

МОСКОВСКИЙ ВETERАН



25 февраля 2025 г. № 6 (900)

Газета Московской городской общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, Вооруженных Сил и правоохранительных органов

Издаётся с 1 октября 1994 года.

Вечная слава героям



23 февраля в День Защитника Отечества по сложившейся традиции в Александровском саду Москвы состоялась торжественная церемония возложения венков и цветов

к Вечному огню и Могиле Неизвестного солдата. В акции памяти принимали участие: мэр Москвы С.С. Собянин, председатель Московской городской думы А.В. Шапошников,

председатель Московского городского Совета ветеранов Г.И. Паиков, члены правительства столицы и руководители ветеранских организаций города.

«Дни и ночи у мартеновских печей
Не смыкала наша Родина очей.
Дни и ночи битву трудную вели,
Этот День мы приближали, как могли»

15 января 2025 года Президент России Владимир Путин присвоил почетное звание «Город трудовой доблести» семи населённым пунктам: Верхней Пышме, Зеленодольску, Ишимбаю, Кургану, Ленинску-Кузнецкому, Миассу и Салехарду.



ными наградами и (или) вручение им переходящих Красных знамён Государственного Комитета Обороны; награждение работников предприятий государственными наградами за трудовые заслуги; документально подтверждённые факты трудового героизма жителей города в 1941-1945 годах.

Предложение о присвоении городу на территории Российской Федерации звания «Город трудовой доблести» может внести в органы местного самоуправления этого города гражданин России или общественное объединение. Органы местного самоуправления города, в случае поддержки

решение обратиться к Президенту России с ходатайством о присвоении городу их региона такого звания, они должны приложить к своему ходатайству экспертное заключение Российской академии наук, подтверждающее наличие оснований для присвоения городу почётного звания. Ходатайство

венце – то есть без короны, располагаются два скрещенных золотых молота.

Инициативы учреждения почётного звания для городов России, жители которых совершили трудовой подвиг в годы Великой Отечественной войны, неоднократно выдвигались российскими общественными и политическими деятелями. 14 декабря 2019 года проект федерального закона «О почётном звании Российской Федерации «Город трудовой доблести» был внесён в Государственную Думу России Президентом России Владимиром Путиным. 20 февраля 2020 года законопроект был принят Государственной Думой России в третьем (окончательном чтении), 26 февраля 2020 года одобрен Советом Федерации России и 1 марта 2020 года Федеральный закон № 41-ФЗ «О почётном звании Российской Федерации «Город трудовой доблести» подписан Президентом России Владимиром Путиным.

29 июня 2020 года Межпарламентская ассамблея СНГ одобрила практику присвоения звания городам трудовой доблести в России и рекомендовала ввести эту практику другим странам. Всего 68 городам России присвоено звание Город трудовой доблести.

Соб. инф.

1 марта – памятная дата России: День городов трудовой доблести

Всё для фронта, всё для Победы

Почётное звание Российской Федерации «Город трудовой доблести» установлено федеральным законом от 1 марта 2020 года «в целях увековечения подвига тружеников тыла во время Великой Отечественной войны 1941-1945 годов». Оно присваивается городам Российской Федерации, жители которых «внесли значительный вклад в достижение Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов, обеспечив бесперебойное производство военной и гражданской продукции на промышленных предприятиях, располагавшихся на территории города, и проявив при этом массовый трудовой героизм и самоотверженность».

Основаниями для присвоения звания «Город трудовой доблести» являются: награждение предприятий государствен-

Звание «Город трудовой доблести» присваивается указом Президента Российской Федерации. В городе, удостоенном звания «Город трудовой доблести», устанавливается стела с изображением герба города и текстом указа Президента Российской Федерации о присвоении городу этого звания; проводятся публичные мероприятия и праздничные салюты 1 мая (Праздник Весны и Труда), 9 мая (День Победы), а также в День города.

данной инициативы, вносят её в региональный парламент и региональную администрацию субъекта Российской Федерации, которые рассматривают её и принимают решение обратиться к Президенту Российской Федерации с ходатайством о присвоении городу звания «Город трудовой доблести» или отклоняют внесённые предложения.

В том случае, если региональные власти принимают

о присвоении звания «Город трудовой доблести» рассматривается Российским оргкомитетом «Победа», а само почётное звание «Город трудовой доблести» присваивается Указом Президента Российской Федерации, как правило, в канун Праздника Весны и Труда (1 мая). На гербе Города трудовой доблести, под короной либо как отдельный



Выставка «Мужество защитников Отечества в наградах, знаках и значках»

18 февраля в фойе Московского городского Совета ветеранов в преддверии Дня защитника Отечества развернулась передвижная выставочная экспозиция «Мужество защитников Отечества в наградах, знаках и значках».

Выставка подготовлена Московскими коллекционерами-фалеристами, входящими в ассоциацию «Истинные друзья фалеристики» (Московский клуб коллекционеров «ИДФ»). Ассоциация более 20 лет объединяет в своих рядах людей увлеченных коллекционированием наград, знаков и значков отечественной истории. Цель Ассоциации – сохранение памяти о Великой Отечественной войне и героизме защитников Родины.

Члены клуба коллекционеров активно участвуют в конференциях и встречах со школьниками, студентами, военнослужащими и ветеранами, проводят стационарные и выездные тематические вы-

ставки коллекционных материалов в честь конкретных исторических событий и памятных дат истории. Многие активисты занимаются исследовательской деятельностью, изучая историю появления наград и знаков, издают каталоги и пишут книги по направлениям коллекционирования значков, разрабатывают проекты и являются авторами памятных медалей и значков. За свою активную работу клуб награжден грамотой Российского государственного военного историко-культурного Центра при правительстве РФ (Росвоенцентр) в 2010 году, и почетной грамотой министерства культуры Российской Федерации «За успехи в патриотическом воспитании» в 2014 году.

Предложение о подготовке выставочной экспозиции «Мужество защитников Отечества в наградах, знаках и значках» внес директор ассоциации, ветеран военной службы, полковник юстиции в отставке Бычков Сергей Владимирович. Передвижная выставочная экспозиция посвящена 80-летию Великой Победы советского народа и 80-летию окончания второй мировой войны 1939-1945 годов. Основными целями ее создания являются сохранение памяти о защитниках Отечества, привитие гражданам интереса к истории родины, воспитание уважительного отношения к памяти своих предков, готовности молодого поколения к защите страны, воспитание гордости за наших воинов, выпол-



няющих задачи Специальной военной операции на Украине, а также для популяризации коллекционирования предметов фалеристики.

Выставка представляет собой красочно оформленные витрины с тематически подобранными высококачественными копиями наград СССР периода войны и значками военной тематики. Каждая витрина имеет закрытые стенды со значками, медалями, документами и открытками по тематическим разделам: города-герои СССР; города воинской славы и города трудовой доблести Российской Федерации; мемориалы и памятники погибшим

защитникам Отечества; знаки и документы ветеранского движения Советского Союза; Оружие победы (танки, самолеты, артиллерия, корабли); Герои Великой Отечественной войны (пионеры, комсомольцы и т.д.); юбилеи Победы; российские и советские полководцы; битвы и сражения войны; значки мест массового уничтожения людей в концентрационных лагерях Европы; героическая история страны на гербах городов и другая тематика.

С.В. Бычков,
полковник юстиции
в отставке,
директор Ассоциации.

Вечная слава героям

В Южном административном округе г. Москвы в преддверии Дня защитника Отечества прошли многочисленные массовые мероприятия: митинги, шествия, собрания, которые являются значимыми событиями, объединяющими людей, создающими атмосферу патриотизма, и напоминают о необходимости защиты своей страны и своих близких.

Одна из традиций праздника в ЮАО г. Москвы – торжественная церемония у памятника Мусе Джалилю. Памятник представляет собой скульптурную композицию высотой 4,6 м. Двухметровая фигура поэта воздвигнута на гранитном постаменте. За ней находится фрагмент каменной стены, символизирующий фашистские застенки. В руках Муса Джалиль держит рукопись – цикл стихотворений «Моабитская тетрадь», написанных в немецком плену, а впоследствии удостоенных Ленинской премии. Памятник был торжественно открыт 24 августа 2012 года накануне 68-й годовщины со дня смерти Мусы Джалиля. С момента открытия монумента ветераны ЮАО г. Москвы ежегодно возлагают венки и цветы к памятнику герою.

Вот и в этом году по сложившейся традиции ветераны ЮАО г. Москвы в очередной раз собрались у памятника Мусе Джалилю, чтобы провести мероприятие, посвященное Дню защитника Отечества и Дню памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества.

В мероприятии принимали участие более 180 человек, из них 45 ветеранов ЮАО



Митинг у памятника Мусе Джалилю

г. Москвы, более 100 учащихся школ и колледжей, представители Республики Татарстан в Москве, представители ветеранской организации воинов-афганцев, волонтеры, представители Комитета молодежной политики г. Москвы. От МГСВ принял участие в мероприятии Председатель Комиссии по увековечению памяти защитников Отечества В.В. Бакшеев.

От имени ветеранской организации Южного административного округа на митинге выступил В.З. Миронов, который отметил, что День защитника Отечества – это праздник, прежде всего, военных. Но вместе с тем это праздник и всех мужчин, тех, кто в любую минуту готов встать в строй, чтобы с оружием в руках защитить своих любимых, своих близких и свою Родину. В.З. Миронов остановился на подвиге М. Джалиля и призвал также горячо любить свою Родину и быть ей всегда преданным, в заключении он прочитал свои

стихотворения, посвященные защитникам Отечества.

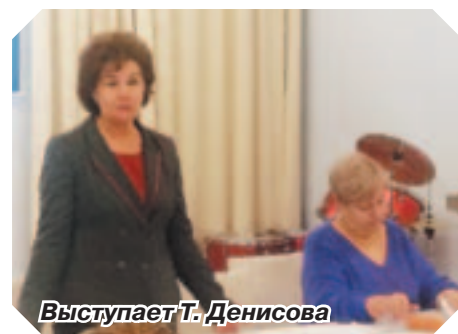
На митинге выступила дочь поэта – героя М. Джалиля – Чулпан Мусеевна Залилова. «Последний раз я видела отца, когда маленькая болела, лежала в постели в Казани, и тогда он со мной прощался. Это было наше последнее прощание в 1942 году, но я его запомнила и память эту храню всю жизнь», – с теплотой вспоминает Ч.М. Залилова. «Если бы отец не решил целиком и полностью посвятить себя и свою жизнь поэзии, то мог бы без труда стать музыкантом», – сказала она, отметив, что всегда с особым трепетом посещает такие мероприятия.

В заключение торжественной церемонии организаторы поздравили всех присутствовавших с Днем защитника Отечества и от всей души пожелали им добра, здоровья, счастья и мирного неба.

Евгений Садков,
пресс-служба СВ ЮАО

Забота о ветеранах войны

Совет ветеранов СВАО всегда внимательно относился к бытовым условиям участников Великой Отечественной войны. На учете в ветеранских организациях округа числится 16 инвалидов и 76 участников войны, 190 жителей блокадного Ленинграда и 1258 труженников тыла. Накануне 80-летия Победы нашего народа над фашистской Германией все названные группы населения вновь оказались в центре особого внимания.



Выступает Т. Денисова

С целью разъяснения возможных вопросов в Совете ветеранов СВАО прошел семинар социально-бытовой комиссии, на котором присутствовали председатель СВ СВАО Т.Н. Денисова, председатель окружной комиссии, муниципальный депутат, Т.К. Прохорова, руководители всех 17 районных ветеранских организаций. Для решения конкретных проблем на семинар были приглашены работники центра Московского долголетия и службы социальных помощников округа.

За прошедшее полугодие было обследовано 265 одиноких и одиноко проживающих ветеранов, выявлена потребность в социальной помощи

у 85 человек. Так, например, к услуге «Тревожная кнопка» была подключена 31 квартира, а 18 ветеранов были обеспечены услугами сиделки. В целом на обслуживании состоят 545 ветеранов. Некоторые председатели районных ветеранских организаций указали на трудности, возникающие в сфере оформления документов из-за быстро развивающейся цифровизации. Им подсказали, что в оформлении документов помощь всегда могут оказать работники ГБУ «Мой социальный помощник». Участники семинара рассказали, что в районных организациях наиболее оперативно удовлетворяются просьбы ветеранов в обеспечении бытовой техникой. Как сообщила Т.Н. Денисова, на сегодняшний день все запросы и потребности в социальной помощи со стороны одиноких ветеранов полностью удовлетворены.

Ю.В. Туйцын,
пресс-служба СВ СВАО



Они сражались на Родину!

Фронтовик, участник Парада Победы на Красной площади 24 июня 1945 года, полковник запаса бронетанковых войск Ю.Н. Шабунин – один из самых возрастных долгожителей не только Восточного округа, но и Москвы. Осенью прошлого года он отметил свое 102-летие. Сейчас вместе со всей страной готовится к юбилею Великой Победы и к своему 103-му Дню рождения.



«Мой танк был МОИМ ДОМОМ»

Весной 1942 года Юрия Шабунина, командира танкового взвода, направили на Западный фронт, там завершалось формирование 3-й гвардейской танковой армии. Боевая дорога 19-летнего командира началась в районе Сухиничи-Козельск, где после Московской битвы проходила линия обороны. В первых же боях Юрий Николаевич получил ранение в ногу и его направили в полевой госпиталь. Как только начал ходить – сразу вернулся в боевую часть, к товарищам.

– Мы участвовали в прорыве обороны противника в Орле. Запомнилось знойное лето, огромное количество самолетов, которые висели в небе днем и ночью, бомбежки, – рассказывает полковник. – В танке я чувствовал себя спокойно. Казалось, что прямое попадание маловероятно. А разрыв бомбы в двух-трех метрах не мог причинить особого вреда. Поэтому мой танк – был моим домом.

После Орла объединение Шабунина двинулось на Запад, к Днепру. Дважды он участвовал в форсировании Днепра (на юге и севернее Киева), брал Киев, освобождал Украину. Так с боями фронтовик дошел до Тернополя на Западной Украине.

– Тяжелое было время, мы несли огромные потери. Из окружения прорывались «грудью вперед». Противник простреливал со всех сторон, но мы шли. Помню, как в марте форсировали вброд реку Донец. Пробирались ползком. Я провалился под лед, еле выбрался, – вспоминает ветеран.

Юрий Николаевич родился 27 октября 1922 года в деревне Макары Холмогорского района Архангельской области. Отец его был военным, а мама учительницей. В 1940-м юноша окончил 10 классов и поступил в Ульяновское бронетанковое училище. Через год, во время сборов, курсант узнал, что фашистская Германия 22 июня напала на Советский Союз. Началась Великая Отечественная война. Время обучения сократили, и в сентябре 1941-го курсанта Шабунина в звании лейтенанта направили на курсы усовершенствования офицеров в Казань, а потом в Нижний Тагил, где производили танки Т-34. Молодой лейтенант в ожидании своего взвода помогал рабочим собирать эти грозные машины.

В мае 1944 года произошло событие, которое во многом определило дальнейшую судьбу фронтовика. Бронетанковая академия в Москве набирала первый офицерский курс, и один из представителей этого военного учебного заведения приехал на фронт, где воевал Юрий Шабунин. К тому времени молодой танкист уже два года находился на фронте, был дважды ранен (получил контузию на Курской дуге), имел награды. Начальство рекомендовало кандидатуру отважного офицера к поступлению в академию. Победу Юрий Николаевич встретил уже в Москве.

– Народ ликовал, все поздравляли друг друга, обнимались, огромный салют был тогда в столице! Я участвовал в первом Параде Победы в составе Бронетанковой академии, – рассказывает ветеран. – Мы стояли напротив Мавзолея и видели все правительство. Несмотря на непрерывный дождь, парад был грандиозный!

А через несколько лет новая война – корейская. Юрий Николаевич к тому времени окончил Военно-дипломатическую академию. Он консультировал китайских добровольцев, потом работал в советском посольстве в Пекине, служил в Генштабе в Москве. Последние годы перед пенсией преподавал в Военной академии.

В сентябре 1977 года Юрий Николаевич уволился в запас, но до 1992 года продолжал работать экспертом в Госкомитете СССР по науке и технике и занимался вопросами международного сотрудничества. У Юрия Николаевича дружная семья: две дочери, четыре внука и правнуки. Все живут в Москве и часто навещают ветерана Великой Отечественной войны.

– Каждый год меня приглашают на Красную площадь, так что на трибунах я могу посмотреть Парад. У меня есть фотографии, на которых я вместе с Президентом Владимиром Владимировичем Путиным, – с гордостью говорит фронтовик. – Приятно, что обо мне не забывают.

И еще. Наш ветеран – заядлый дачник, каждое лето он проводит на своей подмосковной «фазенде». В свои 100 лет фронтовик самостоятельно водил машину – ездил за продуктами. Благо, что права ему выданы до 107 лет. По этому поводу ветеран шутит, что, может, продлевать их придется...»

Татьяна Калмыкова, пресс-служба СВ ВАО

Павел Николаевич Сироклин родился 16 февраля 1920 г. В сентябре 1940 г. он был призван в Красную Армию с титулом депутата сельского совета. В июне 1941 г. рядового Сироклина направили в отдельную роту связи дивизии особого назначения НКВД СССР имени Ф.Э. Дзержинского. И хотя занимаемые им должности не были напрямую связаны с выполнением боевых заданий, так как был он снабженцем, Сироклин стал свидетелем и участником многих важных событий.

Павел Николаевич вспоминает, что он и его сослуживцы неоднократно просились на передовую, но им отказывали: в тылу они нужнее. Дивизия обеспечивала правительственную связь. Машины, снабженные радиостанциями, постоянно передвигались по городу, чтобы враг их не запеленговал. В это время Сироклин был водителем бензовоза, который заправлял спецтранспорт. Както Сироклин вел свой ЗИЛ-бензовоз по Ленинградскому шоссе, неожиданно вылетел из-за леса немецкий самолет и стал расстреливать бензовоз. Сироклину удалось уйти от самолета в лес.

В 1943 г. сотрудников НКВД нацелили на выявление дезертиров. Сироклин вспоминает, что его часть дежурила на всех станциях вокруг Москвы. Квартировались они рядом со станцией Раменское, ловили много дезертиров. В 1944 г. дивизия участвовала в операции на Кавказе под Боржоми. Здесь проходила «защитка» территории. Прочесывали леса и находили много оружия и денег, кото-

П.Н. Сироклину – 105!

Заслуженный работник Московского государственного университета, ветеран Великой Отечественной войны 1941-1945 годов, участник обороны Москвы П.Н. Сироклин работает в МГУ уже более 70 лет! С юбилеем ветерана лично поздравил ректор МГУ В.А. Садовничий.

рые немцы сбрасывали с самолетов для дезертиров. Именно в этом районе сконцентрировалось большое количество предателей, которые организовывали целые банды. По завершении операции часть Сироклина вернулась в Москву.

День Победы Павел Николаевич встретил в Подмоскowie в летних военных лагерях. В июне 1945 г. П.В. Сироклина откомандировали в сводный полк войск НКВД. Он был назначен начальником хозяйственного довольствия, передел по приказу всех в пограничную форму, и в специальном пассажирском поезде без остановок они доехали до самой границы Германии. О цели своей командировки они случайно узнали только в Берлине. Разместили их в здании киностудии, где офицеры их полка нашли целый склад радиоприемников. Включили и в эфире радиостанции Би-би-си услышали, как ведущий рассказывает о грядущей Потсдамской конференции. В это время мимо киностудии на открытых «студбеккерах» проезжали и Черчилль, и Трумэн. Советские солдаты стали махать им руками, а премьер-министр Великобритании и президент США – нашим солдатам.

Во время Потсдамской конференции П.В. Сироклин доставлял секретную почту. Удалось ему увидеть Сталина, но лишь издали. В декабре 1946 г. П.Н. Сироклин демобилизовался из армии в воинском звании старшины. В январе 1947 г. Павел Николаевич поступил на работу на биологический факультет МГУ. В разные годы занимался восстановлением зданий и территорий Болшевской и Звенигородской биологических станций МГУ, биологической станции на Белом море. Позже работал помощником директора Зоологического музея МГУ.

Павел Николаевич много лет занимался хозяйственной работой, он был заместителем директора НИИ почвоведения МГУ, заместителем начальника Комплексной Сталинградской экспедиции по степному лесоразвитию, начальником отдела материально-технического снабжения биолого-почвенного факультета МГУ. В 1969 г. П.Н. Сироклин перешел на работу в Научно-исследовательский институт ядерной физики МГУ. Подготовленная с его участием аппаратура успешно работала на борту многочисленных искусственных спутников



Земли. Много лет работал в Объединенном профкоме МГУ, был председателем цехового комитета инженерной и хозяйственной службы на биолого-почвенном факультете МГУ, партгором отдела теоретической и прикладной космофизики.

П.Н. Сироклин является председателем Совета ветеранов войны и труда Научно-исследовательского института ядерной физики МГУ и членом Президиума Совета ветеранов войны и труда МГУ. Награжден Орденом Отечественной войны II степени, медалями: «За Победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.», «За Оборону Москвы».

Пожелаем дорогому юбиляру здоровья, многих лет жизни и успехов в работе на благо нашего университета!



Выполняли свой воинский долг

15 февраля в Российской Федерации прошли мероприятия, посвящённые 36-й годовщине завершения выполнения боевых задач 40-й армией в Афганистане. В этот день мы вспоминали об участниках Афганской войны и других военных конфликтов.



Б.В. Громов

Торжественные акции проходили в Москве в различных точках, у памятников и в учреждениях культуры. Безусловно центром всеобщего внимания стал Александровский сад, где у могилы Неизвестного солдата собрались представители

общественно-политических движений, ветеранских организаций, юнармии для возложения венков и цветов.

Затем мероприятия переместились в Кремлёвский дворец. Главным и незабываемым здесь было живое общение ветеранов друг с другом, с представителями молодёжи, и конечно центром всеобщего интереса было общение ветеранов-афганцев с воинами, приехавшими в эти дни из зоны СВО. Передача боевого опыта, планы сотрудничества и обсуждение трудностей, с которыми встречаются сегодня бой-

цы и командиры в зоне боевых действий.

От Московского городского Совета ветеранов, комиссии по международным и межрегиональным связям, и Московской городской общественной организации ветеранов Вооружённых Сил (военные пенсионеры) в торжественных мероприятиях приняли активное участие Анохин С.В. и Кашицын Е.Н.

Открывая торжественное собрание в честь 36-й годовщины завершения выполнения боевых задач 40-й армией в Афганистане, Герой Советского Союза, генерал-полковник Б.В. Громов зачитал обращение Президента России В.В. Путина. Он подчеркнул, что задание Родины мы выполнили - достойно и с честью! 40-я армия показала себя в тяжёлые военные годы с самой лучшей стороны, а ее солдаты, офицеры и генералы проявили настоящее мужество, героизм, отвагу и преданность своей Отчизне.

Сергей Анохин



Накануне Дня защитника Отечества в музее боевой славы школы № 1784, который в этом году отмечает свой полувековой юбилей, состоялась торжественная церемония присвоения школьным заставам (классам) почетных имен Героев Советского Союза и России.

В целях увековечения памяти Героев Отечества, повышения уровня военно-патриотической работы с кадетами и воспитанниками приказом директора школы С.А. Кондратьевой почетные имена были присвоены: 61-й заставе – Героя Советского Союза, генерал-майора В.Ф. Карпухина; 71-й заставе – Героя Советского Союза, генерал-майора Г.Н. Зайцева; 72-й заставе – Героя Российской Федерации, младшего лейтенанта С.Н. Сергеева.

В торжественной церемонии вручения флага 71-й пограничной заставе принял участие Геннадий Николаевич Зайцев – генерал-майор, Герой Советского Союза, командир специальной элитной группы «Альфа» (1977-1988, 1992-1995 годы). Это подразделение вписало в ратную историю страны немало славных дел, подвигов и побед. Звание Героя Советского Союза Г.Н. Зайцеву было присвоено за большие заслуги в обеспечении государственной безопасности, мужество и отвагу, проявленные при обезвреживании особо опасных

Растить патриотов

Патриотическое и гражданское воспитание подрастающего поколения всегда являлось одной из важнейших задач школы, ведь детство и юность – это самая благоприятная пора для привития священного чувства любви к Родине. В районе Беговой САО в кадетской школе №1784 имени генерала армии, Героя Советского Союза В.А. Матросова (директор Кондратьева С.А.) мероприятия, направленные на патриотическое воспитание проводятся на постоянной основе и не проходят бесследно.

преступников. Геннадий Николаевич – автор книг «Альфа – моя судьба», «Спецназ «Альфа»: дела и люди».

В своем выступлении Г.Н. Зайцев сказал, что кадетская школа № 1784 имени генерала армии, Героя Советского Союза В.А. Матросова отличается своей военно-патриотической работой. Его порадовало то, что на торжественной церемонии присутствовали выпускники школы: герой СВО, сотрудник охраны Президента Российской Федерации, которому поручено обеспечивать безопасность высших должностных лиц государства, сотрудник правоохранительных органов, который обеспечивает правопорядок нашего государства. Но это только единицы, а сколько еще достойных выпускников вышли из стен школы!

Г.Н. Зайцев рассказал ребятам о некоторых событиях, которые пришлось

пережить, будучи командиром «Альфы», об освобождении учеников, захваченных террористами в Беслане. И в настоящее время Геннадий Николаевич ведет большую общественную работу. Новый 2025 год только недавно начался, а он уже побывал в Пермском крае, на Кольском полуострове и теперь летит в Кемерово. Легендарный командир антитеррористической группы поздравил ребят с важным событием в жизни школы, подарил музею свою книгу, пожелал ребятам стать настоящими патриотами Отечества.

2025 год – Год защитника Отечества. Это год гордости за наших героев, символ национального единства и патриотизма.

О.С. Сергиенко,
Почетный житель района Беговой

М.В. Кващук – 80!

1 марта члену общественной комиссии МГСВ по международным и межрегиональным связям, майору запаса М.В. Кващук исполняется 80 лет.

Михаил Владимирович родился 1 марта 1945 года на Украине в Винницкой области. В 1962 окончил среднюю школу, а в 1965 – сельскохозяйственный техникум. В 1965-1968 годах проходил службу в ракетных войсках стратегического назначения. После службы в Советской армии с 1969 по 1997 г. служил в системе военно-курьерской правительственной связи. Окончил Высшую школу МВД и всю свою жизнь посвятил укреплению обороно-

ключены соглашения о сотрудничестве, а также организацией встреч с делегациями ветеранов из регионов.

При личном участии М.В. Кващука была издана книга «Великую Победу не забыть», автором которой был член нашей комиссии, участник Великой Отечественной войны 1941-1945 годов. Ю.С. Ленчевский. В книге освещены основные направления деятельности комиссии.

За время работы Кващук М.В. проявил прекрасные человеческие качества. Он всегда готов оказать помощь, добросовестно выполняет возложенные на него поручения и просьбы. Неоднократно выезжал в составе ветеранских делегаций в зарубежные страны на празднование Дня Победы. Особое внимание продолжает уделять воспитанию молодого поколения в духе патриотизма. Отмечен многими правительственными и общественными наградами, в числе которых Памятный знак «Почётный Ветеран».

Примите, Михаил Владимирович, наши искренние, сердечные поздравления и добрые пожелания по случаю славного юбилея – 80-летия со дня рождения!

Крепкого Вам и Вашим близким здоровья и благополучия.

Комиссия МГСВ
по международным
и межрегиональным связям



способности страны, выполняя особые поручения по линии фельдсвязи. Закончил Университет марксизма-ленинизма по специальности международные отношения.

Выйдя на пенсию активно включился в общественную работу. С 2015 по 2023 годы руководил комиссией по увековечению памяти Защитников Отечества в ветеранской организации СВАО, а с 2019 г. работает в комиссии по международным и межрегиональным связям МГСВ, где занимается развитием отношений с регионами, с которыми за-





Вся страна готовится торжественно отметить 80-ю годовщину Победы в Великой Отечественной войне. Музы тоже не молчат. 13 февраля в Центре московского долголетия прошел первый этап Фестиваля поэзии Совета ветеранов района Отрадное в СВАО.

Фестиваль должен был показать, насколько поэты как старого, так и молодого поколения отражают в своих произведениях девиз Николая Некрасова: «Поэтом можешь ты не быть, но гражданином быть обязан!»

Открыли фестиваль председатель Совета ветеранов района Отрадное Целик А.М. и культурог Каграманова Э.К. Вела программу Колбова М.Ф. – ветеран труда, член ПО-15, активный участник Московского долголетия и руководитель вокального ансамбля «Отрадушки».

Перед участниками стояла задача – в своих произведениях отразить лучшие качества воинов Красной Армии и труженников тыла, их героизм и самоотверженность и на поле боя, и в заводских цехах. А лозунгами тогда у граждан Советского Союза были: «Наше дело правое.

Победа будет за нами» и «Всё для фронта, всё для Победы». И поэты в своих произведениях отразили эти слова. Каждый прочитал по два стихотворения. Конечно, кроме стихов у мно-

Фестиваль поэзии в Отрадном

гих нашлись замечательные слова, отражающие их понимание и отношение к Великой Отечественной войне, к памяти людей, отдавших свои жизни за Победу.

От литературного объединения «Отрада» выступило шесть поэтов:

В.Ф. Алимин, член Московской городской организации Союза писателей РФ, Председатель ЛИТО «Отрада»; А.Д. Акимов, председатель ПО №10; С.Ю. Газин – член

Навстречу 80-летию Победы!

Московской городской организации Союза писателей РФ; Э.В. Кузнецова – член Союза писателей РФ; Б.Б. Катковский – член Правления Московской городской организации Союза писателей РФ; Б.А. Шеватов – член Союза журналистов РФ. Также выступила Н.П. Панко-

никновенно исполнила произведение собственного сочинения, посвященное ветеранам.

После завершения творческой части первого этапа фестиваля все заявленные участники были торжественно награждены грамотами. И дальше с чаепитием продолжили

Получается, что цели и задачи фестиваля оказались достигнуты. Все понимают, что стихи об ушедшей войне звучат очень актуально. Побеждённые всё ещё мечтают о реванше. И хотелось здесь сказать строками стихов одного из участников фестиваля:



«Пусть идёт за столетие столетие, мировых две стоят грозно в ряд, только верю – не быть страшной, третьей, если есть наш российский солдат!»

После определения победителей первого этапа будет проведён второй этап, который состоится в марте 2025 года. Желаем всем участникам второго этапа фестиваля удачных выступлений!

Виктор Алимин



Военные частушки (М.Джабарова и А.Игнатенко)



Выступают участники ансамбля «Свободный полет»

Победа в сердцах поколений!

12 февраля на территории Московского Дома общественных организаций прошёл окружной этап Фестиваля художественного творчества ветеранов, членов их семей, учащихся образовательных учреждений и молодежи, посвященного 80-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.



Участник Великой Отечественной войны В.И. Кирсанов и председатель жюри Фестиваля В.С. Мисковец.

Городскому жюри Фестиваля под председательством первого заместителя председателя МГСВ В.С. Мисковца были представлены лучшие 25 номеров творческих коллективов и солистов ЮВАО. В концерте были представлены все жанры исполнительского сценического творчества: песни и танцы, стихи и хореографические композиции, сольные номера, дуэты и трио, бардовское пение.

Концерт открыл председатель Совета ветеранов ЮВАО М.И. Клочков. Его вступительное слово напомнило всем присутствующим о важности сохранения памяти о Великой Победе. «Чтобы наши дети помнили, как мы!» – эти слова стали лейтмотивом всего мероприятия.

Ведущая концерта М.А. Смелова, депутат муниципального округа Рязанский, провела зрителей через все этапы войны – от мирной жизни до долгожданной Победы. Ее голос, звучащий за сценой, стал связующей нитью между поколениями, напоминая о том, что память о войне – это наша совесть и наша сила.

Концерт начался с яркого выступления барабанного шоу CLINKA DRUM «Кадетский» из Печатников. Зал замер, слушая мощные ритмы, символизирующие начало войны. Народное творчество заняло особое место в программе. Военные частушки под баян в исполнении Марии Джабаровой и Виктора Игнатенко из Выхино-Жулебино, народные пляски «Четыре двора» от танцевальной студии «ЭллиKids» и русский хоровод «Зори России» из Рязанского района – все это

напомнило о том, как важно сохранять традиции.

Танцы «Синий платочек», «Полюшко» и «Катюша» в исполнении ансамблей «Гран ЖЭТЭ», «Эстет» и «Белоснежка» перенесли зрителей в те годы, когда каждый танец был глотком радости среди ужасов войны. Особое впечатление на зрителей произвели песни «Молитва» и «Баллада о матери» в исполнении Светланы Майоровой и Оксаны Носковой. Эти номера заставили зал задуматься о цене Победы и о тех, кто не вернулся с войны. Стихи И.А. Журавлевой, жительницы блокадного Ленинграда, стали живым свидетельством тех страшных лет. Ее строки «Я помню залп победного салюта» прозвучали как напоминание о том, что память о войне должна жить в сердцах новых поколений.

Дети стали настоящими героями фестиваля. Их искренние выступления, такие как номер «Коричневая пуговка» детского ансамбля «Зеленые фуражки» из школы №777, напомнили о том, что память о войне передается из поколения в поколение. Совместное исполнение хора ветеранов и ансамбля «Мелодия» учеников 4 класса из Кузьминок с песней «Бессмертный полк» стало символом единства поколений.

Концерт завершился песней «Наша армия и флот» в исполнении Анатолия Коржа из Южно-портового района и номером «Мы – дети России» (Текстильщики). Эти выступления стали ярким финалом, напомнившим о силе и единстве нашего народа.

Главными гостями фестиваля были наши ветераны войны. Их уже немного, кто может прийти и разделить с нами результат огромной работы. Среди пришедших были: фронтовик В.И. Кирсанов с женой, ветераны Великой Отечественной войны М.А. Корпушова, А.П. Фомичев, В.И. Донцова, Н.В. Косинская, малолетний узник фашистских лагерей М.Н. Спектр с женой.

Члены жюри, актив ветеранской организации и гости провели теплую встречу за чайным столом, где ветераны рассказали о себе, о своем участии в войне, о пережитом, о потере близких. Во время встречи Мисковец В.С. вручил старейшему члену СВ ЮВАО Гончаренко Нине Валентиновне памятную медаль МГСВ «100 лет В.И. Долгих».

Н.Г. Кисилевская,
заместитель
председателя СВ ЮВАО

Фестиваль стал настоящим праздником памяти, объединившим людей разных возрастов. В этот день на сцене оживали страницы истории, рассказывающие о довоенных, военных и послевоенных событиях. Каждый номер, каждая песня, танец или стихотворение стали частью большой «Повести о войне», которую рассказали 280 участников.



Поклонимся великим тем годам

О работе культурно-массовой комиссии МГСВ

Во всех первичных, районных и окружных советах ветеранов города Москвы созданы комиссии по культурно-массовой работе, которые активно проявляют себя во время проведения мероприятий, организуют досуг. Основными формами культурно-массовой работы являются: организация фестивалей, выставок, творческих вечеров; работа любительских коллективов художественной самодеятельности; проведение спортивных соревнований среди ветеранов; организация автобусных и теплоходных экскурсий; посещение концертных залов, театров, выставок.

В настоящее время комиссия МГСВ по культурно-массовой работе проводит фестиваль художественного творчества ветеранов, учащихся образовательных учреждений и представителей молодёжных объединений города Москвы, посвящённый 80-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов, под девизом «Победа в сердцах поколений».

Фестиваль направлен на прославление героизма советского народа, мужества и стойкости тех, кто защищал

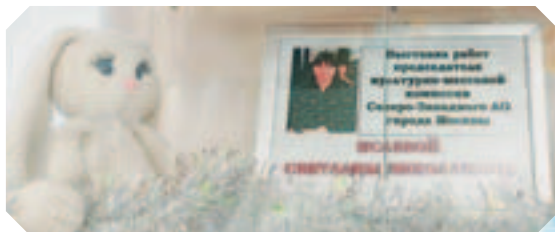
Одним из важнейших направлений культурно-массовой работы является развитие творческого потенциала и организация досуга ветеранов. Взаимодействие с людьми пожилого возраста требует много усилий, чуткости, внимания и организаторских способностей. В свою очередь ветераны своим творческим потенциалом несут людям радость и свет.

Родину на фронте и в тылу. Фестиваль проводится на высоком творческом уровне. Создано жюри, которое оценивает выступления ветеранов и молодёжи. Возглавляет жюри первый заместитель председателя МГСВ В.С. Мисковец.

Участие в таких фестивалях можно назвать подвигом людей пожилого возраста. Им нужно многое преодолеть, чтобы выйти на сцену. На фестивале представлены различные жанры: вокальный, хоровой, фольклорный, инструментальный, художественное слово.

Проведение творческих вечеров с артистами театров и самодеятельными театральными коллективами являются одними из любимейших мероприятий ветеранов. В МГСВ в 2024 году состоялся концерт классической музыки, в котором принял участие доцент Московской консерватории имени П.И. Чайковского

Максим Пурыжинский со своими учениками, проведён концерт «Романсы трепетные звуки».



«Ваши любимые песни» в исполнении солиста Дмитрия Нестерова и аккомпаниатора Ивана Бойцова.

За последний год расширилась сеть клубов по интересам, которые организуются в районных советах ветеранов. Продолжили работу литературные гостиные. В районе Марьино Роща СВАО функционирует ветеранский театр. В этом же

округе работает передвижной лекторий любителей русской словесности «Вначале было Слово». В МГСВ культурно-массовая комиссия в 2024 году организовала осеннюю выставку цветов, в которой участвовали все окружные советы ветеранов. В фойе



Экскурсия ветеранов на теплоходе

Московского городского совета была проведена также выставка рукотворных работ ветеранов

в помощь участникам Специальной военной операции. В настоящее время в МГСВ выставлены декоративно-прикладные работы председателя культурно-массовой комиссии СЗАО Светланы Николаевны Исаевой.

Ведётся большая работа с районными библиотеками. В них организуются литературные клубы, которые приобретают сегодня свою значимость и востребованность. Стоит ещё упомянуть об оздоровительных экскурсиях на теплоходе. Неотъемлемой частью работы комиссии является посещение ветеранами театров, концертных залов и выставок.

Культурно-массовая комиссия имеет свой чат, в котором освещаются мероприятия, проводимые в округах. Она уделяет особое внимание поиску новых инновационных подходов в работе с пожилыми людьми.

Л.Г. Сухомлина,
председатель культурно-массовой комиссии МГСВ

В музее представлены книги, картины, морская форма с наградами, офицерские кортики, морские приборы. На встречи с участниками Великой Отечественной войны и офицерами флота в отставке собирались школьники со всей округи. Рассказы о жизни моряков, защитников Родины были им интересны и познавательны. Кроме того, Пётр Стефанович вёл школу юного моделирования, и многие макеты кораблей выполнены руками подростков. А Семён Стефанович создал школу юного журналиста.

С тех пор прошло четверть века. И вот недавно я посетил этот общественный музей: в большой комнате во главе длинного стола восседает Пётр Стефанович, а вокруг него учащиеся расположенного неподалёку Медицинского колледжа и с интересом слушают его рассказ о Герое России, моряке-подводнике А.И. Маринеско. Кругом исторические экспонаты: морская форма, фотографии героев, макеты боевых кораблей, сделанные руками школьников, предметы быта моряков. Экскурсанты могли видеть офицерские кортики, боевые награды, ордена, документы, почувствовать прелесть и романтику морской службы.

Надо сказать о самом Петре Стефановиче. Родился он в мае 1941 года в старообрядческой казацкой семье. Отец его – участник Великой Отечественной войны. Окончил школу, был призван на срочную службу во флот, и тогда по-настоящему узнал и полюбил море. В 5-й школе ВМФ особого назначения получил воинскую специальность «радист первого класса». На флоте прослужил четыре года. Во время Карибского кризиса контролировал эфир. Окончил

Морской музей – школа мужества и отваги

В далёком 2001 году военные пенсионеры, братья Пётр и Семён Паршиковы, при поддержке местных ветеранов, муниципалитета и главы управы А.М. Касьянова приняли решение о создании общественного музея «Сокольник и флот». Для этого было выделено помещение по адресу: улица Короленко д. 2, сначала одна комната, а потом по мере разрастания музея и поступления экспонатов – три. Это было очень впечатляюще: все предметы были подлинные, подаренные ветеранами и их вдовами.



школу военкоров при газете «Флаг Родины». После демобилизации поступил на факультет журналистики в МГУ, распределился в АПН и трудился за рубежом. Закончил Высшую школу госбезопасности и прослужил в органах 30 лет – в управлении по борьбе с терроризмом. Дослужился до полковника. После демобилизации пришёл в Севастопольское землячество, где стал первым заместителем председателя, а затем в Совет ветеранов Сокольнического района. И сегодня, как много лет назад, он беззаветно трудится в созданном им музее, несёт

молодежи правду о нашем героическом прошлом. Вот несколько отзывов, в «Гостевой Книге»:

«Средняя общеобразовательная школа №25 г. Калуга. Благодарит Паршикова Петра Стефановича за предоставленную активу школьной библиотеки возможность посетить клуб-музей «Сокольник и Флот» и познакомиться с уникальным морским журналом «Виктория – Большой сбор. Благодарим за тёплый приём, за урок любви к Родине и Флоту. Надеемся на дальнейшее плодотворное сотрудничество в духовно-нравственном и

патриотическом воспитании учащихся».

«От имени Совета ветеранов Краснознамённого Черноморского Флота хочу выразить огромную благодарность руководителю музея «Сокольник и Флот» Паршикову Петру Стефановичу за проводимую им военно-патриотическую работу в стенах музея. Фомин Николай Владимирович, член СВ КУФ, вице-президент РОО «Бородино 1945-2015 гг.».

«Уважаемый Пётр Стефанович! Администрация и педагогический коллектив ГБПОУ «Медицинский колледж №2» выражает благодарность и искреннюю признательность Вам и Клубу «Сокольник и Флот» за плодотворное развитие социального партнёрства в области гражданско-патриотического воспитания обучающихся в колледже, которые никогда не забудут не только посещение музея, созданного по Вашей инициативе и благодаря Вашей энергии, но и мероприятия, проходившие в структурном подразделении №1 нашего колледжа с Вашим участием. Это были Уроки Мужества, Митинги-реквиемы, «Встреча поколений», общегородские мемориальные патронаты, открытие музея «Эвакогоспитали района Сокольники города Москвы в период Великой Отечественной войны». Эти мероприятия являются неоценимым вкладом в формирование патриотизма и готовности к выполнению профессионального долга будущих медицинских работников, оставляют неизгладимый след в памяти и душах молодых людей. Методист медицинского колледжа №2 города Москвы Капитанчук Л.В.».

Николай Леонтьев,
ПО №5 ЦАО



МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ: МЕНЬШЕ БОЛЕТЬ И ДОЛЬШЕ АКТИВНО ЖИТЬ ПОМОЖЕТ ВАШ ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР «ЭДАС»!



ПОДАРОК ЖЕНЩИНАМ К ПРАЗДНИКУ 8 МАРТА

Экспресс-диеты для похудения

Времени до начала весны остается совсем немного, и в связи с этим у многих женщин возникает мысль: «А не похудеть ли мне на 3-4 килограмма к празднику?». В такой ситуации на помощь приходят экспресс-диеты. И действительно, сбросить более 5 кг за несколько дней практически невозможно, а вот найти в себе силы избавиться от 2-4 самых лишних килограммов — это реально и очень хорошо для здоровья, поскольку даже небольшой «минус» массы тела позитивно влияет и на физическое состояние, и на эмоциональный статус. А это значит, что к празднику и настроение улучшится, и внешний вид будет лучше.

Экспресс-диета — это отличный способ быстро похудеть за 10-14 дней при особом режиме питания продуктами низкой калорийности, обычно за счет снижения потребления углеводов. Популярные экспресс-диеты — это определенные схемы питания, отличающиеся по длительности и видам разрешенных продуктов. Однако, следует знать, что экспресс-диеты противопоказаны при острых заболеваниях! А если имеются хронические заболевания, особенно органов ЖКТ, то надо проконсультироваться с лечащим врачом. И еще — при ухудшении самочувствия или каких-то непривычных симптомах во время диеты тоже лучше обратиться к врачу.

Диета Пьера Дюкана. С этой схемой питания можно похудеть на 2-3 кг за неделю, и она хороша тем, что имеет небольшие ограничения. Ежедневно нужно пить 2 л воды, питаться 4 раза в день, съедать 1,5 ст. ложки отрубей в чистом виде или с кефиром, ходить пешком не менее 30 минут, ужинать не позже, чем за 3 часа до сна. Из напитков, кроме воды, можно чай, кофе, компот, морс, натуральный сок с водой — конечно, все без сахара. В 1-й день можно только белковую пищу: омлет из яичных белков с обезжиренным молоком, куриные котлеты, нежирный кефир, йогурт, творог, морепродукты. На 2 день к белкам добавляем овощи (кроме картофеля): овощные рагу, свежие салаты, зелень. На 3 день белки, овощи и любые фрукты, кроме сладких: грейпфрут, яблоки, апельсины, кислые ягоды. На 4 день к меню предыдущих дней добавляется цельнозерновой хлеб не более 50 г. На 5 день ко всему предыдущему добавляем 50 г нежирного сыра, на 6 день рацион дополняем крахмалистыми продуктами: рисовая лапша, диетический плов, бобовые и т.д. На 7 день можно поблагодарить себя за старания предыдущей недели и в один из 4 приемов

пищи съесть любые блюда из тех, что вам нравятся. В остальные 3 дня — разрешенные продукты из предыдущих 6 дней.

Диета Аткинса. Безуглеводная система питания, которая позволяет сбросить за 2 недели около 7 кг. Другие ее названия — «диета без голода» или голливудская, т.к. к ней обращались многие звезды Голливуда. Подразумевает употребление большого количества белков при минимуме углеводов и жиров. Запрещенные продукты: сахар в любом виде, сладкие ягоды и фрукты, бобовые, каши и все зерновые. Разрешено употреблять любое мясо и птицу, яйца куриные и перепелиные, морепродукты и рыбу, любые молочные продукты, не обезжиренные в том числе. Можно орехи, семечки и масла из них: семена подсолнечника, льна, тыквы, кунжут, фундук, кешью и т.д. Из овощей только листовые (салат, капуста), огурцы, кабачки и сельдерей, из фруктов цитрусовые и кислые яблоки. Питание 5 раз в день, причем углеводы только на завтрак, все остальное можно есть в течение всего дня. Через 2 недели питания по Аткинсу постепенно вводим в рацион углеводы от 20 до 150 г в день — крупы, фрукты, бобовые.

Творожная диета. Эта белковая диета подразумевает отсутствие голодания за счет высокого содержания в рационе белков, которые и дают чувство насыщения, при этом похудеть можно за неделю на 2-3 кг. Необходимо ежедневно пить достаточно воды, чтобы поддерживать водный баланс в организме — в творожной диете это особенно важно,

т.к. соли кальция из творога могут иметь мочегонный эффект. Запрещено употреблять алкоголь, продукты с добавлением сахара и большого количества соли, а также жирные и жареные блюда. Творог рекомендуется с жирностью 2-5%. С 1 по 3 день ежедневно употребляется 500 г творога и 2 стакана кефира, с 4 по 7 день рацион расширяется 2 вареными яйцами, 200 г рыбы и 2 зелеными яблоками. Из напитков вода, настой шиповника и зеленый чай.

* Белковые диеты не рекомендуются тем, у кого проблемы с почками.

Диета на хлебе, овсянке и «кисломолочке». Сбрасываем 2-3 кг за неделю за счет снижения калорий, но недостаток питательных веществ компенсируется молочными белками и жирами, множеством витаминов и микроэлементов из хлеба цельнозернового, отрубного либо из муки грубого помола и сухих диетических хлебцев. Овсяную кашу готовим из «Геркулеса» традиционного или монастырского и варим без подсластителей и масла, едим один раз в день на завтрак. Дневной рацион: 500 мл ацидо-

Например, утром съедаете овсяную кашу и кусочек черного хлеба, в обед стакан ацидофилина и чай с хлебом, на ужин хлеб с ряженкой.

Диета и гомеопатия. Чтобы подобрать свою диету, нужно ориентироваться на вкусовые предпочтения и возможность контролировать чувство голода, которое должно быть непостоянным, при нормальном самочувствии, без особой слабости и раздражительности. Находиться на экспресс-диете не рекомендуется дольше 14 дней, чтобы не нарушить метаболизм, с нее можно лишь начать процесс похудения, а затем перейти на другую, долгосрочную, которая поможет сохранить полученный результат. Ведь «диета» в переводе с греческого — это «образ жизни», и только так можно добиться стабильного похудения. А еще «держат» сниженный вес помогут гомеопатические комплексы **ГРАЦИОЛ ЭДАС-107 капли** и **АЛИПИД ЭДАС-907 гранулы**. Для необходимой поддержки печени рекомендуются **ГЕПА ЭДАС-953 гранулы** или **капли ГЕПАТОН ЭДАС-129, ХОЛЕТОН ЭДАС-113**. При соблюдении диеты могут возникнуть раздражительность из-за чувства голода, снижение концентрации внимания, памяти и настроения из-за нехватки углеводов. Чтобы не было таких неприятностей, рекомендуем во время прохождения



«В лаборатории академика В.П. Казначеева (1924–2014), российского ученого в области медицины и биофизики, изучались способности живых организмов передавать информацию электромагнитными волнами от одного объекта другому на расстоянии. Ученые установили, что на частоте 3×1009 Гц и 3×1011 Гц между клетками в организме человека происходит энергоинформационный обмен. Биополе, по мнению ряда ученых, осуществляет непрерывный обмен информацией в клетках и между клетками, управляет всеми процессами жизнедеятельности человека со значительно большими скоростями, чем система нервных волокон, гормонов и других молекул»

Из статьи академика ЕАЕН, Посла мира С.Г. Мифтахутдинова
«Гомеопатия уверенно шагает по планете. ВОЗ признала гомеопатию второй по величине медицинской системой мира»
(полная версия на сайте WWW.EDAS.RU)

филина или ряженки, овсяная каша на воде без добавок, чай без сахара, 200 г черного хлеба. Молочный продукт нужно пить в тот прием пищи, когда вы не едите овсянку, в остальном компоновать продукты можно на свое усмотрение.

диеты принимать натуральные гомеопатические комплексы **ПАССИФЛОРА ЭДАС-111 капли** или **ЭДАС-911 гранулы**, которые помогут преодолеть стрессовое состояние и укрепить нервную систему.

АПТЕЧКА ПРИРОДНОГО ДОКТОРА

ПРИ ПРЕДЛАСПОЛОЖЕННОСТИ К ПОЛНОТЕ

✔ **ГРАЦИОЛ ЭДАС-107 капли**

Применяется при предрасположенности к полноте, избытке массы тела и ожирении I-II степени. Помогает снизить избыточную массу тела при дисметаболическом синдроме, нарушениях жирового обмена, в том числе при сахарном диабете.



НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ



ПОЛНЫЙ АССОРТИМЕНТ ПРЕПАРАТОВ «ЭДАС» ПО ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ В АПТЕКЕ «АДОНИС ФАРМ» г. Москва, Ленинский проспект, дом 2А.

В аптеке проводятся бесплатные консультации врачей по препаратам «ЭДАС».

УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ по телефону 8-800-333-55-84
Звонок бесплатный



Март Дни воинской славы и памятные дни России

1 марта.

В 2020 году в России принят Закон об учреждении почётного звания «Город трудовой доблести».



6 марта.

День рождения Александра Ивановича Покрышкина (1913-1985 гг.), автора новой тактики воздушного боя, маршала авиации, трижды Герой Советского Союза.

8 марта.

Международный женский день.



17 марта 1861 года.

Был обнародован манифест об отмене крепостного права.

21 марта.

Всемирный день поэзии.

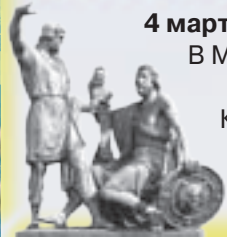
25 марта.

День работника культуры России.

Благовещение Пресвятой Богородицы.

4 марта 1818 года.

В Москве открыт памятник Кузьме Минину и князю Пожарскому.



9 марта 1934 года.

День рождения Юрия Гагарина.

12 марта 1918 года.

Москве возвращен статус столицы России.

26 марта 1944 года.

Советские войска вышли на границу СССР.



Внимание: конкурс!



Мой герой

К 80-летию Победы в Великой Отечественной войне проводится Международный открытый детский и юношеский конкурс изобразительного искусства «Мой герой». К участию в конкурсе приглашаются юные художники России и стран СНГ. Экспертный Совет конкурса возглавляет скульптор Зураб Церетели. Членом Совета является председатель МГСВ Г.И. Пашков.

Этот конкурс – больше, чем просто выставка детских рисунков. Мы приглашаем вас не только продемонстрировать свой талант, но и поделиться своими мыслями о Великой Победе, написав небольшое эссе о важности этого праздника для вас.

Ваши работы могут стать частью истории! Лучшие рисунки будут представлены на выставках в Москве, Санкт-Петербурге и других городах России и ближнего зарубежья. Победители получают заслуженные грамоты и ценные призы! А главное – ваши работы украсят праздничные открытки и календари, которые будут вручены ветеранам Великой Отечественной войны и участникам СВО.

Победитель конкурса получит возможность торжественно передать путёвку в уникальный реабилитационный центр «Русь» в городе Руза Московской области семье военнослужащего, нуждающейся в реабилитации! Этот центр, с 38-летним опытом работы, проводит комплексное лечение с социо-культурным сопровождением и известен тем, что в нём проходил реабилитацию легендарный летчик Алексей Маресьев.

В конкурсе может участвовать любой желающий в возрасте от 5 до 25 лет. Номинации: живопись, графика, эстамп (литография, ксилография, офорт, линогравюра, шелкография), плакат/цифровые изображения, малая скульптурная пластика.

Цель конкурса: воспитание патриотизма и любви к Родине, способствование пониманию связи между современной борьбой с нацизмом и героическим прошлым, развитие творческих способностей детей, создание платформы для взаимодействия между детьми, родителями, педагогами и ветеранами. Период проведения: с 1 марта по июнь 2025 года.

Соб. Инф.

О. Дорофеева



В рамках Всероссийского музыкального фестиваля «Эхо героев», посвященного Году Защитника Отечества, в Московском городском Совете ветеранов прошел концерт с участием заслуженного деятеля Московского музыкального общества Андрея Каткова и Лауреата Всероссийских и Международных конкурсов, полуфиналистки телевизионных конкурсов «Минута Славы»

и «60+» Ольги Библик. На протяжении всей программы концерт сопровождал московский хор «Отчизна» – художественный руководитель российский композитор, заслуженный деятель музыкальной культуры России, дипломант Всероссийского конкурса композиторов Владимир Булюкин. В концерте принял участие Камерный хор Ансамбля песни и пляски им. В.С. Локтева. Хор исполнил па-

триотические песни советских композиторов в собственных индивидуальных обработках. Руководители хора Татьяна Матулова и концертмейстер хора Ирина Красавина с юными артистами покорили переполненный актовый зал МГСВ. Ведущим концертной программы выступил Лауреат всероссийских и Международных конкурсов Вячеслав Друзин.

О. Дорофеева

Газета «МОСКОВСКИЙ ВЕТЕРАН»

Учредитель – Московская городская общественная организация пенсионеров, ветеранов войны, труда, Вооруженных Сил, правоохранительных органов

Список редакционного совета газеты «Московский ветеран»

Пашков Г.И. – председатель редакционного совета. Члены редсовета: Аксенов А.П., Мисковец В.С., Акчурин Р.С., Сосунова Л.В., Нешина Т.Д., Бабич О.С., Клепиков А.Н., Климова А.А., Лобанов М.П.
Главный редактор А.А. Климова

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Москве и Московской области.

ПИ № ТУ 50-838 от 10.11.2010 г.

Распространяется бесплатно

Адрес редакции: 127006, Москва, ул. Малая Дмитровка, дом 2.
тел.: 8 (495) 699-72-25

Газета отпечатана в АО «Красная Звезда» Москва, Севастопольский проспект, 56/40 с1.

Заказ № № 0819-2025.
Первый завод 5000 экз.

Подписано по графику 25.02.2025
Подписано в печать 25.02.2025

Материалы, помеченные значком ®, публикуются на рекламной основе. Мнение авторов не всегда совпадает с мнением редакции.