МОСКОВСКИЙ ВЕТЕРАН

Издается с 1 октября 1994 года, 10 февраля 2019 г. № 4 (684)

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

ЗАСЕДАНИЕ ПРЕЗИДИУМА МГСВ

31 января 2019 года под председательством В.И. Долгих состоялось заседание Президиума Московского городского совета ветеранов.

О работе региональной общественной организации «Объединение ветеранов военных комиссариатов города Москвы» рассказал ее председатель М.М. Сорокин.

Организация была создана пять лет тому назад. Она объединяет ветеранов 31 районных военных комиссариатов города Москвы. На пенсионном обслуживании состоит более 97 тысяч офицеров, в том числе более трех тысяч генералов, из которых 835 являются инспекторами и состоят в штате военкомата. Состоит на учете участников Великой Отечественной войны 1088 человек и боевых действий 12 342 человека.

Объединение ветеранов военных комиссариатов ведет работу по трем основным направлениям: оказание социальной поддержки, увековечение памяти москвичей, защищавших столицу и воевавших на фронтах Великой Отечественной войны, патриотическое воспитание молодежи. Осуществляется подготовка к изданию двадцать второго тома книги Памяти.

Организация проводит встречи участников Великой Отечественной войны, боевых действий, ветеранов военной службы с допризывной и призывной молодежью столицы во время торжественных мероприятий, посвященных Дню Победы, праздничным и памятным дням России. Члены организации принимают участие в общегородских мемориально-патронатных акциях с возложением цветов к памятникам и захоронениям выдающихся государственных и общественных деятелей, военачальников.

Председатель региональной общественной организации «Объединение ветеранов военных комиссариатов города Москвы» М.М. Сорокин.

Проводятся беседы, уроки мужества с учащимися средних школ с целью повышения гражданской сознательности по исполнению конституционного долга по защите Отечества, военно-научные конференции. Члены ветеранской организации принимают участие в работе призывных комиссий, торжественной отправке призывников в войска, участвуют совместно с администрацией города и СМИ в проведении общегородского Дня призывника.

О работе первичной ветеранской организации Перовского райвоенкомата ВАО рассказал ее председатель Е.П. Шкурко.

О взаимодействии с объединением ветеранов военных комиссариатов города Москвы и его структурными подразделениями рассказали выступившие на заседании Президиума: председатель совета ветеранов ЗАО В.А. Скрябин, председатель московского отделения «ДОСААФ России» В.И. Ниниченко, председатель общественной комиссии МГСВ по увековечению памяти защитников Отечества В.В. Бакшеев и другие руководители.

Председатель МГСВ Долгих В.И. в своем выступлении призвал более эффективно использовать в ветеранской работе, патриотическом воспитании подрастающего поколения и решении других задач кадровый, профессиональный, интеллектуальный потенциал членов объединения ветеранов военных комиссариатов города Москвы. Необходимо укреплять взаимодействие между ветеранскими организациями округов и районов с военными комиссариатами, ввести их представителей в актив окружных и районных организаций. Ветераны военных комиссариатов города Москвы это кадровый резерв, который должен стать надежным подспорьем в работе советов ветеранов всех уровней.

В Постановлении Президиума МГСВ отмечается необходимость оказывать постоянную помощь региональной общественной организации «Объединение ветеранов военных комиссариатов города Москвы» в подготовке и проведении мероприятий с участием ветеранов военной службы, особенно по вопросам патриотического воспитания и призыва молодежи на военную службу. Советам всех уровней необходимо осуществлять более тесное взаимодействие с данной организацией в целом и особенно в связи с подготовкой к 75-летию Победы.

О проведении общегородского фестиваля художественного творчества ветеранов и членов их семей под девизом «Победа в сердцах поколений», посвященного 75-й годовщине Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг. членам Президиума доложил руководитель отдела МГСВ по работе с молодежью И.С. Харьков.

Основная цель фестиваля – широкая популяризация богатейшего духовного наследия творчества старшего поколения москвичей. Мероприятия фестиваля должны художественными средствами отразить величие подвига защитников Отечества, способствовать героико-патриотическому и духовно-нравственному воспитанию молодежи на славных традициях фронтовиков и тружеников тыла.

Члены Президиума утвердили Положение о фестивале, состав оргкомитета и жюри.

Артур ОРЛОВ

ВЫЕЗДНОЕ ЗАСЕДАНИЕ СОСТОЯЛОСЬ

30 января 2019 года на базе музея истории профессионального образования города Москвы состоялось выездное заседание общественных комиссий МГСВ по патриотическому воспитанию молодежи и увековечению памяти защитников Отечества.

В заседании приняли участие: первый заместитель председателя МГСВ Акчурин Р.С.; главный специалист отдела МГСВ по работе с молодежью Костюченко С.Н.; представитель Всероссийского совета ветеранов Куваев А.А.; ветеран Великой Отечественной войны Калгашкина В.В.; руководитель музея школы № 1476 Золотарев П.М., а также представители Центра патриотического воспитания и школьного спорта и клуба «Связь поколений» ветеранов педагогического труда.

Перед началом заседания для его участников была проведена экскурсия по музею истории профессионального образования города Москвы руководителем этого музея Н.Н. Геращенко. Во время экскурсии демонстрировались документальные фильмы. При помощи новейших технологий и интерактивного оборудования мы увидели удивительный мир зарождения и развития профессионального образования, объединяющий прошлое, настоящее и будущее.

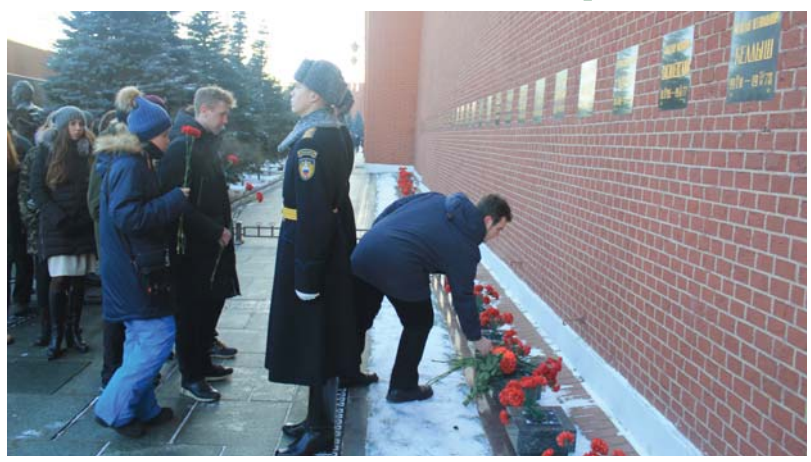
Заседание открыл председатель комиссии МГСВ по патриотическому воспитанию молодежи А.С. Астапов. С докладом на тему: «Об организаторской работе комиссий по выполнению Постановления Пленума Московского городского совета ветеранов от 18 октября 2018 года по подготовке и достойному празднованию 75-летия Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.» выступил первый заместитель председателя Московского городского совета ветеранов Р.С. Акчурин.

Выступили Золотарев П.М., Козлова Л.К., Калгашкина В.В., Бакшеев В.В. и другие. По итогам совместного заседания приняты рекомендации комиссиям окружных и районных советов ветеранов по патриотическому воспитанию молодежи и увековечению памяти защитников Отечества

Т.С. КОЗЛОВА

ПАМЯТИ Г.К. ЖУКОВА ПОСВЯЩАЕТСЯ

В день 122-летие со дня рождения маршала Г.К. Жукова по приглашению военнослужащих президентского полка ФСО РФ, актив совета музея боевой славы и ученики 11 Б (руководитель Горюнкова Л.И.) и 9 В (руководитель Бронников А.В.) классов школы №1739 приняли участие в памятном мероприятии.



Наряду с другими гостями юные зеленоградцы возложили цветы к памятнику Г.К. Жукову перед Историческим музеем и к захоронению великого полководца у Кремлевской стены, почтили память знаменитого полководца и на встрече в здании Арсенала Кремля, узнали интересные факты из его биографии.

Еще до Великой Отечественной войны Георгий Константинович был известен как мастер наступления. После разгрома японцев на Халхин-Голе в 1939 году, он в одночасье стал самым популярным командующим. Пришедшая слава не вскружила ему голову, но придала уверенности и вдохновила на дальнейшие победы. Звездный час пришел в декабре 1941 года в дни начала контрнаступления в битве за Москву. И в последующие годы войны полководец проявлял волю и мужество, твердость и настойчивость в отстаивании собственных решений. В 1952 году стране потребовалась глобальная смена военной доктрины, и Жуков внес огромный вклад в военное развитие.

На мероприятии в клубе военнослужащих президентского полка был показан документальный фильм, посвященный Георгию Константиновичу. Среди выступающих были председатель Комитета памяти Маршала Советского Союза Г. К. Жукова Алексей Павликов, внук Г.К. Жукова Кирилл Ерохин и многие другие. После мероприятия школьники поделились своими впечатлениями и рассказали, что расширили свои знания о советском герое и по-новому взглянули на его судьбу.

Лилианна ЛЯПИНА

«НОВГОРОД. ХРОНИКА ОСВОБОЖДЕНИЯ»

16 января 2019 года в Центральном музее Великой Отечественной войны на Поклонной горе состоялась торжественная церемония открытия выставки, посвященной 75-летию освобождения города Новгорода от немецко-фашистских захватчиков.

В открытии выставки приняли участие: директор музея Школьник А.Я; делегация из Новгородской области: губернатор Никитин А.С., министр культуры Новгородской области Вербило В.К., директор Новгородского государственного объединенного музея-заповедника Григорьева Н.В., старший научный сотрудник Егорова С.П. и другие, а также научный директор Российского военно-исторического общества Мягков М.Ю., участники и ветераны войны, ветераны труда и военной службы, юнармейцы, кадеты школы № 1205, представители СМИ.

На открытии выставки М.Ю. Мягков сказал: «Открытие выставки, посвященной освобождению Великого Новгорода – большое событие в истории культуры и жизни нашей страны. Новгород это колыбель нашего государства и его форпост. Он неоднократно сдерживал агрессоров, пытавшихся завоевать нашу землю и поработить людей. Освобождение Новгорода – важнейшее звено в полном снятии блокады Ленинграда».

В создании выставочной экспозиции приняли участие: Центральный музей Великой Отечественной войны, Государственный архив новейшей истории Новгородской области, Новгородский государственный объединенный музей-заповедник, Российское военно-историческое общество.

Выставка включает в себя более 150 экспонатов, в числе которых живопись, графика, скульптура, трофейные фото, фотографии и личные вещи командующего Волховским фронтом генерала армии К.А. Мерецкого, командующего войсками Ленинградского фронта генерала армии Л.А. Говорова, командующего 59-й армией генерал-лейтенанта И.Т. Коровникова. Можно увидеть документы, рассказывающие о Герое Советского Союза, младшем политруке танковой роты А.К. Панкратове, который первым в истории Великой Отечественной войны закрыл своим телом вражеский пулемет, о Герое Советского Союза А.П. Маресьеве, который воевал в составе 67-го истребительного авиаполка в Новгородской области и самолет которого 5 апреля 1942 года в воздушном бою над Демянским плацдармом был подбит. 16 суток Маресьев ползком, с обмороженными ногами, пробирался к линии фронта. Едва живого его обнаружили в лесу жители деревни Плав Валдайского района Новгородской области. В госпитале Маресьеву ампутировали голени обеих ног. Летчик упорно тренировался, чтобы научиться ходить на протезах. Вернулся на фронт в июне 1943 года и с ампутированными ногами сбил семь самолетов противника. За время войны совершил 86 боевых вылетов, сбил 11 самолетов врага.

Экскурсовод Федор Мягков рассказал о событиях, связанных с началом войны и оборонительными боями Красной Армии за город, о периоде 883-х дней оккупации, во время которой 166 тысяч жителей было угнано в Германию, 185 тысяч погибли в концлагерях. 15 тысячах воинов пало в бою при освобождении Новгорода. Также он рассказал о деятельности партизан на территории Новгородской области (партизанское соединение насчитывало 13 бригад общей численностью 35 тысяч человек) и в частности о Герое Советского Союза Лене Голикове, о командирах и бойцах Волховского фронта освободивших Новгород 20 января 1944 года и водрузивших Красное знамя над Новгородским Кремлём.

Выставочный проект «Новгород. Хроника освобождения» направлен на сохранение памяти о подвигах советских солдат и жителей Новгорода, защищавших город, и призван донести до посетителей историческую правду об одном из важнейших эпизодов Великой Отечественной войны.

Михаил МОЛЧАНОВ

ПОМНИТЬ ИМЕНА ГЕРОЕВ

Январское заседание коллегии Префектуры ЮВАО было чуть ли не целиком посвящено презентации книги «Память для всех поколений», изданной окружным советом ветеранов, при поддержке префектуры и в содружестве с издательством «Наука».

Эта книга – частичка большой ратной летописи нашей Отчизны. Летопись писал многонациональный народ еще Российской империи, а потом и Советского Союза, который защищал страну от врагов, укреплял ее могущество трудовыми подвигами. В книге рассказывается о великих полководцах прошлых веков, Героях Советского Союза, полных кавалерах ордена Славы, рядовых солдатах, жителях нашего округа, которые отдали свои жизни на полях сражений за сегодняшнее мирное небо, за процветание нашей страны. Память о них увековечена в граните и мраморе, в названиях улиц Юго-Восточного административного округа г. Москвы.

На заседание коллегии были приглашены: председатель комиссии по увековечению памяти защитников Отечества МГСВ В.В. Бакшеев., руководитель методического кабинета МГСВ Г.А. Попова и другие товарищи. С вступительным словом к присутствующим обратился председатель совета ветеранов ЮВАО О.И. Щербаков. С основным докладом выступил В.Г. Пронин. Он отметил, что книга, выпущенная окружной ветеранской организацией по счету уже седьмая. Цель книги – сохранить память о подвигах жителей округа на полях сражений во время Великой Отечественной войны 1941-1945 годов. В книгу вошли описания и изображения памятников великим полководцам и 76 мемориальных досок Героям Советского Союза.

В своем докладе В.Г. Пронин остановился на именах и воинском пути героев, боевой путь которых был малоизвестен до издания книги «Память для всех поколений». К примеру, на фасаде дома №10 на Красноказарменной улице (Лефортово) была установлена мемориальная доска в память о герое Советского Союза, генерал-лейтенанте авиации Голубеве В.Ф. Первый боевой вылет лейтенант Голубев совершил в 4 часа утра 22 июня 1941 года на самолете И-16. За годы войны Василий Федорович не раз сбивал самолеты противника. Сбивали и его. В октябре 1942 г. летчик был удостоен звания Героя Советского Союза. К маю 1945 года подполковник Голубев совершил 589 боевых вылетов, в 133 воздушных боях уничтожил 39 самолетов противника лично и в группе. В 1976 году в звании генерал-лейтенанта он ушел в отставку. Голубев В.Ф. удостоен звания Героя Советского Союза, кавалера двух орденов «Ленина», семи орденов «Красного Знамени», двух орденов «Отечественной войны» 1 степени, двух орденов «Красной Звезды», многочисленных медалей и зарубежных наград. До 2001 г. был руководителем секции Героев. Скончался на 89 году жизни.

В.Г. Пронин рассказал еще одну боевую историю о Герое Советского Союза и Национальном Герое Италии Федоре Андриановиче Полетаеве, погибшем во время Великой Отечественной войны. Федор Полетаев воевал в 28-артиллерийском полку 9-й стрелковой дивизии. Он был участником битвы под Москвой. После тяжелого ранения оказался в плену, потом были концлагеря в Польше, Югославии. Трижды пытался бежать из плена, но каждый раз его ловили, нещадно истязали и вновь бросали за колючую проволоку. Последним оказался лагерь для военнопленных близ итальянского города Александрия. В ночь на 7 ноября 1944 года ему удалось совершить побег, он попал в штаб партизанской дивизии «Пинан Чикеро» в отряд Нино Франки. Писарь, внесший Федора в списки личного состава, записал его фамилию на слух как Федор Поэтан. С этой фамилией он и вошел в историю освободительного движения Италии.

Погиб Федор Полетаев 2 февраля 1945 года в бою с фашистскими карателями, расстреляв их неожиданно из пулемета в упор и тем спас товарищей. 26 декабрям 1962 года за героизм и мужество, проявленное в боях против немецко-фашистских захватчиков в составе отряда итальянских партизан, рядовому Красной Армии посмертно было присвоено звание Героя Советского Союза. Ему было установлено 4 памятника: в Италии – в Канталупо и Генуе; в Рязани – в селе Катино; в Москве на одноименной улице.

В книге есть раздел: памятники не вернувшимся с войны. Они установлены на 21 предприятиях ЮВАО. А также братские захоронения на Введенском, Люблинском и Рогожском кладбищах.

В заключение презентации выступил Префект ЮВАО А.В. Цыбин. Он сказал, что имена героев носят школы и колледжи. В этом смысле Юго-Восточный округ буквально дышит ратной историей страны. И сейчас, спустя 73 года после Великой Победы над фашизмом, появляются новые мемориальные комплексы и памятники. К примеру, Аллея Героев в сквере Героя Советского Союза Федора Полетаева в Рязанском районе. Все это служит делу патриотического воспитания юного поколения.

Немалый вклад в это вносят ветеранские организации во главе с окружным советом.

Т.Р. ТИТОВА
председатель комиссии по увековечению памяти защитников Отечества

ВЕТЕРАНСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАО РАСТЕТ

30 января совет ветеранов Западного округа под председательством генерал-лейтенанта В.А. Скрябина провел заседание Президиума *(на снимке)*, на котором обсуждалось состояние численного состава ветеранских организаций. Были поставлены задачи по укреплению структуры и росту рядов в 2019 году.

На заседании присутствовало 25 членов Президиума, председатель ревизионной комиссии, а также приглашенный актив. Председатель совета ветеранов ЗАО В.А. Скрябин сказал слова благодарности в адрес мэра Москвы С.С. Собянина и руководителей округа за предоставленное новое просторное помещение для работы окружной ветеранской организации. Он поздравил пресс-секретаря окружной ветеранской организации Яну Капитонову с днем рождения, поблагодарил за работу, вручил подарки и цветы.

С докладом «О состоянии численного состава ветеранских организаций ЗАО на 1 января 2019 года и задачах по укреплению структуры и росту рядов организаций округа в 2019 году» выступил первый заместитель председателя совета ветеранов Западного округа Ю.В. Трошин. В составе ветеранской организации ЗАО работают 124 территориальных первичных организаций общей численностью 58 660 человек; 6 ветеранских организаций предприятий и учреждений численностью 4914 человек; 5 ветеранских организаций высших учебных заведений ЗАО численностью 3105 человек; 3 коллективных члена («Жители блокадного Ленинграда», ветераны афганской войны, ветераны «Подразделения особого риска»), общей численностью 3116 человек. Все они работают в 13-ти районных ветеранских организациях, общей численностью 69 795 человек. В прошлом году в состав ветеранской организации ЗАО вошли: «Специальный летный отряд (СЛО) «Россия» аэропорта Внуково и ветеранская организация Российской Академии народного хозяйства и государственной службы.

Таким образом, общая численность ветеранской организации не уменьшилась к уровню 2017 года, а увеличилась.

По объективным причинам сократилась численность ветеранов таких категорий, как: ветераны Великой Отечественной войны 1941-1945 гг., ветераны труда. Вместе с тем, растет численность ветеранов боевых действий и военной службы, пенсионеров. Если в прошлом году 100-летний юбилей отметили 70 ветеранов, то в 2019 году таких юбиляров будет 80 человек.

Необходимым условием роста рядов должно быть наличие заинтересованности пенсионеров. Сегодня каждый третий пенсионер округа вовлечен в работу ветеранской организации. Ветеранский актив насчитывает около 2000 человек. Очень много в решении поставленных вопросов зависит от роли руководителя-организатора районного совета. Это крепкий, работоспособный, умный, инициативный коллектив руководителей районного звена. Работа по увеличению рядов ветеранской организации требует новых форм и подходов.

Итогом заседания президиума стало вручение наград ветеранскому активу окружного совета.

Яна КАПИТОНОВА
пресс-секретарь совета ветеранов ЗАО

СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ

26 января 2019 года в канун 75-летней годовщины полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады в московской библиотеке № 38 САО состоялся межрайонный шахматный турнир «Связь поколений» для пенсионеров, школьников и студентов, посвященный великому подвигу жителей и защитников города-героя на Неве.

Мероприятие такого формата проводилось в районе впервые и потому его организаторы – совет ветеранов Бескудниковского района САО, Управа района, ТЦСО «Бескудниково», молодежная общественная палата, участники проекта «Московское долголетие» готовились к нему задолго и основательно. По телефонам и через социальные сети пригласили любителей шахмат на турнир, в читальном зале сумели удобно разместить 20 столов с шахматами и часами, смонтировали стенды, рассказывающие о беспримерном подвиге ленинградцев и защитников города. Учитывая, что турнир занимает довольно продолжительное время, приготовили горячий чай и кофе с бутербродами и сладостями. Несмотря на небывалый снегопад и метель в этот субботний день на турнир приехало немало участников: шахматисты – разрядники, любители из пяти районов столицы, болельщики и зрители.

Шахматный турнир начался с минуты молчания. Заместитель главы Управы Бескудниковского района О.Д. Дмитриев подчеркнул, что ветераны Великой Отечественной войны считают своим святым долгом передать молодым память о стойкости жителей и защитников Ленинграда, общую боль о сотнях тысяч жертв, историческую правду о блокаде, которая длилась с 8 сентября 1941 по 27 января 1944 года. «В жестком кольце блокады люди сражались, трудились и не теряли надежду на освобождение и полную победу над врагом. Эта надежда объединяла тогда все народы Советского Союза», – подчеркнул первый заместитель председателя совета ветеранов Бескудниковского района И.И. Завялик. Он особо отметил, что и в блокадном Ленинграде проходили городские чемпионаты по шахматам. Турниры проводились в воинских частях, госпиталях, в детских образовательных учреждениях. За время блокады было выдано новым разрядникам более тысячи квалификационных билетов. В 1943 году в шахматном кружке дворца пионеров начинал играть будущий знаменитый шахматист Виктор Корчной. Ленинград недаром называют шахматной столицей – он подарил миру немало великих гроссмейстеров, среди них чемпионы мира Михаил Ботвинник, Борис Спасский, Людмила Руденко.

Турнир проходил в особой атмосфере. Ветераны представили сильный состав. Игра протекала в стремительном темпе, остро, молодежь старалась не отставать от мастеров. Молодежную палату Бескудниковского района возглавляет студент 2 курса экономического факультета МГУ Рустэм Сатрудинов, курирующий проект «Связь поколений», большой любитель шахмат. Этой умной игре его научил дед – ветеран Великой Отечественной войны. О своем интересе и любви к шахматам рассказала собравшимся пенсионерка из Дмитровского района Э.А. Тихопой. Более 40 лет Эмма Александровна отработала врачом в московских клиниках. С шахматами знакома с детства и потому уверенно начала игру со студенткой-разрядницей, а потом стала учить начинающую шахматистку абитуриентку МГИМО Софию Непомнящую из Тимирязевского района.

В непринужденной обстановке участники турнира и гости знакомились, делились секретами шахматных партий, обменивались контактами, договаривались о новых встречах. Самый возрастной игрок В.В. Стародубцев из района «Печатники» разменял девятый десяток, а самому юному участнику турнира Ралифу Сатрудинову всего 12 лет, он – ученик 5 класса.

О неоценимой пользе игры в шахматы сказано и написано немало и потому радует, что в Северном округе столицы уделяется большое внимание популяризации шахматного движения. Здесь заметно растет число любителей этой игры, которая учит думать, анализировать, тренирует мозг и продлевает активный образ жизни. По просьбе жителей САО в ближайшее время в обновленном парке имени офтальмолога С.Н. Федорова будут установлены шахматные столы, а это значит, что подобные турниры будут проходить чаще, а в теплое время года еще и на свежем воздухе.

По окончании турнира всем участникам вручили дипломы. Четверо лучших игроков набрали одинаковое количество очков. Очередной шахматный турнир, посвященный 30-летию вывода советских войск из Афганистана, планируется провести к 15 февраля.

Людмила СМИРНОВА

ОТ ВОЛГИ ДО ЭЛЬБЫ

В Центре образования и спорта «Москва-98» в рамках постоянных встреч, проводимых информационной комиссии Московского комитета ветеранов войны с учащимися школ, состоялась презентация книги Владимира Селихова «Дивизия шла от Волги до Эльбы».

В Центре с 2015 года открыт и постоянно действует музей «Никто не забыт», где проходят встречи с ветеранами. В нем создана и постоянно пополняется экспозиция «Бессмертный полк». Последние два года его сотрудники тесно взаимодействуют с Московским комитетом ветеранов войны, председателем которого является фронтовик, генерал-майор И.А. Слухай.

В Центре образования, возглавляемом полковником А.П. Барановским, награжденным орденом «Почета» и медалями министерства обороны, большое внимание уделяется патриотической работе. Не понаслышке знаю, что на высоком уровне, при непосредственном участии директора, здесь проходят конкурсы-смотры строя и песни. В основе работы верность традициям, заложенным нашими дедами и прадедами, солдатами Великой Победы.

Андрей КАСПЕРОВ, выпускник Центра, студент МПГУ

ПОЧТИ 100!

Участнику Великой Отечественной войны 1941-1945 гг., Герою Советского Союза, участнику Парада Победы Алексею Прохоровичу Волошину 13 февраля 2019 года исполняется 99 лет.

Он родился на Украине в селе Синявка Канаевского района. В июне 1941 года, будучи студентом 3-го курса Одесского института водного транспорта, был направлен военкомом в артиллерийское училище, которое окончил в 1942 г. в звании лейтенанта. Затем был направлен на фронт под Тулу, где получил первое ранение. Форсировал Дон, принимал участие в боях под Калачом, а в июне 1942 года был направлен в Сталинград, где в составе 10-й дивизии НКВД участвовал в уличных боях, командовал батареей, ходил в штыковую атаку. Здесь он уничтожил вражеский танк. Дивизия первой остановила натиск немецко-фашистских войск, рвавшихся в Сталинград. В ходе очередной бомбежки А.П. Волошин был тяжело ранен и перевезен на левый берег Волги в госпиталь. Впоследствии долечивался в городе Томске.

Из госпиталя прибыл в 181-ю гвардейскую дивизию, в составе которой принимал участие в Курской битве, а затем был направлен на Украину, где форсировал реки Десну и Днепр, участвовал в освобождении Чернигова, Западной Украины, Белоруссии и Польши. За этот период А.П. Волошин подбил 22 танка, 2 «Тигра» и самоходное орудие «Фердинанд» – по-фронтовому «Пантера».

В 1944 году после тяжелого ранения был направлен на лечение в Москву. После госпиталя по рекомендации маршала артиллерии Л.А. Говорова, А.П. Волошин поступил в артиллерийскую академию им. Дзержинского. В 1945 году участвовал в Параде Победы и нес знамя академии. После ее окончания был направлен на службу в Генеральный штаб Министерства обороны, а затем командирован на службу в ФРГ, служил в Генеральном штабе в отделе внешних сношений Министерства обороны. В 1975 году вышел в отставку в звании полковника.

С 1975 по 1985 год работал начальником Московского стрелкового клуба ДОСААФ.

Вместе с супругой Нинель Константиновной А.П. Волошин ведет многолетнюю плодотворную деятельность по патриотическому воспитанию молодого поколения: в школах, институтах, кадетских корпусах и с солдатами Российской армии. За эту работу он награжден грамотами, а также Почетным орденом «Общественное признание». А.П. Волошин – Герой Советского Союза, награжден орденами «Ленина», «Красного Знамени», «Красной Звезды», «Отечественной войны» I степени, медалями: «За боевые заслуги», «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941-1945гг.», «За оборону Сталинграда» и другими.

А.П. Волошин является кавалером «Серебряной звезды» – персональной военной награды США за выдающийся героизм, проявленный в боях. Эта награда была присвоена А.П. Волошину по решению президента США Т. Рузвельта, утверждена Конгрессом США и вручена в 1944 году в Кремле. Вместе с АП Волошиным такую же награду получили еще три человека.

У Алексея Прохоровича большая дружная семья. Вместе с супругой Нинель Константиновной они счастливо живут более 70 лет.

Поздравляем Алексея Прохоровича с днем рождения, желаем ему крепкого здоровья.

Совет ветеранов
Тверского района ЦАО
г. Москвы

СЕСТРА МИЛОСЕРДИЯ

28 декабря 2018 года исполнилось сто лет со дня рождения участницы Великой Отечественной войны 1941–1945 гг. Зинаиды Павловны КОРОВКИНОЙ.

Она родилась в далеком и грозном 1918 году в Москве. Ее детство и юность прошли на Рождественке. Окончив школу, поступила в Московский архитектурный институт. Обучаясь на втором курсе института, окончила курсы медсестер. Когда началась Великая Отечественная война ушла на фронт. С сентября 1941 года и до конца войны прослужила медсестрой в воюющих войсках.

Слушая воспоминания Зинаиды Павловны, поражаешься как молодая девушка могла выдерживать невзгоды, трудности войны в течении многих дней, месяцев, лет. Тысячи километры пройдены по дорогам войны. В рассказах мелькают названия городов и сел: Скопин, Смоленск, Тула, Рязань, Владимир, которые встретились в первые месяцы войны, когда спасали раненых из разбомбленных и сожженных санитарных эшелонов и уходили от наступающих фашистов. Но вот что не забывает подчеркнуть Зинаида Павловна, это та помощь и поддержка, которую оказывало нашим воинам местное население.

Со своей воинской частью она прошла до Берлина, а на пути были Могилев, Кенигсберг, Варшава. В конце войны встретила свое женское счастье. И с мужем прожили они больше 40 лет. Воспитали дочь, внуков. К сожалению мечту о работе архитектором пришлось оставить – не позволило здоровье. З.П. Коровкина окончила институт советской торговли и много лет проработала в Торговой палате.

Зинаида Павловна и сейчас ведет активный образ жизни. Она желанный гость в школах, да и ученики, посещающие ее дома, не устают задавать вопросы об ее военном пути. За ратный подвиг Зинаида Павловна награждена правительственными наградами. Особенно хочется отметить награждение ее медалью «За оборону Москвы».

Совет ветеранов Тверского района и первичная организация № 10 от всей души поздравляют Вас, Зинаида Павловна, с этой знаменательной датой. Желаем, чтобы здоровье не подводило, родные и близкие радовали заботой и вниманием. Пусть каждый день дарит новые впечатления и положительные эмоции. Гордимся Вами, вашими военными подвигами и трудовыми достижениями в мирное время.

Спасибо Вам!

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Совет ветеранов Северного административного округа г. Москвы сердечно поздравляет генерал-лейтенанта авиации, ветерана Вооруженных Сил, Почетного Председателя совета ветеранов САО А.В. БОРИСОВА с 85-летием!

Детство и юность Александра Васильевича, прошедшие в Ульяновской области, не были простыми и легкими: Великая Отечественная война, затем годы восстановления народного хозяйства, голод и холод. Но выпавшие на его долю испытания не сломили, а только закалили характер молодого человека.

Пройдя военно-политическую школу, получив разностороннее образование и набрав опыт в воинских частях, он успешно закончил военно-воздушный факультет краснознаменной Военно-политической академии имени В.И. Ленина. Занимая выборные должности от члена бюро городского и областного комитета ВЛКСМ до депутата городского совета депутатов трудящихся, Александр Васильевич везде демонстрировал свои организаторские способности и компетентность в порученном деле. Учитывая накопленный опыт и работу в аппарате политического управления ВВС, с 1978 года ему было поручено возглавлять Курганское высшее военно-политическое авиационное училище. До сих пор его выпускники с большой теплотой вспоминают и с благодарностью отзываются о нем, как о мудром и внимательном воспитателе и наставнике. Профессионализм и многолетняя безупречная служба отмечена не только повышениями по карьерной лестнице до звания генерал-лейтенанта, но и более двадцатью государственными наградами.

После ухода в отставку, А.В. Борисов продолжил с той же ответственностью служить Отечеству на ниве ветеранского движения Москвы, проявляя неустанную заботу о ветеранах войны и труда. Более тринадцати лет являясь председателем совета ветеранов САО, он сумел достичь очень многого на этом ответственном посту, за что удостоен высокого звания – Почетного Председателя совета ветеранов Северного административного округа г. Москвы

Вся его жизнь – пример служения Отечеству! Возраст уже не позволяет Александру Васильевичу в прежнем ритме участвовать в работе совета ветеранов, однако до сих пор мы обращаемся к нему за советом и поддержкой. Свой 85-летний юбилей он встречает в созидательном ветеранском ритме, уважаемым семьянином, любящим мужем, заботливым отцом и дедом.

Весь шестидесятитысячный коллектив ветеранов Северного округа г. Москвы желает Александру Васильевичу крепкого здоровья, бодрости духа, семейного благополучия и активного долголетия.

И.С. БОГОВИК
председатель совета ветеранов САО

ПЕСНИ ПОБЕДЫ

24 января 2019 года в киноконцертном зале правительства Москвы по инициативе С.С. Собянина, руководителем Департамента культуры А. Кибовским был организован незабываемый концерт «Песни Победы», которые для ветеранов исполнял давно уже ставший знаменитым хор Турецкого.

Тема Второй мировой войны не обошла стороной каждого из нас. В том числе и артистов коллективов «Хор Турецкого» и «Сопрано». В мае 2018 года они совершили исторический марафон: песни о мире, подвиге и любви прозвучали в Париже, Любляне, Вене, Берлине, Бресте, Тель-Авиве и даже в Нью-Йорке. За 10 дней 7 стран. Кульминацией стал большой концерт 9 мая в Москве на площади Белорусского вокзала.

Перед концертом выступил Александр Кибовский, Михаил Турецкий и все десять участников хора. Затем состоялся просмотр фильма о прославленном коллективе, и само выступление артистов.

Хор под руководством народного артиста Михаила Турецкого музыкальный феномен 21века. Их называют рекордсменами популярности: более пяти тысяч выходов на сцену и три миллиона километров концертных маршрутов. Уникальные голоса, невероятная энергетика и присущая только им манера исполнения. Коллектив не имеет репертуарных границ – от мировой классики до рока, от поп-музыки до оперы, от джаза до народных хитов. Артисты поют более чем на десяти языках.

«Песни Победы» – музыкальный проект народного артиста России Михаила Турецкого. Первое выступление в рамках проекта состоялось в 2015 году в Москве, и было приурочено к 70-летию Победы в Великой Отечественной войне. Концерт на Поклонной горе собрал 150 тысяч зрителей. В 2017 году акция приобрела международный характер.«Песни Победы» были впервые представлены за рубежом, на одной из центральных площадей Берлина. Онлайн-трансляция концерта набрала свыше 8 миллионов просмотров.

В 2018 году география «Песен Победы» значительно расширилась, охватив восемь стран. Выступления прошли на центральных площадях в России, Франции, Словении, Австрии, Германии, Белоруссии, Израиле и США. «Песни победы» приобрели характер «культурного марафона». Акция проходит ежегодно, при поддержке правительства Москвы, министерства иностранных дел и министерства культуры РФ.

Ветеранам в тот незабываемый вечер был подарен настоящий праздник музыки, заряд эмоций и отличного настроения.

Б.Н. КРАСИЛЬНИКОВ
Пресс-Центр Совета ветеранов ЗАО г. Москвы

ЗДОРОВЬЕ МОСКВИЧЕЙ

КАК ВЫЗВАТЬ НА ДОМ ВРАЧА, СКОРУЮ ИЛИ НЕОТЛОЖНУЮ ПОМОЩЬ

Всем нам хорошо известно, что в век высоких технологий и проводимых реформ здравоохранения ветеранам и пенсионерам очень трудно ориентироваться в новых правилах предоставления бесплатных медицинских услуг, появлении новых методов диагностики, лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, новых возможностях реальной помощи рядовому москвичу, предоставляемых Правительством Москвы.

Сложность заключается и в том, что далеко не всякий пожилой человек умело работает с компьютером, хорошо ориентируется в электронном поиске ответов на возникающие у него вопросы, плохо представляет себе порядок обращения за той или иной помощью.

Поэтому общественная медицинская комиссия МГСВ в 2018 г. решила предоставлять на страницах газеты «Московский ветеран» полезную для каждого информацию о том, как организовано оказание медицинской помощи москвичам и сделать это в новой рубрике: Страничка «Здоровье москвичей» от доктора Натальи Богдановой.

Нам было очень важно, чтобы с нашей помощью Вы получали самую свежую медицинскую информацию, хорошо ориентировались в своих правах и обязанностях в этой сфере, сообщали о возникающих проблемах, предлагали пути и способы улучшения медицинской помощи ветеранам, рассказывали о положительных примерах.

Проект оказался актуальным и востребованным. Ветераны бережно делились друг с другом полученной информацией, использовали полученные знания на практике и просили о его дальнейшем развитии в 2019 г.

В немалой степени этому способствовало то, что в данном проекте участвуют все окружные медицинские комиссии города, предоставляя сведения о том, как на деле воплощаются в жизнь права москвичей на получение высококвалифицированной медицинской помощи.

Сегодня мы подробно расскажем о том, как действовать, когда Вы находитесь дома и Вам понадобилась медицинская помощь:

«В каких случаях следует вызывать неотложную помощь, а в каких – скорую. И как это сделать».

«Как вызвать врача на дом и когда Вы имеете на это право».

«Как получить заочную консультацию врача без его выезда на дом».

Вызвать скорую или неотложную помощь можно:

- **с городского телефона по номерам 03 и 103;**
- **с мобильного телефона (для всех операторов) по номеру 103.**

Как правило, соединение с оператором «103» происходит в течение нескольких секунд. Однако, позвонив по телефону «103» в «часы пик» массового поступления звонков, Вы можете услышать сообщение автоинформатора: «Здравствуйте. Вы позвонили в Единый диспетчерский центр скорой и неотложной медицинской помощи города Москвы. Пожалуйста, не кладите трубку, мы обязательно вам ответим».

Проявите выдержку и не кладите трубку, надо во чтобы то ни стало дождаться ответа оператора — в противном случае, набирая заново, Вы снова окажетесь в конце очереди звонков на линию.

Обратите внимание: время прибытия скорой помощи до 20 минут, неотложной — до 2 часов.

Вам следует вызвать врача на дом, если:

- Ваше самочувствие не позволяет самостоятельно добраться до поликлиники (температура выше 37,5˚С; артериальное давление свыше 150/90 мм.рт.ст.; острая боль без элемента травмы; хроническая боль);
- Вы страдаете от заболевания, которое потенциально может быть опасным для окружающих и привести к распространению эпидемии (например, если оно сопровождается такими симптомами, как сыпь, пятна на теле, слизистых; рвота, понос).

Как вызвать врача на дом?

Для того, чтобы вызвать врача-терапевта на дом, нужно иметь полис ОМС.

Независимо от того, к какой поликлинике вы прикреплены, вызвать врача на дом можно только из той поликлиники, которая обслуживает адрес вашего проживания.

Чтобы сделать это, нужно позвонить в поликлинику. Соответствующая служба работает ежедневно, включая выходные и праздничные дни. Помимо ваших личных данных (ФИО, дата рождения) и описания симптомов, приготовьтесь назвать номер полиса ОМС.

В каких случаях следует обращаться в травмпункт?

В случае травмы, не представляющей угрозы для жизни, необходимо самостоятельно обратиться за помощью в травмпункт. Медицинскую помощь в травмпунктах оказывают бесплатно, независимо от наличия страхового медицинского полиса.

Как получить консультацию врача без выезда на дом?

Если вам необходимо получить консультацию врача без выезда на дом, или вы не можете самостоятельно оценить, является ли ситуация экстренной и представляет ли угрозу для жизни, позвоните по телефону врачебно-консультативного пульта службы скорой и неотложной медицинской помощи: 8 (495) 620-42-33.

Специалисты службы даст вам рекомендации для дальнейших действий, либо сам (при наличии показаний) направит к вам профильную бригаду службы скорой или неотложной медицинской помощи.

СЛЕДУЕТ ИМЕТЬ В ВИДУ:

Если у вас нет полиса ОМС, но есть полис добровольного медицинского страхования (ДМС), Вы можете позвонить в обслуживающую вас страховую компанию и обратиться за помощью.

Без полиса ОМС вы также можете вызвать скорую или неотложную помощь, или получить консультацию врача без выезда на дом, позвонив по телефону врачебно-консультативного пульта службы скорой и неотложной медицинской помощи: 8 (495) 620-42-33.

Надеемся, что Вы узнали много полезной для себя информации.

Поделитесь, пожалуйста, ею со своими друзьями и близкими.

Желаем Вам крепкого здоровья, активного долголетия.

И ждем Ваших писем с вопросами и предложениями по адресу: bogdanovanv59@ mail.ru

С уважением, Председатель общественной медицинской комиссии МГСВ, заслуженный врач России Наталья БОГДАНОВА

ЧТО НАДО БЫТЬ ГОТОВЫМ СООБЩИТЬ ДИСПЕТЧЕРУ ПРИ ВЫЗОВЕ СКОРОЙ ИЛИ НЕОТЛОЖНОЙ ПОМОЩИ КОРОТКО:

- **что случилось, какая помощь требуется,**
- **номер телефона, с которого звоните,**
- **адрес, где находится больной (если помощь нужна человеку на улице, укажите четкие ориентиры; если вызов в квартиру — укажите место ближайшего заезда к дому, номер подъезда, этажа, кодового замка)**
- **фамилию, имя, отчество пациента (если они Вам известны)**
- **дату рождения (если известно) или возраст пациента**
- **вашу фамилию**

ЭКСТРЕННЫЕ СИТУАЦИИ

- **НАДО ВЫЗЫВАТЬ СКОРУЮ ПОМОЩЬ: угроза для жизни или необходимость в срочной госпитализации (тяжелые травмы, ранения, кровотечения, роды, инфаркт, инсульт, тяжелые формы инфекционных заболеваний)**
- **НАДО ВЫЗЫВАТЬ НЕОТЛОЖНУЮ ПОМОЩЬ: нет опасности для жизни, но есть угроза здоровью – например, головная боль на фоне мигрени, повышенной температуры, изменения артериального давления; боли в грудной клетке, связанные с движением и дыханием, кашлем; в других аналогичных ситуациях**

НА ПОРОГЕ ЭПИДЕМИИ ГРИППА

Натуральные лекарства для профилактики и лечения ОРВИ

По данным Роспотребнадзора, в России наблюдается рост заболеваемости гриппом и другими ОРВИ. Во многих регионах страны по ним уже превышен эпидемический порог, и на каникулы экстренно отправлены ученики более 2,5 тысяч школ. Кроме детейот 3 до 14 лет, в группе повышенного риска по гриппу – люди пенсионного возраста и пациенты с хроническими заболеваниями. В Москве и области эпидемиологическая ситуация пока остается благополучной, но уже регистрируется немало отдельных единичных случаев, поэтому неблагополучную эпидемическую ситуацию можно ожидать в скором времени и в столице.

Со слов ведущего эксперта Центра молекулярной диагностики Центрального НИИ эпидемиологии Роспотребнадзора М. Лебедева, в наступившем сезоне начал активно циркулировать штамм «Мичиган», вариант «свиного» гриппа, первая встреча которого с человечеством состоялась в 2009 г. Болезнь, вызванная этим штаммом вируса, протекает достаточно тяжело, с частым развитием осложнений. Появились в этом сезоне и два новых штамма: вирусы гриппа «Сингапур» и «Колорадо», которые пришли на смену штаммам «Гонконг» и «Брисбен», циркулировавших в прошлом эпидемическом сезоне. Кроме того, зарегистрирован в этом году и штамм вируса гриппа «Пхукет», аналогичный прошлогоднему. Заболевания, вызываемые этими возбудителями, входят в группу ОРВИ, и нередко термином «грипп» в обиходе называют любую острую респираторную инфекцию, что ошибочно – кроме гриппа, на сегодняшний день описано более 200 видов и других вирусов, вызывающих гриппоподобные симптомы (аденовирусы, риновирусы, энтеро- и ротавирусы и др.).

Но какой бы ни был возбудитель гриппа и др. ОРВИ, основным источником заражения является больной человек, который выделяет вирус при разговоре, кашле, чихании. В помещениях вирус распространяется на расстояние до 7 м, на поверхности предметов сохраняет жизнеспособность 2-8 суток. Таким образом, заразиться гриппом в период эпидемии очень легко.По оценкам ВОЗ, во время сезонных эпидемий гриппа в мире ежегодно умирают около 500 тыс. человек, большинство из них старше 65 и младше 2 лет, и это серьезный аргумент в пользу того, что в эпидемический сезон нужно соблюдать основные принципы общей, неспецифической профилактики – особенно маленьким детям и людям пенсионного возраста, тем более что они предельно просты и не требуют особых усилий.

Для снижения риска заболевания гриппом и ОРВИ необходимо:

- больше двигаться, делать утреннюю зарядку – ведь даже 10-15 минут физической активности после ночного сна значительно повышают сопротивляемость организма к инфекции;
- ежедневно бывать на свежем воздухе, с коррекцией длительности прогулок в зависимости от климатических условий – силы ветра, температуры и влажности;
- минимизировать внешние контакты, не посещая в сезон гриппа места массовых скоплений людей – торговые центры, театры и кинотеатры, как можно реже ходить в гости;
- спать ночью не менее 8 часов, поскольку состояние иммунной системы напрямую связано со сном – «недосып» приводит к распаду определенных клеток крови, отвечающих за иммунитет;
- соблюдать личную гигиену – после прихода с улицы не только тщательно мойте руки, но и промывайте носоглотку, регулярно протирайте дезинфицирующими средствами мобильные телефоны, планшеты и прочие гаджеты и личные предметы;
- соблюдать гигиену жилья – проветривайте комнаты несколько раз в день, регулярно проводите дома влажную уборку;
- использовать средства индивидуальной защиты, в первую очередь медицинские маски, которые снижают риск инфицирования при нахождении в местах массового скопления людей, а также защищают тех, кто ухаживает за больными;
- не забывать про рациональное питание, соблюдать диету в соответствии с возрастом и включать в рацион продукты, содержащие витамины А и С, а также микроэлементы цинк и кальций – это цитрусовые, киви, изюм, курага, инжир, сладкий перец, морковь (обязательно со сметаной, сливками или растительным маслом), кисломолочные продукты, твердые сыры, нежирные говядина и рыба белых сортов.

ПРОФИЛАКТИКА ПРИ УГРОЖАЮЩЕМ КОНТАКТЕ

Если вы идете в театр, в кино, в гости или на работу, можно использовать оксолиновую мазь. Это самый простой способ профилактики гриппа (как и маска), но есть нюансы: наносить мазьможно на слизистую носовых ходов только на 2 часа, а потом надо убирать ее вместе с «задержанными» вирусами и бактериями, и намазывать новый слой. В противном случае оксолин перестанет быть активным, и вирусы проникнут в глубокие слои слизистой оболочки. Маску, кстати, тоже нужно менять через каждые 2 часа – иначе она перестает задерживать инфекцию. Гораздо проще в использовании и более эффективно в действии **ТУЯ ЭДАС-801 масло гомеопатическое**, которое обладает ярко выраженными противовирусными и противовоспалительными свойствами – его достаточно закапывать в нос 1–2 раза в день.

ЕСЛИ ВЫ ВСЕ-ТАКИ ЗАБОЛЕЛИ...

Не относитесь к болезни легкомысленно и не переносите респираторную инфекцию «на ногах», ведь это чревато не только повышенным риском осложнений для самого болеющего, но и опасностью инфицирования окружающих. Обычно грипп проявляется симптомами сильной интоксикации через 1–2 дня после заражения: общим ознобом и ломотой в теле, слабостью, головной болью. Характерна высокая температура, которую не всегда удается сбить, могут беспокоить также боли в пояснице, спине, руках, ногах, области глаз. Позже могут появиться заложенность носа и боль в горле, сухой кашель, а у некоторых и расстройство пищеварения – диарея, боль в животе, тошнота и рвота. Тяжелое состояние сохраняется, как правило, 3–5 дней, потом при адекватном лечении оно улучшается и в течение 10–14 дней больной выздоравливает. Если же заболевание затягивается – скорее всего, имеют место осложнения.

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ГРИППА

Первое, что нужно сделать при подозрении на грипп – это обеспечить больному постельный режим и обратиться к врачу. Обязательно пить много обычной воды, небольшими порциями и часто, необходимо и витаминизированное питье (неконцентрированные морсы, компоты, настои сухофруктов). С первых часов заболевания показана гомеопатическая терапия – Приказом Департамента здравоохранения г. Москвы от 30.09.2003 г. № 586 для лечения и профилактики гриппа и др. ОРВИ рекомендуются комплексные гомеопатические лекарственные средства: для приема внутрь **БРИАКОН ЭДАС-103 капли, БРИАКОН ЭДАС-903 гранулы**, для санации носовой полости **РИНИТОЛ ЭДАС-131 капли назальные.** Эти препараты адаптированы к актуальным в текущем сезоне штаммам гриппа с помощью современных инновационных технологий и эффективны как для проведения профилактики, так и для лечения гриппа и ОРВИ. Они помогают организму справиться с вирусной инфекцией, способствуют снятию острой интоксикации, излечению насморка и стимуляции иммунитета. Кроме того, они повышают как общий, так и местный иммунитет. Еще при гриппе обязательно нужны витамин С и рутин – они содержатся в составе разнообразных витаминных комплексов. При кашле и боли в горле применяют различные растворы для полоскания, спреи, таблетки для рассасывания. Но лучше всего – частое теплое питье, фито-препараты и гомеопатические комплексы. При кашле рекомендуются **СОЛОДКА-ЭДАС таблетки, БРОНХОНАЛ ЭДАС-104 капли (ЭДАС-904 гранулы)**, которые обладают муколитическим и отхаркивающим действием, способствуют выведению мокроты и восстановлению нарушенного дыхания. При боли в горле назначаются **ФАРИНГОЛ ЭДАС-126 капли для полоскания**. Средство обладает выраженным противовоспалительным действием и благотворно влияет на слизистые зева, снимая отек и першение в горле.

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВА ПРОИЗВОДСТВА КОМПАНИИ «ЭДАС»

БРИАКОН ЭДАС-103 капли
и БРИАКОН ЭДАС-903 гранулы
***Рекомендованы Департаментом здравоохранения города Москвы для профилактики и лечения гриппа и других ОРВИ**
***Адаптированы к штаммам гриппа текущего сезона**

АКЦИЯ «100 лет – НЕ ПРЕДЕЛ» ДЕЙСТВУЕТ ДЛЯ ЧЛЕНОВ КЛУБОВ ЗДОРОВЬЯ «ПРИРОДНЫЙ ДОКТОР» и ВОЛОНТЕРОВ

Информация об участии в волонтерском движении в рамках социальной программы «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»
по тел. 8-800-333-55-84, www.edas.ru
Натуральные лекарства в аптеке «ЭДАС»
Москва, ул. Большая Серпуховская, д.10/9
рядом со ст. метро «Серпуховская», «Добрынинская»

В АПТЕКЕ: цены от производителя со скидками по акциям, бесплатные консультации врачей (по записи)

КАРТЫ С ЛЬГОТНЫМ ПЕРИОДОМ:

ЧТО О НИХ НАДО ЗНАТЬ?

Взять у банка деньги и не платить займа. Казалось бы, какой прок финансовой организации от выдачи денег на подобных условиях?

Однако у таких карт есть «подводные камни», которые помогают банку наверстать свое. Главный из них – опасность не уложиться в льготный срок. Это грозит серьезными переплатами. Ведь проценты по картам после окончания льготного периода часто драконовские и доходят до 50–60 процентов в год. При этом их начисляют не только на те дни, когда вы выходите за рамки беспроцентного срока, а за время «бесплатного» пользования деньгами. В результате чем дольше льготный период, тем серьезнее приходится раскошелиться. Кстати опасность «просрочки» чаще возникает по кредиткам с более длинным беспроцентным сроком. Ничего удивительного в этом нет! Ведь отодвигая «день расплаты», банк усыпляет нашу бдительность и повышает риск потерять контроль над расходами. Поэтому, оформляя карту, будте осорожны и не гонитесь за длинным льготным сроком!

Почему бы не добавить красок к вашему семейному ужину в День всех влюбленных 14 февраля? Это поможет создать за столом праздничную атмосферу и сделает день действительно особенным.

1. Вымойте и высушите бокалы.

2. Возьмите флакончик с лаком для ногтей, окунайте в них ватные палочки и наносите на основание бокалов рисунки - золотые точки, нежные сердечки и т.п. Подождите, пока высохнет. Готово!

СОВЕТ: захотетелось вернуть стаканчикам прежний вид? Просто пройдитесь по ним ватным диском, смоченным в жидкости для снятия лака.

КАК СДЕЛАТЬ ГОРШОЧКИ ДЛЯ РАССАДЫ СВОИМИ РУКАМИ

Посев семян на рассаду – дело, требующее подготовки, но вовсе не обязательно идти в магазин или на рынок и тратить деньги на специальные контейнеры. Достаточно воспользоваться нашими советами и смастерить стаканчики для рассады самостоятельно.

Большую часть описываемых ниже самодельных горшочков для рассады можно сделать из натуральных, а значит, полезных для развития растений материалов. Несомненный плюс каждого из этих способов – возможность лишний раз сэкономить.

1. КОЖУРА ЦИТРУСОВЫХ

Если вы любите выжимать сок из цитрусовых (апельсина, грейпфрута, лимона, помело и др.) при помощи соковыжималки, то наверняка у вас остается много половинок кожуры этих фруктов. Почему бы не использовать их в качестве стаканчиков для рассады?

В половинке очищенного от мякоти фрукта (в дне) сделайте небольшое отверстие для оттока влаги, затем заполните кожуру грунтом для рассады и посейте по 1-2 семени на «горшочек» в зависимости от «габаритов» будущего растения и размеров кожуры цитрусового. Впоследствии саженец можно высадить с открытый грунт прямо с «горшочком».

2. ЯИЧНАЯ СКОРЛУПА

Скорлупа от яиц – отличный вариант самодельной емкости для небольшой рассады либо для выращивания сеянцев до перевалки в емкости большего объема.

Возьмите скорлупу и проделайте снизу отверстие. Для этого можно использовать канцелярскую кнопку или толстую иголку. Каждую скорлупку заполните грунтом до половины и посейте семена. Яичные «горшочки» с сеянцами поставьте в пластиковый контейнер для яиц. Для создания парникового эффекта закройте крышку контейнера. Когда придет время пересадки или перевалки, высаживайте подросшую рассаду вместе со скорлупой.

3. ЛОТКИ ОТ ЯИЦ

Лоток от яиц также используют в качестве тары для рассады. Такие емкости удобно располагать на подоконниках. Для начала в дне каждой ячейки контейнера проделывают отверстие

(если лоток пластиковый, можно нагреть шило и проколоть с его помощью). Затем ячейки заполняют грунтом и высевают семена.

Спустя некоторое время корни растения оплетут земляной ком, и для дальнейшей пикировки достаточно будет аккуратно вынуть сеянец с комом вилкой.

4. ГОРШОЧКИ ИЗ ГАЗЕТЫ

Старые газеты могут стать отличным материалом для изготовления емкости для рассады. Для этого вам понадобятся газетные листы (лучше отдать предпочтение черно-белым страницам), цилиндрический предмет (бутылка, узкая консервная банка), мука и вода.

Предлагаем посетить страничку с нашим мастер-классом по изготовлению стаканчиков для рассады из старых газет или бумаги.

Высаживать рассаду в теплицу или открытый грунт можно прямо в стаканчиках, но при желании можно разрезать или разорвать «горшочек».

5. ПЛАСТИКОВЫЕ БУТЫЛКИ

Из пластиковой бутылки можно сделать не просто емкость для рассады, а функциональный горшок с системой автополива и парниковым эффектом. Чистую пластиковую бутылку разрежьте пополам, крышку не снимайте, а проделайте в ней несколько отверстий с помощью все тех же нагретого шила, иглы или гвоздя. Сквозь нижнее отверстие протяните синтетический шнур (это будет фитиль).

Верхнюю часть с горлышком переверните и вставьте во вторую половину бутылки. Всыпьте грунт, посейте семена. Выньте половинку бутылки с грунтом из поддона, влейте воду в нижнюю часть «горшка», затем вставьте половинку с растением назад в поддон. Возьмите другую бутылку такого же размера, отрежьте от нее половину и используйте как крышку для такого рассадного «горшочка».

Можно сделать и по-другому: с бутылки (прекрасно подойдет пластиковая бутыль квадратной формы емкостью 5 л, например, от питьевой воды) срезать боковую часть, а оставшуюся большую часть использовать как контейнер для рассады.

6. ПЛАСТИКОВЫЕ СТАКАНЧИКИ

Отличные емкости для рассады получаются из стаканчиков от йогурта или сметаны, одноразовых пластиковых и бумажных стаканчиков из-под кофе. Чтобы сделать горшочки, сначала как следует вымойте эти емкости, а затем вырежьте в их дне отверстие для стока лишней воды. Если отверстие получилось слишком большого диаметра, на дно стакана положите картонный кружок. Для удобства можно написать на стаканчике фломастером или маркером название культуры и сорта, которые собираетесь выращивать.

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., Смирнов В.В., Харьков И.С., Балабин В.П., Нуждин Л.Г., Синявская Л.М., Докучаев А.И.

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 № 263 Первый завод 10 000 экз.
Подписано по графику 11.02.2019 Подписано в печать 11.02.2019

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