ИНТЕРЕСНАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Полезно пенсионерам 16+

gazeta-polezno.ru

Июнь 2020 г. | Распространяется бесплатно | № 4 (50)

Следующий номер выйдет 5 августа 2020 г.

ЛЮБИМЫЙ ГОРОД

Если взять типичный питерский пейзаж, любую завалящую акварельку и вглядываться в нее долго и пристально, то черты картины расплывутся, и перед вами начнут покачиваться густые гроздья черемухи – нежные, белее снега, соцветия. Только пахнуть они почему-то будут морем, пойманной рыбой, водорослями. А потом вдруг обильное кружево лепестков потеряет свою белоснежность, обретет уныло-мышиный цвет. Глядь – а это уже и не черемуха вовсе: вместо нее клубится серое варево, ведьмин супчик, приворотное зелье из бледных поганок.

На парусах и крыльях

Фото **Владимира Никуленко**

ИЛИ НЕ ЗЕЛЬЕ? Или это клубятся набрякшие дождем тучи, смешиваются с туманами, с ядовитой ржавью тлетворного дыхания топей?

Но вот из клубов, ходящих тяжкими волнами, выплыл кораблик – гордый форштевень, золотые паруса. А за корабликом пробился сквозь серую хмарь Ангел – Золотые Крылья. И принялись кораблик с ангелом – два пожизненных бурлака – вытягивать на поверхность шпили, башни, купола...

И явился изумленному взору город – словно испарения болотные окаменели, превратились в гранит и мрамор, прикинулись дорическими колоннами, строго вычерченными парапетами, благородными фасадами дворцов. И город этот обманный притворился, что в нем можно жить человеку, перекинул мосты – с берега на берег, от яви к сну, от мечты к мечте.

Город-галлюцинация, бледное порождение трясин, незаконченный белый стих, прекрасный романс, исполненный вполголоса в полутемной гостиной, снежная маска и вечный заговор.

А улицы его пусты и гулки – словно всадник, от одиночества сошедший с ума, едет без цели по каменной брусчатке, и сталь подков высекает звуки жизни из всеобщего здешнего безмолвия. И редкая эта дробь, рассыпаясь, отлетает эхом от фасадов с колоннами, от напряженных торсов атлантов, от примостившихся над рекой царственных львов. И не видно ни всадника, ни коня, и нет ни каменной мостовой, ни вечных трудяг-атлантов, а есть один лишь холодный туман и чья-то злая выдумка, вселенский блеф, мираж в царстве болотных огней и коварных топей.

Неведомо кто движется вдоль незримых особняков, по невидимой мостовой. Может, какой флигель-адъютант заплутал, обознавшись в столетии. Кто знает? Здесь и пеший, и конный, и канувший в вечность, и ныне сущий – только призраки, тени среди других теней. А подлинны здесь лишь туманы, замшелая кочка да бледная поганка, проклюнувшаяся из старого, прогнившего пня.

И эти топи, огни и туманы всегда будут плести свои сети против человека, вторгшегося в их царство. А человек станет нескончаемо тонуть и захлебываться в их студеных объятиях. И не утонет совсем лишь потому, что к небу, к первозданно-чистой голубизне его тянут золотой ангел и золотой кораблик – вечные охранители Града-на-Топях.

И никогда – даже на краткий миг перемирия – не прекратится потаенная эта война, объявленная городу тысячелетними болотными духами. Слишком долго грубый, пошло-материальный гранит оскорблял их расплывчатость, бесформенность, бестелесность. Он казался непозволительно плотным и прямолинейным на фоне их кажущейся мягкости и вероломной податливости. Он был таким же чужаком, завоевателем, как и самонадеянные горожане, возомнившие, что смогут прожить счастливо в этом – совсем не их! – мире.

Но гнилостные духи трясин обидчивы и злопамятны. Они не смирятся и не простят – никогда и ни за что. Из века в век будут они насылать на незваных пришельцев свое заклятие, лихорадку и жар, пагубные грезы и предательские миражи. И обманутые миражами пришельцы станут писать поэмы и сочинять оперы, выдумывать счастье для человечества и швырять бомбы в государей.

Но это – лишь малая часть правды. А правда – в том, что пребудет город в столетиях. И будут в нем смеяться люди, дарить цветы, признаваться в любви. И новые дети выучатся по слогам произносить это трудное, такое иноземное имя – Санкт-Петербург. И будет их в сладких снах покачивать на волне золотой кораблик, а добрый ангел укроет золотым крылом от всех ветров и всех жизненных ненастий...

...Так и пребудем в веках – вознесенные над предательскими топями на парусах и крыльях.

Евгений Соломенко, писатель

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

Акции в клинике «Проксимед» до 31 июля!

Запись по телефону горячей линии! **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. Диагностика щитовидной железы
1. УЗИ щитовидной железы и регионарных лимфоузлов.
2. Консультация эндокринолога, назначение лечения.
~~2640 ₽~~ **990 ₽**

2. Диагностика брюшной полости
1. УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка, основные сосуды).
2. Консультация терапевта, назначение лечения.
~~2650 ₽~~ **990 ₽**

3. Диагностика заболеваний суставов (артриты, подагра, артрозы)
1. УЗИ выбранной пары суставов (плечевой, локтевой, лучезапястный, тазобедренный, коленный, голеностопный).
2. Консультация специалиста, назначение лечения.
~~2800 ₽~~ **990 ₽**

4. Диагностика поясничного отдела позвоночника (при болях в пояснице, ногах)
1. УЗИ поясничного отдела позвоночника.
2. Консультация невролога, назначение лечения.
~~2940 ₽~~ **1090 ₽**

5. Диагностика сосудов головного мозга
1. Дуплексное сканирование вен и артерий головного мозга.
2. Консультация невролога, назначение лечения.
~~3550 ₽~~ **1290 ₽**

6. УЗИ сердца (эхокардиография)
~~2190 ₽~~ **1600 ₽**

7. Диагностика воспаления седалищного нерва (ИШИАС)
При болях в области задней поверхности бедра, в ягодицах, в поясничном отделе позвоночника.
1. УЗИ тазобедренного сустава (оба сустава).
2. УЗИ поясничного отдела позвоночника (весь отдел).
3. Консультация невролога по результатам.
~~4390 ₽~~ **1690 ₽**

8. Головные боли
Диагностика причин головных болей, давления, головокружения, бессонницы.
1. Дуплексное сканирование магистральных сосудов брахиоцефальных артерий головы.
2. Дуплексное сканирование магистральных сосудов брахиоцефальных артерий шеи.
3. Консультация невролога по результатам обследования.
~~5950 ₽~~ **1790 ₽**

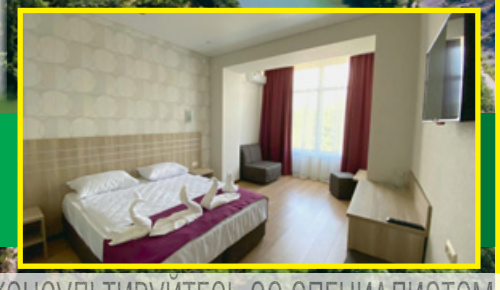
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама

СЕЗОН В РАЗГАРЕ В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ!

Архипо-Осиповка ЖДЕТ ВАС!

Преимущества санатория:
- Крытый бассейн с морской водой;
- Мощная лечебная база – современная диагностика, высококвалифицированные врачи, индивидуальная лечебная программа;
- Уникальный целебный воздух – месторасположение – у подножия гор, в долине реки, недалеко от моря;
- Сбалансированное 4-х разовое питание «Шведский стол».



8 800 775-27-88 (звонок бесплатный)

arhipoosipovka.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Жизнь и судьба Михаила Гуренкова

Санкт-Петербург. Тверская улица, дом 12/15. Май 2020 года. Ветер носит по двору детские рисунки, старые письма, телеграммы. Еще часть документов лежит, намокшая под дождем, в мусорном контейнере. Это – архив Михаила Николаевича Гуренкова, выброшенный его потомками за ненадобностью на помойку... Об этом мне рассказал журналист Николай Гущенский, который в тот момент случайно проходил мимо и смог спасти часть бесценных документов – немых свидетельств ушедшей эпохи...

Мне было особенно больно: ведь М. И. Гуренков – мой первый учитель и наставник, возглавлявший любимую газету петербуржцев «Вечерний Ленинград» более двух десятилетий! В ее редакции я работала с 1982 по 1998 год.

Солдат

Родился Миша Гуренков в Ленинграде. До школы воспитывался в Смоленской области у бабушки. Затем – учеба в 20-й средней школе имени КИМа, которую он окончил в 1939 году на «отлично». Без экзаменов принят в Военмех. Но пробыл студентом всего месяц – с 1 октября призвали на действительную службу в ряды Красной армии.

Его часть встретила ночь 22 июня 1941 года в Бессарабии. Командовал в тех местах Ворошилов, и наши войска довольно быстро оказались у Киева. Дивизия, где служил Михаил, попала в окружение, возможности пробиться на восток уже не оставалось. Так все они оказались в плену, лишились оружия.

Начались дни унижения, позора и голода в Бердичевском лагере. Мысль бежать, чтобы не умереть здесь, появилась в первые дни пленения, и он решился! За 32 дня с товарищем прошел всю Украину. Но двигались не к Житомиру, а через Белоруссию к Смоленску. Дошли. Дальше отправился один. Пока наконец его – голодного и обмороженного – не встретили русские солдаты. Посадили на попутку. И вскоре Михаил оказался в... Подольском лагере НКВД. Дальнейшее напоминало страницы романа Константина Симонова, в которых военный журналист Синцов доказывал офицеру из СМЕРШ, что он не предатель и не шпион. Бесконечные допросы, проверки. Неожиданно ему сказали, что он свободен...

Теперь его путь лежал в Сталинград, где он получил свою первую медаль «За оборону Сталинграда». Медаль «За боевые заслуги» нашла его в боях на реке Миус в Украине. За освобождение Донбасса Михаила награждают орденом «Красная звезда». В наградном листе говорилось, что «тов. Гуренков, являясь начальником рации, 17.7.43 г. в дни тяжелых наступательных боев осуществляет непрерывную радиосвязь с огневой позицией. 18.7.43 г. под ожесточенным артиллерийским обстрелом, находясь в боевых порядках нашей пехоты, точно и четко сообщил командиру дивизиона о сосредоточении пехоты противника в балке Сорочья. Немедленно тов. Гуренков сообщил данные по цели из огневых позиций. Благодаря четкости в работе, мужеству и самоотверженности огонь был открыт своевременно, и было уничтожено до роты пехоты противника и сожжено 2 танка. 20.7.43 г. тов. Гуренков в течение 30 часов самоотверженно руководил и непрерывно держал связь с огневой позицией, благодаря чему открываемый огонь был своевременный и точный».

И уже в Белоруссии он был награжден орденом «Отечественной войны» второй степени.

Армия прошла Литву и с боями вступила в Восточную Пруссию. Много товарищей Михаила полегло в боях за Кенигсберг. Гуренкова судьба берегла. Здесь он получил последнюю боевую медаль – «За взятие Кенигсберга».

Но домой вернулся не в 1945-м, а годом позже. Руководство части задержало его, поручив написать историю полка. Казалось бы, после этого – прямой путь в журналистику. Но в нее он пришел случайно.

Студент

У Михаила после плена не оставалось довоенных документов. Когда Гуренков пытался восстановить их, в руки ему попал обрывок газеты. Там сообщалось, что для демобилизованных на отделении журналистики филологического факультета Университета есть льгота – принимают на учебу без экзаменов. В Военмехе разыскал свой школьный аттестат. В ЛГУ не скрывал всех деталей биографии. После чего его вызвали в райотдел КГБ – проверяли, но чинить препятствий не стали.

Все время учебы Гуренков получал Сталинскую стипендию, еще студентом возглавлял в газете «Смена» отдел рабочей молодежи. Но когда настало время распределения, его, парторга факультета, вдруг однозначно предупредили – о журналистской работе в Ленинграде придется забыть! Вспомнили детали военной биографии, плен. И советовали ехать в

Сибирь. Тащить туда жену-блокадницу Михаил наотрез отказался. Тогда ему вручили направление в воронежскую газету «Коммуна».

Через несколько лет, вернувшись в Ленинград, Михаил Николаевич сдал экзамены в аспирантуру. Возобновил внештатное сотрудничество со «Сменой» и на радио. Затем стал отв. секретарем и зам. редактора газеты «Ленинградская правда»; по совместительству с основной работой преподавал на отделении журналистики Университета; в 1961 году защитил кандидатскую диссертацию о писателе и публицисте Алексее Толстом (потом он написал о нем книгу); был собкором «Советской России».

Редактор

1964-й – ключевой год в жизни М. И. Гуренкова: он назначен зам. председателя Комитета по телевидению и радио и... одновременно пригашен возглавить газету «Вечерний Ленинград». Михаил Николаевич выбрал газету, которой затем руководил 22 года – невиданный для нашего города рекорд!

Новый редактор убрал из газеты скучные передовицы, наполнил новостями первую, прежде не столь популярную полосу. Удивительно, что многие горожане предпочитали не выписывать, а покупать газету в киосках, загодя занимая очередь. Это были своеобразные клубы «Вечерки». Тираж газеты впервые превысил 100 тысяч экземпляров, затем – 200 тысяч. А в новые времена шагнул и за 300...

Появились в те годы и пользовались невероятной популярностью устные выпуски газеты, собиравшие до двух тысяч читателей. Проводились и спортивные соревнования на призы и кубки «Вечернего Ленинграда». Одни только футбольные матчи между командой «Вечерки» и легендарного БДТ чего стоят!

В своих воспоминаниях все без исключения его коллеги и ученики отмечают, что он был удивительным человеком – с такой нелегкой судьбой, о которой рассказывал просто, без тени обиды или ожесточения, с юмором. Михаил Николаевич вообще отличался на редкость светлым восприятием жизни. Очень добрый и снисходительный ко всем человеческим качествам и поступкам, даже не слишком достойным, он при этом всегда был верен своим личным, довольно жестким принципам и никогда не боялся взять на себя даже чужую ответственность. Эти его ненавязчивые уроки помогают многим, знавшим его, и сейчас.

1 ноября 2020 года мы отметим 100-летие Михаила Николаевича Гуренкова (1920–2002) – не только прекрасного человека, но и Журналиста с большой буквы, писателя, героя-фронтовика. Светлая ему память!

...А что касается семейных архивов – даже Библия начинается с родословной, и неспроста. Для большинства из нас, кто знает о жизни своих бабушек и дедушек только как о пожилых людях, фото, дневники записные книжки и личные письма из семейного архива открывают их человеческие качества, черты характера, мечтания, надежды, и мы понимаем, что в чем-то очень на них похожи ...

Светлана Васильева

Ваше право

«Какими документами можно подтвердить тяжелое материальное положение?»

Единый перечень документов, подтверждающих тяжелое материальное положение гражданина (его семьи), в законодательстве отсутствует. Как правило, о тяжелом материальном положении свидетельствуют документы, подтверждающие наличие (отсутствие) у гражданина (его семьи) доходов и их размер, недостаточный для покрытия соответствующих расходов.

К документам об уровне доходов могут быть отнесены справка о доходах и суммах налога физического лица, справки о заработной плате с места работы, размере пенсии, сумме ежемесячной денежной выплаты, ежемесячной денежной компенсации, ежемесячного дополнительного материального обеспечения.

Порядок документального подтверждения тяжелого материального положения может быть предусмотрен, в частности, ведомственными актами или локальными актами работодателя. Так, чтобы подтвердить тяжелое материальное положение, связанное с необходимостью проведения дорогостоящего лечения, и получить в связи с этим материальную помощь, потребуются документы о произведенных расходах. К таким документам относятся копии договоров об оказании медицинских услуг, кассовых чеков, квитанций.

О тяжелом материальном положении в случае утраты или повреждения имущества в результате пожара, другого стихийного бедствия могут свидетельствовать соответствующие справки (абз. 2 п. 15 Положения, утв. Приказом Росздравнадзора от 22.11.2017 № 9630). Если к тяжелому материальному положению гражданина (его семьи) привели такие обстоятельства, как получение тяжелой травмы, заболевание (в том числе членов его семьи), наличие кредитных обязательств, отсутствие работы, подтвердить их можно документами о тяжести заболеваний, сроке реабилитации, о постановке на учет в органе занятости, копиями кредитных договоров.

«Может ли бабушка быть законным представителем несовершеннолетнего?»

Законными представителями несовершеннолетних являются родители, усыновители, опекуны, попечители.

Бабушка может являться законным представителем несовершеннолетнего в следующих случаях.

1. Бабушка усыновила (удочерила) ребенка (внука, внучку). Усыновление возможно в отношении детей, единственный родитель или оба родителя которых, в частности, умерли, лишены родительских прав, признаны судом недееспособными, неизвестны. Решение о возможности усыновления (удочерения) принимает суд на основании заявления гражданина, выразившего желание быть усыновителем. Дела об усыновлении рассматриваются судом с обязательным участием самих усыновителей, органов опеки и попечительства, прокурора, а также усыновляемого ребенка в возрасте от 14 лет. Необходимо также заключение органа опеки и попечительства об обоснованности усыновления. При усыновлении ребенка, достигшего 10-летнего возраста, требуется его согласие.

2. Бабушка оформила опеку или попечительство над несовершеннолетним.

Отдельные права родителей могут быть также переданы бабушке по доверенности (право на получение выписок, справок, на заключение договоров и пр.).

Современные методы лечения суставов и позвоночника

Каждый человек хотя бы раз в своей жизни сталкивался с болью в суставах и позвоночнике. Скорее всего, вы тоже ее уже испытывали или сейчас чувствуете неприятные ощущения, но идти к врачу не осмеливаетесь. Считаете, что лечение будет долгим, дорогим или неэффективным.

ПРИ МАЛЕЙШИХ болевых симптомах люди привыкли лечиться самомассажем, обезболивающими и согревающими мазями. На время это помогает, а потом боль возвращается снова.

Что делать? Продолжать самолечение или все же обратиться за помощью к доктору? Выбирайте второй вариант. В медицине появилось достаточно много современных нехирургических способов лечения боли в суставах и позвоночнике. В этой статье мы о них расскажем.

Верный признак того, что начинается разрушение сустава или позвоночника, – боль, хруст и трудности при движении. Если появился один из симптомов – пройдите обследование. Вероятно, это развивается одно из заболеваний, который может привести к инвалидности. Мы говорим об артрозе, остеохондрозе, артрите, грыже межпозвонкового диска.

На сегодняшний день имеются такие уникальные методы лечения: биоимплант «Bio-Osteo», реконструкции межпозвонковых дисков, плазмотерапия (плазмолифтинг).

Расскажем о каждом из этих методов подробнее.

Биоимплант «Bio-Osteo»

Биоимплант «Bio-Osteo» – уникальная методика восстановления суставов любой степени разрушения. Биоимплант суставов заменяет сложное эндопротезирование с долгим и тяжелым восстановительным периодом и большим риском для здоровья и жизни. Ее уникальность состоит в том, что для процедуры используются собственные жировые клетки пациента.

Сама процедура проходит быстро и безболезненно. Врач собирает жир из передней брюшной клетки пациента, далее отправляет его в центрифугу. Из него выделяются фракции особых мезенхимальные стволовых клеток. Создается биоимплант («Bio-Osteo»), который совместим на 100% с суставом пациента. Затем биоимплант обогащается плазмой для усиления регенерации, вводится в поврежденный сустав через мини-прокол и заполняет суставную сумку.

Пациент покидает клинику в этот же день. Ему не нужно долго восстанавливаться после операции и ходить с тросточкой. Положительная динамика, избавление от боли наблюдаются в первые часы после процедуры.

ГЛАВНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА БИОИМПЛАНТА:

- боль проходит на второй день, полное восстановление сустава происходит через 2–3 недели. Это является безусловным прорывом в ортопедии;
- методика не имеет возрастных ограничений и противопоказаний;
- биоимплант незаменим для пациентов, имеющих противопоказания к хирургическому вмешательству;
- отсутствие риска отторжения и аллергических реакций;
- прямое воздействие на проблемную зону.

Плазмотерапия

Плазмотерапия, или плазмолифтинг, – еще одна методика, которая дает возможность лечить организм собственными ресурсами, а именно собственной плазмой крови пациента, обогащенной тромбоцитами.

Процедуру применяют при грыже межпозвонкового диска, артрозе, воспалении связок сустава, при болях в спине и конечностях.

Суть процедуры сводится к следующему: у пациента берется кровь, помещается в пробирку и отправляется в центрифугу. После этого мы получаем плазму и вводим в разрушенный участок.

Плазмотерапия почти не имеет противопоказаний. В результате пациенты избавляются от боли, воспаление уменьшается, улучшается подвижность сустава. Для положительного и результативного лечения достаточно провести от 3 до 5 процедур.

Реконструкция межпозвонковых дисков

Это еще одна уникальная методика, которая не имеет аналогов. Это безоперационная программа восстановления позвоночника, позволяющая в короткие сроки избавить вас от боли, восстановить разрушенный позвоночник и вернуть к полноценной жизни.

Как проходит процедура? В поврежденный межпозвонковый диск или сустав пациенту вводится лечебный коктейль, состав которого определяется лечащим врачом и зависит от степени разрушения межпозвонкового диска или сустава.

Положительный эффект пациент получает сразу после введения первой инъекции. Боль исчезает сразу. Пациенту легче двигать больным суставом, ходить и выполнять различные движения.

ПРЕИМУЩЕСТВА ДАННОГО ЛЕЧЕНИЯ:

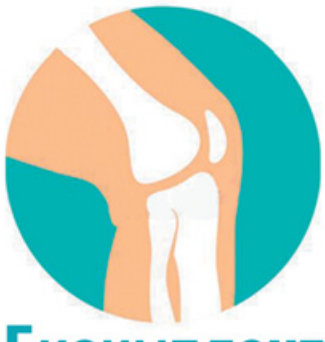
- нет ограничений по возрасту и противопоказаний;
- не нужно готовиться, как это делают перед операцией;
- никакой госпитализации, долгого восстановления и реабилитации;
- ходить пациент сможет через несколько часов после процедуры;
- боль, скованность и другие симптомы уходят сразу.

Данная процедура позволяет полностью восстановить поврежденный межпозвонковый диск у пациентов, страдающих грыжей межпозвонковых дисков, а также восстановить разрушенный хрящ в суставе у пациентов, имеющих артроз суставов.

Теперь вы видите, что медицина не стоит на месте, поэтому можно не терпеть боль, а смело обращаться к врачам при первых симптомах.

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ КЛИНИКА САЙТ pervaya-medklinika.ru

БЕЗОПЕРАЦИОННОЕ ЛЕЧЕНИЕ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА

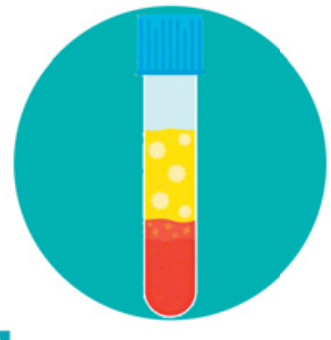


Биоимплант суставов

Восстанавливает :
- тазобедренные
- коленные
- голеностопные
и другие суставы

Реконструкция позвоночника

Применяется для лечения грыж межпозвонковых дисков
- шейного
- грудного
- пояснично-крестцового
отделов позвоночника



Плазмотерапия суставов

- Купирует болевой синдром
- Снимает отек
- Улучшает питание тканей
- Предотвращает разрушение хряща

Лечим грыжу позвоночника и артроз любой сложности.

Снимем боль на первом приеме

ПОЛУЧИТЬ ПЕРСОНАЛЬНУЮ СКИДКУ И ЗАПИСАТЬСЯ ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (812) 922-44-24

ВЫЗОВ ВРАЧА НА ДОМ

ТАКСИ ДО КЛИНИКИ И ОБРАТНО БЕСПЛАТНО

Реклама. ООО «Е.М.К.», ИНН 7838486399

ЛИЦЕНЗИЯ № ЛО-78-01-008114 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НОВАЯ ЖИЗНЬ БЕЗ ХЛАМА

Вещи накапливаются. Вы уже не можете с этим бороться и чувствуете, что не в состоянии справиться с ситуацией. Знакомо? Тогда предлагаем вам 14 действенных способов борьбы с вещевым мусором.

1 Игра в переезд

ВО ВРЕМЯ уборки периодически задавайте себе вопрос: «Если бы я сейчас переезжала на новую квартиру, я бы взяла эту вещь с собой?» Если вещь не нужна на новой квартире, то зачем ее хранить на этой?

2 Найдите выгоду

Хотите избавиться от хлама и получить от этого удовольствие – продайте что-нибудь ненужное. Представьте, что у вас совсем нет денег, и вы вынуждены продавать вещи. Что бы вы продали в первую очередь? Вот и продайте, а на вырученные деньги купите что-нибудь действительно нужное.

3 Вперед, в будущее!

Как говорил дядя Федор из мультфильма «Трое из Простоквашино», чтобы продать что-нибудь ненужное, сначала надо купить что-нибудь ненужное. А вот этого мы делать не будем. Прежде чем купить большую вещь, представим, что с ней будет через 5 лет. Не можете представить ничего хорошего или разумного? Вам эта вещь не нужна.

7 Волшебная куча мусора

Будем реалистами: идеала достигнуть невозможно, полностью от хлама избавиться нельзя. Поэтому отведем нашему домашнему барахлу уютное местечко, например небольшую тумбочку. Рано или поздно тумбочка заполнится, новую порцию хлама класть будет некуда, и нам придется решать задачку, что все-таки выкинуть. Но помните, что волшебная мусорная тумбочка в доме может быть только одна.

4 Магическое число

Предлагаем полезный и очень волшебный ритуал. Прямо сейчас встаньте и пройдите по квартире с мешком для мусора в руках. Вы должны найти 27 вещей, которые вам не нужны, и немедленно их выкинуть. После этого жизнь станет лучше.

5 Психоанализ

Посмотрите на вещь и задайте себе следующие вопросы:

- Я люблю эту вещь?
- Пользовалась ли я ею в течение прошлого года?
- Не мусор ли это?
- Есть ли у меня точно такая же вещь, только лучше?
- Точно ли мне нужны две таких вещи?
- Все, что не радует вашу душу, беспощадно выбрасывайте.

6 Друзья человека

Заведите щенка. Котенок, в принципе, тоже подойдет. Все ненужное будет быстро изгрызено и изорвано на клочки. Все то, о чем вы думали, что оно вам нужно, но не спрятали вовремя, – тоже. И теперь вы с легкой совестью сможете все это выбросить.

8 Загородные угодья

Дача помогает легко и без угрызений совести избавить дом от надоевшего добротного комода, вышедших из моды занавесок с чайниками и старых джинсов. Но тут важно не впасть в крайность и не заняться сознательным захламлением самой дачи.

9 Уборка по-итальянски

В Италии принято в Новый год выкидывать из дома хлам и старые вещи. Правда, замечательная традиция? Обязательно проводите такой итальянский праздник хотя бы два раза в год.

10 Точка сборки

Все то, о чем вы думаете, что это вам пригодится, но пока непонятно как, вы кладете в определенную корзину. Пусть полежит. Раз в квартал все содержимое корзины безжалостно выбрасывается.

12 Друг в беде не бросит

Спрячьте деньги, драгоценности и то, что не отдадите ни за что. А потом зовите друзей и предлагайте им вынести все, что нравится.

11 Уборка программиста

Представим, что шкаф с бумагами – не шкаф, а жесткий диск, который вы должны завтра отформатировать. Все ценное надо спасти сегодня. Все остальное уничтожится.

13 Долой сантименты!

Значительная часть нашего хлама – это подарочки. Салфеточка от Марьи Петровны из отдела кадров, вазочка от Елены Михайловны из бухгалтерии, дежурный фартушек от свекрови. Это нужно либо передарить, либо выбросить! Главное – задавить в себе на корню комплексы «неудобно»: неудобно хранить все это!

14 Барахло или раритет?

Никак не можете выкинуть бронзовую люстру, которую любимая свекровь решила хранить именно у вас в квартире? Назовите это семейной реликвией и рассказывайте гостям байки и легенды, связанные с этим антиквариатом.

Целебные дары моря

Жизнь на планете Земля зародилась в океане. В нем же содержится древний источник долголетия.

ПОЛЬЗА МОРСКОЙ ВОДЫ

СЕКРЕТ пользы морской воды – в ее составе. Иод, кальций, калий, кремний, натрий, марганец, фосфор, железо, магний, медь, кислород – вот только несколько из элементов, которые содержатся в морской воде.

По химическому составу морская вода очень близка человеческой крови. Следовательно, вещества, которые содержатся в морской воде, жизненно необходимы человеческому организму. Вот только из-за высокого содержания солей, морская вода непригодна для питья. Отличная альтернатива – водоросли, которые растут в этой самой воде.

АККУМУЛЯТОР ЗДОРОВЬЯ

Помните старика с неводом, которому вместо рыбы попадалась тина морская? Не знал он своего счастья. Вот накормил бы старуху свою водорослями, глядишь, подобрела и помолодела бы. Не зря самые долгоживущие жители планеты – японцы. Они – наглядный пример того, как водоросли влияют на здоровье человека.

Концентрация полезных веществ в водорослях в тысячи раз выше, чем в самой морской воде. Так, количество магния в ламинарии (морской капусте) превышает таковую в морской воде в 9–10 раз, серы – в 17 раз, брома – в 13 раз.

В одном килограмме ламинарии содержится столько йода, сколько его растворено в 100 тысячах литров морской воды.

НА ЗЕМЛЕ ИЛИ В ВОДЕ?

По богатству состава водоросли значительно превосходят и все наземные растения. Бора в водорослях в 90 раз больше, чем в овсе, в 4–5 раз больше, чем в картофеле и свекле. Количество йода в тысячи раз больше, чем в наземной флоре. В водорослях содержится большое количество кальция, фосфора, тогда как в сушеном картофеле и сушеной моркови его почти вдвое меньше.

Водоросли аккумулируют и многие витамины. По содержанию провитамина А, ламинария сравнима с яблоками или сливами, по витамину В1 – не уступает сухим дрожжам, по витамину С – подобна апельсинам и ананасам. В водорослях найдены и другие витамины, в частности витамины D, K, никотиновая, пантотеновая и фолиевая кислоты.

ЛОЖКА ДЕГТЯ

К сожалению, обычная морская капуста (сушеная, перемолотая, консервированная, с добавлением специй, уксуса и усилителей вкуса), которую продают в магазинах, усваивается только на 2–5%, поэтому используется лишь как источник грубой клетчатки. Кроме того, очень важно качество и обработка самих водорослей: ценными являются только зрелые водоросли, добытые в экологически безопасных районах и не подвергнутые высокотемпературной обработке.

Реклама. ООО «УК «Современные биотехнологии» Подмосковье», ИНН 7713767972, ОГРН 1137746398506 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

ЛАКТОМАРИН – 100% натуральный гель из бурых морских водорослей, содержащий более 40 микро- и макроэлементов, витамины, пищевые волокна, антиоксиданты, полисахариды, аминокислоты и другие полезные вещества.

Благодаря уникальной технологии, гель сохраняет до 90% многочисленных компонентов водорослей, которые обычно разрушаются от воздействия высоких температур, при этом они практически полностью усваиваются нашим организмом.

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.

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, нормализуется работа желудочно-кишечного тракта и обмен веществ, улучшается состояние щитовидной железы. **ЛАКТОМАРИН** отличный помощник для здоровой работы сердечно – сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата.

Лечебно-профилактическое питание рекомендовано ФГУ «Российским Центром восстановительной медицины и курортологии Росздрава». Одобрено НИИ питании РАМН

ЛАКТОМАРИН
СОВРЕМЕННЫЕ БИОТЕХНОЛОГИИ

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:
- сердечно-сосудистая система;
- желудочно-кишечный тракт;
- эндокринная система;
- иммунная система;
- опорно-двигательный аппарат;
- для здоровья и активного долголетия

НЕ ПРОПУСТИТЕ!
ЛЮБИМАЯ ЛЕТНЯЯ АКЦИЯ!

СКИДКА 25%

- При покупке любого лечебного комплекса вы получаете **скидку 25 % и подарок**.
- Акция действует **до 31 июля 2020 года**.
- Льготные программы для людей пенсионного возраста. + бесплатная доставка

ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ ПО ПРИМЕНЕНИЮ **ЛАКТОМАРИНА** И ДРУГИХ ВИДОВ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ: **КАРДИОМАРИН**, **ФУКОЛАМИН**, **КУПРОЛАМ**, **АЛЬГОСЕЛЕН**, **СЕЛЕНОФАРЕН**, **ВИТАМАРИН**, А ТАКЖЕ ПОДОБРАТЬ ПОДХОДЯЩИЙ ИМЕННО ДЛЯ ВАС КУРС ПРИЕМА ВЫ МОЖЕТЕ В ЦЕНТРЕ **«СОВРЕМЕННЫЕ БИОТЕХНОЛОГИИ»** В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ:

Московская, ул. Гастелло, 14, каб. 5
Время работы ПН-ПТ: 10:00–18:00.

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

Позаботьтесь сегодня о том, как вы будете чувствовать себя завтра!
Любой из лечебно-профилактических курсов – это основа Вашего здоровья и отличного самочувствия!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ И БАДОМ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Как получить медицинскую помощь в условиях карантина

Врач хирург-флеболог, ангиолог, к.м.н, главный врач МЦ «ФЛЕБОЛАЙФ», автор более 20 научных публикаций по теме «флебология и хирургия» – Николай Андреевич Спиридонов.

– Сегодня мы будем вести разговор на тему: «Медицинская помощь в Санкт-Петербурге. Узнаем, как себя вести и как получить специализированную помощь больным с обострениями заболеваний сосудистой системы в сложившейся ситуации. Наш собеседник – кандидат медицинских наук, хирург-ангиолог, «Петербургский доктор года»-2019, учредитель и главный врач медицинского центра «Флебо-Лайф» – Спиридонов Николай Андреевич.

– Здравствуйте. В сложившихся условиях самоизоляции наблюдается снижение активной подвижности у жителей России и, в частности, жителей нашего города. Так же немаловажную роль играет длительный стресс. Это чревато обострениями всех хронических заболеваний и заболеваний сосудов конечностей. Да, ситуация сложная. Но коронавирус – это респираторное заболевание, а с ОРВИ и гриппом, эпидемический подъём которых наблюдается регулярно, мы сталкиваемся ежегодно. Да, это новая разновидность вируса, протекающего довольно тяжело, особенно у пожилых людей и ослабленных больных. Наша задача дать врачам время, которое важно для выявления и адекватного оказания помощи тем, кто переносит инфекцию в тяжелой форме и требует стационарного лечения с применением интенсивной терапии и искусственной вентиляции лёгких.

К сожалению, складывающаяся ситуация опасна, как я уже сказал, обострениями всех имеющихся хронических заболеваний и главное не упустить момент возможных осложнений. Ведь в ряде случаев промедление с диагностикой и лечением чревато серьёзными осложнениями, вплоть до летального исхода. Поэтому, мы продолжаем работать и принимаем пациентов с заболеваниями и состояниями, при которых отсрочка оказания медицинской помощи даже на короткое время может повлечь ухудшение их состояния, угрозу жизни и здоровью. Также ведём активную консультативную и лечебную помощь пациентам на дому в пределах города и Ленинградской области. В клинике или у вас дома, флеболог-сосудистый хирург проведёт тщательный осмотр и при необходимости выполнит дуплексное сканирование сосудов конечностей. На дому возможны любые перевязки, постановка капельниц, различные процедуры, а также комплексное лечение трофических язв.

– На какие симптомы люди должны обращать внимание при обострении заболеваний сосудов ног?

– Боли в ногах или одной ноге в покое или при физической нагрузке, появление или нарастание отёка, появление покраснения и болезненных уплотнений по ходу расширенных вен, уплотнение в нижней трети голени, зуд кожи, мокнущие выделения, появление или увеличение в объёме трофических язв. Могут быть кровотечения из расширенных вен голени. Образующиеся тромбы очень опасны для жизни. Так как оторвавшийся тромб может закупорить лёгочную артерию и привести к смерти. Очень важно раннее выявление таких состояний. В складывающейся ситуации мы ожидаем резкого всплеска осложнённых форм заболеваний сосудов. И не хотелось бы терять людей от заболеваний, которые можно предупредить и вылечить в начальной стадии.

– Что вы можете предложить пациентам если у них возникли проблемы с ногами?

Не затягивать с обращением к врачу! Угроза преждевременной смертности, заболеваемости и инвалидности может быть значительно сокращена. Для этого разработаны комплексы мер по устранению или уменьшению ведущих причин, лежащих в основе этих угроз. В первую очередь это относится к группе болезней, включающей сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет и болезни опорно-двигательного аппарата. Наша задача сделать специализированную помощь в сложившихся условиях более доступной.

Наиболее опасным для жизни пациентов является такое осложнение как тромбофлебит и тромбоз. Образовавшийся в венах тромб может оторваться и по току крови уйти в лёгкие. Что приводит к развитию тромбоэмболии лёгочной артерии и к смертельному исходу. У всех на слуху множество таких примеров и у знаменитых людей в том числе.

При своевременной диагностике и адекватном консервативном или хирургическом лечении таких осложнений можно избежать. Большинство диагностических исследований и процедур можно выполнить на дому.

– А если у человека появилась язва на ноге или она уже была и стала увеличиваться в размере, что делать?

Трофическая язва, особенно длительно незаживающая, тоже опасна осложнениями. При росте язвенного дефекта часто наблюдаются кровотечения из язвы в результате разрушения сосудов. Язвы могут перерождаться в злокачественные опухоли. Язвы надо заживлять и чем быстрее, тем лучше. Мало кто знает, что диагноз «трофическая язва» – это следствие далеко зашедших заболеваний, которых больше сотни. И лечатся они по-разному. Поэтому крайне необходимо правильно диагностировать то заболевание, которое привело к трофической язве в конкретном случае. Так, например, вылечить язву при синдроме Марторелла невозможно без нормализации артериального давления.

Наш медицинский центр – это специализированный центр лечения заболеваний сосудов верхних и нижних конечностей и терапии любых видов боли. В том числе лечении острой и хронической боли при патологии суставов, перефирических нервов и позвоночника. Мы занимаемся лечением всех заболевании вен, артерий и трофических язв любой сложности. И даем индивидуальные гарантии на полное заживление язв в результате проведенного лечения.

ЗВОНИТЕ: (812) **456-04-00**
Санкт-Петербург, ул. Блохина, 18

Малая подвижность и хронический стресс, с которыми мы столкнулись на сегодняшний день, приводят к развитию и обострению многих заболеваний. Что в итоге? Мы наблюдаем резкий подъём сердечно-сосудистых заболеваний, болезней лёгких, гипертонии, участились случаи нарушения мозгового кровообращения и невритов периферических нервов. Резко увеличилось количество тромбозов, тромбофлебитов, связанных с венозным застоем. Ухудшилась ситуация с облитерирущими заболеваниями артерий нижних конечностей.

Льготная программа «Здоровье города»*

В ряде случаев, промедление с диагностикой и лечением чревато серьёзными осложнениями, вплоть до летального исхода. Количество свободных мест для записи ограничено. Программа проходит до 15.07.2020 г.

БЕСПЛАТНО*

— Консультация врача-флеболога (лимфолога)**.**
— Дуплексное сканирование вен обеих ног.

Оценка состояния здоровья и рисков развития острых и хронических заболеваний. Позволяет выявить не только отклонения в кровообращении, но и образовавшиеся в его результате тромбы и воспалительные процессы.

870 рублей*

— Консультация сосудистого хирурга, флеболога.
— Дуплексное сканирование ВЕН И АРТЕРИЙ обеих ног.
— Ультразвуковая диагностика мягких тканей для выявления кист Бейкера.
— Консультация врача-невролога**

Это единственное на данный момент ультразвуковое исследование, которое показывает направление кровотока и степень влияния на кровоток имеющихся стенозов, тромбов и атеросклеротических бляшек. Позволяет выявить патологию кровообращения (атеросклероз, тромбоз) сосудов нижних конечностей, наличие кист Бейкера.

520 рублей*

— Диагностическое обследование у врача-флеболога или врача-невролога.
— Анализ крови*, определяющий наличие и риск появления бляшек в артериях.**
— Процедура лазерного лечения.

Наличие бляшек может приводить к закупорке артерий и вызывать инфаркт или инсульт, нарушение питания нижних конечностей (что способно привести к развитию «диабетической стопы» и трофических язв). Пациенты, с гипертонией (повышенным давлением) или с сердечно-сосудистыми заболеваниями должны регулярно проводить данное исследование.

ЛЕЧЕНИЕ ТРОФИЧЕСКИХ ЯЗВ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

— Поможем даже в сложных случаях!
— Льготная программа помощи со скидкой 80%*.
— Выезд врача на дом в пределах города и Ленинградской области.

Флеболог-сосудистый хирург проведёт тщательный осмотр и при необходимости выполнит дуплексное сканирование сосудов. На дому возможны любые перевязки, постановка капельниц, различные процедуры, а также комплексное лечение трофических язв.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

* В клинике «ФлебоЛайф». Информация об организаторе Программы (Акции), правилах проведения, сроках, месте и порядке их получения у консультанта клиники или по телефону (812) 456-04-00. +. ООО «ФЛЕБОЛАЙФ» принимает пациентов с заболеваниями и состояниями, при которых отсрочка оказания медицинской помощи на определенное время может повлечь ухудшение их состояния, угрозу жизни и здоровью. Не является публичной офертой 18+. Реклама. ** Консультация невролога назначается сосудистым хирургом при необходимости. *** На базе медицинской компании «Инвитро»

Роберт Уолдингер, известный психолог и ученый

Что делает человека счастливым?

ДЛЯ ОТВЕТА на этот вопрос нужна полная и объективная картина человеческой жизни. Ее впервые удалось получить группе ученых из Гарвардского университета, которые в течение 75 лет непрерывно наблюдали за жизнью 724 мужчин с отрочества и до глубокой старости.

За эти годы были изучены все возможные аспекты жизни каждого из участников: семейные отношения, работа, социальная жизнь, здоровье. Оказалось, что ни деньги, ни слава, ни профессиональный успех не делают человека счастливым, если не хватает одного важного слагаемого: взаимоотношений.

Те из участников проекта, кто рассказывали о теплых отношениях в семье и на работе, у кого были хорошие друзья, кто активно участвовали в социальной жизни, чувствовали себя гораздо счастливее остальных, были здоровее (физически и умственно) и жили дольше. Социальная включенность не только помогает сохранить здоровье, она сохраняет разум: люди, чей брак был долгим и прочным, гораздо лучше справлялись с когнитивными тестами. При этом важно качество (а не количество) социальных связей: женатые пары, которые постоянно ссорились, были даже несчастнее одиночек!

Общество все время внушает нам, что путь к счастью лежит через богатство и успех. Результаты гарвардского исследования развития человека это опровергают. Счастье – это друзья и семья.

Реклама. Шубина Н.А.
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.рф

Реклама.

Амазонками, то есть женщинами-воинами, сегодня кого-либо удивить сложно: это популярный персонаж кинематографа и фантастических книг. Причем легенда о девах-воительницах основывается, как говорится, на реальных фактах: легенды о них встречаются по всему миру. Были такие и... на Руси.

Эра русских амазонок

«...повергла она Илью на землю коварным приемом...»

В ЛЕТОПИСЯХ мы можем встретить немало славных русских воительниц. Так, известно о некоей Фекле, дочери воеводы Фили, который служил у князя Юрия Долгорукого в XII веке. Как повествует легенда, она была «на войне люта и храбра, а в миру весьма добра», «даром што девка была молода, не оборачивалась к ворогу завсегда».

Другая легенда утверждает, что в знаменитой Куликовской битве участвовала Дарья, уроженка села Пашина под Ростовом, дочь будущего героя Куликовского сражения Андрея Федоровича – участника нескольких походов с Дмитрием Донским. Перед тем как ростовское войско выдвинулось навстречу врагу, Дарья убежала из дому вместе со своим возлюбленным, за которого впоследствии вышла замуж, – ростовским князем Иваном Александровичем. А воссоединилась семья, судя по всему, уже после судьбоносного сражения.

Вообще же на Руси существовало даже специальное слово для обозначения женщин и девушек, которые наравне с витязями-мужчинами бились в чистом поле. Наиболее полно описан образ такой воительницы в былине «Илья Муромец и дочь его». Рослая поленица имеет свой тотем-герб: «На правой руке у ней-то соловей сидит, на левой руке да жаровленочек». Голову ее покрывает боевой шлем с личиною-забралом и меховым подшлемником. Ни Добрыня Никитич, ни Алеша Попович не рискнули связываться с поленицей, и лишь Илья Муромец решил попытать судьбу, и «...повергла она Илью на землю коварным приемом...»

Женские поединки

Спустя века воинственность русских женщин никуда не делась, что вылилось в... чисто женские поединки. Так, молодую актрису Мариинского театра Анастасию Малевскую застрелила на дуэли некая молодая особа, бывшая проездом в Петербурге. Поводом для стычки послужило следующее: Малевская увидела рядом с молодым человеком, к которому она была неравнодушна, ту самую незнакомку. Ревность сыграла с актрисой плохую шутку – спустя несколько часов ее сердце перестало биться.

Весной 1894 года в Петербурге две молодые продавщицы также решили выяснить, кому же достанется молодой франт, с помощью дуэли. Встретившись в пригородном парке и имея при себе перочинные ножи, они начали разборки. Как выяснилось спустя полчаса, три ранения в грудь одной и задетая шея с плечом другой стали напрасными жертвами – франт к тому времени уже бежал из Петербурга подальше от столь бойких девиц...

Женские страсти кипели и в Европе, где поединки только для женщин вскоре перестали быть чем-то необычным. Одна из самых известных дуэлей произошла в 1552 году в Неаполе. Тогда две дамы, Изабелла де Карази и Диамбра де Петинелла, влюбившись в одного и того же мужчину – Фабио де Зересола – решили выяснить отношения с помощью холодной стали. Данная история получила столь широкую известность, что испанский художник Хосе Ривера, вдохновленный этим сюжетом, в 1636 году написал полотно «Женская дуэль», которое и по сей день хранится в картинной галерее Прадо.

27 мая 1571 года произошла еще одна любопытная дуэль. Тогда к воротам миланского женского монастыря Св. Бенедикты подъехали две знатные дамы и попросили у настоятельницы комнату для совершения молебна. Однако едва за монашками закрылась дверь, они выхватили кинжалы и набросились друг на друга. Спустя несколько минут испуганные сестры Христовы в ужасе наблюдали страшную картину: на полу валялись два окровавленных тела, и одно из них уже не подавало признаков жизни.

Дуэль в Булонском лесу

Самая легендарная женская дуэль приключилась осенью 1624 года между маркизой де Несль и графиней де Полиньяк. Предметом спора служил кардинал Ришелье, а местом разрешения противоречий – знаменитый Булонский лес. Победа осталась за графиней – она сумела попасть из пистолета сопернице в плечо. Однако на вопрос, достоин ли этого тот любовник, во имя которого она подвергала свою жизнь риску, маркиза пылко ответила: «О да, он достоин того, чтобы пролить еще больше крови, чем та, что циркулирует в моих венах! Он самый славный человек во всем свете; все дамы находятся у него в ловушке, но я надеюсь, что этим я доказала свою любовь и могу рассчитывать на полное обладание его сердцем. Я в вечном долгу перед тобой, герцог Ришелье, сын бога войны и богини любви!»

Особенную популярность дамские дуэли получили в середине XVII века. По всей Европе женщины словно с цепи сорвались – неосторожно брошенное слово или даже одинаковое платье могли служить поводом для вооруженных разборок. Современников неизменно поражает жестокость, проявляемая прекрасным полом на дуэлях: стреляясь на пистолетах, дамы не ограничивались одним выстрелом и палили друг в друга до тех пор, пока одна из них не будет тяжело ранена или убита.

В шпажных драках секундантки иногда сами вмешивались в бой, а кончики оружия нередко смазывали отравляющими веществами. В конце концов, статистика говорит сама за себя: женские дуэли в 80% случаев заканчивались смертельным исходом, тогда как мужские – только в 40%.

Еще один показательный пример: в середине XVII века две француженки, Бопрэ и Арли, не сошлись мнениями в вопросе, кто же из них красивей (а они обе, надо сказать, отличались необыкновенной красотой), и в ход пошли шпаги. В ходе поединка дамы старались наносить удары только в лицо, что им удалось в полной мере. Вот только кто же из изувеченных соперниц стал самой красивой, выяснить в итоге не удалось...

Дмитрий Шестериков

Как убежать от инфляции и не остаться на бобах

В современном мире существует огромное количество разнообразных финансовых предприятий: банки, кредитные потребительские кооперативы, микрофинансовые организации. Все они предлагают заманчивые условия, демонстрируют уникальные возможности. Но как простому человеку разобраться во всех тонкостях? Чем, к примеру, банк отличается от кооператива? Сегодня мы рассмотрим вариант хранения и накопления денежных средств в кредитных потребительских кооперативах.

Новое – хорошо забытое старое

ПЕРВЫЙ российский потребительский кооператив – Большая артель – был создан еще в 1827 году. А уже в 1834 году рабочие Петровского завода создали Малую артель, которая, по сути, представляла собой кассу взаимопомощи для выходящих на поселение декабристов.

Довольно быстро кооперативное движение в России приобрело большую популярность. В 1865 году в селе Рождественском Дороватской волости Ветлужского уезда Костромской губернии было создано первое ссудо-сберегательное товарищество. В начале XX века по числу кооперативов и количеству участников кооперативного движения Россия занимала первое место в мире.

Проценты, гибкость и закон

Так в чем же преимущество кооперативов сегодня? Мы выделили пять причин, которые убеждают в том, что хранить деньги в кооперативе безопасно и выгодно.

1 **ВЫСОКАЯ ДОХОДНОСТЬ.** Средняя процентная ставка по хранению сбережений в кооперативах всегда выше, чем ставка банков, а самое главное – ставка выше темпов роста цен. Соответственно, положив деньги на хранение в кооператив, вы не только заработаете больше, чем в банке, но и сохраните деньги от обесценивания.

2 **НАДЕЖНОСТЬ.** Финансовая устойчивость кооперативов закреплена законом*. Кооператив не может вести иные виды деятельности, в том числе, связанные с рисками, например, торговую или производственную. Кооперативы обязаны входить в состав саморегулируемых организаций, которые наряду с Банком России осуществляют дополнительный контроль деятельности. Законом установлены обязательные финансовые нормативы, которые обязаны соблюдать кооперативы. Соблюдение указанных нормативов постоянно проверяется саморегулируемыми организациями и Банком России. Кооперативы добровольно страхуют сбережения своих участников.

3 **ГИБКОСТЬ.** Одним из самых привлекательных преимуществ кооператива перед банком является возможность установления гибких условий по договорам, например, установить самый минимальный пакет документов для получения займа. Либо установить совсем небольшую сумму для передачи на хранение. Большинство кооперативов при досрочном погашении договора выплачивают проценты по ставке рефинансирования, а банки – всего по ставке вклада «До востребования» (это 0,01%).

4 **ПРОЗРАЧНОСТЬ.** Одним из принципов кооперации является равенство доступа участников к информации. Таким образом, каждый участник может ознакомиться с отчетностью кооператива и иной документацией о деятельности кооператива.

5 **ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С УЧАСТНИКАМИ.** Кооперативы исторически более социально ориентированная организация, чем банки. Ведь первые объединения граждан образовались из-за нужды: ссыльным декабристам было просто необходимо объединиться, чтобы выжить в суровых условиях Сибири. Практически все сотрудники офисов – также участники кооператива. Поэтому отношения с участниками не деловые, а более семейные, домашние. Кооператив не рассматривает участника как клиента, на котором можно заработать деньги. Действия сотрудников кооператива направлены, в первую очередь, на решение проблем участников.

Ёмко и точно сказал о кооперации Владимир Маяковский:

Чтобы кооперация
поддержала, насытила и одела,
Помогай кооперации
не болтовней, а делом.

НАША СПРАВКА

Кредитный потребительский кооператив – это добровольное объединение граждан и (или) организаций на основе членства в целях удовлетворения финансовых потребностей участников. Это некоммерческая организация, которая не преследует извлечение прибыли в качестве основной цели своей деятельности. Целью деятельности является финансовая взаимопомощь путем предоставления услуг по приему сбережений и выдачи займов.

* Основание: Федеральный закон от 18.07.2009 № 190-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «О кредитной кооперации»

ЛИЧНЫЕ|НАЛИЧНЫЕ
группа компаний

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

Ставки до 8,10% годовых

г. Санкт-Петербург, ул. Ленсовета, 87

ВСЕ СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ 642-86-02

Кредитный потребительский кооператив «ФИНКОР» ОГРН 1195081068841, ИНН 5032311537 / КПП 503201001. Сберегательная программа "Пенсионная". Ставка 8,10% годовых, возможность капитализации процентов (удерживается НДФЛ). Срок договора 12 месяцев. Предусмотрена возможность досрочного снятия части сбережений без потери доходности, не более 50 (пятидесяти) от суммы номинала. При истребовании всей суммы сбережений досрочно проценты пересчитываются за период с момента заключения договора до даты расторжения по ключевой ставке, утвержденной Центральным банком Российской Федерации на дату расторжения. При остатке средств на договоре сбережений меньше суммы минимального остатка договор расторгается. Разница между процентами, начисленными и выплаченными за предыдущие периоды по условиям договора передачи личных сбережений, и процентами, начисленными по ставке досрочного расторжения, удерживается из суммы сбережений. Сбережения принимаются только от пайщиков кооператива. Чтобы стать пайщиком кооператива, необходимо оплатить разово вступительный взнос 100 руб., обязательный паевой взнос 100 руб. (возвращаемый). Стать пайщиком кооператива могут дееспособные лица, достигшие 16 лет. Пайщики кооператива солидарно несут субсидиарную ответственность по обязательствам кооператива в пределах невнесенной части дополнительного взноса. Условия действительны на момент выхода рекламы. * Сбережения застрахованы в НКО «Национальное потребительское общество взаимного страхования». ИНН 3436114146, КПП 343601001. Лицензия банка России ВС №4301 от 10.10.2016 г. Реклама.

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 25 июля 2020 г., а также прислать по эл. почте: redaktor.polezno@gmail.com. Объявления публикуются бесплатно.

Женщины

◆ Симпатичная женщина 62 лет познакомится с хорошим свободным мужчиной для серьезных отношений. **7 (967) 561-73-96, Ирина.**

◆ Одинокая женщина желает познакомиться с порядочным надежным одиноким мужчиной до 65 лет без в/п и материальных проблем. Для совместного досуга, общения. Возможны серьезные отношения. О себе: 60 лет, рост 163 см, волосы длинные каштановые. Доброжелательная, скромная, хозяйственная. Московский р-н СПб. В мужчинах ценю заботу, внимание, щедрость и качество поступков. **8 (911) 220-58-66 Валя.**

◆ Мне 67 лет, петербурженка, в/о, живу в центре города. Познакомлюсь для серьезных отношений с добрым интеллигентным мужчиной с в/о в возрасте до 69 лет. **8 (921) 420-43-85, Ирина.**

◆ Мне 68 лет, вдова, без проблем. Познакомлюсь с одиноким порядочным мужчиной без ж/п и м/п в возрасте от 60 лет. **8 (905) 231-12-43, Нина.**

◆ Дама 74 лет, обычная внешность, невысокий рост, стройная фигура. Спокойный добрый нрав. Проживаю во Фрунзенском р-не. Есть 3 кошки. Познакомлюсь с простым, небогатым добрым душевным мужчиной. Возможен физический недостаток (например, горб). **8 (952) 388-92-06, Элла.**

◆ Мне чуть больше 60, но в душе 50. Без в/п. Хочется встретить такого же. Очень люблю добрых, отзывчивых и с ч/ю людей. Серьезные отношения принесут доверие и радость. **8 (904) 645-44-12, Евгения.**

◆ Мне 67 лет, вдова. Ищу спутника по жизни. Все подробности – по телефону. **8 (953) 159-13-32.**

◆ Коренная петербурженка познакомится с порядочным мужчиной 68–75 лет, без в/п, уставшем от одиночества, для с/о. **8 (921) 559-68-18, Татьяна.**

◆ Мне 66 лет, без в/п и м/п. Познакомлюсь с доброжелательным мужчиной без в/п и м/п в возрасте от 60 лет для серьезных отношений. Отдам всю свою любовь и заботу. **8 (921) 335-16-67.**

◆ Ищу одинокого мужчину 68–75 лет, рост от 178 см. Здорового, некурящего. Метро «Чкаловская» или «Беговая». С квартирой, без в/п. Мой рост 165 см. Блондинка. Про профессии медик. Есть дача, маленький огород. Устала от одиночества. Никак не получается найти надежного спутника жизни… **8 (965) 054-09-79 (с 12:00 до 20:00), Марина.**

◆ Ищу друзей (мужчин и женщин) для совместного проведения досуга, общения. Любителей посещать танцевальные вечера и посиделки в кафе за чашечкой кофе. О себе: 68 лет, вдова без проблем. **8 (905) 231-12-43, Нина.**

◆ Мне 56 лет, ленинградка с в/о и ж/п, рост 167 см, вес 63 кг, темные волосы, голубые глаза. Интересы разносторонние. Общительная, жизнерадостная. Познакомлюсь с мужчиной 52–60 лет с ж/п, русским, порядочным и надежным, для с/о. **8 (904) 856-78-39, Александра.**

◆ Мне 48 лет, рост 178 см, стройная интересная брюнетка. Познакомлюсь с мужчиной для с/о. Без в/п и м/п. **8 (965) 749-87-48, Екатерина.**

Мужчины

◆ Мне 70 лет, рост 168 см. Вдовец, без в/п и м/п. ЗОЖ. Познакомлюсь с одинокой порядочной женщиной для создания семьи. **8 (931) 976-96-94.**

◆ Мне 55 лет, без жилищных и материальных проблем, ищу женщину от 45 лет. Цель знакомства – найти спутницу для прогулок, экскурсий и путешествий, а если повезет, то и для совместной жизни. Имею творческую профессию, нуждаюсь в понимающей и вдохновляющей Музе. **8 (921) 424-19-27, Алексей.**

◆ Мне 65 лет, рост 170 см, 48-й р-р одежды. Живу один, не пью, не курю. Для совместного проживания ищу женщину, 44–46-й р-р одежды. Не мигрантку. Звоните, на СМС не отвечаю. **8 (952) 356-99-14, Толя.**

◆ 64/178/85, коренной ленинградец, бывший моряк. Познакомлюсь с женщиной для с/о. **8 (900) 646-27-56, Володя.**

◆ Мне 64 года, рост 174 см, вдовец, без в/п и м/п. Стройный, заботливый. Познакомлюсь с одинокой ласковой вдовой в возрасте до 60 лет. Для общения и взаимной помощи друг другу. **8 (952) 377-44-37.**

◆ 49/182/90, настроен на позитив. С чувством юмора, без в/п. Лето жаркое настало, пандемия отступала. / На природу нам пора – где сосны, воздух и вода. / Рыба плещет, красота! Не хватает лишь тебя… Жду звонка! **8 (950) 686-07-21.**

◆ Мне 67 лет. Проживаю на пр. Большевиков. Познакомлюсь с женщиной из СПб или ЛО. Для с/о. **8 (952) 352-99-52, Владимир.**

◆ 49/178/95. Рыбак, грибник, ягодник. Без в/п. Характер? Как к тебе, так и ты к человеку... Ищу единомышленницу не старше себя. Рыбачку. С дачей на реке Волхов. Ленивых, жадных, эгоисток прошу не беспокоить. На СМС не отвечаю. **8 (951) 729-50-24, Вячеслав.**

◆ Мне 50+, рост 180 см, вес 95 кг. С ч/ю, без в/п, ж/п. Работаю. Познакомлюсь с настоящей амазонкой, р-р одежды 52–54-й. С формами, темпераментом, веселым нравом, без снобизма, ханжества (по знаку зодиака – не Скорпион, не Лев и не Водолей). **8 (964) 397-79-75.**

◆ Молодой пенсионер, одинокий медик без в/п и м/п приглашает одинокую пенсионерку для совместного проживания и отдыха в парковой зоне Крестовского острова СПб. Предпочтение коллегам-медикам. Связь по WhatsApp, с фото. **8 (921) 095-33-16.**

◆ Вдовец, порядочный, в/о, ЗОЖ, без в/п, без проблем. Интересы: лес, садоводство, поэзия, искусство и др. Приглашаю в путешествие по жизни привлекательную порядочную женщину. **8 (903) 092-95-65.**

Объявления

◆ Продам личную 2-этажную кирпичную дачу на берегу живописной речки (Псковская обл., пос. Локня (ж/д станция) – д. Козино в 7 км от станции), участок 22 сотки, полностью разработан, парники, баня, сарай, забор, в доме водопровод, печки нет (электрообогреватели). Полная внутренняя отделка, мебель. 500 км от Петербурга. Цена – всего 500 тыс. руб. **Тел. 8 (921) 630-49-58, Светлана Владимировна.**

◆ Продам земельный участок в СНТ «Воейково» (Всеволожский р-н, п. Воейково), 12 км от СПб. На участке есть времяночка, электричество, в шаговой доступности – озеро, лес (ягоды, грибы). Регулярное автобусное сообщение и маршрутки от ст. м. «Ладожская». Цена договорная. **Тел. 8 (921) 308-04-18, Лилия Анатольевна.**

Старость и радость общения

Одиночество в старости… В полупустой вагон метро зашел старик. Он прошел до середины вагона и подсел к женщине, словно они были знакомы. Женщина покосилась на старика и чуть отодвинулась. А старик вдруг заговорил…

Он заговорил, ни к кому конкретно не обращаясь, не ища собеседника, словно он давно-давно молчал и вот теперь встретил старых друзей, и можно излить душу и облегчить сердце этим простым способом.

Он говорил и смотрел только перед собой, и все-таки в важных местах своей речи, которые он выделял повышением голоса, посматривал на женщину, ища одобрения или любой, хоть какой реакции.

Народ не реагировал. Спал, читал, слушал музыку. А старик все говорил и говорил – про какие-то мелкие подробности своей жизни, которые для него были важнейшими: как он добирается до собеса, как ему ответили в поликлинике, что принесла внучка и почему цены в магазинах опять растут вверх, а пенсия не увеличивается.

Этот монолог был просто набором каких-то мелких событий и впечатлений, он начался и закончился внезапно, внезапно менялась тема и также внезапно обрывались хронологические связи, старика все это не заботило. Его речь напоминала журчание воды, важен был сам процесс, и никто не останавливал старика и не слушал его...

Когда-то давно я видел старушку в книжном магазине. Она сидела на стуле для покупателей при входе и с каждым здоровалась. Она сидела там каждый день – с трех часов до шести вечера. Когда посетитель не успевал пробежать мимо нее, она очень вежливо заговаривала с ним, интересовалась погодой и рассказывала свои мелкие старушечьи новости. Иногда, когда на нее совсем никто не обращал внимания, она разговаривала вслух с кем-то воображаемым и даже отвечала на его вопросы.

Сотрудники магазина не гнали ее и даже привыкли к «бабе Тане», как она представлялась. А потом баба Таня умерла. Ее соседка зашла в этот магазин и громко сказала своей спутнице – «вот ее стул, покойницы». Стул убрали, и больше там никто не сидел и не здоровался с покупателями.

Кто они? Кто эти старики, которым выпала беда одиночества и молчания? Откуда их длительные, трудные, мелкие, пустые, однообразные монологи? И почему старики бывают так скучны и одиноки?

Старики беззащитны, как и дети. Но они брошены, как не бросают детей. Одиночество, выматывающие хронические болезни, унижение нищетой и смерть – вот те вещи, перед которыми они остаются совсем одни. Их дети выросли. И самое большое их счастье – счастье человеческого общения с теми, кого они так любили и любят, – недоступно большинству из них.

Они любят говорить о своих детях и внуках. Любят объяснять себе те причины, почему дети не приехали в выходные, когда был испечен пирог и на снятую пенсию куплен подарок внуку.

Часто боятся обратиться за помощью, боятся помешать и побеспокоить.

И они умирают тихо, если повезет – дома, а не в грубом окружении больницы, оставив на книжке «похоронные», чтобы и тут не быть обузой.

Их так воспитали.

Поэт Иосиф Бродский писал, что последний урок, который могут дать родители своему ребенку, – урок должного принятия старости и умирания.

Старики знают, что скоро умрут. И поэтому так часто суетно-нетерпеливы: побыть еще минуту с детьми и внуками – их радость, помочь хоть в чем-то – их радость, когда с близкими все хорошо – это и есть их радость.

Уже совсем последняя.

Они знают, что подлинная радость всегда о ком-то. Настоящая радость не о себе, а о том, кого любишь. Оглядываясь в последние дни своей жизни вокруг – так страшно, когда не о ком порадоваться и не с кем просто поговорить.

И не так страшно, когда можно найти людей – в метро, в магазине, в собесе. Дать сердцу хоть чуть-чуть радости общения, пусть и обманчивого.

И еще. Мы все будем как они. Наш разум ослабнет, болезни иссушат тело. И мы поймем, нет – почувствуем, почему Бог однажды сказал в раю, где все по определению хорошо – «нехорошо быть человеку одному». Самое лучшее, понять это уже сейчас. Потому что, как мы относимся к старикам, так будут относиться и к нам.

Василий Бурандасов

Полезно пенсионерам
Бесплатная ежемесячная газета «Полезно пенсионерам». 16+
Выходит каждую вторую среду месяца. Распространяется бесплатно. Часть тиража распространяется по подписке. **Подписной индекс П3634.**
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 № ТД 3255.
Время подписания в печать: по графику – 26.06.2020 г. в 21:00, фактическое – 26.06.2020 г. в 21:00. Выход в свет – 29.06.2020 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.