

МОСКОВСКИЙ ВЕТЕРАН



Издается с 1 октября 1994 года, 30 июня 2020 г. № 18 (734)
ГАЗЕТА МОСКОВСКОЙ ГОРОДСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕНСИОНЕРОВ, ВЕТЕРАНОВ ВОЙНЫ, ТРУДА, ВООРУЖЕННЫХ СИЛ И ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ



АКЦИЯ ПАМЯТИ НА БЕЛОРУССКОМ ВОКЗАЛЕ

22 июня, в День памяти и скорби на Белорусском вокзале Москвы состоялась акция в память о начале Великой Отечественной войны. В акции приняли участие представители Московского городского совета ветеранов.

стр. 2

ПОБЕДНЫЙ ПАРАД ВЕТЕРАНА

Накануне юбилейного парада Победы 24 июня Сергей Николаевич Руднев обратился с личной просьбой к президенту Путину не делать ему скидку на возраст – скоро 94! – и разрешить встать в ряды ветеранов на главной площади страны. Когда проучил согласие, радости его не было предела.

стр. 3

ВЕТЕРАНСКИЕ ОРГАНИЗАЦИИ – ИСТОЧНИК ОПЫТА

Пандемия коронавируса принесла много огорчений, но были и отдельные полезные моменты в жизни пенсионера. Например, масса свободного времени. Появилось желание проанализировать, разобраться, что же представляет собой наше ветеранское движение сегодня, его задачи и возможности.

стр. 4

ДОБИЛИ ФАШИСТОВ В ИХ ЛОГОВЕ

Из воспоминаний маршала, дважды Героя Советского Союза В.И. Чуйкова.

стр. 5

ПАРАД ПОБЕДЫ

Парад Победы на Красной площади в Москве, который состоялся 24 июня, ждали всей страной. Он стал событием, без которого невозможно представить юбилейный, 75-й год со дня Великой Победы. В этот день мы увидели все, что не смогли увидеть 9 Мая. Тожеественный марш парадных расчетов, пролет авиации. Этот парад – дань уважения тем, кто сражался за Родину, поколению победителей.

24 июня – знаменательная дата: 24 июня 1945 года на Красной площади состоялся знаменитый парад, посвященный победе СССР над фашистской Германией. Решение провести его было принято вскоре после 9 Мая 1945 года. В шествии участвовали более 30 тысяч человек, главными кандидатами становились те, кто проявил в боях Великой Отечественной героизм, храбрость и воинское мастерство.

Во время парада 24 июня 2020 года министр обороны Сергей Шойгу принимал доклады своих заместителей. О готовности войск ему сообщил Валерий Герасимов, начальник Генерального штаба. Над Красной площадью пробили куранты. Они отсчитали 10 ударов. И в тот же день, в тот же час, что и 75 лет назад, начался исторический парад.

Прозвучала мелодия песни «Священная война», почетный караул пронес по Красной площади Знамя Победы. Из ворот Спасской башни выехал автомобиль министра обороны. Принимал парад президент России Владимир Путин. Обращаясь к ветеранам, он отметил, что без их подвига нас бы не было. Советский Союз понес самые большие потери в этой войне. Ценой невероятных усилий страна сломала хребет нацизма.

В юбилейном параде участвовали около 14 тысяч военнослужащих и более 230 единиц техники. Среди них – 24 новейших образца, которые в этом году

зрители увидели впервые, в том числе, модернизированный зенитный ракетно-пушечный комплекс «Панцирь-СМ» с новыми малогабаритными ракетами, разработанными специально для уничтожения беспилотников.

По брусчатке Красной площади также прошли танки Т-90М и Т-80БВМ и «Армата», боевые машины пехоты «Курганец-25», БМП-2 с боевым отделением «Бережок», тяжелая огнеметная система ТОС-2, зенитно-ракетная система С-300В4 и береговой ракетный комплекс «Бал». Особым событием стал проход десяти парадных батальонов в форме образца 1943 года и проезд целого батальона легендарных танков Т-34. В воздух поднялись десятки боевых самолетов и вертолетов.

Среди почетных гостей на Красной



АКЦИЯ ПАМЯТИ НА БЕЛОРУССКОМ ВОКЗАЛЕ

22 июня, в День памяти и скорби на Белорусском вокзале Москвы состоялась акция в память о начале Великой Отечественной войны. В акции приняли участие представители Московского городского совета ветеранов. Цветы были возложены к мемориальной доске, посвященной первому исполнению песни-набата «Священная война» на Белорусском вокзале и памятнику, установленному в честь марша «Прощание славянки».

В мероприятии приняли участие первый заместитель председателя Московского городского совета ветеранов Акчурина Р.С., первый заместитель председателя Московского городского совета ветеранов Пашков Г.И., руководитель отдела МГСВ по работе с молодежью Харьков И.С., руководитель методического кабинета Попова Г.А., помощник председателя МГСВ Нуждин Л.Г., председатель совета ветеранов ЦАО Андриенко В.Н.

Война унесла жизни миллионов людей, а

сколько солдат и мирных жителей были ранены, контужены. А сколько страданий принесли людям потери своих близких. Поэтому отмечают не только великий День Победы 9 Мая, но и 22 июня - День памяти и скорби, чтобы помнить о том, какой ценой досталась Победа и делать всё возможное для того, чтобы эти подвиги повторять не пришлось. Место для проведения акции выбрано не случайно — отсюда отправлялись на войну с фашистами эшелоны красноармейцев и сюда возвращались победители.



На Красной площади прошел исторический Парад Победы. Полковник в отставке, участник шести парадов, заместитель руководителя местного отделения «Боевое Братство» района Раменки Валерий Киселев, был 24 июня 2020 года на гостевой трибуне во время юбилейного торжества.

НЕЗАБЫВАЕМЫЙ ДЕНЬ!



Исторический Парад в честь юбилея Великой Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг., никого не оставил равнодушным, — рассказывает глава Управы района Раменки, председатель местного отделения «Боевое Братство» Игорь Алексеев. Рядом с ветеранами — Верховный главнокомандующий Вооруженными силами РФ, президент нашей страны Владимир Путин. В его речи, обращенной к фронтовикам, ко всем участникам Исторического Парада Победы, к гостям, в числе которых главы иностранных государств, звучала благодарность великому подвигу фронтовиков, победивших фашизм.

Сопредседатель Регионального проекта «Историческая память», Наталья Мельяновская подчеркнула, что нынешний юбилейный Парад Победы, безусловно, войдет в славную историю России. В нем отражена прямая связь с историческим Парадом 24 июня 1945 года.

Житель района Раменки, полковник в отставке Валерий Киселев (на снимке крайний справа) шесть раз участвовал в парадах на Красной площади. В 1971, 1972, 1982, 1983 годах в составе пеших парадных расчетов, в 1974 и 1975 гг. на технике. А нынче, 24 июня, был на трибуне, где и поделился своими впечатлениями: «Одно дело, когда сам участвуешь — там больше думаешь, как себя больше показать, держать равнение, не подвести товарищей. А на трибуне... Видишь всю грандиозность Парада, мощь наших Вооруженных Сил. Испытываешь гордость за нашу страну! Все, кто сидели рядом со мной на трибуне, были восхищены Парадом. А вечером прогремел салют. Как и 75 лет назад.

Людмила КАСПЕРОВА



ХРАМ РУССКОГО ВОИНСТВА

В.В. ПУТИН В ДЕНЬ ПАМЯТИ И СКОРБИ ПОСЕТИЛ ГЛАВНЫЙ ХРАМ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

Президент России, главнокомандующий российскими войсками Владимир Путин вместе с главой Минобороны РФ Сергеем Шойгу и Патриархом Московским и всея Руси Кириллом 22 июня в День памяти и скорби посетили парк «Патриот» и главный храм Вооруженных сил РФ. Путин осмотрел собор Воскресения Христова и обратился к военнослужащим со словами приветствия. В своей речи он почтил память погибших в годы Великой Отечественной войны.

ВАХТА ПАМЯТИ

В День памяти и скорби сотрудники управы района Раменки, возглавляемой Игорем Алексеевым, совместно с представителями общественного движения «Ночные волки» приняли участие в патриотической акции «Вахта памяти».

К памятнику, расположенному на территории экспериментального завода душистых веществ (на Сетуни), были возложены живые цветы, зажжены свечи. Акция была посвящена году памяти и славы России, 75-летию Великой Победы, увековечению подвига павших героев нашей Родины и сегодняшнему Дню памяти и скорби. Примечательно, что в те же дни в Москве стартовала акция «Линия памяти» на Крымской набережной.

Среди тех, кто зажег там первую свечу у памятных дат Великой Отечественной войны, был координатор проекта «Историческая память», депутат Мосгордумы Евгений Герасимов. Никто не забыт, ничто не забыто.

СОБ. ИНФ.



ПОБЕДНЫЙ ПАРАД ВЕТЕРАНА



Накануне юбилейного парада Победы 24 июня Сергей Николаевич Руднев обратился с личной просьбой к президенту Путину не делать ему скидку на возраст – скоро 94! – и разрешить встать в ряды ветеранов на главной площади страны. Когда проучил согласие, радости его не было предела.

Участие в Параде Победы на Красной площади я принимал уже три раза, в этот 75-й Юбилейный год Победы иду в четвертый раз. Китель, что на мне будет на параде – действующий с моей военной службы», – рассказал нам ветеран.

Я, – говорит Сергей Николаевич, – хотел бы начать рассказ о себе с 1941 года. 22 июня началась война. Мы с родителями жили в Москве на шоссе Энтузиастов. Поскольку я жил в районе военных заводов и на моих глазах с первых дней войны брали винтовки и стали уходить на фронт молодые работники и пожилые специалисты, я – четырнадцатилетний мальчишка призадумался, а кто будет работать на заводах? Мы, школьники, если будем продолжать учебу, кто будет помогать фронту, получит ли он боеприпасы, вооружение? Я решил не идти учиться в седьмой класс, а поступить на военный завод. Меня приняли с удовольствием. Смены длились по двенадцать часов. Мы точили снаряды к авиационной бронебойной пушке. Было очень тяжело и голодно, с трудом выдерживали эти смены.

Через год я пошел в вечернюю школу. Закончил седьмой класс. В то время седьмой считался средним образованием, и можно было поступить в техникум. Я поступил в Московский дорожно-механический техникум, где проучился год, и узнал, что идет набор в военноморское училище, которое было эвакуировано на время войны из города Выборга Ленинградской области. Оно располагалось у Матросского моста, жили в общежитии МГУ им. Ломоносова.

В 1944 году перед занятиями мы числились кандидатами в училище и помимо работы нас использовали как помощников для сбора дров в лесу (тогда

Москву нечем было отапливать, угля совсем не было, Донбасс был разрушен, угля не давал, а под Москвой уголь не тот и его было мало). Перед войной в лесах Подмосковья наготовили много дров, поэтому было принято решение ими отапливать дома. В деревне Петрищево, где была казнена гитлеровцами Зоя Космодемьянская, растянули палатки, полевые кухни и начали погрузку на машины для отправки на станцию Дорохово поленья. Норма была сорок восемь кубов. Вскоре мы сдали все экзамены и нас зачислили курсантами в военно-морское училище. В восемнадцать лет я приехал в город Выборг. Когда ехали, из поездов видели разрушенный Ленинград, который только вышел из блокады. Картина перед нашими глазами встала страшная: выбиты окна, разрушены фасады, измученные жители. Все было разрушено и в Выборге, учебный год начинать мы не могли. Мы стали восстанавливать здание, малярить, стругать столы. Через два месяца наш корпус был готов к учебе. В это время наши войска перешли границу СССР, устремились на Берлин. А окраинные города справа и слева наши войска обходили, чтобы не терять темпов наступления. Когда было принято решение освобождать эти окраинные города, то начали с самого правого города по линии фронта Печенга. Он находился на самом берегу Баренцева моря и занят был до сих пор фашистскими и финскими войсками.

Начали город Печенга освобождать, но было невыгодное для наших войск расположение города для освобождения: рельеф особый, большая высота, справа море. Много положили солдат из пехоты. И тогда из Генерального штаба пришел приказ: «Город брать с моря». И

вот мы курсанты здесь и потребовались в качестве матросов на торпедных катерах, вооруженных двумя торпедными аппаратами. Основная сила должна была выступить с Севера, а здесь и немецкие подводные лодки и опасный рельеф дна, глубоко. На военных транспортах по четыреста вооруженных автоматами морских пехотинцев, мы сразу попадали под прицел немцев. Поэтому было принято решение соорудить прикрытие, устроить коридор, по которому бы проходил транспорт. С двух сторон мы стояли катер к катеру до самого берега, обеспечив тем самым проход шести транспортов по четыреста человек. Мы загоразжили наш транспорт от немецких подводных лодок. К вечеру город Печенга был освобожден. В том бою погибли мои сокурсники: двенадцать молодых ребят, два катера разнесло в щепки: «Честь им, память и слава!»

Был приказ Сталина: «Всем частям и соединениям, участвовавшим в освобождении города Печенги, присвоить наименование «Печенгских». Наша бригада стала называться «Печенгская краснознаменная орденов Ушакова и Нахимова 1-й степени бригада торпедных катеров Северного флота». Я получил медаль за «Боевые заслуги». Тогда она была единственной и очень мне дорога. Задача нами была выполнена, и мы отправились в город Выборг на учебу.

В ночь на 9 мая мы проснулись от яркой вспышки и звона рынды (колокола). Дневальный стал кричать: «Подъем, Победа!». Что здесь началось: мы все оделись и «вылетели» из кубрика на двор, начали палить в небо, обниматься, целоваться. Нам дали увольнительные, мы пошли гулять в город.

Училище я закончил в 1947 году. Меня отправили на службу в Амурскую флотилию в город Хабаровск лейтенантом. Потом из Хабаровска перевели в Комсомольск-на-Амуре. Там я решил пойти учиться в Военную академию. Сначала закончил десятилетку, получил аттестат. Сдал экзамены и поступил в академию. Во время учебы я успел послужить на Тихоокеанском и Балтийском флотах. Получил звание капитан. Позже меня назначили на должность майора в топливный отдел в Краснознаменной Кронштадтской военно-морской крепости. Потом на три года я поехал служить на Новую Землю, потом в Калининград. Закончил службу в должности подполковника. Вот такой мой жизненный путь.

Яна КАПИТОНОВА

ПАМЯТИ ТОВАРИЩА

На 92 году ушел из жизни участник Великой Отечественной 1941–1945 гг., многолетний председатель Совета ветеранов СЗАО города Москвы В.В. СЕМЕНОВ (1928–2020).

Когда началась война, Виктору Владимировичу было 13 лет. Через 3 года, в 16 лет он сбежал из Москвы, оставив родителям записку: «Уехал на фронт».

На товарных поездах и попутных машинах подросток добрался до фронта Восточной Пруссии, где стал рядовым пехоты действующих войск 3-го Белорусского фронта. «Во время войны день рождения не отмечали, – вспоминает ветеран. На 17-летие мне старшина подарил пачку махорки, но я ее отдал товарищам, так как никогда не курил».

После войны Виктор Владимирович служил в армии в различных регионах СССР – от Кенигсберга до острова Итуруп на Курилах. Служил в Подмосковье в воздушно-десантных войсках, был инструктором парашютно-десантной подготовки. За плечами 110 прыжков. Потом работал на военной кафедре МИЭМ, занимался работой по воспитанию подрастающего поколения в окружном Совете ветеранов. А несколько лет назад став его председателем.

Виктор Семенов был награжден орденом «Отечественной войны» II степени, медалью «За боевые заслуги», медалью «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.» и другими наградами. Но самой ценной для себя наградой ветеран считал медаль «За взятие Кенигсберга», где 17-летним рядовым пехоты встретил долгожданную Победу.

Начиная с 1995 года В.В. Семенов вел большую общественную работу в Совете ветеранов СЗАО, долгие годы был его председателем, много сделал для патриотического воспитания молодежи и увековечения подвига советского народа а годы Великой Отечественной войны. Память о Викторе Владимировиче всегда будет жить в наших сердцах.

Московский городской совет ветеранов



НАГРАДЫ ЗА ДОБЛЕСТЬ И ТРУД

ЮБИЛЕЙНЫЕ МЕДАЛИ К 75-Й ГОДОВЩИНЕ ПОБЕДЫ ВРУЧИЛИ ВЕТЕРАНАМ ПОСЕЛКА РУБЛЕВО

В Кунцевском районе в поселке Рублево завершились мероприятия по вручению участникам Великой Отечественной войны и труженикам тыла юбилейных медалей «75 лет Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.».

В церемонии принимали участие председатель Совета ветеранов района Кунцево Н.Ю. Никандров и председатель первичной организации № 8 Е.М. Шабурова. Юбилейные медали, цветы и подарки ветеранам вручили депутат муниципального округа Кунцево, директор ГБУК «Дом культуры «Рублево» С.В. Мальцева, советник главы Управы Д.В. Лещенко и депутаты округа Кунцево.

Следует отметить, что мероприятие проводилось в ознаменование 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов. В знак глубокого уважения к подвигу, героизму и самоотверженности ветеранов войны указом президента РФ от 13 июня 2019 г. № 277 «О юбилейной медали «75 лет Победы в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.» юбилейными медалями награждены сорок шесть жителей поселка Рублево: тридцать пять тружеников тыла и шесть участников Великой Отечественной войны. Пятеро ветеранов были награждены посмертно. Многим, кто по состоянию здоровья не смог принять участие в торжестве, медали были вручены на дому.

Обращаясь к ветеранам, председатель первичной организации № 8 Е.М. Шабурова подчеркнула: «В последние годы мы все острее осознаем – чем дальше уходит в историю Победный 1945 год, тем отчетливее видится жестокая правда войны и то, какой ценой был завоеван мир на земле. На вашу долю выпали безмерные лишения, которые вы мужественно преодолели, сражаясь на фронте и работая в тылу. А затем вы же восстанавливали и укрепляли разрушенное войной хозяйство. Мы безгранично благодарны вам за подаренный мир!»

Пресс-центр Совета ветеранов ЗАО



СЛАВИТЬ ПОДВИГ ГЕРОЕВ

ИНФОРМАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПРЕСС-ЦЕНТРА СОВЕТА ВETERANОВ ЗАО Г. МОСКВЫ

В феврале 2016 года председателем Совета ветеранов ЗАО Скрыбиным В.А. было подписано Постановление Президиума окружного совета о создании пресс-центра. В его состав вошли три человека: Красильников Борис Николаевич, член Союза писателей России, руководитель пресс-центра; Золотаревский Александр Алексеевич, профессор, доктор наук; Гребцов Игорь Григорьевич, член Союза журналистов, участник Великой Отечественной войны.

На Пресс-центр возложили обязанности: отображение деятельности ветеранской организации ЗАО в СМИ; выпуск литературных произведений патриотической направленности и фильмов. Гребцов И.Г. по состоянию здоровья и по возрасту не смог принять участие в работе вновь созданной структуры. Пришлось искать новые кандидатуры. В работу включились Михаил Данченко, писатель; Ирина Дубчак, журналист; Виктор Зателепин, учитель; Яна Капитонова, член союза журналистов. Затем, спустя 3 года, мы пригласили Людмилу Касперову, члена Союза писателей и журнали-

стов, Дениса Лыткина – председателя Молодежного экспертного Совета, Наталью Мельяновскую – помощника депутата.

Пресс-центру исполняется 4 года. До этого я работал больше года в окружном Совете ветеранов неофициально. Писал статьи, книги, выпускал фильмы под руководством тогдашнего председателя Совета Шалимова Олега Борисовича. В настоящее время состав пресс-центра состоит из 8 человек, которые опубликовали статьи: Красильников – 108 (6 книг), Капитонова – 134; Дубчак – 65; Данченко – 25 (книга «Наследие Кунцева»); Мельяновская - 24;

Лыткин – 26; Касперова – 45; Скрыбин – 15.

Все статьи и книги в основном посвящены деятельности Совета округа, ветеранских организаций районов и первичек, и, главным образом, участникам войны. Всего за 3,5 года вышло порядка 380 статей, с учетом не опубликованных всего около 560.

Пресс-центром также было опубликовано 6 книг, посвященных участникам войны, героям Советского союза, деятельности Префектуры, окружного совета, МГСВ, Дома ветеранов. Книга «Живые легенды Победы» посвящена фронтовикам, Героям Советского союза

– москвичам. Опубликована за счет гранта победителя в конкурсе «Лига здоровья нации». Книга «Так сражались Герои» опубликована за счет финансирования главой муниципального округа «Можайский» Чамовских Сергеем Николаевичем. Книга «История создания ЗАО и окружного Совета ветеранов» опубликована за счет финансирования по указанию Префекта Александрова Алексея Олеговича. Книга «История создания МГСВ» – выпуск финансируется Комитетом общественных связей и МГСВ. Книга «История создания Дома ветеранов» – выпуск финансируется редакцией газеты «Ветеран». «Они защищали Родину» – выпуск финансируется Комитетом общественных связей – посвящена 75-летию победы над фашистской Германией.

При написании книги о Героях Советского Союза я встречался со всеми ними на дому, и в музее на Поклонной горе, где неоднократно выступал в Дни Победы, а также трижды выступал в Государственной Думе, которой подарил около 1000 книг. Книга «Так сражались Герои» является победителем конкурса МГСВ «Шел солдат во имя жизни». Я помог Герою Советского союза – писателю Брайко Петру Евсеевичу написать и опубликовать книгу «Всем смертям назло».

Установлена связь со многими редакциями, выпускающими статьи и книги, а также с обществом «Офицеры России» – руководителем Антон Цветков; с Фондом поддержки Героев Советского Союза (москвичей) – президент Зарудин Юрий Федорович, с музеем Великой Отечественной войны 1941–1945 гг. на Поклонной горе, с Фондом Героев Советского союза – Президент Сивко Вячеслав Владимирович, с клубом Героев – Антошкин Николай Тимофеевич, с инсти-

тутом МЭСИ, с Главой муниципального округа «Можайский» - Чамовских Сергей Николаевич, с Главой Управы – Шакиров Рустем Маратович, Комитетом общественных связей, с организациями ГППП, МРТЗ, Государственной Думой, а также со многими школами округа, где постоянно выступаю, участвую в разных мероприятиях, с газетами «Ветеран», «Московский ветеран», «На западе Москвы».

Пресс-центр участвовал в мероприятиях по захоронению погибших в войне советских солдат (64 воина) под г. Тулой, деревня Хотьково. Помимо статей и книг Пресс-центром выпускались фильмы «Дорогами войны» – победитель конкурса «Гражданская инициатива» - председатель Кудрин Алексей Леонидович. Фильм «Герои Великой Победы» состоит из 4-х фильмов «Разгром немцев под Москвой», «Сталинградская битва», «Курская битва», «Падение Берлина». Этот фильм каждый год показывают в Музее ВОВ на Поклонной горе. Фильм «Трудный путь к Победе» финансировался Главой муниципального округа «Можайский» – Чамовских Сергеем Николаевичем и был подарен общественным организациям, школам и всем участникам войны Можайского района. Фильм «Победа» был создан в честь 75-летия Победы Советского союза над фашистской Германией.

Вот такая краткая информация о работе Пресс-центра. Я благодарю за хорошую работу всех членов Пресс-центра, а также всех, кто внес свой посильный вклад в его деятельность.

Б.Н. КРАСИЛЬНИКОВ,
руководитель Пресс-центра
Совета ветеранов ЗАО
г. Москва

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Коллектив общественной комиссии МГСВ по международным и межрегиональным связям сердечно поздравляет ветерана труда, почетного ветерана г. Москвы А.А. РУДИК с 70-летием.

Александра Алексеевна вносит заметный личный вклад в ветеранское движение на разных уровнях – районном, окружном и городском, в том числе, в выполнении государственной программы патриотического и духовно-нравственного воспитания новых поколений. При ее активном участии проводятся мероприятия по знаменательным и памятным датам в посольствах Беларуси, Китая, КНДР, Сербии, Словакии, Чехии и Польши с приглашением представителей мира искусства и культуры. Александра Алексеевна способствует сохранению исторической памяти и правды, объективной оценки Второй Мировой и Великой Отечественной войн.

В течении целого ряда лет она возглавляет Фонд памяти полководца маршала Г.К. Жукова, отдавая этому много сил и энергии. Заслуги А.А. Рудик в ветеранском движении, ее активность и инициативность неоднократно отмечались наградами и благодарностями. Александра Алексеевна проявляет заботу об участниках и ветеранах Великой Отечественной войны, в частности, при решении вопросов их медицинской реабилитации.

Во главе делегаций МГСВ она совершает поездки в европейские страны, участвуя в организуемых там посольствами России мемориальных акциях в честь Дня Победы. Коллектив комиссии от души желает Вам, Александра Алексеевна, крепкого здоровья и дальнейших успехов на благо ветеранского движения Москвы.

Н.А. ПАНИЧЕВ

Председатель общественной комиссии МГСВ по международным и межрегиональным связям



ДОБИЛИ ФАШИСТОВ В ИХ ЛОГОВЕ

Из воспоминаний маршала, дважды Героя Советского Союза В.И. Чуйкова, отличившегося в Сталинградской битве, участника трех войн, кавалера 9 орденов Ленина и большого количества советских и иностранных наград, командующего 8-й гвардейской, прославленной в боях, армией Василия Ивановича Чуйкова (1900–1982).

21 апреля 1945 г. наши войска окружили Берлин – столицу гитлеровской Германии. 8-я гвардейская армия была сосредоточена на юге Берлина, а части 28-го и 29-го гвардейских корпусов подошли 23 апреля к реке Шпрее, форсировали ее под покровом ночи, а гвардейцы 88-й дивизии под руководством генерала Б.Н. Панкова заняли пригород Фалькенбург. Мы шли навстречу частям союзников – Англии и США. 25 апреля 1945г. состоялась историческая встреча на Эльбе в районе Торгау. Воины 58-й гвардейской дивизии Первого Украинского фронта маршала И.С. Конева тепло встретились с патрулями 69-й пехотной дивизии 1-й армии США. Советским войскам выпала ответственность взять Берлин, в котором находилось все фашистское отребье вермахта во главе с Гитлером. Задача состояла в том, чтобы заставить коварного и еще сильного врага с помощью оружия принять условия безоговорочной капитуляции, как было решено и записано в Ялтинской декларации великих держав антигитлеровской коалиции (Крымская конференция глав правительств трех держав – СССР, США и Англии во второй мировой войне, которая состоялась 4–11 февраля 1945 г. в Ялте). Для этого необходимо было взять Берлин. Эта миссия была поручена маршалу Г.К. Жукову, командующему 1-м Белорусским фронтом и маршалу И.С. Коневу, возглавлявшему 1-й Украинский фронт.

22 апреля 1945г. в имперской канцелярии фашистов в Берлине на последнем совещании Гитлер впервые признал, что война проиграна. Последний штурм логова гитлеровцев наша армия начала 25 апреля 1945 г. Ранее американская и английская авиации превратили город в руины, в которых находились фашистские преступники и головорезы. Там были сосредоточены батальоны СС, оружие всех систем, 113 станций метро,

десятки оборонительных строений, одетых в бетон. Схватки с фашистами носили ожесточенный характер. Как поется в песне «Последний бой он трудный самый». За четверо суток наши войска прорвались к центру Берлина на 12 км. 29 и 30 апреля наши воины с тяжелыми боями занимали правительственные кварталы Берлина. Войска 8-й гвардейской армии и 1-й гвардейской танковой армии генерала М.Е. Катукова – с юга, войска 3-й ударной армии генерала В.И. Кузнецова и 5-й ударной армии генерала Н.Э. Берзарина – с востока и севера, танкисты 2-й гвардейской танковой армии генерала С.И. Богданова – с запада, войска маршала И.С. Конева – с юго-запада.

Первого мая 1945г. генерал В.И. Чуйков сообщил командующему фронтом Г.К. Жукову, что на командный пункт доставлен немецкий генерал пехоты, начальник генерального штаба германских сухопутных войск Ганс Кребс, который заявил, что уполномочен установить контакт с Верховным Главнокомандованием Красной армии для проведения переговоров о перемирии. Командующий фронтом Г.К. Жуков немедленно направил на командный пункт генерала В.И. Чуйкова своего заместителя генерала В.Д. Соколовского. Ганс Кребс старался оттянуть время и втянуть Советский Союз в длительные переговоры, но В.Д. Соколовский по поручению Г.К. Жукова заявил, что прекращение военных действий возможно лишь при условии полной капитуляции германских войск перед всеми союзниками.

2 мая 1945г. офицеры штаба 47-й гвардейской дивизии встретили на Потсдамском мосту гитлеровских парламентариев – полковника и двух майоров. Полковник по имени фон Дуфвинг сделал заявление о том, что он начальник штаба 56-го танкового корпуса уполномочен командиром корпу-



са генералом артиллерии Гельмутом Вейдлингом заявить советскому командованию о решении прекратить сопротивление частей 56-го танкового корпуса и капитулировать. Полковник предъявил документ, подписанный генералом Вейдлингом, который был еще и командующим обороной Берлина.

В сопровождении двух генералов своего штаба 2 мая 1945 г. в 6 часов утра генерал Вейдлинг сдался в плен. Когда генерал В.И. Чуйков спросил у Вейдлинга, что с Гитлером и Геббельсом, он ответил, что Фюрер 30 апреля принял яд, а Геббельс и его семья должны были покончить с собой. Тогда генерал В.Д. Соколовский, присутствовавший на допросе, сказал Вейдлингу, чтобы он отдал приказ о полной капитуляции. Вейдлинг написал: «30 апреля фюрер покончил с собой и, таким образом, оставил нас, присягнувших ему на верность, одних. По приказу фюрера, мы, германские войска, должны были еще драться за Берлин, несмотря на то, что иссякли боевые запасы и несмотря на общую обстановку, которая делает бессмысленным наше дальнейшее сопротивление. Приказываю: немедленно прекратить даль-

нейшее сопротивление. Вейдлинг, генерал артиллерии, бывший комендант округа обороны Берлина».

Далее Василий Иванович вспоминает о незабываемых минутах тишины после капитуляции фашистской Германии и то, как из парка Тиргартен после последнего выстрела в восточном бункере вышла с песней рота гвардейцев 79-й стрелковой дивизии под командованием гвардии капитана Н.И. Кручинина. Плечом к плечу, в едином строю шли воины-победители по центральной улице Берлина, где фашистские главаря строили утопические планы о мировом господстве.

Чуйков В.И. после Победы много сделал для укрепления обороноспособности нашей страны. Он ушел из жизни 18 марта 1982 г. и, по его завещанию, был похоронен на Мамаевом Кургане в Сталинграде, где 12 сентября 1942 г. был организован Командный пункт его армии, у подножия знаменитого монумента «Родина – мать», рядом с погибшими офицерами и солдатами 8-й гвардейской армии.

Н.Г. ГОЛИКОВА, вдова инвалида Великой Отечественной войны



НАМ НУЖНА ОДНА ПОБЕДА

Булат Шалвович Окуджава (1924–1997), советский и российский поэт, бард, прозаик и сценарист, композитор. Автор около двухсот авторских и эстрадных песен, один из наиболее ярких представителей жанра авторской песни. Участник Великой Отечественной войны. Гвардии красноармеец.

В апреле 1942 года добился досрочного призыва в армию. Был призван после достижения совершеннолетия в августе 1942 года и направлен в 10-й отдельный запасной минометный дивизион. После двух месяцев подготовки с октября 1942 года на Закавказском фронте, минометчик в кавалерийском полку 5-го гвардейского Донского кавалерийского казачьего корпуса. 16 декабря 1942 года под Моздоком был ранен. После госпиталя в действующую армию не вернулся. С января 1943 года служил в 124-м стрелковом запасном полку в Батуми и позже радистом в 126-й гаубичной артиллерийской бригаде Закавказского фронта, прикрывавшего в этот период границу с Турцией и Ираном. Демобилизован в марте 1944 года в звании гвардии красноармейца. Был награжден медалями «За оборону Кавказа» и «За победу над Германией», в 1985 году – орденом Отечественной войны I степени.

*Здесь птицы не поют,
Деревья не растут,
И только мы, к плечу плечо
Врастаем в землю тут.*

*Горит и кружится планета,
Над нашей Родиной дым,
И значит, нам нужна одна победа,
Одна на всех – мы за ценой не постоим.
Одна на всех – мы за ценой не постоим.*

*Нас ждет огонь смертельный,
И все ж бессилён он.
Сомненья прочь, уходит в ночь отдельный,
Десятый наш десантный батальон.
Десятый наш десантный батальон.*

*Лишь только бой угас,
Звучит другой приказ,
И почтальон сойдет с ума,
Разыскивая нас.*

*Взлетает красная ракета,
Бьет пулемет неумолим,
И значит нам нужна одна победа,
Одна на всех – мы за ценой не постоим.
Одна на всех – мы за ценой не постоим.*

*От Курска и Орла
Война нас довела
До самых вражеских ворот.
Такие, брат, дела.*

*Когда-нибудь мы вспомним это,
И не поверится самим.
А нынче нам нужна одна победа,
Одна на всех – мы за ценой не постоим.
Одна на всех – мы за ценой не постоим.*

АНГИНА В ЛЕТНЮЮ ЖАРУ – ВОЗМОЖНО ЛИ ТАКОЕ?

Заболевание, которое нельзя игнорировать



Ангина, или острый тонзиллит, – это воспаление небных миндалин и других лимфатических структур ротоглотки, которое не имеет четкой сезонности и может застать врасплох даже в летнюю жару. Это одна из наиболее распространенных внебольничных инфекционных патологий в мире. Первый яркий симптом – боль в горле – поначалу может не восприниматься всерьез, и очень напрасно...

Летняя ангина особенно коварна своим стремительным развитием и повышенным риском осложнений – это часто происходит из-за того, что в жару даже при сильной боли в горле мы не пренебрегаем холодными напитками и не соблюдаем постельный режим, перенося ангину «на ногах» и рискуя позволить ей перейти в более сложную стадию. Ангина (от лат. *angra* – сжимаю, сдавливаю, душу) – это обиходное название острого тонзиллита (*от лат. tonsillae – миндалины*), возбудителями которого чаще всего являются бактерии (стрептококки и стафилококки), реже вирусы и грибковая флора. Заболевание протекает с общими симптомами интоксикации на фоне местных проявлений в виде острого воспаления небных миндалин. Без своевременно начатого лечения бактерии быстро «выходят» за пределы миндалин и могут приводить к опасным осложнениям в виде гнойных процессов различной локализации.

Причины заболевания. Во время летней жары поврежденная солнцем кожа, будучи самым большим по площади органом выделения, активно оттягивает на себя иммунный ресурс, заставляя организм экстренно мобилизовать механизмы теплоотдачи и работать в «нештатном» режиме. В таких условиях тем, у кого иммунная система может дать адекватный ответ, не слишком страшны жара, перепады температур и даже переохлаждения. Но, поскольку похвастаться крепким иммунитетом может далеко не каждый, причиной ангины могут стать безобидные, на первый взгляд, кондиционер, мороженое или выпитый на жаре напиток со льдом. В результате резкого температурного перепада снижается защитная функция слизистых оболочек горла, из-за чего организм становится более подвержен атакам микробов. Употребление газированных сладких напитков и большого количества сладостей повышает в крови уровень сахара, создавая отличную питательную среду для бактерий. Также могут спровоцировать ангину хронические инфекции ро-

товой полости – в первую очередь кариес и пародонтит.

Основные симптомы ангины. Как правило, заболевание начинается с резкого повышения температуры тела до 38-39°C с ломотой во всем теле, общей слабостью и ознобом. Сухость и першение в горле быстро перерастают в сильную боль, возникающую не только во время приема пищи или питья – они чувствуются постоянно. Ангина может протекать в разных видах, начиная с катаральной – это самая легкая форма с воспалительной реакцией поверхностных слоев слизистой миндалин, без гнойных наложений. При гнойной бактериальной ангине можно увидеть в зеве покрасневшие, увеличенные миндалины, на которых видны желтовато-белые гнойные образования. Фолликулярная и лакунарная ангины – это гнойные формы, и протекают они значительно тяжелее. Ангина сопровождается увеличением шейных лимфатических узлов и иногда отеком в области шеи, затрудняющими поворотные движения головы. Пациента может беспокоить повышенное слюноотделение и снижение аппетита – не только из-за интоксикации, но и в силу того, что больно глотать.

Лечение ангины. При сильной боли в горле в сочетании с налетами на миндалинах и высокой температурой следует обязательно обратиться к врачу. Важно соблюдать правильный режим – даже если состояние больного не слишком тяжелое, длительность постельного и полупостельного режима должна быть не менее недели. В отличие от простуды, ангина коварна своими разнообразными осложнениями, поэтому в большинстве случаев больному назначаются антибактериальные препараты. Возбудителем патологического процесса при ангине является преимущественно стрептококк (чаще всего *Streptococcus pyogenes*), и если его наличие определено лабораторно при помощи бактериологического исследования посева биоматериала с небных миндалин с определением чувствительности к антианти-

кам, то назначение определенных лекарственных препаратов показано и обосновано. Однако, до получения результатов анализов проходит, как правило, не менее 3-7 дней, – а лечение начинать необходимо сразу, иначе велик риск развития осложнений. Возможность с первых часов болезни снять остроту симптомов и даже, в определенных случаях, избежать необходимости приема синтетических антибиотиков, дает терапия с включением комплексных гомеопатических лекарственных препаратов. Еще очень важно, особенно при лечении антибактериальными средствами, употреблять большое количество теплого питья – это обеспечивает выведение токсинов через почки и кожу.

Осложнения после ангины могут быть вызваны токсическим воздействием стрептококков в виде патологии сердца, суставов и почек. Наиболее частым из них в пожилом возрасте является ревматическое поражение сердечной мышцы – поэтому уже с самого начала заболевания рекомендуется превентивно поддерживать миокард, принимая натуральные средства. Со стороны почек осложнения проявляются пиелонефритом и гломерулонефритом, которые могут возникать через 1-2 недели после перенесенной ангины. Поражение суставов в виде артрита ревматической природы тоже не редкость. Отек, гиперемия (краснота) кожи над суставами, болезненность при движениях и в состоянии покоя – вот то, с чем может столкнуться человек, перенесший ангину «на ногах», без

должного лечения. Чтобы этого не произошло, в период реабилитации рекомендуется поддерживать костную и мочевую системы гомеопатическими препаратами (см. таблицу).

Профилактика. Основным способом уберечься от летней ангины является поддержание иммунитета на должном уровне, что, в свою очередь, зависит от сбалансированного питания, режима дня и уровня физической активности. Не менее важную роль играет соблюдение гигиены – регулярная чистка зубов, мытье рук, использование личных полотенец, столовых приборов и посуды. Повысить активность иммунной системы можно с помощью введения в рацион продуктов, являющихся природными иммуностимуляторами – фейхоа, мед, грецкие и кедровые орехи, облепиха, чай с чабрецом, лимоны, грейпфруты, настой шиповника, имбирь.



ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ АНГИНЫ

Название	ДЕЙСТВИЕ И ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ
ФИТАНГИН ЭДАС-105 капли (ЭДАС-905 гранулы)	Облегчает воспалительный процесс за счет снятия отека, першения и боли в горле.
ПРОПОЛАН ЭДАС-150 капли	Назначается в качестве антимикробного и иммуномодулирующего средства, для лечения и профилактики.
ФАРИНГОЛ ЭДАС-126 капли для полоскания	Облегчают течение острого и хронического тонзиллита, снимая болезненные ощущения в горле.

ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ОСЛОЖНЕНИЙ АНГИНЫ

НЕФРОНАЛ ЭДАС-128 капли (ЭДАС-928 гранулы)	Для предупреждения и лечения воспалительного процесса почек и мочевыводящих путей.
АРТРОМИЛ ЭДАС-119 капли (ЭДАС-919 гранулы)	Для терапии артритов, развившихся или обострившихся после ангины, при хр. тонзиллите.
КАРДИОБАД таблетки	При дисфункциональных состояниях сердечно-сосудистой системы, в качестве кардиотонического средства и дополнительного источника витаминов С и флавоноидов.



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)



ПОРОШОК, ГЕЛЬ ИЛИ МЫЛО?

Средства для стирки белья могут быть крайне разнообразными — от сухих до жидких, от обычного мыла до мыльных орехов. По большей части они отлично сочетаются со стиральными машинами, так что выбор ограничивается лишь личными предпочтениями и стремлением к натуральности средств.

СТАНДАРТНЫЕ ПОРОШКИ

Средство для стирки в виде порошка включает в себя смесь ПАВ, соду, силикат натрия, за счет чего средство приобретает необходимую щелочность и другие компоненты. Кроме того, в порошки могут добавлять отбеливатели разного рода, отдушки и т. д. Сыпучая смесь бывает преимущественно белой с различными вкраплениями. Она относится к категории средств бытовой химии.

Все компоненты в порошке за что-то отвечают. Одни помогают снижать жесткость воды, другие усиливают эффект отстирывающих компонентов, третьи выводят пятна. Также в современных порошках есть вещества, которые подавляют пенообразование.

Считается, что компоненты порошка могут наносить вред коже, а в некоторых случаях сказываются и на работе печени, почек, мозга и даже снижают иммунитет. Снизить вред порошка можно, соблюдая простые правила безопасности. Во-первых, не стоит дышать над ним в процессе засыпания порошка в отсек машины. Во-вторых, можно использовать перчатки, защищающие руки при насыпании и дозировке средства. Естественно, не стоит исключать более тщательные режимы полоскания и отжима. Если есть страх перед таким средством, можно полоскать не один раз. При появлении нежелательных реакций стоит сменить средство и посетить врача для нормализации состояния.

ЭКОПОРОШКИ

На фоне новых веяний и любви ко всему натуральному индустрия средств бытовой химии перестраивается и предлагает новые варианты для тех, кто предпочитает выбирать все с приставкой «эко». Так, сегодня на полках магазинов есть и специальные экопорошки, позиционирующиеся как натуральные, основывающиеся на вытяжках из растений. Такие варианты обычно подбирают люди с чувствительной кожей и аллергии. Однако стоит понимать, что врачи-дерматологи нередко отмечают, что растительные компоненты в косметике или в

бытовой химии далеко не всегда являются панацеей, так как могут вызвать еще большую аллергию.

Перед выбором натурального порошка необходимо тщательно изучить этикетку. В основе такого средства зачастую лежит мыло (чаще всего речь идет о мыльной стружке, не содержащей ароматизаторов и красителей), а также могут присутствовать и другие компоненты, которые не будут раздражать кожный покров. Если в таком средстве есть ПАВ, то они будут растительными. Для усиления чистящего эффекта в такие порошки добавляют соду. Обычно подобные варианты биоразлагаемые, что наносит меньше вреда окружающей среде. Но есть и нюанс — стоимость их будет выше, чем у обычного средства.



Кроме того, стандартные правила, которые помогут снизить негативный эффект от любого средства из арсенала бытовой химии, никто не отменял — защита дыхательных путей, рук и более тщательное полоскание. И, конечно же, крайне важно проверять сроки годности — натуральные средства хранятся меньше.

ГЕЛЕВАЯ СТИРКА

Сегодня наравне с порошкообразными средствами на полках магазинов появились и гелевые капсулы. Также присутствует и гель в бутылках. Если говорить с точки зрения состава, то средства на основе геля будут примерно схожи со стандартным порошком — в них также есть ПАВ, фосфаты и прочие раздражающие компоненты.

Однако с точки зрения своего воплощения они будут несколько полезнее — ведь летучие фракции порошка легче

и проще попадают в дыхательные пути. Также твердые частички могут цепляться за ткань и хуже вымываться (поэтому и требуется более тщательное полоскание). С гелем в этом плане будет спокойнее. Капсулы и вовсе удобнее и безопаснее, потому что не создается контакта с моющим средством.

Отдельным плюсом капсул является тот факт, что в них может быть запечатано не только средство для стирки, но и отбеливатель или кондиционер. Также их не нужно отмерять по пропорциям — все уже сделано за вас. Но такие варианты несут под собой определенную опасность — с яркими капсулами хочется поиграть и детям, и животным, а там и до отравления недалеко. Также подобные варианты не подходят для ручной стирки, так как средство в них очень концентрированное, что может плохо сказаться на коже рук.

МЫЛО

Один из вариантов, которые многие предпочитают, — это мыло или мыльная стружка. Дешево и сердито. И для здоровья будет более безопасно. Правда, мыло должно быть без каких-то усложняющих компонентов, типа отдушек или ароматизаторов. Обычно для стирки применяют разные варианты хозяйственного средства. Можно приобрести уже готовую стружку, а можно просто взять кусок и на терке сделать стружку самостоятельно. Мыло для стирки содержит в своем составе органические жирные кислоты животного происхождения. Меняется лишь концентрация жирности — оно может быть как 40%, так и 80%. Чем выше цифра, тем меньше пенится средство, а значит, мыло с высокой концентрацией жиров можно использовать в машинке. Правда, стоит понимать, что после нескольких стирок в ней может образоваться жирный налет.

Из плюсов такого варианта называют отсутствие аллергии на него, а значит, им можно стирать даже детские вещи, высокую степень очищения от пятен с сохранностью целостности ткани и, конечно же, высокую экономию средств.

Из минусов такого средства выделяют запрет на стирку шерстяных вещей и шелка, появление осадка при стирке в холодной воде и некоторую подготовку к процессу стирки (имеется в виду ручное натирание на стружку).

МЫЛЬНЫЕ ОРЕХИ

Приверженцы всего натурального все чаще обращают внимание на такое средство для стирки, как мыльные орехи. Это натуральные орешки, которые кладут непосредственно в машину. Они не вызывают аллергии. Мыльные орехи относятся к категории плодов мыльного дерева, которое распространено в Азиатских странах. По сути, это не орехи, а ягоды, но название плотно закрепилось за плодами.

В орехах мыльного дерева содержится много сапонинов — это соединение органики, которое при соприкосновении с водой образует пену. Орехи используют для стирки любых тканей. Достаточно просто положить штук 5 в мешочек и вместе с бельем поместить его в барабан машинки. Правда, стирать с ними надо так, чтобы машинка не была забита битком. Использовать орехи можно несколько раз — в среднем до пяти. Показателем того, что они еще способны отстирывать, является легкое появление пены.

СУПЕРПРОДУКТЫ

СВЕКЛА

По словам экспертов, в свекле содержатся полезные нитраты, превращающиеся внутри артерий в оксид азота, который помогает снизить давление и улучшить кровообращение. Это, в свою очередь, снижает риск развития инфаркта и инсульта.

Оксид азота также стимулирует приток крови к мозгу. Для этого нужно пить концентрированный свекольный сок. Установлено, что свекла помогает организму бороться с воспалительными процессами. В ней содержится пигмент беталаин, помогающий защитить органы от воспаления, которое может спровоцировать возникновение сердечных заболеваний, онкологии, болезни Альцгеймера и других недугов.

Диетологи рекомендуют есть свеклу в сыром виде, добавляя ее в салат, а также готовить смузи или натуральные чипсы.



КУРКУМА

Куркума или «индийский шафран» полезна для мозга и сердечно-сосудистой системы.

В нем нет сахара, и практически нет калорий, при этом он богат железом и белками. Куркума оказывает положительное влияние на пищеварение и регулирует уровень липидов, успешно лечит и предупреждает болезнь Альцгеймера и депрессию.

АВОКАДО

Этот фрукт, напоминающий грушу, полон витаминов и минералов, таких как витамин К, витамин С и калий.

Если вы будете есть авокадо ежедневно, то будете менее подвержены риску сердечных заболеваний или рака. Он также защитит вашу кожу и зрение и поможет вам поддерживать вес.

СЕМЕНА ЛЬНА

Семена льна помогают поддерживать здоровыми кожу и волосы, и они являются источником растительных жирных кислот омега-3.

Они богаты клетчаткой, белком, марганцем, магнием, фосфором и селеном, обладают высоким содержанием антиоксидантов и не содержат глютена. Семена льна полезны для здорового пищеварения, борьбы с раком и снижения уровня холестерина.

САРДИНЫ

Сардины богаты белками и необходимыми витаминами и минералами.

Употребление этого продукта поможет от депрессии, предотвратит образование тромбов и урегулирует уровень сахара в крови.



КАК ОСУШИТЬ БОЛОТИСТЫЙ УЧАСТОК

Не всегда дачные участки выделялись в удобных для огородничества местах. Но те, кто имеет болотистый или переувлажненный участок находят выход из сложной ситуации. Как осушить болотистый участок? Личный опыт дачника

ПЕРВЫЙ ЭТАП: С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Недалеко от нашего дома находится большое болото, заросшее кустарником и травами, в низинах растет высокая осока. Поэтому наш участок в 10 соток оказался переувлажненным и не подходящим для выращивания огородных культур. Осваивать болотистый участок оказалось делом непростым.

Что мы делали вначале:

- вырубали и раскорчевали кустарник, срезали кочки.
- с помощью кольев и шпагата разметили каналы (с трех сторон участка и по центру) шириной 1 м и полосу вдоль них.
- после этого срезали дерн толщиной около 12 см, сложили пласты в кучи
- вскопали участок на глубину штыка лопаты, приступили к рытью первой канавы.

Торф из канавы разбрасывали по всему участку равномерно. Дерн использовали для устройства теплой грядки под овощные культуры (длиной 5,5 м, шириной 1,2 м, глубиной 2 штыка лопаты). В эту «земляную емкость» сложили в три слоя пласты дерна травой вниз, сверху – слой торфа 25 см. По краям грядки выложили бортики из пластов дерна высотой 25 см. Затем поставили дуги, накинули на них лутрасил так, чтобы стенки из дерна оказались внутри парника.

Посадил огурцы нескольких партенокарпических сортов и гибридов. С площади 6 кв. м собрал 70 кг зеленцов. Дерн перегнивая, служил биотопливом, потому что выделял тепло и углекислый газ. Грядка-парник отлично «проработала» в течение трех дачных сезонов.

Мы планомерно облагораживали болотистый участок, копали дренажные каналы. В первый сезон по целине выращивали картофель. В качестве удобрения вносили измельченный дерн, в каждую лунку бросали горсть золы и 1 чайную ложку комплексного минерального удобрения. Но на второй

год вносили только золу и минеральные удобрения. Под овощи отвели участок в две сотки.

ВТОРОЙ ЭТАП: ПОВЫШАЕМ ПЛОДРОДИЕ

Затем приступили к следующему этапу освоения участка: углубляли пахотный слой и повышали плодородие почвы. На пониженных участках, где овощные культуры росли очень плохо, выкопали траншею глубиной на два штыка лопаты шириной около 1 м. Затем заполнили траншею органическими остатками. В дело пошли измельченные ветки смородины и малины, оставшиеся после обрезки, сорняки, куски картона, потемневшие опилки, отходы с кухни. Утрамбовали их и засыпали слоем торфа толщиной 30–40 см.

ТРЕТИЙ ЭТАП: УСТРАИВАЕМ ТЕПЛЫЕ ГРЯДКИ

На участке, где запланировали выращивание овощей, на несколько лет устроили 10 теплых грядок шириной 1 м, между которыми оставили 30 см для перемещения и ухода за растениями. Площадь огорода составила 90 кв. м. Грядки постепенно огородили горбылем, старой доской и другими материалами, которые нашлись под рукой. Высота дуг в коньке и расстояние между ними – 1 м, для усиления этой нехитрой конструкции стягиваем их синтетическим шпагатом.

При сильном похолодании ставим дополнительные дуги и накрываем пленку, получая двойное укрытие. Ранней весной на такой грядке в конце апреля доращиваем и закалываем рассаду капусты, высеем семена редиса и высаживаем лук на перо. Когда грядка освобождается от рассады и ранних овощей, высеем на ней семена огурца.

Считаю, что освоение болотистого участка – дело трудоемкое, но вполне осуществимое. И мы на своем переувлажненном участке смогли разбить огород, который приносит свои плоды.

Андрей ПОПОВЦЕВ

ПОСЕВНАЯ НЕ ПРЕКРАЩАЕТСЯ

В июне высевают многолетние овощные культуры. После уборки скороспелой зелени и редиса на освободившихся участках повторно высевают семена этих культур и некоторых корнеплодных растений.

СТАРТУЕТ РЕДЬКА

Подсевать редис небольшими порциями можно каждые 10–15 дней: для выращивания в летний период создано немало сортов этой культуры, не стрелкующихся в условиях длинного дня и жаркой погоды. С таким же интервалом можно подсевать скороспелые зеленные культуры – листовую салат, горчицу салатную, укроп, листовые сорта петрушки.

В середине июня приступают к посеву семян корнеплодных культур. Начинают с зимних сортов редьки. Эту культуру рекомендуется размещать на легких или среднесуглинистых, плодородных землях, с реакцией почвенного раствора, близкой к нейтральной. Лучше всего, если редька следует после овощей, под которые вносилось много органики (томат, кабачок, огурец). При посеве в начале июня редька, вынужденная долго расти в условиях длинного дня, не дает корнеплода (после того как образуется небольшая розетка листьев, растения выбрасывают цветонос).

На качество зимней редьки влияет глубина посева семян: если они окажутся слишком глубоко, всходы израсходуют недопустимо много времени и питательных веществ, чтобы вынести семядольные листья на поверхность почвы. После того как у всходов сформируется первый настоящий лист, всходы прореживают на 4–5 см. Следующее прореживание проводят в фазе 5–6 настоящих листьев, оставляя самые сильные растения.

ЭСТАФЕТУ ПРИНИМАЕТ ДАЙКОН

Ближе к концу июня приступают к посеву средне- и позднеспелых сортов дайкона. Собственно дайкон – это тоже редька, но с более сочной и менее острой мякотью.

Требования к почвам и культурам-предшественникам у дайкона те же, что и у редьки. Поскольку корнеплоды дайкона крупнее, чем зимней редьки, всходы в рядках прореживают не менее чем на 20–25 см.

ПЕТРУШКА И ПАСТЕРНАК

В третьей декаде июня можно высевать семена петрушки (корневые сорта) и пастернака. Требования к выбору участка и к подготовке почвы такие же, как и для весенних посевов этих культур. В почву заделывают предварительно намоченные семена, посева до появления всходов регулярно поливают.

Пастернак и петрушка относятся к растениям длинного дня: они начинают готовиться к цветению, если продолжительность светового дня превышает 15 часов. При оптимальной площади питания на орошаемом участке эти растения в течение 55–60 дней после появления всходов формируют листовую аппарат, и после этого начинается утолщение корня.

Растения пастернака и петрушки от семян, заделанных в почву летом, к началу сентября закончат формировать розетку листьев. В начале осени длина дня составляет менее 15 часов и каждые 10 дней сокращается еще на 23–24 минуты. В этих условиях одновременно с утолщением корнеплодов листовая аппарат продолжает нарастать.

К окончанию теплого сезона растения не успеют сформировать полноценный корнеплод. Но это не беда, так как пастернак и петрушка, в отличие от моркови, проявляют чудеса зимостойкости. В укрытии они не нуждаются и отлично перезимуют на корню, сохранив большую часть листового аппарата.

Весной растения начнут развиваться в самые ранние сроки, после того, как земля оттаеет, и сразу возобновят наращивание массы корнеплодов. После 25 апреля продолжительность дня превышает 15 часов, в точках роста петрушки и пастернака начинается развитие цветочных почек. К концу месяца на отдельных растениях может начаться выдвигание цветоносов. Это должно стать сигналом к выкопке корнеплодов.

Андрей ПОПОВ,
агроном

Газета «Московский ветеран»

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

Главный редактор **А.А. КЛИМОВА**

Редакционный совет:

Акчури 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.

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 № 1184. Первый завод 10 000 экз.
Подписано по графику 30.06.2020 Подписано в печать 30.06.2020

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