

# ТРЕТИЙ *Подмосковье* ВОЗРАСТ



СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ  
ПОДМОСКОВЬЯ

При реализации проекта используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 29.03.2013 115-рп и на основании конкурса, проведенного Общероссийской общественной организацией "Лига здоровья нации".

№ 33

## НАШ ДЕНЬ, НАШ ПРАЗДНИК!



У пенсионеров России есть свой своеобразный «профессиональный праздник» – конечно же, это День пожилого человека. Несмотря на то, что посвящен людям солидного возраста, сам он достаточно юн: первый раз День отметили в октябре 1991 года (резолюция же по нему была принята годом раньше).

Учреждая праздник, Генеральная Ассамблея ООН подчеркивала, что «пожилые люди способны внести существенный вклад в процесс развития общества». Практика последующих лет доказала правильность этого вывода: пенсионеры становятся все более действенной силой, отодвигая само понятие «старость» к более дальним рубежам.

Торжественно и ярко прошло празднование Дня пожилого человека, организованное Союзом пенсионеров Подмосковья. А расскажет вам о нем один из гостей – жительница Химок Л.В. Артёмова. Людмила Васильевна – ветеран труда и как раз тот человек, словно о котором и писалось в резолюции ООН: она не просто пенсионер, а человек творческий, развивающийся, с активной жизненной позицией. Людмила Васильевна – поэт и прозаик, член Союза Писателей России, Лауреат 1 степени Фестиваля искусств «Весенний ветер» (2013 г.), Лауреат 2 степени в конкурсе им. Н.П. Огарёва (2014 г.), дипломант 2-го Международного конкурса «Россия – перед именем твоим...» (2014 г.).

На фото: одна из героинь праздника – заместитель председателя отделения Старой Купавны Анна Емельяновна Беляева (справа) с Лидией Максимовной Рудаковой из Люберецкого района.

стр.3.

## НОВЫЕ КОНТАКТЫ



### НАС НЕ РАЗДЕЛИТЬ

Каждый день новости приносят нам сообщения о том, как Запад ищет все новые и новые формы давления на Россию. Но пока одни политики возводят между странами барьеры, другие наводят мосты.

Так, недавно в Москве побывала делегация Республики Сербской, с представителями которой – Златко Максимовичем, Лазо Ешичем и Срджаном Веле – встретился Председатель Союза пенсионеров Подмосковья Валерий Родионов. Среди прочего, разговор шел и о необходимости более плотных контактов пожилых людей двух братских стран.

стр. 2

## АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ



### СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ СЕЙЧАС ДРУГОЕ

Чем отличается поколение сегодняшних пожилых россиян от своих предшественников? Образом жизни, уровнем доходов, мобильностью, интересами? Что нужно сделать, чтобы пенсионерам жилось в нашем мире более комфортно и безопасно? Какие нововведения нужно ожидать им в ближайшем будущем?

Об этом и многом другом рассказывает в своем интервью Министр труда и социальной защиты России Максим Анатольевич ТОПИЛИН.

стр. 6.

## ИГРЫ XXI ВЕКА



### ЗА ПОРОГОМ ЭЛЕКТРОННОГО ЦАРСТВА

На днях в московском университете им. Г. Плеханова прошел уже четвертый по счету чемпионат России по компьютерному многоборью. После отборочных туров, проходивших от Калининграда до Камчатки, на него съехались лучшие из лучших: больше сотни претендентов из 59 субъектов Российской Федерации. Кстати, похоже, чемпионату в будущем можно будет поменять статус на международный – блеснуть компьютерной грамотностью прибыли не только россияне, но и пенсионеры из Белоруссии, Абхазии, Казахстана, Узбекистана, Словакии и Бельгии. Удивительного в этом ничего нет: подобный чемпионат – единственный в мире.

стр. 8.

## БУДЬ ЗДОРОВ!



### ЗНАК ГТО НА ГРУДИ У НЕГО...

С первого сентября к нам официально вернулись нормы ГТО. Физкультурный комплекс, незаслуженно забытый на целых двадцать лет, снова зовет под свои знамена россиян. И не только молодых, но и тех, коим далеко «за»...

Предполагается, что в ближайшем будущем повсеместно будут открываться специализированные центры тестирования, где каждый россиянин сможет узнать, на какую оценку тянет его физическая подготовка, и получить соответствующий значок.

А о том, как входят спорт и физкультура в жизнь пожилых людей, читайте в этом номере.

стр.10



Уважаемые читатели!

Если вы хотите, чтобы газета «Третий возраст» распространялась в вашей организации или магазине, который расположен рядом с вашим домом, сообщите нам об этом по телефону 8-495-988-69-87 или по электронной почте: pension93@mail.ru

стр. 8.

стр.10

## НОВЫЕ КОНТАКТЫ

## НАС НЕ РАЗДЕЛИТЬ

Дружбе России и Сербии много лет. Еще во время Первой мировой Россия дважды помогла этой стране. В самом начале она приняла сторону сербов и объявила войну Германии и Австро-Венгрии. В одиночку Сербия не смогла бы выступить против двух этих великих держав. Во второй раз Николай II объявил ультиматум союзническим войскам с требованием, чтобы они направили корабли на помощь сербам, иначе Россия выйдет из войны. И флот в поддержку был отправлен... Нельзя забывать и о совместных действиях в войне против фашизма, о послевоенном сотрудничестве. Политики Запада постарались внести разлад между странами бывшего социалистического лагеря, развести давних друзей. На какое-то время это им удалось, но человеческая дружба не поддается ржавчине раздора. Укрепляются старые связи, рождаются новые – как в случае с Союзом пенсионеров Подмосквья: этот контакт с нашей общественной организацией у сербов был первым.

Известного сербского хирурга Златко Максимовича, баллотирующегося в парламент страны,

уже прочат на пост заместителя министра здравоохранения Республики. То есть, в будущем в ведении этого человека окажутся вопросы здоровья нации, в том числе и пожилых людей. И потому гостю было особенно интересно, как проблемы пенсионеров решаются у нас в России, что делается для того, чтобы их жизнь была полноценной и долгой. Златко Максимович рассказал об успехах отечественной медицины и признался, что надеется на дальнейшее развитие здравоохранения – в том числе благодаря опыту, полученному у российских медиков и ученых. Сообщил, что уже второй раз приезжает в Россию и с удовольствием примет ответную делегацию на сербской земле.

Валерий Родионов пообещал, что в следующем году такая поездка может состояться. Он пригласил сербских пенсионеров принять участие в конкурсе «Битва хоров». В прошлом году в ней участвовало 75 коллективов – более пяти тысяч человек, и были это жители Подмосквья. А сейчас есть идея сделать конкурс международным. Планируется пригласить гостей из



Белоруссии и Венгрии. Если к ним присоединятся коллективы из Республики Сербской – будет очень здорово!

З. Максимович согласился, что эта идея интересна, и он сделает все возможное, чтобы певцы из его страны побывали в России.

Не обошли в разговоре и современное международное положение.

– Наша страна идет вперед и в последние годы это особенно заметно, – сказал Валерий Александрович. – Увы, политическая обстановка, к сожалению, не позволяет нам развиваться так, как мы могли бы. Но при этом общество консолидируется. Мы становимся свидетелями того, что сегодня люди готовы пожертвовать чем-то ради того, чтобы страна стала более

сильной, независимой от внешних влияний.

– У нас такая же ситуация, – сказал Златко Максимович. – Мы братские народы, славяне, и стремимся быть ближе друг к другу. Нам нужно налаживать постоянные контакты!

То, что встречались люди, близкие по крови, было понятно и без лишних слов: разговор проходил непринужденно, откровенно, без лишней официальности – так разговаривают не политики, а давние друзья...

Наш гость не был единственным представителем своего народа, побывавшим в последнее время в России. В Великом Новгороде после недавнего визита сербской делегации создается общество российско-сербской дружбы... Делегация из Республики Сербской побывала в Южной Осетии на праздновании Дня Независимости... Омские ученые совместно с сербскими коллегами написали монографию, посвященную мировому кризису... С каждым днем количество контактов с братским народом только растет. Уверены, не прервется и дружба, завязанная сербскими политиками с Союзом пенсионеров Подмосквья.

**В. ЯКОВЛЕВ.**

## НОВЫЙ ПОДМОСКОВНЫЙ СЕНАТОР

1 октября на заседании Совета Федерации досрочно прекратили полномочия ряд сенаторов, в их числе – Валерий Аксаков, представлявший интересы Московской области в верхней палате российского парламента. В настоящее время он занимает должность советника губернатора Московской области в ранге министра.

В качестве сенатора от Подмосквья в Совет Федерации депутаты Мособлдумы утвердили Лидию Антонову, которая до недавнего времени занимала пост первого заместителя председателя правительства Московской области и курировала социальную сферу. Лидия Николаевна – академик, доктор педагогических наук.

## СМЕНИЛА ПОСТ

Заместителем председателя правительства Московской области назначена О. Забралова, занимавшая до этого в течение года пост Министра социальной защиты населения Московской области.

Говоря о приоритетах своей будущей деятельности, Ольга Сергеевна назвала: в сфере социальной защиты населения – продолжение работы по усилению адресности социальной поддержки, в сфере образования – работу по сокращению очередей в дошкольные учреждения, переводу всех школ на обучение в первую смену, а в области здравоохранения – обеспечение льготных групп населения лекарственными препаратами, повышение качества медицинского обслуживания.

## «ПОЖИЛАЯ» ПЛОЩАДЬ

Платить налог за дом или квартиру россияне теперь будут по новой схеме: его рассчитают не по инвентаризационной стоимости недвижимости, а по кадастровой. Но приличная часть граждан может и не почувствовать роста налоговой нагрузки, ведь законом предусмотрено большое количество льгот. Однако раскошелиться все равно придется владельцам дорогой недвижимости, а также жителям старых домов. Так комментирует нововведения в уплату налога на имущество «Российская газета».

Платить обновленный налог на имущество физических лиц должны будут все собственники жилья. Да и не только жилья – те же гаражи и машино-места тоже попадают под сбор. Окончательные ставки установят муниципалитеты, но они будут ограничены рамками федерального закона – от 0,1 до 2 процентов.

Будут сохранены и все льготы. Есть, правда, одно «но» – налоговая льгота, которая равна всей сумме сбора, будет предоставляться только на один объект налогообложения каждого вида (одна дача, одна квар-

тира и т.д.). Его сможет выбрать сам плательщик. Список льготников широкий, он обязательно должен соблюдаться регионами.

Право на льготы будут иметь пенсионеры, инвалиды первой и второй групп, инвалиды детства. Не забыли также и про ветеранов Великой Отечественной, а также боевых действий и Героев Советского Союза и Российской Федерации, «чернобыльцах».

Остаются и соцнормы жилья, с которых налог на имущество можно не платить. На федеральном уровне установлено, что 20 квадратных метров от площади каждой квартиры, 10 квадратных метров от комнаты и 50 квадратных метров от жилого дома не облагаются. Городским жителям в среднем придется платить больше, чем сельским

Но если у вас в деревне элитный коттедж, то придется выложить приличную сумму.

Также обращает на себя внимание один аспект. Если у нового жилья инвентаризационная стоимость приближена к кадастровой, то у старого жилья она в несколько раз меньше. И поэтому владельцы старой недвижимости могут получить платежку... с цифрами повыше, чем у жителей новостроек.

Закон вступает в силу с 1 января 2015 года.

# СЕРЕБРЯНЫЕ ГОЛОВЫ, ЗОЛОТЫЕ СЕРДЦА

Пожалуй, одним из самых трепетных, сердечных и значимых праздников в истории любой современной страны является Международный День пожилых людей. Эта дата, увековеченная 1-го октября 1990 года Генеральной Ассамблеей ООН, – подтверждение существовавшей в веках традиции почитания старших поколений и признания их мудрости.

Когда говорят, что этот праздник создан только для того, чтобы привлечь внимание к проблемам старости, думаю, это не совсем так. Ведь внимание к трудностям и проблемам людей «осеннего возраста» – это просто каждодневная обязанность нормального общества.

В Подмоскowie старшие поколения вниманием точно не обделены. И со стороны государства, и Губернатора А. Ю. Воробьева, и со стороны руководителей городских администраций, пенсионных и социальных служб чувствуется понимание проблем пожилых людей

и конкретная поддержка. Осознаём ли мы в полной мере, что значат бесплатный проезд, льготные лекарства, доплата за жилищные услуги и многое другое? Это деньги, деньги и деньги! Где-то больше, где-то меньше, а в целом – огромные суммы. Но они находятся, и помощь – постоянная помощь! – оказывается.

А вот праздник - это совсем другое! Это своеобразное поздравление с днём рождения всех и каждого из пожилых людей, независимо от календарной даты дня и месяца рождения. Это – мамыны глаза! Это момент, когда хочется склониться над её рукой и разгладить морщинки на её ладонях. Это – отцовское слово! Когда сердце не помещается в груди от благодарности за его любовь к тебе, поддержку и воспитание. И, наконец, за самый щедрый из существующих в мире подарков – свою жизнь.

Приходит истина, что в возрасте наших любимых стариков особое значение имеют не месяцы и дни, но – годы: надрывные – великих строек, военные, послевоенные, времен эпохальных провалов и побед, создания уникальных наук и культуры. Они были их детством, юностью, взрослением, рождением детей и их воспитания, посвящением себя укреплению мощи и благополучию Родины. Охране мира и спокойствию в ней, крепости границ. И были очень тяжёлой ношей на плечах. Мы – их зеркальные отражения, плоть от плоти. И обязаны помнить это! Они – есть. И счастье наше, наша правда и мудрость состоит в том, чтобы ещё долго-долго жили наши родные старики.

Шестого октября в Российской государственной библиотеке Союз пенсионеров Подмоскowie провел красивый праздник для членов своей организации, посвященный Международному Дню пожилых людей и 85-летию Московской области. Прекрасный зал был полностью



СПОНСОРЫ ПРАЗДНИКА



заполнен торжественно настроенными, с наградами на груди, в том числе – военными, представителями старшего поколения.

Перед открытием торжественной части собравшихся поздравил Заслуженный деятель культуры РФ, певец, композитор, поэт Сергей Косточко, который заворожил зал своим замечательным пением. Заразил такой молодостью и взбудоражил такой энергией, что народ не выдержал и – прямо между рядов и перед сценой – вступил

в пляс. Это нужно было видеть! Сергей Иванович очаровал присутствующих не только великолепным пением, но и шутками, присказками, своими стихами. Вместе с ним, непроизвольно поднимаясь с мест, в едином порыве, пожилые люди пели русские, белорусские, украинские песни. Мы хохотали над шутками, в которых исполнитель ни разу не переступил грань ни в сторону фальши, ни в сторону пошлости. Как оказалось, всё, что исполнялось С. Косточко, было одинаково знакомо и близко сердцу каждого присутствующего вне зависимости от национальности. Неужели растеряем друг друга? Неужели?..

Торжественную часть открыл Председатель Союза пенсионеров Подмосквья Валерий Родионов, который поздравил всех пожилых людей России и Московской области с праздником и рассказал о дальнейших планах организации. В свою очередь, с поздравлениями и наилучшими пожеланиями к собравшимся обратились гости: координатор общественных проектов Союза пенсионеров России Владимир Клоницкий, сопредседатель Союза пенсионеров Подмосквья – Председатель Совета ветеранов Администрации Губернатора Московской области и Московской областной Думы Виталий Павличенко, заместитель Управляющего головным отделением по Московской области Среднерусского банка Сбербанка России Ирина Бескова, управляющий



офисами по Москве и Московской области Финансовой группы «ИНВЕСТОЙЛ» Юлия Солдатов, директор филиалов Московской области Кредитного потребительского кооператива «Семейный капитал» Александр Коннов.

Затем пришло время вручения подарков за вклад в развитие гражданского общества Московской области, которыми достойных людей и коллективы отделений награждали партнеры и спонсоры Союза пенсионеров. Десять телевизоров от Среднерусского банка Сбербанка России вручила Ирина Бескова, ценные подарки от Кредитного потребительского кооператива «Семейный капитал» – Александр Коннов, от компании OMRON (мирового производителя японской медицинской техники) – руководитель пресс-центра компании Анастасия Лочехина и руководитель отдела продаж Андрей Шемякин, от сети аптек «Столички» – пиар-менеджер Виктория Акулина.

Самое время сказать спасибо и давним друзьям организации, таким, как Среднерусский банк Сбербанка России, ФГ «ИНВЕСТОЙЛ», КПК «Семейный капитал», и новым партнерам, оказавшим большую своевременную помощь в организации торжества: ООО «Компания ПАРТНЕР» (Генеральный директор Галина Гиоева), ООО «Домодедовский хлебозавод» (Генеральный директор Татьяна Королева), Компании «OMRON», сети социальных аптек «Столички»! И, заметьте, это не случайные «дарители». Все наши спонсоры – организации и предприятия очень заинтересованы в том, чтобы пожилые люди были более здоровыми, социально-активными и финансово независимыми.

Ценными подарками (наручными часами) от Московской областной Думы за содействие в реализации социально-важных проектов на территории Подмосковья и оказание помощи в работе Союза награждались те, кто своим трудом

и успехами снискал славу и уважение людей. Знаки членов Союза пенсионеров Подмосковья из рук Председателя Валерия Родионова получили недавно избранные председатели: Анатолий Аладьин (Электростальское отделение), Сергей Анфиногенов (Фрязинское отделение), Александр Новиков (возглавивший недавно созданное отделение в Солнечногорске).

Отдельно и особенно проникновенно, в честь 90-летнего юбилея и активной, долгой службы в Союзе пенсионеров нашей области была награждена заместитель председателя отделения Старой Купавны Анна Емельяновна Беляева. Она – ветеран Великой Отечественной войны, ветеран труда и – внимание! – отличник военно-шефской работы в Вооружённых силах страны!

Общаясь с этой женщиной, меньше всего думаешь про ее возраст. И не случайно: ведь у нее – энергичность молодого человека! Анна Емельяновна до сих пор продолжает патриотическую деятельность, устраивает экскурсии, «устные журналы», конференции, организует поездки в театр... Более полувека помогает детям-сиротам в Ногинске и Старой Купавне. А еще она ведёт приём граждан в общественной приёмной главы Ногинского района и партии «Единая Россия».

Валерий Родионов вручил именитому ветерану знак Московской областной Думы «За верность Подмосковью», а кроме того Анна Емельяновна получила в подарок телевизор, часы и много других презентов. Молодая и гордая, подойдя к микрофону, она громко воскликнула «Дорогие товарищи...», и я, автоматически привстав, чуть не вскинула руку в пионерском салюте. Вовремя опомнилась: возраст не тот...

После завершения церемонии награждения пел Народный коллектив Хор русской песни из Мытищ под руководством Заслуженного работника культуры

Московской области Аллы Захаровой. Сначала все искренне восхитились их костюмами – по красоте, кропотливости оформления, соблюдения форм декоративного народного искусства они могли бы поспорить с костюмами знаменитых российских хоров. Но покорила всех, конечно, не форма, а содержание – точнее, исполнение: замечательные голоса, сердечность, душевное слияние с песней, да ещё и сопровождаемое русским приплясом.

А когда отшумели последние аплодисменты концерта, гостей ожидал фуршет.

Вот и завершился долгожданный праздник... Но, расходясь, многие гости продолжали тихонько напевать полюбившиеся песни и, наверное, надеялись, что приедут сюда снова и встретят и День пожилого человека в 2015 году, и 2020-м. А почему бы и нет? Нужно только по-настоящему хотеть и не сдаваться. Все мы ждём повторения этого замечательного торжества и в следующем году. И с участием той же команды – очень уж праздник оказался хорош!

**Людмила АРТЁМОВА.**  
**Фото Никиты КОКАРЕВА**



# МАКСИМ ТОПИЛИН: СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ СЕЙЧАС ДРУГОЕ

За последние 20 лет пенсионеры очень изменились и в мире, и в России. В ходу теперь термин «третий возраст», который означает отнюдь не возраст «дожития», а время новых возможностей. Как в нашей стране чувствуют себя пожилые? Что государство готово предложить людям «третьего возраста»? Об этом «Российской газете» рассказал министр труда и социальной защиты России Максим ТОПИЛИН.

**— Чем-то отличаются сегодняшние пожилые люди – образом жизни, уровнем доходов, мобильностью, интересами?**

– Конечно. Я помню свою бабушку, у нее была исключительно домашняя жизнь. Сейчас же пожилые более активны: они работают дольше, осваивают новые технологии, их досуг более разнообразный. Моему папе сейчас 74 и он продолжает работать. В нашем министерстве есть работники, которым около 70 лет, и они работают даже лучше некоторых молодых.

А на днях прошел IV Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью среди пенсионеров, который провел Совет Федерации совместно с нами.

Можно ли было такое предположить 20 лет назад? А сколько пожилых за рулем, обращали внимание? Словом, старшее поколение сейчас другое.

**– Может ли устроиться на работу пожилой человек через государственную службу занятости?**

– Конечно. И не только найти работу, но и бесплатно переучиться, научиться чему-то новому, той же компьютерной грамотности. В прошлом году был принят соответствующий закон. В первом полугодии этого года обучение прошли 2,3 тысячи пенсионеров – немного, но это 100% тех, кто обратился за услугой. Нашли работу через органы службы занятости 32,7 тысячи пенсионеров – это хороший показатель.

**– Какая у нас сегодня ситуация с домами для престарелых? Насколько потребности закры-**

**ты? Мы постоянно слышим сообщения: там дом сгорел, здесь сгорел. Они старые, находятся где-то на отшибе. Пока туда доедет пожарка, уже все сгорело.**

– Сейчас все гораздо лучше, чем было лет 5-6 лет назад, после известного случая в Коми. За это время все антипожарные мероприятия налажены на 100 процентов. Безусловно, есть ветхие, аварийные здания. Но у нас есть программы по совершенствованию этой системы.

Во-первых, это известный миллиард рублей, который администрируется через Пенсионный фонд, и он также заложен в федеральном бюджете следующего года. В основном, он пойдет на ремонт и дострой. Допустим, региону надо доложить 30 млн рублей, чтобы достроить дом престарелых: 15 млн вкладывает бюджет субъекта, 15 – Пенсионный фонд. Таким образом, с 2006-го по 2013 год построено 14 новых учреждений, еще в 35 учреждениях возведены спальные корпуса и социально-бытовые здания. Также реконструированы здания в 20 учреждениях, отремонтировано 905 зданий. Это позволило увеличить вместимость стационарных организаций на более чем 5,6 тысячи койко-мест.

Но очередь на получение услуг в стационарных организациях сохраняется. По нашим оценкам, она составляет 17 тысяч мест, в том числе 7,4 тысячи человек более одного года ожидают места в психоневрологических интернатах.

Когда с регионами согласовывались дорожные карты по повыше-



нию зарплаты соцработникам, мы договорились, что регионы берут на себя обязательство по увеличению зарплаты и в то же время повышают норматив обслуживания граждан на дому. Мы исходим из того, что необходимо не только закрывать очередь в стационарные учреждения, но и обеспечить пожилым более привычный образ жизни – человек должен находиться дома.

Мы пытаемся, чтобы соцработники более динамично оказывали услуги дома. В стране работают более 15,7 тысячи мобильных бригад, из них почти 14 тысяч – в сельской местности и труднодоступных районах. По той же программе, которую администрирует Пенсионный фонд, для учреждений соцобслуживания закупаются автомашины (за последние три года – около 1,3 тысячи). Есть и другие проекты: «приемная семья», службы сиделок и патронажных сестер, «тревожная кнопка» и др.

Одно из ключевых направлений, по которому мы намерены идти, – это государственно-частное пар-

тнерство (ГЧП). Очень надеюсь, что это сработает. Минтруд разработал законопроект – поправки в Налоговый кодекс, которым устанавливается, что ставка налога на прибыль будет обнулена для организаций, которые соответствуют четырем условиям. Первое – доходы организации от деятельности по предоставлению соцслужб должны составлять не менее 90 процентов от общего дохода. Второе – в штате должно быть не менее 15 работников, и 30 процентов из них должны иметь образование по специальности «социальная работа». Третье – организация должна быть включена в реестр поставщиков социальных услуг. И, наконец, организация не должна совершать операции с векселями и финансовыми инструментами, заключать срочные сделки. Это все вместе и есть условие для получения льготы – освобождения от налога на прибыль.

**– Уточните: речь идет об оказании социальных услуг или о строительстве социальных объектов?**

## ИНФОРМАЦИЯ К РАЗМЫШЛЕНИЮ

Сейчас в России проживает более 33 млн. граждан старше трудоспособного возраста. Это 23% населения страны. Прогнозируется, что к 2025 году доля этих граждан составит 28%.

Растет продолжительность жизни россиян. По сравнению с 2006 годом она увеличилась на 4 года и достигла 70,8 лет. К 2018 году средняя продолжительность жизни должна достичь 74 лет.

С 1 января 2010 года установлено, что уровень материального обеспечения неработающих пенсионеров не может быть ниже прожиточного минимума пенсионера. Средний размер трудовой пенсии по старости на 1 июля 2014 года составил 11 546 рублей (1,72 прожиточных минимума пенсионера).

Наметилась устойчивая тенденция роста занятости пожилых людей. Сейчас после выхода на пенсию продолжает трудиться каждый третий пенсионер. В экономике страны занято 14,5 млн. пенсионеров, что составляет около 18% всех работающих.

– В том числе и о строительстве. Когда бизнес понимает, что у него в перспективе налог на прибыль не 20 процентов, а ноль, он начинает вкладываться и в стройку тоже, понимая, что в дальнейшем сможет оказывать эти услуги. Кроме того, компания может просто уже быть и оказывать услуги соцобслуживания.

Второе – в бюджете на следующий год закладывается порядка 160 млн рублей на погашение ставки рефинансирования. Если в регионе есть проекты, по которым частные компании вкладываются в соцобслуживание, имеют кредитную линию под это, то регион будет получать в виде субсидий средства на доленое финансирование данных инвестиционных проектов. Здесь может быть стройка, введение новых объектов. Это субсидирование ставки – как в сельском хозяйстве и промышленности.

Третье. Принят закон о концессиях, который впервые предусмотрел возможность использования механизма концессии для объектов социального обслуживания. И четвертое. Есть поручение президента, и такой законопроект будет: Фонд РЖС сможет предоставлять земельные участки на льготной основе по пониженной цене под строительство учреждений соцобслуживания. Все эти факторы, в моем понимании, должны серьезно привлечь инвестиции в наш сектор.

– **Соответственно это будет влиять на цены на рынке соцслужб?**

– Конечно.

– **Сегодня для пенсионера частные услуги сиделки, помощника по хозяйству абсолютно недоступны. Бесплатный набор услуг, которые предоставляет соцзащита, очень ограничен: что-то купить, записать к врачу... А, скажем, уборки, что крайне важно для одиноких, нет. Может быть, часть услуг соцзащита может предоставлять бесплатно, часть платно? Но по социальным ценам. Как вы к этому относитесь?**

– Нормально. Мы как раз сейчас утверждаем перечень социально-бытовых услуг, которые соцзащита может оказывать на возмездной или безвозмездной основе в зависимости от дохода человека. Если среднедушевой доход ниже полутора прожиточных минимумов (ПМ), услуга предоставляется бесплатно, если выше, то платно. Регионы установят собственные планки. Где-то это может быть два ПМ. Регионам предоставлено пол-

ное право определить перечень услуг, порядок и условия их предоставления. Что касается уборки, мы рекомендуем субъектам включить эту услугу в свои перечни.

Напомню, что количество получателей бесплатных соцслужб с введением нового закона о соцобслуживании расширится. Если сейчас бесплатно оказываются услуги тем, чей доход ниже 1 прожиточного минимума, то с 2015 года, как я уже сказал, – ниже 1,5 ПМ.

– **У меня вот какое сомнение. Я – организация, которая хочет работать на этом рынке, хочет построить детсад, дом престарелых... Вы меня льготным налогообложением поддерживаете. Я строю, начинаю работать и выставляю за свои услуги такие цены – мама, не горюй. Как государство сможет на меня повлиять?**

– Прежде чем вы зайдете на этот рынок, получите землю по льготным ценам, с вами будет заключен договор, в котором будут оговорены и цены на конечные социальные услуги. И вы уже не сможете установить другие цены.

– **Экономические прогнозы сейчас неважные, и люди беспокоятся, что будет с пенсиями. Можно ли рассчитывать на дальнейшие индексации?**

– Пенсии будут продолжать индексироваться. Сейчас в соответствии с проектом бюджета Пенсионного фонда, внесенным в Госдуму, цифры такие: индексация страховых пенсий с 1 февраля 2015 года – 7,5 процента. В 2016 году февральская индексация страховых пенсий составит 5,5 процента, в 2017 году – 4,5 процента. Цифры по индексации 1 апреля, которая осуществляется по доходам Пенсионного фонда, будут определены позже, исходя из того, как работодатели будут платить взносы в фонд.

– **Чем государство порадует ветеранов к 70-летию Победы?**

– Российским оргкомитетом «Победа» принят план мероприятий. Им предусмотрены проведение торжественных мероприятий, ремонт жилья из средств регионов, бесплатный проезд ветеранов в праздничные дни. И, конечно, минтруд готовит указ о единовременных выплатах.

– **Ветеранам войны?**

– Всем категориям, которые были и в прежних указах. Инвалиды и участники войны, труженики тыла, жители блокадного Ленинграда, вдовы военнослужащих, погибших в войну, бывшие узники концлагерей и другие категории.

## ИЗ ПОЧТЫ РЕДАКЦИИ

# “ЗОЛОТАЯ ПОРА”

Однажды вы проснетесь и осознаете, что вам не нужно рано вставать, некуда спешить и опаздывать. Вы – не работающий пенсионер.

Каждый входит в этот период по-своему. Я, хоть и не было нужды торопиться, все же вставала как обычно и в течение месяца с утра изнуряла себя различными заданиями, лишь к вечеру возвращаясь домой. Раньше у меня была только работа, поэтому непривычно было вживаться в новый уклад. Меня давно ждали нитки, спицы или крючки для вязания, множество еще непрочитанных книг на полках и компьютер. Телефон звонил редко, общение с людьми стало ограниченным, да и я сама никого не беспокоила. Мне хотелось самостоятельно разрешить свои проблемы и подкрашусь депрессию.

Все изменилось в один день.



С некоторыми из них я подружилась. Навещала заболевших в больнице и дома или разговаривала с ними по телефону. Вместе мы ходили на праздники: в парк на Масленицу, праздник города и праздник соседей.

Нас, общественников, приглашают на многие мероприятия города и района, и мы принимаем активное участие в жизни Наро-Фоминска. А в этом году администрация выделила транспорт для экскурсий, и при участии работников краеведческого музея мы посетили музеи А. Пушкина в Вязёмах и Захарово, усадьбу семьи А. Чехова в Мелехово, монастыри, церкви и краеведческий музей в г. Верея и наш родной Наро-Фоминске, историко-художественный музей в Серпухове, музей маршала Г. Жукова в городе, носящем его имя, а также парк птиц. Это были неза-



Я вспомнила информацию об общественных организациях, услышанную на остановке. Оказывается, их в нашем Наро-Фоминске довольно много. В одну из них – Союз пенсионеров Подмоскovie – я и решила вступить. Председатель городского отделения предложила мне стать старшей в одном из участков, и я согласилась. Я познакомилась со многими женщинами и... была в восторге от их активности и оптимизма. Вот так нужно относиться к жизни!

Честно говоря, вначале меня очень смущал возраст членов отделения, ведь многие были намного лет старше меня. В отделении Союза более 500 человек, но из них только 10% – это те, кто моложе 65 лет. Согласитесь, солидно!

бываемые впечатления от знакомства с нашим краем!.. Моя хандра и депрессия исчезли. Выходит, пенсия – это не печальное время, а золотая пора жизни!

Уважаемые наро-фоминцы «золотого возраста», приходите в нашу организацию и принимайте активное участие в жизни города и района. Мы вас ждем! Я уверена, что в каждом городе Московской области есть отделения Союза пенсионеров Подмоскovie и других общественных организаций. При желании вы их обязательно найдете, и в вашей жизни появится новый смысл, она заиграет новыми красками.

**Викторина ЖИЛЯЕВА,**  
г. Наро-Фоминск

23 сентября в Москве в университете им. Г. Плеханова прошел четвертый чемпионат России по компьютерному многоборью.



# ЗА ПОРОГОМ ЭЛЕКТРОННОГО ЦАРСТВА

Почему именно в «Плехановке»? Во-первых, тут отличная компьютерная база, что и требуется для проведения столь масштабного мероприятия, каким стал Всероссийский чемпионат. Во-вторых, в стенах университета разработана и уже несколько месяцев реализуется специальная программа обучения для пенсионеров «Университет «Серебряное поколение», в рамки которой чемпионат вписывается идеально.

Но это, так сказать, техническая составляющая мероприятия. А мне интересным показался иной факт. Если кто не знает, этому московскому университету уже больше ста лет. Но, пройдя коридорами и аудиториями «Плехановки», про это даже не подумаешь: здесь все пронизано светом юности, ощущением молодой энергии, надеждами. И участники чемпионата, на мой взгляд, были под стать этому сооружению-ветерану: за морщинами и солидными паспортными датами у них скрывались молодые сердца и пытливые умы. Эти люди не растеряли с годами любознательность и интерес к жизни. В свои 60-70 лет они взялись за освоение компьютерной грамотности, на которую и более молодые-то поглядывают с опаской. Взялись, овладели, перешагнули порог электронного царства и стали лучшими из лучших – ведь под крышей «Плехановки» собрались именно лучшие! Так что выбор места был сделан правильно и психологически.

Студенты восприняли весть о грядущем нашествии пенсионеров положительно – никто не посмеялся над желанием пожилых угнаться за новыми технологиями. Оценки события были только со знаком «плюс». Вот всего пара мнений из десятков.

*А. Валенкова, студентка четвертого курса общеэкономического факультета:* «На мой взгляд, это очень интересное мероприятие и хорошо, что оно проводится именно в стенах нашего университета. Все студенты получают возможность пообщаться со старшим поколением, помочь им в реализации своих потребностей, а для кого-то, может, и осуществить мечту. Люди преклонного возраста, как правило, плохо справляются с новыми технологиями, но, имея большое желание, все возможно, и этот чемпионат – лишнее тому подтверждение».

*О. Фролова, четвертый курс факультета:* «Знаете, это здорово! Компьютерный турнир среди пенсионеров – классная и нужная идея. Кстати, мой дедушка недавно пошел на компьютерные курсы, думаю, ему такое мероприятие пришлось бы по душе! Очень интересно пообщаться с представителями старшего поколения, и поэтому я обязательно приду посмотреть и поболеть».

Желающих «прийти и поболеть» было более чем достаточно – и не только из числа студентов: и участ-

ники приезжали со своими «группами поддержки» из коллег, родных и близких. А всего участников было больше сотни – из 59 субъектов Российской Федерации. Кстати, похоже, чемпионату в будущем можно будет поменять статус на международный – блеснуть компьютерной грамотностью прибыли не только россияне, но и пенсионеры из Белоруссии, Абхазии, Казахстана, Узбекистана, Словакии и Бельгии. Удивительного в этом ничего нет: подобный чемпионат – единственный в мире.

– Мои внуки говорят, что я продвинутая бабушка. У меня внук – компьютерщик, говорит, что я молодец, – с гордостью сообщила жительница Бельгии Валентина Митрович.

Наверное, слова одобрения и восхищения слышал каждый из более чем двух тысяч участников отборочных туров – ведь для каждого из них это был своего рода шаг преодоления – преодоления стереотипов, привычек, косности мышления. А такой шаг дорогого стоит!..

Также среди участников были команды региональной общественной организации «Союз «ЧЕРНО-БЫЛЬ» Москвы», московского отделения «Всероссийского общества инвалидов», РЭУ им. Г.В. Плеханова и компании «Мобильные ТелеСистемы (МТС)», которые выступали вне основного зачета.



Организаторами мирных поединков стали Союз пенсионеров России и университет им. Г. Плеханова. А поддержку мероприятию оказали Комитет Совета Федерации по социальной политике, Министерство труда и социальной защиты РФ, Министерство связи и массовых коммуникаций РФ, Министерство образования и науки РФ, Пенсионный фонд России и фонд «Качество жизни». Согласитесь, крепкая «обойма»!

Поскольку турнир проводился в четвертый раз, организаторам было с чем сравнивать. И они сразу же отметили, что нынешнее компьютерное многоборье стало крупнейшим в России по своим масштабам и числу участников мероприятием формата «активного долголетия».

В чемпионате приняли участие мужчины в возрасте от 60 лет и старше и женщины от 55 лет и старше. В

зависимости от уровня владения компьютером участников разделили на две группы – уверенные пользователи и начинающие (выпускники курсов компьютерной грамотности 2013-2014 гг.). Кстати, выступая с приветственным словом на открытии, Председатель Комитета Совета Федерации по социальной политике, Председатель Союза пенсионеров России В.В. Рязанский заметил, что в прошлом году армия начинающих пользователей увеличилась на 204 тысячи человек! Именно столько пенсионеров обучены на различного уровня курсах, в том числе и организованных Союзом. И любой из них – потенциальный участник будущих компьютерных баталий.

Две сотни тысяч – цифра большая. Но и потребность в компьютерной грамотности велика – не менее 10 миллионов пенсионеров в России хотели бы овладеть секретами управления умной машины. По сути, сегодня страна находится на таком же рубеже, как и в 20-е годы прошлого века, когда начиналась борьба с поголовной неграмотностью населения. И оттого, что сегодня пенсионеры не выводят на грифельных досках «Миру – мир», а жмут на клавиатурах «Alt» или «Ctrl», ничего не меняется: в обоих случаях люди входят в новый для себя мир. К примеру, один из старейших преподавателей «Плехановки» ветеран

Великой Отечественной войны Алексей Иванович Самсин освоил компьютер... в 91 год! Ни более чем почтенный возраст, ни весомый набор регалий, ни великое множество книг и научных работ не стали препятствием для того, чтобы записаться в компьютерные новички – чем не пример для других?!

Но вернемся к чемпионату. Его открытие прошло в ДК «Конгресс-центр» университета, а ведущими праздника стали певица Илона Броневицкая и актер Виталий Клевцов.

Поздравляя собравшихся с долгожданным событием, ректор университета В.И. Гришин отметил, что вуз в последние годы уделяет большое внимание именно социальным проектам. – Особенно значимой мы считаем помощь социально уязвимым людям, имеющим в силу тех или иных причин ограничения при доступе к необхо-



димой информации, к современным технологиям. Именно с целью «разрушения» таких барьеров на базе факультета дистанционного обучения нами создана программа для пожилых людей «Университет «Серебряное поколение».

Масштабное событие привлекло в стены вуза многих именитых гостей. Поприветствовать участников пришли заместитель Председателя правительства РФ Ольга Голодец, министр труда и социальной защиты Российской Федерации Максим Топилин, заместитель министра связи и массовых коммуникаций РФ Алексей Козырев, председатель Правления Пенсионного фонда РФ Антон Дроздов.

Но вот отзвучали приветствия и поздравления, и колокольчик в руках А.И. Самсина известил о старте четвертого всероссийского чемпионата. Его участников пригласили в один из залов, где были оборудованы компьютерные места. Пенсионерам предстояло померяться силами в пяти номинациях в личном и командном первенстве. Нужно было создать собственную презентацию «Визитная карточка» в MS Office PowerPoint, провести работу с текстовыми редакторами, с поисковыми системами, порталом «Госуслуги.ру», в управлении личным кабинетом коммерческого банка. При помощи всемирной паутины участникам при-

шлось решить ряд нестандартных житейских задач и даже разобраться в условиях... брачного контракта! А еще отыскать нужную панораму улицы, проложить маршрут до Третьяковки, найти в поисковике названия и исторические сведения о всех башнях московского Кремля... Это лишь неполный список финальных заданий. Организаторы заверили, что уровень сложности конкурсных заданий стал значительно выше, чем в предыдущие годы, причем с инициативой усложнить программу выступили сами же пенсионеры-участники, что свидетельствует о возросшем уровне их подготовки.

Работу участников турнира оценивало жюри из 17 человек во главе с заведующей кафедрой Информационных технологий университета Ю.Д. Романовой.

Если бы все пенсионеры так уверенно пользовались компьютером, у





нас в учреждениях остались бы, наверное, только «виртуальные» очереди, – полушутя-полусерьезно отметила она и уточнила:

– Портал Госуслуг предназначен, чтобы большинство пенсионеров им пользовались для их же удобства. У нас и в презентациях были вопросы по поводу этого портала. И люди высказали свои замечания и отметили преимущества этого портала по сравнению с обычным общением с различными организациями.

Пока участники чемпионата выполняли задания, инициаторы конкурса обсуждали проблемы пожилых людей на выездном заседании Комитета по социальной политике Совета Федерации. Поговорить было о чем. Ведь в России лишь треть всех пенсионеров пользуется компьютером. Открыть для них мир высоких технологий, а значит, помочь адаптироваться к современным реалиям – сегодня одна из главных задач государства.

– Что такое пенсионеры для государства – социальная обуза или человеческий капитал? Конечно, это – капитал, который должен приносить пользу стране. Это очень большой контингент людей с богатейшим жизненным и трудовым опытом. И на сегодняшний день мы видим свою главную задачу в том, чтобы содействовать процессу адаптации пожилых людей в мире, буквально «пропитанном» электроникой, – отметил Валерий Владимирович Рязанский. – Пока мы накапливаем потенциал: за последние два года появилась масса методик и программ обучения пенсионеров, расширилась география регионов, в которых открываются курсы и компьютерные классы, используется инфраструктура учреждений системы образования – школ, вузов, где старшее поколение обучают волонтеры, банки, региональные отделения общественных организаций. Увы, пока нет единых стандартов обучения.

– Все правильно, – говорит заместитель Председателя Комитета СФ по социальной политике Людмила Козлова. – Пожилые люди, уйдя на пенсию, не стремятся сидеть дома. Многие из них продолжают работать. И в такой ситуации компьютерная грамотность для них – это возможность быть востребованным, возможность быть в курсе всех событий, оставаться в потоке времени.

Участники разговора отметили, что в регионах сделано много, но еще больше предстоит сделать. И обязательно нужно внедрить единые стандарты обучения. Сенаторы предло-

жили внести в обязательном порядке подобные курсы в госпрограмму по «Социальной поддержке населения» и утвердить общие методические рекомендации на федеральном уровне.

Если первый день чемпионата был отдан решению разного рода задач, то на второй день состоялась деловая игра «На все случаи жизни», в которой соревновались команды пенсионеров-участников и студентов университета. Команды составляли брачный договор с помощью справочно-правовой системы «КонсультантПлюс» и отвечали на вопросы о взаимной ответственности супругов, требовавшие не только умения ориентироваться в российском законодательстве, но и житейской мудрости. Последнего, как водится, у пенсионеров-многоборцев оказалось больше, так что здесь со счетом 18:16 заслуженно победила их команда. За необычным соперничеством наблюдали сотни глаз. Зрители активно подбадривали обе команды. Участники получили от «КонсультантПлюс» сертификаты, а от университета – по большому торту.

Но это была, так сказать, разрядка после трудного первого дня. А там соревнования особо зрелищными не были – они больше походили на шахматный турнир, где все эмоции кипят не снаружи, в поединке с противником, а внутри, в душе – правда, от этого накал страстей ничуть не меньше. И потому на церемонии награждения участники выходили, как выходят борцы, легкоатлеты, фигуристы: с чувством заслуженной, завоеванной в бескомпромиссной борьбе победы.

Вначале подарки и дипломы получили участники, ставшие лауреатами по специальным номинациям. В номинации «Старейший участник соревнований» были награждены В.А. Анцышкин (85 лет) и М.М. Янбулатова (73 года), в номинации «Люди с безграничными возможностями» – В.В. Алферов (Московская городская организация «Всероссийского общества инвалидов»), в номинации «Самый стойкий участник на длинной дороге» – В.С. Хлыстова, в номинации «Лучший результат среди соотечественников из-за рубежа» – Т.Я. Санаева (Узбекистан) и в номинации «Лучший результат среди гостей в категории «начинающий пользователь» – В.И. Одарица. Кроме этого, Владимир Иванович получил специальный приз от университета в номинации «Серебряный «сёрфер».

Во второй части церемонии награждения на сцену приглашались по-

бедители чемпионата, занявшие призовые места.

В номинации «Владение программой MS Office PowerPoint» среди начинающих и уверенных пользователей первые места заняли Н.Л. Прозоров (Кировская область), Т.А. Конишева (Кировская область), а в программе Office Word лучшими стали Л.А. Ковырзина (Красноярский край) и В.И. Архипов (Астраханская область).

В номинации «Работа с поисковой системой» среди начинающих и уверенных пользователей – Л.Д. Куделина (Ивановская область), Ю.Н. Решетников (Белгородская область).

В номинации «Работа с порталом Государственных услуг» среди начинающих и продвинутых пользователей – В.Г. Сидоров (Чувашская республика) и Е.А. Морокова (республика Хакасия).

В номинации «Работа в личном кабинете коммерческого банка» среди начинающих и продвинутых пользователей – О.П. Ильина (республика Карелия).



И, наконец, **1-е место** в абсолютном зачете среди начинающих и продвинутых пользователей завоевали Ф.Ш. Отемисова (Ставропольский край) и В.И. Архипов (Астраханская область). В командном зачете на первом месте оказались астраханцы, москвичи заняли вторую ступень пьедестала, а «бронза» досталась команде из Ставрополя.

В команде москвичей за победу боролся 75-летний В.П. Беликов. За спиной Валентина Павловича – Московский авиационный институт, годы работы в многочисленных НИИ, преподавательская деятельность. А вот компьютерные курсы он закончил только в ноябре прошлого года. Уже несколько лет Валентин Павлович не работает, но дома ему не сидится: записался волонтером в районный центр соцобслуживания и теперь читает там лекции о живописи и религии.

– Благодаря курсам я узнал, что компьютер обладает такими возможностями для самообразования, которые мне и не снились, – рассказал Валентин Павлович. – Компьютер стал моим другом и помощником во всем. Вот сейчас я работаю над книгой о нашем районе, так сижу перед монитором и стучу по клавишам ежедневно, с 6 утра и до 12 ночи!

Союз пенсионеров Подмоскovie представляли Александр Дмитриевич Сараев из Озер (в номинации *Продвинутый пользователь*) и Галина Валентиновна Рязанова из Ногинска

(в номинации *Начинающий пользователь*). Среди команд Центрального Федерального округа мы вышли на 6 место – неплохой результат. На Чемпионат наши участники прибыли с группой поддержки (фото слева).

И участники, и зрители только в самых лестных эпитетах описывали чемпионат, а члена нашего Союза Галину Валентиновну Рязанову событие подвигло и на творчество:

*Люди, в жизни много повидавшие,  
Нестареющие годам вопреки.  
Опыт, знания свои собравшие,  
Все слились в Союз, как ручейки!  
Наш Союз пенсионеров – это сила!  
Существует*

*целых двадцать лет!  
Море целое людей красивых,  
Одержавших в жизни  
множество побед!*

*Не стареют наши ветераны,  
Реутся в бой, как в прежние года.  
И в компьютерной*

*запутанной программе*

*Доказали: годы – не беда!  
Съехались со всех концов России,*

*Чтобы слово веское сказать,  
Доказать, что всё ещё мы в силе,  
За себя сумеем постоять!*

*И в вопросах  
разобравшись сложных,  
Не ударили мы в грязь лицом!*

*Доказали нашей молодёжи,  
Что не зря мы*

*на земле этой живём!*

Наверное, банальным будет сказать, что чемпионат дал заряд на дальнейшую работу – но ведь это так и есть! Вернувшись к себе, наполненные впечатлениями люди наверняка будут тормозить своих знакомых, родных, агитировать их тоже заняться компьютерным образованием.

В церемонии награждения принимали участие представители компаний Intel, МТС, Ростелеком, Совкомбанк, а призы были самые что ни на есть компьютерные: ноутбуки, планшеты, сканеры, смартфоны. Тем, кто не занял почетных мест, организаторы вручили сертификаты участника IV Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров. А потом были выступления творческих коллективов, экскурсия по Москве. Мелькали улицы, памятники, здания музеев и галерей. Но люди, глядя на древние башни Кремля, видели теперь и другое: здесь живет не только история, здесь бьется и электронное сердце огромной страны!

**Я. РАЗЛИВИНСКИЙ,  
Фото Никиты КОКАРЕВА.**

# ЗНАК ГТО НА ГРУДИ У НЕГО

ПЕРВОГО СЕНТЯБРЯ В НАШУ ЖИЗНЬ ОФИЦИАЛЬНО ВЕРНУЛИСЬ НОРМЫ ГТО. ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ КОМПЛЕКС, НЕЗАСЛУЖЕННО ЗАБЫТЫЙ СТРАНОЙ НА ЦЕЛЫХ 20 ЛЕТ, ПРИЗЫВАЕТ В СВОИ РЯДЫ НЕ ТОЛЬКО МОЛОДЁЖЬ, НО И – ВПЕРВЫЕ – ПОКОЛЕНИЕ РОССИЯН «ОТ 70 И ВЫШЕ».

Я этому особенно рад, – заявил за-  
явкафедрой лечебной физкультуры и спортивной медицины Первого МГМУ им. Сеченова, доктор медицинских наук Евгений Ачкасов. – Комплекс ГТО – вещь полезная уже в силу того, что ничего лучшего в плане укрепления здоровья с тех пор придумано не было. Фитнес-центры? Не припомню та-  
мошних выпускников, которые вошли бы в «золотой фонд» российской физкультуры. А те, кто в своё время участвовал в комплексе ГТО, и в 70–80 лет остаются бодрыми, ловкими, сильными не только духом, но телом.

Примеров тому – множество. В Кузбассе накануне 1 сентября провели пробную сдачу нормативов для студентов вузов и учащихся колледжей. За внука Никиту Бабошина пришёл поболеть его 78-летний дедушка Алексей Иванович. Чтобы получить золотой значок, надо было 14 раз подтянуться на перекладине, прыгнуть с места на 2,7 метра, пробежать километр за 3,4 минуты... Участники справлялись как-то не очень. Дед сначала подбадривал Никиту с трибуны, а потом рванул километровой кросс, обогнал всех и пришёл к финишу первым! Тут его и застукали, хотели дисквалифицировать за участие «не в той возрастной группе», но Алексей Иванович упрямился – очень уж хотелось метнуть гранату, которая по нормативам не входит в комплекс для старшего возраста. И метнул на 45 метров, ни один студент не дотянулся до этого результата! Так что золотой значок по праву достался спортивному деду. Значок, кстати, уже пятый в коллекции Бабошина-старшего. Четыре предыдущие были получены с 50-х по 80-е годы прошлого века, когда комплекс ГТО в России получил второе дыхание, а число сдавших нормативы перевалило за 20 миллионов человек. Так ведь и было на кого равняться! Обладателями значков становились многие известные деятели культуры и спорта: братья Знаменские, Галина Уланова, Василий Соловьёв-Седой, Аркадий Гайдар.

А в 1931 году, когда комплекс ГТО только зародился, самым первым значком был награждён конькобежец Яков Мельников – многократный чемпион страны, установивший 27 национальных рекордов. До войны число значкистов с каждым годом росло в геометрической прогрессии: в 1932-м их уже насчитывалось 465 000, в 1941-м – 6 миллионов! Среди приверженцев ГТО были красные командиры Рождественский, Егоров, Томмола, Маслов, Андреев... Ну и, разумеется, весь личный состав, служивший под их началом.

– Наш народ выиграл Великую Отечественную в том числе и благодаря этому комплексу, который позволял молодым людям быть здоровее, крепче, а значит выносливее и отважнее в бою, – говорит эксперт Всероссийского фонда образования, полковник Олег Сергеев.

Между прочим, в Советском Союзе ГТО затевалось не для «галочки», сдать нормы во все времена было не просто. Трёхкратный олимпийский чемпион, борец Александр Карелин, например, рассказывал, что был обладателем лишь серебряного значка, по-

скольку ему с трудом давалось подтягивание и метание гранаты. Однако тех, кто не справлялся с нормативами, не наказывали даже при Сталине. Комплекс ГТО, по сути, всегда держался на человеческом принципе – «главное – участие, норма для всех возрастов одна – здоровый образ жизни». С этим посылом он к нам и возвратился. Так что, дорогие бабушки-дедушки, пора расставаться с подагрой и бить рекорды ГТО.

Первые значки ГТО вручены физкультурникам на городских праздниках в 12 городах страны. Предполагается, что в ближайшем будущем откроют специализированные центры тестирования, где каждый россиянин сможет узнать, на какую оценку тянет его физическая подготовка, и получить соответствующий значок. Дизайн его уже известен: стилизованная многоконечная звезда, с изображением бегущего спортсмена на фоне красного цвета для золотого знака отличия, синего – для серебряного значка, а для бронзового решили выбрать зелёный цвет. Внизу значка цифра – от 1 до 11, обозначающая ступени достижений.

Людмила БУТУЗОВА.  
Источник: газета «50 плюс»

## IX СТУПЕНЬ (50–59 лет)

№	Виды испытаний	Мужчины		Женщины	
		50–54 лет	55–59 лет	50–54 лет	55–59 лет
<b>Обязательные испытания</b>					
1.	Бег на 2 км (мин., сек.) или на 3 км	11.00	13.00	17.00	19.00
2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) или рывок гири (кол-во раз) или подтягивание из виса слева на низкой перекладине (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз)	3	2	–	–
3.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	15	10	–	–
4.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	25	20	8	6
5.	Поднимание и туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин.)	25	20	15	12
6.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пол пальцами			
<b>Испытания по выбору</b>					
7.	Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.) или на 5 км (мин., сек.) или кросс по пересечённой местности на 2 км* или кросс по пересечённой местности на 3 км*	–	–	23.00	25.00
8.	Плавание безучёта времени (м)	50	50	50	50
9.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стул, дистанция – 10 м (очки) или из пневматического оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стул, дистанция – 10 м (очки)	25	25	25	25
10.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	в соответствии с возрастными требованиями			
Кол-во испытаний для получения золотого знака отличия		5	4	4	4

## X СТУПЕНЬ (60–69 лет)

№	Виды испытаний	Мужчины		Женщины	
		60–69 лет	60–69 лет	60–69 лет	60–69 лет
1.	Смешанное передвижение (км) или скандинавская ходьба (км)	4	3	4	3
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (кол-во раз)	10	6	–	–
3.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз)	20	15	–	–
4.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пальцами голено-стопные суставы			
5.	Передвижение на лыжах (км) или кросс по пересечённой местности* (км)	4	3	–	–
6.	Плавание без учёта времени (м)	25	25	–	–
Кол-во испытаний для получения золотого знака отличия		4	4	–	–

## XI СТУПЕНЬ (70 лет и старше)

№	Виды испытаний	Мужчины		Женщины	
		70 лет и старше	70 лет и старше	70 лет и старше	70 лет и старше
1.	Смешанное передвижение (км) или скандинавская ходьба (км)	3	2	3	2
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (кол-во раз)	8	5	–	–
3.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз)	15	10	–	–
4.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пальцами голено-стопные суставы			
5.	Передвижение на лыжах (км) или кросс по пересечённой местности* (км)	3	2	–	–
6.	Плавание без учёта времени (м)	25	25	–	–
Кол-во испытаний для получения золотого знака отличия		3	3	–	–

\* для беснежных районов страны.



## БУДЬ ЗДОРОВ, ПЕНСИОНЕР!

В яркую и солнечную субботу, накануне областного Дня спорта, в Можайске произошло скромное по областным меркам, но такое важное для горожан событие. Оно привлекло внимание многих – и молодых, и особенно – пожилых. Для пенсионеров, людей с ограниченными возможностями была открыта уличная тренажёрная площадка. Средства на спортивное оборудование и обустройство площадки выделила администрация Можайского муниципального района в рамках программы «Доступная среда». Площадка сооружена под эгидой Союза пенсионеров Подмосковья и областного общественного движения «Вера и Спорт».

Ещё задолго до открытия комплекса из 9 тренажёров, установленных в ряд, сюда пришли люди в возрасте. Многим, несмотря на свои недуги и года, захотелось опробовать понравившийся спортивный снаряд, который кто-то даже окрестил своим другом. С энтузиазмом, свойственным только уважаемым ветеранам, они переходили от одного «железного друга» к другому. И мнение у всех было одно: «Давно пора такие площадки делать в каждом дворе, на каждой улице – для пенсионеров и молодёжи!»

К приезду официальных лиц на площадке уже было многолюдно. Глава района Александр Чёрный и депутат Мособлдумы Владимир Дупак поздравили всех со спортивным праздником. Затем под аплодисменты была перерезана символическая алая ленточка. Слова благодарности в адрес инициаторов строительства площадки прозвучали от председателя Совета ветеранов Можайского района Виктора Садовникова, руководителя клуба пенсионеров «Душа молода» Алевтины Кондратьевой, ветеранов спорта: одного из основателей можайского хоккея – Владимира Платонова и председателя районной лыжной федерации – Николая Фёдорова. К ним присоединились все.

Планируется, что в ближайшие месяцы такая же площадка появится на внутриворотовой территории шести многоэтажных домов, ограниченной улицами Красноармейская, Коммунистическая и Карасева.





## Сябры – значыць друзья

Сентябрь для наших Химок всегда знаменателен: в начале этого месяца жители празднуют день рождения города. Но 2014 год все же оказался особым: у Химок юбилей, городу исполняется 75 лет! Дата знаменательная и потому все городские службы задолго до начала праздника и с особым тщанием стали готовиться к этому событию. Старания не прошли даром – этот праздник удался на славу! Таких торжеств – по грандиозности, масштабности и красоте – химчане еще не видели. У кого ни спроси, до сих пор жители находятся под впечатлением увиденного. Спортивные соревнования, народные гуляния, концерты – всё слилось в яркую незабываемую ленту событий!

А поскольку русский человек не может не делиться радостью с друзьями, на эти торжества было приглашено много гостей из других городов. Не забыли и о побратимах из зарубежья. Так, нам, ансамблю «Сударушки», посчастливилось встречать гостя из белорусского города-побратима Гродно. Народными песнями и с хлебом и солью ансамбль приветствовал на химкинской земле Председателя Совета депутатов Гродно Анатолия Никитина. Хотя таких людей и гостями назвать трудно: Анатолий Алексеевич родился в нашей общей стране, будучи военным, служил в Сибири, занимал высокие должности в Советской армии. Конечно же, это родной, близкий нам человек, а не иностранец, а его жизнь – это и частичка жизни России. Анатолий Алексеевич – тоже пенсионер, но отдыхать не собирается: уже несколько лет руководит Гродненским советом депутатов. Встреча прошла в очень теплой дружеской обстановке, состоялась договоренность, что народные коллективы Белоруссии и Химкок будут обмениваться творческими встречами.

**Т. ПУШКАРЕВА,**  
г. Химки.

## И БЫЛ ПРАЗДНИК!

### СОБРАЛ ВСЕХ ВМЕСТЕ

Сентябрь, но тепло и сухо. Наверное, это и есть «Бабье лето». У подъезда раскачивается на носках, морщит лоб Альберт Василич. Утробно философствует в небо, неожиданно хватая меня за руку:

– Ты, эт, откуда?

– С праздника пожилого человека, – отвечаю.

Альберт Василич замирает для осмысления происходящего: – Кто таков, почему не знаю? – в его отчестве навечно запечатлен командарм Чапаев, поэтому он и «косит» под него постоянно, – правду говори!

– Ну, если правду, – теперь я вынужден был придержать его за руку, – то зовут его Пустов Александр Михайлович. Знаешь такого?..

Признаюсь, спросил я это так, чтобы побыстрее отвязаться, но услышал совсем уж скорострельное и неожиданное:

– Знаю Михалыча! Он... сельхозом заведовал. Му-у-ужик!.. Дай Бог ему здоровья! Скажи, что сам Альберт Василич уважает..

Вот такой оказалась у меня концовка Дня пожилого человека. Думаю, не случайно она связана с конкретным именем Пустова Александра Михайловича. И откуда только силы у него берутся: ни один «старичок» ни в один праздник (большой и маленький) не остается без его внимания. Скорее всего, это генетическое устройство его души...

24 сентября. Актальный зал лицея №114. Снова собрал всех вместе День пожилого человека. На сцене – знаменитая «Сударушка», вокальный ансамбль «Русь», артисты И. Коротков, М. Стенькина с М. Макаровой.

Им одинаково внимали два таких разных поколения – зрелое и юное. Смотрели разными глазами, но мысли и чувства при этом были едины. В этом единении и во мне закреплялась уверенность в том, что не так уж и безнадежно «потерянное» поколение, что та преемственность, которая и делала Россию в ее истории великой, никуда не делась, не «испарилась».

– Всех вас поздравляю с праздником, желаю крепкого вам здоровья, благополучия, счастья, достойной старости, ну, и... прибавку к пенсии, – ведь, к сожалению, деньги сегодня играют немалую роль. Спасибо всем! – такими словами закончил свое приветствие Александр Михайлович Пустов.

А потом в столовой лицея состоялось чаепитие с пирогами.

**А. ПЕТУХОВ,**  
член Союза пенсионеров Подмосквья,  
г. Орехово-Зуево.

**Союз пенсионеров Подмосквья присоединяется к пожеланиям добра и счастья для Александра Михайловича Пустова, который совсем недавно отметил свой юбилей. Мы уверены, что нашего неутомимого коллегу ждет еще немало добрых полезных дел!**

## ДРУЖБА ИНТЕРЕСНАЯ И ПОЛЕЗНАЯ...

*...завязалась с недавних пор у пенсионеров со станцией юных туристов, где работают увлеченные, творческие люди.*

Началось знакомство с интереснейшей экскурсией по историческим местам нашего милого Богородска, на которую нас пригласила работница СЮТура Галина Алексеевна Фурсеева. 27 августа выдался довольно дождливым днём. Но пенсионеры – народ стойкий: явились на экскурсию в точно назначенное время. Сбор был назначен у памятника Екатерине Второй. Стоя под раскрытыми зонтами, все внимательно слушали рассказ Галины Алексеевны об историческом значении площади Бугрова, о тех людях, которые изображены на сте-

интересом к краеведению, что многие пенсионеры изъявили желание купить книгу Галины Фурсеевой «Прогулки по улицам Ногинска».

На этом наша дружба не закончилась. 10 сентября нас пригласили в музей «Русская изба», где мы были приветливо встречены хозяйкой – Валентиной Анатольевной Черкасовой. Она, в национальном русском костюме, сразу настроила посетителей на старинный лад. Очень артистично и увлекательно Валентина Анатольевна поведала о различных секретах этикета и старинных обрядов. Нам предложили надеть костюмы того времени, чтобы вжиться в обстановку русских крестьян, рассказали о на-

значении предметов старины. А когда предложили расколоть сахар к чаю щипчиками, удивлению и удовольствию старшего поколения не было конца. Пенсионеры с большим удовольствием пили чай из самовара по – старинке, из блюдечка и вприкуску. Ели хлеб с яблочным вареньем, а когда были поданы «разгоняи» – пряники, Валентина Анатольевна объяснила, что их назначение – провожать засидевшихся гостей. Уходить никому из нас, честно говоря, не хотелось! Закончили мы нашу встречу пением песен: «Деревенька» и «Желаем счастья Вам!» Было принято решение: всячески поддерживать нашу дружбу. Пенсионеры пригласили Валентину

Анатольевну посетить наше отделение дневного пребывания, которое, собственно, и познакомило нас. Спасибо всем огромное за доставленное удовольствие!

Мы в русской избе побывали,

Мы жизнь наших предков познали.

Взглянули на русскую печь, Приятно на печку прилечь! Немало старинных вещей Предстало для наших очей. Чай пили

с чудесным вареньем, И пели

с большим настроением. Так в памяти сохранены

Приметы родной старины!

**Г. РЯЗАНОВА,**  
Ногинск.

## ТВОИ ЛЮДИ, ПОДМОСКОВЬЕ!

## В ОБЩЕМ СТРОЮ

На недавние торжества, посвященные Дню пожилого человека, в Москву съехались делегации со всей области. Были среди них и гости из Пушкина. Только вот, увы, на этот раз – без своего председателя В.Г. Лебедева: приболел, оказался в больнице. Если бы не это обстоятельство, обязательно бы примчался в столицу: уж кто-кто, а Валерий Григорьевич и в свои годы (а ему недавно исполнилось 75) остается человеком, легким на подъем. Справляться с делами, которых у председателя – выше крыши, помогают армейская закалка и дисциплинированность, энергичность комсомольского вожака, выработанная годами. Так что окружающие знают: если за дело берется Лебедев – он его до конца обязательно доведет.

Ну, про армейскую закалку – понятно: служил. В советское время (а в послевоенные 50-е годы – тем более) «откосить» от армии, если ты здоров, было делом позорным. Валерий, живший тогда в Фурманове, что в Ивановской области, на здоровье не жаловался. И когда пришла повестка, горевать не стал – тем более, что направили его не куда-нибудь, а на границу. Толкового солдата вскоре определили в сержантскую «учебку», а потом он стал

командиром отделения. К концу службы Валерий был уже старшиной погранзащиты, инструктором политотдела. Армейская служба пришлась по душе, и Лебедев решил не снимать военную форму. Командование политотдела рекомендовало его на комсомольскую работу. Несколько лет Валерий работал в ЦК комсомола Молдавии, поступил в

человек с «червоточинкой» в душе – и под угрозой может оказаться целый участок защиты.

– Ситуация была такая: с развитием ракетных войск начальники гарнизонов и командиры уже не могли самостоятельно решать многие вопросы поддержания правопорядка и эффективно бороться с правонарушениями, – вспоминал

В 1975 году В.Г.Лебедев, как весьма перспективный сотрудник, был зачислен слушателем первого факультета Академии МВД СССР, готовившего кадры высшего руководящего состава. Блестяще закончив Академию, назначен в Центральный аппарат Министерства начальником отдела 5-го Управления. В 36 лет получил звание полковника. Его

...Привыкший быть с людьми, в водовороте бесконечных хлопот, Валерий Григорьевич, и уйдя в отставку, не мыслил себя в расслабленном состоянии. Покидать общий строй? Нет, это не по нему! Он становится замредактора газеты «Красное знамя», работает в Международном благотворительном фонде «Во имя мира и человека», а потом возглавляет Пушкинское отделение Союза пенсионеров Подмосковья. Энергичный, умный, он словно магнит притягивает к себе таких же – боевых, эрудированных, с богатым жизненным опытом. Так сформировалось ядро организации – не просто некий конгломерат пожилых людей, а группа единомышленников, способных эффективно помогать пенсионерам города.

В Пушкино уважают и ценят ветерана. Ценят его и в руководстве Союза. И хотя на празднование Дня пожилого человека Валерий Григорьевич приехать не смог, без внимания он не остался. В медицинское учреждение, где Валерий Григорьевич проходит курс лечения, ему был передан подарок – часы от Союза пенсионеров Подмосковья и Председателя Мособлдумы. Этой символической наградой был отмечен вклад Лебедева в развитие гражданского общества. Часы тикают, напоминая: жизнь продолжается, идет вперед, а впереди, так же как и прежде – время добрых дел. Их еще много, и болезнь – лишь досадная задержка на этом пути.

В. ЯКОВЛЕВ.



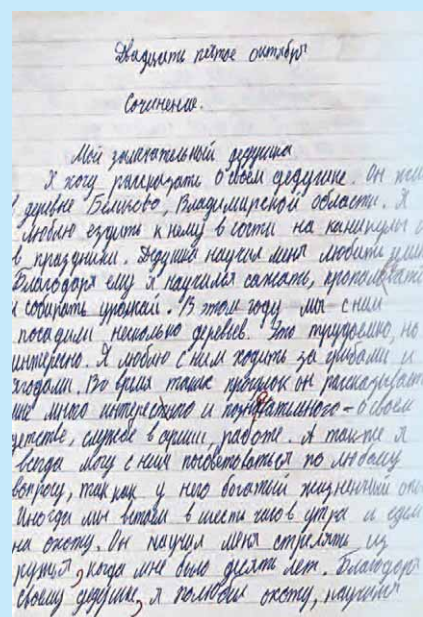
Страницы юбилейного альбома, с любовью составленного молодым поколением семьи Лебедевых, рассказывают о непростой, но счастливой жизни отца и дедушки.

Кишиневский политехнический институт. А потом по направлению ЦК оказался в спецмилиции, обеспечивающей соблюдение правопорядка в частях ПВО страны. Ракетный щит Родины – первое и самое важное звено обороны. Но это не только ракеты и радары, это, прежде всего – люди, а люди могут быть разными... Попадет на службу

позже Валерий Григорьевич. – Поэтому в конце 50-х годов и было сформировано первое отделение спецмилиции, а потом они появились во всех регионах, где находились войска ПВО. Оглядываясь назад, понимаешь, что это был правильный шаг, обеспечивший дополнительную и надежную защиту рубежей страны.

труд был отмечен тринадцатую правительственными наградами, званием заслуженного работника МВД, отличника советской милиции, пограничных войск. Но, конечно, не наградами и званиями, сколь бы высоки и лестны они ни были, а конкретными делами измеряют жизнь настоящие люди. И таких дел на счету Лебедева – сотни и сотни.

Это сочинение «Мой замечательный дедушка» когда-то давно (пятнадцать лет назад!) написал внук В.Г. Лебедева. Прочтите его – и вы убедитесь, что иногда детские строки намного содержательнее, чем страницы официальных характеристик....

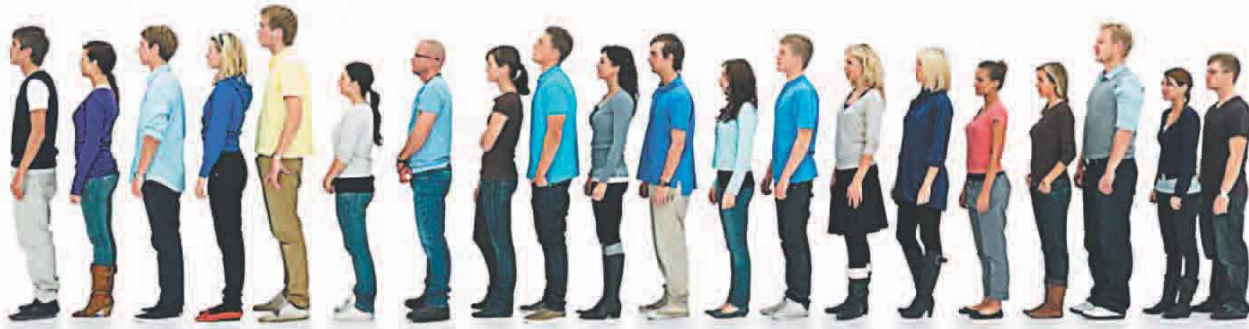


Я хочу рассказать о своем дедушке. Он живет в деревне Бельково, Владимирской области. Я люблю ездить к нему в гости на каникулы и в праздники. Дедушка научил меня любить землю. Благодаря ему, я научился сажать, пропалывать грядки и собирать урожай. В этом году мы с ним посадили несколько деревьев. Это трудоемко, но интересно. Я люблю с ним ходить за грибами и ягодами.

Во время таких прогулок он рассказывает мне много интересного и познавательного о своем детстве, службе в армии и работе. А также, я всегда могу с ним посоветоваться по любому вопросу, у него богатый жизненный опыт. Иногда мы встаем с ним в шесть часов утра, и едем на охоту. Он научил меня стрелять из ружья, когда мне было десять лет. Благодаря своему дедушке я полюбил охоту, научился обращаться с оружием. В зимнее время года я помогал дедушке по строительству дома. В последние каникулы я научился стелить деревянный пол, строить лестницу на второй этаж, и делать стенные шкафы. Зимой мы с дедушкой любим кататься на лыжах. После такой прогулки мы с ним любим посидеть у печи, попить чайку и поговорить. Я люблю ездить с дедушкой во Владимир, смотреть храмы и церкви. В одной из церквей служит дедушкин друг отец Борис, который меня окрестил.

Я с нетерпением жду следующих каникул, чтобы пообщаться с интересным человеком, который прожил сложную, но интересную жизнь, пройдя путь от простого мальчика до полковника.

## КЛИЕНТСКИЕ СЛУЖБЫ ПРИХОДЯТ НА ПОМОЩЬ



# СРОК – 15 МИНУТ

*Да, именно таким, согласно Указу Президента РФ №601 «Об основных направлениях совершенствования системы государственного управления» должен быть максимальный срок ожидания для человека, пришедшего в учреждение для получения государственных услуг. Мера эта вынужденная и оправданная, раз часовые очереди не думают рассасываться стараниями самих чиновников на местах. Особенно эта ситуация остра для посетителей пенсионных учреждений, пожилых людей, для которых «простаивание» в очередях превращалось в мучительную пытку и негативно отражалось на здоровье. Сегодня с этим негативом успешно борются в управлении ПФР №5 по Москве и Московской области – с помощью комплексного использования электронных технологий, высокого профессионализма сотрудников и возможностью дистанционного обслуживания. Эти три фактора в работе ПФР № 5 стали доминирующими в деятельности работы клиентских служб. Там время долгих очередей постепенно уходит в прошлое...*

### ЭЛЕКТРОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В БОРЬБЕ С ОЧЕРЕДЯМИ

**В** наше управление ПФР ежедневно приходит масса людей разного возраста и рода деятельности: это и нынешние пенсионеры и будущие, это получатели ежемесячных денежных выплат и молодые мамы – владелицы сертификатов на материнский капитал, бухгалтеры и специалисты по кадрам, – говорит начальник Главного управления ПФР №5 Александр Акименко. – У каждого из них своя цель, своя насущная проблема, и каждому очень важно чтобы она разрешалась быстро, профессионально, в максимально комфортных условиях. Наше управление ставит решение этой непростой задачи на одно из первых мест. В целях более качественного обслуживания граждан была проведена централизация структурных подразделений. Сегодня прием граждан, проживающих в разных точках Москвы и области, осуществляют двадцать клиентских служб.

Таким образом, в результате внедрения клиентских служб было обеспечено равномерное распределение нагрузки на специалистов, что было практически недостижимо при приеме граждан по участковому методу. Благодаря этому существенно сократился срок прохождения документооборота и назначения пенсий и иных социальных выплат. Значительно сокращают время обслуживания и современные технологии, которые позволили создать новую форму организации приема граждан – так называемую «электронную очередь». Теперь посетителя встречает администратор, который регистрирует место в очереди и направляет человека к нужному специалисту. В ряде управлений в зале ожидания установлены электронное табло, по которому клиенты могут отслеживать свою очередь. Кроме того приглашение на прием дублируется звуковым сопровождением. Такой метод не только организует порядок приема граждан, но и делает его быстрее и эффективнее, и практически ликвидировало очереди, суету. Сегодня буквально за считанные минуты люди могут попасть на прием к специалисту.

### ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР В ПЕНСИОННОМ ОБСЛУЖИВАНИИ

**Н**о особую роль в обслуживании клиентов играют, разумеется, профессионализм и человеческие качества специалистов клиентских служб.

– Ежемесячно у нас проводится фотография рабочего дня специалистов Клиентских служб. Делается это в целях оптимизации работы по приему граждан, которые хотели бы получить те или иные госуслуги, – говорит заместитель начальника Управления ПФР №3 Ольга Идди. – Фотография рабочего дня оформляется справкой с указанием количества обращений, типа обращений, времени приема по каждому специалисту клиентской службы.

То есть, специалисты поминутно фиксируют свой рабочий процесс, анализируют результаты и выявляют помехи, которые препятствуют быстрому обслуживанию клиента. В частности, таким образом выявляются наиболее «запрашиваемые» темы на текущий момент, и оперативно принимаются решения по перегруппировке специалистов: все те, кто в данный момент не загружен, направляются на помощь коллеге.

– Так нередко бывает, что большинство граждан интересует информация о размере пенсий после индексации, или о предоставлении или отказе набора социальных услуг, – говорит Ольга Идди. – В зале клиентской службы дежурит администратор, обеспечивающий перераспределение потока граждан по видам обращений. Он же организует оперативное консультирование. На днях были составлены две справки, по результатам которых проведен анализ потерь рабочего времени при приеме граждан. В результате анализа было установлено, что увеличение времени приема граждан произошло по вине самих клиентов: один из них не разобрался с порядком регистрации на терминале электронной очереди, а у другого была неряшливо оформлена трудовая книжка, и проверка записей в этом документе потребовала у специалиста много времени. Соответственно, были направлены дополнительные силы, для решения данных проблем.

В залах ожидания клиентских служб имеются книги отзывов и предложений, в которых отражаются оценки деятельности учреждения. Нужно заметить, что сейчас там практически нет негатива, а в основном только теплые благодарственные слова в адрес сотрудников. Пролистав одну из них, я увидел благодарности и ветеранам труда, проработавшим в пенсионной системе более тридцати лет, таким, как Светлана Егорова, Галина Платова, и совсем молодым, чей стаж здесь не больше двух лет, как у Аллы Тугановой и Ирины Исаевой. Благодаря особому творческому микроклимату, в клиентских службах управления низкий коэффициент текучести кадров. Безусловно, ежедневный прием требует

особой выдержки и профессионализма, обладания особыми морально-этическими данными. Не каждый работник ПФР может стать специалистом клиентской службы. Поэтому здесь, при поступлении на работу, человек проходит тщательный кадровый отбор, учитываются не только профессиональные навыки, но и психологические характеристики кандидатов. Данную задачу успешно решает отдел кадров, возглавляемый Нелли Быковой, более двадцати лет проработавшей в пенсионной системе. Недавно она была награждена нагрудным знаком «Почетный работник пенсионного Фонда Российской Федерации» за большую работу по отбору и воспитанию кадров, специалистов, способных вмещать в себе профессиональные и душевные человеческие качества, столь необходимые для работы с пожилыми людьми.

Помимо гражданской оценки, руководителем каждой клиентской службы ежедневно проводится мониторинг работы специалистов: определяется уровень удовлетворенности граждан качеством предоставления государственных услуг путем анкетирования посетителей.

– За последний месяц заявителями было заполнено 43 анкеты, согласно которым уровень удовлетворенности граждан качеством предоставления государственных услуг составляет 95%, – говорит заместитель начальника отдела назначений и перерасчета пенсий Наталья Агапова.

### ВОПРОСЫ РЕШАЮТСЯ ДИСТАНЦИОННО

**Ф**орма дистанционного обслуживания посетителей все больше набирает обороты – в том числе и в ПФР №5. В частности, организована работа по телефонному обслуживанию граждан и плательщиков страховых взносов. (8495-987-0919 (д. 19-00 19-01 18-99). Выделена «горячая линия» (84959870919) по приему обращений граждан. На данном участке задействованы три специалиста. Все поступившие обращения по телефону регистрируются в соответствующем журнале. Специалисты регулярно предоставляют результат мониторинга поступивших звонков начальнику управления.

– Что это дало нам на практике? На самом деле, очень многое, – рассказывает замначальника Управления ПФР №5 Наталия Добродицкая. – К примеру, вас интересует, на сколько у вас увеличится размер пенсии, допустим, с 1 апреля текущего года. Вы идёте в территориальное Управление ПФР, где тратите свое время: во-первых, на то, чтобы найти нужного специалиста, во-вторых – чтобы попасть к нему на приём. Как результат – испорченное настроение и потраченное время. Теперь же все стало гораздо проще. Вы звоните на «горячую линию» управления ПФР по месту жительства и задаете интересующий вас вопрос. Если Пенсионный фонд располагает всеми необходимыми документами, чтобы дать ответ, вас консультируют сразу же по телефону. Ну а если вопрос не решается сразу и вам, допустим, все-таки нужно будет подойти в управление с дополнительными справками? Тогда тут же, при консультации на «горячей линии», вам предложат записаться на приём к нужному специалисту. Диспетчеру доступны графики приёмов по каждому сотруднику на каждый день недели. Вам назначают время и дату, вносят ваши данные в программу и в нужный день и час вы приходите за консультацией. Сотрудник, к которому вас записали на приём, уже будет ждать именно вашего визита. Такая система помогает значительно уменьшить очереди в клиентских службах, а то и вовсе избежать таковых.

Так, шаг за шагом, делается все возможное, чтобы сделать пребывание в Пенсионном фонде приятнее и оптимизировать работу с клиентами. Постоянно совершенствуя способы взаимодействия с гражданами, разрабатывая и внедряя новое, сотрудники, прежде всего, совершенствуют собственную деятельность, чтобы не отставать от быстро бегущего времени.

Василий ТРЕСКОВ.

# ЗАТИРУХА И СИЛА РУССКОГО ДУХА

Сейчас, когда Запад пугает нас голодной смертью, а нам как-то не страшно, всё-таки самое время вспомнить про те простые блюда, на которых взросло не одно поколение наших сограждан. В добрые старые времена, когда все жили скромно, но стабильно, наша семья – мама, отец и мы с сестрой – жили на первом этаже в двухэтажном деревянном доме. Печку топили дровами, позже нам провели газ, и печь-голландка раскалялась так, что к ней невозможно было прислониться! Жили дружно... Хорошо помню, как солили капусту, арбузы и помидоры в деревянных кадках. У нас был крошечный погребок в старом деревянном сарае. С зимы его набивали снегом, и соленья, а также сало, рыба, мясо хранились там неплохо. Холодильники тогда были далеко не в каждом доме и считались предметом роскоши. Нашими соседями была пожилая супружеская чета с польской фамилией – глава семьи, бывший военный, и его жена, которую все называли бабой Дусей. С соседями мы жили дружно, жизнь, порой непростая, шла своим чередом... Но частенько, особенно почему-то по осени, баба Дуся без предисловий задавала свой коронный риторический вопрос: «Как жить будем?». Сегодня, когда цены неумолимо ползут вверх, думаю, этот вопрос не кажется таким уж риторическим... Мама моя, в отличие от бабы Дуси, была оптимисткой. И на коронный Дусин вопрос отвечала так: «Как все живут, так и мы. Затируху есть будем!». После такого ответа баба Дуся, как правило, замолкала...

Незатейливую формулу «выживания в формате затирухи» я с детства приняла как аксиому, и она мне очень пригодилась в жизни.

Особенно, когда на смену «золотым семидесятым» пришли «лихие-девяностые» годы. Вот где пригодились мне и затируха, и сила русского духа! А сейчас, когда всё можно купить, почему-то хочется порой простой, с детства знакомой пищи! И снова тут затирухе нет равных! Если немного истории, то затируху на Руси стали готовить примерно с 15 века, и она была любимым русским «хлёбобом». Рецептов затирухи столько же, сколько хозяев. Двух одинаковых затирух, наверное, не встречается, как двух одинаковых щей. Сколько хозяек – столько эксклюзивных рецептов, т.к. наши женщины и к кухонным делам подходят творчески.

Мои мама и бабушка готовили затируху густой. В кипящую подсоленную воду засыпали «затирку» (в муке перетёртое яйцо), варили минут пять, а затем заправляли поджаренным до золотистой корочки в подсолнечном масле репчатым луком. Но если точнее, то для приготовления затирухи понадобится полтора литра куриного бульона, 2 яйца, 7 ст. ложек муки, 400 граммов картофеля, по 100 граммов лука и моркови, 2 лавровых листа, растительное масло для жарки, соль и перец по вкусу. В ёмкость вбить яйцо, добавить 2 ст.л. воды, немного взболтать. В другую ёмкость насыпать муку. Окунуть руки в яйцо. Затем в муку. Энергично перетереть руками над тарелкой. В тарелку должны сыпаться небольшие мучные кусочки. Продолжить таким же образом, пока не закончится яйцо. Ссыпать получившуюся затируху в дуршлаг или сито, немного потрясти, чтобы сыпалась лишняя мука. Основа для

затирухи готова. Лук почистить, мелко порезать. Морковь почистить, натереть на крупной терке. Лук обжарить на растительном масле до прозрачности. Добавить морковь, перемешать, жарить 5-10 минут. Картофель почистить, порезать кубиками. Куриный бульон довести до кипения, положить лавровый лист, поперчить. Добавить картофель, варить 15 минут. Добавить обжаренную морковь с луком, добавить заправку для затирухи, варить 10 минут (кусочки должны хорошо увеличиться в размере). Второе яйцо немного взбить. Помешивая суп,



постепенно влить яйцо в кастрюлю. Проварить пару минут, выключить огонь. Суп «Затируха» получается сытным, насыщенным и очень вкусным. У меня его даже внуки, поколение кока-колы и чипсов, с удовольствием едят!

**Надежда БЛИНКОВА,**  
работающая пенсионерка.

## НАПУГАТЬ И НЕ ИСПУГАТЬСЯ... ИЛИ РЕАКЦИЯ РОССИЯН НА ЗАПАДНЫЕ САНКЦИИ

Известно: русские люди любые невзгоды переносят с улыбкой. Вот и теперь, пока политики на Западе чешут затылки, выдумывая очередные санкции, россияне посмеиваются над незадачливыми «грозильщиками». Уже пошли гулять по стране десятки анекдотов, из которых мы предлагаем вам небольшую толику.

ПОКА Европа искала альтернативу российскому газу, российский газ нашёл альтернативу Европе.

КАК бы нам так напугать Россию, чтобы самим не испугаться?

США в очередной раз на-

ложили санкции...

Россия в очередной раз положила на санкции...

В овальный кабинет Белого Дома вбегает госсекретарь. – Господин президент! Русские войска вошли в Крым! – Как?! Без бомбёжек и артобстрела?! – Ну и варвары!!!

– ОН показал язык, pokrutil пальцем у виска, плюнул три раза через левое плечо. Вы смотрели очередные санкции Барака Обамы. Продолжение следует.

ИНТЕРЕСНО, а какие санкции Обама применяет к своей жене, когда у неё болит голова?

США всё время грозятся ввести санкции против России... Именно поэтому, наверное, Обама всё время звонит Путину по ночам – чтобы тот не высыпался!

Мы раньше почему так плохо развивались? А потому что у нас санкций не было!

ОБЕЩАЮТ наложить санкции, а пахнет, как будто уже наложили...

ОБАМА вызывает Керри:



– Санкции к России по поводу присутствия их войск у границы Украины готовы?

Керри:

– Да, сэр.

Обама:

– Запускайте.

Керри:

– Так они же отвели войска.

Обама удручённо падает в кресло:

– Что творят, сволочи...

– Санкции к России по поводу присутствия их войск у границы Украины готовы?

Керри:

– Да, сэр.

Обама:

– Запускайте.

Керри:

– Так они же отвели войска.

Обама удручённо падает в кресло:

– Что творят, сволочи...

НОВЫЕ санкции Обамы. По заявлению Б. Обамы США вводят новую – четвертую серию санкций против России. С этого дня и ежедневно – США будут сокращать световой день на территории России. Санкции продлятся до 21 декабря 2014 года.

ПРОЧИТАЛ в новостях, что санкции никак не повлияют на российские банки. И правильно. Смотрю на свои банки с огурцами и грибочками – и как на них могут санкции повлиять??

РОССИЯ ответила на санкции США...

Депортировала всех колорадских жуков на историческую родину.

– БЭРРИМОР, что происходит в мире?

– Великобритания вводит санкции против России, сэр.

– Так, Россия – это далеко, Бэрримор?

– Так далеко, сэр, что санкции до нее никогда не дойдут.



## МОЙ ДОМ

# ПОСТЕЛЬНЫЕ ИГРЫ



*Ох уж эта уборка постели! Мы убираем, и убираем, и убираем эту постель – за собой, затем за своими детьми, затем за пожилыми родителями... Утром убираем, а вечером – расстилаем ее вновь. Есть ли смысл в этом вечном круговороте или же это сплошная маята и беспокойство?..*

*Давайте посмотрим, какие же постельные правила предлагает нам древнекитайская геомантия.*

### НАКРОЙ СЕБЕ ПОЛЯНУ

Постельные принадлежности – простыни, одеяла, подушки – разумеется, должны быть первоклассного качества, прекрасно пропускать воздух и влагу, сшиты из натуральных материалов. Для набивки допускается и синтепух, и любые другие виды волокон, но ткань, которая касается тела человека, должна быть только натуральной.

Следует помнить, что каждый цвет несет соответствующую энергетику стихии, энергоинформацию. Поэтому, выбирая яркое и привлекательное постельное белье, следует соблюдать определенную осторожность.

Итак, для любого человека подойдут постельные принадлежности сдержанного зеленого или бежевого цветов. Это цвета земли и дерева, цвета здоровья – как правило, они поддерживают энергетику и обеспечивают спокойный сон.

Белый цвет постели – наиболее нейтрален. Он хорош для грудных детей и пожилых либо ослабленных людей, вмешательство в энергетику которых недопустимо. Но в принципе, этот цвет, как и цвет небеленого полотна, также подходит всем людям.

Постельное белье с изображением берез (березовых рощ), ландышей, ромашек, а также цветущих земляничных полянок (с отдельными красными ягодками) очень благоприятно для тех, кто по-настоящему заботится о своем здоровье, желает, чтобы ночной отдых был полноценным и восстанавливал силы.

Отдельно упомяну. Лилии всех видов, особенно водяные, считаются ближайшими родственницами царственного лотоса – это сильнейший оберег, охраняющий человека от дурного глаза, повышающий его силы. Поэтому постельное белье с изображением белых лилий на голубом, бежевом или нежно-зеленом способно снимать накопленный дневной негатив, служить защитой.

Белье с изображением животных выбирайте осторожно. Если это лебеди (и вообще птицы), дельфины, бабочки, то – хорошо. Кстати, для супружеского ложа выбирайте белье с изображением пары животных. А вот модные ныне изображения дракона либо оскаленной пантеры чрезмерно агрессивны – сон в таком соседстве может быть беспокойным и не приносить требуемого отдыха и расслабления.

Осторожнее следует быть с принтами в виде собак и лошадей – символика этих животных несет много так называемой внешней энергии, энергии движения. Такие рисунки могут подойти мальчику или очень активной спортивной девочке-подростку.

Неблагоприятны для постельного белья изображения городов, индустриальных пейзажей, надписей – даже восточных иероглифов. Рок-певцы, герои мультфильмов могут обладать чрезмерной, навязанной и не всегда предсказуемой энергетикой. Если вы любите белье с яркими принтами – выбирайте пейзажи, цветы (особенно розы), мандарины, лимоны; нейтральные орнаменты. Орнаменты с большим количеством красных и угловатых элементов чрезмерно поддерживает энергетику Ян и стихию огня – с ними следует быть осторожнее. И еще. У супругов всегда должно быть белье с одинаковым принтом, а в идеале – одна на двоих длинная подушка-валик, одно на двоих одеяло; и в любом случае – даже если вы не можете делиться подушкой или одеялом – сплошная простыня.

### ВЕЧНЫЙ ВОПРОС

Так, с расцветкой белья мы разобрались. А что же с ежедневной уборкой постели?..

С утра, когда человек только встал, часть его жизненной силы остается в постели – пока она теплая. Чтобы сохранить эту бесценную личную Ци, постель заправляется немедленно! Тогда постепенно она станет вашим аккумулятором жизненных сил – при условии соблюдения всех прочих правил, касающихся спального места.



Если вы вынуждены ежедневно убирать свои постельные принадлежности внутри шкафа или в диван, можете не торопиться – удержать Ци нет никакой возможности.

Оставлять постель на весь день на кровати, накрыв покрывалом – роскошь! Ци теплой постели, быстро расправленной и накрытой покрывалом, дождется вас лишь в том случае, если сама постель остается на кровати, там, где вы спите.

Если вы по каким-то причинам не успели заправить постель с утра, не торопитесь ее убирать вовсе. Любой врач скажет вам, что именно во сне организм человека максимально очищается от шлаков, а китайские доктора добавляют – и от негативной энергии. Эта энергия эффективно уйдет из постели, если оставить ее разобранной до полудня. Да, ваша Ци уйдет также – но если постель как следует проветривать каждый день, в ней, как минимум, не будет накапливаться ваш собственный негатив, от которого сознание избавилось за ночь. И только во второй половине дня постель можно свернуть и убрать на хранение – или (о радость лодыря!) вовсе не делать этого...

### ВОЛШЕБНЫЙ МЕШОЧЕК

В китайской, индийской, славянской – да чего греха таить, в абсолютно любой культуре – есть традиция ароматизировать белье. Эта практика не только приятна, но и полезна – абсолютное большинство натуральных растительных ароматизаторов для белья убирает нежелательную биоинформацию из вашей постели. Идеальный нейтрализатор таков: в мешочек, сшитый собственноручно красной ниткой швом наружу, кладется необработанный кристалл кварца, аметиста, кусочек нефрита или же того камня, который вы считаете своим астральным талисманом. Важно, чтобы камень был почти не обработан, естественной природной формы. К этому камешку добавьте любой натуральный наполнитель – высушенные лепестки роз, опилки, гречневую шелуху – органическую основу, которая будет удерживать аромат. Аромат обычно вносится на основу в виде капель натурального эфирного масла. Очень сильные очистители – масло розы, лаванды, мирра, ладан, все хвойные ароматы; а вообще их можно подбирать по вкусу – особо строгих правил нет.

И вот в тот момент, когда вы с утра заправляете теплую постель, положите ваш мешочек-оберег под одеяло, около подушки. Такая ладанка, сделанная собственноручно, уберет дурные сны и тяжелые мысли, которые могли преследовать вас ночью, приумножит Ци и наполнит постель ароматом.

Хранить выстиранное белье также лучше с ароматизатором. Вы, разумеется, уже знаете, что для постельного белья требуется отдельный ящик в комод или отдельная полка в шкафу. Постельные принадлежности хранят всегда аккуратно сложенными (не скомканными), не смешивая их ни с какими другими предметами – даже с нижним бельем и полотенцами!

### СТИРАЕМ, ГЛАДИМ...

Замену постельного белья лучше всего приурочить к циклу Луны. Постельное белье необходимо стирать не реже раза в 21 день, не дожидаясь полного оборота ночного светила вокруг Земли. Грязнули могут менять белье раз в 21 день, а чистюли – раз в 7 дней, ориентируясь на новолуние, полнолуние, первую и последнюю четверть. Лунный календарь – незаменимый помощник.

Примерно перед каждой пятой-седьмой стиркой постельное белье замачивают... с обычной солью – для абсолютно полного удаления из ткани любой информации, ее очищения. После такой стирки белье становится энергетически как бы новым, «нулевым», и может быть передано, например, новому владельцу.

Стоит ли постельное белье гладить? С одной стороны, ученые предполагают, что термическая обработка более гигиенична, она убивает микроскопических клещей. С другой – глажка меняет структуру ткани, делая ее менее гигроскопичной и воздухопроницаемой. Постельное белье следует хранить расправленным, – но насчет глажки восточные традиции специального совета не дают. Это остается на вкус и на усмотрение хозяйки.

А вот славянские практики, касающиеся постельного белья, помогут сделать его еще более бережным и правильным. Возьмите новый комплект белья. Выверните все пододеяльники и наволочки. И изнутри прошейте все углы красной ниткой – по 7 стежков на каждый угол, той манерой шитья, которой владеете. Эти стежки и послужат оберегом. Как говорится, береженого Бог бережет!

А чтобы закрепить результаты своего труда, выйдите на край простыни... монограмму человека, которому предназначен комплект белья. Если речь идет о супружеской паре – то это могут быть первые буквы имени, например, Иван и Елена, «А. и Е.». Вместо союза «и» смело вышивайте сердечко. Выбрасывая или отдавая белье, монограмму отпорите или отрежьте вместе с уголком простыни.

Натали ЛО ЯН

<http://www.oracle-today.ru>



«БАРХАТНЫЙ СЕЗОН» НА ПРОСТОРАХ ИНТЕРНЕТА



гут быть в курсе всех актуальных новостей, первыми узнавать о важных мероприятиях, получать полезную рассылку. Зарегистрированные пользователи смогут общаться, оставлять комментарии к статьям, выражать свое мнение и даже искать танцевальных партнеров и попутчиков в поездке!

Дорогие друзья! Клуб «Бархатный сезон» запустил новый сайт для людей серебряного возраста. Наш клуб досуга и путешествий существует уже несколько лет и дает возможность людям старшего возраста вести активный образ жизни, путешествовать, получать новые полезные навыки, посещать оздоровительные и танцевальные кружки.

Мы решили не останавливаться на достигнутом и запустили свой сайт – настоящую энциклопедию здоровья, активного образа жизни, увлечений, услуг и товаров для людей серебряного возраста.

Друзьями Клуба являются легенды российского и советского кино и телевидения, заслуженные и народные артисты России и РСФСР Анна Шатилова, Татьяна Судец, Светлана Светличная, Лариса Лужина и многие другие! На сайте вы найдете интервью и много интересного о любимых артистах молодости.

Здесь каждый может быть и преподавателем, и учеником, поделиться ссылкой на интересный материал или вывесить свой фоторепортаж о поездке. Посетители смо-

На нашем сайте вы найдете видео мастер-классы, благодаря которым приобретете новые полезные навыки и умения. Статьи о моде расскажут – и покажут – как стильно выглядеть в любом возрасте. Раздел «Внуководение» объяснит, как строить отношения с непослушными малышами. В разделе «Дневник путешественника» вы сможете прочитать увлекательные отчеты о заграничных поездках Клуба и анонсы предстоящих туров. А в специальном разделе «Ваш Магазин» – купить полезные товары для занятий спортом или приобрести абонемент на занятия Клуба.

Кстати, на нашем сайте вы сможете задавать вопросы разным специалистам – врачам, психологам, тренерам, диетологам. На все вопросы вы получите оперативный и профессиональный ответ. Здоровье и долголетие, диеты и правильное питание – вы найдете много интересной и полезной информации по этим темам. Также вас ждут рассказы о реальных путешествиях и интервью с известными людьми. В разделе «Блоги» вы сможете участвовать в дискуссиях на

актуальные темы, а в разделе «Бюджет и финансы» – планировать семейный бюджет и узнавать последние новости о пенсионной реформе. По поводу любой статьи вы сможете высказать свое мнение в комментариях. Самые активные пользователи сайта будут получать призы.

Так что, мы с нетерпением ждем вас на нашем сайте. Играйте, общайтесь, танцуйте, путешествуйте! Ведь жизнь прекрасна в любом возрасте!

Ваш «Бархатный сезон» http://bs-klub.ru/

СКОЛЬКО СТОИТ ВАША КВАРТИРА?

Как узнать стоимость квартиры для продажи?

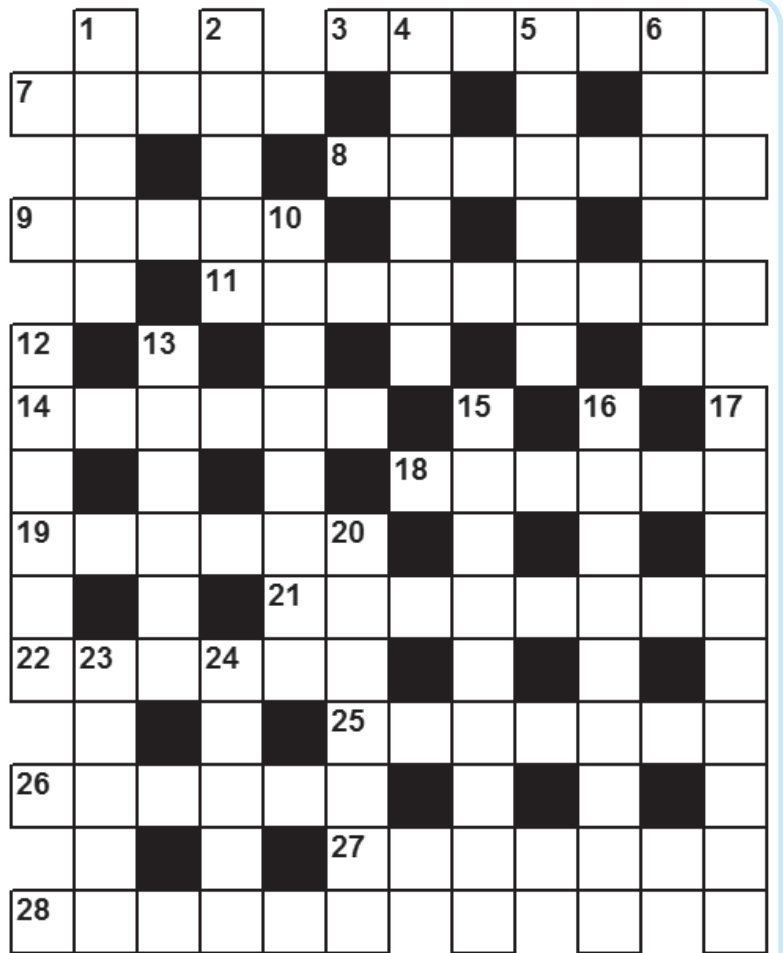
Воронов О.

Критерии оценки жилья меняются вместе с рынком. Специалисты оценивают район, тип дома, площадь, состояние квартиры, востребованность на рынке. Находят плюсы, позволяющие наиболее выгодно продать или обменять квартиру, комнату в Москве и Подмосковье, где особенно заметна разница в стоимости жилья между районами и легко ошибиться. Звоните 8(495) 374-64-64 в агентство недвижимости «Твоя квартира» для бесплатной консультации, покупки, продажи, обмена. С 9 до 21 без выходных.

8(495)374-64-64 Ankvartira.ru

По горизонтали: 3. Военнослужащий, протирающий штаны. 7. «Экватор» рабочей недели. 8. Птица с зимним именем. 9. Тройная мера для вранья. 11. Тетеревиная серенада. 14. Горечь на дне души. 18. Домашняя «зачистка». 19. Судорожный кусочек плача. 21. Переведите с бюрократического языка: «Информация, неадекватно отражающая факты». 22. Не вполне почетный эскорт. 25. «Бриллиантовый веночек». 26. «Остекленевшая» живопись. 27. Посиневшая малина. 28. Магазинный чекист.

По вертикали: 1. Зоологический сказочник, «скрестивший» пони с верблюдом. 2. «Если человек ..., то это надолго!». 4. Плохой плясун, которому мешает часть тела. 5. Совсем спокойный город. 6. Чашечно-тарелочная «семья». 10. Место под Москвой, нашедшее свое место в истории Франции. 12. Перестрелочный фильм. 13. Зеленая газировка. 15. Человек в изношенной одежде, в лохмотьях. 16. Задача по выведению икса на чистую воду. 17. «Двойня» от судовой. 20. То, на что должна позвонить девочка-тинейджер (песен.). 23. Ее лучше проглотить, чем из-за нее воду возить. 24. От него может заболеть и человек, и компьютер.



По горизонтали: 3. Штата. 7. Сербия. 9. Короб. 11. Бордон. 12. Боевик. 13. Тархун. 14. Оборачивать. 15. Оборачивать. 16. Уравнение. 17. Катамаран. 20. Пейджер. 23. Обида. 24. Вирус. По вертикали: 1. Ершов. 2. Мидот. 4. Танпор. 5. Бардад. 6. Сервис. 10. Конвой. 25. Диван. 26. Витраж. 27. Ежовка. 28. Касир.

Advertisement for 'Stolichki' pharmacy chain. Includes a list of medicines and their prices, such as Акку-Чек, Зинерит, Микозан, Тантум Верде, and others. The ad emphasizes low prices and a wide selection of drugs.

«ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ. Подмосковье» Учредитель: Московская областная общественная благотворительная организация «Союз пенсионеров Подмосковья». В интернете: www.пенсионеры-подмосковья.рф

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-52036 Адрес: г. Жуковский, ул. Осипенко, д. 7 Тел.: 8 (495) 988-69-87 Директор - Кесельман Д.М. Главный редактор - Бувина М.В. Компьютерная верстка - Разливинский Я.В.

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

№ 33, октябрь, 2014 г. Заказ № 4333 Тираж 50 000 экз. Набрана и сверстана в ООО «Северное Сияние» г. Серпухов, ул. Чехова, 8. Отпечатано в филиале ОАО «ППОП» «Волоколамская типография» г. Волоколамск ул. Парковая, 9