МОСКОВСКИЙ ВЕТЕРАН

Издается с 1 октября 1994 года. 23 августа 2022 г. № 23 (810)

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

РОССИЯ ГОРДИТСЯ СВОЕЙ АРМИЕЙ И ФЛОТОМ

Об этом заявил Президент России Владимир Путин во время открытия Международного военно-технического форума «Армия-2022» и Армейских международных игр – 2022. Форум проходит на территории военно-патриотического парка культуры и отдыха Вооружённых Сил Российской Федерации «Патриот». Президент поблагодарил отечественных оружейников за оснащение армии современной техникой, которая в том числе позволяет эффективно выполнять задачи в ходе спецоперации по защите Донбасса.

С важным заявлением Владимир Путин обратился и к союзникам России за рубежом. Выступление президента на этом форуме – одно из самых ожидаемых политических событий. На форуме 1,5 тысячи наших разработчиков представили 28 тысяч отечественных образцов вооружения. Одни уже поступили в войска, другие вот-вот поступят. А еще немаловажный аспект – политический. На Западе надеялись, что форум будет немноголюдным, но он полон гостей, и это – уже знак поддержки.

«Мы высоко ценим то, что у нашей страны много союзников, партнеров, единомышленников на разных континентах, это государства, которые не прогибаются под так называемым гегемоном, их лидеры проявляют настоящий мужской характер и не прогибаются. Они выбирают суверенный, самостоятельный путь развития, хотят коллективно решать вопросы глобальной и региональной безопасности на основе международного права взаимной ответственности и учета интересов друг друга. Тем самым вносить свой вклад в защиту многополярного мира», – сказал глава государства.

Форум в Подмосковье очень значимое событие, к которому специалисты с разных континентов готовятся заранее. Большая экспозиция, десятки экспонатов стоят на открытой площадке. И сотни или даже тысячи – внутри, в павильонах. Особый интерес вызывает российское высокоточное оружие, боевые комплексы, основанные на новых физических принципах, аналогов которых в мире просто нет.

«Большое общественно-политическое значение имеет проведение в рамках форума международного антифашистского конгресса, уроки страшной трагедии, к которой привел нацизм человечество в XX веке, не должны быть забыты. Наш долг перед памятью миллионов жертв Второй мировой войны – жестко реагировать на попытки фальсификации истории, противодействовать распространению любых форм неонацизма, русофобии и расизма», – подытожил В. Путин.

В работе форума принимали участие ветераны России и Москвы. От Московского городского Совета ветеранов присутствовали: первый заместитель председателя МГСВ генерал-майор В.С. Мисковец и советник председателя МГСВ, генерал-полковник Р.С. Акчурин.

ИМ ПОКОРЯЕТСЯ НЕБО

ДЕНЬ ВОЕННО-ВОЗДУШНЫХ СИЛ ОТМЕТИЛИ В ПАРКЕ «ПАТРИОТ»

Торжественное празднование в честь Дня Военно-воздушных сил России состоялось в подмосковном парке «Патриот» в пятницу, 12 августа. Почетными гостями торжества стали ветераны ВВС, сотрудники Московского Дома ветеранов войн и Вооруженных Сил и представители Клуба заслуженных военных летчиков, летчиков-испытателей и штурманов России. В свой профессиональный праздник наши асы продемонстрировали мастерство в небе над парком «Патриот». Высший пилотаж в исполнении знаменитых «Русских витязей» и «Стрижей» - зрелище, как всегда, незабываемое. Военных летчиков и весь личный состав ВВС поздравил министр обороны Сергей Шойгу, который отметил неоценимый вклад Военно-воздушных сил в защиту рубежей России:

- Мы по праву гордимся подвигами летчиков, штурманов и авиационных специалистов, преклоняемся перед их исключительной храбростью, стойкостью и мужеством, проявленными в боях за свободу и независимость Родины. Сегодня Военно-воздушные силы успешно осваивают новое вооружение и технику, эффективно решают специальные задачи на Украине и в Сирии, оказывают помощь в ликвидации последствий стихийных бедствий. Уверен, что и впредь ВВС России будут приумножать славные боевые традиции и надежно обеспечивать безопасность страны, - отметил Сергей Шойгу. За мужество и героизм более 700 участников спецоперации по защите Донбасса удостоены высоких наград. Семеро военных летчиков стали Героями России. Двое — посмертно. В День ВВС, состоялась церемония вручения орденов и медалей.

ЮБИЛЕЙ

Е.А. ПЕТРОВУ – 95 ЛЕТ!

Евгений Андреевич родился 6 августа 1927 года, участник Великой Отечественной войны 1941-1945 гг., его трудовой стаж более шестидесяти лет, имеет звание «Почетного жителя Савеловского района». Многократно избирался председателем районного совета ветеранов войны и труда с 1992 года. Неоднократно занимал должность депутата Свердловского районного совета, советника Управы, заместителя председателя районного собрания.

За личный вклад в дело развития ветеранского движения в Савеловском районе и САО г. Москвы Евгению Андреевичу были присвоены Почетные звания, он был награжден медалями, почетными грамотами и благодарностями. И в настоящее время он принимает активное участие в делах Совета, в общественной жизни района.

Своим трудолюбием, компетентностью, чутким, отзывчивым и внимательным отношением к людям он заслужил глубокую признательность и уважение ветеранов Савеловского района Северного округа Москвы.

В помещении Совета ветеранов района Савеловский состоялось чествование юбиляра. Коллеги по работе и друзья сказали много теплых слов и пожеланий Евгению Андреевичу. От Московского городского совета ветеранов поздравить юбиляра приехали: первый заместитель председателя МГСВ Аксенов А.П. и советник председателя МГСВ Акчурин Р.С. Они передали ему слова приветствия от председателя МГСВ Пашкова Г.И., поблагодарили за многолетний труд на благо ветеранского движения Москвы и вручили ему подарок и букет цветов.

Сердечные слова содержатся в приветствии юбиляру от председателя Совета ветеранов Савеловского района О.А. Народицкого: «Дорогой Евгений Андреевич сердечно поздравляем Вас с 95-летием! Вы внесли значительный вклад в становление ветеранского движения Савеловского района и в целом Северного округа Москвы, в дело патриотического воспитания молодежи, щедро делясь накопленным опытом с молодым поколением. Вы прожили интересную, богатую событиями жизнь и кто, как не Вы можете убедительно и достоверно оценить и описать патриотический и трудовой подвиг ветеранов в тяжелые военные годы, годы становления народного хозяйства и мощи нашей Родины. И сейчас, оглядываясь на пройденный трудовой путь, Вы с уверенностью можете сказать, что каждый год был наполнен конкретными делами, напряженным трудом и успехами. Пусть Вам неизменно сопутствуют оптимизм и вера в свои силы, а тепло родных и близких приумножает в Вашем сердце неугасимую энергию. Искренне желаем Вам, Евгений Андреевич, крепкого здоровья, благополучия».

С. СЕРГЕЕВ

СИМВОЛ СТРАНЫ

22 августа в России в 29-й раз отметят День государственного флага. В Москве центральным мероприятием станет праздничный концерт на Поклонной горе.

День флага России был учрежден указом президента Российской Федерации Бориса Ельцина от 20 августа 1994 года. В этот день в 1991 году Верховный Совет РСФСР принял постановление «Об официальном признании и использовании Национального флага РСФСР», согласно которому следовало считать исторический флаг России - полотнище из горизонтальных белой, лазоревой и алой полос - официальным национальным флагом Российской Федерации.

Для гостей выступят известные артисты и музыкальные коллективы: Александр Ф. Скляр, Сергей Бобунец, Валентина Лисица, а также группы «Чайф», «Калинов Мост», «7Б», «Земляне», «Сурганова и оркестр», «25/17», «Серьга», Uma2rman и другие. Тематические праздничные мероприятия ко Дню флага России подготовили также столичные парки культуры и отдыха, библиотеки, культурные центры, музеи, кинотеатры сети «Москино» и дома культуры.

ВИЗИТ В ЦВКГ им. П.В. МАНДРЫКА

10 августа руководители Московского городского совета ветеранов посетили Центральный военный клинический госпиталь им. П.В. Мандрыка, где проходят лечение военнослужащие, получившие ранения в ходе специальной военной операции на Украине.

Первый заместитель председателя МГСВ А.П. Аксёнов, первый заместитель председателя МГСВ, генерал-майор В.С. Мисковец и советник председателя МГСВ, генерал-полковник Р.С. Акчурин встретились с военнослужащими и медицинским персоналом госпиталя.

Военнослужащие, проходящие лечение в госпитале, с радостью восприняли визит и не без гордости поделились информацией о награждении их высокими правительственными наградами за боевые заслуги. Состоялся увлекательный и полезный разговор поколений, посвятивших свою жизнь защите Родины. «У ребят настроение бодрое. После выздоровления они вновь готовы вернуться в строй», - отметил Р.С. Акчурин.

От имени московских ветеранов Аксенов А.П., Мисковец В.С., Акчурин Р.С. пожелали воинам крепкого здоровья, скорых встреч с родными, а также вручили им подарочные наборы, книги и журналы.

ПАМЯТИ ПАВШИХ

МОСКОВСКИЕ ВЕТЕРАНЫ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В ИСТОРИКО-ПАТРИОТИЧЕСКОЙ АКЦИИ «ПРОБЕГ СВОБОДЫ»

По просьбе Посла РФ в Словацкой республике И.Б. Братчикова Московский городской совет ветеранов поддержал инициативу словацких и чешских мотоциклистов объединения «Мотоциклисты Словакии – БРАТ ЗА БРАТА» Матуша Алекса, Яна Куба, Ростислава Мошачка, Яна Юрчика, Михаила Юрчика в проведении акции «Пробег Свободы», организованной Российским историческим обществом и фондом «История Отечества».

Проект посвящен павшим в боях Второй мировой войны героям-красноармейцам, а также бойцам 1-го Чехословацкого армейского корпуса и Словацкого национального восстания. Делегацию возглавил организатор словацкого гражданского объединения «Мотоциклисты Словакии» Матуш Алекса. Организация была образована в 2017 году. Ее основной задачей является сохранение памяти о событиях Второй мировой войны.

Встреча ветеранов Москвы с мотоциклистами произошла 11 августа в г. Москве на Поклонной Горе. После знакомства состоялось совместное возложение цветов к Вечному огню у Музея Победы. Далее посетили выставку «Обыкновенный нацизм», которая рассказывает об украинских националистах - пособниках нацистов в годы Великой Отечественной войны и проводит параллель с современными украинскими национальными батальонами, и посмотрели светозвуковую инсталляцию «Дорога к Победе» в Зале Славы.

В ходе посещения Музея Победы ветераны Москвы обменялись мнениями с активистами о событиях в Европе и Украине, которые показали единство взглядов. Мы патриоты своей страны, но наши политики перестали защищать интересы своего народа. А народ находится на вашей стороне, заявили члены делегации.

Ветераны МГСВ вручили делегации Словакии памятные сувениры, и пожелали успехов в проведении акции.

В.П. ВАХНИН
председатель общественной комиссии МГСВ по международным и межрегиональным связям

КРЕПИТЬ ВЕТЕРАНСКИЕ СВЯЗИ

9 августа Советом ветеранов поселения Марушкинское (председатель Ольга Ивановна Кирсанова) была организована поездка в Совет ветеранов города Боровска по обмену опытом работы по увековечиванию памяти защитников Отечества в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 годов.

Экскурсию по памятным местам и захоронениям воинов проводили заведующая Культурным центром г. Боровска Ольга Павловна Захарова, заместитель председателя Совета ветеранов г. Боровска Глухарёв Сергей Яковлевич, председатель комиссии по увековечиванию памяти защитников Отечества Черников Вячеслав Алексеевич.

Такое общение между Советами ветеранов различных городов очень интересно и необходимо. Это помогает в работе, укрепляет и создает связи между Советами ветеранов, пополняет их новой информацией о героических сражениях и местах славы России. Боровск – город воинской доблести.

Поездка закончилась просмотром документального фильма в Центре культуры об освобождении Боровска, обменом подарочной литературой.

О.И. ГРАФОВА
ответственный секретарь Совета ветеранов ТиНАО

ПРОВЕЛИ ТУРНИР

Шахматный клуб «Садовники» ЮАО г. Москвы традиционно отмечает день шахмат открытым турниром для всех любителей древней игры.

В этом году состязание проводилось в досугово-спортивном центре «Мир Молодых» по адресу: проспект Андропова, д.46, к.1. Актовый зал досугового центра едва вместил всех желающих принять участие в праздничном мероприятии.

Для участников турнира и гостей был организован кофе-брейк. Соперники, после встречи за шахматной доской, могли дружески побеседовать за чашкой чая. Соревнование проводилось в двух группах: начинающие, юные шахматисты и опытные ветераны шахмат. Самому младшему участнику турнира исполнилось 7 лет, а самому старшему – 85!

Фаворитами основного турнира являлись - трёхкратный чемпион Москвы среди ветеранов – Воеводин Владимир и мастер ФИДЕ Анохин Владимир. В пятом туре они сошлись в очном поединке. Не желая рисковать, соперники быстро согласились на ничью делая ставку на результативную игру в оставшихся партиях. К сожалению, Воеводин Владимир досрочно снялся с турнира. Это позволило Анохину Владимиру уже за тур до окончания соревнования обеспечить себе первое место. В итоге он набрал 8,5 очков из 9 возможных и стал победителем турнира!

На втором месте с 7 очками Майстровский Михаил. Для определения третьего призёра понадобилось считать дополнительные показатели. Сразу у пяти участников турнира оказалось по 5,5 очков. В итоге «бронза» досталась Отману Виктору. Королёва Галина стала лучшей среди женщин. В группе юных шахматистов уверенную победу одержал Горлышев Андрей. Участие в турнире юных шахматистов и ветеранов продемонстрировало дух преемственности поколений.

Все участники соревнования отметили хорошую организацию турнира и выразили благодарность руководителю структурного подразделения «Нагатинский Затон – Нагатино-Садовники» Коршуновой Наталье Евгеньевне и руководителю клубного объединения «шахматный клуб «Садовники» Шубину Геннадию Михайловичу.

Геннадий ШУБИН

На снимках: *участники наблюдают за партией лидеров: Анохин – Майстровский; Призёры основного турнира: Королёва Галина; Майстровский Михаил – 2 место; Анохин Владимир – 1 место; Отман Виктор – 3 место.*

ДЕНЬ ФЛОТА В ЛОМОНОСОВСКОМ

Ветераны Ломоносовского района ЮЗАО торжественно отметили День Военно-Морского Флота России - в этом году ему исполнилось 326 лет.

На праздник пришли ветераны, которые многие десятилетия служили во флоте и вписали в его историю славные страницы. Это три друга по службе и в жизни: капитан I ранга, командир атомной подводной лодки стратегического назначения, участник событий Карибского кризиса В.П. Кузнецов, контр-адмирал Н.В. Глыб, который считает себя учеником Кузнецова, и капитан I ранга, командир подводной лодки стратегического назначения А.А. Растворов. Также во встрече участвовал председатель Совета ветеранов военно-морской контрразведки Г.К. Соколиков и капитан I ранга А.Л. Егоров, служивший на Черноморском флоте. Всех их связывает не только море, но и многолетняя мужская дружба.

В этот день военных моряков тепло поздравляли не только представители администрации района, муниципального округа и районного Совета ветеранов, но и школьники. Председатель Совета ветеранов Ломоносовский И.О. Мамонтов и его заместитель Н.П. Варнацкая - организаторы этого замечательного вечера, вручили гостям авторские работы от победителей детского конкурса рисунков «Есть такая профессия - Родину защищать!» и сборники победителей конкурса школьных сочинений «Страницы Великой Победы». А юнармейцы Ломоносовского района, которые сейчас находятся в экспедиции на Байкале, прислали морякам видеопоздравление. Ну и какой же праздник без песен!

Песни советских композиторов о море и моряках, о мире, о Москве, о любви и дружбе исполнили солисты международного вокального центра «Сольвейг», музыкального театра с таким же названием и хор ветеранов. А поскольку мероприятие проходило в День десантника, 2 августа, капитан 3-го ранга (военно-морская контрразведка) Л.Ф. Николашин подарил морякам от «десантуры» песню «Когда усталая подлодка из глубины идет домой». Ему подпевал весь зал.

И в завершении концерта выпускница Гнесинки, член Союза писателей, уроженка Крыма, автор гимна города Керчь Ольга Дубова исполнила ряд авторских патриотических песен, посвященных непобедимому духу защитников России. Они звучали как гимн мужеству наших ветеранов и тем, кто сегодня несет суровую службу во имя мира на земле.

На празднике было много гостей, это и ветераны, и школьники, и председатель комиссии по патриотическому воспитанию Совета ветеранов ЮЗАО Г.Г. Королькова.

Татьяна КАЛМЫКОВА, руководитель информационного центра Совета ветеранов ЮЗАО

Фото автора

ПРЕКРАСНОЕ РЯДОМ С НАМИ

В настоящее время в Москве существует огромное количество театров различного направления, концертных залов и других площадок для представлений. Благодаря этому у ветеранов, в том числе проживающих в Южном административном округе, имеются широкие возможности для посещения любимых мероприятий в том числе на безвозмездной основе.

Почему эти направления в искусстве так близки человеку? Изначально театральное искусство зарождалось в древних игрищах и празднествах, где сочетались пение, танец, пантомима, действия, инструментальная музыка. Как неизменный спутник зрелища музыка имела место и в античных и в средневековых представлениях. Отметим, что в те времена музыкальные представления еще не имели определенного названия.

В дальнейшем бурный рост искусства связан с именами величайших гениев музыкального и театрального мира. Так, появляются и активно развиваются ранее неизвестные жанры в данной сфере благодаря величайшим композиторам, режиссерам, реформаторам, художникам, исполнителям и литературным деятелям. Лучшие представители общества с огромным удовольствием встречали появление нового подлинно национального театра.

Сегодня на сценах столицы воплощаются и звучат лучшие произведения русского и зарубежного репертуара, вошедшие по праву в сокровищницу мирового искусства. При этом указанные шедевры совмещают в себе новейшие инновационные технологии.

Хочется поделиться впечатлениями, не ослабевающими после концерта, который мне удалось посетить вместе с ветеранами. Организован он был Фондом Бельканто в Кафедральном Соборе Святых Петра и Павла 22 июля 2022 года. У Собора своя непростая, а порой и трагическая история. Строгие архитектурные линии, невероятной красоты акустика полностью погружают в атмосферу происходящего. Казалось бы сочетание не сочетаемого, мощный орган и эстрадный оркестр с нежнейшим духовым соло и видеорядами уводит в другой мир.

В концертной программе звучали интерпретации известных композиторов и любимых групп - ABBA, Морриконе, Квин. Музыка звучала на фоне медийных показов улочек Италии, Франции и прочих стран. Атмосфера необыкновенная! Великолепный оркестр с божественными звуками органа вызывал нереальные ощущения, а профессионально подобранный видеоряд зрительно дополнял картину полным погружением в прекрасное!

Всего семь нот! Но какую бурю эмоций у человека вызывают волшебные комбинации из этих семи нот: радость, восторг, печаль, скорбь, ликование и никого не оставляют равнодушным. Зрители ликовали, аплодировали; огромный зал был полон до отказа, после каждого исполнения - бурные аплодисменты с восклицаниями «Браво!». А в заключение концертной программы зал скандировал стоя и долго не отпускал исполнителей.

Огромную благодарность от имени ветеранов хочется выразить исполнителям и организаторам таких прекрасных мероприятий!

Н.В. МАРКОВА
председатель
культурно-массовой комиссии
Совета ветеранов ЮАО
г. Москвы

Посетили Парк «Патриот»

В подмосковную Кубинку, где расположены Военно-патриотический парк культуры и отдыха «Патриот» и Главный храм Вооруженных Сил Российской Федерации, повез своих гостей из Республики Беларусь москвич, полковник в отставке В.А. Киселев.

Валерий Анатольевич - заместитель председателя местного отделения «Боевое братство» района Раменки Западного округа Москвы (председатель - глава управы И.А. Алексеев). О патриотическом воспитании В.А. Киселевым молодежи газета рассказывала на своих страницах. Сегодняшняя моя заметка - это продолжение того рассказа. Примечательно, что на этот раз студенческой молодежью, которой полковник В.А. Киселев посвятил Урок мужества, были племянник и племянница его супруги, приехавшие из Минска на каникулы.

Среди гостей семьи Киселевых был также друг Валерия Анатольевича, тоже полковник в отставке, чей сын, кадровый офицер, принимает непосредственное участие в специальной военной операции на Украине. А у родственников из Донбасса, которые этим летом тоже приехали к Киселевым в Москву, сын окончил 11 классов, будет поступать в столичный вуз.

«Отдали дань уважения нашим воинам, помолились за них»,- сказал Валерий Анатольевич. Особенно важно, что поездка в Парк «Патриот» состоялась в День победы русской армии под командованием Петра I над шведами в Полтавском сражении. Русская армия разгромила армию Карла XII.

Полтавское сражение привело к перелому в Северной войне в пользу России.

Северную войну Россия вела со Швецией за выход к Балтийскому морю.

«Памятные даты России дороги для нас, подчеркнул В.А. Киселев».

Он поблагодарил газету за постоянное освещение патриотической темы.

Людмила Касперова

На снимке: *заместитель председателя местного отделения «Боевое братство» района Раменки В.А. Киселев со своими гостями из Республики Беларусь и Донбасса в Парке «Патриот».*

ПО ЧЕХОВСКИМ МЕСТАМ

10 августа состоялась поездка ветеранов столицы в усадьбу великого русского писателя А.П. Чехова

Экскурсия в подмосковную усадьбу Мелихово, где классик русской литературы создавал свои бессмертные произведения: пьесы рассказы и повести, произвела на всех неизгладимое впечатление.

Ветераны с волнением посетили главный дом чеховской усадьбы, прошли по комнатам, где все дышит памятью об Антоне Павловиче, узнали много интересных фактов о жизни Чехова в Мелихово.

Участники поездки еще раз восхитились не только писателем но и земским врачом, которым был Чехов, принимавший больных в своей усадьбе. На личные деньги он построил три земских школы, и занимался благотворительностью и просвещением. Для него было естественным служение общему благу, это было органической потребностью его светлой души. И это не может не восхищать!

Спасибо организатору экскурсии Московскому городскому Совету ветеранов, за предоставленную возможность ещё раз прикоснуться к творчеству и жизни нашего великого соотечественника!

Л. СУХОМЛИНА

Николай ЗАБОЛОЦКИЙ: «НО ВЕДЬ В ЖИЗНИ СОЛДАТЫ МЫ»

Н.А. Заболоцкий (1903–1958) выдающийся советский поэт и переводчик, тончайший лирик, новатор, прокладывавший новые пути в изящной словесности. Его стихи не перестают поражать своей философской глубиной и кристальной ясностью мысли в словесном изображении самых глубоких и трудно передаваемых человеческих чувств и переживаний.

Николай Алексеевич родился недалеко от Казани 24 апреля 1903 года. С 1913 по 1920 годы он жил в Уржуме Вятской губернии, где учился в реальном училище. В 1920 году оказался в Петрограде, где обучался на отделении языка и литературы Пединститута имени Герцена, которое закончил в 1925 году. Участвовал в создании литературной группы ОБЭРИУ. По окончании учебы получил место в отделе детской книги ленинградского ОГИЗа, которым руководил С. Маршак.

Сатирическое изображение НЭПА стало темой стихов раннего периода, составивших его первую поэтическую книгу «Столбцы». В ее основе – представление о мироздании как единой системе, объединяющей живые и неживые формы материи, которые находятся в вечном взаимодействии и взаимопревращении. Работал в детской литературе, в 1930-х годах сотрудничал с журналами «Еж» и «Чиж», писал стихи и прозу для детей. Многие стихи этого периода получили одобрительные отзывы, а в 1937 году вышла его книга.

19 марта 1938 года Заболоцкий был арестован и затем осужден по делу об антисоветской пропаганде. С марта 1944 года после освобождения из лагеря жил в Караганде. Там он закончил переложение «Слова о полку Игореве», ставшее лучшим в ряду опытов многих русских поэтов. Это помогло ему в 1946 году добиться разрешения жить в Москве. Снимал жилье в писательском поселке Переделкино. В 1946 году Заболоцкого восстановили в Союзе писателей. Начался новый московский период его творчества. Несмотря на удары судьбы, он сумел вернуться к неосуществлённым замыслам. В 1957 году вышел четвёртый, наиболее полный его прижизненный сборник стихотворений. Цикл лирических стихов «Последняя любовь» один из самых щемящих и мучительных в русской поэзии. Хотя перед смертью поэт успел получить и широкое читательское внимание, и материальный достаток, это не могло компенсировать слабость его здоровья, подорванного тюрьмой и лагерем. В 1955 году у Заболоцкого случился первый инфаркт, в 1958 году второй. 14 октября 1958 года он умер. Похоронили поэта на Новодевичьем кладбище.

* * *

В этой роще березовой,
Вдалеке от страданий и бед,
Где колеблется розовый
Немигающий утренний свет,
Где прозрачной лавиною
Льются листья с высоких ветвей, —
Спой мне, иволга, песню пустынную,
Песню жизни моей.

Пролетев над поляною
И людей увидав с высоты,
Избрала деревянную
Неприметную дудочку ты,
Чтобы в свежести утренней,
Посетив человечье жилье,
Целомудренно бедной заутреней
Встретить утро мое.

Но ведь в жизни солдаты мы,
И уже на пределах ума
Содрогаются атомы,
Белым вихрем взметая дома.

Как безумные мельницы,
Машут войны крылами вокруг.
Где ж ты, иволга, леса отшельница?
Что ты смолкла, мой друг?

Окруженная взрывами,
Над рекой, где чернеет камыш,
Ты летишь над обрывами,
Над руинами смерти летишь.
Молчаливая странница,
Ты меня провожаешь на бой,
И смертельное облако тянется
Над твоей головой.

За великими реками
Встанет солнце, и в утренней мгле
С опаленными веками
Припаду я, убитый, к земле.
Крикнув бешеным вороном,
Весь дрожа, замолчит пулемет.
И тогда в моем сердце разорванном
Голос твой запоет.

И над рощей березовой,
Над березовой рощей моей,
Где лавиною розовой
Льются листья с высоких ветвей,
Где под каплей божественной
Холодеет кусочек цветка, —
Встанет утро победы торжественной
На века.

Осеннее утро

Обрываются речи влюбленных,
Улетает последний скворец.
Целый день осыпаются с кленов
Силуэты багровых сердец.
Что ты, осень, наделала с нами!
В красном золоте стынет земля.
Пламя скорби свистит под ногами,
Ворохами листвы шевеля.

Ночное гулянье

Расступились на площади зданья,
Листья клена целуют звезду.
Нынче ночью - большое гулянье,
И веселье, и праздник в саду.

Но когда пиротехник из рощи
Бросит в небо серебряный свет,
Фантастическим выстрелам ночи
Не вполне доверяйся, поэт.

Улетит и погаснет ракета,
Потускнеют огней вороха…
Вечно светит лишь сердце поэта
В целомудренной бездне стиха.

* * *

Облетают последние маки,
Журавли улетают, трубя,
И природа в болезненном мраке
Не похожа сама на себя.

По пустынной и голой аллее
Шелестя облетевшей листвой,
Отчего ты, себя не жалея,
С непокрытой бредешь головой?

Жизнь растений теперь затаилась
В этих странных обрубках ветвей,
Ну, а что же с тобой приключилось,
Что с душой приключилось твоей?

Как посмел ты красавицу эту,
Драгоценную душу твою,
Отпустить,
чтоб скиталась по свету,
Чтоб погибла в далеком краю?

Пусть непрочны домашние стены,
Пусть дорога уводит во тьму, -
Нет на свете печальней измены,
Чем измена себе самому.

Старая сказка

В этом мире, где наша особа
Выполняет неясную роль,
Мы с тобою состаримся оба,
Как состарился в сказке король.

Догорает, светясь терпеливо,
Наша жизнь в заповедном краю,
И встречаем мы здесь молчаливо
Неизбежную участь свою.

Но когда серебристые пряди
Над твоим засверкают виском,
Разорву пополам я тетради
И с последним расстанусь стихом.

Пусть душа, словно озеро, плещет
У порога подземных ворот
И багровые листья трепещут,
Не касаясь поверхности вод.

НАДО УДЕРЖАТЬСЯ НА НОГАХ!

После 70-75 лет даже ещё крепкие физически и относительно здоровые люди, не жалующиеся на головокружения или перепады давления, начинают почему-то терять равновесие и падать. И получают травмы – ведь мышцы у пожилых людей уже в значительной мере утратили эластичность, а кости – крепость. Доктора справедливо считают: если не произошло перелома, следует поблагодарить судьбу. Ведь, например, после печально известного перелома шейки бедра только реабилитационный период занимает около полугода.

ПОЛЕЗНАЯ МЕДЛИТЕЛЬНОСТЬ

Пожилым людям прежде всего надо быть более внимательными и осторожными и развивать так называемую возрастную медлительность, когда человек осознанно начинает совершать движения медленно и неспешно, следя за тем, чтобы не потерять равновесие. Как ещё можно обезопасить себя от неожиданных падений?

Врачи сформулировали рекомендации для пожилых людей. Человек может упасть от головокружения или внезапно повысившегося давления. Но мы сейчас будем говорить не об этом. Гораздо чаще пожилые люди падают из-за усталости, невнимательности, излишней торопливости, не понимая, что силы у них уже не те, что в молодости.

Поэтому, советуют врачи, необходимо относиться к себе как можно бережнее и внимательнее. Почувствовали усталость – прилягте хотя бы на 10-15 минут. Это даст необходимый отдых организму, после которого можно с новыми силами продолжать дела.

ВОССТАНАВЛИВАЕМ КООРДИНАЦИЮ

В пожилом возрасте нарушается координация движений и, естественно, сбиваются тонкие настройки вестибулярного аппарата. Причины кроются в ослаблении кровоснабжения мозга и нарушениях деятельности периферической нервной системы. Такие явления могут быть связаны с атеросклерозом. Поэтому не забывайте принимать противосклеротические препараты, которые выписывают вам врачи. Интересно, что даже те долгожители, кто принципиально не пользуется фармацевтическими средствами, все-таки делают исключения для препаратов против атеросклероза.

Вестибулярный аппарат нужно тренировать, но мягко и осторожно. Обязательно включайте в утреннюю зарядку упражнения с махами ногами и руками. Не надо стремиться высоко поднимать ноги, как вы это делали в молодости. Даже совсем небольшой, осторожный мах с поддержкой тела – это уже тренировка для вестибулярного аппарата.

Координацию движений также надо восстанавливать. Есть очень полезное упражнение: медленно ходить по растянутой по полу ленте, ставя стопы одну за другой так, чтобы лента проходила под центром стопы. Делайте его ежедневно во время утренней зарядки хотя бы по пять минут – и ваша координация заметно улучшится.

Если позволяет состояние сердца, мышц и суставов, танцуйте. Танец – это прекрасная тренировка вестибулярного аппарата и координации. Кроме того, он выравнивает сердечный ритм и нормализует артериальное давление. Конечно, мы говорим о танцах в медленном и среднем темпе. Сейчас почти в любом парке есть танцевальная площадка для пожилых людей. Не стесняйтесь приходить туда. Ваш организм скажет вам «спасибо» и за дополнительную прогулку на свежем воздухе, и за гармоничную, необходимую телу физическую нагрузку.

О ЧЁМ ЕЩЁ НАДО ПОМНИТЬ?

Мгновенное головокружение и обморочное состояние, из-за чего легко упасть, могут быть вызваны неправильной позой, например с запрокинутой назад головой и поднятыми вверх руками. Долгое пребывание в такой позе может вызвать мгновенный скачок артериального давления из-за прилива крови к мозгу и чрезмерного напряжения шейных мышц. Если, допустим, вам необходимо развесить белье на верёвку или достать что-либо с дальней полки шкафа, поставьте рядом стульчик или скамейку и действуйте так: поднялись – вещь-другую вытащили – спустились – присели отдохнуть. Так будет гораздо безопаснее, пусть и дольше.

Не увлекайтесь горячими водными процедурами, в том числе баней. Ванную надо принимать комфортно тёплую. Во-первых, сильный прогрев слишком нагружает сердце и сосуды, что может привести к дурноте. Во-вторых, для истончившихся сосудов кожи, слабых мышц, сильно изношенных суставов активный прогрев не полезен: он может запустить в них дегенеративные и воспалительные процессы. Особенно противопоказаны прогревающие водные процедуры людям с варикозным расширением вен, а таких в пожилой возрастной группе много.

Будьте внимательны к тому, что вы едите. Не увлекайтесь жирными продуктами, к примеру свининой, взбитыми сливками и даже жирной рыбой, если вы не хотите создавать атеросклерозу дополнительные условия для прогрессирования и заработать старческую деменцию в ближайшем будущем. Помимо слишком жирных продуктов, нужно жестко ограничивать в рационе мучное и копчёности. Выбирайте нежирную морскую рыбу. Вспомните, что в Японии, где наибольшее число долгожителей, жители питаются в основном рыбой и морепродуктами.

Очень важно изгнать из своей жизни стрессы. Никто из нас не знает, сколько времени ему осталось, именно поэтому каждый день нужно проживать в хорошем настроении. Близким надо объяснить, что отныне стрессам в вашей жизни не место. А общение со знакомыми, которые приносят в вашу жизнь ненужные отрицательные эмоции, лучше прекратить, общаясь с теми, кто дарит радость.

Стоит учитывать ещё один важный момент: в преклонные годы возрастает метеочувствительность. Понаблюдайте за собой и постарайтесь понять, при каком фоне магнитного поля вы чувствуете себя нормально, а какие его изменения вызывают негативные метаморфозы в вашем самочувствии. Кстати, есть немало людей, которые хорошо переносят магнитные бури, а вот в предмагнитные или постмагнитные дни чувствуют себя плохо. Для чего надо разобраться с метеочувствительностью? Чтобы не назначать дел, чреватых падениями и травмами, на то время, когда ваш жизненный тонус снижен.

И, наконец, полюбите травяные чаи. Они нормализуют давление, сон и насыщают организм полезными минеральными веществами и витаминами, которые особенно необходимы в пожилом возрасте. Ромашка, мята, тысячелистник, липовый цвет, крапива, сирень, мать-и-мачеха, почки березы, иглы сосны – вот основной набор трав для чая. Вы можете добавлять щепотками сушёные травяные сборы к обычной заварке, а можете пить травяные настои и отвары. Сочетайте травы так, чтобы вкус напитка был вам приятен.

ПАДАЕМ ПРАВИЛЬНО

Если вы вдруг почувствовали, что теряете равновесие, старайтесь ухватиться руками за надёжно стоящие или закреплённые предметы и не валитесь всем весом на пол, а медленно сползайте. Это позволит избежать травм. Не падайте на колени и запястья. Постарайтесь упасть на бок, прижав к себе руки, согнув спину, подогнув ноги, то есть приняв, по возможности, позу эмбриона.

Если вы упали, полежите, успокойтесь, затем осторожно ощупайте себя, чтобы убедиться, что серьёзных травм нет. А потом постарайтесь позвонить близким или соседям и позвать их на помощь. После падения, даже если не было серьёзных травм, желательно сутки провести в постели, чтобы избавиться от стресса.

Ещё раз напомню: пожилые люди чаще всего падают не из-за каких-либо страшных болезней или угрозы жизни, просто у них гораздо хуже работает вестибулярный аппарат и есть нарушения координации движений. Если к этому добавить привычную спешку, невнимательность, неблагоприятный магнитный день или стрессовое состояние, есть реальная угроза упасть. Поэтому будьте внимательны и не спешите, держите свой организм в готовности, и он вас не подведёт: поможет избежать падения, вовремя «усадив» на стул или диван, а если уж падение произошло, то оно не принесёт значительных травм.

Анна КУЗЬМИНСКАЯ

ДЕКОР ИЗ МОЗАИКИ

Одним из наиболее простых и оригинальных элементов декора является мозаика из битой посуды. Идея создать что-то неповторимое, индивидуальное обязательно вас захватит, а дополнительным стимулом послужит тот факт, что декор не требует особенных денежных затрат.

Мозаикой из осколков можно обкладывать различные изделия, например цветочные горшки и кадки, фасады ящиков и дверцы шкафчиков, рамки для фотографий и обрамления зеркал.

Материалы для изготовления:

– старые битые чашки, тарелки;

– осколки керамической плитки, оставшейся после ремонта;

– различные фарфоровые вазы, прочие вещи, перешедшие в разряд хлама;

– грунтовка;

– затирка для швов;

– клеевой или строительный раствор, жидкие гвозди.

Если битая посуда представлена большими кусочками, разбейте ее на мелкие элементы. Для этой цели подойдет молоток. При этом посуду следует завернуть в ткань, что защитить вас от возможной травматизации. Горшки предварительно следует прогрунтовать, чтобы улучшить физические качества керамики. Для этого можно использовать клей ПВА, разведя его с водой в пропорции один к одному. После высыхания горшка кисточкой нанесите и распределите клей по поверхности горшка и приклейте осколки. Старайтесь приклеивать осколки так, чтобы между ними были небольшие расстояния. Затирка наносится спустя сутки. Перед тем как нанести ее, удалите излишки клея. Обработайте кусочек затиркой, подождите 20 минут, удалите излишки вещества при помощи влажной губки. Пальцами рук очень удобно прижимать затирку и распределять ее по всем нужным местам, а остатки лучше аккуратно снять шпателем. Аналогично эту операцию следует проделать со всеми кусочками мозаики. После того как ваш горшок будет полностью оформлен, отмойте его от ненужной грязи.

Битая посуда отлично подходит для декорирования мебели: шкафов, столов, сервантов, стульев. Декор в виде мозаики станет центром внимания гостей, создаст незабываемую атмосферу красоты и поэзии в доме и на даче.

АНЕКДОТЫ

Мама будит сына

- Витя, сынок, вставай, в школу пора!

- Не хочу, не пойду!

- Витя, сынок, вставай!

- Не пойду, я сказал!

- Витя, сынок , вставай, ты же директор школы!

❖ ❖ ❖

Сержант наставляет рядового женского батальона:

- И запомните, рядовая Алла Смирнова, часовой должен кричать: «Стой! Кто идет?», а не «Не подходи, а то закричу!

❖ ❖ ❖

К адвокату обращается клиент с просьбой взять на себя ведение бракоразводного процесса.

- Почему Вы хотите разойтись? - спрашивает адвокат.

- Я не в состоянии больше этого выносить. Моя жена имеет привычку ложиться спать утром.

- А что она делает всю ночь?

- Ждет меня.

ОТ УСТАЛОСТИ НЕ ОСТАНЕТСЯ И СЛЕДА

Работая на садовом участке, мы занимаемся кроме всего прочего и физкультурой. А это требует соблюдения определенных правил. В противном случае наступает перетренировка, а проще – переутомление.

Очень часто дачники обращаются к врачам с жалобами на повышенное давление, головные и мышечные боли, солнечные ожоги. И весь этот букет приобретен с первых дней выезда на участок после неумеренной физической нагрузки. В пожилом возрасте от такого переусердствования могут появиться и приступы стенокардии.

Поэтому физическую нагрузку, особенно в первые дни после приезда на участок, необходимо ограничивать легкой работой, лишь постепенно увеличивая ее. Нельзя шутить и с солнышком с первых дней и до конца сезона. Начинать солнечные ванны, обнажаясь до пояса, необходимо с 10 минут, увеличивая это время постепенно до 20 минут, не более.

Чтобы легче переносить физическую нагрузку и снимать утомление, применяют простейший массаж – растирания, разминания надплечий («погон»), плечевых, лучезапястных и коленных суставов ладошками, что облегчит работу и сердечно-сосудистой системы, а разминая крупные мышечные группы тех же плеч, рук, бедер и ног, мы предупредим и указанные тренировочные боли.

В солнечный день нельзя забыть и о головном уборе. В теплый день после работы желательно принять душ, благо сейчас в продаже есть эти сооружения практически на любой вкус и любой достаток. Если же нет душа, то полезно и обливание до пояса, а идеальный вариант – окунуться в реку или озеро. И от усталости не останется ни следа.

Важно включить в пищу ботву редиса, свеклы, моркови, редьки, репы, а также дикорастущие травы – листья крапивы, сныти, лебеды, манжетки, гравилата городского, заячьей капусты, дягила и др. Молодые листья их хороши в салатах, более зрелые – в квашеньях. Помыв и размельчив их ножом, заливают соленой водой с приправами, а для закваски добавляют кусочки черного хлеба. Через 3 дня квашенье готово. Не забудем еще выкапывать и сушить корни одуванчика, репейника, цикория, пырея ползучего для очистительного кофе: берут по 5 г каждого на пол-литра воды и кипятят 15 минут. Принимают этот кофе по полстакана после еды. Корни одуванчика хороши в супах, такие первые блюда очень любят во Франции.

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 № 2677-22. Первый завод 10 000 экз.
Подписано по графику 22.08.2022 Подписано в печать 22.08.2022

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