МОСКОВСКИЙ ВЕТЕРАН

Издается с 1 октября 1994 года, 10 октября 2018 г. № 27 (672)

ГАЗЕТА МОСКОВСКОЙ ГОРОДСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕНСИОНЕРОВ, ВЕТЕРАНОВ ВОЙНЫ, ТРУДА, ВООРУЖЕННЫХ СИЛ И ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ

СТАРОСТЬ МЕНЯ ДОМА НЕ ЗАСТАНЕТ...

УЧАСТНИКАМИ ПИЛОТНОГО ПРОЕКТА «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» СТАЛИ БОЛЕЕ 130 ТЫСЯЧ ГРАЖДАН

В пилотном проекте мэра Москвы уже приняли участие более 130 тысяч человек. Москвичи старшего поколения посещают занятия по физической активности (общая физическая подготовка, фитнес, тренажеры, скандинавская ходьба, гимнастика), художественно-прикладному творчеству, танцам, пению, рисованию, образовательным программам (информационные технологии, английский язык, курс «Здорово жить»).

Проект помогает москвичам старшего возраста укрепить здоровье, получить новые знания, умения, творческое развитие. Спортивные секции, творческие лаборатории и языковые классы в каждом районе города – в программу вошли самые востребованные направления. Все занятия проводятся бесплатно.

Для граждан старшего поколения предоставлены 2,5 тысячи площадок, готовых организовать проведение занятий более чем в 15 тысячах групп. Целью проекта является активная и естественная социализация старшего поколения с использованием возможностей самого человека и ресурсов социума – учреждений социальной сферы, некоммерческих организаций и бизнеса.

Проводятся занятия в залах и на свежем воздухе: скандинавская ходьба, гимнастика, специальные спортивные программы. Вы сможете поддерживать форму, быть активным и энергичным! Участникам программы предоставлен выбор разных видов спорта в зависимости от интересующего направления, пожеланий и физических возможностей.

Классическое пение или джаз, живопись и основы рисунка, бальные и народные танцы, а также вышивание, вязание, кулинария и другие мастер-классы для тех, кто любит что-то делать своими руками или давно хотел научиться.

Как вести здоровый образ жизни и правильно питаться, как научиться выбирать полезные продукты и отказаться от вредных привычек, как следить за состоянием своего организма, адекватно оценивать его сигналы и вовремя обращаться к врачу – обо всем этом достоверно и профессионально расскажут опытные врачи, диетологи и другие профильные специалисты.

Участникам программы предлагаются уроки иностранных языков и программа «С компьютером – на ты!». Обучение другим языкам – это тренировка памяти, возможность поближе познакомиться с мировой культурой, свободно общаться в путешествиях и шанс завести новые знакомства за рубежом. Вторая программа помогает освоить компьютер, мобильные приложения, интернет, чтобы находить необходимую информацию, делать покупки или совершать платежи не выходя из дома, пользоваться городскими электронными услугами, общаться с родственниками и знакомыми онлайн.

Проект «Московское долголетие» помогает его участникам заводить новые знакомства и вести активную жизнь. Такое мнение высказала руководитель клубов «Супербабушка» и «Супердедушка» Наталья Виноградова. По ее словам, все это удается москвичам старшего возраста потому, что они не боятся учиться чему-то новому. Например, с удовольствием осваивают работу за компьютером, изучают английский язык, рисуют.

Участниками пилотного проекта мэра Москвы С.С. Собянина «Московское долголетие» могут стать граждане пенсионного возраста. Для этого им необходимо прийти в территориальный центр социального обслуживания и оставить заявку на интересующую активность, взяв с собой паспорт, СНИЛС и социальную карту москвича.

ВСТРЕЧА С АМЕРИКАНСКИМИ ИСТОРИКАМИ В МГСВ

5 октября 2018 года в 13.00 в конференц-зале Московского городского совета ветеранов прошла встреча с делегацией историков и ветеранов из США и Канады. Делегация в составе 13 человек посетила не только Москву, но и Санкт-Петербург, Волгоград, Курск, где историки и члены их семей смогли посмотреть выставки музеев и побывать на местах легендарных сражений.

Руководитель отдела по работе с молодежью Харьков И.С. выступил с приветственным словом и рассказал гостям о структуре и основных направлениях работы МГСВ.

Участники Великой Отечественной войны 1941–1945 гг. Уткин Б.П., Гребцов И.Г., Ольштынский Л.И. рассказали гостям о своем участии в военных действиях, ответили на интересующие американских историков вопросы, связанные с ролью Советского союза в победе над фашистской Германией.

Гости выразили искреннюю благодарность за возможность в теплой и дружеской манере беседовать со свидетелями и участниками легендарных событий Великой Отечественной войны. Это особенно важно, учитывая что отцы почти половины представителей делегации сражались на Западном фронте в период Второй мировой войны. Многие также отметили, что решающий вклад Красной армии в разгром фашизма, становится все более очевидным для западных авторов и преподавателей.

После обмена сувенирами прошел товарищеский обед в кафе «Пальмира».

УВЕКОВЕЧИЛИ ИМЕНА ГЕРОЕВ

Ветераны, проживающие в районе Внуково, обратились к руководству города с предложением о создании на территории аэропорта Внуково Аллеи Славы. Предложение было одобрено, поддержано, были приняты все необходимые меры по созданию на территории района Аллеи Славы.

Сегодня каждый проходящий по ее дорожке, житель или гость столицы, пассажир или встречающий имеет возможность прочитать имена тех, кто проявил героизм и мужества при исполнении своего гражданского долга и был представлен к высокой награде – Герой Советского Союза.

Готовясь к открытию Аллеи, учащиеся школ района сочинили текст Обращения к будущему поколению, рассказав о том, как бережно они хранят в своих сердцах память о тех, кто встал на защиту Родины в 1941, отстоял ее свободу и независимость. В обращении содержится призыв помнить об этом всю свою сознательную жизнь. Капсула с текстом Обращения была заложена у подножья Аллеи.

На торжественное открытие Аллеи Славы, которое состоялось 5 сентября 2018 г. были приглашены ветераны, жители района, члены семей героев, ныне проживающих во Внуково. У портретов героев несли караул учащиеся кадетского корпуса. Были приглашены почетные гости: глава Управы района Игорь Алексеев, глава муниципального образования Василий Рогов, депутат Мосгордумы Антон Палеев, председатель совета ветеранов Западного округа Виталий Скрябин, почетный житель района Внуково, поэт Виктор Клиндух, руководитель ОАО «Аэропорт Внуково» Василий Александров, председатель совета ветеранов центрального аппарата «Росавиации» Виктор Горлов, помощник председателя Всероссийского общества «Боевое Братство» Сергей Коноваленко и другие руководители.

Торжественно перерезали ленточку: заслуженный ленчик-испытатель, Герой Советского Союза Александр Тюрюмин, заслуженный пилот России председатель совета ветеранов района Внуково Евгений Бунчин, глава Управы Игорь Алексеев.

На пороге Аллеи Славы посетителей встречают портреты героев. Первыми открывают Аллею Алексей Семенков и Григорий Таран. Экипаж под командованием Алексея Семенкова вписал одну из самых ярких страниц в историю – доставил 9 мая 1945 года Акт о безоговорочной капитуляции вооруженных сил фашисткой Германии. А одна из школ района, носит имя Григория Тарана. В этой школе учились два его сына, внук и правнучка. Сын и внук связали свою судьбу с авиацией.

5 сентября 2018 года в районе появилось еще одно святое для жителей района место памяти Героям – Аллея Славы.

Яна КАПИТОНОВА
пресс-центр Советов ветеранов ЗАО

НИКТО НЕ ЗАБЫТ

О РАБОТЕ ЗА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2018 ГОДА ОБЩЕСТВЕННОЙ КОМИССИИ ПО УВЕКОВЕЧЕНИЮ ПАМЯТИ ЗАЩИТНИКОВ ОТЕЧЕСТВА

5 сентября 2018 года состоялось заседание общественной комиссии МГСВ по увековечению памяти защитников Отечества с повесткой дня: «Об итогах работы по организации и проведению системного ухода за объектами памяти в первом полугодии 2018 года и рассмотрение плана работ на второе полугодие».

В работе заседания приняли участие руководитель отдела по работе с молодежью Харьков И.С., главный специалист отдела Козлова Т.С., руководитель общественного мемориально-патронатного Центра при Московском Доме ветеранов войн и Вооруженных Сил Корольков В.И., члены комиссии.

С докладом о проведенной работе выступил председатель комиссии Бакшеев В.В. Он отметил активное участие ветеранов в общегородских мемориально-патронатных акциях на кладбищах и объектах памяти. Он отметил, что работа проводится совместно с органами исполнительной власти округов и Московским Домом Общественных организаций. В своем докладе он отметил высокий уровень проведения выездного заседания комиссии в ТиНАО в июне 2018 года.

Докладчик ознакомил присутствующих с проектом плана работы комиссии на второе полугодие 2018 года. С учетом внесенных изменений он был единогласно принят за основу.

По второму вопросу повестки дня «О пополнении реестра памятников, мемориальных досок и других объектов памяти» выступил заместитель председателя комиссии Власов В.Я. Он отметил важность систематического пополнения реестра патронируемых объектов памяти и внесения в него новых данных. По его мнению необходимо создать общий городской реестр объектов памяти. Ценным подспорьем в этой работе может стать двухтомник индивидуальных захоронений Героев Советского Союза на кладбищах г. Москвы.

С информационными сообщениями выступили: Корольков В.И., Захаренко Н.Б. (ТинАО), Павлов Г.А., (Зеленоградский АО), Гордиевский В.В., (ЮАО), Гротов Ю.Б. (ЦАО).

Л. КАРАПЕТЯН
Фото М.А. Газарова

МОСКВИЧИ ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА ПОЛУЧАТ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПОДДЕРЖКУ

Пенсионная реформа – самый болезненный вопрос сегодня в нашем обществе. Для работающих людей, которые уже распланировали свое будущее на ближайшие годы, – он особо чувствителен. Тем приятнее ощущать, что в этот сложный период ты не оставлен один на один с проблемами своего возраста, что город и государство заботятся о тебе.

Едва начав осеннюю сессию 2018 года Московская городская Дума единогласно поддержала внесенный мэром Москвы С.С. Собяниным проект закона «О дополнительных мерах поддержки жителей города Москвы в связи с изменениями федерального законодательства в области пенсионного обеспечения». Законопроект предусматривает сохранение льгот для женщин старше 55 лет и мужчин старше 60 лет. Также предусмотрены новые меры поддержки для жителей, достигших 50-летнего возраста: программа бесплатной диспансеризации, адресная социальная помощь и профессиональное обучение.

Министр правительства Москвы, руководитель Департамента труда и социальной защиты населения В.А. Петросян обратил внимание депутатов на широкую палитру социальной поддержки москвичей.

– Мэром Москвы в столичный парламент внесен проект закона о дополнительных мерах поддержки жителей столицы, в связи с изменениями федерального законодательства в области пенсионного обеспечения. Речь идет о людях, достигших возраста 55 лет для женщин и 60 лет для мужчин, имеющих страховой стаж, необходимый для назначения страховой пенсии в соответствии с федеральным законодательством. Им будут предоставлены все меры социальной поддержки, которыми они могли бы воспользоваться, если бы пенсионный возраст в стране остался прежним.

Указанным жителям в полном объеме сохраняются такие значимые льготы, как бесплатный проезд на транспорте общего пользования в городском сообщении, включая метрополитен, Московское центральное кольцо, а также бесплатный проезд на железнодорожном транспорте общего пользования в пригородном сообщении вне Малого кольца Московской железной дороги; бесплатное изготовление и ремонт зубных протезов; обеспечение при наличии медицинских показаний неработающих граждан бесплатными путевками на санаторно-курортное лечение и возмещение расходов на проезд железнодорожным транспортом к месту лечения и обратно по указанным путевкам.

Жителям города Москвы, достигшим возраста 55 лет для женщин и 60 лет для мужчин, которым присвоено звание «Ветеран труда» или звание «Ветеран военной службы», предлагается сохранить льготы по оплате жилого помещения и коммунальных услуг в размере 50 процентов, по оплате услуг местной телефонной связи, а также сохранить ежемесячную городскую денежную выплату в размере, установленном правительством Москвы. В 2018 году она составляет 1 тысячу рублей.

Помимо сохранения действующих льгот, законопроектом предлагаются дополнительные меры поддержки москвичей, достигших возраста 50 лет, направленные на их адаптацию к новым жизненным условиям, связанным с изменением пенсионного возраста.

Таких мер поддержки до сих пор не было. Речь идет о бесплатной диспансеризации жителей города Москвы в медицинских организациях, участвующих в реализации территориальной программы обязательного медицинского страхования города Москвы; предоставлении дополнительной адресной социальной помощи москвичам, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Очень важный вопрос – содействие в обеспечении занятости жителей города. По решению правительства Москвы создается специальный центр переподготовки и трудоустройства.

Заместитель председателя комиссии МГД по социальной политике и трудовым отношениям Т.Т. Батышева поддержала законопроект: «Сегодня Москва пытается защитить достаточно уязвимую часть населения. Очень важно, что создается центр по переподготовке и трудоустройству людей в возрасте 50+. Таким образом, создаются возможности для продления активного периода жизни людей. Ведь когда человек трудится, он по-другому за собой следит, относится к своему здоровью. Как невролог могу констатировать, профилактика различных болезней, в том числе болезни Альцгеймера, это работа и активная деятельность».

Ее поддержал член комиссии МГД по законодательству, регламенту, правилам и процедурам, президент Московской торгово-промышленной палаты В.М. Платонов: «На встрече с избирателями мне часто задавали вопрос: как я отношусь к пенсионной реформе? В ответ я интересовался у спрашивающих: отличается ли Россия чем-то от других стран мира, где также происходит старение населения, и надо ли в этой связи что-то предпринимать? Все соглашались, что надо. Городские власти выработали дополнительные меры поддержки и сделали это своевременно, на опережение».

Председатель комиссии МГД по здравоохранению и охране общественного здоровья Л.В. Стебенкова тоже поддержала мэра: «Я провела более полусотни встреч с жителями. Все, чем нас пытаются пугать, надуманно.

Законопроект – ответ на те вопросы, которые озвучены в процессе обсуждения реформы».

Пункт 3 части 2 статьи 1, в котором определяются условия ежемесячной городской денежной выплаты, было предложено уточнить. Данная помощь может быть оказана тем, у кого доход не превышает 1 миллиона 800 тысяч рублей в год.

Председатель Московской городской Думы А.В. Шапошников, подводя итоги прений по законопроекту, сказал: «На своем первом в осенней сессии заседании Мосгордума рассмотрела законопроект о социальной поддержке москвичей старше 50 лет в связи с изменениями федерального законодательства в области пенсионного обеспечения. Москва ответственно подошла к подготовке пенсионной реформы, опираясь на главное условие, которое обозначил президент России В.В. Путин – принять дополнительные меры социальной поддержки граждан до их выхода на пенсию. Столица сохраняет все основные льготы для жителей предпенсионного возраста и предлагает новые меры соцподдержки для москвичей старше 50 лет. Например, предоставляется бесплатный проезд на общественном транспорте и в метро, на МЦК, в поездах пригородного сообщения. Вводятся принципиально новые социально значимые меры поддержки для жителей, достигших пятидесятилетнего возраста: это и программа бесплатной диспансеризации, и адресная социальная помощь, и профессиональное обучение. Москва ответственно подходит к вопросам, связанным с переходом к пенсионной реформе, и сделает все возможное, чтобы создать максимально комфортные условия для москвичей. Хочу особенно подчеркнуть, что все предусмотренные законопроектом льготы не временные, они носят постоянный характер».

Законопроект поддержан единогласно.

Елена НОСОВЕЦ

ЗА СОХРАНЕНИЕ ИСТОРИЧЕСКОЙ ПАМЯТИ

21 сентября 2018 года в Российском союзе ветеранов прошел научный семинар на тему «Состояние и проблемы сохранения исторической памяти о Сталинградской битве. Пути противодействия политике искажений военной истории России».

От Московского городского совета ветеранов в работе семинара приняли участие: руководитель отдела МГСВ по работе с молодежью И.С. Харьков, заведующая методическим кабинетом МГСВ Попова Г.А., заместитель руководителя лекторской группы МГСВ, участник Великой Отечественной войны Л.И. Ольштынский.

Факты фальсификаций истории Великой Отечественной войны и пути противодействия политике искажения военной истории России обсуждали по инициативе Межрегиональной Общественной патриотической организации «Сталинградский призыв» при поддержке Академии военных наук РФ и Российского Союза ветеранов.

В обсуждении столь острой для современного геополитического пространства темы принял участие Игорь Прокопенко, автор и бессменный ведущий одной из старейших на российском телевидении программ «Военная тайна», военный журналист, публицист, заместитель генерального директора по документально-публицистическим проектам телеканала РЕН ТВ. С вступительным словом к участникам дискуссии обратился президент Академии военных наук РФ генерал армии М.А. Гареев. С докладом «Факты фальсификаций истории Великой Отечественной войны и пути противодействия политике искажений военной истории России» выступил генерал-полковник В.П. Баранов.

В ходе семинара прозвучали выступления заместителя председателя следственного комитета РФ, генерал-майора юстиции, Героя России С.В. Петрова; руководителя патриотической общественной организации «Сталинградский призыв» Д.Н. Чернихова; кинорежиссера, лауреата российских и международных кинофестивалей А.В. Дутова; участников Великой Отечественной войны: члена президиума МГСВ, председателя совета ветеранов АМО ЗИЛ Колонина С.А.; генерального прокурора Советского Союза А.Я. Сухарева; первого заместителя Московского комитета ветеранов войны, генерал-лейтенанта А.А. Асеева. Послушать боевых офицеров и ветеранов, юристов и журналистов пришли участники российского детско-юношеского движения «Юнармия».

В рамках мероприятия состоялось вручение дипломов Академии военных наук. В числе награжденных: А.И. Бастрыкин, Д.О. Рогозин, М.А. Моисеев, А.В. Картаполов, а также главнокомандующий Сухопутными войсками РФ, генерал-полковник О.Л. Салюков, заместитель директора Федеральной службы войск национальной гвардии РФ, генерал-полковник Л.П. Шевцов, советник директора Федеральной службы войск национальной гвардии РФ генерал-полковник В.П. Баранов и другие руководители.

ДАРЯТ РАДОСТЬ И ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ

Наканун международного Дня пожилых людей, 28 сентября 2018 года, ветеранский актив Бескудниковского района Северного округа Москвы в рамках уникального благотворительного проекта «Добрый автобус» был приглашен в экскурсионную поездку по историческому центру столицы и в музей-заповедник «Царицыно».

Ровно утром новый голубой комфортабельный автобус с панорамными окнами отъехал от здания районного ЦСО с группой ветеранов из 50 человек. Экскурсантам повезло: после проливного дождя выглянуло яркое солнце и это позволило любоваться золотой осенью, старинными зданиями и обновленной после масштабной реконструкции Москвой. Благодаря малой скорости из окна автобуса удавалось не только детально рассмотреть архитектурные красоты нашей столицы, но и сделать хорошие снимки. Впрочем, на фоне автобуса экскурсовод сделал общую фотографию, которую вручали каждому по окончанию поездки.

Экскурсия и все мероприятия в рамках проекта абсолютно бесплатны. Первый сюрприз – женщинам дарят большие треугольные конверты со штампом полевой почты, в которых номер газеты «За Родину» от 8 июня 1942 года и синий шифоновый платок. Мужчины получают в подарок необычные брелоки-талисманы. Затем угощают вкусными пирогами с капустой и картошкой и бутилированной водой.

В 14 часов автобус подъезжает к Царицыно. Разделившись на три группы, ветераны посещают грандиозный дворцовый комплекс, Третий Кавалерский корпус – одно из лучших строений архитектора В. Баженова, поющий фонтан и роскошный парк. Весь день ветераны окружены заботой, вниманием и любовью. Такое путешествие не забудется никогда!

Этот уникальный благотворительный проект Сабины Цветковой, реализуемый при поддержке правительства Москвы стартовал всего год назад - 1 октября в международный День пожилых людей. Тогда на улицы столицы выехал только один «Добрый автобус», но он доставил столько радости пожилым москвичам, получил свыше семи тысяч письменных благодарностей пенсионеров руководству столицы, что сразу сделал его популярным и долгожданным.

Реализацией проекта руководит Департамент транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры города Москвы при содействии Департамента социальной защиты населения и Департамента культуры города Москвы. Благотворительную акцию также поддерживает Синодальный отдел Московского Патриархата по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ. Это позволило с 1 октября текущего года задействовать уже три автобуса, а в 2019 году на линию ежедневно будут выходить 10 автобусов. На бесплатных экскурсиях «Доброго автобуса» на сегодняшний день побывало более 16 тысяч ветеранов войны и труда.

Руководитель проекта «Добрый Автобус» Сабина Цветкова рассказала: «Теперь ежедневно три группы пенсионеров по 50 человек из разных округов города отправляются в поездки по Москве с остановками у музеев, парков, храмов, памятников истории и архитектуры, рекреационных зон.

Число объектов показа постоянно расширяется, недавно к ним присоединились новая смотровая площадка Москва Сити «Панорама 360» и подземные музейные коллекции «Зарядья». Участников экскурсий ожидает много приятных сюрпризов и подарки.

Ветераны Бескудниковского района направили мэру Москвы десятки благодарностей, выложили свои яркие впечатления во всех социальных сетях. Зайдите на сайт «Доброго автобуса», в инстаграм, чтобы разделить их радость и доброе настроение, а записаться на экскурсии можно через территориальные Центры социального обслуживания.

Людмила СМИРНОВА

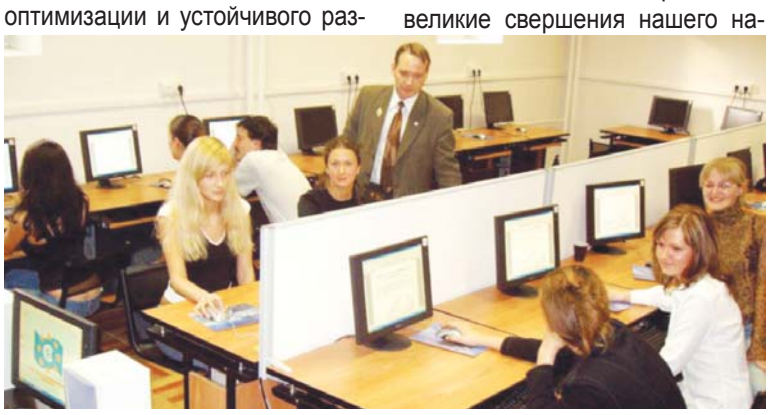
СЛУЖЕНИЕ ИДЕЕ ПАТРИОТИЗМА

О РОЛИ ФИЛОСОФИИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ В ДЕЛЕ ВОСПИТАНИЯ ПАТРИОТИЗМА В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

В становлении и формировании духовной культуры человека философия всегда играла особую роль. Представители этого научного направления во все времена брали на себя функцию изучения проблем бытия человека. Их участие в формировании в сердцах и умах студентов нового мировоззрения, а самое главное – любви к своей Родине, становится сегодня особенно актуальным.

Философия информационной цивилизации, которую я разработал впервые в России, содержит философские обобщения новейших достижений науки, техники и социальной практики. Она является философией XXI века и содержит в себе новое мировоззрение, отвечающие эпохе НТР, так необходимое нашей студенческой молодежи в век глобализации для решения задач устойчивого развития нашего государства.

Много лет я занимался общегосударственным делом приобщения нашего студенчества к новому мировоззрению с помощью лекций по философии информационной цивилизации в виде спецкурса по проблемам оптимизации и устойчивого развития природных и социально-политических систем по приглашениям. Эти лекции я по просьбе ректоров читал в ведущих вузах Москвы: МГУ леса, Дипломатической академии МИД РФ, МГТУ им. Баумана, а также в других вузах России и в странах СНГ. Впервые в философской науке я показал органически взаимосвязанное развитие природы и общества на основе информации. Это вызывало большой интерес у студентов и аспирантов, а воспринятое ими новое мировоззрение способствовало формированию высоких нравственных устоев.



Любовь к Родине, гордость за великие свершения нашего народа является характерной чертой всесторонне развитой личности. В подготовке празднования 75-летия Победы в Великой Отечественной войне патриотическое воспитание является важной составляющей педагогического образования. Патриотизм должен стать объединяющей силой нашего общества, важным фактором воспитания студенчества – будущей элиты нашего Отечества.

Необходимо, чтобы в процессе обучения студенты понимали значимость изучаемой дисциплины с точки зрения интересов своего государства. Преподаватели должны твердо знать, что только системный подход, основанный на философии информационной цивилизации, принесет свои плоды в деле воспитания гражданина-патриота.

К сожалению, после развала Советского Союза молодые преподаватели не получили необходимых навыков в воспитании студентов. Поэтому, на мой взгляд, на уровне ректоров вузов необходимо создавать условия (в виде семинаров, собеседований, круглых столов) для обучения молодых преподавателей профессиональному умению воспитывать студентов так, чтобы это максимально эффективно способствовало формированию личности с лучшими гражданскими и моральными качествами.

Иногда с горечью наблюдаю утрату и искажение исторической памяти, исторического сознания у современной молодежи. Это надо исправлять. Считаю, что философия информационной цивилизации является одним из основных духовных факторов в воспитании, который способен сделать так, чтобы патриотизм, являющийся ценностью высшего порядка, стал личным достоянием каждого студента, школьника, кадета. Необходимо создать в Москве действующий на регулярной основе семинар для преподавателей философии, желающих приобщиться к ведению спецкурса по философии информационной цивилизации как мировоззрения третьего тысячелетия.

С моей точки зрения также следует ввести в программы старших классов школ, гимназий и кадетских корпусов Москвы курс новой философии в сокращенном виде по линии обществознания. Как связующее звено изучаемых в школе дисциплин современная философия важна в деле воспитания старшеклассников. У меня есть опыт преподавания нового мировоззрения в одной из школ Московской области. В течение трех лет с 2004 по 2006 гг. я преподавал спецкурс по философии информационной цивилизации в школе №2 г. Болшево (ныне г. Королев) десятиклассникам с использованием информационных технологий. Ребята с большим интересом познавали новое, с увлечением изучали мой учебник философии, содержащий значительное количество иллюстраций. После окончания школы несколько моих слушателей поступили в МГТУ им. Н.Э. Баумана по специальности информатизация управления.

В заключение следует отметить: новая философия, как методология современной жизнедеятельности, раскрывает движущие силы и огромные возможности информационных технологий, дает новые импульсы для развития государства, что весьма актуально для нашей страны, так как без объединяющих идей патриотизма народ не может двигаться вперед по пути прогресса.

Р.Ф. АБДЕЕВ
почетный академик РАЕН,
профессор

На снимке: *за изучением нового курса философии в компьютерном классе коммерческого Социально-экономического института (Москва, 2004 г.) под руководством преподавателя М.М. Мещерякова.*

ДЕНЬ ЗНАНИЙ В МВА ИМЕНИ К.И. СКРЯБИНА

Первого сентября прошло празднование Дня знаний у главного корпуса Московской ветеринарной академии имени К.И. Скрябина. В парадном строю под звуки марша прошли студенты и преподаватели факультетов ветеринарной медицины, зоотехнологий и агробизнеса, ветеринарно-биологического, товароведения и экспертизы сырья, а также кинологического колледжа.

Право проведения торжественного посвящения первокурсников 2018 года в студенты было предоставлено Виктору Степанишину и Анастасии Шумейко. Под звуки гимна были внесены и установлены знамя академии и государственный флаг Российской Федерации. На почетных местах расположились ветераны Великой Отечественной войны во главе с полковником в отставке А.А. Немировым. Анатолий Алексеевич не только руководитель ветеранской организации МВА, но и знаток истории ветеринарии, с которой он каждый год знакомит студентов-первокурсников.

Ректор академии, и ее выпускник, академик РАН Ф.И. Василевич поздравил всех с Днем знаний и пожелал студентам счастливой жизни и плодотворной учебы. В этот праздничный день для студентов и их родителей прозвучали слова напутствия и от тех, кто уже прошел не только студенческий путь, но и успешно реализовал себя в профессиональной деятельности. Это почетные гости: С.Ю. Пигина, председатель профсоюзного комитета Минсельхоза России, В.А. Багиров директор департамента координации и обеспечения деятельности организаций в сфере сельскохозяйственных наук Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, А.Ю. Пшеничникова, председатель профсоюза работников агропромышленного комплекса города Москвы.

Примечательно, что накануне Дня знаний 31 августа, по церковному календарю отмечался День памяти святых мучеников Флора и Лавра, который по указу Святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Кирилла благословляется считать церковным праздником ветеринарных врачей на канонической территории Русской Православной Церкви. А благодаря указу президента Российской Федерации В.В. Путина от 31 июля 2013 г., 31 августа стал официальным праздником всех ветеринарных врачей нашей огромной страны.

Композицию «Над Россией моей» исполнила лауреат I степени XVI Всероссийского фестиваля «Российская студенческая весна» в номинации «Народная песня», студентка Ангелина Кузина, а композицию «Я шагаю по Москве» Кристина Краснова

С 1973 года Московская ветеринарная академия носит имя Константина Ивановича Скрябина – выдающегося ученого в области паразитологии, Героя Социалистического Труда, кавалера шести орденов «Ленина», трех орденов «Трудового Красного Знамени» и ордена «Красной Звезды».

Право получить символический «студенческий билет» было предоставлено первокурсникам факультета ветеринарной медицины Валерии Воробьевой и Артему Демидову, а символическую «книгу знаний» первокурсникам факультета зоотехнологии и агробизнеса Анне Кувшинниковой и Артемию Лебедеву. Символический ключ из рук ректора академии принял студент 1 курса факультета ветеринарной медицины Антон Горшков. После вручения символов

академии, клятву первокурсника произнесли Владислав Хабаров, Мария Барабанова, Чумаченко Анастасия, Филимонова Валерия, Максим Шешенин.

Ведущие праздника Анастасия и Виктор отметили, что главная задача высшего учебного заведения – готовить молодого человека к самореализации в основных сферах жизнедеятельности: общественно-политической, профессиональной, семейной и духовно-культурной.

После торжественной официальной части наступил кульминационный момент – выступление животных. Открыл программу конноспортивный клуб «ЛАИР» под руководством профессора, заведующего кафедрой И.С. Ларионовой, который представил один из самых зрелищных и экстремальных видов конного спорта – драйвинг. Это состязание спортивных экипажей, в котором спортсмены демонстрируют искусство управления упряжной лошадью. В драйвинге лошадь повинуется только рукам спортсмена. Этот вид конного спорта имеет три классические дисциплины: дрессаж, паркур и марафон. Лошади и спортсмены конно-спортивного клуба «ЛАИР» – неоднократные победители и призеры всероссийских соревнований. В экипаже для дрессажа – абсолютный чемпион и обладатель Кубка России по драйвингу жеребец Косогор под управлением профессора И.С. Ларионовой. В экипаже для марафона вице-чемпион по системе «многоборья» Всероссийского Фестиваля «Рабочая лошадь России» и призер всероссийских соревнований лошадь Бизон.

Затем выступили всадники школы конных искусств «Традиции России». Они продемонстрировали искусство верховой езды и полное доверие между всадником и его четвероногим партнером. Целью школы является возрождение и сохранение конного искусства в России и военно-прикладных видов конного спорта. Главное направление школы – джигитовка, один из ярких и самобытных видов конного искусства.

После выступления всадников, ведущие рассказали, что собака – самый верный и незаменимый спутник человека на протяжении тысячи лет. В мире насчитывается более пятисот пород собак, среди которых и огромные сторожевые псы, и крохотные домашние любимцы. Достижения в дрессуре своих питомцев зрителям представили студенты и сотрудники факультета ветеринарной медицины. Выступление с собаками подготовили кинологи: Мария Сизова, Елена Тюрина, Ярослав Голубев и Татьяна Багирова под руководством директора кинологического колледжа, кандидата сельскохозяйственных наук Ю.М. Мишина. Упражнения по направлению фризби и фристайл демонстрировала спортсмен-кинолог Екатерина Вихрева. А музыкальный кинологический фристайл представили Мария Метелькова и Тори, трехкратные чемпионы мира по аджилити. Зрители аплодисментами поблагодарили наших спортсменов и их замечательных питомцев.

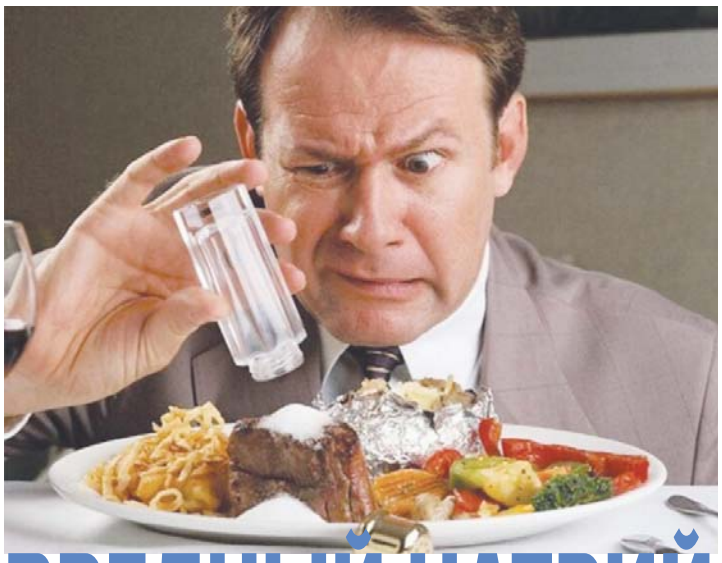
Программу продолжил импровизированный парад животных. Пони! Этот вид карликовых лошадей выведен на островах Корсика, Сицилия, Хоккайдо, Готланд, Исландия и Британия. В мире более 20 пород пони. Пони используют для перевозки грузов, а также в парках и садах для запряжки в легкие прогулочные и детские экипажи и под седлом. Сопровождает пони студент факультета ветеринарной медицины Виктория Мельникова и Марина Мавриди.

Корова! Ее издревле на Руси ласково называли кормилицей и считали полноправным членом крестьянской семьи. Корову костромской породы сопровождают: Никита Балахнин, Лев Кузнецов, Реген Годе. Костромскую породу можно встретить не только в больших фермерских хозяйствах, но и на частном подворье. Шествие продолжили овцы и козы. Затем ведущие объявили благодарность всем участникам, обеспечивающим великолепное зрелище – выступления и парад животных.

Ведущие отметили, что в истории нашей академии есть героические страницы. Многие студенты, сотрудники, профессора и преподаватели добровольцами ушли на фронт Великой Отечественной и локальных войн. Одни из них вернулись в академию, другие отдали свою жизнь за Родину. Их подвиг, их слава живет в сердце каждого. Право возложить цветы к памятнику погибшим героям было предоставлено студентам первого курса: Композицию Журавли исполнил хор, лауреат конкурса-фестиваля среди аграрных вузов России.

День знаний в стенах академии закончился, а это значит, что первокурсники вступили во взрослую студенческую жизнь. Желаем им удачи в учебе и творческих успехов.

Юрий МАРФУТИН
Фото: Ирины Ларионовой



ВРЕДНЫЙ НАТРИЙ

Действительно, избыточного потребления соли лучше избегать: она вредна. Об этом знают многие, но не знают насколько. Например, в США эксперты подсчитали, что, ЕСЛИ ЛЮДИ СТАНУТ ЕСТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ВСЕГО НА 3 ГРАММА СОЛИ МЕНЬШЕ, ЭТО ПОМОЖЕТ ИЗБЕЖАТЬ 92 ТЫСЯЧ ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫХ СМЕРТЕЙ И 100 ТЫСЯЧ ИНФАРКТОВ. И это только в одной стране и в течение одного года!

Но соль – это не только инфаркты, инсульты, повышенное давление и сердечная недостаточность. Недавно японские учёные опубликовали результаты исследования. В ходе него они наблюдали 80 тысяч человек. Оказывается, избыточное потребление солёных продуктов увеличивает риск развития рака на 15%, в первую очередь опухолей желудка, кишечника и лёгких. Но специалисты об этом догадывались уже давно. Более того, эта связь между солью, раком желудка и некоторыми другими болезнями даже попала в официальные документы Всемирной организации здравоохранения. Среди прочих «солёных» заболеваний там отмечают остеопороз, камни в почках, катаракту и сахарный диабет.

В ЧЕМ ОТЛИЧИЕ ПОВАРЕННОЙ СОЛИ ОТ ПИЩЕВОЙ?

Можно ли совсем отказаться от соли при готовке?

Несмотря на то что натрий, содержащийся в соли, жизненно необходим для нашего организма, можно совсем отказаться от использования соли во время приготовления пищи. Это кажется невероятным, но это так. И вот почему:

– натрия содержится достаточно в составе первичных продуктов, из которых мы готовим, – в мясе, овощах, фруктах, крупах и так далее. С ними мы будем получать 0,5-3 г соли в день, и этого вполне достаточно;

– плюс натрий мы всё равно будем дополнительно получать в приличных количествах из готовых продуктов, сделанных промышленным способом. Например, из хлеба, колбасных изделий, полуфабрикатов;

– недостаток натрия грозит только в случае его больших потерь, а в обычной жизни это практически не встречается.

Основные ситуации, которые грозят потерей натрия:

- обильное потоотделение в сильную жару, при долгих и интенсивных физических нагрузках или работе в так называемых горячих цехах (металлурги, например);
- большая потеря жидкости при тяжёлых отравлениях с поносом и рвотой (холера и тяжёлые пищевые отравления, особенно у маленьких детей);
- приём в больших дозах или подолгу некоторых мочегонных препаратов.

ПОЛЕЗНА ЛИ БЕССОЛЕВАЯ ДИЕТА?

Соль и женщины

Раньше считалось, что соль повышает давление, поэтому её употребление негативно действует на сосуды. Но в этом году было опубликовано исследование австралийских учёных, доказывающее, что соль вредит сосудам и сама по себе. Она делает их стенку более плотной, и это мощный фактор развития как гипертонии, так и склероза сосудов.

В 2008 году случайно обнаружили, что у женщин в возрасте избыточное потребление соли приводит к потере кальция, а значит, способствует ослаблению костной ткани, приводя к остеопорозу. Эта болезнь – бич современной цивилизации.

С ней связаны почти все переломы шейки бедра и деформации позвоночника у стариков. Но в прошлом году выяснилось, что соль увеличивает потерю кальция даже у девушек. Это значит, что чем больше они любят солёное, тем у них выше риск развития остеопороза и связанных с ним последствий.

Медики уже давно знают, что есть не просто статистическая взаимосвязь между солёной пищей и раком желудка. Им известен механизм, как соль способствует возникновению этой страшной болезни. Уже точно установлено, что развитию такой злокачественной опухоли способствует особая бактерия хеликобактер пилори. Она присутствует в желудке очень многих людей, способствуя развитию язвенной болезни и гастрита. Но, кроме того, установлено, что у обладателей этой бактерии гораздо выше риск рака желудка. А соль, будучи консервантом, как не покажется странным, развитию этой бактерии только помогает. Благодаря ей хеликобактер становится только активнее и гораздо лучше размножается. Это значит, что любители солёной пищи в своём желудке создают идеальные условия для этой бактерии. Именно поэтому у таких людей повышен риск развития не только гастрита и язвенной болезни, но и рака желудка.

КАК СВЯЗАНЫ ПИЩЕВАЯ СОЛЬ И НАТРИЙ?

На упаковке некоторых продуктов, особенно сделанных крупными международными производителями, на этикетке часто указывают содержание натрия. Это полезная информация. Зная её, можно рассчитать количество соли в продукте. И наоборот, зная дозу соли, можно рассчитать, сколько натрия в продукте.

Подсчитать это просто. Необходимо умножить количество натрия в мг на 2,5, и вы получите содержание соли. Например, если на этикетке указано, что в одной порции продукта содержится 0,4 г натрия (это 400 мг), то нужно 0,4 г × 2,5. Получится 1 г соли. И наоборот, если количество соли в 100 г продукта 2 г, то, разделив эту дозу на 2,5, получится 0,8 г натрия, или 800 мг. При этом нужно знать, что дневная норма потребления натрия – не более 2–2,4 г. В пересчёте на обычную соль это 5–6 г.

Чистота – залог здоровья

Достаточно большое количество женщин и мужчин имеют высокую секрецию кожного сала, в результате чего волосы быстро пачкаются и теряют внешний вид.

Уход за кожей головы, склонной к избыточной секреции сала, должен обязательно включать мытьё головы по мере загрязнения. Самый распространённый тип волос – это сочетание жирной кожи головы и сухих стержней волос. В таких случаях оптимально выбирать шампунь для жирных волос, но после мытья обязательно применять различные восстанавливающие маски, кондиционеры и бальзамы, ухаживающие за стержнем волоса.

Не пренебрегайте применением после мытья кондиционеров и бальзамов – они нейтрализуют щелочное действие шампуней за счёт слабокислой среды.

При выраженной сухости волос необходимы маски с восстанавливающим действием для стержня волоса. Они содержат аминокислоты, протеины и гидролизаты белка, которые уменьшают структурные дефекты стержня волоса и компоненты, улучшающие липидный барьер или покрывающие кутикулу волоса тонкой плёнкой (растительные масла, силиконы и диметиконы).

Выбрать шампунь, который будет подходить именно вам, – задача не из лёгких. А неправильный выбор может способствовать появлению зуда, перхоти и спровоцировать выпадение волос.

ТИПЫ ВОЛОС

Самый распространённый тип – жирная кожа головы. Сразу после мытья волосы выглядят нормально, однако уже к концу первого дня становятся жирными. Такая кожа требует мытья ежедневно или через день, волосы быстро теряют объём и выглядят неопрятно. Вам потребуется шампунь, который содержит в себе микрогубки, которые удаляют жирный блеск с кожи головы.

При нормальной коже головы волосы выглядят чистыми дольше – около 2 дней, голову требуется мыть 2 раза в неделю. В таком случае лучше покупать шампуни, не перенасыщенные питательными компонентами.

Сухая кожа головы – более редкое явление. Мытьё головы требуется 1 раз в 4-5 дней, стержни волос сухие, волосы «разлетаются», плохо укладываются. Необходим питательный шампунь, который увлажнит волосы. Он должен содержать протеины, коллагены, масла, растительные экстракты и витамины.

КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ ГОЛОВУ

Перед тем как помыть голову, нужно расчесать волосы. Это определённое стимулирование волосяных луковиц и поднятие ороговевших частиц, которые после расчёсывания легко смываются водой.

• Волосы лучше мыть тёплой водой, не более 50 градусов.

• Возьмите немного шампуня на ладони, слегка разотрите, после чего вмассируйте в кожу головы – так корни волос лучше снабдятся кислородом. К тому же массаж способствует лучшему кровообращению.

• Шампунь не следует держать на волосах больше 1-2 минут, активные вещества в шампуне начинают действовать мгновенно.

• Смывать шампунь нужно 3-5 минут.

• После того как вымыли волосы и избавились от остатков шампуня, наносим кондиционер.

• Кондиционер на волосах держим 1-2 минуты, затем хорошенько смываем прохладной водой.

• Мокрые волосы не нужно тереть полотенцем, достаточно их просто промокнуть.

6 РАСПРОСТРАНЁННЫХ МИФОВ О ШАМПУНЕ

1. Качественные шампуни должны хорошо пениться. Это неправда. Многие лечебные шампуни пенятся плохо из-за своего специфического состава. Обилие пены не говорит о том, что средство хорошо очищает, это говорит о том, что в составе большое количество поверхностно-активных веществ – ПАВов.

2. Шампунь является всего лишь средством гигиены. Цель применения шампуня – облегчить смывание с поверхности кожи головы сального секрета, частичек грязи, отшелушившихся клеточек кожи. Не стоит ожидать от шампуня что он уменьшит выпадение и способствует росту волос.

3. Каждый день мыть голову вредно. Мыть голову нужно по мере загрязнения. У некоторых людей кожа головы пачкается очень быстро сама по себе, у кого-то загрязняется от спортивных занятий или лака для волос.

4. Шампунь 2 в 1 может заменить шампунь и кондиционер по отдельности. Шампунь 2 в 1 создан для экспресс-ухода на случай чрезвычайной ситуации. Поскольку у шампуня и кондиционера разный уровень кислотности, смешивать их не рекомендуют. Так, шампунь, очищая, открывает структуру волоса, а кондиционер закрывает. Поэтому шампуни и кондиционеры советуют применять по отдельности.

5. Шампунь нужно наносить на всю длину волос. Это самый распространённый миф. На самом деле шампунь нужно наносить только на корни волос и аккуратно массировать голову подушечками пальцев. Дальше просто смываем пену.

6. Шампунь нужно менять. В том случае, если шампунь вам подходит, менять его не стоит. Поменять шампунь можно если вы сменили цвет или появилась перхоть.

ИЗМЕНЕНИЯ КОЖИ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ

Стандартные заболевания и их лечение

Нездоровый цвет лица, сухость и вялость кожных покровов, гиперпигментация, или т.н. «возрастные пятна», морщины, разнообразные высыпания – все эти проблемы с кожей очень хорошо знакомы людям старшего возраста. Повышенная ранимость кожного покрова у пожилых людей способствует «неожиданному» появлению синяков и мелких кровоизлияний. С годами структура кожи сильно меняется из-за определенных возрастных проблем со здоровьем и напрямую зависит от функционального состояния гормональной системы и работы внутренних органов.

Конечно, возрастные дефекты кожи могут быть исправлены с помощью грамотного гигиенического ухода и правильно подобранных косметических процедур, но если вы обнаружили на себе какой-то явный «нарост» или резко увеличившуюся родинку, стоит сходить на прием к дерматологу и, возможно,сделать биопсию, чтобы не упустить злокачественный процесс. Дело в том, что у многих людей рак кожи развивается как раз в возрасте около 65 лет, причем этому особенно способствует воздействие ультрафиолетовых лучей. Известно, что состояние кожи зависит от многих факторов: от образа жизни, питания, работы кишечника (склонность к запорам способствует ухудшению состояния кожи), от наследственности и аллергической настроенности, от вредных привычек (курение, употребление крепкого алкоголя даже в небольших количествах). Патологические проявления могут быть разнообразными, но в первую очередь это высыпания и кожный зуд, который является наиболее частой жалобой у лиц пожилого возраста.

Зуд бывает локализованным (местным) и генерализованным (общим). Появление местного зуда чаще всего связано с повышенной сухостью кожи и воспалительным процессом (дерматит). Причинами общего зуда могут быть слишком частое (больше 1 раза в неделю) мытье кожи и волос с мылом и другими моющими средствами; длительное пребывание в перегретом помещении при низкой влажности воздуха, а также резкие перепады температуры и влажности в помещении и на улице. Естественно, что при проблемах с кожей логично обратиться к дерматологу. К сожалению, врачи-специалисты чаще всего назначают в таких случаях кортикостероидные препараты. Антигистаминные препараты («Тавегил», «Супрастин», «Пипольфен», «Зиртек», «Фенистил» и пр.) тоже применяются, притом многие из этих средств обладают выраженным седативным эффектом, что далеко не всегда желательно. Плюс еще для усиления их действия используются препараты кальция и мягкие антидепрессанты. Все эти препараты имеют немало побочных действий и вызывают лекарственную зависимость. Вместо всего этого «арсенала» можно рекомендовать **гомеопатический комплекс ЧИСТЕЛ ЭДАС-110 капли (ЭДАС-910 гранулы)**. Препарат поможет снять «старческий» зуд и разнообразные кожные высыпания, облегчить течение сухой и мокнущей экземы, а также снизить повышенное ороговение кожи (гиперкератоз) ладоней и подошв. Средство помогает справиться также с бородавками и трофическими язвами, повышенной сухостью слизистых оболочек и кожи; снижает ломкость ногтей и выпадение волосков с бровей и ресниц, делает менее выраженными пигментные пятна. При сопутствующем аллергическом компоненте (поллинозе или сыпи типа крапивницы с кожным зудом.) рекомендуется принимать также **АЛЛЕРГОПЕНТ ЭДАС-130 капли (ЭДАС-930 гранулы)**. Для снижения воспалительных проявлений на коже рекомендуется наружное применение **мази САНОДЕРМ ЭДАС-202**, которая помогает справиться не только с высыпаниями (в том числе инфицированными из-за расчесов), но и способствует снижению ощущения кожного зуда.

Еще одна проблема – появление с возрастом кожных новообразований в виде старческих бородавок, которые дерматологи называют возрастными кератомами. Причины их появления полностью не изучены, но доказано, что они не имеют ничего общего с настоящими бородавками, которые спровоцированы вирусом папилломы человека. То есть природа возрастных кератом не инфекционная, они возникают вследствие возрастных изменений в эпидермисе кожи на любых участках тела – на руках, ногах, груди, спине, лице. Эти образования расцениваются специалистами как доброкачественные формы предрака, поэтому при их появлении нужно пройти обследование у специалиста и лечиться под контролем врача. Обычно для лечения старческих кератом применяются высокие дозы аскорбиновой кислоты, что небезопасно и грозит обострением гастрита и образованием почечных камней. Используются также гормональные мази, которые замедляют рост патологических клеток. Такие мази должны применяться в ограниченный промежуток времени, иначе могут присоединиться неблагоприятные изменения в коже и в эндокринной системе. Снизить дозировки таких лекарств поможет введение в курс лечения **препарата ЧАГАЛЮКС**, который обладает противоопухолевой активностью.

К сожалению, вылечить подобные кожные заболевания достаточно сложно – ведь причиной патологических изменений могут быть и различные соматические заболевания:

- нарушения функций щитовидной железы;
- сахарный диабет II типа;
- гепатит и цирроз печени;
- холецистит, камни в желчных протоках и просто банальный холестаз (нарушение отделения желчи при погрешностях в питании);
- гастродуоденит и панкреатит, дисфункции кишечника;
- хроническая почечная недостаточность;
- железодефицитная анемия;
- ревматоидный артрит и еще многие заболевания.

Если состояние кожи ухудшилось на фоне этих заболеваний – необходимо, конечно, в первую очередь обратиться к врачу для диагностики и назначения лечения. Но для того, чтобы облегчить состояние кожи, врачи-гомеопаты рекомендуют сразу начать прием **комплексов ЧИСТЕЛ ЭДАС-110 капли (ЭДАС-910 гранулы) и/или АЛЛЕРГОПЕНТ ЭДАС-130 капли (ЭДАС-930 гранулы)** и дополнительно использовать гомеопатические мази.

Правильное питание тоже очень важно для поддержания кожи в здоровом состоянии – еда должна быть такой, чтобы не было запоров и шлаковых «завалов» в кишечнике. Необходимо также выпивать достаточное количество обычной воды – не менее 1,5-2 литров в день. Если нездоровое состояние кожи связано с заболеваниями ЖКТ, необходимо в курс лечения ввести препараты, которые помогут нормализовать состояние желудка, пищеварительных желез и кишечника. **КАЛИРИС**

ЭДАС-114 капли и ГАСТРОПАН ЭДАС-954 гранулы способствуют нормализации кислотности желудочного сока, помогают избавиться от болевого синдрома, изжоги и отрыжки, чувства «распирания» и дискомфорта в эпигастральной (поджелудочной) области, а последний препарат особенно эффективен в случаях, когда язвенная болезнь вызвана заселением желудка Helycobacter pylori. При запорах неоценимую помощь может оказать **гомеопатический комплексный препарат ДЕФЕКОЛ ЭДАС-124 капли (ЭДАС-924 гранулы)**. При геморрое (расширение сосудов венозного сплетения прямой кишки), который часто наблюдается у людей пожилого возраста, страдающих запорами, рекомендуется сочетать прием вышеназванного препарата с **гомеопатическим комплексным лекарственным средством ВЕНОМИЛ ЭДАС-120 капли (ЭДС-920 гранулы)**.

Правильный режим жизни, регулярное и полноценное питание, посильные занятия физкультурой и спортом уменьшают неблагоприятные возрастные проявления со стороны кожи. Большое значение имеет и разумный косметический уход. «Возрастная» кожа раздражается от холодной и жесткой воды, щелочных мыл и жестких полотенец, поэтому умываться достаточно один раз в день (лучше вечером), а после водных процедур применять смягчающие кремы «Ланолиновый», «Миндальный», «Спермацетовый» и использовать очень мягкие полотенца и салфетки.

ПОМОГИТЕ СЕБЕ И ДРУГИМ ВОССТАНОВИТЬ И СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

ЭДАС

АКЦИЯ
100 ЛЕТ НЕ ПРЕДЕЛ

ДЕЙСТВУЕТ ТОЛЬКО ДЛЯ ЧЛЕНОВ КЛУБОВ ЗДОРОВЬЯ «ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР»

ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЛИ УЧАСТИЮ В КЛУБАХ ОБРАЩАТЬСЯ В ПЕРВИЧНЫЕ И РАЙОННЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ МГСВ

ИНФОРМАЦИЯ О ВСТУПЛЕНИИ В ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ ПЕНСИОНЕРОВ «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

8-800-333-55-84, 8-800-707-33-83, +7 (499) 236-82-10

НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА В АПТЕКЕ «ЭДАС»
www.edas.ru

Москва, ул. Большая Серпуховская, д. 10/9
рядом метро «Добрынинская» или «Серпуховская»

ЦЕНЫ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ СО СКИДКАМИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ.
ДЛЯ ВСЕХ БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ВРАЧЕЙ (ПО ЗАПИСИ)

КОГДА ЛУЧШЕ САЖАТЬ?

Осень считается наиболее удачным временем для приобретения саженцев. Однако не все плодовые и ягодные культуры нужно сразу же определять на постоянное место жительства в саду.

Время посадки саженцев зависит от климатических условий и микроклимата данного участка, а также от биологических особенностей растений.

В средней полосе нашей страны осенью желательно посадить зимостойкие сорта яблони и груши, ягодные кустарники – красную, белую и черную смородину, крыжовник, малину, ежевику, черноплодную рябину, калину, рябину, шиповник, жимолость, многие декоративные кустарники.

Саженцы слабозимостойких сортов яблони и груши, а также все косточковые культуры – сливу, вишню, черешню, алычу, абрикос, лучше сажать ранней весной, чтобы избежать подмерзания, особенно при раннем наступлении морозов без снега.

Растения, оставленные для весенней посадки, следует прикопать. Лучшее место – северный склон, где долго не тает снег. Снежная защита – слоем около 30 см – наиболее благоприятна для растений. На ровном участке вокруг прикопа желательно сделать канавки для оттока воды. В немного наклонную траншею глубиной около 40 см укладывают саженцы, корни и основания штамбов присыпают землей слоем не более 10 см. Прикоп поливают, добиваясь умеренно влажной почвы, на оголяющиеся корни подсыпают грунт. Поздней осенью саженцы обкладывают лапником для утепления и защиты от мышей. Предохранить деревца от грызунов помогают колючие ветки кустарников.

ЛИЛИИ, ЦВЕТУЩИЕ ЗИМОЙ

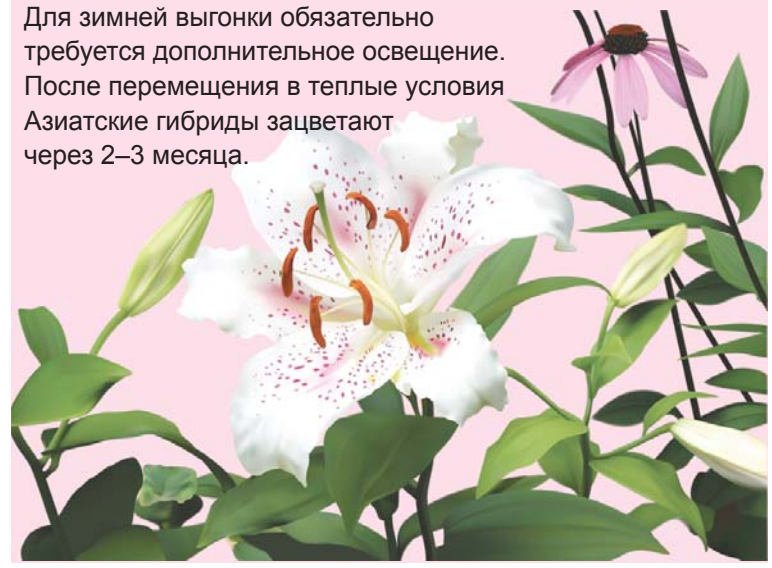
Для выгонки пригодны многие культуры, в том числе и роскошные лилии. Попробуйте добиться зимнего цветения этих садовых растений.

Наиболее удобными и простыми для выгонки считают Азиатские гибриды, также пригодны Трубчатые, Восточные и Длинноцветковые гибриды лилии.

Луковицы из собственного сада выкапывают в конце сентября – начале октября. Покупные луковицы, как правило, к зиме уже пройдут необходимый период охлаждения, и останется лишь посадить их.

Выдерживают луковицы при температуре 1–6° не менее 6–7 недель. Охлаждение проводят двумя способами. В первом случае луковицы укладывают в полиэтиленовый пакет или стеклянную банку, коробку, выстланную полиэтиленом, пересыпают чуть влажным торфом или опилками. Во втором – сразу же высаживают в подходящий контейнер для выгонки. Контейнер заполняют земляной смесью из дерновой земли, перегноя, крупнозернистого песка и торфа, на дно кладут кусочки кирпича или битые черепки для лучшего стока воды. Затем емкости помещают в холодильник (в подвал, на застекленный балкон), где температура держится в пределах 1–6°. Если после окончания этого срока луковицы не высаживают, желательно переместить их в более прохладное место с температурой около 0°.

После появления всходов необходима температура не выше 16–18°, чтобы растения не вытягивались. Для зимней выгонки обязательно требуется дополнительное освещение. После перемещения в теплые условия Азиатские гибриды зацветают через 2–3 месяца.



КОМНАТНЫЙ БАМБУК

На самом деле бамбук в домашних условиях не выращивают, а вот стебли драцены Сандера, больно на него похожие, очень даже.

Побеги оказываются очень живучими, причем растят их в домашних условиях совершенно без почвы. Уход за комнатным бамбуком очень прост Особенности ухода за комнатным бамбуком в воде:

- Заглублять нижние концы нужно на 1-2 см.
- Воду менять еженедельно.
- Раз в месяц добавлять жидкую подкормку.
- Избегать яркого света.

После появления корней растение можно смело высадить в почву. Необходимо использовать легкий субстрат и устроить хороший дренажный слой. Драцена Сандера нуждается в хорошо увлажненной почве, частом опрыскивании и тепле. К солнечным лучам ее необходимо приучать постепенно.

ЮРИДИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

В ПОМЕЩЕНИИ МОСКОВСКОГО ГОРОДСКОГО СОВЕТА ВЕТЕРАНОВ

ПРОВОДИТ ЮРИСТ МОЛОВА ЛЕНА АУЕСОВНА

8 (495) 699 96 73

по адресу:
127006, Москва, ул. Малая Дмитровка, дом 2

Распространяется бесплатно

Газета «Московский ветеран»
Учредитель – Московская городская общественная организация пенсионеров, ветеранов войны, труда, Вооруженных Сил, правоохранительных органов

Главный редактор А.А. КЛИМОВА

Редакционный совет:
Акчурин Р.С. Карнаухов С.В.
Харьков И.С. Смирнов В.В.
Нуждин Л.Г. Балабин В.П.
Докучаев А.И. Синявская Л.М.

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

Газета отпечатана в ОАО «ПФОП «Волоколамская типография» г. Волоколамск, ул. Парковая, 9.
Заказ № 3012-18. Первый завод 10 000 экз.
Подписано по графику 9.10.2018 Подписано в печать 9.10.2018

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