

ИНТЕРЕСНАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Полезно пенсионерам¹⁶⁺

Декабрь 2018 г.

Распространяется бесплатно

№ 12 (35)

gazeta-polezno.ru



Хороший пример
Знакомьтесь:
КЦСОН
Центрального района



Петербуржцы
«Разные судьбы»
Татьяны Пилецкой



Наша
экспертиза
Икра:
ну и вкуснотища!



НАШИ ПАРТНЕРЫ



Стр. 3

Стр. 4

Стр. 7

Следующий номер газеты выйдет 23 января



КУДА поставить елку – не самая сложная проблема в преддверии праздника. Для большой найдется место на полу, для маленькой – на столе, но никому не придет в голову укрепить ель на потолке. А вот лет 400 назад, когда обычай вносить в дом хвойное дерево накануне Рождества только утверждался в Европе, именно так и поступали. В парадных залах ратуш немецких городов крупную елку подвешивали к потолку, причем макушкой вниз. По мере распространения новой традиции горожане, ощущив все неудобства потолочного крепления, стали ставить елки на пол.

А почему, собственно, ель, а не какое-то другое дерево? Испокон веков считалось, что она отличается от других лесных собратьев, являясь посредником для общения с духами предков. Возможно поэтому, если верить легенде, Иисус Христос и выбрал ее в качестве рождественского дерева.

Волшебная паутинка

Как ни красива елка сама по себе, без роскошного наряда мы ее не представляем. Но и так не всегда было. Поначалу все убранство состояло из яблок – красивые румяные плоды замечательно смотрелись на фоне темно-зеленой хвои. Потом к ним добавились пряники, конфеты, крендели. Откуда же взялась мишурा? Вот как было дело.

Однажды некая бедная женщина, у которой было много детей, поставила дома елочку, но на сладости у нее не хватило денег. Ночью пауки оплели всю елку своей паутиной. Увидев это, Христос решил вознаградить женщину за добрые дела и превратил паутину в золотые и серебряные нити. Утром детишки ахнули: такой красоты еще никто не видел!

А в один не слишком удачный год яблоки не уродились. И в чью-то умную голову пришла идея заменить настоящие плоды их стеклянной копией. Так появились шары. Саксонские мастера выдували их и покрывали изнутри тонким слоем серебра, а снаружи расписывали рождественскими сюжетами. А поскольку стеклодувам фантазии было не занимать, кроме шариков стали появляться самые разные фигурки – детишки, ангелочки, пастушки, трубочисты, птички, зверюшки...

Однако не только стеклом и мишурой украшали в старину рождественские елки. Вплоть до середины XX века не выходили из моды фигуры, изготовленные из ваты или картона и покрытые яркими красками с блеском. У многих еще сохранились картонные матрешки, обезьянки, собачки, ватные снегурочки, конькобежцы, пингвины... В антикварных магазинах их сегодня скупают за приличные деньги.

Елочка на крыше

В России наряжать лесную красавицу повелел Петр I, введя в 1700 году европейское летоисчисление – до этого Новый год у нас встречали 1 сентября. «Гулять» было велено целую неделю, украсив накануне дома ветками ели, сосны или можжевельника. Как и на Западе, ель не сразу прижилась в домах горожан. Только у нас ее не вешали на потолки административных зданий: в России лесная гостья красовалась... на крыших кабаков.

Елочный бум пришелся на середину XIX столетия. Впервые установить елку в Зимнем дворце повелела императрица Александра Федоровна, супруга Николая I. Несмотря на то, что поглазеть на диковинно разукрашенное дерево приходили толпы народа (по праздникам царский дворец был открыт для экскурсий), перенимать обычай не спе-

шили. И тут за дело взялись кондитеры, смекнув, какой куш можно сорвать на съедобных елочных украшениях. Подарки изготавливались настолько красивыми и вкусными, что устоять было просто невозможно – так появились первые елочные базары.

Тем, кто сейчас полагает, что цена искусственных елок «зашкаливает» и вообще дорого обходятся праздники, не мешает знать, что в XIX веке Рождество обходилось еще дороже. За елку и ее убранство приходилось платить от 20 до 200 рублей. За 20 в то время можно было купить корову, за 200 – приличный дом под Петербургом...

В 1930-е годы на елочку ополчились большевики, но вынуждены были смириться. Правда, о Рождестве пришлось забыть, деревце стало исключительно новогодним.

Сейчас елочку можно называть как угодно и украшать пестро и весело – слава богу, мода последних лет на однотонное убранство улетучилась. И отлично: Новый год, Рождество – самые яркие, волнующие, таинственные праздники, и чем наряднее выглядит и елка, и все наше жилище, тем больше радости и удачи придет к нам в дом под бой курантов!

4-8 января 2019
РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ЯРМАРКА
товаров для детей и взрослых
с театрализованным представлением
«ДЕД МОРОЗ В ЕВРАЗИИ»
4, 5, 6, 7 января в 13:00
интерактивные программы, кукольные театры, шоу мыльных пузырей
афиша и билет на сайте: пузневыеши.com
время работы: 11:00-19:00
вход свободный
КВЦ «ЕВРАЗИЯ» **Лесная**
ул. Капитана Воронина, 13

Реклама. ООО «Гармония», ОГРН 1057810308643, ИНН 7840317422, Юр. адрес: 195213, Санкт-Петербург, пр. Шаумяна, д. 50

ГАРМОНИЯ
СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ПЕНСИОНЕРОВ
Работаем с 2001 года!

Социальные услуги пожилым людям
Услуги Экстренной помощи «Тревожная кнопка»
Оформление программы социального обслуживания
Сопровождение и консультации БЕСПЛАТНО.

Звоните по тел.: (812) 702-04-90, 8 (909) 577-66-81
ofisgarmonia@yandex.ru garmonia-group.ru

Реклама. Войтенков А.М. ИНН 780227845669

Вывезем бесплатно

- чугунные ванны;
- холодильники;
- стиральные машины;
- железные двери;
- плиты;
- старые батареи;
- вывоз металлического хлама с гаражей и дач.

При необходимости, сами отключим и демонтируем.

Отсутствие лифта нас не пугает. Работаем по всему городу. Трезвые русские сотрудники.

Также возможна любая другая перевозка на платной основе. Погрузка и разгрузка нашими силами. Для пенсионеров – скидки! 8-964-378-78-38

Подпишитесь на газету «Полезно пенсионерам»
в любом отделении ФГУП «Почта России»

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС
П3634

Социально-досуговое отделение КЦСОН Центрального района – за этим казенным названием скрывается совсем не казенное отношение к людям пенсионного возраста. Недаром это отделение было признано лучшим в городе среди почти сорока подобных учреждений. Именно здесь те, кто много лет отдали работе, теперь, когда появилось свободное время, могут посвятить его своему любимому хобби – петь, танцевать, писать стихи, рисовать и даже заниматься йогой – в компании таких же увлеченных людей. И делать это с таким энтузиазмом, что молодые могут только позавидовать, – недаром у этого отделения есть и другое, неофициальное название – «Никогда не поздно».

Гореть своим делом

ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ коллектив «Кумушки», хорошая студия «Бельканто», камерный хор «Созвучие», клуб «В мире музыки» – эти коллективы хорошо знают в Петербурге, они активно участвуют во всех районных и городских мероприятиях. Многочисленные грамоты, висящие на стенах небольшого, но уютного помещения отделения, расположенного в самом центре города – на Литейном проспекте, – тому подтверждение. И здесь же – картины, созданные участниками художественной студии, которая существует в отделении уже пять лет. Сегодня в студии занимаются 18 человек, а руководит ими профессиональный художник, член Союза художников России Светлана Коровина.

Казалось бы, зачем человеку, востребованному в профессии, – Светлана Дмитриевна не только действующий художник, у которого регулярно проводятся персональные выставки, но и председатель фонда «Возрождение шпалеры», и преподаватель ряда художественных вузов города – еще и вешать на себя дополнительную нагрузку – заниматься с пенсионерами? Ответ очень простой: во-первых,

Никогда не поздно!

для Коровиной живопись – это вся ее жизнь, она просто горит ею. А во-вторых, именно в среде непрофессионалов она нашла таких же «горящих» единомышленников.

Потому что, по словам Светланы Коровиной, нынешние студенты совершенно не рвутся посещать занятия, у них другие интересы, другая мотивация – с трудоустройством художников сегодня плохо, поэтому занятия живописью многие из них рассматривают как что-то необязательное и временное.

Другое дело – пенсионеры. Те, кто когда-то в молодости занимались живописью, но она не стала их профессией, и те, кто до этого в руки не брали карандаши и кисти, но всегда об этом мечтали. Именно они, выйдя на пенсию, получили наконец возможность осуществить свои мечты. И относятся они к этой возможности ответственно – занятия, в отличие от студентов, не пропускают.

А результат этих занятий, надо сказать, удивительный. В отделении регулярно проводятся выставки работ участников студии – и от полотен

профессионалов многие из них не отличить.

Например, в дни, когда я побывала в социально-досуговом отделении, здесь проходила персональная выставка Елены Михайловны Селезневой. Строитель-проектировщик по специальности, сегодня она рисует натюрморты и пейзажи и говорит, что вся предшествующая жизнь вела ее к этому «приключению». И если раньше начать писать картины ей не давал какой-то страх, боязнь, что не получится, то благодаря педагогу Светлане Коровиной, которая направляет своих учеников, при этом не лишая их индивидуальности, не подстраивая под свой авторский стиль, она смогла этот страх преодолеть и погрузиться в волшебный мир создания произведения искусства. И сегодня Елена Селезнева представляет результат творческой деятельности нескольких лет, которые, по словам художницы, «сделали ее счастливой». А такие слова дорогостоят!



С. Д. Коровина (справа)
и ее ученики

И их вслед за Еленой Селезневой могут повторить все ее «соученики». А среди них есть и геолог, и моряк, и даже дирижер. У всех – свой стиль. Свои приоритеты. Некоторые увлекаются копиями произведений великих художников, некоторые отдают предпочтение пейзажам. А например, бывший моряк Александр Аркадьевич Ворончихин рисует портреты – уже всех родственников и знакомых обеспечил.

Всё всерьез

Кстати, работы участников студии можно увидеть не только в стенах центра, но и в различных галереях и выставочных центрах. И даже в Смольном они выставлялись. А недавно одну из картин глава администрации района подарил своему коллеге из греческого города-побратима. Так что сегодня и на берегах Эллады познакомились с творчеством наших художников. Но о том, что это работа непрофессионала, думается, там не догадываются.

Отсутствие дипломов профессиональных художников – это вообще единственное, что отличает участников студии от их коллег с дипломами. Которые,

кстати, охотно приходят к ним в гости – проводят мастер-классы, рассказывают о своих секретах. Здесь вообще относятся к своему делу очень серьезно. Не просто рисуют – выезжают не пленэры, посещают музеи и выставки. В общем, повышают свой культурный и профессиональный уровень.

Счастливы вместе

Ну а вместе со счастьем творчества в их жизнь пришло и счастье человеческого общения с близкими по духу людьми. Про это же счастье могут рассказать и те, кто занимается в других студиях. Потому что все они не просто рисуют, поют, танцуют, сочиняют – они делают это все вместе. А это так важно, особенно в возрасте, когда многие страдают от одиночества, – найти тех, кто понимает и разделяет твои интересы. Сегодня таких счастливых людей, которые приходят в социально-досуговое отделение Центрального района, почти 500 человек. И своим примером они доказывают, что ничего и никогда не поздно!

Анна Тарасова

P.S. Стать участником студий может любой желающий, достигший пенсионного возраста и прописанный в Петербурге. И это ничего не будет ему стоить – все занятия бесплатные!

Справки по телефону 710-33-26.



Реклама. ООО "Слуховые аппараты "Ю-МЕД", ИНН 7840467474. Скидка и акция действует при предъявлении купона.

ПОЧЕМУ ВЫБИРАЮТ ЦЕНТР СЛУХА Ю-МЕД

Каждый клиент Центра слуха Ю-МЕД получает наши традиционные гарантии – качества подбора, лучшей цены и лучшего сервиса.

*Скидка и акция действует при предъявлении купона

РАСПРОДАЖА СЛУХОВЫХ АППАРАТОВ 2018

Скидки от 20% до 40%*

Более 150 моделей на складе!



Акция до 30.12.2018

О возможных противопоказаниях
проконсультируйтесь со специалистом

Ю-МЕД
ЦЕНТР СЛУХА

Запишитесь на бесплатный подбор слухового аппарата

(812) 748-23-04

you-med.ru

- Технологический институт,
ул. Бронницкая, 5
Мед. лицензия: №7801004465
- Владимирская / Достоевская
ул. Бол. Московская, 16
Мед. лицензия: №7801007753

✓ Бесплатное обследование, подбор и настройка слухового аппарата

Специалисты нашего центра ответят на любые вопросы о потере слуха. Проведут диагностику и на основе результатов разработают индивидуальный план коррекции слуха.

✓ Нам доверяют слух детей 0+

Детский центр слуха Ю-МЕД работает в соответствии с международными протоколами педиатрического слухопротезирования и является первым в России сертифицированным педиатрическим центром Phonak.

✓ Бесплатное пробное ношение

Вы сможете опробовать слуховые аппараты в привычных для Вас условиях жизни, чтобы удостовериться в своем выборе и принять решение.

✓ Большой выбор слуховых аппаратов в наличии

У нас представлены более 150 моделей лучших слуховых аппаратов ведущих мировых производителей.

PHONAK **WIDEX®** **SIGNSIA**
SIEMENS **unitron** **bernafon®**

Запишитесь на бесплатный подбор слухового аппарата
(812) 748-23-04 you-med.ru

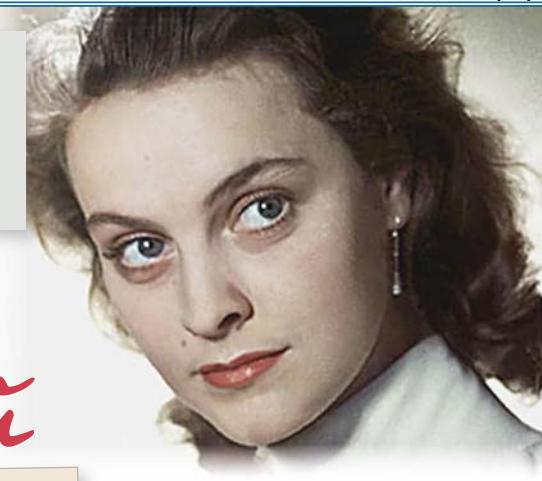
Девочка с куклой

ВЕДЬ родилась Татьяна Урлауб (это девичья фамилия актрисы) всего лишь через девять лет после Октябрьской революции, в Ленинграде, в интеллигентной семье с немецкими корнями – отсюда и фамилия Урлауб и отчество – Людвиговна. Но это была не просто семья выходцев из Германии, пра-прапрабабушкой Татьяны была знаменитая женщина-офицер Луиза Графемус-Кес-сених, участница войны с Наполеоном, прусский уланский вах-мистр – эдакий аналог русской кавалеристки Надежды Дуровой. Во время сражений она была ранена, потеряла правую руку, а потом переехала в Россию, в Петербург, где вышла замуж за печатника Иоганна Кессениха и родила детей. А в 1840-х стала владелицей знаменитого еще со времен Петра Первого «Красного кабачка», трактира на десятой версте Петергофской дороги, где провела бессонную ночь накануне прихода к власти будущая императрица Екатерина II. Бабушка же Татьяны владела домом на Таврической улице в Петербурге.

Понятно, что у семьи с такой «родословной» и окружение было соответствующее. В доме Людвига Урлауба бывали многие представители творческой элиты. А художник Кузьма Петров-Водкин даже стал крестным маленькой Тани, и когда ей исполнилось девять лет, нарисовал ее

К. Петров-Водкин.
«Девочка с куклой»А. Пахомов.
«Юная балерина»

О судьбе народной артистки Татьяны Пилецкой можно писать книги. Пока это делает она сама, но не исключено, что скоро появятся и биографы. Потому что длинная – в июле этого года Татьяне Людвиговне исполнилось 90 лет! – ее жизнь настолько тесно переплелась с событиями, происходящими в стране, что по ней можно изучать историю.

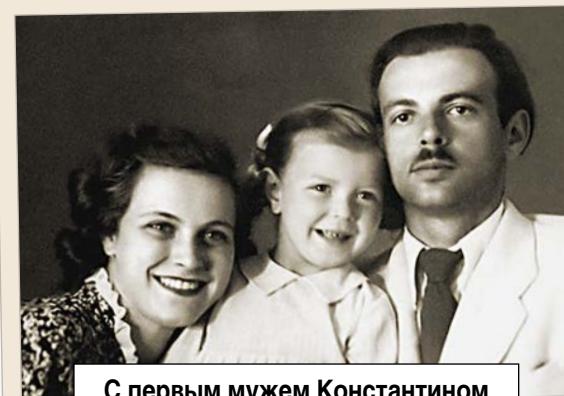
Петербуржцы**«Разные судьбы»
Татьяны Пилецкой**

портрет, который известен под названием «Девочка с куклой». Сегодня он находится в Художественном музее в Таллине. И в записных книжках художника можно не раз встретить имя Тата, Татулечка – так называли Татьяну родные и близкие. Именно Петров-Водкин в свое время и заметил хореографические способности девочки и посоветовал отдать ее в балетное училище. Так Татулечка оказалась в Вагановском училище, где на нее обратил внимание другой художник – она стала моделью для скульптора Александра Пахомова, который создал фарфоровую статуэтку «Юная балерина», хранящуюся сейчас в Русском музее.

От тревоги – к славе

Кстати, когда в этом году в Русском музее открылась персональная выставка Петрова-Водкина, Татьяна Пилецкая ее посетила. И долго стояла у своего портрета, а также у картины «Тревога», для которой позировал ее отец – Людвиг Урлауб. Правда, на полотне видно только его спину – стоящий у окна человек вглядывается в темноту за окном.

Что страшится увидеть он там? Чёрный «воронок», приехавший за ним? Наверное, отцу Татьяны



С первым мужем Константином Пилецким и дочерью Наташей

не надо было ничего изображать – вся страна жила тогда в страхе. А уж ему, человеку с немецкими корнями, было практически не избежать репрессий. Так и случилось. Он был арестован, сослан в Краснотурьинск и освободился только в 1956 году. Старший брат Татьяны – Владимир – погиб на фронте летом 1941-го. А ей самой, когда она получала паспорт, чтобы скрыть происхождение, пришло указать отчество Львовна.

В те времена Татьяна с матерью жили очень бедно. Поэтому, окончив балетное училище, она сразу устроилась на работу – танцевала в массовке. Потом училась в студии Большого драматического театра и начала сниматься в кино – ее дебют состоялся в 1946 году в эпизодической роли в фильме «Солистка балета», а в легендарной «Золушке» Пилецкую можно увидеть среди танцующих на балу гостей.

Потом были еще роли, в том числе Даши Севастопольской в фильме Григория Козинцева «Пирогов», Веры в «Княжне Мэри». К тому времени Татьяна уже побы-

вала замужем – за военным моряком, с которым познакомилась в Военно-морском училище им. Дзержинского, где она танцевала в ансамбле. С мужем она даже уехала на Север, но через пятнадцать лет брак распался. После него осталась дочь Наташа и красавица фамилия – Пилецкая. И когда на Татьяну обрушилась оглушительная слава после выхода на экраны фильма «Разные судьбы», она была уже Пилецкой. Несмотря на то, что сыграла там Татьяна отрицательную героиню, мужчины Советского Союза буквально сошли с ума – письма влюбленных к ней приходили мешками.

Кстати, говорят, что к Пилецкой проявлял интерес даже Александр Вергинский, но сама она уверяет, что между ними была только дружба.

Всегда держать спину!

Но у славы была и оборотная сторона. После «Разных судеб» Татьяне стали предлагать только роли отрицательных героинь – говорили, у нее глаза злые, – а потом и вообще ее как-то забыли. И она ушла из кино, которое, по словам, актрисы, кроме популярности, ничего не приносит. А вот театр дал ей все – интересные роли, верных поклонников и звание народной артистки. И с 1962 года – почти 60 лет – она служит в петербургском театре «Балтийский дом», который в советское время носил имя Ленинского комсомола.

Таким же стабильным оказался и ее последний брак – с актером Борисом Агешиним, который был младше Татьяны на 12 лет. Вместе они прожили почти 50 лет. В этом году мужа не стало. Но у Татьяны есть дочь, внучка и любимый театр. Иногда она снимается в небольших ролях в кино, и ее по-прежнему можно увидеть на различных мероприятиях – в красивом платье, с прической, она по балетной привычке «держит спину» всегда и везде.

А в свой 90-летний юбилей Татьяна Людвиговна Пилецкая вышла на сцену «Балтдома» в главной роли в премьерном спектакле «Ма-мурэ». И ее красоте и таланту можно только завидовать. Такая вот счастливая судьба!

Анна Тарасова

Реклама. ИП Золотарев Максим Олегович, ИНН 781629151207

ПАМЯТНИКИ

НАПРЯМУЮ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

С уважением к памяти о Ваших близких...

СКИДКИ ДО -32%
действует до 29 декабря

- ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ
- ОФИЦИАЛЬНАЯ ГАРАНТИЯ 25 ЛЕТ
- БЕСПЛАТНО ХРАНИМ 4-6 месяцев
- РАССРОЧКА БЕЗ ПЕРЕПЛАТ 2-5 месяцев

2 минуты от метро:
М.Проспект просвещения
Энгельса 129 к.1

922-36-02

м.Старая деревня
Липовая аллея д.11

ОБЕЛИСК
МАСТЕРСКИЕ художественных
ПАМЯТНИКОВ
г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
www.obeliskspb.ru

Татьяна Пилецкая
и Борис Агешин. 1973 г.

Реклама. ООО «МИЛЛОР ФАРМА», ИНН 7727813097, ОГРН 1137746782315

Легко и регулярно

Согласитесь, приятно, когда всё в нашем организме работает как часы. И, напротив, затруднительно и дискомфортно, в случае возникновения деликатных физиологических проблем. Увы, они случаются.

Каждому знакомо

Запоры – проблема, с которой сталкивались в своей жизни многие. В развитых странах от данного недуга страдает 30-50% взрослого трудоспособного населения, а среди пожилых людей этот показатель доходит до 60%. Сидячая работа, отсутствие физической активности, недостаточное потребление жидкости и нарушенный режим питания – вот основная причина. С возрастом к этому добавляются общие изменения во всех органах и системах. Чем мы старше, тем сложнее, в том числе, нашему кишечнику справляться со своими обязанностями.

РектАктив® в помощь при запоре!

Активизирует работу кишечника за 15 минут



Уникальная запатентованная* рецептура на основе растительного компонента – экстракта плодов конского каштана



Восстанавливает естественный дефекационный рефлекс при курсовом приеме

Спрашивайте в аптеках вашего города

www.rectactiv.com • 8 800 222-42-72 (бесплатно по РФ)



*Патент № 2245161 РУ ЛСР-002152/07

Несложные рекомендации**Станьте другом для вашего кишечника:**

- Каждое утро за полчаса до завтрака выпивайте 1–2 стакана теплой воды. Так вы активизируете процесс пищеварения;
- Гуляйте на свежем воздухе;
- Делайте легкий массаж живота по часовой стрелке;
- Питайтесь правильно. Добавьте в рацион свеклу, капусту, морковь, чернослив и продукты, богатые клетчаткой. Перед сном – стакан свежего кефира.

Расслабиться – легко

Один из компонентов лечения хронического нарушения стула – применение слабительных препаратов. Не

всегда есть время ждать, когда подействуют таблетки, и эффект от их приема часто бывает неожиданным. Быстро снять дискомфорт помогут ректальные свечи РектАктив. Экстракт плодов конского каштана безопасно в течение 15 минут позволит вам опорожнить кишечник. РектАктив, благодаря своему мягкому действию, оптимален для применения пожилыми людьми. Он совместим с другими препаратами и не растягивает стенки толстого кишечника. А при курсовом применении в течение 30 дней РектАктив поможет восстановить дефекационный рефлекс и биоритмы.

Пусть всё у вас будет по расписанию. Будьте здоровы и хорошего самочувствия!

Используйте противодоказания перед применением
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Н. А. Спиридовон –
главный врач,
хирург-флеболог, к. м. н.,
эксперт ультразвуковой
диагностики, один
из самых известных
флебологов города
Санкт-Петербурга.

Его имя известно не только многим специалистам, коллегам-флебологам в России, но и тысячам благодарных пациентов.

Современная клиническая ангиология объединяет самые разные разделы медицины: сосудистую хирургию, флебологию, лимфологию, микрохирургию, неврологию, кардиологию и т.д.

Благодаря сосудистой системе совершается доставка питательных элементов к тканям организма и удаление продуктов их жизнедеятельности. От состояния сосудистой системы зависит качество жизни человека. Полость сосудов должна быть чистой. Если происходит их закупорка, сужение, воспаление то, возникает болезнь. Многие болезни сосудов являются причиной инвалидизации и летального исхода.

Именно поэтому в нашем центре проходит льготная программа оздоровления населения. Программа направлена на оказание доступной специализированной и высокотехнологичной помощи больным с заболеваниями сосудистой системы. Программа вступает в силу 1 декабря 2018 г. и действует до 31 декабря 2018 г.

Направление №1

Программа направлена на диагностику предынсультных состояний и других заболеваний сосудов. Подходит для людей с неврологическими нарушениями: вегетососудистая дистония, частые головные боли, головокружения, повышенная утом-

Льготная программа «Здоровье города»

Диагностика предынсультных состояний, лечение и профилактика заболеваний сосудов в СПб

ляемость, тревожные состояния, нарушения памяти.

Одним из самых неблагоприятных последствий патологии сосудов является инсульт – это внезапное нарушение кровообращения мозга, закупорка или разрыв какого-либо сосуда головного мозга. Нет заболевания, более устрашающего своей непредсказуемостью и последствиями: частичное или полное обездвиживание, паралич, потеря памяти и речи, летальный исход. Медики выделяют несколько основных причин инсульта. Это возникновение тромбов в кровеносной системе и наличие холестериновых бляшек, которые могут перекрывать сосуды. Так же причиной инсульта является повышенное давление. Понижать давление можно и нужно, но это, к сожалению, не лечит саму болезнь.

Чтобы заранее предупредить болезнь важно протестируировать свой организм на предпосылки к заболеванию. И вовремя принять меры. Скрининг-тест составлен специалистами и нацелен на определение неподходящих в организме, которые могут вызывать инсульт.

В нашем медицинском центре так же можно пройти диагностику и лечение распространенных функциональных и органических заболеваний нервной системы: вегетативная дистония, головные боли, заболевание позвоночника и боли в различных частях тела, недостаточность мозгового кровообращения, хронические болевые синдромы, боли в спине, конечностях, остеохондроз позвоночника, посттравматические боли и другие.

Направление №2

Ежедневно в наш Медицинский Центр для первичной консультации обращается от 20 до 35 пациентов и у каждого второго выявляется запущенная сосудистая патология ног, а у каждого четвертого трофические язвы! В основном это пожилые люди, у которых имеются соответствующие заболевания. Очень серьезным фактором риска является

в первую очередь сахарный диабет, при котором поражаются крупные и мелкие сосуды.

Варикозное расширение вен, вопреки распространенному мнению, является не только косметическим дефектом. Расширенные выпирающие вены могут стать причиной серьезных заболеваний – тромбоза и тромбофлебита, способных стать причиной инвалидности. Особую опасность представляет тромбоэмболия, состояние, при котором оторвавшийся тромб перекрывает просвет легочной артерии, что часто приводит к смерти.

У нас представлены все современные виды лечения варикозной болезни: от малоинвазивных методик до радикальной хирургии. Успешно работает отделение лимфологии, в котором занимаются лечением венозной недостаточности, лимфедемы и осложнений варикозной болезни: отеков, венозных дерматитов, экзем и трофических язв. Большой опыт работы и собственные наработки позволяют заживить практически любую язву независимо от ее размеров и давности существования. Мы уверены в своих силах, поэтому даем гарантию на полное заживление язв в результате проведенного лечения.

Также мы проводим консультативную и лечебную помощь на дому. Для многих видов лечения вам не нужно лежать в стационаре. Любые консультации, перевязки и другие процедуры мы сможем сделать прямо у вас дома.

Современная фармацевтическая продукция помогает снять симптомы болезни, но не направлена на избавление от самого заболевания. Вены, пораженные варикозом, никуда не денутся, а с течением времени, станут лишь больше и заметнее. За чудо-мазь из телевизионной рекламы, при нанесении которой вены исчезают, многие пациенты отдали бы все что угодно! Однако, втирание всех мазей и гелей оказывает лишь легкое массажное дей-

ствие на больные ноги, а ментол, содержащийся в них, придает охлаждающий эффект.

Дополнительными стимулами разработки и проведения данной программы послужили обращения пациентов с неподтвержденными диагнозами, которые ставят горе-специалисты на первой же консультации. После постановки таких диагнозов пациентов пугают и предлагают незамедлительно начать дорогостоящее лечение и быстро оформить для этого кредит. Важно знать вполне конкретные критерии, помогающие отличить учреждение, в котором вам готовы оказать качественную медицинскую помощь от сомнительной клиники-однодневки.

1. Независимо от того, согласились вы на дальнейшее лечение в этой клинике или нет, по итогам консультации вам обязательно должны выдать заключение, в котором четко прописаны диагноз и рекомендованное лечение. Отсутствие заключения – первый признак мошенников.

2. Консультация флеболога должна включать как наружный визуальный осмотр, так и обязательное ультразвуковое исследование, без которого поставить достоверный диагноз невозможно. Затем доктор должен подробно объяснить пациенту его состояние и, если необходимо лечение, то рассказать о нескольких альтернативных методах, их плюсах и возможных рисках, а также о методах профилактики и поддерживающей терапии.

Нам очень важно, что благодаря таким программам получили возможность пройти обследование:

- Общество Ветеранов сцены;
- Общество Ветеранов Блокадников Кировского района;
- Общество Ветеранов Петроградского района;
- и многие другие Советы ветеранов и организации ветеранов нашего города.



Льготная программа «Здоровье города»*: ЗАПИСЬ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ до 31.12.2018 года.

Клиника вправе завершить акцию досрочно при отсутствии свободной записи на прием.

БЕСПЛАТНО

- Консультация врача-невролога.
- Скрининг тест на предрасположенность к инсульту.

БЕСПЛАТНО

- Консультация врача-флеболога.
- Ультразвуковое дуплексное сканирование вен обеих ног.

**30% СКИДКА
НА ПРОЦЕДУРЫ
В ПЕРВЫЙ ДЕНЬ****

Звоните

(812) 456-04-00
СПб, ул. Блохина, 18.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

* Воспользоваться можно одним купоном и только один раз. Информация об организаторе акции, правилах проведения, сроках, месте и порядке их получения у консультанта клиники или по телефону (812) 456-04-00. Не является публичной офертой 18+. ООО «ФлебоЛайф». Лицензия № ЛО-78-01-008857 от 29.05.2018г. г. Реклама

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
ОТОСПЕКТР

НОВОГОДНЯЯ РАСПРОДАЖА до 15.01.2019 г.

СКИДКИ: от 30% на все слуховые аппараты;
до 45% – при покупке одновременно 2 слуховых аппаратов.

НЕВИДИМЫЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ от 16000 руб.*
с улучшенным выделением речи

ВОЗМОЖЕН ВЫЗОВ СПЕЦИАЛИСТА НА ДОМ
Подробности по телефонам или на сайте www.otospektr.com

Наб. канала Грибоедова, 12 (вход под арку), 50 метров от метро,
т.: 8 (812) 415-40-29, 312-05-99, 8 (921) 797-91-91.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама. ООО «ИПМ», ИНН 7814044225, ОГРН1027807579535

Говорят, под Новый год...

Чтобы праздничные дни не омрачились головными болями и расстройством желудка, или повышением давления и сахара в крови, чтобы вирусная инфекция не свалила в постель в самый неподходящий момент...

Подарите себе и своим близким льготный (3600 ₽ 1800 ₽) 50%-ый сеанс здоровья по методу «Обратная волна» до 15 января 2019 г.

Это компьютерная диагностика всего организма по программе ВМА + полезная для всей семьи процедура активации защитных сил и кровообращения: мозгового, сердечного, легочного, почечного.

Уже от первого сеанса вы получите гарантированное улучшение своего здоровья, а ваша семья забудет об ОРЗ и ОРВИ. Такой метод дает возможность избежать даже серьезных заболеваний, таких, как инсульт, инфаркт и онкология.

С 1991 г. руководитель Института перспективной медицины (ИПМ), автор метода «Обратная волна» проводит интересные популярные лекции и демонстрацию резервных возможностей организма в медицинском отделении ИПМ на улице Руднева 24. Вход свободный, нужно лишь предварительно позвонить и уточнить дату.

8 (812) 296-08-45, 8 (921) 31-82-822

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама. ИП Яковлева Алла Матвеевна, ИНН 780500119131



ШЕМНК
Пенсионерам –
оправа в подарок!

- Заказ на очки – от 1050 руб.
- Ремонт очков 50%.

● «Кировский завод», пр. Стажек, 72, ДК им. И. И. Газа, т. 702-05-90.

● «Пл. Мужества», 2-й Муринский пр., 38, ТК «Клондайк», т. 986-04-12.

Время работы: 11⁰⁰-19⁰⁰; вых. 11⁰⁰-18⁰⁰



8 800 777 82 82, 8 812 602 98 48

www.osnovakpk.ru

Санкт-Петербург, ул. Малая Морская, 18, БЦ «Пономарев», офис 219 (ст. м. «Адмиралтейская»)

СБЕРЕЖЕНИЯ СО СТАВКОЙ 13,5%

- ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ
- ОФИЦИАЛЬНО, НАДЕЖНО, БЕЗОПАСНО
КПК «Основа» является членом Ассоциации «Саморегулируемая организация кредитных потребительских кооперативов»
Свидетельство СРО №422
- ВСЕ СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ НА 100%
в Межрегиональном обществе взаимного страхования «МОВС»
- ВОЗМОЖНОСТЬ ДОСРОЧНОГО СНЯТИЯ без потери %

КПК «Основа» ОГРН 1177847238491 ИНН 7838071965 Свидетельство СРО «МСКК» №422. Сбережения принимаются от 50 000 до 10 000 000 рублей со сроком от 3 до 36 месяцев. Предложение действует для членов КПК. Подробности об условиях акции узнавайте по телефону 88007778282. Реклама. 18+



Свои объявления о знакомстве, поисках друзей, компаний и пр. вы можете отправить СМС-сообщением на номер телефона +7 (966) 751-59-24 до 20 января 2018 г., а также прислать по эл. почте: redaktor.polezno@gmail.com. Объявления публикуются бесплатно.

Женщины

◆ Женщина 56 лет в расцвете сил познакомится с хорошим свободным мужчиной от 56 лет для серьезных отношений и построения семьи.

8 (950) 029-74-31, Ирина Ивановна.

◆ 66 лет, петербурженка, в/о. Познакомлюсь для серьезных отношений с добрым интеллигентным мужчиной с в/о в возрасте до 68 лет.

8 (921) 420 43-85, Ирина.

◆ 55 лет, вдова. Странная женственная брюнетка. В людях ценю ум, доброту, чувство юмора, преданность. Стараюсь соответствовать. Люблю природу. Есть у меня заветное место, куда можно убежать от городской суеты. Рядом лес и чудесное озеро, но вот близкого человека нет рядом. Может быть, это вы? И ваш звонок избавит нас от одиночества?

8 (951) 685-98-66, Тома.

◆ Пенсионерка, симпатичная, хозяйственная, без в/п. Познакомлюсь с порядочным мужчиной для дружбы и общения.

8 (911) 282-18-51, Татьяна.

◆ 47/158/65. Ищу мужчину, которому скучно жить одному.

8 (921) 185-74-67.

◆ Мне 58 лет, среднего роста и телосложения. Познакомлюсь с мужчиной соответствующего возраста, свободным от брачных обязательств, проживающим в Санкт-Петербурге, для общения.

8 (953) 378-89-49.

◆ Молодая пенсионерка, рост 163 см, вес 75 кг, в разводе, блондинка приятной наружности и телосложения. Познакомлюсь со свободным от прошлых жен, детей и серьезных заболеваний мужчиной с авто и отдельной квартирой (домом), уставшим от одиночества, непьющим, некурящим,

нескучным для создания семьи и проживания на его территории. Обещаю, что не разочаруюсь, если мы с вами будем на одной оптимистической волне!

Хочется верить, что есть еще настоящие мужчины – не меркантильные, для которых взаимное уважение, забота, нежность и внимание – не пустой звук...

E-mail: aerona1@mail.ru (Ирина).

◆ Познакомлюсь с мужчиной от 74 лет для дружеских отношений.

О себе – при встрече.

8 (921) 379-53-57, Тамара Викторовна.

◆ Мне 61 год, рост 160 см, в/о, без вредных привычек, без материальных и жилищных проблем. Вдова, дети взрослые, живут отдельно. Познакомлюсь с одиноким доброжелательным интеллигентным мужчиной 60–65 лет из Санкт-Петербурга или Ленинградской области.

8 (900) 627-62-25, Елена.

◆ Познакомлюсь с порядочным, добрым и надежным мужчиной (вдовцом) для дружбы и серьезных отношений без в/п и ж/п в возрасте 63–70 лет.

8 (950) 002-12-21.

◆ Сильная самостоятельная вдова без проблем, но хочется опереться на сильное мужское плечо и быть просто женщиной. Размер одежды 44–46. Ищу мужчину спортивного телосложения до 65 лет.

8 (953) 370-29-51.

◆ Мне 54 года, выгляжу моложе. Не курю, нескусчная, симпатичная. Заинтересована в долгосрочных отношениях. Ищу «своего» мужчину, чтобы находиться в состоянии гармонии, а не разрушения! Оживаю звонка от доброжелательного русского хозяйственного мужчины с небольшой разницей в возрасте. Агрессивных, неработающих, женатых, с судимостью, граждан СНГ прошу беспокоить!

8 (981) 699-58-57.

◆ Красивая шатенка 55 лет с высшим педагогическим образованием, рост 170 см. Люблю путешествовать. Познакомлюсь с мужчиной без жил. и быт. проблем. Для длительных отношений.

8 (911) 723-31-29, Анжела.

◆ Мне 68 лет, рост 170 см, вес 78 кг. вдова. Материально обеспечена, не хватает мужской заботы, внимания, доброты. Познакомлюсь с порядочным мужчиной, вдовцом, без в/п.

8 (952) 371-94-44, Валентина.

◆ Познакомлюсь с одиноким интеллигентным мужчиной от 74 лет. Без в/п, жил. и мат. проблем. Для совместного времепрепровождения, прогулок, поездок и т. д.

8 (950) 015-50-40, Лара.

◆ Обаятельная, с хорошим характером. Умею вкусно готовить, без в/п. Люблю музыку и путешествия. Проживаю у ст. м. «Озерки». Познакомлюсь с мужчиной-автолюбителем, веселым и добрым, в возрасте 58–70 лет.

8 (911) 936-54-74, Маша.

◆ Вдова, 64 года, рост 161 см, блондинка, приятная внешность. Познакомлюсь с надежным порядочным мужчиной без в/п и ж/п. Надеюсь встретить мужчину, на которого можно положиться во всем.

8 (952) 262-23-72, Татьяна.

◆ Пенсионерка 66 лет, рост 167 см. Инвалид, немного хромаю. Познакомлюсь с одиноким порядочным мужчиной, желательно тоже с инвалидностью, в возрасте от 66 лет.

8 (981) 931-13-79.

◆ 59/170. Познакомлюсь с неженатым петербуржцем от 60 лет для с/o.

8 (904) 644-61-93, Диана.

◆ 43 года, приятной внешности, рост 160 см. Работаю медсестрой, готовлю вкусно. Не курю. Познакомлюсь с мужчиной до 63 лет для создания семьи. Подробности – при общении. Судимых и пьющих прошу не беспокоить.

8 (952) 377-45-76 (после 20:00), Анна.

◆ Блондинка 54/152/54. Без в/п, работаю. Познакомлюсь с порядочным заботливым мужчиной до 60 лет. Для с/o.

8 (969) 702-58-81, Натали.

◆ Мне 53 года, без в/п, вдова. Имею двух внуков. Люблю свою дачу. Ищу вдовца для с/o.

8 (952) 356-80-22.

◆ Высокая статная женщина 62 лет. Вдова, в/о и с чувством юмора. Приглашаю мужчину от 58 лет для дружбы и отношений. Тепло, уважительно,ласково.

8 (952) 278-35-06.

◆ Ищу друга в возрасте от 60 лет.

8 (911) 165-26-39, Светлана.

◆ Мне 60 лет. Познакомлюсь с одиноким мужчиной 57–62 лет.

8 (951) 685-73-77, Надежда.

◆ 58 лет, рост 175 см. Ищу одинокого мужчину без в/п и ж/п в возрасте от 55 лет. Для с/o. Дача приветствуется. Подробности – при встрече.

8 (921) 337-24-57.

◆ 60 лет. Жду встречи с доброжелательным мужчиной для с/o.

8 (906) 227-99-23, Наталья.

◆ 55 лет, рост 164 см. Познакомлюсь с мужчиной 56–65 лет для общения.

8 (952) 350-82-95.

◆ Мне 59 лет, рост 165 см, брюнетка. Работаю. Живу в Московском р-не. Познакомлюсь с порядочным мужчиной без в/п для с/o.

8 (921) 569-91-12.

◆ 62 года, вдова. Приятная, чистоплотная, гостеприимная. Без в/п и ж/п. Познакомлюсь с мужчиной до 70 лет без ж/п и непьющим. Для приятных встреч и времепрепровождения, культурного досуга.

8 (951) 661-79-11.

◆ Приятная светловолосая женщина познакомится с веселым человеком для серьезных отношений. От 55 – до разумного возраста.

8 (905) 225-33-21, Тома.

◆ Ищу милого друга, бывшего военного, некурящего, холостого, веселого. Я – интересная кариэгэзка, блондинка, без проблем. Люблю отдых у моря и т. д.

8 (931) 220-54-02.

◆ Вдова, 67 лет. Познакомлюсь с мужчиной без в/п в возрасте до 70 лет для с/o.

8 (905) 261-56-39, Нина Григорьевна.

◆ Познакомлюсь с интеллигентным образованным мужчиной для с/o. Мне 57 лет, выгляжу гораздо моложе. Симпатичная, стройная.

8 (960) 255-58-33, Светлана.

◆ Лень, брюзжение, неряшливость, лишний вес (но не в обществе) – это не мои козыри. Я – категория многообразия, жизнелюбия, света и, пожалуй, притягательности (за 60...). Да что говорить – не Золушка, но и не Шапокляк. Увидели – звоните. Не заметили – значит, не те глаза читали.

8 (911) 917-80-79, Светлана.

◆ Мне 54 года, рост 171 см. Не курю, не лишина привлекательности. С юмором, не альчна. Познакомлюсь с мужчиной от 53 лет. Ожидает от мужчины искру «мачо», а не статус «красотульки» или «великолепного».

8 (981) 851-62-11.

◆ 62 года, добряя, внимательная. работаю. Познакомлюсь с мужчиной 60–67 лет – добрым, непьющим, с жильем, но который не нужен ни детям, ни внукам. Для с/o. Возможно проживание на моей территории. Будем жить для себя.

8 (952) 284-27-07, Татьяна.

◆ Мне 60 лет, рост 170 см. Познакомлюсь с добрым порядочным мужчиной без в/п для с/o.

8 (911) 283-88-72.

◆ 62 года. Телец. Без всяких проблем, не обременена детьми и внуками. Познакомлюсь с активным мужчиной до 65 лет для длительных отношений. Вместе шагать по этой жизни!

8 (921) 373-82-55, Екатерина.

◆ 64 года, вдова приятной внешности, стройная, без в/п. Познакомлюсь с надежным мужчиной 67–75 лет или бывшим военным без в/п для встреч и с/o.

8 (911) 725-78-07.

◆ 56 лет, коренная ленинградка. Живу в Калининском р-не. Без в/п и ж/п. Работаю. Характер спокойный.

8 (960) 269-08-37, Ирина.

◆ Мне 64 года. Познакомлюсь с простым порядочным человеком для с/o.

8 (952) 201-79-04.

◆ 46/160/65. Познакомлюсь с мужчиной для всестороннего общения.

8 (921) 185-74-67.

◆ Познакомлюсь с мужчиной 70–75 лет для с/o. Хочу любить и быть любимой!

8 (952) 230-38-01, Валентина.

◆ 64 года, рост 160 см. Блондинка приятной внешности. Познакомлюсь с добрым порядочным мужчиной без в/п для с/o.

8 (952) 200-57-80, Лиза.

◆ 60+. Ищу спутника жизни для с/o без мат. проблем и морально устойчивого.

8 (981) 839-14-16, Мила.

◆ Пожилая пара ищет пару близкого возраста для разнообразного общения.

8 (911) 272-59-87, Надежда Николаевна.

◆ Познакомлюсь с женщинами и мужчинами для общения, совместных походов в театр, прогулок. Вместе веселее! Мне за 60, очень общительная, позитивная.

8 (921) 362-78-18 (до 22:00), Наталья.

Мужчины

◆ 62 года, рост 180 см, не женат, не курю, на пенсии, в прошлом преподаватель. Живу один. Познакомлюсь с приятной и стройной дамой не старше моего возраста.

8 (911) 997-12-70, Виктор.

◆ Познакомлюсь с женщиной без жилищных и материальных проблем и без многочисленных родственников для серьезных отношений. Мне 60 лет, образование высшее, открытый к общению, свободный, самодостаточный.

8 (953) 163-08-75, Кирилл.

◆ 63/176/70. Одинокий порядочный коренной петербуржец познакомится только с порядочной во всех отношениях коренной петербурженкой от 48 до 60 лет, необремененной контактами с родственниками

◆ Мне 60 лет. Познакомлюсь с петербурженкой без в/п и фин. проблем в возрасте от 50 лет для с/о. 8 (950) 001-19-13, Борис.

◆ Симпатичный, стройный, 180 см, 80 кг, без проблем. Ищу женщину до 63 лет, готовую к с/о и не потерявшую интерес к жизни. Жилищные, материальные и другие проблемы значения не имеют. 8 (965) 097-24-82.

◆ Мне 70 лет, средней комплекции, без в/п. Живу один в отдельной квартире. Познакомлюсь с добрым интеллигентной женщиной 60-67 лет без в/п. 8 (931) 399-46-02.

◆ 63/172/66. Познакомлюсь с одинокой женщиной 55-65 лет. 8 (905) 251-66-34, Вячеслав.

◆ Мне 66 лет, рост 185 см. Проживаю у ст. м. «Пр. Большевиков». Познакомлюсь с женщиной из СПб или Ленобласти. 8 (952) 352-99-52, Владимир.

◆ Познакомлюсь с женщины в возрасте до 50 лет. 8 (911) 841-03-63.

◆ Мне 60 лет, рост 180 см. Без в/п и ж/п. Познакомлюсь с приятной женщиной 50-60 лет, неполной.

Для с/о, создания семьи. 8 (900) 646-77-78.

◆ 61 год, 180 см. С отличным чувством юмора, надежный, ласковый, самодостаточный. Вы – до 56 лет, нежная, ласковая хозяйка. Цель – создание семьи. 8 (911) 714-62-58 (с 20:00 до 22:00).

◆ Мужчина около 50 лет. Инвалид по сердцу, в прошлом – спортсмен. Ищу даму, которая будет меня реально ценить и заботиться обо мне. 8 (965) 789-71-32.

◆ 55/179/90, с чувством юмора, без в/п. Познакомлюсь с самой обычной женщиной, можно поплыть. Без ж/п и м/п. Для жизни. Остальное – время определит. Только звонки! 8 (953) 166-16-97.

◆ 55 лет. Симпатичный, порядочный, добрый мужчина из Архангельска. На пенсии, но работает. Ищу такую же женщину с приятной внешностью. 8 (911) 128-09-80, Сергей.

◆ 63/172/66. Познакомлюсь с одинокой женщиной 55-65 лет. 8 (905) 251-66-34, Вячеслав.

◆ Мне 66 лет, рост 185 см. Проживаю у ст. м. «Пр. Большевиков». Познакомлюсь с женщиной из СПб или Ленобласти. 8 (952) 352-99-52, Владимир.

◆ Познакомлюсь с мамой 46-56 лет для лыжных прогулок в р-не Юнголовского заказника, ЦПКО. Для общения. Без ж/п и м/п. Странно звонки. На СМС и прозвонь не отвечаю. 8 (953) 149-44-82.

◆ Познакомлюсь с женщиной 44-55 лет, дачницей (выезжает за город по выходным). Направление – Новгородская обл., Малая Вишера (садоводство). Для общения и взаимопомощи. Интересы различные: природа, книги. Без в/п, судимостей, кредитов. Родной не обременен. Ищу просто подругу, а дальше – время покажет. 8 (951) 726-25-34.

◆ 55/179/90, с чувством юмора, без в/п. Познакомлюсь с самой обычной женщиной, можно поплыть. Без ж/п и м/п. Для жизни. Остальное – время определит. Только звонки! 8 (953) 166-16-97.

◆ 55 лет. Симпатичный, порядочный, добрый мужчина из Архангельска. На пенсии, но работает. Ищу такую же женщину с приятной внешностью. 8 (911) 128-09-80, Сергей.

◆ 63/172/66. Познакомлюсь с одинокой женщиной 55-65 лет. 8 (905) 251-66-34, Вячеслав.

◆ Мне 66 лет, рост 185 см. Проживаю у ст. м. «Пр. Большевиков». Познакомлюсь с женщиной из СПб или Ленобласти. 8 (952) 352-99-52, Владимир.

◆ Познакомлюсь с мамой 46-56 лет для лыжных прогулок в р-не Юнголовского заказника, ЦПКО. Для общения. Без ж/п и м/п. Странно звонки. На СМС и прозвонь не отвечаю. 8 (953) 149-44-82.

◆ Познакомлюсь с женщиной 44-55 лет, дачницей (выезжает за город по выходным). Направление – Новгородская обл., Малая Вишера (садоводство). Для общения и взаимопомощи. Интересы различные: природа, книги. Без в/п, судимостей, кредитов. Родной не обременен. Ищу просто подругу, а дальше – время покажет. 8 (951) 726-25-34.

◆ 55/179/90, с чувством юмора, без в/п. Познакомлюсь с самой обычной женщиной, можно поплыть. Без ж/п и м/п. Для жизни. Остальное – время определит. Только звонки! 8 (953) 166-16-97.

◆ 55 лет. Симпатичный, порядочный, добрый мужчина из Архангельска. На пенсии, но работает. Ищу такую же женщину с приятной внешностью. 8 (911) 128-09-80, Сергей.

◆ 63/172/66. Познакомлюсь с одинокой женщиной 55-65 лет. 8 (905) 251-66-34, Вячеслав.

◆ Мне 66 лет, рост 185 см. Проживаю у ст. м. «Пр. Большевиков». Познакомлюсь с женщиной из СПб или Ленобласти. 8 (952) 352-99-52, Владимир.

◆ Познакомлюсь с мамой 46-56 лет для лыжных прогулок в р-не Юнголовского заказника, ЦПКО. Для общения. Без ж/п и м/п. Странно звонки. На СМС и прозвонь не отвечаю. 8 (953) 149-44-82.

◆ Познакомлюсь с женщиной 44-55 лет, дачницей (выезжает за город по выходным). Направление – Новгородская обл., Малая Вишера (садоводство). Для общения и взаимопомощи. Интересы различные: природа, книги. Без в/п, судимостей, кредитов. Родной не обременен. Ищу просто подругу, а дальше – время покажет. 8 (951) 726-25-34.

◆ 55/179/90, с чувством юмора, без в/п. Познакомлюсь с самой обычной женщиной, можно поплыть. Без ж/п и м/п. Для жизни. Остальное – время определит. Только звонки! 8 (953) 166-16-97.

◆ 55 лет. Симпатичный, порядочный, добрый мужчина из Архангельска. На пенсии, но работает. Ищу такую же женщину с приятной внешностью. 8 (911) 128-09-80, Сергей.

◆ 63/172/66. Познакомлюсь с одинокой женщиной 55-65 лет. 8 (905) 251-66-34, Вячеслав.

◆ Мне 66 лет, рост 185 см. Проживаю у ст. м. «Пр. Большевиков». Познакомлюсь с женщиной из СПб или Ленобласти. 8 (952) 352-99-52, Владимир.

◆ Познакомлюсь с мамой 46-56 лет для лыжных прогулок в р-не Юнголовского заказника, ЦПКО. Для общения. Без ж/п и м/п. Странно звонки. На СМС и прозвонь не отвечаю. 8 (953) 149-44-82.

◆ Познакомлюсь с женщиной 44-55 лет, дачницей (выезжает за город по выходным). Направление – Новгородская обл., Малая Вишера (садоводство). Для общения и взаимопомощи. Интересы различные: природа, книги. Без в/п, судимостей, кредитов. Родной не обременен. Ищу просто подругу, а дальше – время покажет. 8 (951) 726-25-34.

◆ 55/179/90, с чувством юмора, без в/п. Познакомлюсь с самой обычной женщиной, можно поплыть. Без ж/п и м/п. Для жизни. Остальное – время определит. Только звонки! 8 (953) 166-16-97.

◆ 55 лет. Симпатичный, порядочный, добрый мужчина из Архангельска. На пенсии, но работает. Ищу такую же женщину с приятной внешностью. 8 (911) 128-09-80, Сергей.

◆ 63/172/66. Познакомлюсь с одинокой женщиной 55-65 лет. 8 (905) 251-66-34, Вячеслав.

◆ Мне 66 лет, рост 185 см. Проживаю у ст. м. «Пр. Большевиков». Познакомлюсь с женщиной из СПб или Ленобласти. 8 (952) 352-99-52, Владимир.

◆ Познакомлюсь с мамой 46-56 лет для лыжных прогулок в р-не Юнголовского заказника, ЦПКО. Для общения. Без ж/п и м/п. Странно звонки. На СМС и прозвонь не отвечаю. 8 (953) 149-44-82.

◆ 55/179/90, с чувством юмора, без в/п. Познакомлюсь с самой обычной женщиной, можно поплыть. Без ж/п и м/п. Для жизни. Остальное – время определит. Только звонки! 8 (953) 166-16-97.



Красная икра – продукт, конечно, не из дешевых. Но, согласитесь, праздничный стол без икры – все равно что новогодняя елка без украшений! На что же обратить внимание, чтобы выбрать качественный, безопасный и вкусный продукт?

ИКРА ну и вкуснотища!

Банка банке рознь...

Объявление
◆ Помогут убрать квартиру 1–2 раза в неделю. Купчино. 8 (952) 200-48-13, Наталья (55 лет).

◆ Лисичка-скорпион просит друга из Санкт-Петербурга (ул. Ракова) выполнить обещание, данное 16 октября в Москве в кафе «Вареники» (рядом с театром «На Таганке»). Цена 949-39-71.

Если вы покупаете икру в жестяной банке, потрясите ее: если слышите вслески и ощущаете движение икры внутри, значит, в ней может оказаться много раздавленных икринок, отходов и т. д.

Вас смущает наличие большого количества жидкости в банке? Это признак того, что икра или подвергалась заморозке, или ее срок годности уже истек. В пищу ее лучше не употреблять.

Не покупайте икру на развес. Берите в банках, причем стеклянных – в них видна консистенция икры. Хорошо, если на банке есть надпись, какой именно рыбьи икра. А вот если вы видите надпись «лососевые», возможен подвох (скорее всего, производитель смешал разные сорта икры).

Настоящая или искусственная?

Поинтересуйтесь производителем деликатеса. В основном ику фасуют на Севере, Дальнем Востоке, Сахалине, Камчатке. А вот если компания расположена, допустим, на Урале, насторожитесь: откуда икру там взяться?

Не замораживайте икру в морозильнике – она превратится в «кашу».

Чтобы узнать, настоящую ли икру вы купили, бросьте небольшое количество в кипяток – икринки останутся целыми, а в воде появится свернувшийся белок.

Часто, не разобравшись в ассортименте, мы ошибаемся и покупаем вместо настоящей красной икры ее имитацию. На банке будет нарисован лосось, а слово «имитация» написано очень мелкими буквами (не сразу и заметишь!). Но настоящая икра не может быть настолько дешевой.

Открытую банку храните не больше 5–6 дней.

Чем полезна икра?

Красная икра содержит прежде всего белок – в 100 г икры – 32 г. И усваивается он очень быстро – в течение часа. Еще один полезный микроэлемент – йод, который крайне важен для профилактики заболеваний щитовидной железы. Икра также богата полиненасыщенными жирными кислотами: они способствуют выведению из организма жиров, которые приводят к развитию атеросклероза. Витамины А и С способствуют укреплению иммунитета, помогают организму выводить шлаки, укрепляют сосуды и улучшают зрение; витамин D участвует в формировании и укреплении костей, а витамин Е способствует омоложению организма, нормализуя обмен веществ в половых железах, а также выводит шлаки из жировой ткани.

Обратите внимание: если вы склонны к отекам, страдаете атеросклерозом, гипертонической и ишемической болезнями, от икры придется отказаться из-за высокого содержания соли в этом продукте.

ХОТИТЕ ТАКУЮ ОБУВЬ, ЧТОБЫ В НЕЙ ЛЕТАТЬ? ТОГДА ВАМ «Здоровые ноги» на выставку

✓ Ноги быстро устают? ✓ Высокий подъем? ✓ «Выпирающая» косточка?
✓ Болят коленные, тазобедренные суставы, позвоночник при ходьбе?
КАК РАЗ ДЛЯ ТАКИХ СЛУЧАЕВ И СУЩЕСТВУЕТ АНАТОМИЧЕСКАЯ ОБУВЬ

Создана с учетом анатомии стопы, повышенной полноты, с разгружающими стельками и массажной подошвой. Вся обувь изготовлена из натуральных и высококачественных материалов с помощью новейших технологий. Практичная, надежная и недорогая. Вся обувь сертифицирована.

Сапоги зимние
Полностью натуральные, удобный каучук. Удобная расширенная колодка, красивая изящная модель, очень теплые и мягкие. Противоскользящая подошва.
Цена 6800 ₽ 5650 ₽

В ассортименте демисезонная и зимняя комфортная обувь производства фабрик Беларусь, Польша, Италия, Россия, ортопедические стельки и приспособления по заводским ценам.
ХИТ продаж! Цена от 850 до 1450 ₽

Полусапоги женские зимние
Расширенная полнота колодки, подклад – шерсть. Разгружающая массажная подошва «антилед». **Цена 5900 ₽ 4750 ₽**

Ортопедические стельки
Ортопедические стельки «Зима» рекомендованы при продольном и поперечном плоскостопии. В осенний и зимнюю обувь. Цена 450 ₽

ВНИМАНИЕ! Всю продукцию по ценам производителя можно будет приобрести ТОЛЬКО 14, 15 и 16 декабря с 10:00 до 19:00
в ДКИТ им. И. И. Газа (пр. Стапек, 72, лит. А, вход в техникум с ул. В. Алексеева),
ст. м. «Кировский завод», т. 8999-100-12-60
ЛЕТАЙТЕ В НАШЕЙ ОБУВИ!

«Я ПОШЛА на эти курсы, когда, как говорится, жареный петух клюнул. Вдруг не смогла читать текст ни на каком расстоянии, вместо букв видела только точки и черточки. Оказался разрыв сетчатки. Мне сделали операцию, разрыв зашили, но читать одним глазом я так и не смогла. Врач развел руками и посоветовал читать другим глазом. Сказал, что через год пришла на другую операцию по замене хрусталика. Я уже знала, что не всегда такие операции дают хороший результат, и решила сама восстановливать зрение. Стала искать способы альтернативной помощи и на православной выставке вдруг услышала лекцию Светланы Троицкой о естественном методе коррекции зрения. Я сразу приняла решение идти на эти курсы. Готова была даже уйти с работы на неделю ради этого...

С первого дня занятий я поняла, что попала в нужное место и в нужное время. Результаты превзошли все мои ожидания. После первого занятия увидела своим оперированым глазом крупный шрифт, после второго – смогла прочесть газетный шрифт и СМС в телефоне. Сама себе не верила! Не верила своим глазам. Звонила дочке и кричала в трубку, что вижу. Вижу буквы

Галина Карпук**Зимний вечерок**

*Aх, какой вечерок! Ах, какой вечерок!
Веет свежестью зимней, воздушной.
И не холодно. Шапку не нужно,
Пусть ложится на косу снежок.*

*Aх, какая луна! Ах, какая луна!
Словно блин загорелый, румяный.
«Жаль, полить невозможн
сметаной», –
Мне с улыбкой сказала она.*

*Aх, как здорово жить!
Ах, как здорово жить!*

*И зимой, и луной любоваться!
Как же хочется в небо подняться,
Словно птица над миром парить!*

Анатолий Маланов**Зима. Декабрь**

*Зима. Декабрь. Снег идет.
Мороз и первые метели.
Озера спрятались под лед,
Вон – утки мимо полетели
Куда-то в поисках воды
И скрылись тут же, за откосом.
Собака нюхает следы,
В снегок уткнувшись черным носом.
Вдоль тропки – первый
лыжный след.
В снегу – забор, сосна и ива.
И я по-зимнему одет.
Вокруг – спокойно и красиво!*

Елизавета Доброва**С Днем победы
Ленинграда!**

*Всех героев Ленинграда,
Переживших всю блокаду,
С Днем прорыва и победы
Искренне поздравить рада!*

*Всем – на много лет удачи
И сердечного тепла,
Чтоб без бед и без печалей
Жизнь прекрасно была!*

*Будьте счастливы, друзья,
И успешны, и здоровы!
Всей душой желаю я
Миру – МИРА!!!*

Николай Галактионов**Мгновенья**

*Слетают месяцы и годы
С настенного календаря...
Так мудрой тетушкой природой,
Наверно, создано не зря.*

*В кругу забот, житейских буден
Мы мerrно движемся вперед.
Нередко путь бывает труден,
А жизнь идет и нас зовет.*

*Но стоп! Задумайтесь, взгляните
На то, что было позади,
Скажите прямо, не таите,
Сумейте путь назад пройти.*

*Была ль минута с жаждой
страстной,*

*Чтоб вы могли сказать судье:
«Замри, мгновенье, ты прекрасно,
Я всё за миг отдашь тебе!»?*

*Чтоб не жалея и не каясь,
За миг последний, роковой
Сказать, счастливо улыбаясь:
«Вот этот миг!»*

Теперь он мой!»

*Как часто спрашивают люди
О счастье: что это и как?
Но каждый по-иному судит,
А для других-то – вовсе мрак...*

Борис Мамаев**Не перестану
удивляться...**

*Не перестану удивляться
Я нашим русским мужикам:
Их силе, ловкости, сноровке,
Умелым грубым их рукам.*

Реклама. Шубина Наталья Александровна, ИНН 6450025623

**ОПЫТНЫЙ ЮРИСТ ПОМОЖЕТ
РЕШИТЬ ЛЮБОЮ ВАШУ ПРОБЛЕМУ
КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО**

Составление правовых документов,
представительство в судах Санкт-Петербурга и Ло

**АДВОКАТ
ШУБИНА НАТАЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА**
номер в реестре адвокатов №64/2284

Запись на консультацию по телефону:
8 (952) 262 1888 [адвокат-шубина.ру](http://advokat-shubina.ru)

*Их бесшабашности, геройству,
Любви к природе и семье,
К лишениям, долготерпению,
Неприхотливости в еде.*

*От жизни требовать немного
И видеть счастье в небольшом,
Послушными чтоб дети были,
И теплым был родимый дом.*

*И чтобы в баньке было жарко,
А рядом – речка с синь-водой,
Чтоб можно было
с жару прыгнуть
В ту речку прямо с головой.*

*И чтобы лавка в огороде,
А в сенях – квас крутой-крутой...
Потом лежать на сеновале
И чувствовать в душе покой.*

*А чтобы счастье было полным –
Бутылка водки на столе,
Хороший друг и разговоры:
«Как тяжко жить нам
на земле...»*



Реклама. Сысолятин М.В., ИНН 781440886085

ПОДРАБОТКА

(работа с детьми)

для мам и пенсионеров
на дому

Гибкий график от 120 р/час

+7 (812) 629-54-62

Реклама. Лицензия № ЛО-78-01-004646 от 25.04.2014 ООО "Проксимед" ОГРН 1097847232922 ИНН 7801500777

Новогодние скидки в клинике «ПРОКСИМЕД» только до 15 января!

Запись по телефону **716-46-77** с 10⁰⁰ до 20⁰⁰.
Выходной: воскресенье.

6-я линия В.О. д. 23 (V) «Василеостровская» (150 метров от метро) www.proximed.ru

**1. УЗИ щитовидной железы +
регионарных лимфузлов** **650 ₽**

**2. УЗИ почек +
УЗИ надпочечников** **700 ₽**

**3. Диагностика стопы при деформации
(пятчной шпоре, плоскостопии, вывихах). При острой
боли утром в области пятки, отеках,
онемении, затруднительной ходьбе.** **2500 ₽**
1. УЗИ стопы (обе стопы).
2. Консультация врача, назначение лечения.

**4. Диагностика суставов на выбор:
коленный, газобедренный, голеностоп-
ни, локтевой, лучезапястный** **3100 ₽**
1. УЗИ выбранного сустава (правый, левый)
2. Консультация специалиста, назначение лечения.

5. Диагностика периартрита **3100 ₽**
При болях и скованности в плечевых суставах
1. УЗИ плечевого сустава (оба сустава).
2. Консультация специалиста, назначение лечения.

**6. Диагностика заболеваний пояснич-
ного отдела позвоночника** **3200 ₽**
1. УЗИ поясничного отдела позвоночника.
2. Консультация невролога, назначение лечения.

**7. Диагностика сосудов шейного отдела
позвоночника** **3200 ₽**
1. Дуплексное сканирование магистральных сосудов
шейного отдела позвоночника.
2. Консультация невролога, назначение лечения.

8. УЗИ СЕРДЦА **1200 ₽**

**9. Диагностика воспаления седалищного
нерва (ИШИАС)** **1690 ₽**
При болях в области задней поверхности бедра,
в ягодице, в поясничном отделе позвоночника
1. УЗИ газобедренного сустава (оба сустава).
2. УЗИ поясничного отдела позвоночника (весь отдел).
3. Консультация невролога по результатам
обследования.

**10. Диагностика заболеваний печени
и желчного пузыря** **3050 ₽**

1. УЗИ гепатобилиарной зоны
(печень, желчный пузырь, желчные протоки).
2. Анализ крови на эндогенные ферменты
(АЛТ, АСТ) и желчный пигмент.
3. Консультация специалиста, назначение лечения.

11. Диагностика женского здоровья **3100 ₽**
1. УЗИ молочных желз.
2. УЗИ подмыщечных лимфузлов.
3. УЗИ малого таза (абдоминально).

12. Диагностика желудка **1490 ₽**
1. УЗИ желудка.
2. УЗИ двенадцатиперстной кишки.
3. Консультация специалиста.

**13. Диагностика заболеваний
щитовидной железы** **1750 ₽**

Показания к обследованию: слабость,
быстрая утомляемость, выпадение волос, учащенное
или замедленное сердцебиение, избыточный вес

1. УЗИ щитовидной железы.
2. УЗИ регионарных лимфузлов.
3. Анализы на гормоны щитовидной железы: ТТГ, АТ-ТПО.
4. Консультация специалиста, назначение лечения.

14. Диагностика позвоночника **5990 ₽**

Диагностика остеохондроза, радикулита, протру-
зий, межпозвонковых дисков, грыж, истончение
фиброзных колец, смешения тел позвонков, голово-
кружения, определение причин боли в спине и шее,
опухолей позвоночника, головных болей.

1. УЗИ шейного отдела позвоночника.
2. УЗИ поясничного отдела позвоночника.
3. Консультация невролога, назначение лечения.

**15. Диагностика причин головных
болов, давления, головокружения,
бессонницы** **1690 ₽**

1. Дуплексное сканирование магистральных сосудов
брюшно-фасетальных артерий головы.
2. Дуплексное сканирование магистральных сосудов
брюшно-фасетальных артерий шеи.

3. Консультация невролога по результатам
обследования.

**16. Диагностика варикоза, тромбофлебита,
атеросклероза** **2140 ₽**

1. Дуплексное сканирование сосудов нижних
конечностей (обе конечности).
2. Комплексное исследование, определяющее
уровень липидов различных фракций крови.

3. Консультация специалиста.

17. Профилактика инсульта **2500 ₽**

1. Дуплексное сканирование вен и артерий головного мозга.
2. Дуплексное сканирование магистральных сосудов шейного отдела
позвоночника.

3. Комплексное исследование, определяющее
уровень липидов различных фракций крови.

4. Консультация невролога.

18. УЗИ молочных желз **4980 ₽**

1. УЗИ молочных желз.

19. УЗИ подмыщечных лимфузлов **1690 ₽**

1. УЗИ подмыщечных лимфузлов.

20. УЗИ малого таза (абдоминально) **1390 ₽**

1. УЗИ малого таза (абдоминально).

21. УЗИ груди **1390 ₽**

1. УЗИ груди.

22. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

23. УЗИ предстательной железы **1390 ₽**

1. УЗИ предстательной железы.

24. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

25. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

26. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

27. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

28. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

29. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

30. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.

31. УЗИ яичников **1390 ₽**

1. УЗИ яичников.