

ТРЕТИЙ *Подмосковье* ВОЗРАСТ

СП
СОЮЗ ПЕНСИОНЕРОВ
ПОДМОСКОВЬЯ

18+



Июль, 2020 год

№ 92

МЕЧТАЕМ, ВЕРИМ, ЖДЁМ!..



Подписывайтесь на аккаунт Союза пенсионеров Подмосковья в Инстаграм, следите за нашими новостями и событиями, оставляйте комментарии и присылайте свою интересную информацию
https://www.instagram.com/souz_pensionerov/

НАША страница в Инстаграм, ее наполнение, продвижение и развитие – дело рук Марины Солдаткиной, за что ей огромное коллективное спасибо! Марина серьезный SMM-специалист, ее услуги и опыт очень востребованы, а она взялась бескорыстно помогать Союзу. Почему она это делает? Ответ в материале «...И пусть нас услышат!» на стр. 2.

ЗА ЭТИ ТРИ месяца все почувствовали на себе, что такое социальная изоляция, невозможность жить привычной жизнью. И даже сегодня, при значительных ослаблениях карантинных мер, для людей старшего возраста мало что изменилось. Их по-прежнему просят оставаться в своих квартирах и выходить только в случае крайней необходимости.

...А ведь у нас было столько планов! В мае большая группа пенсионеров нашего Союза в очередной раз должна была отправиться в Хорватию на ежегодный фестиваль для людей старшего возраста «Жизнь прекрасна!». По пути запланировали посещение Венеции и заблаговременно купили билеты. Мы готовились к участию (и победе!) в X Всероссийском чемпионате по компьютерному многоборью среди пенсионеров и VII Спартакиаде пенсионеров России.

Но... у будущего на всех нас оказались свои планы. Впервые за многолетнюю историю Спартакиада пенсионеров России отменена, Всероссийский чемпионат по компьютерному многоборью переведен в онлайн-формат. А мы все равно мечтаем! Пока – о том, что сделаем, когда наконец-то снимем маски. Дальше жизнь непременно постепенно войдет в привычную колею, мы снова увидим открытые лица друг друга. Спортзалы, библиотеки, клубы и парковые зоны отдыха наполнятся пенсионерами, зазвучат песни на концертах творческих коллективов. И поздравления с юбилеями вновь можно будет принимать в кругу друзей, а не только по телефону и в соцсетях... Даже купленные на фестиваль билеты мы обменяли на ваучеры, которыми можно оплатить авиаперелет после открытия границ между странами.

Все наши взоры направлены на тех, от кого зависит исполнение планов и надежд – ученых, которые ищут надежное лекарство от коронавируса, врачей, которые лечат заболевших и успехи которых позволяют нам мечтать...

Мы обязательно здесь побываем!..



В номере



Компьютерный чемпионат «на удаленке». 5 СТР.

Новый образ – каждой читательнице! 7 СТР.

#СПАСИБО ВРАЧАМ. Присоединяемся! 8-9 СТР.

В каждой семье свой герой. 10-11 СТР.

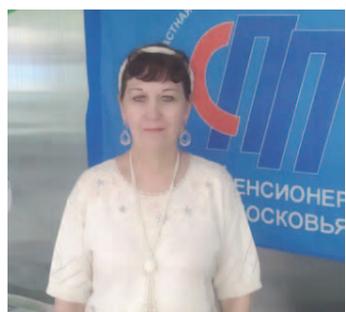
В НАШЕМ СОЮЗЕ



ЧЛЕНЫ Союза приняли активное участие в общероссийском голосовании по поправкам в Конституцию, проходившем с 25 июня по 1 июля (на снимке – председатель отделения во Власихе Т.В. Надолинская). Целая группа наших пенсионеров следила за ходом голосования в качестве наблюдателей. Были и те, кто работал членами участковых комиссий.



15 ЛЕТ ИСПОЛНИЛОСЬ Лобненскому отделению Союза пенсионеров. Больших торжеств по понятным причинам не случилось, тем не менее без поздравлений не обошлось. Активистам организации (каждого микрорайона отдельно) вручены памятные медали «15 лет Союзу пенсионеров Подмосковья г. Лобня» и праздничные подарки. Председатель СПП Ольга Маркова назвала эту организацию одной из самых сильных в Союзе на сегодняшний день, крепкой и сплоченной, отметив большую заслугу в этом ее лидера Валентины Сергеевны Ивановой. Так получи-



лось, что вскоре Валентина Сергеевна сообщила о сложении своих полномочий по состоянию здоровья. Обязанности председателя отделения возложены на Елену Анатольевну Лешковцеву (на снимке). В.С. Иванова продолжит работу в Союзе в качестве члена Правления.



22 ИЮНЯ, ровно в 4 утра представители от наших отделений на местах возложили цветы к воинским мемориалам, зажгли лампы и почтили память погибших в Великой Отечественной войне минутой молчания. Участие в патриотической акции в День памяти и скорби – наша традиция. В этом году из-за коронавируса она прошла в камерном формате.



ЗНАКОМЬТЕСЬ!

МАРИНА СОЛДАТКИНА: «...И ПУСТЬ НАС УСЛЫШАТ!»



МЫ И МЕЧТАТЬ не могли о том, что ценный SMM-специалист возьмется помочь создать и продвигать аккаунт Союза пенсионеров Подмосковья в Инстаграм, даст рекомендации по развитию СПП в социальных сетях. К нашей большой радости это случилось. Страничка Союза в Инстаграм появилась и с каждым днем увеличивает свою популярность. Настало время сказать, кому мы этим обязаны. Знакомьтесь: Марина Солдаткина!

– *Марина, расскажите нашим читателям о себе, о своем профессиональном становлении.*

– Моя карьера началась в Минэкономразвития в качестве специалиста Департамента особых экономических зон. Вчерашнему выпускнику Академии Внешней торговли было невероятно волнительно, ответственно, но одновременно с тем увлекательно участвовать в развитии экономических реалий российских регионов, привлекать иностранные инвестиции в особые экономические зоны в частности.

Через какое-то время мне поступило предложение по работе касательно моего прямого профиля – внешней торговли, и следующие пару лет я отвечала за закупки и внешнеторговую деятельность на крупных иностранных и российских предприятиях.

Мы живём в удивительное время, которое даёт интересующимся людям массу возможностей, невзирая на местоположение и прочие ограничения. Так и я решила не ограничиваться оффлайн-деятельностью (что называется, в реальной действительности) и постепенно занялась развитием проектов онлайн (виртуально, в сети Интернет).

– *И Вы стали SMM-менеджером. Далеко не все представляют, на что способен этот специалист.*

– Новые реалии диктуют новые требования к бизнесу и продвижению тех или иных продуктов. Уже недостаточно традиционных методов, таких, как реклама в печатных изданиях и на телевидении. Сейчас миром правит интернет и общение в нём, поэ-

тому социальные сети уверенно завладели всеобщим вниманием во всех сферах деятельности. Как сделать так, чтобы о вас, вашем бизнесе/продукте/организации узнало максимальное количество людей? Необходимо вооружиться грамотным SMM-специалистом и уверенно «выходить к людям» в социальные сети.

– *Зачем Вам – молодой, успешной, занимающейся карьерой, имеющей двух маленьких детей – опекать организацию пенсионеров, работать на ее имидж, никак не зарабатывая на этом?*

крупных компаний, я вижу, насколько там другое отношение к специалистам в возрасте. Люди не боятся перейти определенный возрастной рубеж и стать «не у дел».

А бытовые вопросы, досуг нашего старшего поколения? Самое время почувствовать вкус жизни на полную катушку, найти новые знакомства и увлечения! Но наш менталитет и житейские реалии нередко диктуют другую манеру поведения. Очень грустно за этим наблюдать.

Именно поэтому я рада возможности поучаство-

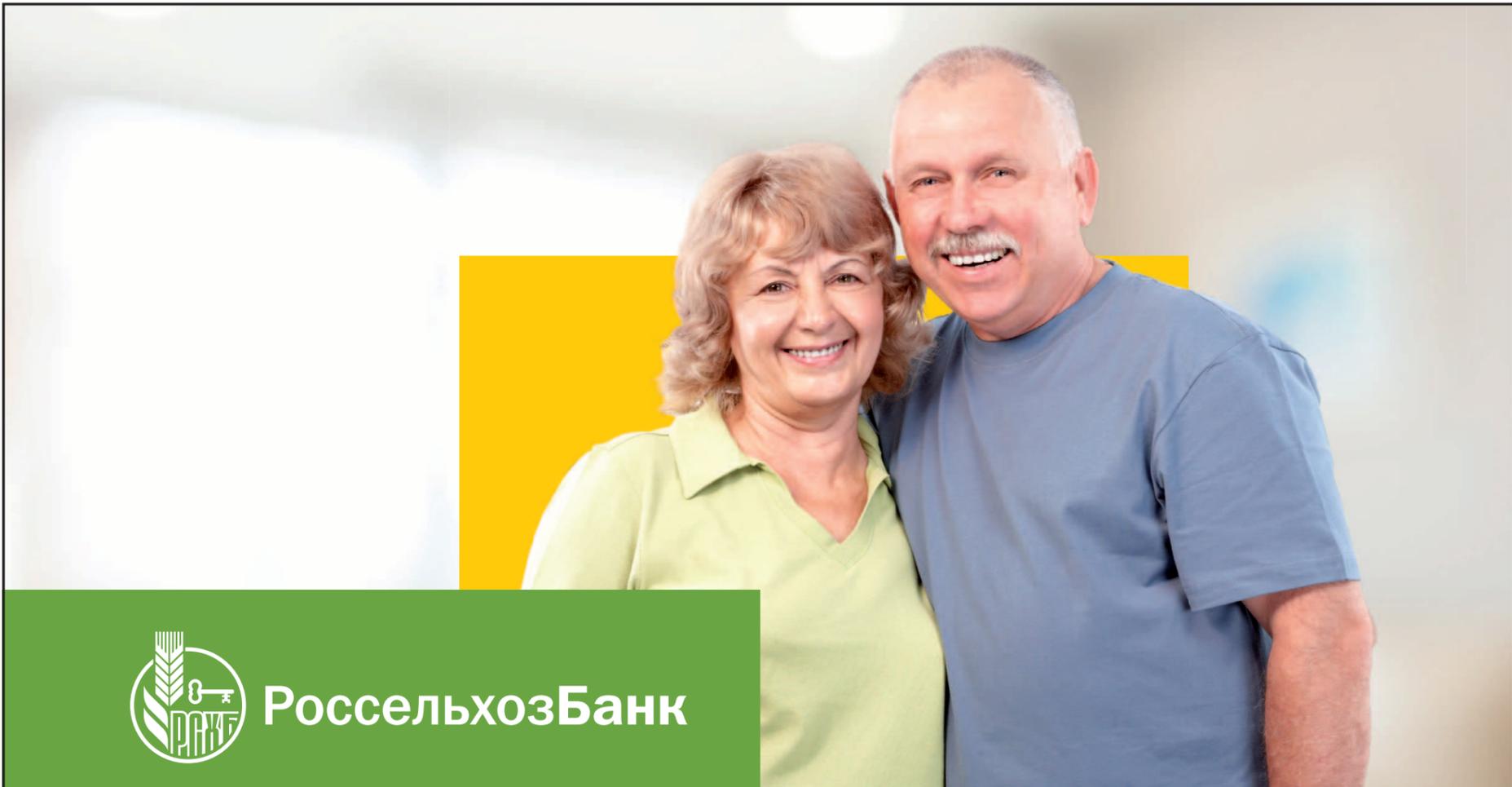


– *Тема старшего поколения всегда очень сильно отзывалась во мне, так как со многими проблемами пенсионеров пришлось столкнуться и моей семье – родителям, бабушкам и дедушкам. Взять тот же кадровый вопрос. Почему чаще всего в компаниях стоят возрастные ограничения при трудоустройстве? Почему отдается предпочтение молодым, начинающим специалистам, а не людям с огромным профессиональным и житейским опытом, которые готовы всецело отдавать себя работе? Я не согласна с таким профессиональным «списанием».*

вать в развитии Союза пенсионеров Подмосковья в социальных сетях. Пусть нас услышат как можно больше людей! Я уверена, что совместными усилиями мы сможем повлиять на текущую ситуацию. Люди старшего поколения достойны яркой, активной и полноценной жизни абсолютно во всех направлениях. Со своей стороны, буду этому всячески способствовать.

– *Спасибо Вам, Марина, за понимание, поддержку и реальную помощь. Успехов в добром начинании!*

Беседовал Я. ВАСИЛЬЕВ.



РоссельхозБанк

**больше сил
для нового дня**

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

Кредит «Пенсионный» предоставляется без поручителей и залога гражданам РФ в возрасте до 75 лет включительно (на момент возврата кредита), находящимся на пенсионном обеспечении и получающим пенсию на счет, открытый в АО «Россельхозбанк», в рублях Российской Федерации на срок до 7 лет включительно. Сумма кредита – от 30 тыс. рублей до 3 млн рублей включительно. Процентные ставки составляют от 6,9%* до 8,9% в зависимости от суммы кредита при условии оформления договора личного страхования. При отказе от личного страхования применяется надбавка до +5,0% в зависимости от возраста и объема страховой защиты.

Более подробную информацию о размере процентных ставок и об офисах, на которые распространяется действие условий предоставления кредита на срок свыше 5 лет, уточняйте в офисах АО «Россельхозбанк».

* Ставка 6,9% применяется при сумме кредита 700 тыс. рублей и более.

Данная информация является рекламой. Не является офертой. Информация действительна на 09.06.2020.

Подробности по телефону, на официальном сайте и в офисах АО «Россельхозбанк».

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

Пенсионный кредит

от
6.9%
годовых*

20
лет
РСХБ

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!

НОВЫЕ ВЫЗОВЫ ВРЕМЕНИ –
НОВЫЙ ФОРМАТ ПРЕМИИ

Объявлен конкурс на соискание премий Губернатора Московской области Андрея Воробьева «Мы рядом». Ранее премия назвалась «Наше Подмосковье».

В ЭТОМ ГОДУ она пройдет в новом формате – поощрять будут жителей, проявивших неравнодушие и активную жизненную позицию, совершивших героические и мужественные поступки, бескорыстно пришедших на помощь людям, а также преодолевших трудные жизненные ситуации, внесших вклад в развитие региона.

Заявки принимаются с 14 июня по 14 июля 2020 года на портале: <https://премия-мырядом.рф> по следующим номинациям:

1) «Волонтерство и благотворительность»: развитие добровольческой (волонтерской) деятельности, работа с людьми с ограниченными возможностями здоровья, участие в разработке уникальных программ для работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья, социализация, поддержка и защита материнства и детства, благотворительность, организация доступной среды, организация общественного контроля, работа в чрезвычайных ситуациях;

2) «Медицина и здравоохранение»: развитие системы здравоохранения, развитие деятельности в сфере медицины, проведение уникальной операции, спасшей жизнь человека, создание нового метода лечения, верность профессии, работа в чрезвычайных ситуациях;

3) «Культура и образование»: сохранение объектов культурного наследия, вклад в культурно-просветительскую деятельность, работа с людьми с ограниченными возможностями здоровья, разработка уникальных программ для работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья, работа с детьми из неблагополучных семей, работа с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, разработка авторских методик;

4) «Промышленность и социально ориентированный бизнес»: социальное предпринимательство, помощь людям, находящимся в трудной жизненной ситуации, вклад в развитие Московской области, помощь в чрезвычайных ситуациях.

Премии Губернатора Московской области «Мы рядом» присуждаются в размере 1000000 рублей (максимальное количество – 180 премий).

mosreg.ru.

● ПЕНСИИ

НА БЛИЖАЙШУЮ
ТРЕХЛЕТКУ

СТАЛО ИЗВЕСТНО, на сколько могут вырасти пенсии в России в течение трех ближайших лет.

Как следует из подготовленного Минтрудом проекта бюджета Пенсионного фонда России, размер индексации страховых пенсий неработающих пенсионеров составит в 2021 году 6,3%; в 2022 году – 5,9%; в 2023 году – 5,6%. Страховые пенсии в России индексируются с 1 января.

Размер фиксированной выплаты к страховой пенсии с первого января 2021 года устанавливается в сумме 6 044,48 руб., в 2022 году – в сумме 6 401,10 руб., в 2023 году – в сумме 6 759,56 руб.

Среднегодовой размер страховой пенсии по старости неработающих пенсионеров составит: в 2021 году – 17 432 руб., в 2022 году – 18 357 руб., в 2023 году – 19 283 руб.

Корректировка размера накопительной пенсии и срочной пенсионной выплаты на 2021 год и на плановый период 2022 и 2023 годов не запланирована.

Социальные пенсии и пенсии по государственному пенсионному обеспечению (индексируются ежегодно с первого апреля) в 2021 году могут вырасти на 1,5 процента; в 2022 году – на 3,9 процента; в 2023 году – на 3,7 процента.

Средний размер этих пенсий в 2021 году составит 9 977 рублей; в 2022 году – 10 307 рублей; в 2023 году – 10 693 рубля.

Расходы на ежемесячные выплаты неработающим трудоспособным лицам, осуществляющим уход за ребенком-инвалидом в возрасте до 18 лет или инвалидом с детства I группы, определены с учетом установления на 2021-2023 годы выплаты родителю (усыновителю) или опекуну (попечителю) в размере 10 тысяч рублей.

С первого февраля ежемесячные денежные выплаты отдельным категориям граждан и социальные пособия на погребение могут увеличиваться исходя из индекса роста потребительских цен за предыдущий год – на 4% ежегодно.

Источник: «Российская газета».

● ЖКХ

О ТАРИФАХ С 1 ИЮЛЯ

В МОСКОВСКОЙ области за первое полугодие 2020 года плата за ЖКХ не выросла. Во втором полугодии рост составит 2%

О тарифной политике в жилищно-коммунальном хозяйстве в 2020 году председатель Комитета по ценам и тарифам Московской области Мария Пичугина рассказала в ходе 121-го заседания Мособлдумы.

В целом с 1 июля 2020-ого года рост платы граждан за коммунальные услуги (газ, электроэнергия, мусор, горячая вода, отопление, водоснабжение и водоотведение) составит в среднем по Московской области 2%. Это ниже уровня инфляции (3%), а также индекса, установленного

Правительством РФ (4,1%). Вместе с тем, благодаря модернизации коммунальной инфраструктуры и объединению мелких поставщиков в единые гарантирующие организации с последующим установлением единого тарифа, для 1 млн. человек снижен платеж от 1% до 22%.

Одним из важных решений Правительства является заморозка тарифов на газоснабжение и вывоз мусора. В связи с пандемией, с 1 июля роста цен на данные услуги не будет. Также не будут изменяться нормативы на подогрев горячей воды и содержание жилья.

Источник: официальный сайт Комитета по тарифам и ценам Московской области.

● СОЦПОДДЕРЖКА

КАК ПОЛУЧИТЬ
ПОМОЩЬ?

ЖИТЕЛИ Подмосковья, находящиеся в трудной жизненной ситуации, могут получить региональную единовременную материальную помощь в размере до 50 тысяч рублей. Такую поддержку могут оказать одиноко проживающим людям или семьям. Как подать заявление об оказании материальной помощи, читайте в материале mosreg.ru.

Материальная помощь оказывается гражданам, попавшим в трудную жизненную ситуацию. Это может быть инвалидность, неспособность к самообслуживанию из-за преклонного возраста, болезнь, сиротство, безнадзорность, безработица, одиночество и тому подобные ситуации, объективно нарушающие жизнедеятельность человека, который не может преодолеть их самостоятельно.

Заявление об оказании материальной помощи с указанием банковских реквизитов следует подать депутату Мособлдумы по своему избирательному округу. Он передаст заявление в местное управление соцзащиты.

Также потребуется предоставить копии документов с предъявлением подлинников:

- паспорт;
- свидетельство о заключении (расторжении) брака – при наличии;
- свидетельство о рождении ребенка (детей) – при наличии;
- документ, подтверждающий место жительства в Московской области (если сведений об этом нет в паспорте);
- копию финансового лицевого счета или другой документ, подтверждающий количество человек, зарегистрированных по месту жительства заявителя;
- документы, подтверждающие трудную жизненную ситуацию (например, справка об инвалидности; документ, подтверждающий факт установления пенсии; медицинская справка о тяжелом заболевании; свидетельство о смерти члена семьи; справка из центра занятости о присвоении статуса безработного; постановление о возбуждении уголовного дела по факту хищения документов или денег у заявителя; справка о пожаре).

Документы можно приложить к заявлению при подаче депутату или представить в управление соцзащиты самостоятельно в течение 10 рабочих дней.

Положительное решение принимают при условии наличия средств на оказание материальной помощи в бюджете Московской области. В случае отказа можно обратиться за выплатой повторно.

ОБЛАСТНОЙ ЧЕМПИОНАТ ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ МНОГОБОРЬЮ СРЕДИ ПЕНСИОНЕРОВ



60 МИНУТ И НИ СЕКУНДОЙ БОЛЬШЕ

18 ИЮНЯ СОСТОЯЛСЯ ФИНАЛЬНЫЙ ЭТАП ОБЛАСТНОГО ЧЕМПИОНАТА ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ МНОГОБОРЬЮ СРЕДИ ПЕНСИОНЕРОВ.

ОРГАНИЗАТОРАМИ соревнований выступили Министерство социального развития Московской области и Московская областная общественная благотворительная организация «Союз пенсионеров Подмосковья» при содействии ГБУСО МО ЦСО «Серпуховский городской дом ветеранов», где и располагался штаб по проведению Чемпионата. В связи с карантинными мероприятиями испытания его участники проходили в безопасном дистанционном онлайн-формате.

Представители 14 муниципальных образований сошлись в онлайн-пространстве: Домодедово, Зарайска, Одинцово, Клина, Серпухова, Ступино, Химок, Каширы, Коломны, Красногорска, Мытищ, Раменского, Черноголовки и Шатуры.

Предварительно около 400 продвинутых пользователей третьего возраста приняли участие в первом (муниципальном) уровне, победители которого вышли во второй этап. 44 человека, набравшие наибольшее количество баллов за домашнее задание второго этапа, соревновались на третьем этапе Чемпионата, где их ждало тестирование посредством программы Skype по темам: устройство компьютера, программное обеспечение и сервисы интернета. К финальному этапу определилось 20 лучших участников.

Финалистам был дан час на выполнение трех заданий. И пожилые киберспортсмены показали все, на что были способны.

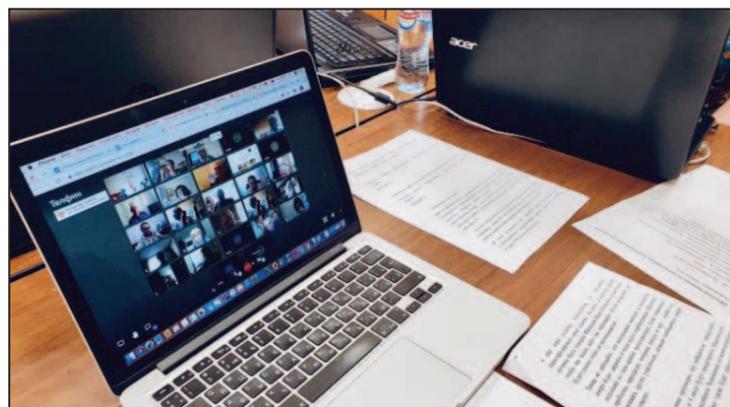
Победителей определяли в двух номинациях:

«Уверенный пользователь» и «Начинающий пользователь».

В итоге в номинации «Уверенный пользователь» первое место занял Александр Анатольевич Игнатъев из Черноголовки. Серебро досталось Маргарите Александровне Сорочьевой (Клин). Третьей стала Наталья Ивановна Теплова (Звенигород).

В номинации «Начинающий пользователь» все призовые места оказались у представительниц прекрасного пола. Первое – у Аллы Васильевны Беша (снова Клин!), второе – у Ирины Вальтеровны Беляковой из Химок, а третье – у Сергея Викторовича Егорова (Волоколамск).

Поздравления победителям! Среди них те, кто уже совсем скоро представит



Московскую область на Всероссийском чемпионате.

Благодарность организаторов областного Чемпионата всем, кто был задействован в его подготовке и проведении, каждому участнику. Особая признательность – Серпуховскому городскому дому ветеранов за информационно-техническое сопровождение мероприятия.

...Участникам X Всероссийского чемпионата по компьютерному многоборью среди пенсионеров не нужно будет собирать чемоданы в дорогу – поединки вновь пройдут в режиме онлайн. Так получается, что поговорка «Дома и стены помогают» в этот раз будет верна для всех. А чьи стены крепче – это мы скоро узнаем!



Победители чемпионата (слева направо): Маргарита Александровна Сорочьева, Алла Васильевна Беша, Александр Анатольевич Игнатъев, Ирина Вальтеровна Белякова, Сергей Викторович Егоров, Наталья Ивановна Теплова.



АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ – В РЕЖИМ ОНЛАЙН

9 ИЮЛЯ 2020 ГОДА СОСТОИТСЯ ФИНАЛ X ВСЕРОССИЙСКОГО ЧЕМПИОНАТА ПО КОМПЬЮТЕРНОМУ МНОГОБОРЬЮ СРЕДИ ПЕНСИОНЕРОВ – КРУПНЕЙШЕГО В РОССИИ И МИРЕ ЦИФРОВОГО ПОЕДИНКА ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ.

ОРГАНИЗАТОРОМ мероприятия выступает Союз пенсионеров России при поддержке Министерства труда и социальной защиты РФ и Пенсионного фонда России. Чемпионат проводится с 2011 года и играет важную социальную роль: с повышением уровня компьютерной грамотности растёт и качество жизни старшего поколения.

«За последние десять лет компьютерные технологии стали неотъемлемой частью жизни российских пенсионеров. Самоизоляция доказала, что они позволяют сохранить достойное качество жизни даже в таких «экстремальных» условиях, – говорит Председатель Союза пенсионеров России Валерий Рязанский. – Пандемия коронавируса не смогла помешать прове-

дению чемпионата-2020. Однако впервые за десять лет он будет проходить в дистанционном онлайн формате на региональном и федеральном уровнях».

Будущие финалисты и их соперники восприняли вынужденное новшество со свойственным их поколению оптимизмом и даже обнаружили в «удалёнке» свои плюсы. В финале участникам предстоит продемонстрировать работу с поисковыми системами и электронными ресурсами Пенсионного фонда, пройти проверку в области интернет-безопасности. В рамках заочного тура все финалисты выполняют домашнее задание – презентацию в программе PowerPoint «Семейные истории Великой Победы», посвященную 75-летию со дня

Победы в Великой Отечественной войне. Участники соревнований будут бороться за награды в личном первенстве в категориях «начинающие» или «уверенные» пользователи, а также за командное место в общероссийском зачёте.

Наблюдать за компьютерными баталиями можно будет в режиме онлайн-трансляции на официальных сайтах СПР (www.rospensioner.ru) и Пенсионного фонда РФ (www.pfrf.ru). Кроме того, любой желающий сможет попробовать свои силы в интернет-конкурсе, который стартует 9 июля, в день проведения чемпионата, и побороться за награды в специальной номинации «Виртуальный чемпион». Подробности участия и дополнительную информацию можно найти на сайте СПР.

Отметим, что в 2019 году конкурс на участие в финале составлял 72 человека на место. В Кирове встретились более 150 человек из 73 субъектов РФ и семи зарубежных стран. Дистанционный формат этого года позволил увеличить число финалистов: в Zoom встретятся порядка 300 участников.

Пресс-служба Союза пенсионеров России.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

**Валентине
Петровне
КАШАТОВОЙ —
по случаю
юбилея!**



Уважаемая Валентина Петровна!

ВЫ НАЧИНАЛИ как педагог и впоследствии, какой бы пост ни занимали, всегда работали с людьми, оставались в гуще дел и событий. Целый ряд лет Вы были руководителем городского Дома ветеранов, вложили в его создание и развитие и опыт, и душу. Ваш многогранный вклад был отмечен Почетным знаком «За заслуги перед городом Дубной».

Сегодня Вы на посту председателя городского отделения СПП. И я уверена, что десятки и сотни пенсионеров, с которыми Вы общаетесь, готовы сказать Вам самые теплые слова благодарности за бескорыстную подвижническую работу.

В этот знаменательный день хочу пожелать Вам долгих плодотворных лет, крепкого здоровья и семейного благополучия!

Ольга МАРКОВА,
Председатель Союза пенсионеров Подмосковья.

МЫ ВМЕСТЕ!

ЕСЛИ ВАМ ТРЕВОЖНО....



С теми, кто в период пандемии нуждается в помощи, работают волонтеры-психологи, сообщается на сайте Мособлдумы.

ЛИНИЯ бесплатной психологической поддержки в Подмосковье начала работать 1 мая 2020 года. За это время за помощью к волонтерам-психологам обратилось 195 жителей региона. Те, кто получал помощь, отмечали, что им стало легче.

Как рассказали волонтеры-психологи, с 1 мая по 1 июля на бесплатную линию психологической помощи больше всего поступило жалоб на усталость от самоизоляции – около 26% обратившихся. Также жалобы коснулись:

- микроклимата семьи (24%);
- потери работы, бизнеса и не выплаченных кредитов (23%);
- страха заболеть коронавирусом (20%).

«Число звонков в июне уменьшилось, но линия востребована. Ведь коронавирус в Московской области отступил, но никуда не исчез. Поэтому некоторые продолжают испытывать тревогу, страх и другие чувства. Обращаются и люди с высокой мнительностью. Они придумывают себе, что заболели, хотя по факту здоровы. Но подобные мысли нормальны для человеческой психики. Психологи-волонтеры помогают разобраться с тревожным настроением. Заботятся о душевном здоровье», – говорит депутат Мособлдумы, руководитель областного волонтерского центра по противодействию распространению коронавирусной инфекции Владимир Жук.

Обратиться за бесплатной психологической помощью можно по номеру телефона 8-495-215-04-03. Линия работает ежедневно с 10 до 22 часов.

ЖИЗНЬ ПЕНСИОНЕРОВ ЗА РУБЕЖОМ

Сегодня у нас премьера рубрики. Давайте познакомимся с жизнью людей на пенсии в других странах и сравним ее с нашей действительностью. Информация будет исключительно «из первых рук».

Вояж по миру начнем с Болгарии – прекрасной страны с богатой историей, удивительной природой, открытыми дружелюбными людьми. А поможет нам в этом давний друг Союза пенсионеров Подмосковья – Генеральный директор продюсерского центра «Изумрудный город», член Всемирного проекта «Во имя мира на Земле» Янко КИРКОВ.



БОЛГАРИЯ



-ИЗ СЕМИ МИЛЛИОНОВ человек населения Болгарии около 2,15 миллиона – пенсионеры. Свой рассказ о жизни пожилых людей начну с того, что, наверное, больше всего интересует пенсионеров в любой стране мира – возраста и страхового стажа для выхода на пенсию. С 1 января 2020 г. в Болгарии для женщин из самой популярной третьей категории работы этот возраст увеличился на два месяца и составляет на сегодняшний день 61 год и 6 месяцев. Для мужчин прибавили один месяц: теперь это 64 года и 3 месяца.

Для выхода на пенсию женщины должны иметь 35 лет и 10 месяцев страхового стажа. Для мужчин это уже 38 лет и 10 месяцев. Если люди не имеют права на пенсию из-за несоответствия установленным условиям возраста и стажа, они могут выйти на заслуженный отдых в возрасте 66 с половиной лет с фактическим стажем работы не менее 15 лет.

Конечная цель постепенного повышения пенсионного возраста – к 2037 году установить планку на уровне 65 лет как для мужчин, так и для женщин.

С 1 ИЮЛЯ пенсии в Болгарии увеличились на 6,7%. Минимальная, составлявшая до этого 219 левов (1 лев = 40 руб.), поднялась до 250. По этому поводу премьер-министр Бойко Борисов заявил, что «все в восторге». Звучит немного преувеличенно, поскольку ожидаемая среднегодовая инфляция в 3% быстро растопит разницу. Но сам факт говорит о том, что правительство пытается облегчить жизнь пожилых людей. 1,3 млн. пенсионеров получили рождественский бонус в размере 20 евро сверх положенной им пенсии. Сумма небольшая и она не сделала жизнь пожилых людей более роскошной, но, по крайней мере, позволила им более богатый рождественский стол.

При средней пенсии в 197 евро (по официальным данным) паритет покупательской способности болгар составляет 50% от паритета граждан в более развитых европейских странах. Это слишком близко к черте бедности в 178 евро. Обращу внимание, что на самом деле большинство наших пенсионеров получают пенсию около 150 евро (в русском измерении это 10-11 тысяч рублей). Учитывая высокий стандарт европейских цен в Болгарии, таких пенсий недостаточно для покрытия всех жизненно важных расходов. Примерно четыре-пять тысяч рублей пенсионер тратит на лекарства и еще три-четыре тысячи – на оплату коммунальных услуг. А если он одинокий, то реально приходится выживать.

Практики обязательного медицинского страхования, как в России, в Болгарии нет. Выделяются небольшие суммы на ежегодное обслуживание пенсионеров. Так, меры, предусмотренные новой социальной

политикой властей, включают 100 000 бесплатных вакцин против гриппа для людей старше 65 лет. Но СМИ полны жалоб от врачей общей практики и пожилых пациентов на то, что этого недостаточно. Власти в ответ на критику пообещали, что в течение четырех лет четверть пенсионеров получат вакцину.

ЧТО КАСАЕТСЯ культурного отдыха, хобби нынешнего поколения пенсионеров, их менталитет с советских времен сильно не поменялся. Какие бы ни были возможности путешествовать по Европе, в основном пожилые люди ездят к живущим там детям и таким образом труд эту Европу разглядеть. А традиционно пенсионеры-горожане массово отправляются на свои загородные дачные участки или в родные деревни, которые чаще всего тоже находятся неподалеку. В последнее время в деревнях, где преобладает пожилое население, стали популярны этнографические кружки, то, что раньше именовали поселками. С каждым годом они становятся все интереснее. Люди там не только общаются, поют и танцуют, но и воссоздают уникальные старинные обряды, национальные костюмы, традиции. Также много времени старшее поколение уделяет своим внукам. С развитием интернета появилось больше возможностей для общения, знакомств, развлечений. Специально спортом пожилые болгары занимаются мало, считая, что работа на земле вполне заменяет тренировки. Может быть, массовый интерес к спорту появится позднее...

**Продолжение
в следующем номере.**

С ПРАЗДНИКОМ!

НАЙДИ СЛОВА ПРИЗНАНИЯ...

8 ИЮЛЯ, в День семьи, любви и верности, граждане всех регионов России на ресурсе СТЕНАПРИЗНАНИЙ.РФ могут поздравить родных и близких с православным праздником в честь Дня святых Петра и Февроньи Муромских, признаться в любви друг другу для трансляции высоких, чистых чувств на обозрение всей страны, сообщает Рамблер.

Каждый участник события получит сертификат, провозглашающий его дом «Домом семьи, любви и верности», который при желании можно распечатать и, вставив в рамочку, повесить в доме на стену в качестве удостоверения-оберега, напоминающего всем домочадцам, что в этом доме царит любовь!



ДОЛГО. СЧАСТЛИВО. ВМЕСТЕ



НИКОЛАЮ Иосифовичу Орлову 94 года. Как свидетельство большой непростой жизни – ряды переливающихся орденов на его груди. Но еще ярче свет любви, когда он рядом со своей женой Ксенией Григорьевной, с которой прожито пять десятков лет. За долгие годы супруги сумели сохранить теплоту отношений и нежную привязанность друг к другу.

Биография Николая Иосифовича достойна романа. Сегодня он – единственный, кто остался из легендарной итальянской бригады имени Гарибальди. В Великую Отечественную 15-летний подросток был бойцом партизанского отряда на Смоленщине, потом, когда оказался в плену, бежал из итальянского концлагеря и сражался вместе с местными партизанами.

После войны вернулся в родные края. Окончил институт, работал инженером и, в конце концов, встретил свою любимую, свою судьбу. Сообща они смогли создать крепкую семью. Живут в Одинцово. Дети, внуки, правнуки, а теперь уже и праправнуки – все уважают и любят их.

Для окружающих Орловы – образец крепкого семейного союза. Столько в них обаяния, достоинства и скромности! День семьи, любви и верности – без сомнения, их праздник!

Ирина МУРАВЛЕВА.

ЖЕНСКАЯ ТЕМА

НАТАЛИЯ РАБЧУК:



«МОДНЫЕ ЛЮДИ ВСЕГДА ВЫДЕЛЯЮТСЯ В ОБЩЕСТВЕ, ОБРАЩАЯ НА СЕБЯ ВНИМАНИЕ»

МИЛЫЕ дамы, у нас появилась идея. Как нам кажется, отличная. Чтобы подбодрить вас в этот непростой период, мы нашли стилиста, который готов каждой читательнице газеты бесплатно помочь создать совершенно новый современный и яркий образ. Первой консультацию прошла наш Председатель Ольга Маркова. Результат вы видите на снимках.

«Мне очень понравились рекомендации профессионала и образы, которые я примерила на себя. Здорово поднимает настроение и самооценку! Надеюсь, мои коллеги по Союзу вдохнутся и воспользуются такой замечательной возможностью преобразиться, полюбить себя», – говорит Ольга Владимировна.

А теперь слово нашему наставнику в мире моды.



– Давайте знакомиться! Меня зовут Наталия Рабчук, я практикующий стилист-имиджмейкер. Прошла обучение у одного из ведущих топ-стилистов страны Наталии Зуевой. Консультирую по вопросам стиля женщин разного статуса и возраста, занимаюсь стилизацией съёмки, составляю модные капсулы для магазинов и шоурумов.

Не могу остаться равнодушной к нашим женщинам зрелого возраста и хотела бы поговорить, как быть стильной. Модные люди всегда выделяются в обществе, обращая на себя внимание. И никто не говорит, что это обязательно должна быть молодежь. Да, к сожалению, много внимания сегодня уделяется молодости и свежес-



Если у вас возникли вопросы, Наталия Рабчук с удовольствием на них ответит: e-mail: narabchuk@mail.ru WhatsApp +37069518333 Instagram: [natalia_style.lt](https://www.instagram.com/natalia_style.lt) (пишите в Директ).



сти, а зрелость и опыт ценятся мало. Но дамы в этом возрасте так же могут выглядеть утонченно и элегантно, просто подобрав правильно гардероб.

Вот что должно быть в нем обязательно:

1. ПЛАТЬЯ. Несколько однотонных повседневных платьев прямого простого кроя. Длина – обязательно ниже колена или в пол. Материал хорошего качества (шелк, хлопок, лен), фасон без кружев и рюшей. Обязательно приобретите красивое вечернее платье с прямым, трапециевидным или полупрямым силуэтом. Для женщины 60+ невысокого роста платье-рубашка средней длины – отличное решение.

2. БЛУЗЫ. Минимум одна светлая. Не облегающая, простого кроя. Блузу можно соче-

тать с юбками, строгими брюками и даже джинсами.

3. КАРДИГАН. Это универсальная вещь. Высоким дамам подойдут миди и макси модели, а миниатюрным – модели покороче. Кардиган удачно скрепит образ.

4. БРЮКИ. Без них трудно представить гардероб современной женщины. Строгие брюки пастельного или темного цвета – отличная база под свитера и блузы.

5. ЮБКИ. Этот элемент гардероба особенно актуален для полных дам. Темная однотон-

ная юбка прямого кроя в сочетании со свободной блузкой, а так же расклешенные юбки с неярким принтом.

6. КОСТЮМ. Брючный, костюм с юбкой, которые можно одеть на торжество или праздничное мероприятие.

7. ВЕРХНЯЯ ОДЕЖДА. Зрелый возраст – отличное время для шуб, которая красиво обрамляет женщину, как драгоценный камень. Но если не шуба, то выберите хорошее пальто. Не пуховик!

Выбирая одежду, необходимо придерживаться правила: классика, лаконичность, женственность и элегантность. Ну что ж, это – про нас.

А теперь ваша очередь: напишите, кто вы, чем занимаетесь и что вам интересно, давайте дружить и развиваться вместе!

#СПАСИБОВРАЧАМ

**СПЕШИТЕ
ДЕЛАТЬ ДОБРО**

Риску утверждать, что «благодаря» пандемии коронавируса и усилиям СМИ впервые в истории нашей страны и новейшей России уважение к медицинским работникам как массовое явление отчётливо проявилось в обществе. Даже к шофёрам карет скорой помощи. Это произошло в 21 веке.

Мне напомнят самоотверженное служение медиков в Великую Отечественную, когда в строй возвращали 70% раненых. Отвечу, что в таком же напряжении трудились сталевары и шахтёры, солдаты и маршалы. Весь народ. Исключений не было. А сегодня спасения ждут именно от медиков.

И ВСЁ ЖЕ страх и боязнь врачей, свойственные человеку, не исчезали никогда. Этот страх веками был особенно присущ населению России, пока в 1864 году по инициативе императора Александра II не началась земская реформа. До этого медицинская помощь сельскому населению практически не оказывалась.

Уровень медицины был чрезвычайно низок. Но уже после реформы 40% земского бюджета уходит на заботу о народном здравии. Уезды разделили на врачебные участки. Радиус земского участка до 40 вёрст. В каждом из них строилась небольшая лечебница. И то, что сегодня, в 2020 году, Всемирная организация здравоохранения удивляется низкой смертности в России от коронавируса – это, на мой взгляд, последствие той мудрой реформы, которую провёл в отечественной медицине Александр II.

И хотя редакция попросила меня написать свои наблюдения о работе врачей в местах лишения свободы, о чём я, конечно, напишу ниже, я не могу не сказать, что прогресс новейшей российской медицинской науки и практики стоит на плечах русской земской медицины.

Вот параллель нынешних дней. Эпидемия холеры 1831 года в Санкт-Петербурге. Простолюдинам категорически запрещено покидать Северную столицу. Невозможность побега контролировало оцепление по периметру города и спровоцировало знаменитый холерный бунт. В обществе сильны слухи, будто заболевание завезли врачиноземцы, которые распространяют заразу, чтобы извести русский народ. Толпы громят аптеки и больницы, ловят и бьют лекарей, ломают экипажи, возившие больных, и «освобождают» тех, кого везли в больницу. Трупы на улицах. Тысячи обезумевших людей на Сенной площади, где стояла временная холерная больница, ворвались внутрь, выбили стёкла в окнах, сломали мебель, выгнали больничную прислугу и до смерти избili местных врачей.

Когда чиновники города

оказались лицом к лицу с народными волнениями, городские главы собрались на совещание у графа Петра Эссена – блестящего военного, назначенного в начале 1830 года петербургским генерал-губернатором. В ходе совещания пришли к решению призвать на помощь гвардейские полки, усиленные артиллерией, окружили площадь; подавляли бунт пехотой, а также Сапёрным и Измайловским батальонами.

Когда войска навели относительный порядок, в столицу въехал Николай I, выбравший из двух зол наименьшее: закрыл глаза на свой страх, разумно решив, что беснующаяся масса людей гораздо страшнее холеры и личным присутствием постарался усмирить бунтующих.

На одном из барельефов памятника Николаю I на Исаакиевской площади можно увидеть эту сцену. Успокоить-то успокоили, но недоверие к медикам в сознании народа и даже в русской элите держалось долго и глубоко. Вот что пишет врач-писатель Викентий Вересаев о характере прозы Льва Толстого до земской реформы: «Одно из главных достоинств Льва Толстого как художника заключается в поразительно человеческом и серьёзном отношении к каждому из рисуемых им лиц; единственное исключение он делает для врачей: их Толстой не может выводить без раздражения...».

И даже в конце 19 века Вересаев записывает такой диалог простых мужиков:

«– Мы, – говорит, – твоего доктора сейчас бить идём, вот для куражу выпиваем.

– За что?

– А такая уж теперь мода вышла – докторей-фершалов бить...»

И дальше: «В обществе к медицине и врачам распространено сильное недоверие. Врачи издавна служат излюбленным предметом карикатур, эпиграмм и анекдотов. Здоровые люди говорят о медицине и врачах с усмешкой, больные, которым медицина не помогла, говорят о ней с ярою ненавистью».

Реформы, начатые императором Александром II че-

рез институт земских врачей, должны были влить в народную жизнь научные начала. Земские врачи приступили к исполнению этой миссии при полной неподготовленности населения и в таких условиях должны были не только лечить народ, приохотить его к медицине, но и насаждать рациональные понятия о происхождении болезней.

А вот уже у Антона Чехова, тоже писателя-доктора, мы видим, как русское общество теплеет к медицине.

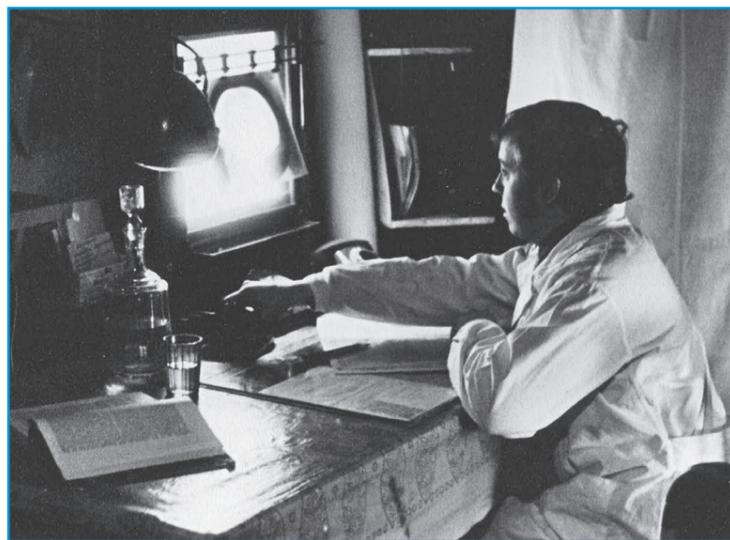
Но вернёмся к просьбе редакции, к воспоминаниям о работе врачом в крупной сибирской лагерной больнице. Тогда, в 1972 году привычным было распределение выпускников, и ты отработывал три года там, куда пошлёт госкомиссия. Уже с 4-го курса будущие врачи старались подобрать себе специальности по сердцу и запросам. Многие значил «блат», знакомства, связи родителей. Ведь можно было уехать «к чёрту на кулички» и всю жизнь проторчать в какой-нибудь «дыре». На выбор обычно предлагалось три адреса. Я знал, что родители жены (она тоже врач) присмотрели нам места в областной больнице Оренбурга, но не хотел начинать жизнь по чужим чертежам. К тому же, в моём решении сыграл роль приезд майора медслужбы МВД из лагерей Свердловской области. Ведь два моих прадеда-крестьянина в 1937 году сгинули в этой системе по ложным доносам, и уже одно это подвигло меня помогать людям, лишённым свободы. Я подошёл к майору и сказал, что хочу работать рентгенологом, а жена терапевтом.

– Да, мне нужны эти специалисты. Больница на 300 коек. Три отделения: психиатрия, терапия и хирургия. Посёлок на железной дороге. От Свердловска ночь езды. Тайга, грибы, охота, рыбалка. Вам что нравится?

– Мне нужна квартира, у нас двухлетняя дочь. Какие есть удобства?

Майор смутился:

– Квартира небольшая, но трёхкомнатная, две печки, отопление дровами, вода в колодце, есть небольшой огородик, туалет во дворе.



Я рентгенолог. 1974 г.

Я прикинул – всё это, кроме огорода и тайги, для меня, выросшего в оренбургской степи, в старом разваливающемся доме, знакомо с детства. Ни печкой, ни колодцем меня было не напугать, и, даже не дослушав положенные ещё два места на выбор, мы ударили с майором по рукам.

Он не обманул. Мы приехали в большой посёлок, находившийся всего в 70 километрах от села Герасимовки, где совершил свой знаменитый «подвиг» Павлик Морозов. Квартиру нам предоставили в длинном доме-бараке из соснового бруса. Там жили ещё две семьи учителей и заведующий хирургическим отделением. Неделю дали на обустройство, а потом начались будни. Но вначале я съездил в райцентр, куда пришёл контейнер с нашим скромным имуществом, а начальник больницы – бывший армейский разведчик с орденом Боевого Красного Знамени на груди выделил мне старенькую трёхтонку и двух зеков-расконвойников, которые пользовались относительной свободой, днём работая в посёлке, а ночуя за «колючкой» в лагерном бараке. 40 километров по таёжной песчаной дороге до ж/д станции я проехал в кузове вместе с расконвойниками, отказавшись от кабины. Кстати, шофёр тоже был зек. Моим спутником понравилось, что я не побрезговал и не побоялся ехать с ними рядом. Разговорились. Мне, конечно, было интересно узнать, кто за что сидит, а мужики прощупывали мои настроения. В конце концов, самый пожилой из них решил дать мне совет.

– Доктор, ты здесь никому на слово не верь. И, прежде всего, когда познакомишься с человеком, подумай и оцени – чего он способен сделать тебе плохого. А уж хорошее принять будет легче.

– Как это – никому не верь? А больной? Он же жалуется. Как ему не верить?!

Мои спутники захохотали:

– Ну, мы тебя предупредили, а ты уже сам теперь смотри...

Стоял жаркий и сухой август.

Мой путь от дома до проходной (вахты) с солдатами, тремя дверями, решётками и засовами составлял всего метров триста-четыреста. Каждый день я смотрел 15-20 грудных клеток, два-три желудка, описывал снимки конечностей. Первый день запомнился больным мужчиной лет 45. Он сам (!), кряхтя, медленно добрался из барака терапии (метров 100) до рентгенкабинета, упираясь руками в колени. Диагноз в истории болезни – радикулит. Тяжело вздыхая и всхлипывая от боли, он взобрался на стол рентген-аппарата, и мы с лаборантом сделали ему снимок поясничного отдела. Мужчина лежал, постанывал и ждал результата. Мой лаборант Володя Денюченко (кстати, из местных жителей) вынес из лаборатории ещё сырой снимок, и я взгляделся в изображение.

Что за чертовщина! Поясничного отдела позвоночника на снимке не было!!! Мягкие ткани были видны, а позвоночник едва угадывался.

– Что с вами произошло?

– Работал на лесосеке, упало дерево по спине. Работать не мог, но меня заставляли несколько месяцев, а уж когда подниматься с нар не смог, тогда послали этапом к вам, в больницу. Думал, от боли кончусь, кричал, плакал, автозак 150 км не по асфальту же ехал – одни ухабы.

Я смотрел на этого внешне ещё крепкого, атлетически сложенного мужчину и понимал, что жить ему осталось несколько месяцев. Таких снимков я никогда не видел ни в учебниках, ни на практике в институте. То есть, он получил, скорее всего, перелом позвоночника, какой – уже было не установить, ведь все четыре поясничных и нижнегрудных позвонков от долгой обездвиженности рассосались и стали невидимыми в рентгеновских лучах. Они потеряли кальций и магний, стали мягкими, как тёплый пластилин. Как он ходил? Как шевелился? Как его сидя (!) везли в автозаке?! Непостижимо! Была ли это миломная болезнь? Не знаю. Потому что такого сплошного разрушения-растворения кост-

#СПАСИБОВРАЧАМ

ной ткани я не встречал даже в специальной медицинской литературе. Да и терапевты гадали, как истолковать этот дикий случай. Ясно было одно – начинать лечение надо было ещё за полгода до его появления в моём кабинете.

Дней через десять больничная комиссия сактировала несчастного, его досрочно освободили, за ним приехала жена. Когда его несли на носилках к вахте, он увидел меня:

– Прощай, доктор! – и слабо махнул рукой.

Я не раз задавался вопросом, откуда в нас эта жестокость? Почему мы не жалеем друг друга? Я задавал эти вопросы коллегам там, в Сибири, и зачастую слышал ответ:

– Они не на курорт приехали отдыхать. Насильники, грабители, убийцы, мошенники, жулики. Ничего! Пусть потерпят!

Кстати, в 30-е и 40-е годы в моём тогдашнем рентген-кабинете был родильный зал для женщин-чечеириков (ЧСИР – члены семей изменников Родины).

Роженицы отправлялись дальше «сидеть» в лагерь, а детей отдавали в детский дом. Местные пожилые женщины рассказывали мне об этом и очень жалели детей. «Отметилась» сроками в больнице, где мне довелось работать, и московская профессура по «Делу врачей».

И я вспоминал Фёдора Петровича Гааза – московского врача немецкого происхождения, известного под именем «святой доктор». Член Московского тюремного комитета и главный врач московских тюрем. О Гаазе, странном бескорыстном докторе и человеке с золотым сердцем писали Герцен, Чехов, Достоевский.

Гааз спорил даже с митрополитом Филаретом, который был вице-президентом Московского отделения тюремного комитета. Однажды во время заседания Гааз начал в очередной раз доказывать, что даже рецидивисты могут быть не настолько виновны, как определил суд. Митрополит возмутился: «Что вы всё защищаете рецидивистов, без вины в тюрьму не сажают!».

На что Гааз заявил: «А как же Христос? Вы забыли о Христе!». Присутствующие опешили. Тогда Филарет встал и сказал: «Фёдор Петрович, в этот момент не я Христа забыл, а это Христос меня покинул». После этого до конца дней между митрополитом Филаретом и Гаазом установилась искренняя дружба. Когда Фёдор Петрович умер, хоронили его много людей. Из 170 тысяч населения тогдашней Москвы 20 тысяч человек шли за гробом знаменитого доктора, а Филарет распорядился отпеть католика по православному канону. На могильном камне доктора выбиты слова Гааза: «Спешите делать добро». Тема пенитенциарной медицины обширна. Как сейчас там обстоят дела, я не знаю, слишком много времени прошло, а рассказать о 70-х годах прошлого века есть ещё много чего. За четыре с половиной года работы там я получил жизненный и врачебный опыт, какой в иных условиях не приобретёшь и за 30 лет.

Как-то я обратил внимание, что из строительной колонии Белый Яр, которая находилась на окраине райцентра города Тавда, часто поступают к нам заболевшие лёгочным туберкулёзом. Совершенно ясно было, что там был тлеющий очаг этого социального заболевания. Говорят же, что туберкулёз – это заболевание угнетённого духа.

И я поехал в Тавду, в медотдел УЛИТУ (Управление лесных исправительно-трудовых учреждений), к тому самому майору, который и завербовал меня в эти края.

– Сергей Дмитрич! – обратился я к нему, – Белый Яр надо непременно полностью обследовать! Там рассадник туберкулёза, а в медпункте есть рентген-аппарат, хотя по штату нет врача-рентгенолога. Направьте меня туда в командировку, и я всех «тубиков» вычислю.

– Два дня тебе хватит?

– Да вы что?! Там зеков более 500 человек! Я же не флюорограф. Я буду смотреть каждого индивидуально.

– Ладно! А как добираться будешь?

– Днём из дома в райцентр на автобусе. Заключённых-строителей как раз привезут с объекта. Я их буду смотреть по 40–45 человек и вечером назад на поезде «Устье-Аха – Свердловск». Он как раз останавливается на моей станции.

И началась моя полумесечная атака на туберкулёз, которой изо всей своей медицинской биографии горжусь более всего. С первого раза я нашёл 27 заболевших, из них шестеро с распадом лёгочной ткани, т.е. с «дырками» – полостями в лёгких. Именно эти заболевшие выкашливали инфекцию и заражали своих товарищей по несчастью.

Туберкулёз – заболевание коварное, развивается исподволь, медленно, и потому через полгода я снова попросился в командировку, чтобы найти, кто оказался заражён от тех – с «дырками». И выявил ещё 26 туберкулёзников. А всего 53 человека, то есть 10% от контингента колонии. Это ОЧЕНЬ много! Зато потом из Белого Яра туберкулёза больше не поступало. А когда приходилось бывать в райцентре и проходить мимо строящегося жилого дома, который возводили строители Белого Яра, меня узнавали заключённые и через забор и колючую проволоку кричали:

– Привет, доктор! Привет, борода!

И это узнавание и благодарность обездоленных людей были самой большой наградой. В ту пору мне было всего 27 лет, выглядел я неприлично молодо, вот и отпустил бородку. И было немало неудобно от недоуменных взглядов прохожих, не понимавших, почему меня приветствуют эти люди.

Недавно у меня в гостях побывал наш хирург Виталий Николаевич Семенченко. Он ещё тогда «надел» погоны и остался работать до самой пенсии. Дослужился до майора. Чуть прихрамывает из-за инсульта. А сколько жизней он спас! Мы сидели с ним целый вечер и вспоминали сложных больных, запутанные случаи, совместные с ним исследования и постановку диагнозов. Вспоминали коллег, с кем работали, с кем объезжали «медвежьи углы» в глухих таёжных лагерях системы УЛИТУ, в сотнях километров от обитаемых мест, куда летом только самолётом АН-2, а зимой на машине по замёрзшим болотам и дорогам-зимникам.

А на лацкане пиджака отставного врача-майора Виталия Семенченко чуть поблёскивала ведомственная медаль Фёдора Гааза. Теперь есть такая.

Владимир МОРМУЛЬ,
врач и член Союза журналистов СССР и России.

Газета «Угол зрения»
(г. Колмна), №№ 23-24.

ИЗ ПОЧТЫ РЕДАКЦИИ

Шаг навстречу

Уже не раз высказывалось мнение о том, что нашей стране нужна государственная программа поощрения взаимопомощи и добрых дел. Мы полностью согласны с таким предложением: это будет справедливо.

По сути, доброе дело – это любое бескорыстное участие в жизни другого человека. И как важен каждый случай такой помощи, нашей благотворительной организации очень хорошо известно. Нам даже за примерами далеко ходить не надо. Вот письмо, которое мы получили буквально на днях.

Уважаемая Ольга Владимировна!

Выражаем своё искреннее уважение Вам и Вашей деятельности по оказанию помощи пенсионерам и их защите. Мы признательны Союзу пенсионеров Подмоскoвья за оценку благородных поступков небезразличных людей и организаций, принимающих посильное и бескорыстное участие в поддержке пожилых людей и ветеранов нашей страны.

Просим Вас через газету передать наши слова благодарности, признательности и наилучшие пожелания в адрес ЗАО «Тропарево» и его руководителя Валерия Емельяновича Соломенникова.

Валерий Емельянович уделил личное внимание проблеме и в сложной ситуации по обеспечению электроэнергией, выполняемое в рамках Федеральной программы, деревни Садки Можайского района принял непростое для его предприятия решение в интересах проживающего в деревне 72-летнего ветерана труда Станислава Григорьевича Татарчука.

Станислав Григорьевич – детский врач с 30-ти летним стажем, пенсионер, инвалид II-й группы. Появление в доме света облегчит быт, позволит больше уделять времени своему здоровью, продлит годы жизни и радости пожилого человека, вдохнёт новую жизнь в деревню, которую он пытается возродить в течение многих лет.

Уважаемый Валерий Емельянович, примите от нашей семьи пожелания крепкого здоровья и благополучия, достижения всех намеченных целей и удачи в благих начинаниях!

Н.С. Татарчук, Р.С. Татарчук, В.П. Татарчук.

Островок спокойствия

МЫ ЖИЛИ, веря в людей, в их лучшие качества. Верили не зря. Когда я оказалась в непростой жизненной ситуации из-за болезни, люди пришли на помощь. И благодаря этому участию мое здоровье вновь улучшилось.

Огромное спасибо моим коллегам по Ногинскому отделению Союза пенсионеров и прежде всего Н.А. Литвиновой и Г.В. Рязановой, оказавшим моральную поддержку и материальную помощь, когда это было так необходимо!

Хочу также выразить благодарность Московской областной общественной благотворительной организации «Союз пенсионеров Подмоскoвья», представителям партии «Единая Россия» О.В. Карцову, В.В. Фомичеву, И.Н. Жукову, а также



М.В. Павлюченко, моим соседям и всем тем (жаль, что не могу перечислить всех), кто поддержал меня, когда я вынуждена была отправиться в Ногинский пансионат на реабилитацию.

Нет таких слов, чтобы выразить всю признательность директору пансионата Юрию Александровичу Панкову и сотрудникам учреждения – благодаря им я встала на ноги! А сам пансионат в эти дни стал настоящим островком спокойствия, о берег которого разбивались все тревоги карантинной поры. Но при этом мы не чувствуем себя изолированными от жизни – просто несколько сменился формат участия...

Как мы живём в эти сложные дни в пансионате? Нас холят и берегут, ведь люди здесь пожилые, как раз те, кто находятся в зоне повышенного риска. Можно прогуляться по коридорам в пределах отделения. Есть где подышать свежим воздухом: балконы в каждой комнате, застекленная веранда и небольшая лесная зона на территории. Это, на мой взгляд, один из способов терапии: возможность наблюдать за природой, находиться в непосредственной близости от нее.

Есть на территории пансионата «подсобное хозяйство», где можно любоваться лошадью и пони. Однако всем желающим сюда добраться своим ходом не удастся, поэтому на экскурсию нас возят директор пансионата и его заместитель Гульфия Рахимовна Исхакова.

Удивительно, сколько терпения у наших нянечек, санитаров! Нас много, мы все «всё знаем», все себе на уме. Хлопотно с нами, конечно. Тем более, что они живут здесь же, в пансионате с нами, по две недели и всегда в работе: кормят, моют, прогуливают и т.д. При этом находят для каждого из нас нужные слова, всеми силами поддерживают нас.

Огромная всем вам благодарность за непростой и такой нужный труд!

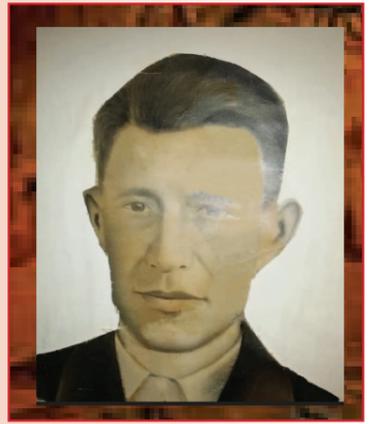
От имени проживающих в Ногинском пансионате – В.И. Тонаевская и А.Б. Боголюбова.

В КАЖДОЙ СЕМЬЕ СВОЙ ГЕРОЙ



ПРОШЕЛ ДВЕ ВОЙНЫ

НА ФОТО – мой отец, Марков Сергей Моисеевич, красноармеец. Участник двух войн – финской и Великой Отечественной. Воевал на Карельском фронте. Был ранен, попал в плен, вернулся с войны в 1947 г. Работал на восстановлении сельского хозяйства. Погиб в 1956 г. уже на трудовом фронте.



Валентина ИВАНОВА.
г. Лобня.

ОТ НЕБА ВОЕННОГО — К МИРНОМУ НЕБУ



МОЯ МАМА – Анна Максимовна Тенякова... Я вспоминаю ее не только как заботливую и родную... Память хранит и другой образ, из военных лет, которые пришлось пережить маме... Она родилась в Орске (Оренбургская область), там же была призвана в армию в 1942 г. Через год, окончив летное училище, была направлена в 3-ю отдельную Краснознаменную дивизию. Накануне 8 марта 1944 г. получила «подарок»: назначение на должность стрелка-бомбардира. Совершила 240 боевых вылетов на разных самолетах, в том числе американских «Кертисах» (P-40) и «Бостонах», получаемых по ленд-лизу. У самолетов этих были и свои досто-

инства, и свои недостатки: недаром P-40 получил название «чудо безмоторной авиации» – двигатель самолета часто давал сбои.

Однажды подвел самолет и маму: отказали оба двигателя. Чудом она дотянула до нашей территории и приземлилась. Но взлететь уже не могла, а связь оказалась нарушена. У нее получилось оперативно наладить линию связи и передать координаты самолета, на борту которого вместе с экипажем находился генерал

с важными документами. Разведка 2-го Украинского фронта смогла быстро обнаружить самолет и экстренно эвакуировать всех, кто был на борту. За этот полет весь экипаж был награжден, а мама получила орден Красной Звезды. Так же она была награждена орденом Отечественной войны 2-ой степени.

И после войны мама не простила с небом: до 1947г. летала бортрадисткой на рейсовых самолетах в аэропорту Быково, затем работала

диспетчером в Полярной авиации Северного морского пути. В 1971 г. ее перевели в аэропорт Шереметьево на должность диспетчера АТБ, а на пенсию мама ушла в 1988. Как любой настоящий воспитанник своей эпохи была активна, и после ухода на пенсию была членом Совета ветеранов Лобни, участвовала в патриотическом воспитании подрастающего поколения.

Надежда ГЛАДКОВА.
г. Лобня.

ЕЕ ЗВАЛИ АСЯ

КОГДА началась война, моей тете, Анастасии Пановой, шел двадцать второй год. Вначале она ушла в партизанский отряд. Ася – как ее звали свои – хорошо владела немецким языком, и это давало ей возможность добывать достоверные сведения о планах врага. А когда Смоленскую область освободили, крепкая, спортивная (до войны преподавала физкультуру) девушка в 1942 году ушла в регулярную армию. Учитывая хорошие физические данные и общий уровень образования, Анастасию направили в Учебный центр подготовки специальных разведывательно-диверсионных отрядов. К этому времени она была уже отмечена высокими наградами: орденом Красной звезды и

медалью «За боевые заслуги». Пройдя курсы радистов, девушка стала членом разведывательно-диверсионной группы. В июне 1944 г. группа «Казбек» была заброшена в тыл противника в окрестности поселка Бешенковичи (ныне Республика Беларусь). Сложно представить, насколько тяжелыми и физически, и морально были эти «командировки» во вражеский тыл, насколько важны были они... От групп, подобных «Казбеку», в штабы фронтов шли ценнейшие данные, а связующим звеном с Большой землей были радисты, и одна из них – Анастасия Панова. Потом было возвращение за линию фронта и подготовка к новой операции. 15 августа 1944 года в составе диверсионно-

разведывательной группы «Каштан» Ася десантировалась с борта самолета в районе восточно-прусского города Алленштайн (ныне – польский Ольштын). Боевая задача – оперативно наводить советскую фронтальную авиацию на автомобильные и железнодорожные магистрали Кёнигсбергского направления. Но этот рейд оказался неудачным... В книге А.И. Зевелева, Ф.Л. Курлата и А.С. Казицкого «Ненависть, спрессованная в тол» можно прочесть: «Осенью 1944 г. под Кенигсберг была сброшена разведывательная группа... В состав группы входило восемь человек, в их числе радистка А.Н. Панова. Разведчики успели передать Центру немало важной информации. Однако вскоре группа была обнаружена врагами. Все развед-



чики и радистка Ася героически погибли в неравном бою». Согласно донесению о безвозвратных потерях это случилось 24 августа 1944 года в районе восточно-прусского города Инстербурга (ныне – Черняховск).

В дни, когда Ася находилась в своей последней миссии, в штабе 3-го Белорусского фронта начальник разведотдела генерал-майор Алешин ставил свою резолюцию под документом о награждении Анастасии Пановой орденом Отечественной войны II степени. Как оказалось, уже посмертно...

К сожалению, многие документы о разведгруппах до сих пор засекречены, да и свидетелей действий этих групп практически не было. Но мы знаем: это были отважные, беззаветно преданные Родине люди, готовые идти на смерть ради свободы страны...

Наталья КРЫЛОВА.
г. Балашиха.

ОСТАЛОСЬ ЛИШЬ ФОТО – И ПАМЯТЬ...

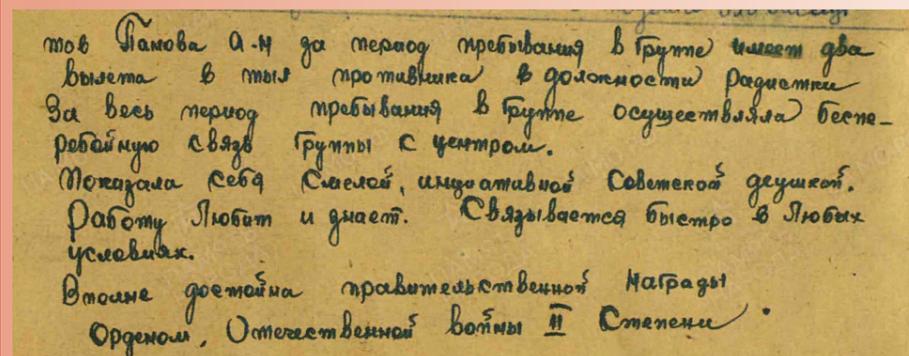
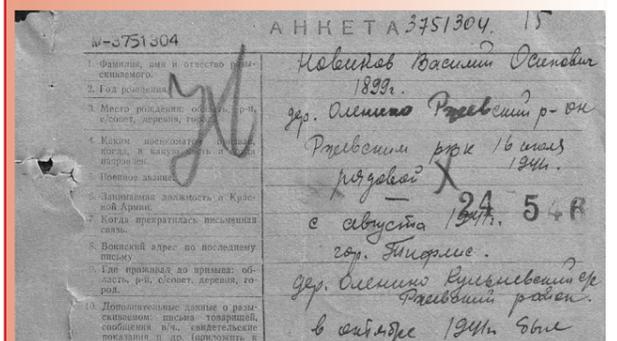
ХОЧУ РАССКАЗАТЬ о своем дедушке – Василии Осиповиче Новикове. Он родился в 1899 году, войну встретил уже зрелым мужчиной. На фронт Василий ушел в июле 41-го из села Оленино Ржевского района Калининской области, оставив дома жену и пятерых детей. Из рассказов мамы знаю, что в октябре 1941 года от дедушки было получено единственное письмо, где он писал, что контужен, находится в госпитале в Тифлисе, просил, чтобы верили и ждали. Больше от дедушки вестей не было... Вскоре село, где жила семья, было оккупировано немцами, связь прервалась.

Уже в наше время через общество «Мемориал» моими внуками была запрошена и получена



информация о том, что рядовой Василий Осипович Новиков пропал без вести в 1943 г. Значит, еще два года мой дедушка был в числе тех, кто ценою своей жизни отстаивал свободу и независимость нашей Родины. Его маленькая довоенная фотография чудом сохранилась и теперь является семейной реликвией.

Людмила КАЗАКОВА.
г. Балашиха.





БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ, БОЛЬШАЯ ВОЙНА...

Семья Гурулевых, в которой вырос отец нынешнего председателя Озерского отделения СПП Валентины Александровны Никифоровой, была большой даже по меркам того времени: десять детей. И все было бы хорошо, если бы не война: когда она началась, на фронт один за другим ушли все братья... Не каждому улыбнулась судьба, но каждый достойно выполнил долг...

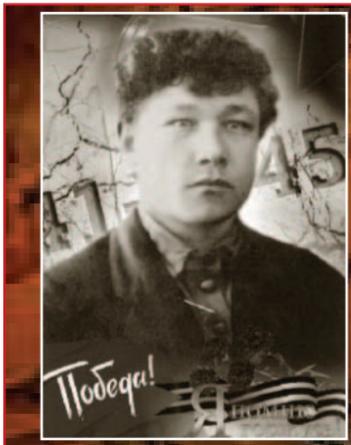
Сегодня Валентина Александровна рассказывает о своих родных.



жил в системе Государственного банка в Акше в качестве кассира приходно-расходной кассы. Ему было присвоено звание «Отличник госбанка СССР». Не каждый мог бы поверить, что этот скромный трудолюбивый человек в прошлом был отважным бойцом.

Алексей Григорьевич

СРЕДИ БРАТЬЕВ Алексей был самым младшим. Акшинскую семилетнюю школу он закончил в 1939 году и по направлению уехал учиться в Новосибирский кинотехникум. Окончив его, Алексей Гурулев там и остался работать.

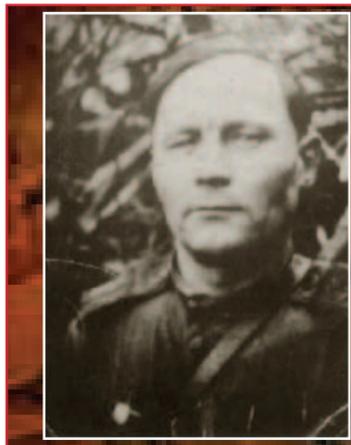


Михаил Григорьевич

В БОЛЬШОЙ семье, жившей в селе Айша, он был самым старшим – родился в 1903 году. А потом в ней один за другим появились еще девять детей, а мама, Татьяна Георгиевна, получила звание «Мать-героиня СССР». Отец, Григорий Лукьянович, чтобы вырастить всех, трудился не покладая рук в своем подсобном хозяйстве. Михаилу, как старшему в семье, приходилось помогать родителям и работать у других зажиточных хозяев. Тем не менее он получил среднее образование и начал работать в управленческих советских органах с 1924 г. В 1928 г. был призван в ряды Красной Армии, закончил курсы офицерского состава и, получив звание старшего лейтенанта, отслужил четыре года, а потом был направлен на учебу в Ленинградский университет имени Сталина. После его окончания был принят на работу ответственным секретарем Акшинского райисполкома. На фронт Михаил Григорьевич был призван в марте 1943 г. Старший лейтенант, политрук маршевой роты, он принимал участие в боях под Сталинградом и осенью 1943 г. погиб под деревней Сосновка Сталинградской области.

Сергей Григорьевич

В торым ребенком в семье был Сергей. Он родился в 1906 году. Окончив среднюю школу, работал в родном селе. В армию Сергей был призван в 1941 году и попал в 135-ю авиабазу. Фронтowymi дорогами прошел от Москвы до Берлина. О том, как воевал, говорят его награды: старшина Сергей Гурулев был награжден орденами Боево-



Александр Григорьевич

В ГРАФЕ «рождение» у Александра Григорьевича стоит 1914 год. В 1937 году он был призван на срочную службу в Красную Армию. Служил в Монголии, шофером, в составе 185-го отдельного стрелкового батальона. В 1938 году его уволили в запас по состоянию здоровья. После этого Александр работал шофером и слесарем, а через два дня после начала войны



был вновь призван в армию. В период ожесточенных боев за столицу принимал участие в ее защите. Рядовой Александр Гурулев сражался в составе 6-го Гвардейского полка Сибирской дивизии. Был дважды тяжело ранен. Первое ранение получил в грудь: по счастливому случаю вражеская пуля прошла рядом с сердцем, пощадив бойца. Второй раз получил осколочное

ранение в живот в июне 1942 года. После длительных мучений по госпиталям стрелок Гурулев был признан инвалидом и комиссован из армии.

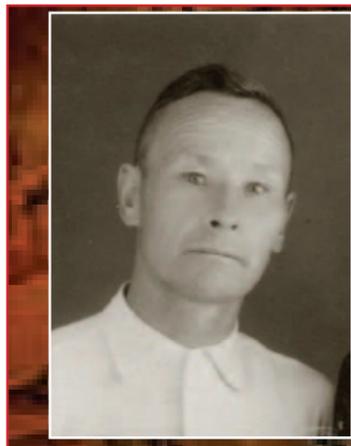
За мужество и отвагу, проявленные в боях под Москвой, А.Г. Гурулев был награжден орденом Красной Звезды, медалью «За победу над Германией».

Два военных года и потом, уже после войны, Александр Григорьевич трудился в различных организациях районного центра шофером, механиком. В 1946 году был награжден медалью «За трудовую доблесть в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 гг.».

Александр Григорьевич Гурулев прожил достойную жизнь защитника и труженика, скончавшись в 1983 году. По удивительному совпадению дивизией, в которой воевал Александр Григорьевич, потом командовал его внук – полковник Е.В. Никифоров, с 2019 года – генерал-лейтенант, начальник штаба Восточного военного округа.

Пётр Григорьевич

ПЕТРУ, родившемуся в 1916 г., как и другим детям пришлось с ранних лет трудиться в своем хозяйстве. На фронт был призван в 1945 году и попал в 63 ОСБ 12 воздушную армию, которая воевала против Японии. Награжден медалью «За победу над Японией», а к сорокалетию По-



беды – орденом Отечественной войны. После демобилизации трудился в Геологическом управлении Читинской области. Умер в 1992 году в Чите.

Дмитрий Григорьевич

НЕСМОТРЯ на непростые условия жизни,

родители сумели дать среднее школьное образование всем своим детям. Не стал исключением и Дмитрий, родившийся под занавес тревожного 1918 года. После окончания школы Дмитрий поступил в медицинское училище в Иркутске. На фронт был призван в 1944 году. Воевать ему, как и Петру, довелось на Восточном фронте. Там он белый ха-



лат врача сменил на маскировочный комбинезон снайпера. Награжден медалью «За победу над Японией». После войны жил в поселке Тунгокочен. Создал семью, в которой было семь детей и достойно трудился в местном колхозе. Умер в 1982 году.

Георгий Григорьевич

РОДИЛСЯ весной 1920 года. В армию на срочную службу был призван в 1940 году. Когда началась война, рядовой Гурулев был зачислен радистом в 125-ю стрелковую дивизию и с 1942 года принимал активное участие в обороне Ленинграда. Полк, в котором сражался радист, участвовал в ожесточенных боях под Пулковскими высотами. За освобождение Нарвы Георгий был награжден орденом Славы 3-й степени, а за участие в боях при прорыве блокады города был отмечен медалью «За боевые заслуги».

После снятия блокады Ленинграда участвовал в освобождении г. Ненси и был награжден медалью «За отвагу». С боями часть прошла Чехословакию, Венгрию, Румынию. Демобилизовался Георгий Гурулев в июле 1946 года. Уже в мирное время его нашла еще одна награда – медаль «За оборону Ленинграда».

Бывший воин 25 лет слу-



Впрочем, мирный труд продолжился недолго: грянула война, и в первый же ее месяц он ушел на фронт.

В составе минометного полка водитель Алексей Гурулев принимал участие в боях за Сталинград. Позже, под Краснодаром, перевозя военный груз под вражеским обстрелом, водитель получил тяжелое ранение. Более семи месяцев врачи пытались вернуть Сергея в боевой строй, но были вынуждены комиссовать его...

За боевые действия А.Г. Гурулев был награжден орденами Красной Звезды и Отечественной войны II степени, медалями «За боевые заслуги», «За победу над Германией».

После демобилизации вернулся на родину, трудился кинемехаником, на кинопередвижке колесил по всему району. Потом работал водителем в райисполкоме, райпотребсоюзе, затем механиком в ряде организаций, участвовал в строительстве долгожданного моста через реку Онон.

Мы помним наших родных, будут помнить о них и наши дети, внуки, правнуки. У этой памяти нет срока давности!

ВЕСТИ С МЕСТ: МЫТИЦЫ

**«ДЕСАНТ»
ВETERАНОВ**

В Мытищинском отделении Союза пенсионеров сегодня более 50 ветеранов Великой Отечественной войны, из них 20 человек – наши активисты. Понятно, что здоровье у них не самое крепкое, но энтузиазма и инициативы хватает! Посмотрите на эту бравую команду (снимки из архива) – наш «десант» ветеранов, который мы организовали в гимназию Петра Великого. Четверым уже исполнилось 90, двоим – отметим в этом году. С гимназией мы дружим уже более четырех лет, и по несколько раз в год нас приглашают сюда на разные мероприятия, которые проходят в Москве, Красногорске и самой гимназии в с. Нагорном. В этом учебном заведении особенно трепетно относятся к нашим ветеранам.

ХОЧУ ПРЕДСТАВИТЬ всем этих славных «десантников». Старший группы – ВАЛЕНТИНА ГРИГОРЬЕВНА ГАЧИНСКАЯ, в прошлом спортсменка, да и до сих пор держит себя в отличной форме. Всю жизнь работала в типографии. Родилась в Рузском районе. Во время войны он был оккупирован немцами. Всю скотину немцы сразу уничтожили, и после освобождения селянам пришлось несладко. Бензина, керосина не было, трактора работали на дровах, а дети на лесоповале обрубали сучья, сжигали их для золы на удобрение полей. Распиленные деревья кололи на кубики для трактора. А по вечерам пели душевные песни. «Я до сих пор люблю их петь», – говорит Валентина Григорьевна.

Мой незаменимый помощник по организационным вопросам – ВАЛЕНТИНА ЕФИМОВНА АРХИПОВА, неутомимая труженица, мастер на все руки. Чемпион по греко-римской борьбе и страстный фотограф – ЭЛИБАР ВИКТОРОВИЧ ВОРОНКОВ.

Супер-активист, моя правая рука и муж по совместительству – ГЕННАДИЙ ПАВЛОВИЧ СТРУЕВ.

ЕКАТЕРИНА ЯКОВЛЕНА КОРОЛЕВА – спортсменка и активистка.

Родилась в одной из тульских деревень в многодетной семье. В 12 лет встретила войну. В 1942 г. в их село вошли немцы. «Тот ужас и страх, которые мы

и наши односельчане испытали, не передать словами», – говорит Екатерина Яковлевна. Жили они при немцах в подвале. Отец к тому времени уже погиб в брянских лесах. Один день она запомнила на всю жизнь: все задрожало, завыло – это было наступление наших войск... Екатерина работала в колхозе дояркой, возила зерно на элеватор, работала в поле – снопы вязала, скирдовала, а потом выучилась на комбайнера.

КЛАВДИЯ СЕМЕНОВНА РОДИОНОВА родилась в Калужской области в большой семье. Рано стала сиротой. Работала, как и все дети войны, в колхозе, потом стала связистом и трудилась в этой профессии до самой пенсии.

ВАСИЛИЙ ЯКОВЛЕВИЧ ПОРТНЫХ до сих пор работает в университете кооперации, Почетный профессор.

Трудовая биография ЛИДИИ САФРОНОВНЫ ПАРАМОНОВОЙ началась в 12 лет: днем – курьером, а ночью – сторожем в конторе правления колхоза. А после войны где и кем только ни работала: и на торфоразработках, и на строительстве высотных зданий, а с 1958 г. до самой пенсии – в ОКБ КП в Мытищах.

Всегда с удовольствием бывает на наших мероприятиях участник боевых действий АНАСТАСИЯ ИВАНОВНА РОДИОНОВА. Этой осенью она отметит свой столетний

юбилей! С 1941 по 1945 г. служила в войсках ПВО, защищая небо над Москвой. Награждена орденом Отечественной войны II степени и медалью «За победу над Германией».

Всегда был активным, позитивным, упорным, старался везде успеть НИКОЛАЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ СЕРОКУРОВ, но сейчас, к сожалению, болеет. Он был призван в армию в декабре 1941 г., воевал в разведоте. После одного из боев из сотни молодых солдат в живых остался один тяжелораненый Николай – осколок до сих пор остается в руке. После госпиталя вернулся в строй. Освобождал Украину, дошел до Будапешта.

ИВАН ТРОФИМОВИЧ МАЛАШЕНКОВ встретил войну на Смоленщине. 12-летний парнишка убежал к партизанам. Всю свою послевоенную жизнь поработал на машиностроительном заводе и ушел с рабочего места лишь пять лет назад.

КЛАВДИЯ СЕМЕНОВНА ЕРМОЛАЕВА к началу войны уже окончила педагогический техникум и работала учителем начальных классов в сельской школе. С ребятами собирали для фронта шиповник, ягоды, от населения – теплые носки, варежки и шарфы. Все это отвозили в госпиталь раненым солдатам и отправляли на фронт. Отличнику народного образования 10 мая исполнилось 98 лет!

ВЛАДИМИР ЯКОВЛЕВИЧ ГУРАЛЬНИК фор-

мально полковник в отставке, на деле же – всегда в строю! Он бравый, стройный, красивый и талантливый. Создал коллекцию деревянных храмов России в миниатюре. Сейчас эта экспозиция размещена в отдельном зале Центральной библиотеки им. Д. Кедрина.

АНАТОЛИЙ ФЕДОРОВИЧ ОСИПОВ тоже в этом году отметил (к сожалению, в карантине) свои 90 лет. Красавец-мужчина, очень порядочный и невероятно скромный человек. В 1941 г. он окончил 3 класса. Зимой продолжалась учеба в школе, а все остальное время года подростки работали в колхозе наравне со взрослыми. После войны поступил в техникум. Имеет более 50 лет трудового стажа.

ЗИНАИДА ПЕТРОВНА СТЕПАНОВА в Мытищах живет с 1933 г. Всю войну девочка-подросток работала в колхозе. А потом полвека, до 1998 г., трудилась на машиностроительном заводе технологом. Заслуженно гордится, что в трудовой книжке у нее всего одна запись.



З.П. Степанова.

ВАЛЕНТИНА ИВАНОВНА БЛОХИНЦЕВА пережила блокаду Ленинграда, и этим все сказано.

САЙДАШ ГАРАПШИНОВИЧ МУБАРАКШИН родился в Татарстане, окончил Омское Краснознаменное военное училище им. М.В. Фрунзе. Служил в ракетных войсках. Награжден орденом Красной звезды и 17 медалями. В настоящее время борется с тяжелой болезнью. И у него это получается!

Семья МАРГАРИТЫ АЛЕКСЕЕВНЫ УТКИНОЙ на момент начала войны проживала в Мытищинском районе. Девочка-подросток вместе со старшей сестрой стала работать в Пироговском колхозе им. Ленина. В 1942 г., когда люди пухли от голода и не зна-



А.Ф. Осипов.

ли, куда деться от бесконечных бомбежек, семью эвакуировали в Тбилиси. Там они пробыли 3 месяца и вернулись обратно. «Лучше умереть от голода на своей земле, чем жить на чужой» – эти слова своей мамы Маргарита Алексеевна запомнила на всю жизнь.

...К сожалению, наш коллектив покинули несколько фронтовиков. Полковник медицинской службы СОФЬЯ МАТВЕЕВНА КОЧУГОВА участвовала в боях за Севастополь, Туапсе, Новороссийск, Ленинград, Кенигсберг. Нетрудно представить, сколько бойцов спасла от смерти медсестра Соня. Сама была дважды ранена. Награждена орденами Красной звезды и Отечественной войны II степени. Медалей и благодарностей – не счесть. Окончила войну в Пруссии.

Старший лейтенант АНАТОЛИЙ ВАСИЛЬЕВИЧ ШИГИН служил на Карельском фронте. Получил тяжелое ранение, инвалид 2-й группы. Награжден тремя орденами и 17 медалями.

АФАНАСИЙ СТЕПАНОВИЧ ХАРИТОНОВ – старшина на Балтийском флоте. Дошел до Риги. Был зенитчиком. После войны служил в ракетных войсках до 1979 г.

Воинское звание РАИСЫ АЛЕКСЕЕВНЫ РЯЗАНОВОЙ – лейтенант. Медсестрой она принимала участие в танковом сражении под Прохоровкой. В 1943 г. воевала на Белгородском направлении.

МАРИЯ ПАВЛОВНА МАЙБОГИНА начала войну в 1941 г. на Южном фронте. С 1942 г. служила в г. Поворино Воронежской области. Награждена медалью «За победу над Германией».

Сержант ИЛЬЯ ВАСИЛЬЕВИЧ БАЖИН командовал стрелковой ротой на финской границе. С 1945 – 1950 гг. – минер в Мурманской области. На-

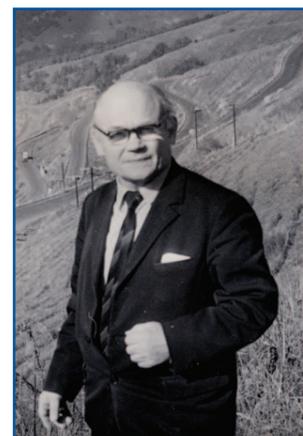
гражден орденом Отечественной войны, 15 медалями.

ВАСИЛИЙ АНДРЕЕВИЧ СЕРГЕЕВ служил с 1944 по 1951 г. Участник боевых действий на Смоленщине. Капитан милиции.

ВАЛЕНТИН АЛЕКСАНДРОВИЧ СИТНИКОВ – участник войны, награжден 7 орденами и 13 медалями.

Воевал и полковник в отставке ЭРНСТ ВАСИЛЬЕВИЧ ПАШКОВ. Затем трудился инженером-испытателем на Байконуре.

ВЛАДИМИР АНДРЕЕВИЧ СЕРГЕЕВ в 1942 году стал сыном полка. После войны связал свою судьбу с армией, служил до 1983 г. Подполковник в отставке.



В.А. Сергеев.

А как не вспомнить тружеников тыла? В 2019 году, отметив свой 90-летний юбилей, ушла от нас Зоя Трофимовна ЧЕРНЫШОВА. До последнего была в активе. Хорошо помнила военное время, делилась этими воспоминаниями. Не стало в минувшем году ЛЮБОВИ КИРИЛЛОВНЫ ПРОКУРОНОВОЙ – ей судьба отмерила 93 года жизни.

Трудились в тылу в годы войны ГАЛИНА ИВАНОВНА ПАНЧУК, ОЛЬГА ВАСИЛЬЕВНА АЛЕКСЕЕВА, СТЕПАН СЕРГЕЕВИЧ КОНДРАТ, НИКОЛАЙ ГРИГОРЬЕВИЧ БЕЛЯКОВ, АННА АЛЕКСАНДРОВНА БОВТУНОВА, АЛЕКСАНДР ПАВЛОВИЧ ГАЦУЦ, СВЕТЛАНА АЛЕКСАНДРОВНА ГОРШЕНИНА.

Вот сколько имен заставили вспомнить снимки «десанта» ветеранов в гимназию!

Елена РАХМАНИНА,
председатель
Мытищинского
отделения СПП.

На общем фото (слева направо): Е.Я. Королева, Г.П. Струев, К.С. Родионова, В.Е. Архипова, Э.В. Воронков, Л.С. Парамонова, В.А. Гачинская, Н.А. Серокуров.

ЛЕТО – ЭТО МАЛЕНЬКАЯ ЖИЗНЬ...

Если дети привыкли к городской жизни, то на даче им порой становится скучно. Отвлечь их от гаджетов и телевизора можно простыми, но интересными играми.



ВЕСЁЛАЯ ДАЧА

СВЕТЛАНА Михайловна Удалова из Одинцовского отделения СПП – человек инициативный, великолепный организатор, сама придумает и проведет любое мероприятие. Этим летом главным местом ее вдохновения и применения творческих способностей стало садоводческое товарищество «Дружба» в Можайском районе, где у Светланы Михайловны дача. Решила она соседских детишек растормошить, да и взрослых тоже, засиделись уже все на карантине.

А на даче есть время на ве-

селье и сама природа создает нужные декорации. Немного фантазии – и вот уже дети под руководством взрослых разучивают стихи, песни, готовят рисунки. Потом все номера объединяются и получается настоящий концерт. Сначала – ко Дню защиты детей, потом – к Троице, Дню России, Дню пап, Дню рыбака...

Довольны все! Ирина Ивановна Масленникова из соседнего СНТ «Балтика» влилась в этот дружный коллектив со своими шестью внуками.

Вот такое веселое получается лето на даче! И организатору этой затеи Светлане Удаловой тоже хорошо – она в своей стихии.



РАЗВЛЕЧЁМ БЕЗ ГАДЖЕТОВ

ПОИСК СОКРОВИЩ

ПРИКЛЮЧЕНИЯ пиратов или кладоискателей детьми всегда воспринимаются с радостью. Запаситесь печеньем, конфетами или небольшими сувенирами. Их можно упаковать и закопать по всей территории дачного участка – сделать несколько тайников или один большой клад. Еще понадобится карта расположения «сокровищ». На листе бумаги нарисуйте схему ваших владений и отметьте на ней, где спрятаны предметы. Вооружившись лопатой, молодежь будет их разыскивать.

Можно обойтись и без карты. Но тогда понадобятся подсказки, как в игре «12 записок». Расскажите о месте расположения первого клада, а выкопав его, дети найдут «зашифрованное» сообщение, где находится следующий. Записка может содержать подробные, но запутанные инструкции или

схему поиска с цифровыми обозначениями. Можно направить эту забаву и в полезное русло. Кроме подсказки, в записке должно содержаться задание, например, полить цветы или набрать ягод для компота.

ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ

ДЕТЯМ НАДО много двигаться. Но не все любят скучные физические упражнения. Можно заинтересовать подрастающее поколение занятиями физкультурой, если облечь их в игровую форму.

Например, предложите малышам пройти полосу препятствий. Натяните между деревьями веревки, изобразив логово сказочного паука.

Поставьте две опоры и на них закрепите бревно – получится переправа через воображаемую речку.

На дорожке нарисуйте следы на большом рассто-

янии друг от друга. Ребенку придется прыгать поочередно на разных ногах или на обеих сразу, поворачиваясь влево и вправо.

Таких препятствий на пути может быть так много, насколько хватит вашей фантазии. Только не забудьте следить за безопасностью детей во время прохождения преград.

КАЧЕЛИ ИЗ СТУЛА

КАЧЕЛИ необязательно покупать. У многих на даче найдутся ненужные стулья. Понадобится не табурет, а прочное сиденье с надежной спинкой.

Отпилите ножки, а на оставшиеся кусочки деревешек спереди и сзади прикрутите саморезами или при-



бейте широкие бруски. Они должны выступать по сторонам примерно на четыре сантиметра.

На каждом из выступающих концов просверлите отверстие. Осталось продеть в них веревки и закрепить качели на перекладине.

БОУЛИНГ

ДОМАШНИЙ боулинг легко сделать своими руками: в каждом доме найдется несколько пустых пластиковых бутылок. Наполните их водой или песком и расставьте на площадке.

Пусть ребята соревнуются в меткости, сбивая импровизированные кегли мячами. Предложите им усложнить задание – кидать шары с закрытыми глазами или вернуться спиной к мишеням.



ПОДВЕСНАЯ ПЛАТФОРМА

ДЕТИ ОЧЕНЬ любят качаться. Дополнением к качелям станет подвесная платформа. Подберите для нее несколько досок и сколотите их между собой, чтобы получился щит. Хорошо зачистите поверхность и покройте безопасной для малышей краской.

По углам просверлите дырки и проденьте в них веревки или цепи. Всю конструкцию можно повесить на толстую ветку дерева. Но располагайте ее невысоко, чтобы в случае падения никто не пострадал.



Играя на такой платформе, ребенок сможет воображать себя путешественником на льдине или летчиком на маленьком самолете. Главное, что малыш при этом будет стараться удерживать равновесие, тренируя вестибулярный аппарат.

ШАТЕР

ДЛЯ СОЗДАНИЯ детского домика понадобятся хулахуп (обруч), простыня или легкое покрывало и веревка. Бечевку разрежьте на шесть частей и привяжите их к обручу на равном расстоянии друг от друга. Концы веревки соедините и привяжите к ветке дерева или перекладине.

Набросьте покрывало на получившуюся конструкцию и затяните его сверху. На землю под шатром положите толстое одеяло, матрасик или ненужные подушки.



В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО

Анатолий КОВАЛЕВ



КОРОНАВИРУС

Вновь ярко небо голубое,
И май цветами озарен,
Благоухание земное,
Зачем ворвался люто он?
Откуда вырвался безумный?
Какою ведьмой был рожден?
Исподтишка, как враг бесшумный,
Людей расстреливает он.
...Оделся мир в тугие маски,
Ни встреч не стало, ни разлук,
Лишилась жизнь любви и ласки,
Рукопожатий встречных рук.
...Я защищен в своей квартире:
Она – надежный бункер мой.

А кто-то рядом в русском мире
Сегодня жертвует собой.
Чтоб не пронзил меня, как пуля,
Смертельный вирус наугад,
Врачи в тревожном карауле
На фронте вирусном стоят.

...ГЕРОЙСТВО,
МУЖЕСТВО,
ОТВАГА

Вновь в нашу жизнь возвращены,
Чтобы прорвали мы блокаду
Нам необъявленной войны.

Встречаешь порою лица,
Посмотришь, и станет теплей:
Свет солнца из глаз струится,
Улыбки – из добрых лучей.

Как будто нет в мире злости,
Как будто сказать нам хотят,
Что мы на земле лишь гости,
А разве в гостях грустят?

ПОЭТ НА ХОЗЯЙСТВЕ

А я работаю подсобным
У собственной своей жены:
Кладу я землю

слоем ровным
Там, где неровности видны.
Ношу в ведре навоз пахучий,
И сорняки гоню взашей,
И кланяюсь я каждой туче,
Когда сидим мы без дождей.

...Усы обрежу у клубнички,
Умою щечки кабачку,
Как первокласснице,
косички

Я заплетаю чесночку.
С женой томаты мариную,
На перегной коплю траву.
...И полюбил я жизнь такую,
И так

весь отпуск проживу.

ГРИБОКОПАТЕЛИ

Сносят памятники наши,
Что от Родины вдали,
Сносят те, кому бы павшим
Поклоняться до земли.

Раньше чтили там солдата,
Он для всех победным был,
Ястребиный клекот НАТО
Вновь фашистов разбудил.

Эти нелюди ночами
Ковыряли прах святой,
Знать, держали долго камень
За иудиной душой.

И звереют, что не в силах
Причинить нам горше боль,
Опасаясь, что Россия
Их прихлопнет словно моль.

ВОЛШЕБНАЯ
КИСТЬ
ХУДОЖНИЦЫ

«ИСКАТЬ других – найти себя» – писал поэт И. Бродский, и эти слова в полной мере отвечают творческому поиску известного русского художника Натальи Баженовой. Уже с раннего возраста она стала проявлять интерес к различным видам творчества – изобразительному искусству, музыке, поэзии, литературе. После окончания школы поступила на художественно-графический факультет Московского Государственного педагогического института им. В. И. Ленина. Четыре года обучения пролетели как один день. Наталья Баженова начинает принимать участие в различных художественных выставках. Уже тогда и организаторы, и зрители отмечают неординарный взгляд художницы. Особенно ярко проявился талант Н. Баженовой в жанре портрета. Сегодня художница и сама удивляется, какое огромное количество людей, запечатленных на холсте, прошло перед ее глазами за сорок лет творческой биографии! Неслучайно открывшаяся в январе этого года ее персональная выставка в галерее города Химки была полностью посвящена портретному жанру: свыше 100 работ предстали перед горожанами!

Поражает, что портреты выполнены практически во всех



видах техники: пастель, рисунок, гуашь, сангина, уголь, акварель и, конечно, масляная живопись. Художница смогла добиться полного единения со своими героями, со всеми их мыслями и переживаниями.

День открытия выставки был ознаменован еще одним важным событием – это был день рождения Натальи Баженовой. Поздравить ее пришли художники, поэты, писатели, представители администрации и депутатского корпуса города... Но тут нужно подчеркнуть, что этот вернисаж всего лишь очередной в цепи предыдущих 250 выставок, в которых принимала участие наша юбилярша. Они проходили не только в России. Картины Н. Баженовой видели жители Англии, Германии, Бельгии, Испании, США, Франции, Швеции, Японии... Представлены они в коллекциях художественных

музеев как у нас в стране, так и за рубежом, в частных коллекциях.

Наталья Баженова – человек разносторонний. Она пишет стихи, работает в книжной графике.

Уже в 20-летнем возрасте она стала руководителем детской художественной студии, так что ее педагогический стаж не меньше стажа художника. Сегодня у нее занимаются и дети с 4-х лет, и взрослые, в том числе люди почтенного возраста. Ее знаменитые мастер-классы уже известны далеко за пределами страны. Не раз случалось, что люди, работающие в той или иной профессии, становились художниками, пройдя у нее курс обучения.

...Кажется, прошло совсем немного времени, но вот уже и дети Натальи Баженовой – Константин и Анна – также ста-

новятся на путь творчества. Это означает, что династия Баженовых получила свое продолжение.

Мастер не умеет почитать на лаврах, она всегда в поиске, что и продемонстрировала персональная выставка, открывшаяся в начале года в выставочном зале на Крутицком валу. Несколько десятков картин были представлены в экспозиции, причем все созданы за последние два года. Еще в начале своей творческой деятельности художница поняла, что колорит является основой живописного мастерства, а форма и содержание превращают грубую прозу в тонкую лирику – и именно это мы видим в прекрасных работах Баженовой.

Пережив в свое время немало трудностей, Наталья Алексеевна уже на протяжении ряда лет уделяет много внимания благотворительности. Благодаря авторитету ей удалось окружить себя представителями общественности, вместе с которыми был создан Фонд помощи нуждающимся людям. Детские дома, больницы, санатории и другие учреждения получают от Фонда необходимую помощь и поддержку, а их стены украшают полотнами, созданные художницей.

Впереди Наталью Баженову ждут большие творческие планы. Учитывая, что ее окружает большое число сподвижников, можно быть уверенным: все ее замыслы будут осуществлены. А признавая большие организаторские способности Натальи Баженовой, ее ответственность и талант художника, думаю, она была бы способна стать и руководителем всего творческого Союза художников России.

Лев МИЛОВИДОВ,
Заслуженный деятель
искусств России.



МОЙ ДОМ – МОЙ МИР

ОРАНЖЕРЕЯ У ДИВАНА

Во время пандемии стало понятно: зеленый комфортный балкон и оранжерея в гостиной — новая необходимость. С чего же начать, если катастрофически не хватает зелени в квартире? В сети интернет мы нашли несколько важных советов от экспертов на этот счет.

Вдохновляйтесь. Начать лучше всего с подбора вдохновляющих картинок (есть много специализированных сайтов, посвященных озеленению), изучения особенностей квартиры (на какую сторону света выходят окна, настолько она освещена), правил пересадки и ухода и, конечно, ассортимента и особенностей понравившихся вам растений.

Подумайте, сможете ли вы заботиться о растениях. Если вы часто уезжаете из дома, то вам подойдут растения, которые не очень любят пить. Это все виды суккулентов, например. Еще один помощник

путешественников-растениеводов — горшок с автополивом. “Умный” горшок сам контролирует уровень влаги, вам только нужно заполнить резервуар водой, и ваши растения будут обеспечены влагой на несколько недель.

Выбирайте те, за которыми легко ухаживать.

Представляем вашему вниманию “топ неприхотливых растений” — тех ребят, с которыми будет несложно подружиться и радостно начать свой путь горшечного флориста: замиокулькас, сансевиерия, эпипремнум, сциндапус, монстера.

Приобретая комнатный цветок, обязательно поинтересуйтесь у продавца, как часто его поливать, любит ли он солнце или перед вами тенелюбивый друг, которого нужно оберегать от прямых солнечных лучей. Суккулентам, например, очень нужен свет — их ставим на подоконники окон, которые выходят на южную сторону. Теневыносливые замиокулькас и сансевиерию можно ставить в затемненный участок комнаты. Ам-

пельные эпипремнум и сциндапус классно смотрятся на стеллажах и полках.

Не расставляйте слишком много растений в маленьких квартирах.

Слишком большое количество растений может разрушить гармонию и целостность интерьера. Будьте аккуратны, особенно если площадь вашей квартиры небольшая. Обратите внимание на ампельные (свисающие вниз) растения — они здорово выглядят на полках, комодах, стеллажах — и на растения небольшого диаметра, но с крупными листьями.



САД НА БАЛКОНЕ

ПОВЕЗЛО ТЕМ, У КОГО ИМЕЕТСЯ БАЛКОН. ВЕДЬ НА НЕМ МОЖНО ОРГАНИЗОВАТЬ ЦЕЛЫЙ САД.

Озеленение балкона и лоджии делается по разным принципам.

Горизонтальное. Чтобы оформить свой балкон таким способом, необходимо по периметру расставить горшки с различными растениями и цветами. Горшки можно установить на специальных полочках либо стеллажах с подставками под цветы. Зона подоконника оснащается длинным ящиком, в котором произрастают ароматные цветы или травы. В этом случае все пространство превращается в цветущий сад.

Вертикальное. Оно подойдет тогда, когда у квартиры маленький балкон. В этом случае загромождение пространства горшками будет неуместным, лучше, если озеленение будет направлено вверх. Для такого способа полностью используют стену, вдоль которой располагают стеллажи или

подставки и непосредственно туда выставляют горшки с цветами.

Для балкона, расположенного на солнечной стороне, идеально подойдут вьющиеся растения, которые создадут тень для окна, и прохладное место в летнюю жару вам обеспечено. Высаженные в компактные горшочки они должны красиво оплести стены и не занимать много места.

Лучше всего выбирать такие, которые быстро растут и образуют плотную стенку, например, однолетние лианы, турецкие бобы, ипомею. За такими растениями нужно следить: устанавливать им направление с помощью сетки или любой другой опоры для роста.

Дизайнеры любят комбинировать различные способы озеленения: и горизонтальное, и вертикальное.

Не стоит смешивать растения как попало. Выигрышным вариантом будут несколько растений одного цвета или близких оттенков. Контраст тоже будет смотреться весьма эффектно. Растения одного вида и нескольких цветов — еще один вариант оформления.

Не забудьте организовать безопасное крепление ящиков на перилах лоджии, так как даже небольшой горшок может привести к несчастному случаю, если сорвется и упадет кому-нибудь на голову с высоты. Следует хорошо закрепить ящики, чтобы неожиданный порыв ветра не отправил их вниз.

Попробуйте — и тогда, возможно, у вас появятся такие же новые радостные ощущения, как у одного из городских садоводов-любителей Марии:

«В апреле, во время изоляции, когда балкон стал классной возможностью гулять, не покидая пределов квартиры, мы решили довести его до ума, чтобы дышать воздухом было красиво и приятно.

На всё ушло буквально пару дней, оказалось, что нужно совсем немного времени и денег, чтобы стало свежо и уютно. Теперь у нас много пышной герани, которая цветёт и даёт зелёный объём, а также разные травы, которые ассоциируются с домашним огородом и идут в чай и салат: чабрец, розмарин, тимьян, мята, шалфей.

Уход минимальный. Поливаю через день, немного рыхлю землю, если нужно. Мы выходим на балкон с чашечкой кофе утром и с бокалом вина вечером, дышим, наслаждаемся зеленью, наблюдаем за жизнью вокруг. Поверьте, работает как антидепрессант».



В КОНЦЕ НОМЕРА

Масочно-перчаточный ликбез

НЕСМОТРЯ на ослабление ограничений из-за коронавируса, масочно-перчаточный режим полностью не отменен. И в общественных местах по-прежнему приходится их использовать. В жаркую погоду эта процедура становится настоящим мучением.

Когда человек в маске, у него бывает такое ощущение, что он начинает задыхаться. И еще проблема – от дыхания запотевают очки. На этот случай «Комсомольская правда» приводит совет врача-эндокринолога Зухры Павловой: попробуйте надевать резинки (или ленты), фиксирующие маску, не прямо, а скрещенными (сначала завернуть завязки, а потом надеть их за уши). Создается такое положение, что маска плотно прилегает горизонтальными краями. А по бокам топорщится. В результате выдыхаемый воздух не поднимается вверх, к очкам, а выходит через боковые «кармашки». Таким об-

разом не только очки не будут запотевать, но и дышать станет намного легче.

Что касается перчаток, то их главная функция – не давать нам трогать свое лицо. Никак иначе они от заражения не защищают. Латексные, виниловые, нитриловые перчатки – в такую погоду в них будет жарко всегда. Но никакие предписания не обязывают нас носить именно такие, одноразовые перчатки. Приобретите тонкие хлопковые – лицо в них вы трогать точно так же будете меньше, говорит доктор.

Вместе с тем людям с хроническими заболеваниями и пенсионерам вирусологи советуют воздержаться от нахождения на улице в жару и ношения медицинских масок, так как это опасно. Лучше оберегаться и находиться в таких местах, где можно не пользоваться маской.

Для рук – своими руками

САНИТАЙЗЕРЫ – антисептики для рук – можно сделать самостоятельно. Своим рецептом поделилась в интернете создательница эко-магазина NoPlasticIsFantastic Олеся Бесперстова:

– В 50 мл воды добавляю 15-10 капель эфирного масла чайного дерева и переливаю в бутылочку с распылителем. В этом рецепте нет спирта, поэтому не сушит кожу. Для меня очень важно, ведь кожа рук у меня чувствительная. Масло чайного дерева обладает антибактериальным, противогрибковым, болеутоляющим и антисептическим свойствами и заживляет ранки, но не является 100% защитой! Раз в 5 дней делаю новый раствор. Перед тем, как пшикать на руки, сильно взболтать или добавлять к маслу щепотку соли – для растворения масла в воде.

Использование санитайзера не заменяет мытье рук в течение 20-30 секунд, а является дополнительным средством защиты.



Недружные соседи

ВЫ ЛЮБИТЕ салат из помидоров и огурцов? Это вкусный салат. Но ученые говорят, что такой салат... не полезен. В помидорах много витамина С, а огурцы содержат антагонист аскорбиновой кислоты и этот полезный витамин полностью нейтрализуют. Да и усваиваются помидоры с огурцами по-разному. Если их есть вместе, начинается процесс брожения. Это тоже не очень-то полезно. Поэтому больше пользы будет, если делать отдельно салат из огурцов и отдельно помидорный салат.

Кстати, в старых кулинарных книгах помидорный салат и салат из огурцов описаны отдельно.



Благодарность в металле

В ЧЕСТЬ всех российских врачей, которые сейчас борются с коронавирусом, Центробанк выпустит памятную монету, сообщается в СМИ.

Монету номиналом 25 рублей сделают из медно-никелевого сплава и отчеканят тиражом до 5 миллионов экземпляров. Она появится в обороте уже в этом году. Сейчас специалисты разрабатывают ее эскиз.

УЛЫБНИТЕСЬ!

– Ты должна принимать меня таким, какой я есть...
– Хорошо... Приём окончен...

Жизнь – прекрасна и удивительна. Но без денег она просто удивительна.

Среди ночи вспомнил, что, заболев коронавирусом, человек перестает чувствовать вкусы и запахи. Побежал на кухню, отрезал колбаски, свежего огурчика, душистого хлебушка и срочно сделал тест.

Все люди от рождения добрые. Злыми их делают другие добрые люди.

КРОССВОРД ДЛЯ ВАС

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Название этой столицы в переводе с тайского означает «посёлок сливового дерева». 5. Вотчина аксакалов. 6. Дерево, чья древесина использовалась для постройки опор первого Лондонского моста. 9. Донья, носящая мантилью. 11. Происшествие из разряда «и смех, и грех». 12. «Клыкастая западня». 14. Увесистая пощечина. 16. Мужская стрижка. 17. Человек, честно зарабатывающий свой хлеб, не шевеля даже пальцем. 18. Пробитый в скалах или проходящий под землей участок дороги. 19. Бесовский, жестокий человек. 20. Ядовитый сарказм. 21. Короткая эстрадная пьеса шуточного содержания. 24. Украинская река на полотнах Архипа

Куинджи. 25. Дерево, из которого получают лучшие дрова для шашлыков. 30. «Ода зубной пасте». 31. Небольшой трактир, кабачок в Италии. 32. Логичность, чёткость. 33. Группа людей, которых соединяют узы крови и ссорят денежные вопросы.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Духовная или интимная. 2. Какой инструмент до появления его металлического собрата изготавливали из шкуры акулы? 3. Человек, которому успехов в работе не желают от чистого сердца. 4. Монолог царевны с болота. 5. Любовник, обходящийся даме в кругленькую сумку. 7. Пассажирское место лакея. 8. Комната графини, знающая все её тайны. 10. Безвопросный человек. 13. «Сени» театра. 15. Столица куриных котлет. 21. Корабль без пушек. 22. Человек, отстаивающий свою любовь к природе с оружием в руках. 23. Русская мера объёма. 26. Экстаз толпы. 27. Качество, для которого необходимо сто грамм. 28. Российский хоккеист, вратарь, заживавший вместе с Ириной Родниной Олимпийский огонь на играх в Сочи. 29. Порода из самого сердца вулкана.

По горизонтали: 1. Бакжак. 5. Аул. 6. Вяз. 9. Испанка. 11. Курья. 12. Капкан. 14. Оплуха. 16. Полубок. 17. Натурщик. 18. Тоннель. 19. Нехристь. 20. Ехидство. 21. Скеть. 24. Днепр. 25. Оляха. 30. Оляха. 31. Таверна. 32. Яс-ночь. 33. Семья.

По вертикали: 1. Близость. 2. Напильник. 3. Конкурент. 4. Квакарь. 5. Альфонс. 7. Запятки. 8. Булгар. 10. Матрос. 13. Фойе. 15. Киев. 22. Ерепя. 23. Чарка. 26. Ликованье. 27. Храбрость. 28. Третьяк. 29. Базальт.



«ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ Подмосковье»

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

В ИНТЕРНЕТЕ: www.пенсионеры-подмосковья.рф

ПРИСЫЛАЙТЕ ВАШИ ОТЗЫВЫ И НОВОСТИ: pension93@mail.ru

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

Тел. редакции: 8-495-988-69-87

Редактор Маркова О.В.

Ведущий журналист Мормуль В.В.

Компьютерная верстка Разливинский Я.В.

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

Ответственность за достоверность рекламы несет рекламодатель.

№ 92, июль 2020 г.

Отпечатано в АО «Красная Звезда»

125284, г. Москва Хорошевское шоссе, 38

Тел.: (495) 941-32-09, (495) 941-34-72,

(495) 941-31-62, http://www.redstarprint.ru

E-mail: kr_zvezda@mail.ru

Заказ № 0490-2020

Тираж 50 000 экз.