ИНТЕРЕСНАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Полезно пенсионерам 16+

gazeta-polezno.ru

Призер фестиваля социальных СМИ «Народная журналистика» 2018–2020

Сентябрь 2022 г. | Распространяется бесплатно | № 8 (74)

Следующий номер выйдет 26 октября

Что общего у характера с судьбой?

Многие люди считают, что судьба – нечто неизменное, раз и навсегда данное им от рождения: мол, что на роду написано, то и будет, то и случится, и никуда от судьбы не уйдешь. Поэтому люди часто произносят эти слова с горькой усмешкой: судьба такая несчастливая… И мало кто задумывается о том, что он сам строит свою судьбу – своими поступками, своими делами, даже своими помыслами, желаниями, чувствами.

Оглянитесь в прошлое

СУДЬБОЙ вовсе не запланирован единственно возможный ход событий в вашей жизни. У каждого человека есть несколько возможных вариантов, и каждый человек сам выбирает свой, хотя чаще всего сам не знает о том, что делает выбор. Потом жалуется: судьба не удалась! А ведь надо просто оглянуться в прошлое и посмотреть, где, в какой момент он свернул на самую неудачную дорожку, где сбился с верного пути.

Может быть, отказавшись от настоящей любви в ранней юности и предпочтя брак по расчету, женщина думала, что выбирает более благополучный путь в жизни, но выбрала лишь свое несчастье. Или, отказавшись от любимой работы и погнавшись за большими деньгами, мужчина обрек себя в итоге на болезни и ранний уход из жизни – тогда как для него была возможна долгая счастливая жизнь.

Если вас сегодня захлестнула волна несчастий, знайте – вы сами породили ее неосторожным поступком, намерением, даже словом, хотя, возможно, это было очень давно и вы сами не помните об этом. Не помните – но жалуетесь: судьба виновата. Не судьба – вы сами это сделали. Несчастья, приносимые вашей судьбой, есть лишь повод задуматься: так ли я поступаю, верно ли я мыслю, не несу ли разрушения себе и другим своими чувствами, помыслами, поведением? Несчастья – не наказание, несчастья – попытка вернуть вас к верному пути вашей жизни.

Нет, никаких случайностей в жизни не существует!

Что посеете, то и пожнете

Говорят: характер – это судьба. Конечно, бывают определенные обстоятельства, которые могут коренным образом повлиять на всю дальнейшую жизнь. Но почему же тогда из одних и тех же проблем люди так по-разному выходят?

Взаимоотношения с другими людьми напрямую зависят от характера человека: один со всеми ладит, а другой с теми же людьми конфликтует. И это очень просто объяснить – с лояльным человеком окружающие люди стараются быть тоже лояльными, в то время как с конфликтующим они занимают оборонительную позицию и отвечают ему тем же.

Из этого можно сделать вывод, что не напрасно в Библии написано: «Что посеет человек, то и пожнет». Народный же фольклор говорит: «Как аукнется, так и откликнется», «За что боролись, на то и напоролись», «Посеешь ветер – пожнешь бурю» и т. д. А третий закон Ньютона гласит: «Всякое действие вызывает равное противодействие». Если это все обобщить, то можно сказать: как вы будете вести себя с людьми, так же они будут вести себя с вами. Понятное дело, что в любом правиле бывают исключения, но их совсем немного.

Взять, к примеру, маленькую ячейку общества. Иногда жены жалуются: «Я люблю мужа, делаю все, что он скажет, никогда ему не перечу, стараюсь во всем угодить, а он ведет себя, как эгоист. И чем больше я ему уступаю, тем больше он садится мне на шею». После этого, разговаривая с мужем этой женщины, выслушиваешь практически то же самое. Почему? Все очень просто: нам свойственно забывать все уступки, которые делает наш супруг, и фиксироваться только на своих жертвах, на которые якобы приходится идти ради мира в семье. Таков уж человек! В хорошие времена он забывает о плохом, а в плохие – о хорошем. Поэтому, когда возникает конфликтная ситуация – все хорошее, что делал супруг по отношению к нам, забывается, и всплывает в памяти только плохое. И здесь срабатывает еще одно библейское правило – «в чужом глазу увидишь и соринку, а в своем не замечаешь и бревна».

Простые вопросы

Что с этим делать? Если есть отклонения в психике, то стоит обратиться к психиатру. А если это качества характера, на которые мы можем повлиять самостоятельно, то стоит обратить внимание, из-за чего у нас чаще всего возникают конфликты с окружающими. Возможна ли в этих конфликтах, с моей стороны, уступка, и как бы развивались события, если бы я уступил? Какие от этого я получил бы плюсы, и какие минусы, и чего больше. Чего я желал добиться, когда поступал именно таким образом? Чего добился в итоге? Оправданно ли такое поведение и что можно было бы изменить в нем? Как можно было бы поступить в следующий раз в подобной ситуации?

Эти простые вопросы помогут нам изменять свой характер, а следовательно, и свою судьбу. Но это для тех, кто готовы что-то менять, работая над собой. А кому хорошо и так, остается уповать на случай, роптать на судьбу и оставаться в том состоянии, в каком ему комфортно. Дело вкуса и выбора!

Реклама. ИНН 7841037940 Лицензия ЛО41-01148-78/00319269 от 20.02.2018

СтомГарант

СКИДКА 10% НА ПРОТЕЗИРОВАНИЕ И ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

КОНСУЛЬТАЦИЯ – БЕСПЛАТНО!

ГИБКИЕ ПРОТЕЗЫ АКРИ-ФРИ:
- прочность и долговечность;
- отсутствие аллергических реакций;
- не требуется обточка зубов;
- надежно фиксируются;
- быстрое привыкание.

Профессиональная чистка зубов — 2000 р.

Съемное протезирование от 12 000 р.

Звоните по тел.: 903-19-88 или 671-02-33

СПб, Наб. Канала Грибоедова, 14 (м. Невский пр., Гостиный двор)

Без выходных с 10⁰⁰ до 21⁰⁰. www.stomgarant.ru

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

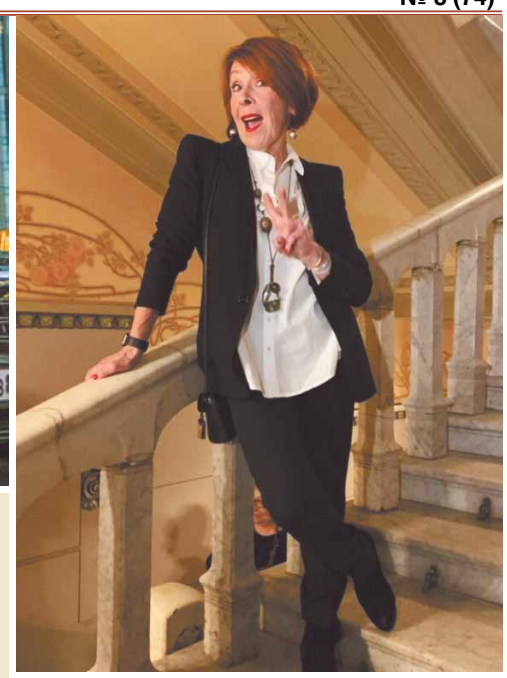
Реклама. Не мед. услуги

ПРАКТИЧЕСКИЙ КУРС ПО ЕСТЕСТВЕННОМУ ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЗРЕНИЯ

Занятия проводит Светлана Троицкая — практический психолог, кандидат философских наук, руководитель центра по психокоррекции зрения и оздоровления организма, автор многих книг, в том числе «Улучшаем зрение сами», «Избавиться от очков-убийц навсегда», «Практический курс коррекции зрения для взрослых и детей», «Я отлично вижу!» и др.

29 октября в 13 часов

Запись по тел.: 580-07-75 и +7 (921) 956-86-01



Ольге Киприяновне Никитиной не приходится скучать. В свои 69 лет она садится на шпагат, прыгает с парашютом, каждый день выполняет бесконечно длинный комплекс упражнений и ездит на велосипеде. Держа себя в тонусе, она встречается с подругами, с увлечением познает Петербург и его окрестности, фотографирует природу и… ведет блог в Интернете.

Жить – это значит действовать!

Поверить в себя

ПРОФЕССИЯ накладывает на каждого из нас неизгладимый отпечаток. Ну а если ты занимаешься одним делом 36 лет – именно столько лет Ольга Киприяновна работала в Северодвинске стоматологом – связь личности с психологическим образом профессии становится еще ощутимее. Внимание, коммуникативность, воображение, память, умение понимать и сопереживать пациенту. И при этом быть артистом!

– Уйдя на пенсию, я в 60 лет переехала к сыну в Петербург, – рассказывает Ольга. – Родители мои к тому времени умерли, да и всегда я хотела жить в городе на Неве.

В Питере у нее было несколько подруг, они помогли, спасибо им, но Никитина стала широко знакомиться с городом, обществом. Искала точку приложения своим интересам – и искала новые увлечения. Прежде всего интересовалась модой и спортом. И нашла единомышленников в Ассоциации ветеранов, инвалидов и пенсионеров (АВИП), которая помогает пожилому человеку поверить в себя, взглянуть на себя по-новому.

Первым делом Ольга пришла в модный дом «Пава». Обучение в школе моделей включало основы стиля и красоты, занятия по актерскому мастерству, психологии, подиумному шагу и позированию. Участницы были востребованы на фэшн-показах, дефиле, самым памятным из которых стал модный показ «Очарование осени» в Таврическом дворце.

В АВИПе Ольга Никитина окунулась и в работу фотовидеостудии. Освоила работу с цифровой фотографией, ходила на съемки, выставляла работы в Интернете.

90-е годы открыли для россиян планету. Поехать в турпоездку стало много проще. За ее плечами – Финляндия. Швеция, Бельгия, Чехия, Италия, Испания, Греция. Школьного уровня языка оказалось мало – пошла на языковые курсы.

Там же, в АВИПе, она пела в вокальном ансамбле. Да и вообще эта организация подарила ей массу новых друзей. А как задорно проходят в АВИПе праздники!

Конечно, город на Неве и окрестности – бездонная сокровищница для любителей истории, архитектуры, искусства. Ольга познает Северную столицу под руководством гидов – и пешком, и на автобусе.

Блогер Киприяновна

– Мое утро начинается с интенсивной зарядки. Иногда продолжительностью до одного часа, – рассказывает Ольга Киприяновна. – Мой комплекс упражнений проверен временем, он сформировался за многие годы. Растяжки, махи, силовые упражнения и на координацию, элементы восточных практик. Зато как бодро себя чувствуешь потом!

Нашла Никитина компанию и для своих спортивных увлечений. По выходным группа любителей скандинавской ходьбы выезжает в самые красивые места Карельского перешейка. И по-прежнему она неразлучна с велосипедом.

Важной ступенькой в преодолении себя стал прыжок с парашютом. Знаком Никитиной и веревочный парк, там она выбирает маршрут по силам.

Пользователем персонального компьютера она стала еще на Севере, занимаясь фотографией. В Питере же сын Вячеслав как-то предложил:

– А почему бы тебе, мама, не завести блог? Ты человек в годах, но спортивный, живой. Вот об этом и будешь рассказывать. Я тебе помогу.

Сказано – сделано. Продвинутый сын нашел команду, вместе разработали образ «слегка городской сумасшедшей» под ником «Киприяновна». Образ динамичный, современный, в духе продвинутых пожилых на Западе, которые ведут свои блоги. Будем снимать смешные, прикольные ролики. А почему нет? Сколько Ольга ни листала Интернет, пожилые россияне или вяжут носки, или поливают грядки, или заняты на кухне. А ведь в жизни столько возможностей!

– Образ придумала я. Никогда нигде в самодеятельности не играла. Мы же из СССР! Да провинция, к тому же. Но, видимо, что-то во мне не реализовалось, тлело...

Команда готовила контент для соцсети. Профессионалы делали работу от и до: сценарист писал сценарий, режиссер продумывал мизансцены и движение, стилист готовил костюм, оператор снимал видео, фотограф – свое, монтажер монтировал. Каждый ролик снимали за несколько дублей. Причем свежие посты ставили каждый день по несколько штук. И в 2017 году блог взорвал Интернет. В Москве снимали и на Красной площади, и в торговых центрах, и на стадионе.

Прежде всего резко расширилось общение, и главным образом – с молодыми. Люди писали, восторгались ее активностями, ее незашоренности, появился широкий круг знакомых. Парни и девушки ставили ее в пример своим мамам и бабушкам. Нередко люди, приезжая в Питер или Москву, просили встретиться.

И пошли рекламодатели. Ведь именно на рекламе зарабатывают блогеры! По заявкам стали снимать видеорекламу, приглашения посыпались одно за другим.

На пике популярности блог Киприяновны имел 300 тысяч подписчиков в Инстаграм и 600 тысяч подписчиков в ТикТоке!

Ее пригласили на телевидение, трижды Ольга участвовала в программах с Андреем Малаховым. А потом – в проект «Московское долголетие».

Делай, как я!

В феврале аудитория Инстаграм резко уменьшилась, для многих он стал недоступен. Никитина стала выкладывать контент в ВКонтакте: рассказывает о событиях своей жизни, широте интересов, обо всем, что происходит вокруг.

За это время Ольга научилась многому по части IT. Теперь она сама все делает: монтирует, ставит фото, выкладывает контент в Сеть.

Нынешним летом представилась возможность реализоваться еще одной задумке Ольги Никитиной. В общественном пространстве «Нормальное место» заработал проект «Старшие». В один из дней пенсионерам здесь предлагают занятия чарльстоном и джаз-танцами под руководством Елены Ильиной. Киприяновне как человеку спортивному и это интересно.

– Нередко летом вижу в городе танцевальный OPEN, танцуют на улице. А почему бы мне не попробовать?

Ролики об этой студии – уже ВКонтакте.

«Жить – это не значит дышать. Это значит действовать», – говорил Ж.-Ж. Руссо. Пример тому – жизнь Ольги Никитиной.

Владимир Саблин

Реклама. ИНН 7841026994

Заметив повторяющиеся отеки, боль, изменение внешнего вида вен, скопление жидкости в суставе, не терпите до последнего

НИКОЛАЙ АНДРЕЕВИЧ СПИРИДОНОВ
Главный врач, хирург, флеболог, кандидат медицинских наук, стаж 23 года.

Сегодня на прием к врачам медицинского центра «ФЛЕБОЛАЙФ» приезжают пациенты из многих городов России и ближнего зарубежья. Главным приоритетом становится высокая квалификация специалистов, современные методы лечения, доступные цены и рекомендации знакомых. Много пациентов приезжает из разных областей, т. к. там врачи работают по так называемой «старой школе», которая занимается травматическим удалением вен и долгим лечением. Иногда пациентам приходится очень долго ждать лечения или, что еще хуже, ждать консультацию доктора, чтобы понять, что делать и насколько опасно состояние. А при сосудистых заболеваниях иногда счет идет на часы.

Тромбофлебит — это острое воспаление стенок вены с образованием внутри вены сгустка крови — тромба. Сегодня это достаточно распространенное заболевание, которое имеет неутешительную статистику. Количество тромботических осложнений в последние годы значительно увеличилось. И связано это с реакцией сосудистой стенки на коронавирусную инфекцию. Если раньше тромбофлебиты встречались в основном в варикозно расширенных венах, то сейчас значительно увеличилось количество случаев тромбообразования и в неизменённых венах, что затрудняет их раннюю диагностику. Рост количества тромбов и их поздняя диагностика увеличивают риск летального исхода, который может возникнуть при его отрыве и развитии тромбоэмболии лёгочной артерии.

ТЕРМИНЫ «**ОСТРЫЙ ТРОМБОФЛЕБИТ**» И «**ТРОМБОЗ ПОВЕРХНОСТНЫХ ВЕН**» СЛУЖАТ СИНОНИМАМИ

Первыми признаками тромбообразования являются боль, покраснение и уплотнение по ходу тромбированной вены. При поражении глубоких вен возникает отёк конечности и боли в икроножной мышце сразу при начале ходьбы. Чем раньше проведена диагностика и поставлен верный диагноз, тем меньше риск осложнений. А самым опасным осложнением тромбофлебита является ТЭЛА (тромбоэмболия лёгочной артерии). В более позднем периоде после тромбозов может развиваться посттромботическая болезнь, которая осложняется появлением язвенных дефектов на поражённой конечности.

Каждый принимает решение о том, насколько важно здоровье, самостоятельно. Ведь для начала нужно всего лишь уделить один час времени и пройти полноценную диагностику.

АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ КРЮКОВ
Главный врач, травматолог-ортопед, реабилитолог, вертебролог, хирург, стаж 13 лет.

Многие пациенты в меру свой низкой информированности соглашаются на сложное хирургическое лечение, даже не пробуя альтернативные методы лечения. При неэффективности консервативного лечения операцию можно сделать, а после хирургического лечения лечить консервативно не представляется возможным. К сожалению, никто не застрахован от медицинских ошибок. Ошибочный диагноз может быть поставлен из-за некачественной медицинской аппаратуры, из-за некомпетентности врача, из-за неправильной трактовки анализов.

Именно поэтому мы прикладываем максимум усилий для правильно поставленного диагноза!

Во-первых, если человек пришел, например, на прием к флебологу, а врач видит, что проблема ортопедическая или неврологическая, то он привлекает необходимых специалистов к постановке диагноза. И вместо одной консультации пациент получает консультации двух или трех врачей, не переплачивая.

Во-вторых, в нашем центре можно бесплатно получить такую услугу, как «Второе мнение в ортопедии». Воспользовавшись такой практикой, пациент снижает вероятность постановки неверного диагноза до минимума. Вы получите альтернативное врачебное заключение, рекомендации по лечению и ответы на все волнующие вопросы.

Консультация травматолога-ортопеда показана:

- боль, ломота, ограничения в движении и др.;
- артриты и артрозы суставов, болезни сухожилий;
- деформации костей и суставов (сколиоз, плоскостопие, остеохондроз, вальгусная и варусная деформации стопы и др.);
- воспалительные процессы в мягкотканных структурах (бурсит и др.), асептический некроз мягких и твёрдых тканей, доброкачественные и опухолеподобные новообразования (остеоид-остеома, хондрома, фиброма, фиброзная дисплазия, кисты костей различного происхождения и др.);
- осложнения после перенесённых травм (несрастание переломов, деформации конечностей, контрактуры суставов и др.).

Часто боли могут быть в пяточной области или стопе. Тогда необходимо обратиться к подологу. Подолог специализируется на аппаратном педикюре и комплексной обработке стопы, занимается профилактикой проблем стоп: вросшие ногти, грибковое поражение ногтей, мозоли, трещины, бородавки, натоптыши, «косточки» в районе больших пальцев, деформация ногтевой пластины, «диабетическая стопа», потливость ног. Особенно это необходимо пожилым людям, у которых в силу возраста и здоровья состояние ногтей, стопы в целом требует особого внимания.

ВЫЕЗД ВРАЧА НА ДОМ В ПРЕДЕЛАХ ГОРОДА И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

В рамках проекта по повышению доступности оказания медицинской помощи* жители регионов России могут пройти комплексное обследование

по льготной программе «Здоровье города»*

ЗВОНИТЕ: (812) 456-04-00

Программа проходит до 31.10.2022 г.

Диагностика венозной системы, выявление тромбоза и факторов риска варикозной болезни сразу на консультации за 950 руб.*

— **Консультация флеболога, сосудистого хирурга**
— **Комплексное обследование вен с точным определением диагноза**

ПОКАЗАНИЯ: сахарный диабет, болезни сердца, варикозная болезнь, прием гормонов, химиотерапия, операции, избыточный вес, тяжесть и боль в ногах, возраст более 40 лет, венозный тромбоз в анамнезе, трофические язвы и др.

Выявление причины болевого синдрома и помощь в день обращения 990 руб.*

— **Прием ортопеда**
— **Кинезиотейпирование**

ПОКАЗАНИЯ: сильные боли в спине, прострелы в пояснице, болезненность в области суставов, хруст в суставах при движении. Наличие артрита и артроза, увеличение количества жидкости в полости сустава, наличие воспалительных или посттравматических изменений. Травмы и посттравматические осложнения.

Льготное комплексное обследование на наличие заболеваний нервной и сосудистой систем 950 руб.*

— **Консультация врача-невролога**
— **Дуплексное сканирование магистральных сосудов шеи для выявления сужений сосудов — атеросклеротического поражения артерий**
— **Ультразвуковая диагностика щитовидной железы для выявления факторов риска эндокринной патологии**

ПОКАЗАНИЯ: вегетососудистая дистония, повышенное давление, хронические болевые синдромы, головные боли, боли в спине, конечностях, посттравматические боли, заболевания щитовидной железы (выявление кист и узлов).

Диагностика заболеваний стопы и ногтевой пластины БЕСПЛАТНО*

— **Консультация подолога (специалист по лечению и уходу за кожей и ногтями стоп)**

ПОКАЗАНИЯ: медицинский педикюр любой сложности. Удаление мозолей, натоптышей, трещин, коррекция и лечение вросших ногтей. Работа с диабетической стопой и др.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

* Проект клиники «ФЛЕБОЛАЙФ». Предложение действует до 31.10.2022г. Информация об организаторе акции, правилах проведения, сроках, месте и порядке их получения у консультанта клиники, на сайте клиники или по телефону (812) 456-04-00.
Не является публичной офертой 18+. ООО «ВЕНТЕРА», ООО «ФЛЕБОЛАЙФ» РЕКЛАМА

9 мая 1945 года война закончилась не для всех. Даже после капитуляции Германии еще две недели по всей Европе продолжались сражения советских войск с гитлеровцами.

БОЙ ПОСЛЕ ПОБЕДЫ

Борнхольм – последний десант войны

Врага блокировали в лесу

22 МАЯ 1945 года разведчик Николай Ивантеев передал срочное сообщение в штаб 42-й армии в Латвии: «Засек немцев. Идут по лесу строем, человек 300, все в эсэсовской форме, под знаменем со свастикой. Каков будет приказ?» Штабисты сперва решили, что старший лейтенант еще не протрезвел со Дня Победы, но после второй телефонограммы выслали оперативную группу. Врага блокировали в лесу: оказалось, что это офицеры 6-го корпуса СС, бежавшие из окружения в Курляндии и пытающиеся добраться до расположения армии США. Немцев уничтожили, а их командир, обергруппенфюрер Вальтер Крюгер, застрелился. Это был лишь один из десятка крупных боев после 9 мая 1945-го, о которых мы не знаем. Когда в городах СССР вовсю гремел салют, в Европе сотнями гибли советские воины, добивая остатки нацистских войск...

«Большевики, уйдите!»

Сразу после капитуляции Германии советский морской десант высадился на датском острове Борнхольм. Гарнизон вермахта отказался сдаваться: комендант Рольф Вутман сообщил, что сложит оружие лишь перед британцами: «Большевикам следует уйти, если они хотят остаться в живых». Такой наглости советское командование не стерпело: наши десантники заняли телеграф и порт — немцы погрузились на пароходы, пытаясь прорваться к англичанам. Бои, включая артобстрелы и бомбежку, продолжались 9 и 10 мая – авиация СССР потопила 10 кораблей, моряки захватили две баржи, где спрятались 800 солдат вермахта. К утру 11 мая последние нацисты вышли из бункеров с поднятыми руками – в плен сдались 11 138 военных Третьего рейха.

Сдача немецких войск в Курляндском котле 16–18 мая 1945 г.

На следующий день (12 мая 1945 года) у чехословацкой деревни Сливница наша армия блокировала удирающие на Запад батальоны СС. В ходе штурма 1000 эсэсовцев были убиты, а 7000 попали в плен. 14–15 мая в Словении состоялась Полянская битва: сразу 30 000 (!) эсэсовцев и хорватских усташей безуспешно попытались прорваться к союзникам в Италию, но были разгромлены югославскими партизанами с помощью советских офицеров.

Вплоть до 20 мая 1945 года шли бои на островке Тексел (Нидерланды) между советскими военнопленными (в основном грузинами) и отрядами вермахта. Пленные подняли восстание еще 5 апреля, однако союзники... забыли оказать им обещанную поддержку. В ходе орудийных обстрелов была уничтожена связь, не работали радиостанции, Тексел оказался отрезан от материка. 9 мая никто на острове не узнал, что Германия сдалась. Неизвестно, сколько еще длилось бы кровопролитие, но с Тексела на лодке сбежал местный житель и вызвал канадских военных. Шокированные немцы, которым показали газеты со статьями о капитуляции Третьего рейха, сложили оружие.

Союзники со свастикой

– Если взглянуть на общую картину, то заметно одно, – говорит Милан Раданович, сербский историк. – Десятки тысяч военнослужащих СС и вермахта после 9 мая 1945 года пытались уйти к союзникам, лишь бы не сдаваться Советской армии. Эти люди рассчитывали, что американцам и англичанам безразличны их зверства на территории СССР и Восточной Европы, посему к ним отнесутся мягче. Кроме того, эсэсовцы, включая рейхсфюрера Гиммлера, надеялись: разногласия с Западом временны, союзники скоро выступят с ними единым фронтом против большевиков.

Кстати, кое-где именно так и случилось. После высадки 11 мая 1945 года на греческом острове Крит англичане ввязались в бой с партизанами-коммунистами. Однако не смогли с ними справиться и призвали на помощь... 28-ю пехотную бригаду вермахта. Личный автомобиль британского генерала Престона даже взяли под охрану два танка «Тигр».

До 26 июня 1945 года (!) британцы вместе с гитлеровцами убивали партизан – только когда повстанцев удалось оттеснить в горы района Соуда, немцы были отправлены в лагеря военнопленных. Этот скандальный случай всегда замалчивался Британией – информация о нем появилась только в 2000 году благодаря исследованию германских историков Марлен фон Ксиландер и Петера Шенка. Впрочем, неудивительно: еще раньше согласно плану операции «Немыслимое», разработанному Генштабом Великобритании за месяц до конца войны, в случае конфликта с СССР англичане собирались перебросить на Восточный фронт 12 дивизий, сформированных из пленных немецких солдат. Их ничуть не смущало, что придется атаковать советских друзей вместе с нацистскими убийцами.

Им хотелось жить...

На Западном фронте нацисты не огрызались с таким отчаянием, как после побед Советской армии на востоке. Разве что гарнизон о. Олдерни у побережья Франции сдался лишь 16 мая 1945-го, да и то без единого выстрела. Другой случай и вовсе анекдотический.

Десять солдат, охранявших метеостанцию вермахта на безлюдном Медвежьем острове близ Шпицбергена, в конце 1944 года потеряли радиосвязь с Германией. Они бросали в океан бутылки с записками и не умирали с голоду лишь благодаря рыбной ловле. В конце августа их обнаружили охотники на тюленей. 4 сентября 1945-го немцы сдали союзникам один пулемет, один пистолет и восемь винтовок – это считается последней капитуляцией представителей армии Третьего рейха в Европе.

В стычке 22 мая 1945 года, уничтожая отряд эсэсовцев в Латвии (кстати, основные бои с немцами из Курляндского котла завершились только 15 мая), погибли 25 советских солдат. Из боя на Борнхольме назад не вернулись 30 человек. Под Сливницей осталось лежать больше сотни, на Текселе (с 9 по 20 мая) – 200 наших ребят. Солдаты погибли уже после Победы. Но им пришлось сражаться – чтобы не скрылись от возмездия немцы, руки которых в крови. Они и не дали им уйти ценой своей жизни.

* * *

Поминая родных и близких, не вернувшихся с войны, давайте поднимем стопку за упокой душ воинов, погибших после Победы. Думается, этим людям очень хотелось жить – особенно в тот момент.

Вечная им память!

Реклама. ИНН 7801488872

ЕДИНАЯ РИТУАЛЬНАЯ СЛУЖБА
МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА ПО САНКТ-ПЕТЕРБУРГУ И ЛО

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ
При подтверждении факта смерти экстренными службами.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК УШЕЛ ИЗ ЖИЗНИ ДОМА

1. Позвоните по круглосуточному номеру телефона **8 (812) 209-18-42** и вызовите **БЕСПЛАТНО** сотрудника «Единой Ритуальной Службы», запишите ФИО и табельный номер сотрудника.

2. Подготовьте паспорт, медицинский полис И СНИЛС покойного, а также свое **удостоверение личности.**

3. Проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего к Вам **сотрудника.**

4. При заключении договора на услуги Вы получите официальное **подтверждение оплаты.**

ЕСЛИ ГОРЕ СЛУЧИЛОСЬ В БОЛЬНИЦЕ

1. По круглосуточному **телефонному номеру 8 (812) 209-18-42 вызовите сотрудника** ритуальной службы в больницу.

2. Вместе с прибывшим сотрудником ритуальной службы Вы можете проследовать **в морг для оформления** документов и оплаты услуг медучреждения.

ПОСОБИЯ, ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫЕ ЖИТЕЛЯМ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА*

Работающие и безработные	Социальное пособие **6 964,68 руб.**
Военные пенсионеры и Участники боевых действий	В размере трехмесячной пенсии, а также до трех пенсионных окладов вдове/вдовцу
Блокадники, труженики тыла, узники концлагерей, жертвы Репрессий	**6 964,68 руб.** и единовременная выплата **10 975,33 руб.**, (выплачивается при условии, что среднедушевой доход семьи составляет меньше двух прожиточных минимумов)
Участники ВОВ	В размере трехмесячной пенсии
Почетный гражданин Санкт-Петербурга	Компенсационная выплата лицу, осуществившему финансирование похорон в размере до **320 000 руб.**

*Приведенные цифры являются ориентировочными, при обращении в компанию они могут быть уточнены в зависимости от актуального регулирования и конкретной жизненной ситуации клиента.

КОМПЕНСАЦИЯ **3000 руб.** при заказе услуг в «Единой Ритуальной Службе»

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ УТРАТЕ БЛИЗКОГО ЧЕЛОВЕКА

КРУГЛОСУТОЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ:
8 (812) 209-18-42

ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ
что делать, если умер близкий человек

НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ
для организации похорон

ЛЬГОТЫ И ПОСОБИЯ
положенные государством

WWW.GOS-RITUAL.RU

Человек стал создавать фонтаны с древнейших времен. Они имели разное назначение: наряду с колодцами служили источниками водоснабжения, увлажняли воздух, несли прохладу в жару. В то же время своей живописностью фонтаны всегда украшали место обитания человека.

Фонтаны старого Петербурга

Фонтан у Казанского собора

САМО слово «фонтан», впоследствии вошедшее во все европейские языки, произошло от имени бога Фонса (Фонта) – главного покровителя всех водных источников в древнеримской мифологии.

В России, с ее довольно суровым климатом, расположением городов по берегам полноводных рек, множеством естественных водоемов, высоким уровнем грунтовых вод, традиции сооружения фонтанов долгое время не существовало. Впервые они появились в XVII веке в Верхнем и Нижнем набережных садах на территории Московского Кремля. А свое развитие искусство создания фонтанов получило лишь в эпоху правления Петра I.

Учитывая равнинную местность Петербурга, строительство фонтанов было делом трудоемким и дорогостоящим. Первые петербургские фонтаны – это фонтаны Летнего сада. Сооружение сложной водонапорной системы, питавшей их с 1705 по 1720-е гг., началось под руководством архитектора-строителя И. М. Угрюмова.

К середине XVIII века фонтаны уже не были редкостью в усадьбах петербургских вельмож, преимущественно размещавшихся по берегам рек Фонтанки и Мойки, однако общественные фонтаны впервые были устроены только в начале XIX века, и не в самом городе, а в его окрестностях. Они стали украшением Царскосельской дороги (ныне Пулковское шоссе, территория Петербурга).

Создавать фонтаны в той местности позволяли родники, которыми была насыщена поверхность Пулковской горы. Проект керамического водовода, предусматривавший сбор ключевой воды на вершине горы и переброс ее в бассейн, устроенный в слободе Пулково, был разработан еще в 1770-е гг. инженером-гидротехником И. Герардом. В начале XIX века по инициативе главного директора водяных коммуникаций графа Н. П. Румянцева началось строительство пулковского водовода на участке Царскосельской дороги от Пулковской горы до Средней Рогатки (ныне район пл. Победы) с установкой пяти фонтанов.

Первый известный проект петербургского общественного фонтана создан в 1830-е гг. архитектором К. И. Росси. Он представлял собой гранитный бассейн с чугунной колонкой и чашами. Верхнюю чашу украшали десять фонарей на золоченых кронштейнах. Планировалось установить фонтан в центре городского сквера на Михайловской площади (пл. Искусств), но этот проект остался неосуществленным – вероятно, по причине отсутствия в Петербурге общегородской водопроводной сети, без которой устройство общественных фонтанов оказалось делом непосильным.

Только с середины 1860-х гг., когда стал действовать водопровод в так называемой «незаречной» части города (территория между рекой Невой и Обводным каналом), в Петербурге появились общественные фонтаны. Одним из первых в 1864 году по инициативе и на средства Главного управления путей сообщения и публичных зданий был установлен фонтан в виде фигуры лебедя в пруду городской части Юсупова сада.

Впрочем, почти все городские сады, созданные в Петербурге в те годы, имели фонтаны. И неудивительно. Как написано в старинном трактате: «Фонтаны и вода – душа садов, они являются их основным украшением. Они их одушевляют и, так сказать, делают живыми. Несомненно, что сад, как бы изящен он ни был, если в нем нет воды, будет казаться печальным и угрюмым, лишенным самого привлекательного».

Устройство садов с фонтанами в Петербурге осуществлялось на средства частных лиц, главным образом представителей петербургского купечества.

Например, Румянцевский сквер с его регулярной планировкой, строго очерченными линиями перекрещивающихся аллей, музыкальным павильоном, мраморными вазами на постаментах и, конечно, многоструйными фонтанами был устроен в 1866 году купцом и золотопромышленником, гласным Петербургской городской думы Степаном Федоровичем Соловьевым. Примечательно, что фонтаны сквера стали действовать в 1867 году, то есть до того, как на территории Васильевского острова был проложен водопровод.

В основном общественные фонтаны являлись декоративными садово-парковыми сооружениями. Однако известно несколько случаев, когда предпринимались попытки устроить фонтаны исключительно в утилитарных целях.

Так, летом 1867 года по желанию и на средства торговцев Сенного рынка Общество санкт-петербургских водопроводов установило небольшой фонтан для обеспечения торгующих питьевой водой. По условиям Общества санкт-петербургских водопроводов вода из фонтана должна была отпускаться бесплатно, но лишь в «ручные сосуды». С этой целью предполагалось на трубе фонтана установить «наружный кран» и для присмотра за ним нанять сторожа. Эти условия выполнены не были, что повлекло за собой чрезмерный расход воды. Поэтому фонтан на Сенном рынке вскоре был закрыт «как не имеющий хозяина».

В 1872 году по просьбе Общества торговцев частного Ямского рынка на Разъезжей улице петербургским губернатором было дано разрешение на устройство во дворе рынка «фонтана с бассейном».

На конец 1870-х гг. приходится устройство и самого большого в Петербурге городского фонтана на центральной площадке Александровского сада напротив башни Адмиралтейства. Автором проекта был Н. Л. Бенуа.

В 1900 году по проекту садового мастера Р. Ф. Катцера был разбит сквер перед Казанским собором, в котором установили фонтан с круглой чашей из красного питерлакского гранита диаметром 10,5 м и одним водометом в центре.

В 1903 году, в год 200-летия города, в восточной части Александровского парка на Петербургской стороне сооружен гранитный грот с каскадом и бассейном.

В 1911 году в том же Александровском парке по проекту скульптора К. В. Изенберга на средства Морского министерства установили монумент-фонтан геройски погибшему в Русско-японскую войну миноносцу «Стерегущий».

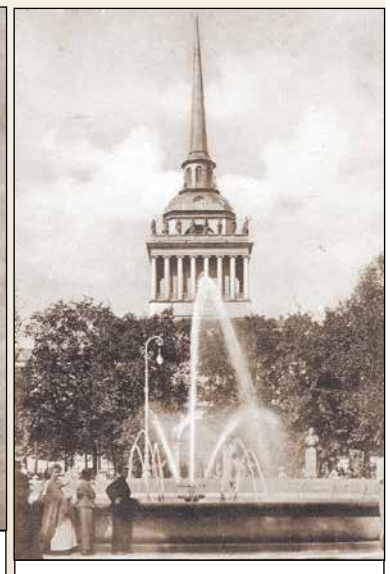
В начале XX века некоторые петербургские архитекторы стали использовать фонтан как элемент благоустройства дворовой территории зданий частных фирм и доходных домов. Интересный тому пример – фонтан во дворе доходного дома купца Ф. И. Танского на Большой Дворянской улице, 21 (ныне ул. Куйбышева), спроектированный архитектором К. Н. Бальди в 1911 году (сохранился, не действует).

...Не все старые городские фонтаны сохранились до наших дней, но сейчас постепенно их начинают возрождать. Уже воссоздан фонтан в сквере на Манежной площади, пущены парные фонтаны Никольского сквера, у Эрмитажа. Возможно, в недалеком будущем возродятся и другие фонтаны нашего города.

Наталия Букштынович

Летний сад. Фонтан «Коронный»

Памятник героям «Стерегущего» в Александровском парке. 1911 г.



Фонтан у Адмиралтейства. 1913 г.

Работа играет огромную роль в жизни взрослого человека. Для большинства она – источник не только денег, но и самореализации, уважения к себе, важная часть общественной жизни. Читайте самые интересные факты о работе прямо сейчас!

Что вы знаете о работе?

- Среди богатых англичан XVIII века было модно устраивать в своем поместье ветхую хижину или пещеру и нанимать туда человека для работы отшельником. Контракт заключался на долголетний срок, и работа довольно хорошо оплачивалась. К отшельнику предъявлялись требования не стричь волосы, бороду и ногти, а иногда и вовсе не мыться. Затворник должен был носить какие-нибудь лохмотья или, например, одежду друида. Главным предназначением таких отшельников было подчеркнуть бренность бытия и выразить популярную среди аристократов георгианской эпохи склонность к грусти и меланхолии.

- В 1701 году Филадельфия получила городской устав, по которому каждый год Городской совет избирал из своего состава мэра города. Однако ему не полагалось никакого жалованья, поэтому многие избранные мэры отказывались от должности, предпочитая заплатить немалый штраф. Зарплата главы города была утверждена только в 1747 году.

- В знаменитой песне из романа Стивенсона «Остров сокровищ» поется: «Пятнадцать человек на сундук мертвеца. Йо-хо-хо, и бутылка рому!» Логично предположить, что «йо-хо-хо» – это хохот пиратов, однако это не так. Такой возглас использовался английскими моряками, когда им нужно было вместе одновременно приложить усилия в какой-нибудь работе – в русском языке ему соответствует фраза «Раз-два, взяли!»

- Местная власть Курской области в 1935 году за недостачу в поставках зерна переименовала три колхоза – «Красная Нива», «имени Крупской» и «имени Буденного» – в «Лодырь», «Бездельник» и «Саботажник». Правда, вышестоящая инстанция это решение отменила.

- В старые времена, до повсеместной механизации, в английских домах использовался труд собак, бегущих в колесе и тем самым вращающих вертел, на котором выпекалось мясо. Для этой работы специально разводили длиннотелых и коротколапых собак.

- Высочайший город мира – Ла Ринконада в Перу – расположен на высоте 5 099 метров над уровнем моря. Здесь живут 30 тысяч человек, большая часть которых занята добычей золота. Многие шахтеры работают бесплатно в течение месяца, а в последний день им разрешается взять столько руды, сколько они могут унести на своих плечах. При этом еще неизвестно, будет ли в руде золото или нет. Однако Ла Ринконада еще не самое высокое постоянное поселение на Земле. Существуют две индийские деревни, которые находятся на высотах 5 170 и 5 219 метров.

- Начиная с 1980 года музыкантам для зарабатывания денег в подземных переходах метро Торонто недостаточно одного лишь желания. Каждый год специальная комиссия устраивает прослушивание, и только 75 одиночным исполнителям или коллективам выдается лицензия, за которую нужно еще заплатить $150. Только после этого музыкантам назначается конкретное место и время, когда они могут проявить свой талант перед горожанами.

- В 1970-х годах в столице Швеции Стокгольме на муниципальной службе состояла Сив Густавсон, которая умела лаять большим количеством способов, соответствующих разным породам собак. Ее работа заключалась в лаянии на городских улицах, чтобы вызвать ответный лай собак. Таким образом она собирала информацию о домах, владельцы которых не платили налог на собак.

- У репы очень мелкие семена: в одном килограмме их больше миллиона. Поэтому в древности при посеве репы семена не разбрасывали руками, а выплевывали. Хорошие плевальщики очень ценились, так как эта работа была не из простых.

- В Египте на окраине Каира расположен квартал Маншият-Насир, также известный как Город мусорщиков. Здесь живут более 40 тысяч коптов-христиан, которые собирают мусор по всему Каиру с целью последующей его переработки и утилизации, передавая это ремесло по наследству. Копты монополизировали эту деятельность, потому что мусульмане считают ее «нечистой», так как пищевые отходы идут на корм свиньям. В квартале витает устойчивый неприятный запах, зато огромный мегаполис содержится в относительной чистоте.

- Знаменитого советского шахтера-рекордсмена Алексея Стаханова на самом деле звали не Алексей. Просто сразу после его рекорда по добыче угля статья в газете «Правда» по ошибке назвала его именно так, и ему пришлось срочно менять имя и паспорт. Каким было настоящее имя Стаханова, точно неизвестно: одни исследователи считают, что Андрей, другие – что Александр.

Реклама

Как достойно жить на пенсии?

На пенсию по старости в России может рассчитывать каждый гражданин или иностранец, живущий в нашей стране не меньше 15 лет. Как минимум, на небольшую социальную. Но чтобы после выхода на пенсию вы могли вести привычный образ жизни, нужно заранее позаботиться о дополнительном доходе.

ЧАСТО МЕЧТАЕТСЯ – выйти на пенсию и больше ни о чем не беспокоиться. Жаль, что такой образ жизни, особенно в современных условиях, скорее исключение, чем правило. Множество причин не дают пожилому человеку уверенности в завтрашнем дне:

- постоянный рост цен на продукты и лекарства;
- повышение тарифов на услуги ЖКХ;
- недостаточный размер пенсий и их индексирование;
- низкое качество социальных услуг.

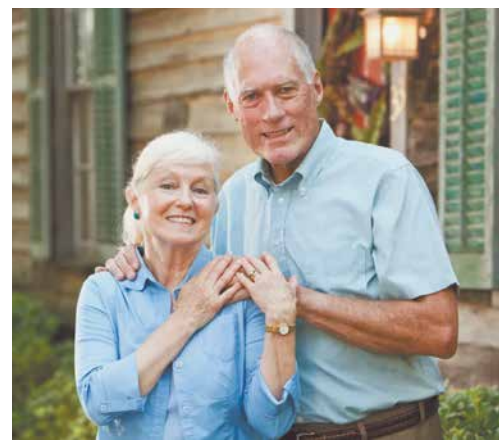
Как преодолеть эти трудности и улучшить качество жизни пожилому человеку?

Оказывается, выход из этого положения есть. Гражданский кодекс РФ, вступивший в силу еще в 1996 году, предоставил возможность заключения договоров пожизненной ренты и пожизненного содержания с иждивением собственникам квартир и комнат. Теперь, в соответствии с законом, пожилой человек может обеспечить себе получение пожизненных денежных выплат (рентных платежей) либо предоставление содержания в иной форме (уход), сохранив за собой право пожизненного проживания и пользования своей комнатой или квартирой. Права и обязанности сторон Договора ренты подробно и обстоятельно регламентируются 33 главой второй части Гражданского кодекса РФ. В соответствии со статьей 584 ГКРФ Договор ренты подлежит обязательному нотариальному удостоверению и государственной регистрации в УФРС.

Рентные платежи – это ежемесячные денежные выплаты, которые плательщик ренты выплачивает получателю ренты в течение его жизни в определенном размере, установленном в Договоре ренты, причем происходит ежегодная индексация с учетом индекса роста потребительских цен, применяемого при формировании бюджета Санкт-Петербурга на соответствующий финансовый год.

После заключения Договора ренты получатель ренты проживает в своем жилом помещении и сохраняет право пользования им, оплачивает жилищно-коммунальные услуги как фактический потребитель этих услуг.

В дальнейшем эти жилые помещения будут использоваться целевым назначением для предоставления городским очередникам в целях улучшения жилищных условий.



Те, кто заключили Договор ренты, качественно улучшили свою жизнь. Появилась возможность отдыхать и проходить лечение в хороших санаториях, ездить на экскурсии и к родным и знакомым в другие города, покупать качественные продукты и необходимые дорогостоящие лекарства… И не думать, на что вы будете жить завтра!

20 лет с вами!
Фонд Рента

ДЕНЕЖНЫЕ ВЫПЛАТЫ ПЕНСИОНЕРАМ СТАРШЕ 60 ЛЕТ
907-28-73

- От 500 000 рублей единовременно
- Более 12 000 рублей ежемесячно
- Уход и помощь по дому
- Устройство в пансионаты СПб

На основании Гражданского кодекса РФ и договора пожизненной ренты. Санкт-Петербург, ул. Гончарная, 13

Давайте познакомимся!

Свои объявления о знакомстве, поисках друзей, компаньонов и пр. вы можете отправить СМС-сообщением на номер телефона +7 (966) 751-59-24 до 21 октября, а также прислать по эл. почте: redaktor.polezno@gmail.com. Объявления публикуются бесплатно.

Женщины

◆ Женственная стройная брюнетка 60 лет. Ищу друга, ценю ум, доброту, ч/ю. Надеюсь на взаимопонимание: возможно, с вами интересно и приятно общаться, может, вы любите природу (грибы, рыбалку) или говорите по-английски? Что-то общее наверняка найдется! Конечно, с возрастом многого не хочешь, а многое – не можешь, и все же мы остаемся людьми, которым нужно иметь хоть немного доброты, нежности, понимания. Все в наших руках!
8 (951) 685-98-66, Тома.

◆ Молодая пенсионерка, стройная, женственная. Без жилищных и материальных проблем. Хочу познакомиться с одиноким порядочным мужчиной без вредных привычек для дружбы, совместного времяпрепровождения и, возможно, брака. Вместе веселее и интереснее! **8 (981) 198-67-33.**

◆63/168. Симпатичная шатенка, стройная, с ч/ю. Особых проблем нет. Все умею, люблю путешествовать. Познакомлюсь для дружбы, общения с мужчиной. Вы: свободны, возраст до 73 лет. Пьющих искателей приключений не беспокоить. На СМС не отвечаю.
8 (921) 890-50-57, Любовь.

◆ Мне 55 лет, вес 65 кг, рост 167 см. Оптимистка, без детей. Познакомлюсь с интересным мужчиной для разносторонних отношений.
8 (921) 919-94-83, Даша.

◆Мне 60 лет. Познакомлюсь с одиноким мужчиной 60–65 лет для дружбы.
8 (921) 447-05-08, Анна.

◆ Познакомлюсь с мужчиной в возрасте до 70 лет – невысоким, русской национальности, с простым добрым характером. **8 (981) 994-11-50.**

◆ Петербурженка, 60/170. Познакомлюсь с одиноким доброжелательным петербуржцем или жителем Ленобласти в возрасте до 65 лет.
8 (965) 049-37-68.

◆ Познакомлюсь со свободным мужчиной без в/п, с в/о, приятной внешности, умным, тактичным, не занудой, не жадиной, любящим искусство. Рост от 175 см, без толстого живота, возраст 68–70 лет. Я – 160/57, без в/п, непредсказуемая, бываю вредной. Стройная фигура «песочные часы». Ищу друга-попутчика для прогулок, развлечений, радости и хорошего настроения.
8 (921) 567-80-21, Серафима.

◆ Познакомлюсь с добрым другом – петербуржцем от 50 до 70 лет, преимущественно военным пенсионером, не альфонсом. Желательно авто. Мне 62 года, рост 161 см, приятная внешность, в/о, люблю животных, природу, увлечена политикой.
8 (911) 700-62-56, Таня.

◆Познакомлюсь с доброжелательными активными пенсионерами для общения.
8 (930) 002-53-24, Аля.

Мужчины

◆Мне 60 лет, среднее образование, рост 165 см, без ж/п и м/п. Познакомлюсь с надежной доброй женщиной 55–60 лет для дружбы и… большего.
8 (981) 124-52-47, Юрий.

◆Мне 68 лет, рост 170 см, р-р одежды 48-й. Без вредных привычек. Проживаю во Фрунзенском районе. Познакомлюсь со стройной женщиной, р-р одежды 44–46-й. Мигранток прошу не беспокоить.
8 (965) 765-29-48, Анатолий.

◆ Мне 58 лет, петербуржец, в/о, без жилищных и материальных проблем. Работаю экскурсоводом, литератор, автор книг и сборников стихов. Активный, мобильный, с широким кругозором и ч/ю. Принципиально не употребляю алкоголь, но с сигаретой пока не расстался… Мечтаю похитить душу доброго жизнерадостного ангела в женском лице в возрасте до 55 лет. План похищения составим вместе. Характеристики души прошу огласить по телефону или СМС. P.S. С теми, кто говорят, что молчание красит женщину, категорически не согласен. **8 (921) 424-19-27, Алексей.**

◆ Мне 62 года, внимательный, чуткий, добрый, верующий, хозяйственный, любящий природу, фото, театр, живопись, непьющий, некурящий, обещающий любить и уважать свою спутницу. Обещаю молиться за всех ваших родных. Познакомлюсь с женщиной 55–75 лет.
8 (965) 799-05-05, Виктор.

◆Вдовец, порядочный, без вредных привычек, м/п и ж/п. Высшее образование. Интересы разнообразные. Познакомлюсь с порядочной женщиной для с/о.
8 (903) 092-95-65.

◆Мужчина ищет женщину с активной жизненной позицией для серьезных отношений. **8 (952) 278-46-72, Алексей.**

◆ Антонио, 60 лет. Познакомлюсь с женщиной для серьезных отношений.
8 (981) 040-67-37.

Реклама
ОПЫТНЫЙ ЮРИСТ ПОМОЖЕТ
РЕШИТЬ МНОГИЕ ВАШИ ПРОБЛЕМЫ
КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО

Составление правовых документов, представительство в судах Санкт-Петербурга и ЛО
АДВОКАТ ШУБИНА НАТАЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА
номер в реестре адвокатов №78/7707
Запись на консультацию по телефону:
+7 (996) 796 2659
адвокат-шубина.com

ВАШИ ПРАВА: ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

◆ Центральная городская публичная библиотека им. В. В. Маяковского 14 октября с 13:00 до 18:00 проводит День социально-правовой информации для граждан старшего поколения.

НА КАКУЮ социальную поддержку от государства вы имеете право? Где и как оформить положенные вам льготы? Чем вам может помочь социальный участковый? Как получить социальную доплату до уровня прожиточного минимума пенсионера или субсидию на оплату жилищно-коммунальных услуг? Какие права есть у владельца полиса обязательного медицинского страхования? Как оформить инвалидность или получить высокотехнологичную медицинскую помощь? Нужно ли пенсионеру платить налог на имущество? Как зарегистрировать дом в садоводстве?

Специалисты государственных организаций и юристы будут консультировать по вопросам мер социальной поддержки инвалидов, ветеранов, пенсионеров; оказания медицинских услуг учреждениями здравоохранения; признания граждан инвалидами и нуждающимися в социальном обслуживании; получения льготного лекарственного обеспечения, высокотехнологичной медицинской помощи; санаторно-курортного лечения, обеспечения техническими средствами реабилитации; наследования; защиты прав потребителей; жилищным и имущественным вопросам.

Консультации специалистов и юристов организаций-участников мероприятия бесплатны.

Посетители мероприятия смогут также бесплатно получить информационные и справочные материалы.

Вход для посетителей свободный.

Дополнительная информация – в Центре деловой и социально-правовой информации ЦГПБ им. В. В. Маяковского по телефону 246-64-54 (вторник – суббота: 12:00–20:00).

Адрес: набережная реки Фонтанки, 44.

УПОЛНОМОЧЕННЫЙ ПО ПРАВАМ ЧЕЛОВЕКА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

ЦЕНТРАЛЬНАЯ ГОРОДСКАЯ ПУБЛИЧНАЯ БИБЛИОТЕКА ИМ. В. В. МАЯКОВСКОГО

Реклама. ИНН 3918008746
САНАТОРИЙ ЗЕЛЕНОГРАДСК
Здорово, когда вы здоровы!
АКЦИЯ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ*

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ПОДДЕРЖКУ ПЕНСИОНЕРОВ
1350 руб./сутки
• Лечение (в подарок)* • Проживание • Питание
Калининградская обл., г. Зеленоградск
тел. 8 (40150) 3-29-52 sanzel.ru
* Акция действует до 18.12.2022 г. Информацию об организаторе акции, правилах проведения, сроках, месте и порядке получения призов уточняйте по телефонам.
НЕОБХОДИМА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Реклама. ИП Филиппов К.Ф.
Пчеловодство на Литейном, 46
МЁД НОВОГО УРОЖАЯ

от 250 руб./кг
Выгодная доставка!
Подробности на сайте. Реклама
273-72-62, 273-06-21, +7 (906) 241-32-72
Часы работы магазина: с 10:00 до 20:00

Реклама
ВНИМАНИЕ!
ПОКУПАЕМ ЛЮБЫЕ ПРЕДМЕТЫ СТАРИНЫ, В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ

ДЕНЬГИ СРАЗУ!
Звоните:
8-911-902-15-52

Полезно пенсионерам
Бесплатная ежемесячная газета «Полезно пенсионерам». 16+
Выходит каждую последнюю среду месяца. Распространяется бесплатно.
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Западному федеральному округу. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ТУ78-01818 от 08 февраля 2016 г.

Издатель и учредитель: ООО «Полезно пенсионерам». Адрес учредителя, издателя и редакции: 192012, Санкт-Петербург, пр. Обуховской Обороны, 116, корп. 1, литер Е, оф. 601А.
Генеральный директор: Н. А. Кузнецов. **Главный редактор:** С. В. Васильева. **Телефон редакции** (812) 40-733-40. E-mail: redaktor.polezno@gmail.com
Размещение рекламы: (812) 40-733-40. E-mail: reklama@gazeta-polezno.ru **Сайт газеты:** www.gazeta-polezno.ru **Группа Вконтакте:** www.vk.com/polezno_pensioneram

Отпечатано в типографии ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Санкт-Петербург, ул. Якорная, 10, кор. 2, литер. А, пом. 44.

Тираж 100 000 экз. ежемесячно. Заказ № ДБ-5084.
Время подписания в печать: по графику – 27.09.2022 г. в 21:00, фактическое – 27.09.2022 г. в 21:00. Выход в свет – 28.09.2022 г.

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в том числе и электронных СМИ, возможны только с письменного разрешения редакции газеты «Полезно пенсионерам».
Мнения авторов не обязательно отражают точку зрения редакции. За высказанные в публикациях взгляды, приводимые данные, цитаты редакция возлагает полную ответственность на авторов. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Рекламируемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации.

СОВРЕМЕННЫЕ БИОТЕХНОЛОГИИ

К ВЕРШИНАМ ЗДОРОВЬЯ БЕЗ ЛЕКАРСТВ

Мы боимся не преклонного возраста, а черной безысходности, беспомощности и одиночества. Так, увы, в наших глазах выглядит пенсия и старость. Вместо работы и отдыха – недомогание и уныние. Когда мы молоды, полны энергии и сил, старость кажется чем-то абстрактным.

О ЛАКТОМАРИНЕ для тех, кому за…

Но годы идут. Подрастают дети, за ними внуки – и это уже для них все радости жизни. А что остается нам?

Те, кто должным образом относятся к самому себе, знают, что жизнь не заканчивается ни в пятьдесят, ни в восемьдесят. Это лишь вопрос выбора человека. Но, если в молодости здоровье было нашим союзником, помогая трудиться и созидать, то с годами ситуация меняется, и не в лучшую сторону.

Винить ли свой организм за это? Долгие годы он служил нам верой и правдой, а теперь ему самому нужна наша забота и внимание. Тщательно оберегать свое здоровье и грамотно заботиться о нем – вот что требуется, чтобы жизнь была все такой же насыщенной и активной в любом, даже самом преклонном возрасте. Наступившая осень – самое время начать ваш «Осенний марафон к здоровью» с помощью удивительного продукта – **ЛАКТОМАРИН!**

Сила океана для крепкого здоровья

Польза морской воды и морских водорослей неоспорима, а их полезные свойства не знают границ. Более того, сама кровь человека больше всего по составу напоминает именно соленую морскую воду и морские водоросли. Поэтому можно сказать, что целебная морская вода течет в наших жилах постоянно и дарит нам жизнь.

ЛАКТОМАРИН – богатейший по своему составу специализированный органический гель, вырабатываемый из экологически чистых бурых водорослей северных морей.

ЛАКТОМАРИН предназначен для широкого применения с целью оздоровительного (лечебного и профилактического) питания, а также в комплексной терапии различных заболеваний в комбинации с лекарственными препаратами.

Использование лечебного питания положительно влияет на клиническую картину многих заболеваний, способствует снижению степени выраженности клинических проявлений заболеваний и повышению качества жизни больных с различными патологиями.

ЛАКТОМАРИН является настоящей кладовой более 40 полезных элементов! Это великолепное, эффективное и безопасное средство для поддержания бесперебойной работы всего организма человека.

Этому способствуют аминокислоты, альгинаты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины, макро- и микроэлементы, биоактивные природные соединения, растительные волокна, переведенные в растворимую форму с 96%-м усвоением.

Люди постарше ценят **ЛАКТОМАРИН** по-особенному: гель легко усваивается, имеет обширный список показаний к применению, совместим с лекарственными препаратами и не имеет побочных эффектов.

При приеме **ЛАКТОМАРИНА** снижается влияние негативных факторов среды, укрепляется иммунитет, нормализуются работа желудочно-кишечного тракта и обмен веществ, улучшается состояние щитовидной железы. **ЛАКТОМАРИН** – отличный помощник для здоровой работы сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата.

Не жалуйтесь — действуйте!

ЛАКТОМАРИН – это не просто борьба за увеличение продолжительности жизни, но, главное, повышение ее качества, особенно в пожилом возрасте. Не случайно японцы, у которых водоросли составляют значительную часть рациона в течение всей жизни, отличаются завидным здоровьем и долголетием.

Ежедневный прием **ЛАКТОМАРИНА** укрепляет здоровье, замедляет процесс старения, и главное – улучшает самочувствие и дарит хорошее настроение.

Позаботьтесь сегодня о том, как вы будете чувствовать себя завтра!

Лечебное питание из водорослей может стать основой вашего здоровья и отличного самочувствия!

ЛАКТОМАРИН. КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

ОЧИЩЕНИЕ + «ВИТАМИННАЯ БОМБА»

•Только чистый организм – гарантия крепкого здоровья. Альгиновые кислоты в составе геля – природные энтеросорбенты, которые связывают тяжелые металлы, токсические и радиоактивные вещества и свободно выводят их из организма. При этом оптимизируются различные виды обмена веществ. Рекомендован для населения, проживающего на территориях с неблагоприятной экологической ситуацией. Одновременно в организм поступает более 40 полезных компонентов, необходимых для здорового функционирования органов и тканей, предупреждая преждевременное старение и оздоровляя организм «по всем фронтам».

СЕРДЦЕ И СОСУДЫ

•Применение ЛАКТОМАРИНА позволяет укрепить стенки сосудов, улучшить кровообращение и поддержать работу нашего главного органа – сердца. Альгинаты геля способствуют поддержанию нормального баланса уровня холестерина и глюкозы крови. Содержит фукоидан – природный антикоагулянт, вещество, препятствующее повышению свертываемости крови. Обеспечивает сердце полным набором питательных веществ (в т.ч. калием и магнием).

КРЕПКИЙ ИММУНИТЕТ

•Комплексно воздействует на иммунную систему. Компенсирует недостаток витаминов, минеральных веществ и микроэлементов. Позволяет быстро восстанавливать силы после физических нагрузок, повышает сопротивляемость внешним факторам. При этом является мощным антиоксидантом, обладающим многофункциональным механизмом действия. Рекомендован при стрессах, регулярных занятиях спортом, повышенных физических и умственных нагрузках.

ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА

•Йод, селен помогают гормонам щитовидной железы регулировать практически каждый процесс в организме человека: дыхание, прием пищи, сон, движение, а также процессы во внутренних органах – от сердцебиения до работы репродуктивной системы. Влияет на психическую энергию и активность, течение мыслительных ассоциаций, терморегуляцию и сон. Гель эффективен для снижения аппетита, похудения, расщепления жиров, баланса уровня холестерина и сахара.

ПРАВИЛЬНОЕ ПИЩЕВАРЕНИЕ

•Применяется для здоровья всего желудочно-кишечного тракта: желудка, кишечника, печени, желчного пузыря, поджелудочной железы. Помогает восстановлению здорового ритма пищеварения, в том числе при запорах, уменьшает явление газообразования, способствует поддержанию здоровой микрофлоры кишечника. Оказывает обезболивающее, спазмолитическое, противовоспалительное, регенерирующее действие.

ЗДОРОВЫЕ СУСТАВЫ

•Легко усваивающиеся кальций и фосфор необходимы для питания суставного хряща. Фукоидан оказывает мощное противовоспалительное действие. Альгинаты эффективно выводят активные радикалы и другие агенты, повреждающие суставные ткани. Марганец снижает окислительные процессы, разрушающие суставы. Медь и цинк оказывают положительное влияние на соединительную ткань, а также участвуют в создании коллагена, обеспечивающего прочность и эластичность межсуставных хрящей.

СОВРЕМЕННЫЕ БИОТЕХНОЛОГИИ
ЛАКТОМАРИН

Лечебно-профилактическое питание из бурых морских водорослей рекомендовано ФГУ «Российский центр восстановительной медицины и курортологии Росздрава». Одобрено НИИ питания РАМН.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:
- сердечно-сосудистая система;
- желудочно-кишечный тракт;
- иммунная система;
- опорно-двигательный аппарат;
- эндокринная система;
- в комплексной терапии широкого ряда заболеваний;
- для профилактики, здоровья и долголетия.

ПРАЗДНИЧНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ КО ДНЮ ПОЖИЛОГО ЧЕЛОВЕКА!

- При покупке любого лечебного курса вы получаете скидку по программе лояльности + **20% бесплатного приема**.
- Акция действует до 20 октября 2022 года на все виды лечебного питания.
- Подробности акции по телефону: **8 (812) 332-53-13**.

ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ ПО ПРИМЕНЕНИЮ **ЛАКТОМАРИНА**, А ТАКЖЕ ДРУГИХ ВИДОВ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ ВОДОРОСЛЕЙ: **КАРДИОМАРИН, ФУКОЛАМИН, КУПРОЛАМ, АЛЬГОСЕЛЕН, СЕЛЕНОФАРЕН, ВИТАМАРИН** ВЫ МОЖЕТЕ В ЦЕНТРЕ **«СОВРЕМЕННЫЕ БИОТЕХНОЛОГИИ»** В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ.

Приходите:
Московская, Парк Победы,
ул. Гастелло, 14, офис 5
Время работы ПН-ПТ: 10:00–18:00.

Позвоните нам
8 (812) 332-53-13
www.sovbiotech.ru
www.lactomarin.ru

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ И БАДОМ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Реклама. ООО «УК «Современные биотехнологии» Подмосковье» ИНН 7713767972 , ОГРН 1137746368506 от 23 апреля 2013 г. Юридический адрес:125315, город Москва, Ленинградский проспект, дом 80 корпус д. эт 1 пом II ком 1,2,3,4