МОСКОВСКИЙ ВЕТЕРАН

Издается с 1 октября 1994 года. 10 августа 2022 г. № 22 (809)

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

БИТВА НА КУРСКОЙ ДУГЕ

Курская битва, длившаяся с 5 июля по 23 августа 1943 года, является одним из ключевых и решающих сражений Великой Отечественной войны. С обеих сторон в неё было вовлечено более 4 миллионов человек, свыше 69 тысяч орудий и миномётов, более 13 тысяч танков и САУ, около 12 тысяч самолетов.

В апреле 1943 года руководством фашистской Германии была утверждена военная операция под кодовым названием «Цитадель». Для проведения операции германское командование сосредоточило 50 дивизий, в том числе 16 танковых и моторизованных. Группировка противника насчитывала, по данным советских источников, около 900 тысяч человек, до 10 тысяч орудий и минометов, около 2,7 тысячи танков и более 2 тысяч самолетов. Воздушную поддержку немецким войскам оказывали силы 4-го и 6-го воздушных флотов.

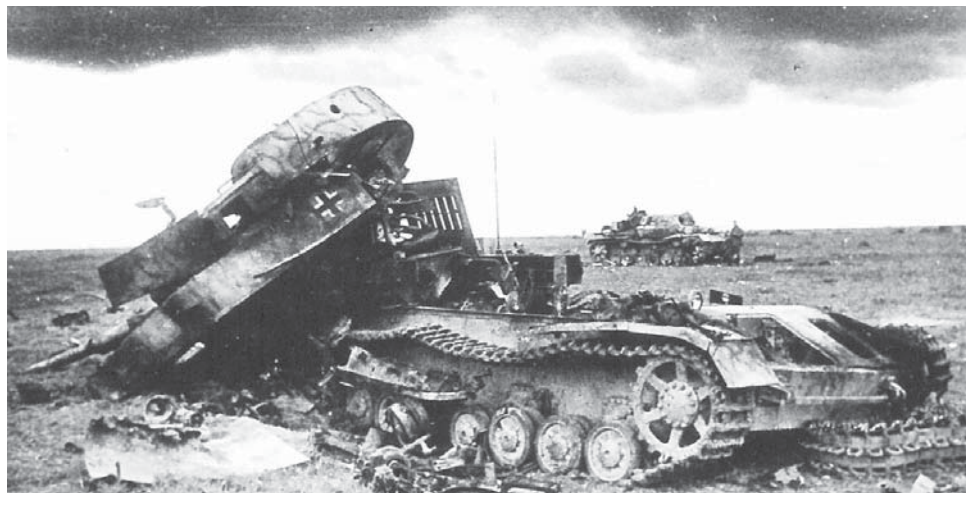
Войска Центрального фронта под командованием генерала армии Константина Рокоссовского обороняли северную часть фас Курского выступа, а войска Воронежского фронта (командующий – генерал армии Николай Ватутин) – юг. Ставка Верховного Главнокомандования к началу Курской битвы создала группу (Центральный и Воронежский фронты), имевшую более 1,9 миллиона человек, более 26,5 тысячи орудий и миномётов, свыше 4,9 тысячи танков и самоходных артиллерийских установок (САУ), около 2,9 тысячи самолетов.

5 июля 1943 года немецкие ударные группировки по плану операции «Цитадель» начали наступление на Курск из районов Орла и Белгорода. Со стороны Орла наступала группировка под командованием генерал-фельдмаршала фон Клюге (группы армий «Центр»), со стороны Белгорода – группировка под командованием генерал-фельдмаршала Манштейна (оперативная группа «Кемпф» группы армий «Юг»).

12 июля в районе железнодорожной станции Прохоровка в 56 км к северу от Белгорода произошло самое крупное встречное танковое сражение Второй мировой войны. С обеих сторон в сражении принимали участие до 1200 танков и самоходных установок. Ожесточенное сражение длилось весь день, к вечеру танковые экипажи вместе с пехотой дрались врукопашную. За один день противник потерял около 10 тысяч человек и свыше 360 танков и был вынужден перейти к обороне.

Развивая наступление, советские сухопутные войска, поддержанные с воздуха ударами сил 2-й и 17-й воздушных армий, а также авиацией дальнего действия, к 23 августа 1943 года отбросили противника на запад на 140–150 километров, освободили Орел, Белгород и Харьков.

Вечером 5 августа 1943 года в Москве впервые прогремел артиллерийский салют в честь освобождения Орла и Белгорода (12 залпов из 120 орудий). Советские воины проявили небывалое мужество, стойкость и массовый героизм. Свыше 100 тысяч человек были награждены орденами и медалями, 231 человек удостоен звания Героя Советского Союза. 132 соединения и части получили гвардейское звание, 26 удостоены почётных наименований Орловских, Белгородских, Харьковских и Карачаевских.



В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ ЗАБОТА О ВЕТЕРАНАХ

Одним из важных направлений в работе городского Совета ветеранов является социальная поддержка пенсионеров, ветеранов Великой Отечественной войны, проводимая в тесном взаимодействии с Департаментами труда и социальной защиты населения и здравоохранения Москвы. Этой работой занимается отдел МГСВ, которым с 2002 года руководит БАБИЧ Олег Семенович

Система социального обслуживания пенсионеров и ветеранов позволяет поддерживать достойное социально-экономическое положение москвичей, оказывать им различную помощь и социальную поддержку, уделив особое внимание ветеранам войны. Пенсионерам предоставляются различные социальные и медицинские услуги в Центрах социального обслуживания и на дому, пансионатах и госпиталях для ветеранов. Мы благодарны правительству Москвы, лично Мэру Москвы Собянину С.С. за проявленную заботу о старшем поколении. В Москве ежегодно увеличивается городской социальный стандарт для неработающих пенсионеров и городские денежные выплаты.

Выездное заседание социально-бытовой комиссии МГСВ

Введена ежемесячная городская выплата «детям войны», оказывается единовременная материальная помощь к знаменательным датам, в частности, к 75-летию Победы, 80-летию обороны Москвы и другим памятным датам. Особой популярностью среди ветеранов пользуется проект Мэра Москвы «Московское долголетие», который является крупнейшей программой досуга и оздоровления старшего поколения москвичей. За четыре года по этой программе занятия посетили более 450 тысяч москвичей.

В рамках проекта успешно развивается сеть нового типа - это городское клубное пространство для досуга пенсионеров. В настоящее время в 24 районах столицы действуют «Центры московского долголетия», на базе которых созданы клубы по интересам. За два минувших года их посетило более 350 тысяч человек. К концу нынешнего года таких центров в Москве будет 77. Они имеют комфортабельные помещения, современное оборудование, здесь созданы все условия для полезного проведения времени ветеранами. Занятия для москвичей старше 55-60 лет - бесплатные.

В Москве с 1 июня 2022г. работают 46 павильонов «Здоровая Москва», в которых можно проверить состояние своего здоровья. Ветераны активно пользуются услугами врачей по диагностике и лечению.

Конечно, заслуживает отдельного внимания социальная работа в период пандемии. Совместно с департаментами правительства Москвы, волонтерами и ветеранским активом была своевременно создана оперативная группа по оказанию социальной и медицинской помощи ветеранам в условиях ограничительных мер. Выполнено более 1,5 млн. заявок людей пожилого возраста на доставку продуктов и медикаментов. Большую помощь оказали столичные власти и в налаживании бесперебойной деятельности ветеранских организаций столицы в режиме онлайн.

Городской совет продуктивно сотрудничает с рядом коммерческих структур: АФК «Система», «Визион», «Здоровье человека», «Эдас», фабрика «Свобода», которые оказывают существенную помощь ветеранам в санаторно-курортном лечении, диспансеризации ветеранов в клинике МЕДСИ, медицинском обслуживании и лекарственном обеспечении. Московские ветераны выражают признательность нашим партнерам за деятельное участие в жизни старшего поколения столицы и надеются, что сотрудничество будет продолжено и в будущем!

Особо хотелось бы отметить большую работу общественных комиссий в решении социальных и медицинских задач, стоящих перед ветеранскими организациями. Это социально-бытовая комиссия, которую более 10 лет возглавляет Свинухов Владимир Анатольевич и комиссия по медицинскому обслуживанию ветеранов. На протяжении длительного времени комиссию возглавляет Заслуженный врач России Богданова Наталья Владимировна.

Основными и приоритетными направлениями в работе общественных комиссий являются социальная поддержка ветеранов в организации социального обслуживания и медицинская помощь в городских медицинских учреждениях. Особое внимание уделяется одиноким и одиноко проживающим ветеранам Великой Отечественной войны. Не остается в стороне и просветительская работа по профилактике заболеваний и лечению. С этой целью в МГСВ работает «Школа здоровья», постоянно ведутся публикации в газете «Московский ветеран» по сохранению активного долголетия, проводятся семинары, лекции медицинской и социальной направленности. Оказывается адресная помощь ветеранам в сложных клинических условиях. Совместно с волонтерами члены комиссии оказывают помощь по доставке продуктов и лекарств ветеранам на дом. В целях улучшения качества обслуживания в округах совместно с органами социальной защиты и поликлиниками проводятся круглые столы по обмену опытом работы. Оказывается помощь врачам поликлиник в организации проведения диспансеризации льготных категорий, санаторно-курортного лечения.

Проводимая работа по социальной поддержке ветеранов под непосредственным руководством председателя Московского городского Совета ветеранов Г.И. Пашкова, во взаимодействии с органами законодательной и исполнительной власти столицы является для нас делом совести и чести.

Беседу провела А. Климова

На заседании общественной комиссии МГСВ по медицинскому обслуживанию ветеранов

Р.С. Акчурин

ЗДЕСЬ ВОСПИТЫВАЮТ ПАТРИОТОВ

Советник председателя МГСВ генерал-полковник Р.С. Акчурин посетил военно-патриотический лагерь «Патриот». Это всероссийский проект центра «Патриот. Спорт», созданный по инициативе Р.С. Акчурина при поддержке мэра Москвы С.С. Собянина и Департамента образования г. Москвы. В лагере использованы последние достижения образовательных, развлекательных и спортивных методик в области основного и дополнительного образования школьников.

В своем обращении к участникам лагеря Расим Сулейманович Акчурин отметил: «Очень здорово, что юнармейцы проводят отдых и занятия в этом прекрасном лагере. Стоит отметить большую заслугу директора военно-патриотического лагеря – Денисова А.И. Благодаря его работе удалось создать комплекс спортивных площадок, музей, учебный корпус и другие объекты, которые помогают растить настоящих защитников Родины. Хочется пожелать успехов в учебе, высокой организованности и дисциплины, преданности нашему делу, чтобы лучшие традиции продолжались и ребята были достойными преемниками поколения победителей в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг».

Миссия лагеря - формирование сильных духом и телом будущих лидеров – патриотов своей страны, способных достигать поставленных целей, решать сложные жизненные задачи и добиваться успеха, несмотря на трудности, воспитывать молодежь с устойчивыми жизненными принципами, характером, уважающих окружающих и стремящихся изменить жизнь к лучшему. В лагере созданы благоприятные условия для всестороннего развития. Авторские программы, разработанные специально для лагеря, направлены на гармоничное развитие детей, а также нравственное, физическое и патриотическое воспитание. Лагерь расположен вблизи Парка «Патриот», музейные экспозиции которого одни из крупнейших в России. Это музеи авиации, бронететанковой техники, артиллерии, спортивные сооружения. Такое соседство оказывет положительное влияние на юных патриотов, проживающих в лагере.

Проект включает в себя организацию активного отдыха, оздоровление детей и подростков в естественных природных условиях. Это укрепление здоровья, регулярные занятия спортом и вневойсковой подготовкой, изучение и совершенствование навыков военно-прикладных и технических видов, приобретение навыков и основ походной техники, обучение оказанию первой медицинской помощи и действиям в чрезвычайных ситуациях, изучение истории и культуры России.

Дети, подростки или молодые люди, находясь в военно-патриотическом спортивном лагере, оказываются вне влияния семьи, школы, дворового сообщества. Оторванность от постоянного социального окружения, пусть и временная, дает молодому человеку возможность быть другим, быть разным, возможность экспериментировать со своим поведением, что, безусловно, является одним из важных условий осуществления полноценного психического и социального развития человека.

В военно-патриотическом лагере проходят проверку и закалку важные морально-волевые качества: организованность и ответственность, дисциплинированность и смелость, решительность и отзывчивость, трудолюбие.

В. ИВАНОВ

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ЮБИЛЕЕМ!

Галина Ивановна Пилюгина родилась 15.07. 1947 года в Москве. В 1971 году закончила Московский авиационный институт. Работала в радиотехническом институте, затем в банковской сфере.

В ветеранской организации Центрального административного округа трудится с 2011 года. В 2012 году избрана заместителем председателя Совета ветеранов Басманного района, а с 2013 года по настоящее время - председатель комиссии по патриотическому воспитанию молодежи совета ветеранов ЦАО, с 2021 года – член штаба Юнармейского движения по ЦАО.

Под руководством и при участии Галины Ивановны создана окружная комиссия по патриотическому воспитанию молодежи, проведено более 400 уроков мужества, 40 конференций, в т.ч. конференция «100 лет ВЛКСМ» в Музее Вооруженных Сил, проведено 27 круглых столов, участие в проекте С.С.Собянина «Слово солдата Победы».

Организован и проведен окружной смотр-конкурс школьных музеев к 70-летию Победы в Великой Отечественной войне. Участвовали 160 школ округа. Организован и проведен смотр-конкурс музейных комплексов «Помним героев войны и Победы».

Под руководством Пилюгиной Г.И. ветераны ЦАО принимали участие в 8 акциях, среди них «Бессмертный Полк», «День солидарности борьбы с терроризмом», «Не отнимайте Солнце у детей Донбасса» и др. Она принимала активное участие в 3-х Форумах, 2-х конференциях, проводимых Мосгордумой. По инициативе и при участии Пилюгиной Г.И. в округе стартовали проекты: «Чествование Героя» и «Мое предприятие в годы войны», на протяжении 12 лет она участвует в подведении итогов конкурса ЦАО «Летопись моего района», в котором ежегодно принимают участие от 50 до 100 ребят школьного возраста.

За свой труд награждена Почетной грамотой Центрального Совета ветеранов России, Почетной грамотой, грамотами и благодарностями Префектуры ЦАО, грамотами Совета ветеранов педагогического труда, МГСВ, СВ ЦАО с формулировкой «За многолетний труд, профессиональное мастерство и большой личный вклад в формирование у молодого поколения округа патриотического сознания и активной гражданской позиции».

Друзья и коллеги по ветеранской работе от всей души поздравляют Галину Ивановну с юбилеем. Желают ей активного долголетия, неиссякаемой энергии, здоровья, счастья.

Совет ветеранов Центрального административного округа

Ежегодно МГСВ радует ветеранов речными путешествиями по Москва-реке. На этих экскурсиях бывает до 1200 человек. Это увлекательное путешествие длится 4 часа. За это время ветераны могут полюбоваться достопримечательностями Москвы. На всех маршрутах, а их было двенадцать по числу округов, идет живая экскурсия.

Пожалуй, самое необычное здание, которое привлекло особое внимание экскурсантов – концертный зал «Дома музыки». Оно круглой формы и стеклянными фасадами. Проплыв под Большим Краснохолмским мостом в стороне осталась «Сталинская высотка». После Большого Устьинского моста впереди появляются очертания парка Зарядье. Огромное впечатление у ветеранов вызывал вид парящего моста, чуда инженерной мысли. Сразу за большим Москворецким мостом во всей красе предстает Кремль. Любоваться Московским Кремлем лучше всего вот так – на расстоянии. А далее - храм Христа Спасителя с золотыми куполами, величественный памятник Петру Первому. Четырехчасовые прогулки заканчиваются у причала «Парк Горького». Ветераны, побывавшие на таких незабываемых экскурсия, делятся своими впечатлениями на страницах газеты «Московский ветеран».

МУЗЫКАЛЬНЫЙ ТЕПЛОХОД

«Музыкальный теплоход» - так мы, ветераны и активисты Северо-Западного округа Москвы, назвали речную прогулку по Москва-реке, организованную Московским городским советом ветеранов.

Название, говорящее само за себя. Ведь скучно просто так прокатиться на теплоходике, поэтому мы и решили, что с песней такая прогулка будет не только интереснее, но и предоставит возможность раскрыть свой творческий талант всем желающим.

Наши ветераны - это особая каста. Люди, пережившие несколько волн кардинальных перемен в стране, не понаслышке зная, через какие трудности приходилось пройти советскому народу, закаленному в борьбе с продовольственными талонами и отсутствием приличной одежды в послевоенных магазинах...

Но тем не менее, не озлобившиеся, не растерявшие умение радоваться даже мелочам, умеющие найти позитивное зерно в любом деле - они с удовольствием включились в песенный марафон, устроенный в формате конкурса. А строгий и неподкупный состав жюри, возглавляемый председателем окружного Совета ветеранов Бережным Владимиром Николаевичем, непредвзято давал свои оценки каждому участнику.

Первыми на импровизированную сцену были приглашены солисты народного коллектива хора русской песни «Россияночка». Они и «зажгли» по-настоящему. Мало кому удалось усидеть на месте под задорные переливы народных песен. Да и остальные участники старались не меньше показать свои музыкальные способности.

По итогам музыкального конкурса победителями стали участники народного коллектива хора русской песни «Россияночка». Второе место единогласно было отдано творческому дуэту «Вовочка и Ирочка» (Малахов Владимир и Филатова Ирина). Третьим номинантом стал Колесников Виктор.

Время пролетело, как один сверкающий миг. Вот уже и теплоход причалил к берегу, услужливые матросы спустили трап, а дружные ряды ветеранов никак не могли расстаться друг с другом. Огромное спасибо организаторам этого необыкновенного действа за такую незабываемую песенно-речную прогулку!

Киселева Ольга,
член Совета ветеранов
района Митино

На снимках: *члены жюри; Виктор Колесников, район Хорошево Мневники, гитарист, занял 3 место; Марина Буздалина, район Митино; Ольга Киселева - солистка хора “Россияночка” (хор Россияночка занял в песенном конкурсе 1 место); Ирина Филатова и Владимир Малахов, район Митино (Владимиру Малахову присудили 2 место)*

9 августа 1942 года (80 лет назад) состоялась Ленинградская премьера Седьмой симфонии Дмитрия ШОСТАКОВИЧА

Этот день – 9 августа 1942 года – остался в летописи Великой Отечественной, в первую очередь, как свидетельство о несокрушимом ленинградском характере. В этот день состоялась Ленинградская, блокадная премьера Седьмой симфонии Дмитрия Дмитриевича Шостаковича.

Лязгающая, «железная» музыка – образ беспощадной силы. Перевёрнутое болеро, в котором столько же простоты, сколько сложности. Ленинградские радиорепродукторы передавали монотонный стук метронома – он многое подсказывал композитору.

Крупнейшие американские дирижеры – Леопольд Стоковский и Артуро Тосканини (Симфонический оркестр Нью-Йоркского радио – NBC), Сергей Кусевицкий (Бостонский симфонический оркестр), Юджин Орманди (Филадельфийский симфонический оркестр), Артур Родзинский (Кливлендский симфонический оркестр) обратились во Всесоюзное общество культурной связи с заграницей (ВОКС) с просьбой срочно самолетом выслать в Соединенные штаты четыре экземпляра фотокопий нот «Седьмой симфонии» Шостаковича и запись на пленку исполнения симфонии в Советском Союзе. Они сообщили, что «Седьмая симфония» будет готовиться ими одновременно и первые концерты состоятся в один и тот же день – случай беспрецедентный в музыкальной жизни США. Такой же запрос пришел из Англии. Партитуру симфонии отправили в Соединённые Штаты военным самолётом, и первое исполнение «Ленинградской» симфонии в Нью-Йорке транслировали радиостанции США, Канады и Латинской Америки.

Но с особым нетерпением «свою» Седьмую симфонию ждали в блокадном Ленинграде. 2 июля 1942 года двадцатилетний летчик лейтенант Литвинов под сплошным огнем немецких зениток, прорвав огненное кольцо, доставил в блокадный город медикаменты и четыре объемистые нотные тетради с партитурой Седьмой симфонии, на которой была авторская надпись: «Посвящается городу Ленинграду». На аэродроме их уже ждали и увезли, как величайшую драгоценность. А что же случилось 9 августа 1942-го? По плану гитлеровского командования в этот день Ленинград должен был пасть, у них даже были заготовлены пригласительные билеты на банкет в ресторане гостиницы «Астория».

Дирижёр Карл Ильич Элиасберг (немец по национальности) с превеликим трудом собрал оркестр в блокадном городе. Во время репетиций музыкантам выделили дополнительные пайки. Ударника Жаудата Айдарова Карл Ильич отыскал в мертвецкой, заметил, что пальцы музыканта слегка шевельнулись. «Он же живой!» – собравшись с силами, крикнул дирижер, и спас музыканта. Без Айдарова симфония в Ленинграде не состоялась бы – ведь именно он должен был выбивать барабанную дробь в «теме нашествия». Карл Ильич Элиасберг руководил симфоническим оркестром Ленинградского радиокомитета – единственным, который не покидал северную столицу в дни блокады. Для исполнения были собраны все музыканты, еще оставшиеся в городе.

И вот зажглись хрустальные люстры в зале Ленинградской филармонии. Музыканты в потрепанных пиджаках и гимнастерках, публика в ватниках… Только Элиасберг – со впалыми щеками, но в белой манишке, при бабочке. Войскам Ленинградского фронта был отдан приказ: «Во время концерта ни одна бомба, ни один снаряд не должны упасть на город». И город внимал великой музыке. Нет, это была не погребальная песнь Ленинграду, но музыка непоборимой силы, музыка будущей Победы. Восемьдесят минут израненный город прислушивался к музыке.

Через громкоговорители концерт транслировали по всему Ленинграду. Его слышали и немцы на передовой. Элиасберг вспоминал: «Отзвучала симфония. В зале раздались аплодисменты… Я прошел в артистическую… Вдруг все расступились. Быстро вошел М. Говоров. Он очень серьезно, сердечно говорил о симфонии, а уходя сказал как-то таинственно: «Наших артиллеристов тоже можно считать участниками исполнения». Тогда, честно говоря, я не понял этой фразы. И только много лет спустя узнал, что М. Говоров (будущий маршал Советского Союза, командующий Ленинградским фронтом) отдал приказ, на время исполнения симфонии Д.Д. Шостаковича, нашим артиллеристам вести интенсивный огонь по вражеским батареям и принудить их к молчанию. Я думаю, что в истории музыки такой факт – единственный».

«Нью-Йорк Таймс» писала: «Симфония Шостаковича была равносильна нескольким транспортам с вооружением». Бывшие офицеры Вермахта после войны разыскали Элиасберга и признались ему: «Тогда, 9 августа 1942 года, мы поняли, что проиграем войну». «Мы слушали симфонию в тот день. Именно тогда, 9 августа 1942 года стало ясно, что война нами проиграна. Мы ощутили вашу силу, способную преодолеть голод, страх, даже смерть». А симфония с тех пор так и называется – Ленинградская.

Мария ПЕТРОВЫХ:

«ВЕСЬ ВЕК ЛИШЬ СЛОВА ИЩЕШЬ ТЫ»

Мария Сергеевна Петровых (1908-1979) советская поэтесса и переводчица. Заслуженный деятель культуры Армянской ССР родилась в Норском посаде Ярославской губернии в семье директора фабрики «Товарищество Норской мануфактуры» Сергея Алексеевича Петровых.

В 1914 году поступила в подготовительный класс частной начальной школы в Ярославле, окончила три класса, готовилась к поступлению в гимназию. С 1922 года жила в Ярославле и училась в школе имени Н.А. Некрасова, посещала собрания местного Союза поэтов. В 1925 году переехала в Москву, поступила на Высшие государственные литературные курсы, где в эти годы учились Арсений Тарковский, Даниил Андреев, Юрий Домбровский. Заканчивала их в 1930 году экстерном уже как студентка литературного факультета МГУ. Работала литературным сотрудником в редакции «Гудка» и в «Сельхозгизе». Была в дружеских отношениях с А.Штейнбергом, С.Липкиным, А.Ахматовой, О.Мандельштамом. В июне 1937 года её муж, библиограф и музыковед Виталий Дмитриевич Головачёв, был арестован, постановлением особого совещания при НКВД СССР осуждён к 5 годам исправительно-трудовых лагерей и сослан в Медвежьегорск (Карелия). Он умер в спецлагере в 1942 году.

В годы войны Мария Петровых жила в эвакуации в городе Чистополь. Работала над переводами и зарабатывала ими на жизнь. Имела роман с А.А. Фадеевым, которому посвятила многие свои стихи. При жизни вышла одна небольшая малотиражная книга ее избранной лирики «Дальнее дерево» (1968). Между тем поэзию Марии Петровых высоко ценили Борис Пастернак, Арсений Тарковский и Анна Ахматова, которая назвала её стихотворение «Назначь мне свиданье на этом свете» шедевром русской лирики. Поэзию М.Петровых отличает чувство глубокой трагичности исторической эпохи и своей личной судьбы, духовное мужество перед лицом невиданных испытаний. Мария Петровых переводила андалузских, армянских, болгарских, грузинских, еврейских, индийских, литовских, польских, сербских, словенских, хорватских, чешских поэтов. Умерла 1 июня 1979 года. Похоронена на Введенском кладбище.

Артур ОРЛОВ

Мария Петровых и Анна Ахматова

* * *

Завтра день рожденья твоего.
Друг мой. Чем же я его отмечу?
Если бы поверить в нашу встречу!
Больше мне не надо ничего.

Ночью здесь такая тишина!
Звезды опускаются на крышу,
Но, как все, я здесь оглушена
Грохотом, которого не слышу.

Неужели ото всех смертей
Откупились мы любовью к детям?
Неужели родине своей
За себя достойно не ответим?

Это вздор! Не время клевете
И не место ложному смиренью,
Но за что же мы уже не те?
Кто мы в этом диком измеренье?

Завтра день рожденья твоего.
Друг мой, чем же я тебе отвечу?
Если бы поверить в нашу встречу!
Больше мне не надо ничего.

1942

* * *

Год, в разлуке прожитый,
Близится к весне.
Что же ты, ах что же ты
Не придешь ко мне?

Мне от боли старящей
Тесно и темно.
В злой беде товарища
Покидать грешно.

Приходи не думая,
Просто приходи.
Что ж тоску угрюмую
Пестовать в груди?

Все обиды прошлые
Замела пурга.
Видишь - поле ровное,
Белые снега…

1942

В минуту отчаянья

Весь век лишь слова ищешь ты,
Единственного слова.
Оно блеснет из темноты
И вдруг погаснет снова.
Ты не найдешь путей к нему
И не жалей об этом:
Оно не пересилит тьму,
Оно не станет светом.
Так позабудь о нем, пойми,
Что поиски напрасны,
Что все равно людей с людьми
Оно сроднить не властно.
Зачем весь век в борьбе с собой
Ты расточаешь силы,
Когда замолкнет звук любой
Пред немотой могилы.

* * *

- Что ж ты молчишь из года в год?
Сказать, как видно, нечего?
- О нет, меня тоска гнетёт
От горя человечьего.
Во мне живого места нет,
И все дороги пройдены,
И я молчу десятки лет
Молчаньем горькой родины.
Моя душа была в аду.
Найду ли слово громкое!
Любую смертную беду
Я обходила кромкою.
До срока лучшие из нас
В молчанье смерти выбыли.
И никого никто не спас
От неминучей гибели.
Когда б сказать об этом вслух!
Но вновь захватывает дух…
Решись, решись отчаянно,
Скажись хотя б нечаянно!
Тогда не страшно умереть
И жить не страшно. Кто ни встреть -
Всех озаришь победою.
Но промолчу весь жалкий век,
Урод, калека из калек.
Зачем жила - не ведаю.

Надпись на книге

Слова пустые лежат, не дышат,
Слова не знают - зачем их пишут,
Слова без смысла, слова без цели,
Они озябших не отогрели,
Они голодных не накормили,-
Слова бездушья, слова бессилья!
Они робеют, они не смеют,
Они не светят, они не греют,
И лишь немеют в тоске сиротства,
Не сознавая своё уродство.

Черта горизонта

Вот так и бывает: живешь -
не живешь,
А годы уходят, друзья умирают,
И вдруг убедишься, что мир не похож
На прежний, и сердце твое догорает.

Вначале черта горизонта резка -
Прямая черта между жизнью
и смертью,
А нынче так низко плывут облака,
И в этом, быть может, судьбы
милосердье.

Тот возраст, который с собою принес
Утраты, прощанья, наверное, он-то
И застил туманом непролитых слез
Прямую и резкую грань горизонта.

Так много любимых покинуло свет,
Но с ними беседуешь ты, как бывало,
Совсем забывая, что их уже нет…
Черта горизонта в тумане пропала.

Тем проще, тем легче ее перейти, -
Там эти же рощи и озими эти ж…
Ты просто ее не заметишь в пути,
В беседе с ушедшим - ее не заметишь.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ СОЛНЦА

Дорогие наши ветераны!

К сожалению, большая часть лета уже прошла, но по прогнозам синоптиков природа в ближайшие две недели еще планирует подарить нам чрезвычайно жаркие солнечные дни.

Многие из нас планируют провести это время на природе – в парках, на берегах рек и озер, на дачах. При этом, наслаждаясь заслуженным отдыхом, многие могут забыть о том, что солнце требует к себе очень внимательного и осторожного отношения.

Вот почему мы решили рассказать Вам о способах защиты кожи от ультрафиолета, как свести к минимуму или вовсе исключить его потенциальный вред. Вы узнаете, как определить фототип вашей кожи, правильно подобрать и использовать солнцезащитный крем и свой гардероб, когда желательно избегать пребывания на открытом воздухе; о влиянии некоторых лекарств, продуктов и напитков на повышение чувствительности организма к солнечным лучам.

КАК ВЫБРАТЬ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЙ КРЕМ?

При выборе солнцезащитного крема необходимо обратить внимание на указанное на его упаковке уровень защиты – значение SPF, что говорит о степени поглощения и/или отражения ультрафиолета данным кремом. Число SPF показывает, во сколько раз медленнее сгорит защищенная этим кремом кожа по сравнению с незащищенной.

Например, при использовании крема с SPF 30 до ожога кожи пройдет в 30 раз больше времени, чем для незащищенной кожи.

Но не стоит считать, что чем больше число SPF, тем дольше действует защита: все кремы оказывают эффект в течение лишь 2 часов.

Важно также понимать, что имеются индивидуальные различия во внешних проявлениях действия ультрафиолета у разных людей. Об этом говорит ваш фототип кожи. Фототип кожи – степень ее чувствительности на ультрафиолетовые лучи, выражающаяся в развитии потемнения кожи (загара) после облучения солнечными лучами. Этот показатель является врожденным и не меняется в течение всей жизни человека даже под воздействием различных внутренних и внешних факторов. При определении фототипа кожи обращают внимание не только на ее тон, но и на наличие веснушек и цвет глаз.

КАК ЧАСТО И В КАКОМ ОБЪЕМЕ НУЖНО ПОВТОРЯТЬ НАНЕСЕНИЕ КРЕМА С SPF?

Солнцезащитные кремы нужно наносить за 20-30 минут до выхода на улицу, а затем каждые 1,5-2 часа, которые вы проводите на солнце.

Используйте правило «чайной ложки и рюмки»: одну чайную ложку солнцезащитного крема наносите на лицо и шею и одну рюмку крема – на открытые участки тела.

При выборе крема нужно отдавать предпочтения водостойким. но, к сожалению, их стойкости не хватает для купания и они смываются в воде.

Поэтому сразу же после купания в озере или реке необходимо вновь нанести на кожу солнцезащитный крем.

КАКАЯ ОДЕЖДА ЗАЩИТИТ ВАС ОТ СОЛНЕЧНЫХ ЛУЧЕЙ?

Очевидно, что чем больше кожи закрыто любой одеждой, тем лучше вы защищены от солнечных лучей.

ПОМОЖЕТ ЛИ ЗОНТИК ОТ СОЛНЦА?

Хорошо, когда такой зонтик есть, но его одного недостаточно: защищая только от прямых солнечных лучей, он не помогает от т. н. диффузного ультрафиолета, который не имеет определенного направления, рассеиваясь в окружающей среде.

Помните, что снег, лед, песок, не поглощают, а отражают ультрафиолетовые лучи от своей поверхности. Поэтому даже в тени пляжного зонта или навеса, солнце также воздействует на человека.

МОЖНО ЛИ ЗАГОРЕТЬ В ВОДЕ?

Вода обладает способностью как отражать, так и поглощать солнечные лучи. Поэтому во время купания человек подвергается ультрафиолетовому облучению и сверху (отраженными световыми потоками), и снизу (преломленными лучами). Чтобы защитить организм от такого воздействия, кожа начинает усиленно синтезировать пигмент меланин, в результате чего части тела, находящиеся над водой, начинают покрываться загаром. Кстати, загореть можно и под водой (на небольшой глубине). Это объяснятся тем, что ультрафиолет, проникая сквозь толщу воды, рассеивается не сразу. Главная опасность «водного» загара в том, что солнцезащитный крем быстро разрушается, а сама вода может притуплять болевые ощущения от солнечных ожогов. Поэтому человек во время купания рискует получить больше проблем от пребывания на солнце, чем, например, просто загорая на пляже. После выхода из воды вытирайте кожу полотенцем, поскольку оставшиеся на ней капли воды, как оптические линзы, увеличивают интенсивность воздействия ультрафиолета.

В КАКИЕ ЧАСЫ МОЖНО БЕЗОПАСНО НАХОДИТЬСЯ НА СОЛНЦЕ?

Часы максимальной интенсивности УФ излучения зависят от географической широты места, где вы находитесь. Обычно это интервал между 10:00 и 16:00 часами. Поэтому следует избегать нахождения под солнцем в это время, либо увеличить использование солнцезащитных средств. Есть простой прием, позволяющий быстро и довольно точно определить время сильного ультрафиолета, там, где вы находитесь: именно в эти часы тень от вас короче, чем ваш фактический рост.

ЕСТЬ ЛИ РИСКИ ПОВЫШЕНИЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ КОЖИ К СОЛНЦУ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ПРОДУКТОВ, НАПИТКОВ, ЛЕКАРСТВ?

Известно, что многие пряные и лекарственные травы (например укроп и петрушка, зверобой), продукты и напитки (например, инжир, цитрусовые, морковь и пиво), а так же лекарства (например, тетрациклины (особенно доксициклин), мочегонные средства, сульфаниламиды, фторхинолоны, нестероидные противовоспалительные препараты, ретиноиды, ряд противоопухолевых средств) повышают фоточувствительность организма и увеличивают риск развития солнечных ожогов, злокачественных опухолей, фотодерматозов и фотостарения.

Поэтому советуем вам самим внимательно читать вкладыши-аннотации к препаратам.

Берегите себя и своих близких!

Если у вас остались вопросы по материалу этой статьи, есть темы, которые вы хотели бы обсудить, пишите мне на почту: *bogdanovanv59@mail.ru*

БОГДАНОВА Наталья Викторовна
заслуженный врач России, председатель общественной медицинской комиссии МГСВ

Для того, чтобы более точно определить фототип своей кожи и правильно подобрать солнцезащитный крем, можно использовать следующий тест:

ВОЛОСЫ	КОЖА	ВЕСНУШКИ
рыжие (5 баллов)	молочная (5 баллов)	много веснушек (5 баллов)
светлые (4 балла)	светлая (4 балла)	немного веснушек (3 балла)
светло-русые (3 балла)	светло-коричневая (3 балла)	нет веснушек (1 балл)
русые (2 балла)	смуглая (2 балла)	
тёмно-русые (1 балл)	очень смуглая (1 балл)	

В каждой колонке надо выбрать подходящую вам строчку и выписать соответствующий балл. Затем сложить полученные баллы.

15 баллов (самый светлый фототип) – вам нужен крем с SPF 50+ даже, если вы находитесь в средней полосе и в условиях города.

3–15 баллов – лучше использовать средства с SPF 30+.

3 балла (наиболее темный фототип) – находясь в городе вы можете использовать крем с SPF <30.

При определении тона своей кожи ее надо рассматривать при дневном свете на незагорелых частях тела (например, внутренняя поверхность бедер); можно сравнивать цвет кожи с листом белой бумаги. Быстро оценить свой фототип можно также, рассматривая вены на запястье с внутренней стороны - если они кажутся слегка зеленоватыми, то у вас теплый и более смуглый тон кожи, если голубыми - то это, скорее всего, указывает на 1 или 2 фототип.

Чем выше номер фототипа, тем быстрее человек загорает при меньшей вероятности развития солнечного ожога (покраснения кожи, образования пузырей и язв). Соответственно подбираем и солнцезащитный крем: для 4-6 фототипа кожи подходит SPF 30 и 30+, для 1-3 – SPF 50+.

ОВОЩНАЯ ГРЯДКА: НАКОРМИМ ВСЕХ

Чем больше будет растениями синтезировано углеводов, тем выше будет конечный урожай. А так как фотосинтез протекает в основном в листьях, от количества и размера этих листьев и зависит размер урожая. Но чтобы листьев было много, чтобы они были крупными, долго работали и не желтели раньше времени, посадкам требуется доступный азот. Поэтому в первой половине лета овощным культурам необходимы регулярные подкормки.

Наиболее эффективными азотными удобрениями являются аммиачная селитра и мочевина. Но они, к сожалению, с каждым годом, а в последнее время даже с каждым месяцем становятся всё дороже. Сделать подкормку менее дорогостоящей и более полезной помогает использование настоя из сорняков и растительных отходов. Такой настой сам по себе является хорошим удобрением, а добавление в него минеральных солей делает его ещё более полезным. Сейчас в настой нужно добавлять преимущественно упомянутые азотные соли, но позже улучшать его питательные свойства можно будет путем добавления ещё и вытяжки из суперфосфата, а также калийно-магниевых туков.

При дефиците минеральных азотных удобрений их вполне можно заменять раствором свежего коровяка или настоем птичьего помёта, в которые тоже по мере надобности можно дополнительно вводить те или иные минеральные соли фосфора, калия и магния.

Перед началом подкормки обязательно необходимо провести прополку, чтобы удобрения не доставались сорнякам. Следует также провести рыхление междурядий. Это поможет подкормочной жидкости быстрее впитаться в корнеобитаемый слой.

Более всего азотные подкормки необходимы капустным овощам, корнеплодам, луку и чесноку, огурцу, многолетним овощам. В то же время под перец, томат и баклажан их следует вносить в умеренных количествах. Иначе растения начнут жировать, гнать зелёную массу, что приведёт к задержке начала цветения.

АНЕКДОТЫ

— Алло, это полиция? Помогите, ко мне в дом забрался енот!

— Успокойтесь. Сделайте из разных вкусняшек дорожку, и он по ней уйдет!

…

Через некоторое время опять звонок:

— Я сделал все так, как вы сказали. И теперь у меня дома два енота!

❖ ❖ ❖

Бутылка “Тархуна”. Гордая надпись: “Изготовлен по старинному рецепту”.

Ниже: “Состав: вода очищенная, ароматизатор, идентичный натуральному (Е265), бензоат натрия, краситель (Е231)”.

❖ ❖ ❖

Надпись “Вход по пропускам” особенно ни к чему не обязывает. “Вход только по пропускам” означает, что надо договариваться с охранником. А вот: “Вход строго по пропускам”, заставляет задуматься, как попасть на объект.

РАБОТЫ В ЦВЕТНИКЕ

Все летние месяцы у дачников “страда”: надо уделить внимание всем садовым и огородным растениям, но нельзя пропустить и работы в цветнике.

УХОД ЗА МНОГОЛЕТНИКАМИ

К двадцатым числам июля окончательно прореживают многолетники (лихнис, рудбекию, люпин, дороникум, кореопсис, гипсофилу, мак восточный), которые были высеяны в апреле. Расстояние между цветами должно составлять от 25 до 40 см. В конце месяца цветы подкармливают органическими или минеральными удобрениями (аммиачная селитра – 20г, хлористый калий – 20 г, суперфосфат – 30 г). Расход удобрений должен составлять 1 ведро раствора на 20 кустиков. Этот же раствор подойдет и для удобрения распикированной в прошлом месяце рассады многолетних цветов: дельфиниума, примулы, аквилегии, пиретрума, колокольчиков, гайлардии, нивяника.

В последних числах июня, максимум в начале июля высеивают рассаду многолетников (незабудку, анютины глазки, маргаритки, гесперис). В конце июля рассаду необходимо распикировать.

Почва для пересадки должна быть с легким составом, и подготовить ее нужно заранее: 1 ведро перегноя, 2 ведра торфа, 2 ведра песка, 30 г хлористого кальция, 50 г суперфосфата и 300 г на 1 кв. м извести. За пару часов до пересадки грунт необходимо пролить так, чтобы он промок на 20см в глубину. Если в день пересадки установилась жаркая погода, то после полива почву нужно прикрыть, чтобы вода не испарялась. Саму пикировку лучше производить вечером, когда спадет жара. Кустик рассады нужно аккуратно извлечь из емкости, укоротить корни на треть и высадить в грядку на расстоянии 5 см друг от друга. Расстояние междурядий должно составлять 10 см. Первые 3–4 дня после пикировки сеянцы притеняют с утра и до вечера. Затем время притенения можно постепенно уменьшать. На седьмой день растения подкармливают раствором аммиачной селитры (10г на 10 л воды, расход – 1 ведро на 1 кв. м грунта) или настоем коровяка.

УДОБРЯЕМ ГЕОРГИНЫ, РОЗЫ И ОДНОЛЕТНИКИ

В середине июля самое время уделить внимание однолетникам, которые зацветают поздно и на долгое время. К таким цветам относятся бархатцы, календула, шалфей, астра, петуния, агератум, гвоздика, львиный зев, цинния, вербена и др. Для их подкормки подойдет настой куриного помета (1:20) или раствор коровяка (1:10). Расход – 1 ведро удобрения на 15 кустиков растений. Если выдалась засушливая погода, то после внесения удобрений растения необходимо полить. Астры также следует дополнительно подкармливать, когда начинают формироваться бутоны. Такая подкормка подойдет для роз и георгин с интервалом в 10–12 дней по 1 ведру на 5 кустов. Чтобы удобрения лучше проникли к корням растений, вокруг кустов роз и георгин нужно сделать небольшие бороздки глубиной до 8 см. При необходимости после подкормки кусты дополнительно поливают, а затем борозды засыпают грунтом.

Также в июле регулярно пасынкуют георгины, удаляют увядшие цветки роз. Если кусты роз привиты, то нужно удалять отрастающие от корня порослевые побеги шиповника.

В середине июля начинают появляться бутоны у флоксов, дельфиниума, колокольчиков, кореопсиса, астильбы, гладиолусов, кореопсиса, гайлардии, лихниса, рудбекии, гемерокалиса, нивяника. В этот период цветы особенно нуждаются в подкормке минеральными или органическими удобрениями. В начале и в середине месяца необходимо полить клематис куриным пометом (1:20) или раствором коровяка (1:10) с расчетом 1 ведро на 4 растения.

ПРОПОЛКА ЦВЕТОВ

На клумбах и грядках с цветами не допускается разрастания большого количества сорняков, поэтому их обязательно нужно регулярно пропалывать. После того как были произведены полив, подкормка или же прошел проливной дождь, землю необходимо взрыхлить. Особенно это относится к глинистой почве, которая быстро заплывает и образует на своей поверхности корку. Но при рыхлении будьте аккуратны, так как у некоторых цветов корни располагаются близко к поверхности и их легко повредить. Особенно это касается астр, ландышей, бархатцев, флоксов, ирисов, гемерокалиса – рыхление должно быть поверхностным, не глубже 2 см.

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

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Москве и Московской области.
ПИ № ТУ 50-838 от 10.11.2010 г.
Распространяется бесплатно
Адрес редакции: 127006, Москва, ул. Малая Дмитровка, дом 2.
тел.: 8 (495) 699-72-25

Газета отпечатана в ОАО «ПФОП «Волоколамская типография» г. Волоколамск, ул. Парковая, 9.
Заказ № 2668-22. Первый завод 10 000 экз.
Подписано по графику 10.08.2022 Подписано в печать 10.08.2022

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