредить его?

– Чтобы действенно предупреждать, надо хорошо знать явление. А мы только-только к нему подступаемся, изучаем его. По статистике 81% нападений совершаются одиночками. Средний возраст преступников скулшутинга варьируется от 13 до 19 лет. В большинстве случаев самоубийственный финал – суицид. В 80% случаев накануне преступления преступник сообщал какому-либо человеку о своем намерении совершить нападение, предупреждал кого-либо из учеников заранее, чтобы они избежали опасности. Интересное и полезное наблюдение в США: инцидент считается «заразным» и в течение 2-х недель вызывает новые инциденты.

– Это цифры последствий. Каковы же признаки готовящегося преступления?

– Первое: преступник имеет прямое отношение к школе, т.е. учился в ней. Второе: убийства умышленны, но не имеют корыстных мотивов. Третье: подготовка нападения осуществляется заранее и чаще всего направлена на убийство неопределенного круга лиц. Наконец, в большей части случаев было использовано огнестрельное оружие. И последнее: преступнику не важно – кто станет жертвой, главное для него сделать заявление или передать какое-то сообщение окружающим.

– Где же искать ключ к проблеме?

– Говорят, что без хорошей теории проблемы не решить. Надо исследовать факторы риска: семью, личность, социальную динамику, школьную динамику. Большие задачи стоят перед медициной, перед психиатрами и психологами. Уже сегодня всем становится ясно, что содержание многих компьютерных игр и медиа формирует установки на применение насилия, оружия. У молодых формируется стереотип, что оружие может решить все проблемы.

– Вот вы сказали, что чаще всего на подобные преступные акции идут одиночки…

– Да, да. Отчетливо проступает социальная изоляция этих типов накануне события, они воспринимают себя изгоями. Нам важно знать о наличии психологических расстройств или трудностей у них. Причем, не обязательно психических заболеваний. В школах психологи есть, но системы, выявляющей потенциальных школьников, склонных к скулшутингу, нет. Зато телевидение и интернет предлагают множество готовых сценариев, в которых насилие – средство решения проблем. И венцом всего – доступность оружия.

– И все-таки, на что могут и должны обращать внимание близкие и родные потенциального стрелка?

– Доступная литература и аналитика показывают, что, повторяю, нападающие – лица мужского пола, которых бойкотируют одноклассники. На втором месте депрессия и негативные эмоции и особенно – подчеркиваю! – готовность к насилию. В своих комнатах такие личности собирают плакаты с изображениями «стрелков», книги и фильмы про оружие. Они регулярно посещают оружейные веб-сайты, стремятся получить опыт обращения с огнестрельным оружием. Они создают специфические веб-страницы, обсуждают случаи расстрелов, размещают видео со стрельбой, песни с агрессивным содержанием. Они намекают окружающим на свои насильственные фантазии и планы.

Хотя бы на основании вышеперечисленного можно писать конкретные планы действий для нашего общества по профилактике трагедий, подобных казанской. И, наверное, не случайно президент Российской Академии наук Александр Сергеев сказал недавно, что российскому обществу необходим идеологический фундамент. Золотые слова!

ВЕСТИ С МЕСТ

ВСТРЕЧА начальника окружного Управления социальной защиты населения В.А. Морозова с активом Союза пенсионеров г. Старая Купавна началась с приятного момента – поздравления с юбилеем члена Совета Союза Валентины Дмитриевны Чаплыгиной. Затем Владимиру Анатольевичу были заданы наболевшие вопросы, касающиеся льготных социальных выплат, выделения путевок на лечение, присвоения звания «Ветеран труда», сферы ЖКХ и ряд других. На каждый был получен обстоятельный ответ. Члены Совета Союза остались довольны.

СТАРАЯ КУПАВНА

ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЕ ПОЕЗДКИ

В РАМКАХ программы «Активное долголетие» 4 июня группа пенсионеров посетила Орехово-Зуевский городской округ.

Экскурсия началась с Ликино-Дулевского краеведческого музея, который изначально возник в помещении казармы Ликинской прядильно-ткацкой фабрики. Нас особенно поразили «каморки», где проживали многодетные семьи работников фабрики, с предметами быта XIX и начала XX веков.

Одной из достопримечательностей города Ликино-Дулево является Дом культуры «Дулевский», внесенный в список памятников истории и культуры. Он был спроектирован архитектором Константином Мельниковым, все здания которого отличались неповторимым изыском.

Гордость города – фарфоровый завод, основанный в 1812 году Яковом Кузнецовым. Дулевцы – кудесники по части прочного и звонкого фарфора. У них заказывали фарфор для первых лиц российского государства и даже был изготовлен сервиз для президента США Рузвельта.

Ликино-Дулево славится и производством автобусов, первые из которых – «ЛиАЗ» – были выпущены в 1960 году.

По дороге в Степановский краеведческий музей мы любовались невысокими пятиэтажными постройками, чистым уютным городом. Увидели красивый храм Иоанна Богослова.

Музей удивил нас интересной подборкой экспонатов, собранных при активном участии местных жителей. Его особенностью является парк Памяти с мемориалом воинам-землякам, погибшим в годы войны. Каждая голубая ель в парке имеет этикетку с указанием фамилии, имени, отчества и года рождения погибших.

Немного уставшие, но довольные мы возвращались домой и благодарили за интересную экскурсию организатора поездки – Центр социального обслуживания «Золотой ключик», особенно начальника окружного Управления социальной защиты Владимира Анатольевича Морозова, сопровождающую нас Марию Немову и шофера Мартина Мкртчяна, которые стали нам за этот день близкими людьми.

РАНЕЕ пенсионеры из Старой Купавны посетили г.о. Коломна, где любовались красотой православных храмов, познакомились с одеждой и предметами старины в «Школе ремесел». Поездка оставила у всех неизгладимые впечатления.

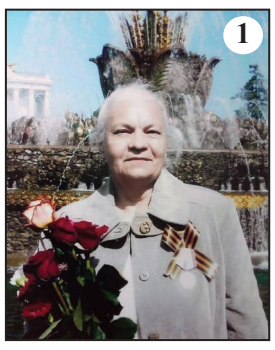
Купавинским пенсионерам, желающим присоединиться к экскурсиям по городам Подмосковья, просьба записываться по тел. 8-915-411-71-72.

Любовь ПРОХОРОВА,
председатель СПП
г. Старая Купавна

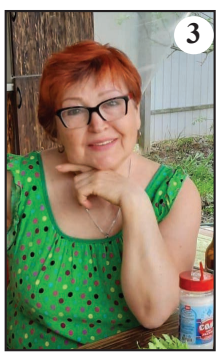
МЫТИЩИ

КАК НЕ ГОРДИТЬСЯ ТАКИМИ ЛЮДЬМИ!

Лето вступило в свои законные права, а мы не забудем подвести итоги уже ставшего историей мая. Мытищинские пенсионеры прожили его максимально активно и полезно, как только это может быть в условиях нынешней эпидситуации.


1

2


3

4

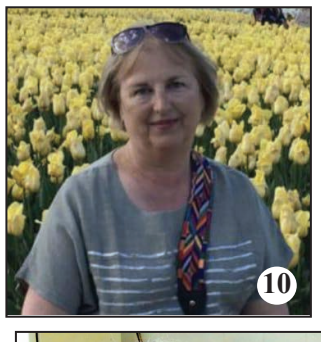
5

6

7

8

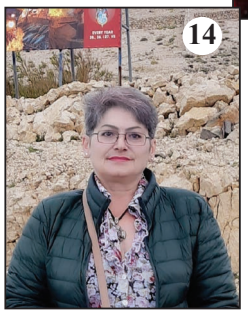
9


10

11

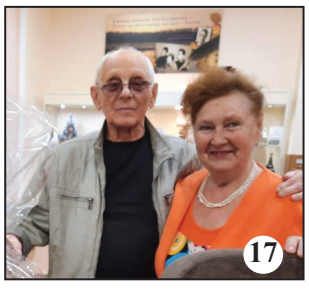
12

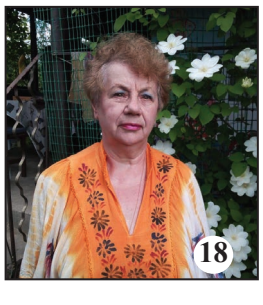
13


14

15

16


17


18

19

НАША умница Наталья ВОРОТНИКОВА (5) привезла награду за первое место среди женщин с шахматного турнира пенсионеров Московской области. Уважаемые нами врачи-геронтологи провели собеседование с желающими поправить свое здоровье в Геронтологическом центре (а это 120 человек!). Малоимущим и одиноко проживающим членам отделения доставили гуманитарную помощь от Союза пенсионеров России.

Было очень много приглашений на культурно-массовые мероприятия. На «Арене Мытищи» проводились занятия аэробикой, в физкультурно-оздоровительном комплексе мы регулярно занимались танцами. Там же Управление по физкультуре и спорту выделило для нас два дня с «часами добра», и все желающие могли играть в настольный теннис. Много мероприятий было в ДК «Яуза» и городском парке.

Благодаря великолепному культорганизатору Союза пенсионеров Подмосковья Зое Савельевне Ушаковой наши пенсионеры посещали концерты, кинотеатры и театры. Большое спасибо ей за это!

В Мытищах всегда ждут и с удовольствием читают нашу любимую газету «Третий возраст». Мы обеспечиваем ею Управление соцзащиты населения, Администрацию городского округа, Управление Пенсионного фонда, Россельхозбанк, Управление по социальной политике, ДК «Яуза», «Арену Мытищи», библиотеки, торгово-пешеходный мост «Конкорс».

А не так давно начали разносить газету по почтовым ящикам. Постепенно люди привыкли к нашим «почтальонам», и мы получаем от них благодарные отзывы. Эта большая и трудоемкая работа стала возможной благодаря инициативе наших активистов. Хочется назвать их поименно. Вот Раиса КУДАКОВА (10). У нее муж – лежачий больной, но при этом она находит время для общественных дел. Работает в паре с Надеждой ШУМАКОВОЙ (1), которая в свои 80 лет очень целеустремленная, обязательная и активная.

Людмила БУСТАМАНТЕ (20) разносит газеты по ул. Индустриальной, Надежда ПРОЦЕНКО и Наталья ГРЕНЦ – в Строителе, Наталья ЖОКИНА (18) и Ольга КОРОТКАЯ обслуживают ул. Летнюю, Галина ЮХНО (16), Галина АЛЕКСЕЕВА и Галина КЛИМОВА обеспечивают прессой большой микрорайон «Шараповка».

Лидия ЖУРАВЛЕВА (20) и Ирина ПОТАНИНА дежурят по

ВЕСТИ С МЕСТ

ДУБНА

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ отделения Дубны Валентина Петровна Кашатова проводит мероприятия для детей городского оздоровительного лагеря. В их числе «Час интеллектуальных игр», который особенно нравится ребятам.

ОДИНЦОВО

ДЕНЬ России в Одинцово отметили трудовым субботником. В нем участвовали и стар, и млад. Пенсионерка Одинцовского отделения СПП Валентина Сенько подарила свою картину «Севастополь» главе городского округа Андрею Иванову.

ЖИВЕТ НА ЗЕМЛЕ ДОБРОТА

КАК ЧАСТО мы сегодня слышим о благотворительности, меценатстве, волонтерстве, об оказании бескорыстной помощи и поддержки тем, кто в этом нуждается. А как иначе, если русскому человеку всегда было свойственно сострадание.

В подмосковном Жуковском проживает человек с открытым сердцем и необъятной душой – АЛЕКСАНДР МИХАЙЛОВИЧ ВАЛИКОВ, президент благотворительного фонда «Добрые люди». Его проект «Covihelp» поддержан фондом Президентских грантов.

Для нас, жителей г. Луховицы, было полной неожиданностью получить помощь из отдаленного города Жуковский. Представительница Участковой службы Олеся Полякова обратилась к нам с просьбой выделить одиноких пенсионеров для поддержки их жизненного уровня. Ну а когда вручили пожилым людям пакеты от фонда, те ахнули – в каждом 17 наименований продуктов, начиная от мясных консервов до чая и сахара! Одна из пенсионерок охватила руками голову: «Это же на сколько мне хватит еды, это ж я могу и лекарства теперь на сэкономленную пенсию купить. Дай бог этому доброму человеку здоровья и пусть подольше живет».

Уже получили наборы за март, апрель, май и июнь. Пакеты тяжелые, поэтому социальная защита предоставила транспорт, а наша добрая и отзывчивая Олеся со своими коллегами развозили по квартирам пакеты тем, кто не мог ходить.

Я не знаю, Александр Михайлович, сколько городов охвачено Вашей благотворительностью, но то, что Вы делаете, достойно величайшего уважения и признательности. Желаем Вам здоровья и успешной реализации всего задуманного! Всего Вам самого светлого, что только может предложить этот мир!

Елена КАКАУЛИНА,
председатель Луховицкого отделения СПП

средам с 13 до 17 часов по адресу Новомытищинский проспект, 30 (банк ВТБ), комн. 230-А, куда активно приходят пенсионеры за газетами, написать заявление в Союз, получить информацию. В большом микрорайоне «Перловский» работают Алла ГОВЕРДОВСКАЯ (20), Алевтина ШЕСТАК, сестры-близнецы Татьяна и Ирина ЧЕПЛЫШКИНЫ (20), Наталья СТАВИНСКАЯ.

Наталья МАЦНЕВА (8) по средам ведет мастер-класс для женщин «Стригу сама» и подстригает всех желающих. Мои первые помощники в организационных вопросах Раиса СЕМЕНЦОВА (2), Нонна ИСАЕВА (20). Администраторы чатов в мессенджере WhatsApp – Зания АБДУЛХАКОВА (11), Ирина КАЗАРЯН (14). Страничку ВКонтакте ведет Валентина ПАНОВА (6), помогают с цифровой информацией Клавдия ПАНЮШКИНА (15) и Александра ШИРОКОВА (19) из ЦСО. Быстро и очень грамотно выполняет любое поручение Лариса БОГАТЫРЕВА (3). И этот перечень можно продолжать еще.

БОЛЕЕ 70 человек из нашего отделения в прошлом году и начале этого отметили 80-летний юбилей. К сожалению, в связи с пандемией мы не смогли их торжественно поздравить, но активистов этой «команды» я хочу назвать и поблагодарить сейчас. Это Тамара ПИТАЛЕВА (12), Галина ЮХНО, Нина НЕПОМНЯЩАЯ (13), Галина АКСЕНОВА (7), Рената ШИПКОВА (4), Галина МАКАРОВА (бессменный инструктор по скандинавской ходьбе), Галина ФЕДОТОВА (9, работает с вязальщицами, обеспечивая

20

21

22

перинатальный Центр жизненно необходимыми для недоношенных детей теплыми вещами). Огромное спасибо вам всем, дорогие мои! Я знаю, что и ваша жизнь не проста, есть свои проблемы, да и здоровье иногда подводит – но вы готовы на все, когда речь идет об общественной работе. Как не гордиться такими людьми!

ВЕЛИКИЙ День Победы – главный праздник нашей страны. Поэтому большое количество мероприятий в мае проходило под этим девизом и главными героями, конечно же, были наши ветераны. Мы с ними тесно работаем уже десятый год. И мне очень хочется хотя бы коротко сказать о каждом из них.

Начну с тех, кто, к великому сожалению, покинул наши ряды. И.Т. МАЛАШЕНКОВ, А.Ф. ОСИПОВ, З.Т. ЧЕРНЫШОВА, В.Я. ПОРТНЫХ – все они прошли большую жизнь, отметили свое 90-летие, но не дожили до 76-й годовщины Победы. Светлая им память! Они до последнего были в строю, с большим удовольствием встречались с подрастающим поколением и встречи эти были яркими, незабываемыми.

Остальной костяк ветеранов – молодцы, держатся. Среди них участница Великой Отечественной войны А.И. РОДИОНОВА (22). В ноябре прошлого года мы поздравляли ее со 100-летним юбилеем! И вот на очередной слет ветеранов она пришла бодрая, веселая и активная. Участник боевых действий, полковник в отставке В.Я. ГУРАЛЬНИК (17) известен в Мытищах как автор около ста точных миниатюрных копий красивейших деревянных церквей.

Постоянно действует и команда ветеранов войны – участников трудового фронта. Возглавляет ее Г.П. СТРУЕВ (22), который работал с девяти лет. Э.В. ВОРОНКОВ (22) – легендарная личность, чемпион по греко-римской борьбе, заслуженный тренер СССР с более чем 60-летним стажем. Ныне у него инвалидность 1 группы, но он по-прежнему в строю, потому что настоящий боец! В мае отметила 99-й год своего рождения К.С.ЕРМОЛАЕВА (22), в прошлом сельская учительница. Трудились для Победы в колхозе и на производстве Е.Я. КОРОЛЕВА (21), Л.С. ПАРАМОНОВА (21), В.Г. ГАЧИНСКАЯ (22), В.Е. АРХИПОВА, К.С. РОДИОНОВА (22).

По традиции поздравить наших ветеранов с Днем Победы приехали представители Гимназии Петра Великого со старшеклассниками. Встречу мы решили организовать на площадке микрорайона Шараповка (фото вверху). Ветераны, сидя на скамеечках и греясь на весеннем солнышке, рассказывали о том непростом времени, с удовольствием отвечали на вопросы ребят. Все были в прекрасном настроении от общения! Кульминацией встречи стал момент, когда десятиклассники принесли и поставили роскошные корзины с подарками. Каждый из ветеранов выбрал себе корзину сам. И каждого гимназисты проводили до дома, до самой квартиры. Остальным, кто не смог прийти, мы развозили корзины уже по адресам.

О Гимназии хочу сказать отдельно. Это учебное заведение в городском округе Мытищи проводит целенаправленное патриотическое воспитание подрастающего поколения. Мы с ними работаем уже более пяти лет, они знают наших ветеранов в лицо, всегда очень торжественно и празднично встречают их в своих стенах. Традиционно каждый класс готовит концертные номера, рисунки, стихи, все произвольно и у всех по-разному, но одинаково – от всей души. А главное, что мы видим - неподдельно трепетное отношение детей к этим заслуженным людям, привитое педагогами и родителями.

По просьбе всех ветеранов хочу поблагодарить руководство в лице Генерального директора, кандидата экономических наук Ольги Игоревны Галкиной и директора по учебно-воспитательной работе, Почетного работника общего образования РФ Любови Николаевны Чуносовой, классных руководителей и родителей замечательных гимназистов. Низкий всем вам поклон от старшего поколения нашего Союза!

Елена РАХМАНИНА,
председатель Мытищинского отделения Союза пенсионеров Подмосковья

НОВОСТИ НАУКИ О ВОЗРАСТЕ

Уважаемые читатели! В сегодняшней статье мне бы хотелось поговорить о проблеме инфекционных болезней и о коронавирусной инфекции, поскольку многие в эти теплые летние дни расслабились, не выполняют требования по ношению масок, не пытаются избегать массовых скоплений людей, что привело к напряженной ситуации по заболеваемости новой инфекцией. Дело в том, что, по оценкам экспертов Всемирной организации здравоохранения, человечество входит в период новых эпидемий, и потому каждый должен иметь осознанное представление о предупреждении распространения инфекционных заболеваний.

ВСЕМ МИРОМ

В РАСПРОСТРАНЕНИИ любой инфекции принимают участие три звена: сам *микроорганизм*, который может передаваться разными путями, например, воздушно-капельным, как это происходит при коронавирусе; *цепочка передачи*, то есть, скажем, при чихании или кашле возбудитель передается от человека к человеку, оседая на слизистых оболочках при вдыхании; *воспринимающий организм*, в нашем случае – пожилой человек. Чтобы эффективно предотвращать передачу инфекции, нужен комплекс мер, направленный на все три звена инфекционного процесса, что может быть реализовано только при ясном понимании и поддержке каждого гражданина.

Понятно, что на сам возбудитель мы подействовать не можем, но у любого микроорганизма в процессе эпидемии есть свойство изменчивости, то есть образовываются новые штаммы с новыми свойствами. Именно это мы и наблюдаем с начала лета, когда увеличение заболеваемости происходит за счет индийского штамма коронавируса, который легче передается и вызывает более тяжелое течение заболевания. Вместе с тем со временем многие инфекции имеют свойство несколько смягчаться. Если переболевает или вакцинируется большое количество людей, называют цифру в 70% от всего населения, а некоторые эксперты и до 90%, когда речь идет о воздушно-капельных инфекциях, то формируется коллективный иммунитет: подавляющее большинство не реагирует на вирус при попадании его в организм, и он начинает представлять гораздо меньшую угрозу. Однако мы находимся в той точке пандемии коронавирусной инфекции, когда до формирования такого коллективного иммунитета требуется время.

Второе звено эпидемического процесса – это цепочка передачи вируса. Вот здесь самой действенной мерой профилактики распространения инфекции является разобщение людей, чтобы вирус не имел физической возможности передаваться от человека к человеку. А у нас пляжи Подмосковья переполнены! Это настоящий очаг инфекции, что может стоить жизни. Понятно, что все мы очень ждем лета, что жаркая погода, но в это лето второго года пандемии надо изменить свои привычки. Категорически не идти в толпу людей, выбирать для прогулок парки, удаленные лесные места, поехать жить на дачу, если есть такая возможность. Это все-таки важно, потому что под воздействием солнечных лучей в коже образовываются активные формы витамина D, которые, по современным данным, обладают защитным иммунным действием. И обязательно всем носить маски, чтобы были закрыты нос и рот. Здесь вступает в действие принцип коллективной ответственности. Если эти правила кем-то нарушаются, то и эффективность профилактических мер снижается.

И, наконец, третье звено эпидемического процесса – это сам человек или воспринимающий инфекцию организм. К настоящему времени коронавирусная инфекция все больше и больше изучается, в том числе в отношении пожилого возраста. Определенно известно, что протекает она по-разному – от бессимптомного носительства вируса до тяжелого респираторного дистресс-синдрома. Что происходит при тяжелом течении этого заболевания? На первой неделе мы наблюдаем повышение температуры, иногда очень значительное, то есть вирус проникает в организм, и иммунная система начинает бороться. На этом заболевание может завершиться, а может наступить его опасная фаза (примерно у 15% всех заболевших), когда иммунная система не успокаивается, а продолжает активно работать, расценивая собственные легкие человека как чужеродную ткань и начиная их атаковать. Поражаются стенки сосудов легких и альвеол (маленькие мешочки с воздухом, из которых состоит легочная ткань и которые участвуют в акте дыхания), под воздействием иммунных процессов в кровеносных сосудах образовываются тромбы, что приводит к тяжелому состоянию пациента.

В настоящее время врачами накоплен опыт и получены знания о том, как помочь в этой ситуации. Однако люди пожилого возраста относятся к той категории риска, когда течение болезни может пойти по описанному тяжелому варианту и с плохим ответом на терапию. Наряду с возрастом фактором риска тяжелого течения болезни является и мужской пол. Неблагоприятное течение коронавирусной инфекции может быть также при ожирении, сахарном диабете. Известно, что в среднем возрасте (от 45 до 60 лет) риск попасть в больницу при коронавирусной инфекции увеличивается при индексе массы тела более 23 (крайняя граница нормы – 25, далее следует уже избыточная масса тела). Все это говорит о том, что именно пожилые люди, у которых, как правило, наблюдается целый ряд хронических заболеваний, должны очень внимательно относиться к своему состоянию.

КАК ЖЕ защитить свой организм от вируса? Для этого с давних пор существует вакцинация. Уже много лет мы, гериатры, рекомендуем людям в возрасте старше 65 лет сезонную вакцинацию от гриппа и пневмококковой инфекции. Те, кто следует данному правилу, меньше болеют сезонными инфекциями и это «разгружает» их организм, способствуя предупреждению таких заболеваний, как инфаркт миокарда или инсульт.

Против коронавирусной инфекции в нашей стране разработано несколько эффективных вакцин. И при отсутствии противопоказаний (аутоиммунные и другие заболевания), по поводу которых стоит проконсультироваться с терапевтом, надо вакцинироваться. Если даже на фоне вакцины человек заболевает, течение болезни будет более легким, а ответ на терапию – эффективным.

У любой вакцины или лекарственного препарата могут быть побочные эффекты. Обычно это местные реакции, повышение температуры тела, боли в мышцах и другие. Если они возникнут, то нужно просто следовать рекомендациям врача. Однако в отношении вакцин против COVID-19 все исследователи сходятся в одном – по мере увеличения возраста частота побочных эффектов и их выраженность снижается. Так что бояться совершенно не стоит.

Перед вакцинацией следует придерживаться более строгого режима дистанцирования на протяжении двух недель, поскольку бывает, что вирус уже попал в организм человека, заболевание находится в инкубационном периоде, и введение вакцины совпадает с уже протекающей болезнью. В таком случае создается превратное впечатление, что человек заболел от вакцины, а на самом деле происходит лишь совпадение двух событий. Кстати, подобную ситуацию мы часто видим при введении вакцин против вируса гриппа. Словом, в медицине все индивидуально, и перед вакцинацией необходимо получить консультацию лечащего врача и обращаться к нему в случае возникновения вопросов после введения вакцины.

Бесспорно одно: чем больше людей пройдет иммунопрофилактику, тем быстрее разовьется коллективный иммунитет, и мы сможем дать достойный отпор новой инфекционной болезни. В связи с пандемией коронавируса COVID-19 особенно остро встал вопрос солидарности людей и коллективной ответственности друг перед другом. Это надо понимать и действовать сообща, всем миром.

Андрей ИЛЬНИЦКИЙ,
заместитель директора научно-исследовательского медицинского центра «Геронтология», профессор

Научно-исследовательский медицинский центр «Геронтология»:
www.gerontolog.info

СОВЕТЫ ЭКСПЕРТА

Восстановление после КОВИДа

Советы от Альбины Валерьевны СИМОНОВОЙ, профессора-иммунолога, профессора кафедры общей врачебной практики Московского областного научно-исследовательского клинического института, эксперта по превентивной медицине при АСИ.

– БОЛЬШИНСТВО из тех, кто перенес коронавирусную инфекцию, имеют разнообразные жалобы, восстановительный период при этом может продолжаться от месяца до года. Обратите внимание: если через 3-4 недели после болезни не становится лучше или какие-то симптомы усиливаются – это повод для обращения к врачу-специалисту. В зависимости от жалоб это может быть кардиолог, гастроэнтеролог, уролог, невролог и др.

COVID-19 – не единственное вирусное заболевание, которое требует реабилитации. Слабость, повышенная утомляемость, снижение работоспособности, головные боли, боли в мышцах, суставах, нарушение работы желудочно–кишечного тракта (запоры, диарея, метеоризм и др.) – характерный спектр жалоб как для пациентов, перенесших коронавирусную инфекцию, так и для тех, кто перенёс, например, герпес, ангины, грипп и др. В комплексной реабилитации нужно «поддержать иммунитет», поэтому лучше обратиться к врачу-иммунологу.

Реабилитацию важно проходить под наблюдением врача, потому что жалобы могут быть результатом обострения сопутствующих заболеваний. Например, астенический синдром (повышенная утомляемость и сниженная работоспособность) нередко связан с низким артериальным давлением, анемиией, гипофункцией щитовидной железы, вегетативными нарушениями, интоксикационным синдромом.

Необходимо сбалансированно питаться. Желательно исключить сладости, кондитерские изделия, дрожжевые продукты. Выпечку заменить на хлеб из твердых сортов пшеницы (полбы), цельного или пророщенного зерна, молочные продукты – на безлактозные. Полезно растительное молоко: кокосовое, миндальное, кедровое. Яйца, особенно белок – трудно усваиваемый продукт, перепелиные яйца легче усваиваются организмом. Мясо, птица, рыба: предпочтительны белые сорта мяса (кролик, индейка), в качестве гарнира лучше использовать зеленые овощи – при непереносимости сырых овощей готовить рагу. Стоит ограничить овощи семейства пасленовых (картофель, баклажаны, помидоры), сладкий перец. Кофе может вызывать аллергическую реакцию – лучше уменьшить употребление или заменить на цикорий, кипрей, зеленый, черный чай.

Важными остаются известные принципы питания: выходить из-за стола «слегка голодным»; не допускать поздних обильных приемов пищи, поскольку иммунитет кишечника – важнейшее звено общего иммунитета.

Важно корректировать дисбактериозы кишечника, носоглотки, урогенитального тракта препаратами-пробиотиками (бифидо- и лактобактериями), пребиотиками (растительными волокнами). Пробиотики можно закапывать в нос, орошать полость рта – бифидобактерии участвуют в синтезе противовирусных интерферонов, а лактобактерии положительно влияют на психику человека.

И, конечно, движение. Есть эффективный комплекс упражнений «Пять жемчужин» – входит в международные программы активного долголетия. Полезны ходьба, индивидуальная оздоровительная гимнастика – 1 час 3 раза в неделю или по 30 минут ежедневно. Можно использовать ипликатор Кузнецова (на все отделы позвоночника), втирать в шейный, грудной, поясничный крема, мази из живицы, сосны, пихты, кедра (противопоказания – аллергические реакции, индивидуальная непереносимость).

Хороший способ восстановления местного иммунитета – применение эфирных масел с бактерицидным, вирусоцидным эффектом (сохраняется до 2 часов). Активные вещества из сосны, пихты, кедра – отличные местные антисептики, к тому же положительно влияют на нервную систему человека, успокаивают.

Нужно бороться с депрессиями, унынием. Эти состояния хорошо коррегируются растительными адаптогенами (элеутерококк, аралия, левзея, родиола розовая и др. – доза подбирается индивидуально, есть противопоказания: повышенное артериальное давление, тахикардия, гипертиреоз). Современные психологи также рекомендуют 2 раза в день непременно отключаться от проблем.

ВАЖНО ЗНАТЬ

ГАЗ К КАЖДОМУ ДОМУ

ПО ПОРУЧЕНИЮ Президента РФ Владимира Путина в Московской области реализуется программа социальной газификации. «Мособлгаз» обнародовал график проведения работ, согласно которому «голубое топливо» придет в 2796 населенных пунктов до конца 2022 года.

Суть социальной газификации в том, чтобы довести трубу до каждого дома за счет газораспределительной организации – напомнили в ведомстве. Если при обычной газификации «Мособлгаз» тянет сеть до границ населенного пункта, то при социальной берет на себя еще и поуличную разводку. Жителю остается оплатить только ту часть работ, что проходит непосредственно на его личном участке. В результате затраты на газификацию для него снижаются в разы. Для социальной газификации не требуется заявки.

На сайте mosoblgaz.ru можно посчитать, в какую сумму участникам программы обойдется завести газовую трубу от забора в дом. «У нас в Подмосковье в среднем это от 50 до 150 тысяч рублей. И плюс к этому мы по поручению губернатора жителям предоставляем еще и рассрочку беспроцентную. Можно оплатить работы внутри участка в течение 6 месяцев равными долями. Без процентов», – сказал в интервью Радио «Комсомольская правда» генеральный директор АО «Мособлгаз» Игорь Баранов.

Получить информацию о программе можно:

- на сайте госуслуг Московской обл.,
- на сайте Минэнерго Подмосковья,
- на сайте Мособлгаза,
- по телефону горячей линии программы 8 (800) 100-75-75,
- в офисах Мособлгаза, МФЦ, Мосэлектросети, МосОблЕИРЦ.

КАК ОБЕЗОПАСИТЬ КОПИЮ ПАСПОРТА

Куда бы ни обращались люди, практически везде требуется предъявить паспорт. А зачастую копии с персональными данными граждан хранятся у должностных лиц различных учреждений. К сожалению, нередки случаи, когда работники организаций допускают утечку или распространяют сами чужие персональные сведения.

Сегодня новые технологии позволяют мошенникам, имеющим данные владельца паспорта, нанести материальный ущерб человеку.

Вот что можно сделать, чтобы защитить копию паспорта или хотя бы помешать мошенникам ею воспользоваться.

ДАННЫЕ В ПИСЬМЕННОМ ВИДЕ

В БОЛЬШИНСТВЕ случаев копия паспорта не нужна, и достаточно лишь указать некоторые паспортные данные. Эти данные можно написать от руки на обычном листе бумаги или напечатать на ПК и предоставить по месту назначения.

Сам паспорт можно просто показать, чтобы другая сторона сделки или должностное лицо убедились, что паспортные данные и предоставленная вами распечатка содержат идентичную информацию.

На текстовые данные злоумышленники не смогут переоформить недвижимость, произвести регистрацию фирмы или навредить вам иным образом.

СОКРЫТИЕ НЕКОТОРЫХ ДАННЫХ

БАНКИ принимают только копии паспортов без изменений, правок или пометок. А вот для небольших компаний можно эту копию немного изменить: если закрыть часть фото листом бумаги, для мошенника она станет менее полезной.

Хорошая идея – закрыть свою подпись, чтобы ее не скопировали.

Можно сделать несколько таких защищенных копий паспорта и предъявлять их по мере необходимости в различные организации.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОМЕТКА

В СЛУЧАЯХ, когда требуется именно скриншот или точная копия паспорта, можно в специальном мобильном или ПК приложении (или от руки) написать: когда, для какой организации и с какой целью была предоставлена копия вашего паспорта.

Для банков копия паспорта с такой надписью не годится. Но вариант сработает, если копию паспорта требуют в гостинице, при приеме на работу и др.

Например, если вы оставляете копию паспорта в ЖКО, можно указать: *копия сделана_____ (дата) для ЖКО, с целью _____ (цель запроса ЖКО).*

Хорошо, если надпись перекроет часть вашего фото: так ее сложнее будет удалить.

КОПИЯ НИЗКОГО КАЧЕСТВА

ЧЕМ ВЫШЕ качество копии паспорта, тем проще с нее снять еще одну копию, поэтому цветная фотография в высоком разрешении на черном рынке ценится выше размытой черно-белой.

Но отделу кадров, к примеру, качество не важно – им нужно только проверить вашу личность. Поэтому идеальная копия – это черно-белое изображение, на котором с трудом можно разобрать текст, а фото владельца документа похоже на черный квадрат с разводами.

Нужные фильтры есть в большинстве графических редакторов. Можно даже инвертировать цвета – получится что-то вроде негатива.

Источник: *profile.ru*

НОВОСТИ ПАРТНЕРА

«ЖАРКИЙ ПРОЦЕНТ» ОТ РОССЕЛЬХОЗБАНКА

РОССЕЛЬХОЗБАНК запустил акцию «Жаркий процент» по вкладу «Доходный» с возможностью размещения средств до 6% годовых. Максимальная ставка действует при условии открытия вклада на срок три года. Акция стартовала 28 мая 2021 года.

Специальное предложение будет доступно до 31 июля 2021 года включительно. В период действия акции можно открыть вклад в рублях РФ на срок 1 или 3 года, выплата процентов будет осуществляться в конце срока. Ставка по вкладу составляет 5 и 6% годовых соответственно в зависимости от выбранного клиентом срока вклада. Минимальная сумма размещения средств во вклад всего от 3 тыс. рублей. Акционным предложением можно воспользоваться как в дистанционных каналах обслуживания, так и в офисе банка.

«Россельхозбанк улучшает условия сберегательных продуктов и предлагает воспользоваться выгодным предложением. Сейчас для наших клиентов доступна возможность открыть вклад «Доходный» на длительный срок по максимально привлекательной ставке. Это отличный шанс сохранить и приумножить свои средства», – сообщает руководитель Блока развития розничного бизнеса и дистанционного обслуживания Россельхозбанка Юлия Деменюк.

Подробную информацию об условиях проведения акции можно получить в отделениях Банка, по номеру телефона Контакт-центра 8-800-100-0-100 и на официальном сайте www.rshb.ru.

РоссельхозБанк

АО «Россельхозбанк» – основа национальной кредитно-финансовой системы обслуживания агропромышленного комплекса России. Банк создан в 2000 году и сегодня является ключевым кредитором АПК страны, входит в число самых крупных и устойчивых банков по размеру активов и капитала, а также в число лидеров рейтинга надежности крупнейших российских банков.

ВЫГУЛИВАТЬ ПО ПРАВИЛАМ

В Подмосковье будут штрафовать за нарушение правил выгула домашних животных. Соответствующие изменения в КоАП внесла Мособлдума.

КАКИЕ ТРЕБОВАНИЯ УСТАНОВЛЕНЫ?

Владелец домашнего животного обязан соблюдать следующие правила:

убирать за питомцем в общественных местах, включая помещения общего пользования многоквартирных домов;

выгуливать собаку только в специально отведенных местах, которые определены органами МСУ;

при пересечении проезжей части автомобильной дороги, а также в подъездах и лифтах многоквартирных домов, во дворах жилых домов, на спортивных площадках, на территориях, прилегающих к образовательным и медицинским организациям, и иных общественных местах собаки должны гулять только на поводке и в намордник;

собаке нельзя находиться на детских площадках, на территориях дошкольных образовательных и общеобразовательных организаций;

в общественных местах щенки в возрасте до трех месяцев и декоративные собаки ростом до 25 сантиметров в холке могут быть без намордника, но обязательно с поводком или иным средством контроля, например, в переноске;

не оставлять собак в общественных местах без присмотра.

КАКИЕ ШТРАФЫ?

Если владелец не уберёт за своим питомцем в общественных местах, то на первый раз получит предупреждение, в последующем – штраф от 500 до 1500 рублей;

если собака без поводка и намордника в запрещённых местах, то сначала предупреждение, при повторном нарушении придётся заплатить от 1000 до 2000 рублей;

также заплатить от 1000 до 2000 рублей придётся и за нахождение собак на детских площадках, на территориях дошкольных образовательных и общеобразовательных организаций;

если собака причинила ущерб чужому имуществу – штраф от 1000 до 2000 рублей;

за нападение собаки на другое домашнее животное, с причинением ему увечий или в случае смерти – штраф от 4000 до 5000 рублей (не считая компенсацию за причинённый ущерб);

если собака напала на человека, то на владельца будет наложен штраф в размере 5000 рублей.

У многих возникает вопрос, а что делать, если нет площадок для выгула животных? Законом также внесены изменения, согласно которым теперь органы местного самоуправления определяют специальные места, – сообщается на сайте mosoblduma.ru

О ЛЮДЯХ ХОРОШИХ

День добрых дел

ИДЕЯ ТАКОГО дня возникла у Лианы внезапно, когда она поняла, что очень соскучилась по своей бабушке.

Лиана Хазиева занимается бровями, перманентом и всем, что с этим связано. В Мытищах у неё своя небольшая светлая и уютная студия, где она трудится и получает вдохновение от этого.

У Лианы двое деток и, будучи во втором декрете, она решила отучиться на бровиста. Да, теперь есть и такая профессия.

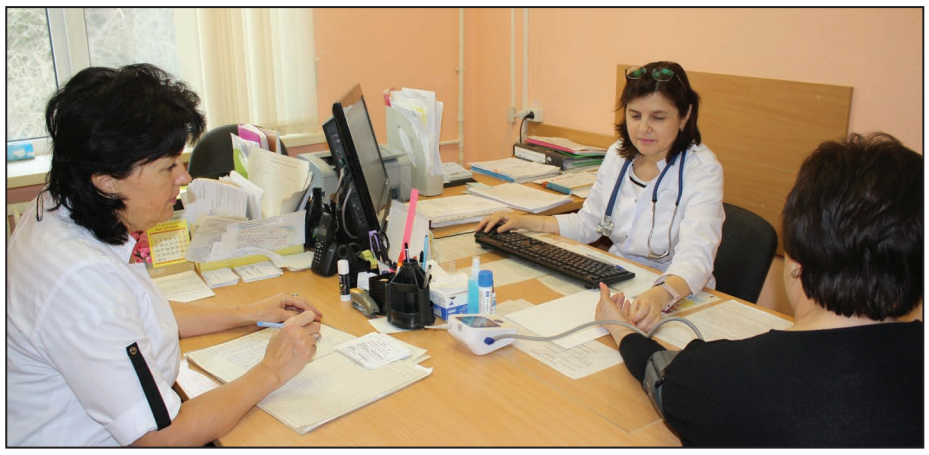
– Художественная школа, навыки инженера по основному образованию стали моими главными помощниками для быстрого освоения новой профессии. Из декрета в найм уже не захотела выходить, – говорит Лиана. – Я всегда была творческим человеком, нахождение в офисе убивало во мне личность и не давало расправить крылья. Поддержка мужа и огромное желание быть свободным работником, самостоятельно развиваться и уделять больше времени семье – это мои главные мотиваторы.

Много идей для реализации возникает в процессе общения с людьми. Я легко нахожу общий язык с клиентами, умею слушать и слышать, чувствую уверенность, так как есть опыт и знания, и знаю, что могу помочь. Делаю свою работу с большим желанием и от души.

О Союзе пенсионеров Подмосковья я слышала неоднократно, и очень хотелось сделать что-то приятное для женской половины организации. Неожиданно родилась идея! Я нашла контакты председателя и предложила свою помощь. Очень хотелось показать другим пример и привлечь внимание молодёжи к людям старшего возраста. Ведь мы, на самом деле, нечасто задумываемся о проблемах пенсионеров и ещё реже помогаем им, потому что не привита культура уважения. Кому-то кажется, что это не модно, кому-то – не интересно. Но я считаю – общение с пожилыми дарит особое тепло. А ещё старшее поколение с совсем другими ценностями, их интересно слушать…

Хочу, чтобы стало нормой, когда каждый специалист в своей сфере выделял хотя бы один день в году для добрых дел. Будет совсем замечательно, если эту эстафету подхватят и предприятия города. Для пожилых людей и внимание, и материальная помощь даже в мелочах никогда не будут лишними. Буду пропагандировать эту идею и дальше, по мере возможности, своим примером!

Добавить к этому нам нечего. Кроме огромной благодарности Лиане Хазиевой от женщин Мытищинского отделения Союза пенсионеров, которым она дарит красоту и хорошее настроение.



Наш любимый доктор

В ПОЛИКЛИНИКЕ Звездного городка работает замечательный доктор и прекрасный человек Светлана Алексеевна Захарова. Она кардиолог, ведет прием в тандеме с медицинской сестрой Тамарой Федоровной Новиковой. Это настоящие профессионалы своего дела (на снимке).

Светлана Алексеевна окончила Российский Государственный Университет им. Пирогова. В Звездный городок приехала в 1987 году. А работать в МСЧ № 2 стала с 2011 года. Наш доктор – очень скромный человек. О себе и о своей семье говорит мало. Но мы знаем, что у нее любящий муж, два взрослых прекрасных сына и замечательная внучка.

У этой маленькой хрупкой женщины огромное доброе сердце, которого хватает на всех. Кто хоть раз побывал у нее на приеме, испытал только положительные эмоции и благодарность. К каждому больному доктор относится с глубоким уважением, располагая к откровенной беседе, в которой человек рассказывает о своем состоянии, ничего не скрывая. А сколько жизней Светлана Алексеевна спасла, обнаружив своевременно признаки инфаркта миокарда или какие-то отклонения на электрокардиограмме и отправив в специализированные учреждения! Много, очень много! Мы знаем такие истории. Расскажем те, которые связаны с нами.

Л.С. Коваленя:

– Это произошло со мной в 2014 году. Все случилось дома. Почувствовала себя плохо, но не знала, что это был инфаркт… Через некоторое время пришла в поликлинику, где Светлана Алексеевна очень оперативно провела необходимые исследования, и в срочном порядке меня госпитализировали в кардиологическое отделение больницы № 119 г. Химки. Там уже была проведена операция на открытом сердце. Это спасло мою жизнь.

Я.Б. Сокольская:

– В марте этого года я пошла в поликлинику, так как почувствовала ухудшение самочувствия и боли в груди. Ожидая приема, неожиданно потеряла сознание. Когда пришла в себя, увидела над собой лицо Светланы Алексеевны, которая интенсивно делала мне массаж сердца. Ей помогала медицинская сестра Тамара Федоровна Новикова. Рядом были и заместитель главного врача Елена Валентиновна Короленко, и бригада скорой помощи наготове. Кто-то сказал: «Такая хрупкая женщина, а так энергично делает массаж!». Я уверена, что, не окажись рядом С.А. Захаровой, могло случиться худшее. Спасением своей жизни я обязана этому доктору – и хочу сказать ей спасибо!

Т.Г. Гусакова:

– На приеме у Светланы Алексеевны я была не раз: и сама, и со своим отцом – инвалидом 1-й группы после перенесенного в 2017 году тяжелого инсульта. Я тоже врач и прекрасно понимаю, что такое доктор от Бога. Именно таким доктором и является С.А. Захарова. Она не просто примет, выслушает, осмотрит и сделает назначения, она уделит вам столько внимания, сколько потребуется, несмотря на установленный регламент, ответит на все вопросы, повторит, если что-то не поняли и научит, как правильно жить с той или иной проблемой по здоровью. Я очень рада, что в Звездном есть такой внимательный, чуткий и заботливый доктор с большой выдержкой и огромным теплым сердцем!

Желаем врачу-кардиологу Светлане Алексеевне Захаровой, медсестре Тамаре Федоровне Новиковой, всему медперсоналу МСЧ №2 крепкого здоровья и успехов в их нелегком, но благородном труде, который помогает людям выздоравливать и продолжать жить.

Людмила КОВАЛЕНЯ, председатель СПП Звездного городка, Ядвига СОКОЛЬСКАЯ и Татьяна ГУСАКОВА, члены Правления

Это золото прожитых лет…

НИНА Алексеевна и Николай Федорович Голуновы познакомились в 1970 году в сельской школе на Урале. Нина приехала туда после института преподавать русский язык и литературу, а Николай вел уроки физики и… пения. Молодые люди начали встречаться, а через год поженились. В этом же памятном году 23-летний Николай Федорович стал самым молодым директором школы в районе. Вскоре у супругов один за другим родились сын и дочь. А через несколько лет из небольшой деревни семья переехала в крупное село.

Николай Федорович был назначен секретарем партийного комитета совхоза, а Нина Алексеевна продолжила работать в школе, совмещая преподавательскую деятельность с должностью организатора. В 1983 году, учтя желание педагогического коллектива, Нину Алексеевну назначили директором школы. Это было непростое время, когда пришлось руководить строительством новой кирпичной двухэтажной школы, которая и по сей день является самым лучшим и красивым зданием села.

В 1989 году Голуновы переехали в Подмосковье, в село Онуфриево. Николай Федорович работал главным агрономом, а потом и заместителем директора совхоза. Нина Алексеевна много лет занимала должность завуча, а в самый трудный для школы период, как уже было однажды, руководила ею, будучи директором.

Супруги сохранили любовь друг к другу, вырастили двоих детей и троих внуков – таков итог полувековой семейной жизни. Это и есть счастье!

Отделение СПП, филиал Онуфриево г.о. Истра

ВЕСТИ С МЕСТ

ЛЮБЕРЦЫ

В ПАМЯТЬ О МОРЯКАХ

ПРЕДСТАВИТЕЛИ Люберецкого отделения СПП присутствовали на Поклонной горе на открытии памятника военным морякам, погибшим в боях под Москвой в 1941-1942 годах. На торжественную церемонию нас пригласил председатель Российского фонда ветеранов адмирал Иннокентий Иннокентьевич Налетов. Администрация г.о. Люберцы выделила автобус для поездки.

Монумент установлен на площадке Музея Победы в преддверии 80-й годовщины битвы за Москву по инициативе Российского фонда ветеранов, ветеранских организаций ВМФ и моряков-пограничников России. В 1941-1942 годах в боях на подступах к столице участвовали более 12 тысяч краснофлотцев, старшин и командиров, которые проявили беспримерный героизм и мужество.

Памятник морякам получился народным, средства собирали отовсюду – поддержали и коммерческие структуры, и просто неравнодушные люди. Автор бронзовой скульптурной композиции молодой скульптор, член Московского Союза художников Грант Гарибян.

Среди многочисленных гостей был ветеран Великой Отечественной вице-адмирал в отставке Ашот Саркисов, который в далёком 41-м сражался под Москвой. А после открытия памятника тут же прошло посвящение школьников в кадеты. Это придало особенную трогательность мероприятию.

Нам, конечно, очень повезло, что мы там побывали. Спасибо Российскому фонду ветеранов, что не забывает своих преданных друзей, а также всем, кто организовал эту незабываемую поездку.

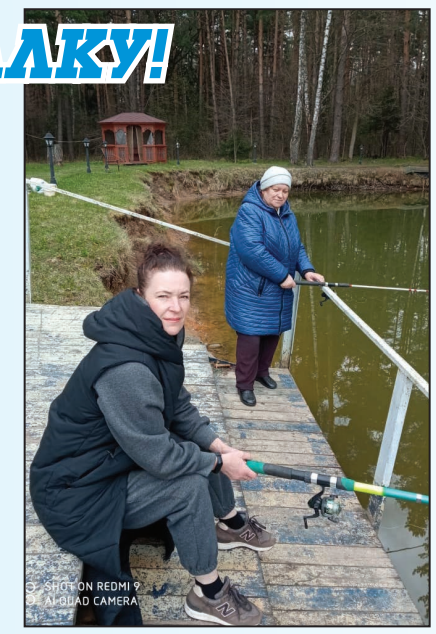
ВСЕЙ КОМПАНИЕЙ – НА РЫБАЛКУ!

ВОДИН из теплых весенних дней пенсионеры нашего отделения выбрались на природу – в Дом отдыха рыбака (Раменский район). Шикарный водоем здесь расположен в живописном лесу. По приезду нам выдали удочки, приманку мы взяли из дома и – вперед, на карпа, карася и прочую рыбешку! Но рыба оказалась хитрее нас, и в этот раз наловили мы мало, видимо, вода еще плохо прогрелась.

Впрочем, это не важно! Ведь главное – общение и хорошо проведенное время. Мы надышались лесным воздухом, поиграли в волейбол. Специалист своего дела провел с нами мастер-класс по приготовлению настоящего плова. И хоть собрались опытные женщины, многие не знали некоторые тонкости приготовления этого хорошо известного блюда. Конечно, вкусный плов был с удовольствием съеден. В общем, сплошной позитив!

Как всегда, говорим большое спасибо депутату, председателю нашего отделения Сергею Николаевичу Долгову и его заместителю Зое Савельевне Ушаковой. Благодаря им мы живем так интересно.

Коллектив Люберецкого отделения Союза пенсионеров



НОГИНСК

ВСТРЕЧИ С ПОЭЗИЕЙ

В ГОСТЕПРИИМНОМ зале Центральной библиотеки имени А.С. Пушкина в Ногинске состоялось очередное заседание клуба «Литературные встречи», работающего при местном отделении СПП. Клубом многие годы руководит член Союза пенсионеров Нелли Арутюновна Литвинова – организатор и идейный вдохновитель заседаний.

На этот раз встреча была посвящена 135-летию со дня рождения русского поэта Николая Гумилева. Конечно, в силу своего возраста, литературного кругозора и образования мы знали, что поэт жил и творил в начале 20-го века, был мужем Анны Ахматовой и отцом крупного историка и этнографа Льва Гумилева.

Разумеется, все сведения о его биографии и жизненных перипетиях сейчас очень просто почитать в интернете. Но строчки из интернета не могут конкурировать с ярким, эмоциональным рассказом ведущей. Тем более, что речь Нелли Арутюновны сопровождалась видео- и звуковым рядом.

Это были фотографии из семейного альбома поэта, виды местностей, где жил или бывал он. Звучал голос Василия Ланового. В его исполнении мы услышали знаменитое стихотворение «Жираф». Изумительный по красоте романс «Вечер» Нины Тарасовой на стихи Гумилева сопровождался картинами К. Коровина. А. Малинин великолепно спел с экрана романс «Я хотел въехать в город на белом коне». Очень трогательно и искренне прозвучало стихотворение Гумилева «Маэстро» из уст члена Союза пенсионеров Раисы Михайловны Бутымовой.

Нелли Арутюновна вспомнила о своем посещении музея М. Волошина в Коктебеле и об отношениях двух поэтов. А Лариса Дмитриевна Слепнева рассказала о местечке Комарово, где десять лет прожила Анна Ахматова. Она же рассказала о прочитанной книге английской писательницы Элен Файнштейн «Анна Ахматова».

Встреча прошла живо и насыщенно, а закончилась свободной дискуссией о творчестве поэтов серебряного века.

Сидевшая рядом со мной соседка пожаловалась, что далека от поэзии и считает себя малообразованной в этой области. Но на мой вопрос, было ли ей интересно, она ответила: «Очень!». Вот вам и оценка творчества поэта: прошло сто лет с момента его гибели, отгремели войны, революции, перестройки и перекройки нашего общества, а написанное им живо, по-прежнему интересно и волнует читателей.

Выражаем огромную благодарность Нелли Арутюновне за такую встречу, работнику библиотеки Галине Прозоровой - за помощь в ее организации и администрации – за предоставленное помещение.

Галина КОМАРОВА, член Ногинского отделения СПП

ДРУГАЯ встреча в клубе посвящалась прекрасному поэту Александру Блоку.

Во вступительном слове организатор клуба Н.А. Литвинова рассказала о жизни и творчестве поэта. Её повествование переплеталось с аудио- и видеозаписями. Мы услышали чудесный романс «Сирень» на стихи тёти поэта Е. Бекетовой, песни на стихи Блока «Балаганчик», «Россия», «В сумраке снежном».

– Очень интересной и содержательной получилась встреча, – считает член отделения СПП А. Степанова. – Особенно трогательно было услышать первые стихи маленького Блока, которые он написал в пятилетнем возрасте.

Рассказ о Блоке сопровождался показом слайдов из жизни поэта. Стихотворения читали Р. Бутымова, Г. Рязанова. Вообще, стихов прозвучало в этот вечер много.

Интересный фотомонтаж о поэте показала В. Гузнова. А позже, делясь впечатлениями, сказала:

– С превеликим удовольствием отдохнула душой от домашних дел и суеты, из-за которых не всегда хватает времени на чтение. А в этой обстановке вспомнила почти забытые любимые строки и, конечно же, дома нашла томик А.Блока и теперь перечитываю его.

Огромное спасибо работникам библиотеки за помощь в подготовке этой встречи!

Галина РЯЗАНОВА, член Ногинского отделения СПП

ЖИВОПИСЦЫ, ОКУНИТЕ ВАШИ КИСТИ

УНИКАЛЬНАЯ НАГРАДА ИРИНЫ СКВОРЦОВОЙ

8 ИЮНЯ в России отмечали День работников сферы соцзащиты населения и 30-летие социальной службы страны. В каждом городском округе Подмосковья тепло поздравляли представителей этой профессии, тех, кто первыми принимают на себя волны людских проблем и в меру своих возможностей помогают решать их.

В этот день в конференц-зале Мытищинского Управления социальной защиты населения состоялась встреча сотрудников с Заслуженным деятелем искусств России, председателем объединения художников «Русский Север», известным искусствоведом Львом Александровичем Миловидовым.

Он также является человеком ограниченных возможностей здоровья и вот уже 15 с лишним лет – клиентом Управления социальной защиты по причине слепоты. При этом Лев Александрович продолжает вести активную деятельность, принимая участие в различных мероприятиях не только в Подмосковье, но и по всей России.

Реализовать свои инициативы в области изобразительного искусства он способен благодаря всемерной социальной помощи. А самым главным помощником в этом является руководитель Управления Ирина Юрьевна Скворцова, большой профессионал своего дела. Будучи разносторонней личностью, она прекрасно понимает значение живописи в развитии культуры и эстетики общества.

Несколько лет назад, когда общественность страны отмечала 40-летие объединения художников «Русский Север», при поддержке Управления социальной защиты населения был подготовлен и выпущен уникальный альбом «Русский Север». Авторитет объединения уже перешагнул границы России. Творчество художников известно во многих зарубежных странах.

Всё это дало возможность в 2020 году подготовить и выпустить медаль, посвященную памяти выдающегося Заслуженного художника России, члена-корреспондента Российской Академии художеств, лауреата Госпремии им. И.Е. Репина Владимира Стожарова. Эта значимая награда, выполненная из бронзы, имеет международное значение. В удостоверении к ней написано: «За большой вклад в русскую и мировую художественную культуру».

Среди награжденных ею – известные художники, искусствоведы, ряд организаций, благотворительные фонды и представители творческих союзов. А недавно медаль для награждения Президента России была для него передана.

Этой уникальной медалью награждена Ирина Юрьевна Скворцова. Для вручения награды был выбран профессиональный праздник социального работника. Все сотрудники учреждения убедились в том, что их работа получила высокую оценку.

Объединение художников «Русский Север» выражает глубокую признательность и благодарность Ирине Юрьевне Скворцовой, всему коллективу Управления социальной защиты и надеется на дальнейшее плодотворное сотрудничество.

Елена РУМЯНЦЕВА,
консультант секции критики
и искусствоведения

ХУДОЖНИК ВЛАДИМИР ДЖАНИБЕКОВ

Нынешний год проходит под знаком 60-летия первого полета человека в космос – давнюю мечту человечества осуществил наш соотечественник Юрий Алексеевич Гагарин. В преддверии юбилея этого выдающегося события в Доме космонавтов Звездного городка открылся большой вернисаж легендарного летчика-космонавта СССР, дважды Героя Советского Союза и члена Союза художников России Владимира Джанибекова.

РОДИЛСЯ будущий покоритель космоса в поселке Искандер Ташкентской области Узбекистана (бывшая Южно-Казахстанская область, Казахская ССР). Великолепие родной природы не могло не пробудить в мальчике чувство прекрасного. И даже то, что он поступил в Ташкентское Суворовское училище, не означало отлучение от духовности, красоты и гармонии. В 50-е годы в этих училищах наряду со специальными предметами немало внимания уделялось и эстетическому развитию курсантов. Целых три года суворовцы обучались академическому рисунку, живописи и композиции. В годы войны в Ташкент была эвакуирована знаменитая художественная студия им. Грекова. Некоторые ее члены стали преподавать в Ташкентском Суворовском училище. Именно здесь Владимир получил неплохую академическую художественную подготовку.

После окончания училища в 1960 г. Владимир Джанибеков решает связать свою судьбу с военной авиацией. Отучившись в Ейском высшем военно-авиационном училище, он служил лётчиком-инструктором ВВС СССР, а в 1970 году вошел в состав отряда космонавтов. В свободное от занятий и тренировок время часто брал в руки карандаш или кисть и заполнял листы альбома различными сюжетами или портретами.

В 1978 г. Владимир Александрович стал сорок третьим космонавтом СССР. Всего на его счету пять полетов общей продолжительностью 145 суток и все – в качестве командира корабля, что стало мировым рекордом.

И все время его увлечение оставалось с ним. Впервые в качестве художника он принял участие во всероссийской выставке в 1981 году, а в 1982-м был принят в члены Союза художников России. За прошедшие годы Владимир Джанибеков выполнил немало художественных произведений в различных техниках – акварель, карандаш, гуашь, масло. Конечно, работы космонавта-художника сразу же находили место в музеях, картинных галереях и частных коллекциях. Вот почему его персональная выставка в Доме космонавтов целиком состояла из постеров, повторяющих картины. Всего в экспозицию автор представил 90 художественных произведений: пейзажи, натюрморты, портреты. Основной темой является, естественно, космос. Автор с успехом использует разные стили изображения: от реалистического пейзажа до аллегории. Но главное – это философское осмысление им значения исторической встречи Человека с Космосом.

На открытии выставки собралось большое количество жителей Звездного городка – чтобы воочию увидеть искусство человека, который имел возможность наблюдать нашу планету с космической высоты и запечатлел ее хрупкость и красоту.

Владимир Александрович рассказал о своем пути в мир изобразительного искусства, о том, какое значение оно имеет для него.

Мне была предоставлена честь рассказать о Джанибекове-художнике. Я выступал от имени объединения «Русский Север», которым руковожу 36 лет. И рад сообщить, что в числе талантливых живописцев, награжденных уникальной медалью, посвященной Заслуженному художнику России Владимиру Стожарову, которую выпустило объединение – В.А. Джанибеков.

Как художник Владимир Джанибеков принимал участие во многих крупных художественных выставках как у нас в стране, так и за рубежом. Целых четыре месяца он совместно с юным дарованием Полиной Астаховой демонстрировал на сайте Дома космонавтов художественную выставку «Без грани поколений». В 2002 году Московская областная организация СХ России подготовила и выпустила на трех языках альбом «Художники Подмосковья», в котором было представлено и творчество Владимира Джанибекова. Также космонавт выступил в качестве иллюстратора более десятка книг, а филателистам известны его графические почтовые миниатюры, которые он создавал в соавторстве с художником Германом Комлевым.

В сфере интересов Владимира Джанибекова – физика, астрономия, экологические технологии, воздухоплавание... Я испытываю большую гордость оттого, что мне посчастливилось быть близко знакомым с этим незаурядным человеком и выдающейся личностью.

Лев МИЛОВИДОВ,
Заслуженный деятель
искусств России, искусствовед

РАССКАЗ

Уроки телевизионных шоу

УЖЕ НЕ ПОМНЮ, как назывался этот проект на телевидении. Я обратил на него внимание потому, что моя жена, педагог художественной школы в Подмосковье, мечтала свозить учеников на урок Зураба Церетели в его галерею на Пречистенке, а как пробиться к нему, не знала. Знаменитый скульптор давал уроки не часто, и, скорее всего, попадали к нему лишь столичные школьники.

Тогда и привлек мое внимание бойкий ведущий из телевизора, настойчиво убеждавший зрителей, желающих сделать подарок своим «половинкам». Мол, обращайтесь ко мне по телефону. Мол, телеканал всё организует в лучшем виде! Мол, для того и программа его создана – вы публично совершаете перед телекамерами некий «подвиг» ради своих возлюбленных, а мы совершенно бесплатно, за счет телеканала, дарим вашим женам и любимым женщинам то, о чем они мечтают. И телепередача демонстрировала зрителям такие примеры.

Один мужик панически боялся акул, но ради блага жены согласился плавать в океанариуме бок о бок с прожорливыми агрессорами. Конечно, морские хищницы были предварительно сытно накормлены, их не интересовал трусливый дамский угодник. Но все равно, страшно-то как! Зато жена на халяву получила путевку и поехала загорать на Мальдивы.

Другой поклонник своей супруги дико боялся высоты, но его уговорили-таки прыгнуть на парашюте. Передача не уточняла – остались ли сухими его портки, не получил ли инфаркт этот храбрец и не хватила ли его какая другая «кондрашка», но бесплатную и роскошную норковую шубу жена надела прямо на передаче.

Вот я и подумал – а не отважиться ли мне на что-то подобное? Высоты я не боюсь. С акулами все понятно: им или пасть зашьют или дадут успокоительное. А что придумают для меня – посмотрим. И я позвонил на телеканал. Жена, конечно, ничего не подозревала.

Вежливая и все понимающая девушка на том конце провода соединила меня с нужным отделом. Там доброжелательно выслушали, записали координаты и обещали со мной связаться.

Прошла неделя. И вот долгожданный звонок. Женский приятный голос пригласил приехать в удобное для меня время по адресу недалеко от метро ВДНХ. Еще в электричке всю дорогу я пытался предугадать – что меня ждет?

А ждали меня пока в Институте психологии. День был выходной, здание пустое, но в одном кабинете из-за стола встали навстречу миловидная женщина и молодой парень с компактной видеокамерой. И начался продолжительный разговор «под запись» об истории моей жизни, об истории знакомства с женой. Первая встреча, первые впечатления, кто я и кто она, что она любит и что люблю я и т.п. Чертова уйма вопросов, которые – я это понимал – помогут сотрудникам телеканала найти мою «ахиллесову пяту». На том тогда и расстались.

Прошло дней десять. Снова звонок. Снова выясняют – когда я могу приехать в Москву и назначают новый адрес для встречи. Теперь по соседству с Цирком на Цветном бульваре.

Приезжаю. Оказалось, что запланирован мой визит в парикмахерскую. В большую и просторную. Там много мест, но в зале пусто. Никого, кроме одинокой девушки-парикмахера в накрахмаленном халате. Она приняла от меня верхнюю одежду – дело было осенью – и провела к одному из кожаных кресел. Я сел, поерзал, чтобы удобней устроиться. Девушка нажала педаль, спинка кресла откинулась, и я принял чуть горизонтальное и почти беспомощное положение. Потом девушка накинула мне на лицо большую влажную и горячую салфетку.

Такую обычно кладут на лицо тем, кого готовят к бритью опасной бритвой. Я не раз видел это в детстве, когда ходил стричься к моей тетушке-парикмахеру. Тогда у мужчин не было электробритв. Кожа под салфеткой размягчалась, волосы на щеках и подбородке становились податливей, да и вообще процедура нравилась мужчинам, поскольку превращала бритье в долгое таинство с ритмичной правкой бритвы на ремне, со взбиванием пены в миниатюрной чашечке, намыливанием лица мягкой кисточкой и аккуратными скрипящими движениями бритвы. Время от времени парикмахер-брадобрей вытирала бритву о салфетку…

Мда, нахлынули воспоминания… Тем более, что глаза салфеткой прикрыты, а время текло томительно. Недоумевал – к чему эта ткань на лицо?! Бриться я не собирался, ведь перед поездкой брился. Я полулежал в кресле и ждал чего-то. Услышал только, что вокруг, стараясь не производить шума, внезапно забегало множество людей. И сквозь белизну льняной салфетки я вдруг увидел вспыхнувшие софиты.

Салфетка мгновенно сдернута чьей-то решительной рукой, а над лицом, буквально сантиметрах в двадцати от моего носа, очень близко, вплотную навис тот самый известный на всю страну телеведущий. Он держал в руке опасную бритву, чье блестящее лезвие почти касалось моей кожи, и со зловещей саркастической миной произнес:

– Ну, что? Попался?!!!

Возможности вскочить и убежать я был лишен, поскольку почти лежал, а бока сдерживали поручни. Да и приподняться нельзя – налетишь на лезвие. Счел за благо не шевелиться. Только сердце тяжело ухало в груди…

Ведущий долго смотрел в глаза, делая бритвой медленные пассы. Потом распрямился, улыбнулся и одобрительно произнес:

– Ну, и нервишки у вас! Вы молодец! Вставайте.

И только тут я заметил, что меня с двух ракурсов снимают операторы.

Как ушел из этой цирюльни, в памяти не сохранилось. Записал только себе в блокнот дату следующей встречи.

Она состоялась дней через десять на Тверской. Где-то во дворах, в глубине элитного жилья, в стеклянном и прозрачном ювелирном салоне. Мы были вдвоем с телеведущим среди сверкающих золотом, жемчугами и хрусталем витрин. Круглый, изящный, стеклянный столик-треножка, большая телекамера на штативе, микрофон, провода и толстые черные кабели, уползающие в дверной проем. На столике, издали похожие на договора, бумаги с текстами и шариковая ручка.

Деликатное мягкое рукопожатие ведущего. Интеллигентная и неспешная беседа.

Какая у него нежная и розовая кожа на ладонях, невольно подумалось мне. Наверное, ничего тяжелей карандаша не держал.

Из беседы с телеведущим стало понятно – психологи нащупали мое слабое место. Дело в том, что кабинетная, сидячая работа привела к излишнему весу. Я располнел и стеснялся этого. И сие учуяли «стервятники» от телевидения. Но дело не только и не столько в полноте.

То, что предложил телеведущий, весьма отличалось от желаний моей жены. Вместо похода ее учеников на урок к теплому и погрузински доброму педагогу Зурабу Церетели человек телевидения предложил иной вариант. Если я соглашаюсь на публичное испытание, которое покажут на всю Россию, мою жену в награду за мою храбрость бесплатно повезут в Америку, в мастерскую некогда опального эмигранта. Он тогда был еще жив и здоров.

То есть мечта моей жены познакомить учеников с выдающимся скульптором-реалистом и педагогом Зурабом Константиновичем Церетели подменялась другой «конфеткой»: фрондой и авангардом советско-американского скульптора-символиста с ледяным ощупывающим взглядом. Его звали Эрнст Иосифович Неизвестный. В этом случае ученики жены, по определению, оставались за кадром и вне моего замысла. На первый план выходила экзотическая поездка в Соединенные Штаты. Надо сказать, поездка недешевая для телекомпании. И первая мысль, как только я услышал о США, была: он (ведущий), что, хочет «отбить» деньги? Почему ему нужна именно Америка, а не доступный визит на Пречистенку к Церетели?! Почему должен быть эмигрант вместо отечественного мастера? Зачем эта беседа в ювелирном салоне среди сверкающих драгоценностей? Что это?

А ведь и испытание мне было предложено иезуитски издевательское. Я должен был продефилировать на подиуме в одних плавках в каком-то столичном ночном клубе, показав свои избыточные телеса бонвиванам и прожигателям жизни. Может быть, под улыбки и аплодисменты, а может, под свист и улюлюканье…

Но тут вставал другой серьезный вопрос. Мне требовались размышления.

Конечно, я не подал виду, что у меня сомнения. Мы тепло побеседовали с телеведущим, я подписал договор, что на все согласен, что не буду иметь никаких претензий и прочее. Свободу рук давало положение договора о том, что я могу в любой момент отказаться от сотрудничества с каналом и не понесу никаких материальных издержек за отказ. Пара недель до съемок в ночном клубе у меня оставались в запасе.

Дома я несколько раз, как бы невзначай, заводил с супругой разговор об Эрнсте Неизвестном. Жена моя, профессиональный скульптор, имеющая реализованные замыслы в некоторых городах России, владеющая богатым опытом педагога, не любила Неизвестного, предпочитая классическую и реалистическую школу скульпторов Шубина, Козловского, Мартоса, Фальконе.

Итак, эта часть проблемы становилась ясной.

Оставалась вторая. И я поделился ею со своей сотрудницей, испросив ее совета: стоит или не стоит идти на предложение известного телеведущего? Ясное дело, я взял с нее слово молчать.

М. ВОЛОДИН

(Окончание в следующем номере)

В КОНЦЕ НОМЕРА

ПУШКИН: "ПАСТУШКА ПРИХОДИТ В ВИШЕННИК ГУСТОЙ"

ЛЮБИМАЯ моя ягода в саду – вишня. Обожаю ее за кисло-сладкий, неповторимый вкус, красоту и законченность формы. Сочная аккуратная эстетичная ягода на изящной ножке. Не случайно ее образ привлекал поэтов и художников.

Вот шаловливое стихотворение Александра Пушкина «Вишня», два четверостишия которого мы учили еще детьми, а все 96 строк и эротичное его завершение прочли лишь в канун аттестата зрелости.

Румяной зарею
Покрылся восток,
В селе за рекою
Потух огонек.
Росой окропились
Цветы на полях,
Стада пробудились
На мягких лугах…
…И вишню румяну
В соку раздавил,
И соком багряным
Траву окропил.

А какова ягода-вишня в чувственном исполнении великого француза Ромена Роллана в повести «Кола Брюньон»! Герой повести Кола любуется рыжеволосой красавицей Селиной, прозванной за бойкий и острый язычок Ласочкой.

«…Вечером она приходила беседовать к моему забору. Я до сих пор вижу, как однажды, не переставая говорить и смеяться и смотря мне в глаза своими смелыми глазами, ищущими слабого места в моем сердце, чтобы заставить его вскрикнуть, я вижу, как подняв руки, она пригибает к себе вишневую ветвь, отягченную алыми подвесками, образующими гирлянду вокруг ее рыжих волос; и, вытянув шею, запрокинув лицо, она, не срывая ягод, отклевывает их от дерева, оставляя висеть косточки».

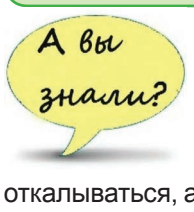
Согласитесь – как поэтична озорная ягода в диалоге двух сердец. И я каждый раз, собирая урожай с вишневого дерева, вспоминаю иллюстрацию художника Евгения Кибрика «Ласочка» к повести Ромена Роллана.

Но вот беда! Второй год уже в подмосковных садах нет вишни. Она бурно цветет, правда, пчел и других насекомых-сластён не видно и не слышно. Облетают лепестки цветов, потом ветер срывает пустые цветоножки, и они тысячами валяются на дорожках, а на ветках завязей нет.

Многие садоводы с горечью констатируют – вишни гибнут, и придется их вырубать, как Лопахину в «Вишневом саде». Говорят, что вирус какой-то, что есть сорта к нему устойчивые… Может быть, может быть. Но пока они вырастут, несколько лет сад будет лишен чудесной ягоды. Да и насекомых почему-то почти нет.

Что-то тревожное происходит в природе.

Владимир МОРМУЛЬ.
г. Коломна



СПЕЦИАЛИСТЫ говорят, что как только **мороженое** достают из морозилки, оно должно откалываться, а не размазываться. Это значит, что нужный температурный режим был соблюден.

ВСОЮЗЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ напитков поясняют, что в **квасе** не должно быть консервантов и подсластителей, искусственных ароматизаторов и красителей (могут использоваться только натуральные!).

Если продукт называется «Напиток безалкогольный газированный» или аналогично, то перед вами не квас, а напиток, изготовленный совсем по другому стандарту. На это же указывает ГОСТ 28188-2014, обозначенный в маркировке. Настоящий квас изготавливается по ГОСТ 31494-2012.

ВЫБИРАЯ **зефир**, отдавайте предпочтение продукту, в составе которого фруктовое (яблочное) пюре стоит на втором или третьем месте.

НАТУРАЛЬНЫЙ цвет **гречки** – зеленый. После термической обработки она приобретает насыщенный шоколадный цвет. Именно такую крупу и стоит покупать. Чем продукт светлее (не зеленее), тем дольше он хранился на складе или в магазине.

У гречки есть только высший, первый, второй и третий сорт, других не существует. Надписи «премиум» и «экстра» не более чем маркетинговый ход. Тем не менее зерно с такой маркировкой обычно лучше просеяно, очищено, и его можно не промывать перед варкой, советует Константин Ивлев, известный российский шеф-повар и телеведущий.

ЗАГОТОВКИ НА ОТЛИЧНО!

УДИВИТЕЛЬНЫЕ ЯБЛОКИ

Ингредиенты: пять средних яблок, сок 1 лимона, 4 киви, 1 ст. ложка воды, 600 г сахара.

Приготовление. Яблоки чистим, нарезаем кубиками и поливаем соком лимона, чтобы не потемнели. У киви удаляем кожицу и нарезаем кубиками, добавляем к яблокам. Добавляем воду и сахар, даём настояться в течение 2 часов. Затем доводим до кипения и варим 40 минут.

ДЕСЕРТНЫЕ ЧЕСНОЧНЫЕ ПОМИДОРЫ

Ингредиенты (на одну 3-литровую банку): помидоры – около 1,5 кг, чеснок – 3 головки, соль – 2 ст. ложки без горки (60 г), сахар – 6 ст. ложек (150 г), уксус – 50 мл, острый перец – ½ шт., укроп – 2 зонтика, сельдерей листовой – 1 большой лист, лавровый лист – 1 шт., чёрный перец – 10 горошин, душистый перец – 3 горошины.

Приготовление. В чистую банку на дно положить лавровый лист, чёрный и душистый перец, лист сельдерея, зонтик и стебли укропа, а также все три (это важно!) головки чеснока (разобранные на зубки). Заполнить банку помидорами, добавив сверху половинку красного острого перца без семян и ещё один зонтик укропа. Залить банки кипятком, дать постоять 10–15 минут, после чего слить воду в кастрюлю, добавить соль и сахар. Прокипятить, в конце добавить уксус. Залить банки кипящим маринадом, закатать и перевернуть до остывания.

БАКЛАЖАНЫ ПО-АДЖАРСКИ

Ингредиенты (на 6 банок объёмом 1 л): 3 кг помидоров, 1 кг сладкого перца, 2 головки чеснока, 2 острых перца, 100 мл 9%-ного уксуса, 100 г соли, 2 стакана сахара, 1 стакан подсолнечного масла, 3 кг баклажанов.

Приготовление. Овощи, кроме баклажанов, прокрутить через мясорубку. Перелить в большую кастрюлю. Добавить уксус, соль, сахар, подсолнечное масло. Довести до кипения.

Баклажаны нарезать кружочками толщиной в палец и опустить в кипящую массу. Готовить 20 минут на умеренном огне.Разложить большой ложкой в стерилизованные банки и закатать.

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

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52036 от 07 декабря 2012 г.
Тел. редакции: 8-495-988-69-87
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.

№ 99, июнь 2021 г.
Тираж 50 000 экз.
Отпечатано в АО «Красная Звезда»
123007, Москва, Хорошевское шоссе, д. 38.
Тел.: 8(495) 941-28-62, 8(495) 941-34-72.
http://www.redstarph.ru E-mail:kr_zvezda@mail.ru
Заказ № 4487-2021