

Полезно пенсионерам

ИНТЕРЕСНАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

gazeta-polezno.ru



Май 2019 г.

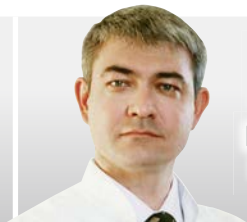
Распространяется бесплатно

№ 4 (39)



Чтобы помнили...
Шлиссельбургский десант

Стр. 4



Ваше здоровье
Болезни вен – не приговор!

Стр. 5



Актуально
Как найти работу после 50 лет?

Стр. 7

НАШИ ПАРТНЕРЫ



Следующий номер выйдет 12 июня

С ДНЕМ ВЕЛИКОЙ ПОБЕДЫ!



ОВЛАДЕТЬ с хода германской столицей, как первоначально планировалось, маршал Жуков отверг. Наши войска после тяжелых боев нуждались в отдыхе, пополнении личным составом и вооружением. Это было тем более необходимо, ибо перед нашим фронтом еще находилась крупнейшая по тому времени группировка вермахта. Решение Жукова было признано целесообразным в Ставке Верховного главнокомандования. Войска, находящиеся на берлинском направлении, приступили к подготовке к решающему сражению.

Англо-американские войска, которые находились значительно дальше от Берлина, свое продвижение продолжали. Встречая незначительное сопротивление противника, они ежедневно продвигались на 30–40 км и без боя занимали крупные города в центре Германии. Это не могло не беспокоить советское военно-политическое руководство: западные союзники были в состоянии за две недели выйти на подступы к Берлину.

Вокруг Берлина разворачивалась главная геостратегическая интрига заключительного этапа войны. Вопрос о взятии столицы фашистского рейха принял характер соперничества между членами антигитлеровской коалиции.

В Ставке было принято решение ускорить приготовления к Берлинской операции. Первого апреля здесь состоялось совещание, где обсуждался план ее проведения. В Москву были срочно вызваны командующие 1-м Белорусским и 1-м Украинским фронтами маршалы Жуков и Конев.

Сталин задал маршалам лобовой вопрос: «Так кто же будет брать Берлин: мы или союзники?» Маршал Конев ответил, что «брать будем мы» и заверил вожда, что возьмем Берлин «раньше союзников». Маршал Жуков сказал, что это готовы сделать его войска, нацеленные на Берлин с кратчайшего расстояния и имеющие для этого достаточные силы.

Амбиции каждого из маршалов на роль победителя при взятии вражеской столицы не остались незамеченными Сталиным. Он решает их использовать



Маршал Г. К. Жуков



Маршал И. С. Конев



Фото Евгения Халдея

КТО БУДЕТ БРАТЬ БЕРЛИН?

Весной 1945 года Вторая мировая война в Европе вошла в свою завершающую стадию. Германия была зажата наступающими с востока войсками Красной Армии и с Запада – войсками США и Англии. В первой декаде февраля в результате Висло-Одерской операции советские части вышли к Одеру и захватили плацдарм на его западном берегу. Отсюда до Берлина было около 60–70 км.

для форсирования захвата Берлина, разжигая прямое соперничество двух фронтов.

Конев и Жуков, вернувшись из Москвы, издают аналогичные приказы своим соединениям, требуя любой ценой ворваться в Берлин. 16 апреля в 6 часов 15 минут мощной артиллерийской подготовкой началась стратегическая операция 1-го Белорусского и 1-го Украинского фронтов, которой предстояло завершить разгром фашистской Германии.

Начавшиеся боевые действия носили крайне ожесточенный и кровопролитный характер. Предстояло преодолеть заблаговременно подготовленную многослойную полосу обороны, овладеть огромным городом при стойком сопротивлении вражеских войск, поддерживаемых отрядами гражданской самообороны «Фольксштурм». С отчаянием обреченных Гитлер и его ближайшее окружение требовали от частей вермахта

стоять насмерть. Нацисты угрожали смертью каждому, кто проявит «малодушие и трусость». Командирам частей, а также всем «верным солдатам» вермахта было предоставлено право на месте расстреливать «предателей». Это были последние судороги гитлеровского рейха.

Берлинская операция продолжалась две недели. К 25 апреля войска двух фронтов соединились в районе северо-западнее Потсдама, завершив окружение берлинской группировки противника. На следующий день начался заключительный этап операции. Советские войска занимают один за другим районы Берлина, 29 апреля начались бои в самом центре города, куда одновременно вышли части обоих фронтов.

Согласовать между собой разграничительные линии своих войск маршалы не смогли. Жуков дал телеграмму Сталину с просьбой сменить своими войсками соединения 1-го Украинского фронта, наступавшие с юга и достигшие уже района Тиргартен. В Генштабе, где с беспокойством следили за возникшей неразберихой, вызывающей неоправдан-

ные потери, дали указание Коневу отвести свои войска. Теперь центр Берлина находился полностью в полосе действий 1-го Белорусского фронта. В ходе боев 29–30 апреля был захвачен Рейхстаг, над которым водружено знамя Победы.

В день 1 мая линию фронта в Берлине перешел начальник генштаба германских сухопутных войск генерал Кребс, он был принят командующим 8-й армии генералом Чуйковым. Кребс сообщил о самоубийстве 30 апреля Гитлера и передал предложение Бормана и Геббельса о временном прекращении огня в столице в целях подготовки условий для мирных переговоров между Германией и СССР. После доклада в Москву по решению Ставки оно не было принято. Требования о капитуляции вечером 1 мая были отвергнуты немецкой стороной, начался артиллерийский обстрел советскими войсками еще не занятых районов Берлина. Гарнизон города во главе с генералом Вейдлингом капитулировал на следующий день. Красная Армия полностью овладела столицей германского рейха.

В ходе Берлинской операции советские войска понесли высокие потери. Убитыми и ранеными они составили 350 тысяч человек. Безвозвратные потери (убитыми и пропавшими без вести) превышали 101 тысячу. Соревнование между фронтами, организованное Сталиным, усложнило управление боем и, самое главное, принесло немало неоправданных жертв.

Падение Берлина означало конец III рейха Гитлера, просуществовавшего 12 лет. Автографы победителей на стенах Рейхстага, сохранившиеся до наших дней, останутся историческими свидетельствами стойкости и мужества российских солдат и офицеров, сокрушивших нацистскую тиранию.

Юрий Басистов,
кандидат исторических наук,
участник ВОВ,
полковник в отставке



«Меня человеком
сделала война»

РОДИЛАСЬ Валентина в 1935 году. Ее мать Анастасия Филипповна – химик и биолог – работала в школе рабочей молодежи и районном методкабинете. Отец Георгий Федотович был шведом по отцу, а по матери – цыганом. Окончил техникум по специальности «железнодорожное строительство».

Ольбеки проживали в Ленинграде на ул. Гусева, 9, кв. 11. Их дружное семейство в конце 1930-х – это пять человек: дедушка, бабушка, папа, мама и дочь Валентина. Мужчины работали, а женщины вели хозяйство.

До войны был достаток, дом – полная чаша. «Меня человеком сделала война», – говорит Валентина Георгиевна, имея в виду то, что девочкой в жизни не знала трудностей.

В день начала войны – 22 июня 1941 года – родители поехали снимать дачу. А Валя отправилась гулять с бабушкой по Среднеохтинскому проспекту. Идут по деревянному тротуару, вдруг по мостовой мимо проносится запряженная лошадь. Оскаленная морда, раскрытая пасть,



ОХТИНСКИЙ

Валентины Кузнецовской

Вся жизнь Валентины Георгиевны Кузнецовской (Ольбек), ее предков и потомков связана с Охтой – старинным районом Ленинграда – Санкт-Петербурга.

бешеные глаза. Таким и запомнилось девочке начало войны.

В блокаду мама работала в методкабинете роно Смольнинского района. Дочь Валя она брала с собой, оставляла в детском саду. Какой вкусный молочный суп там давали! Питались также одно время в столовой предприятия на Ириновском проспекте – туда дали талоны.

Книжка из блокады

Первая страшная бомбежка произошла осенью 1941 года, в октябре. При сигналах тревоги Ольбеки спустились на первый этаж в квартиру, бывшую ранее дворницкой. Дедушка же всегда оставался дома. В тот день часов в 10 вечера раздался взрыв снаряда, колоссальный грохот, дом начал раскачиваться. Валя закричала: «Дедушка!» К счастью, оказалось, снаряд попал не в их дом, а в здание неподалеку, постройки 1935 года, на углу ул. Тарасова и Большеохтинского пр. Строение срезало по диагонали по всей высоте. Но жертвой стала всего одна женщина.

Через Неву, на ее левом берегу, на пл. Пролетарской диктатуры находился всем известный гастро-



Странички блокадной книги



Валя Ольбек с мамой

Реклама. ИП Наханьков И.В., ИНН 471607622137

ОТКРЫЛСЯ
пансионат "Вера"
для пожилых людей и инвалидов

Команда профессионалов с медицинским образованием оказывает услуги по уходу, реабилитации, организации досуга.

- ✓ Пансионат расположен в живописной зоне Красносельского района
- ✓ Номера от одно- до трехместных
- ✓ В каждом есть телевизор, душевая кабина, туалет
- ✓ Выход в интернет через вай-фай
- ✓ На территории зона отдыха с беседкой
- ✓ Своя теплица

Стоимость проживания от 1200 руб. в сутки

СПб, Горелово, ул. Светлая, д. 1
тел. 8-950-221-31-47

Реклама. ИНН 7816677512

ГЛАЗЦЕНТР

С 15 мая по 30 июня 2019 г.
ОПЕРАЦИЯ ПО КАТАРАКТЕ
35 000 руб.

* Стоимость за 1 глаз, хрусталик AcrySofSa (США).

(812) 454 57 75
г. Санкт-Петербург,
набережная Обводного канала, д. 108
лечениекатаракты.рф /glazcentre

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТОВ

Наконец-то отступили зимние холода и на смену снегу и ледяному ветру пришла теплая и солнечная весна. Но почему же она не радует? Почему мы периодически ощущаем тревогу и перебои в работе сердца?

Зима, пока!

Дело в том, что за долгие зимние месяцы организм во многом истощил свои силы и попросту «устал». Добавьте сюда сезонную нехватку витаминов и микроэлементов и получите ответы на все свои вопросы. Как же помочь своему организму справиться с зимней спячкой и ворваться в весну?



КАРДИОВАЛЕН – спокойная жизнь со здоровым сердцем!

● Уникальная рецептура на основе растительных компонентов: боярышника, желтушника, валерианы, горицвета и камфоры!

КАРДИОВАЛЕН МОЖНО ПРИМЕНЯТЬ ПРИ:

- Высоком пульсе (тахикардии)
- Скачках артериального давления
- Сердцебиении
- Психоэмоциональном напряжении
- Нарушениях сна, головокружении
- Невралгии
- В комплексной терапии с «сердечными» препаратами

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Реклама. ООО «МИЛЛОРФАРМА», ОГРН 1137746782315, ИНН 7727813097

и хорошим настроением. Нет времени и возможности? Гуляйте на свежем воздухе хотя бы 15-30 минут перед сном в ближайшем парке.

Пересмотрите свой рацион

На излете зимы и в начале весны наш организм отчаянно нуждается в витаминах и микроэлементах. Поэтому пищевой рацион должен не менее, чем на треть, приходиться на овощи, ягоды и фрукты

Возьмите на вооружение Кардиовален

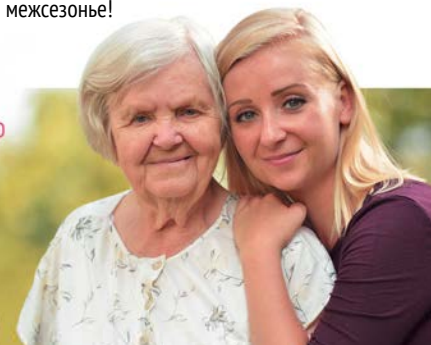
Благодаря своему многокомпонентному составу, Кардиовален оказывает комплексное действие:

● Желтушник и горицвет весенний снижают частоту сердечных сокращений, но при этом увеличивают их силу – это делает работу миокарда более эффективной и качественной.

● Боярышник нормализует артериальное давление и тонизирует сердце.

● Валериана успокаивает, снимает излишнюю тревожность и уменьшает неприятные ощущения в груди.

Таким образом Кардиовален улучшает самочувствие несколькими путями: уменьшая частоту сердечных сокращений, улучшая работу и повышая тонус миокарда, нормализуя пульс и артериальное давление. Добавьте сюда седативный эффект, пользу которого трудно переоценить в стрессовых реалиях современного мира. И станет понятно, что Кардиовален – наш главный помощник в межсезонье!



8 800 222 42 72 бесплатный звонок по РФ

www.kardiovalen.ru

СПРАШИВАЙТЕ ПРЕПАРАТ
В АПТЕКАХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ХАРАКТЕР

завод ЛМЗ. Однажды Валя с подружкой Ниной Грабик бежала вот так же на урок и на бегу... потеряла калошу. Снаряды свистят, но калоша – целое состояние. Заставила себя вернуться, забрать утерянную калошу.

На уроках дети сидели с противозащитами, при сигнале тревоги спускались в подвал.

На переменах учащиеся играли в школьном дворе, больше всего любили лапту и штандер.

А день начинался с общешкольной зарядки на улице. Затем в коридоре школы выстраивалась очередь. Девочка-дежурная давала каждой ученице в рот ложечку рыбьего жира, а другая вручала маленький кусочек черного хлеба с солью. Это было очень вкусно, и это не забудется. В столовой для ребят были организованы обеды. На третье иногда давали 2–3 виноградины или половинку персика, абрикоса из американских консервов.

Город заботился о детях. Их осматривал зубной врач, регулярно проводились медицинские осмотры, а самых слабых отправляли на кварцевание.

Несколько лет Валя училась во вторую смену. Порой ученикам на уроках становилось плохо из-за угарного газа: стремясь сохранить тепло, вышки печей закрывали раньше, чем нужно. Сообразительные учителя в таких случаях выводили детей на улицу подышать воздухом.

В войну в городе было много крыс. Грызуны осмелели: в школе, где училась Валя, на втором-третьем уроке из-под шкафа медленно появлялась одна и та же крыса. Она осматривалась вокруг, сидела какое-то время, как будто слушала урок,

затем удалялась восвояси. А в школьной столовой крысы вообще спокойно ходили вдоль стенки, приходилось даже, сидя за столом, задирать ноги!

Блокада неожиданно сблизила жителей с моряками. На Неве напротив Охты, у Конторской улицы, стоял боевой корабль, его зенитки отражали налеты. Матросы-балтийцы стали шефами школы № 140, к праздникам, Новому году моряки дарили детям подарки – конфеты, мандарины. Заготавливали также дрова для изразцовых печей, которые стояли в каждом классе.

Сблизились настолько, что некоторые молодые учительницы впоследствии вышли замуж за офицеров-моряков.

Долгожданная Победа

И вот – долгожданная Победа! Охта после войны зажила полной жизнью. Там, где стоит сейчас гостиница «Охтинская», был клуб Домпросвет. Фундаментальное здание: кинотеатр, театральный зал. В створе ул. Панфилова на берегу были устроены пляж, купальни, разбиты цветники, стояли скамейки. Вдоль Среднеохтинского пр. до ул. Панфилова простирался парк с качелями и каруселями. На Большеохтинском



Среднеохтинский проспект. 1925 г.

Знаком каждый уголок, каждый дом...

После окончания вуза Валентина Георгиевна работала учителем английского языка в школах № 156 и 143, профучилище № 94 Северо-Западного речного пароходства. Вышла замуж, сменила фамилию на Кузнецовская, родила дочь Ольгу, которая со временем также начала учиться в ее родной 140-й школе.

Ольга Леонидовна Кузнецовская (по мужу – Ерошенко) пошла по стопам своей матери и стала учительницей – много лет преподает в школе историю и культуру Санкт-Петербурга.

Семья Ольбек-Кузнецовских прожила на ул. Гусева до 1985 года, потом здание снесли, а им дали двухкомнатную квартиру в доме на Конторской улице.

Три поколения семьи Ольбек связаны с Охтой. Здесь им знаком каждый уголок, каждый дом... Родные люди, родные стены, культурная среда помогают Валентине Георгиевне жить и улыбаться. Житель блокадного города, она очень дорожит своими корнями, связанными с одной из самых старых частей Петербурга.

Владимир Саблин

Реклама. КПК «Дженерал Медикал Инвест», ОГРН 1167847123861, ИНН 7842095479

КПК дает справедливые проценты до 13,95% годовых, это выше инфляции, выгоднее, чем в банках. Пайщики отмечают сочетание доходности и надежности сбережений в кооперативе.

Такой медицинский кредитный кооператив в России один. Его девиз – «Доход и здоровье!». Пайщик решает сразу 2 задачи: надежное и доходное вложение средств и лечение на очень льготных условиях.

Кооператив работает согласно ФЗ «О кредитной кооперации», номер в Реестре ЦБ 1203, член в СРО «ЦКО», его работа полностью законна, прозрачна и подконтрольна. Доход образуется просто – КПК выдает займы (строго под залог)

Доход и здоровье пайщика – цели Кооператива Дженерал Медикал Инвест

В 2016 году группа финансистов и медиков учредила КПК «Дженерал Медикал Инвест» для финансирования медицинских проектов. Он совместил 2 пользы – позволил размещать сбережения пайщиков под достойный процент и оказывать медицинские услуги на льготных условиях. По отзывам пайщиков – проект удался!

как физическим, так и юридическим лицам, займы используются в первую очередь для лечения и инвестиций в медицинские проекты.

Средства пайщиков и займы, выдаваемые кооперативом, – надежно застрахованы двумя известными страховыми компаниями.

Пришедший посетитель сразу видит рабочий процесс медицинского учреждения: обстановку, врачей и пациентов. По нашему убеждению, нет необходимости пускать пыль в глаза, направлять средства пайщиков в дорогостоящий брендированный офис или мебель. У нас вся клиника – это офис КПК, но это не расходы, а актив, приносящий доход! Кооператив прекрасно работает в самом обычном кабинете, не требующем больших затрат. И такая позиция и отношение к делу поддержаны и приняты самими пайщиками, вызывают доверие.

Кооператив занимается социально значимыми проектами (медицинские центры, дом сестринского ухода), это обеспечивает высокую лояльность и поддержку со стороны властей города.

Бонусы могут предоставляться не только деньгами, но и в виде серти-



фиката на лечение в клиниках GMC и партнеров. Сертификат может использовать как сам пайщик, так и члены его семьи. Есть возможность получения консультаций от ведущих специалистов Санкт-Петербурга дистанционно, для этого необходимо связаться с нашей головной клиникой в Санкт-Петербурге по тел. 8 (812) 313-75-85.

Борис Берковский



КПК «ДЖЕНЕРАЛ МЕДИКАЛ ИНВЕСТ»

- Сбережения застрахованы.
- Партнерство с двумя страховыми компаниями
- Номер в реестре ЦБ РФ 1203
- Член СРО "Центральное Кредитное Объединение"

Условия сбережений:

- Сумма от 10 000 до 3 000 000 руб.
- Срок от 4 до 24 месяцев
- Капитализация % ежемесячно

Специальные условия для пенсионеров ЛЕЧИТЬСЯ - НЕ ПЛАТИТЬ!

8 (812) 313-75-37

Набережная реки Фонтанки, 77 (м. Сенная пл.)

Сайт: gmc-invest.ru



СБЕРЕЖЕНИЯ СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ

13.95% ГОДОВЫХ

Реклама. ШИ Навяных И.В. - ИНН 471607622137

КПК «Дженерал Медикал Инвест», Св-во № 24012 от 09.03.17, Рег.№РН КПК 0013, ОГРН 1167847123861, ИНН 7842095479 № в реестре ЦБ РФ 1203; № в реестре СРО «Центральное кредитное объединение» 157. Сбережения застрахованы в "НКО "Мовс", финансовые риски в АО "НАСКО". Сбережения принимаются только от пайщиков кооператива. Вступительный взнос – 100 руб., паяевой взнос – 50 руб. Медицинские услуги оказывает ООО «Дженерал Медикал Центр-СК», лицензия №78-01-007927 от 26.06.17. *Подробности об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по тел. (812) 313-75-37

ШЛИССЕЛЬБУРГСКИЙ ДЕСАНТ

МНЕ удалось собрать и сплотить целую команду заинтересованных людей – историков, краеведов, поисковиков. Идея – узнать больше про деда – постепенно превратилась в целый проект, который захватил многих.

Одна личная история открыла дорогу для изучения целого военного эпизода, в котором участвовало множество людей, – практически неизвестной попытки прорыва блокады.

Так, политрук Павел Шагин «вывел» за собой из небытия целый полк – Первый особый отдельный лыжный полк моряков КБФ, почти тысячу человек, многие из которых считались пропавшими без вести, либо родные не знали, где и как они погибли.

Результатом трехлетних исследований стала выпущенная в 2018 году издательством «Гангут» (серия «Помни войну») книга «Шлиссельбургский десант», написанная мною в соавторстве с историком Вячеславом Мосуновым.



* * *

Попытки прорыва блокады Ленинграда составляют одну из самых трагических страниц обороны города. В 1941–1942 гг. они готовились наспех и стоили большой крови. Одной из таких попыток стал Шлиссельбургский десант 28 ноября 1941 года. Эта история до недавнего времени, по разным причинам, представляла собой один из самых плохо изученных эпизодов борьбы за Ленинград.

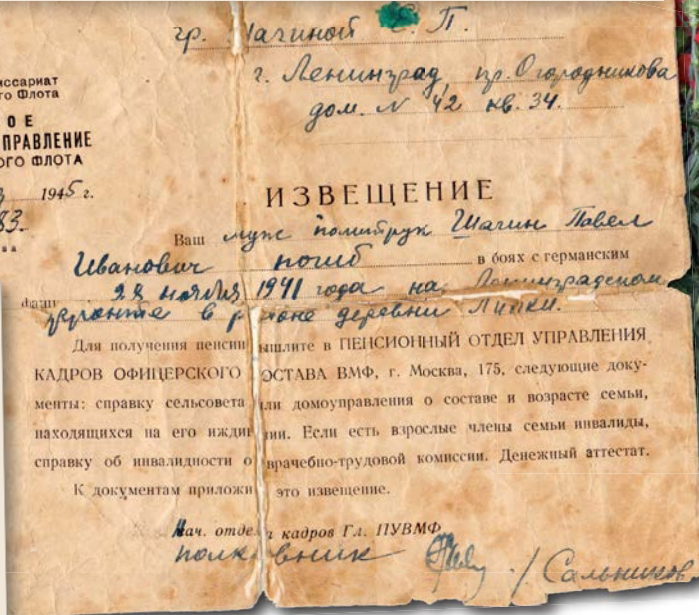
С захватом Шлиссельбурга 8 сентября 1941 года в руках неприятеля оказался левый берег Невы вниз до Ивановских порогов и южный берег Ладожского озера до деревни Липки. Образовался так называемый Шлиссельбургско-Синявинский выступ или, как его называли немцы, Фляшенхальс («бутылочное горло») – немецкий плацдарм шириной от 12 до 20 км, упирающийся в Ладогу между Шлиссельбургом и деревней Липки. Эта территория отделяла Ленинград от Большой земли вплоть до прорыва блокады 18 января 1943 года.

После потери Шлиссельбурга начались неоднократные попытки отбить его у врага, чтобы прорвать блокадное кольцо, но все они успеха не имели.

В ноябре 1941 года Военный совет Ленинградского фронта решил использовать для наступления замерзшее Ладожское



В марте 2015 года я решил узнать, как погиб мой дед – политрук Павел Иванович Шагин. Единственный документ, который хранился в семье более 70 лет, – это извещение о гибели политрука Шагина в районе деревни Липки. Никаких документов, писем, ни одной фотокарточки не сохранилось. Вот с этой единственной зацепки – названия деревни – и начались поиски.



озеро и ударить по врагу со стороны Шлиссельбургско-Синявинского выступа с севера. В этой отчаянной попытке вырвать Ленинград из тисков блокады приняли участие 80-я стрелковая дивизия и недавно сформированный в Кронштадте из девятисот добровольцев 1-й Особый отдельный лыжный полк моряков КБФ.

Командиром полка был назначен пехотный офицер, майор Василий Филиппович Маргелов (в будущем Герой Советского Союза, после войны генерал армии, командующий ВДВ СССР). План операции предусматривал внезапную ночную атаку со льда Ладожского озера по побережью частей 80-й стрелковой дивизии и лыжного полка моряков – с задачей захватить 1-й и 2-й Рабочие поселки и двигаться в направлении Шлиссельбурга, навстречу войскам, пробивающимся с Невского пятачка. Моряки-лыжники должны были идти в прорыв после атаки пехотных полков.

* * *

Гидрографическое обеспечение этой операции имело исключительный характер. После нескольких неудачных попыток выхода на исходную из-за сложной ледовой



обстановки, пройдя по льду Ладоги более 30 километров с короткой передышкой, рано утром 28 ноября 1941 года моряки ринулись на вражеские позиции. Прорвав первую линию неприятельских окопов у Новоладожского канала, полк Маргелова занял деревню Липки, подойдя к Староладожскому каналу. Моряки взрывали дзоты, уничтожали пулеметные точки и живую силу противника. Тяжелый бой, эпизодически переходя в рукопашный, продолжался весь день. Однако поставленную задачу без значительной поддержки пехоты и артиллерии полк выполнить не смог.

Подразделения 80-й стрелковой дивизии с большим опозданием и без серьезной артподготовки начали наступление на вражеский берег. В двух километрах от берега дивизия попала под шквальный огонь противника. Плохо одетые, долгое время находившиеся на морозе без укрытия, многие бойцы дивизии получили обморожение, а вражеская артиллерия и авиация разметали их по льду Ладожского озера, поэтому существенной помощи морякам-лыжникам они оказать не смогли.

Гитлеровцы бросили в бой подкрепление и создали сплошную завесу артиллерийско-минометного и пулеметного огня. Только когда стало окончательно ясно, что помощи ждать неоткуда, и после почти 10-часового (!) боя Маргелов приказал отходить, забирая с собой раненых, большую часть из которых пришлось



оставить в связи с невозможностью эвакуации. Потери составили две трети полка – более 600 человек.

* * *

Бой моряков-лыжников в направлении Липки – Шлиссельбург оставил неизгладимое впечатление у командира полка. Спустя годы командующий ВДВ СССР, генерал армии В. Ф. Маргелов добился, чтобы десантники получили право носить тельняшки. «Удаль «братишек», – говорил он, – запала мне в сердце. Мне хочется, чтобы десантники переняли славные традиции старшего брата – морской пехоты и с честью их продолжали. Для этого я и ввел десанникам тельняшки. Только полоски на них – под цвет неба, голубые».

Многолетняя скрупулезная работа инициативной группы дает результаты – удалось вывить подробности боя, узнать имена почти всех участников десанта, их биографии. Нашлись потомки участников десанта, их воспоминания дополнили общую картину.

29 ноября 2015 года на десятом километре Петровской дороги, протянувшейся от Шлиссельбурга вдоль Староладожского канала, был установлен памятный знак, посвященный подвигу участников Шлиссельбургского десанта – моряков 1-го Особого отдельного лыжного полка КБФ и воинов 80-й стрелковой дивизии. В ближайших планах инициативной группы – установить на этом месте достойный памятник.

Герои живы, пока живет наша память о них!

Валерий Шагин

Сезон пикников начинается!

Сезон пикников открыт, и по традиции мы дружно бежим закупать мясо и различные закуски. Однако по пути из магазина важно заглянуть и в аптеку, чтобы загородный отдых не закончился болью в животе и нарушениями стула.

Жареное на костре мясо – один из самых тяжелых видов пищи, а в сочетании с различными соусами на майонезной основе, хлебом и острыми закусками оно наносит нокаутный удар по пищеварению. Добавьте сюда алкоголь и сладкую газировку, пикники и банкеты, на которых мы больше сидим, чем двигаемся. Станет понятно, что проблем с пищеварением и стулом не избежать.

Одной из самых частых жалоб после майских застолий становится запор – весьма деликатная ситуация, которая может вызывать ряд неприятностей. В первую очередь – это боль в животе и ощущение распирания кишечника. Во-вторых, при длительной задержке стула токсины и шлаки из каловых масс всасываются обратно в кровь и вызывают интоксикацию организма с головной болью и ухудшением

самочувствия. И, наконец, запоры нередко становятся причиной травмирования слизистой кишечника и образования анальных трещин. Чтобы всего этого избежать, важно заранее запастись слабительным средством, которое быстро придет на помощь в случае необходимости.

Итак, каким требованиям должно отвечать хорошее стабильное?

- **Скорость:** не более 15 минут на борьбу даже с сильным запором.
- **Безопасность:** не растягивать стенки кишечника, не вызывать побочных реакций в виде вздутия живота.
- **Состав:** натуральные компоненты, налаживающие дефекацию и функционирование кишечника.

Реклама. ООО «МИЛЛОРФАРМА», ОГРН 1137746782315, ИНН 7727813097

Всем этим требованиям соответствует препарат РектАктив®.

Свечи **РектАктив®** – натуральное средство из экстракта конского каштана, которое помогает эффективно бороться как с острыми, так и с хроническими запорами.

Всего за 15 минут он поможет кишечнику вывести лишнее, а за курс применения научит его работать эффективно и без перебоев.

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Подарок ветеранам

В преддверии майских праздников ветеранам Санкт-Петербурга подарили современные высокотехнологичные слуховые аппараты отечественного производства от благотворительного фонда «Память поколений» и центра слухопротезирования «Радуга звуков».

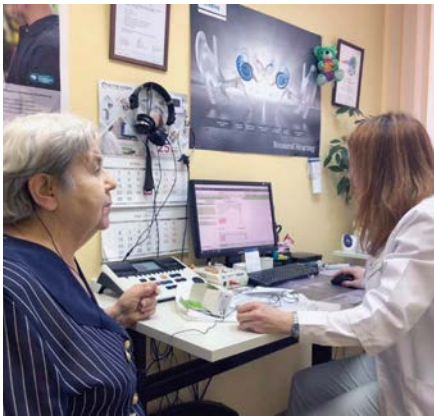
СЛУХОВЫЕ аппараты входят в число наиболее востребованных средств помощи пожилым ветеранам наряду с лекарствами, средствами реабилитации и личной гигиены. Они помогают значительно повысить качество жизни, ведь при потере слуха в таком возрасте социальная жизнь человека резко ограничивается.

Ветераны прислушивались к новым ощущениям, четким звукам – сбывлась их мечта о нормальном, полноценном общении, включенности в жизнь родных. Ветеранам будет легче не только общаться, но и слушать радио, смотреть телевизор, говорить

по телефону – с этими сложными акустическими ситуациями устройства справляются без труда.

«Эти аппараты российского производства по качеству не уступают зарубежным, но стоят меньше, что позволяет передать большее количество аппаратов большему количеству ветеранов. Их дешевле отремонтировать и заменить, что значительно сокращает издержки на обслуживание. И это особенно важно для такой социально незащищенной части общества, как пожилые участники военных действий», – отмечает Надежда Халдеева, операционный директор БФ «Память поколений».

Фонд «Память поколений» – единственная в России некоммерческая организация, формирующая новую благотворительную традицию по оказанию адресной высокотехнологичной помощи ветеранам всех боевых действий, в которых принимала участие наша страна. Основан 22 июня 2015 года. За время работы помощь оказана более 8 500 ветеранам, проживающим в различных городах России – от Калининграда до Владивостока. За три года работы фонд оказал адресную помощь ветеранам Санкт-Петербурга и Ленинградской области более чем на 34 миллиона рублей.



Более подробно с деятельностью фонда можно познакомиться на сайте: www.pamyatypokoleniy.rf.

ВАХТА ПАМЯТИ ОЛЬГИ БЕРГГОЛЬЦ

Библиотека имени О. Ф. Берггольц приглашает принять участие в Вахте памяти «А я здесь родилась...», посвященной 109-й годовщине со дня рождения О. Ф. Берггольц.

В программе:

- литературная композиция «От сердца к сердцу...»;
- чтение стихов О. Ф. Берггольц и о ней;
- возложение цветов к памятнику О. Ф. Берггольц.

Вахта памяти проводится **16 мая в 15:30** у памятника О. Ф. Берггольц в Палевском саду (расположен между ул. Седова, ул. Ольги Берггольц, ул. Пинегина и пр. Елизарова). В вахте принимают участие жители нашего города, курсанты колледжа Государственного университета морского и речного флота имени адмирала С. О. Макарова (ГУМРФ), учащиеся школы № 340.



СТРАНИЦЫ БЕССМЕРТНОГО ПОЛКА



Издательство «Северная звезда» (Санкт-Петербург) продолжает проект «Такая разная война...» – «Страницы бессмертного полка».

В АПРЕЛЕ вышли уже 6-й и 7-й тома издания. Благодарим всех петербуржцев, передавших нам воспоминания, дневники, письма, семейные архивы, фотографии, мемуары самих ветеранов и воспоминания их родственников и потомков о подвигах и фронтовых буднях участников и свидетелей Великой Отечественной войны.

Готовятся к выпуску следующие тома. Авторы бесплатно получают по одному экземпляру. Часть книг передается в библиотеки.



Наш адрес: 196128, Санкт-Петербург, Варшавская ул., 23, корп. 1.
Контактный телефон (812) 388-93-41.
Электронная почта: tozvezda@yandex.ru

Итоги проекта по оценке распространенности венозной патологии в Санкт-Петербурге и Ленинградской области



День Победы – великий праздник для всей страны. В этот день прежде всего хочется сказать «спасибо» за жизнь и мирное небо над головой, а еще пожелать мира и процветания, здоровья и счастья, успехов и благополучия. Искренне поздравляем с Днем Победы ветеранов, участников далеких военных событий и всех жителей нашей страны!

Н. А. Спиридонов,
главный врач, хирург-флеболог, к. м. н.



Когда говорят о заболеваниях сосудов нижних конечностей, чаще всего подразумевают варикозное расширение вен. Однако перечень патологических процессов, связанных с ними, гораздо шире. Он включает в себя многие, даже еще более опасные заболевания: тромбоз, тромбоз, трофические язвы, хроническая венозная недостаточность и т. д.

С недавнего времени у пациентов, страдающих от варикозной болезни, появился выбор: заниматься самолечением, получать лечение в государственной больнице или обратиться в специализированную флебологическую клинику. Об итогах проекта «Здоровье города» для населения специализированной и квалифицированной помощи рассказывает **Н. А. Спиридонов, хирург-флеболог, КМН, главный врач медицинского центра «ФлебоЛайф».**

Наш проект «Здоровье города» стартовал первого февраля. Теме распространенности венозной патологии в Петербурге было посвящено несколько эфиров на различных радиостанциях и публикации в различных СМИ. Первые итоги мы с вами подводили в марте. Сейчас статистика уже более подробная и выводы уже можно делать более детальные.

Что касается востребованности нашего проекта «Здоровье города». Когда мы начинали его проводить, нашей целью было провести статистическое исследование в отношении заболеваемости венозной патологии ног, т. к. варикозная болезнь является одним из самых распространенных заболеваний среди всех других, а в Российской Федерации, к сожалению, проводится очень мало таких исследований. На самом деле мы не ожидали что проект вызовет такой высокий интерес населения и общественных организаций СПб. Наша программа заставила обратить на себя внимание большое количество людей уже на начальных проявлениях варикозной болезни. Многие приходят к нам, как в последнюю инстанцию, после долгого и бесполезного лечения или попыток его получить. Сейчас уже большинство пациентов идут к нам по рекомендации родственников и друзей. И данный факт говорит сам за себя «Нет лучшей похвалы для доктора, чем когда его рекомендуют родным и знакомым. Пациент должен знать у кого он лечится и доверять своему врачу».

По нашей статистике по программе «Здоровье города» за февраль для пер-

вичной консультации в клинику обратилось 419 человек, в марте посетили уже 515 человек. А за апрель программу прошли уже 565 человек.

Из них патология вен выявлена у 83,5% обследованных. Запущенные варианты наблюдались в 7,5% (3,5% язвы и 4% предъязвенные состояния конечности). Наличие варикозных вен, требующих проведения эндовазальной коррекции или склеротерапии, 50% пациентов. И порядка 26% пациентов обратились исключительно с эстетическим дефектом (сосудистые сеточки).

И, опять же, было несколько пациентов с тромбозами глубоких вен, которых в экстренном порядке пришлось госпитализировать, так как риск отрыва тромба был очень велик.

Хочу напомнить, что обследование и лечение могут пройти и пациенты с такими тяжелыми заболеваниями, как облитерирующий атеросклероз, диабетическая стопа, последствия тромбозов глубоких вен и лимфостаз. В клинике не существует ограничений по приему пациентов в возрасте и с осложненными формами сосудистых заболеваний. Тем более у пациентов старших возрастных групп, как правило, мы наблюдаем сочетание различной патологии.

Для тех, кто просто физически не в состоянии прийти на консультацию, в нашем центре предусмотрен выезд врача на дом в пределах города и Ленинградской области. Причем, на дому возможно полноценное обследование, включая УЗ-диагностику, а также все виды лечения, которые не требуют стерильной операционной.

Берегите свое здоровье!



Льготная программа «Здоровье города»*
Запись осуществляется до 31.05.2019 г.

БЕСПЛАТНО

— Консультация врача-флеболога (лимфолога)

— Ультразвуковое дуплексное сканирование вен обеих ног
Позволяет выявить не только отклонения в кровообращении, но и образовавшиеся в его результате тромбы и воспалительные процессы.

Обследование проходит в нашем медицинском центре и оплачивается за счет медицинского центра в рамках проекта для оценки распространенности варикозной болезни и ее осложнений среди населения. Консультация включает: осмотр, сбор анамнеза, расшифровка результатов диагностики, оценка состояния здоровья и рисков развития острых и хронических заболеваний. По итогу обследования пациент получает медицинское заключение, заключение ультразвуковой диагностики и рекомендации в письменном виде.

25% СКИДКА НА ПРОЦЕДУРЫ В ПЕРВЫЙ ДЕНЬ*

Звоните

(812) 456-04-00
СПб, ул. Блохина, 18.

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. Не является публичной офертой 18+. ООО «ФлебоЛайф» Лицензия № ЛО-78-01-008857 от 29.05.2018 г. Реклама

Женщины

◆ Мне 57 лет, рост 162 см, приятная внешность. Познакомлюсь с одиноким мужчиной без вредных привычек и материальных проблем для дружеских отношений, приятно проведения досуга. Интересы разносторонние. **8 (921) 774-11-35 (до 21:00), Нина.**

◆ Познакомлюсь с одиноким порядочным и добрым мужчиной (желательно вдовцом) без в/п и м/п в возрасте 64–70 лет для дружбы и, возможно, в дальнейшем – для серьезных отношений. **8 (950) 002-12-21, Татьяна.**

◆ Высокая стройная блондинка познакомится с мужчиной 60–65 лет без материальных проблем для серьезных отношений. **8 (953) 374-64-70, Наталия.**

◆ Симпатичная пенсионерка 67/177. Без проблем и в/п. Люблю природу. Вы – русский, высокий, непылющий, без псих. заболеваний, и у вас есть дача. **8 (909) 589-52-52.**

◆ 59 лет, 167 см, 65 кг. Симпатичная, без проблем. Ищу одинокого мужчину ростом от 167 см. Наличие машины приветствуется. Для серьезных отношений. **8 (904) 634-74-35.**

◆ Познакомлюсь с мужчиной от 75 лет для дружеских отношений. **8 (921) 379-53-57, Анна Семеновна.**

◆ Мне 69 лет. Ищу мужчину, имеющего домик в деревне или дачу. **8 (965) 431-02-03, Галина.**

◆ Давайте попробуем скрасить свое одиночество! Вы – способны к взаимопониманию, посещению друг друга, совместному проведению времени, посещению мероприятий, умеющий дарить нежность, вдовец, самодостаточный, некурящий, русский, без дач и огорода, без животных, искренний, порядочный, образование не ниже средне-специального. Возраст – выше 75 лет. Я – вдова, не имеющая многочисленных родственников, обязательная, интеллигентная, независимая, умеющая находить точки соприкосновения общих интересов. Русская, приятной внешности, средней полноты, без проблем, образование высшее, живу одна недалеко от станции метро (красная линия). Не замыкайтесь в себе! **337-17-93.**

◆ Мне 73 года, обычная внешность, невысокий рост, стройная фигура. Спокойный добрый нрав. Проживаю во Фрунзенском районе. Познакомлюсь с простым, небогатым, добродушным бескорыстным мужчиной. Внешность, рост не имеют значения. Главное – что собой представляет сам человек, какова его душа... **8 (952) 388-92-06, Инна.**

◆ Мне 60 лет. Познакомлюсь с доброжелательным интеллигентным мужчиной без в/п для совместной жизни. **8 (906) 227-99-23.**

◆ 69/155/60. Ленинградка без ж/п и м/п. Жду встречи с добрым порядочным мужчиной без ж/п и м/п для серьезных отношений. На СМС не отвечаю. **8 (911) 832-75-92, Лидия.**

◆ Стройная интеллигентная ленинградка без в/п. Познакомлюсь с непылющим петербуржцем – мужчиной 50–60 лет для серьезных отношений. **8 (904) 856-78-39, Аля.**

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 31 мая 2019 г., а также прислать по эл. почте: redaktor.polezno@gmail.com. Объявления публикуются бесплатно.

◆ 57/163. Соблазнительная женщина. Познакомлюсь с очень одиноким, порядочным и надежным мужчиной без в/п для приятного общения, дружбы, любви. **8 (981) 158-77-12 (звонить до 21:00), Ниночка.**

◆ Могу быть серьезной, в общении – легкой. И быть капризулей с нахмуренной бровкой. Не домоседка, слегка романтична. Вам тоже есть 70? Вы мне позвоните! **8 (921) 386-44-48, Наталья.**

◆ Мне 68 лет, приятной внешности. Познакомлюсь с мужчиной не старше 70 лет для приятных встреч, посещения культурных мероприятий, без совместного проживания. **8 (921) 784-04-42, Татьяна.**

◆ Вдова, без в/п, 53 года. Ищу вдовца в возрасте до 65 лет без проблем, жителя Санкт-Петербурга. **8 (952) 359-08-51.**

◆ Мне 65 лет. Приятной внешности, общительная, без проблем. Познакомлюсь с мужчиной 65–70 лет без в/п и ж/п. Добрым, ласковым, с ч/ю. Для серьезных отношений. **8 (911) 937-52-75, Татьяна.**

◆ Хотите приобрести душевное равновесие и радость жизни? Позвоните! Я – 65/167/70. О себе – по телефону. **8 (981) 839-21-54, Любовь.**

◆ Вдвоем веселей! Мне 68 лет. Ищу друга. **8 (921) 414-75-46.**

◆ Мне 57 лет, рост 157 см, вес 58 кг. Приятной внешности, выгляжу молодо, не курю, внуков нет, православная, выцерковлена, высшее образование. Познакомлюсь с мужчиной с небольшой разницей в возрасте, без мат. и жил. проблем, без алкогольной и др. зависимостей, с мягким характером, высшим образованием, выцерковленной. **8 (965) 014-61-52.**

◆ 62/163/86. Русская красавица желает познакомиться с бравым молодцом, вдовцом военным, без проблем, для будущей счастливой романтической жизни. **8 (931) 220-54-02.**

◆ Познакомлюсь с мужчиной 62–68 лет для совместной жизни. Добрым, без в/п и ж/п. О себе: 62 года, родилась в Ленинграде, приятная, добрая, без ж/п и в/п, позитивная. **8 (969) 726-85-38, Татьяна.**

◆ Мне 64 года. Познакомлюсь с порядочным простым человеком. Для серьезных отношений. **8 (952) 201-79-04.**

◆ 65/162/65, вдова. Хочу найти спутника жизни в возрасте до 68 лет. Доброго, верного, имеющего интерес к жизни. Отвечу взаимностью. Лучше – с дачей/домом в радиусе 100 км от СПб. **8 (931) 582-43-20, Надя.**

◆ Приглашу помощником на дачу одинокого некрупного мужчину от 72 лет, которому негде жить. **8 (962) 343-11-41 (звонить утром).**

◆ Мне 69 лет. Надеюсь на встречу с верным, добрым, заботливым другом с умеренными вредными привычками. Желательно с машиной. Люблю лес и рыбалку. **8 (952) 350-34-85, Катерина.**

◆ Познакомлюсь с интеллигентным мужчиной от 75 лет без в/п и м/ж проблем. Вместе весело шагать в парках, пригородах и просто общаться! Мне 75 лет, рост 156 см, стройная. **8 (950) 015-50-40, Лора.**

◆ Познакомлюсь с порядочным мужчиной до 75 лет. Мне 69 лет, рост 160 см, неполная, в/о, живу у ст. м. «Ул. Дыбенко». **8 (950) 032-95-65, Вера.**

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

◆ Пожилая пара ищет пару близкого возраста для разнообразного общения. **8 (911) 272-59-87, Надежда Николаевна.**

◆ Ищу подругу-компаньонку, пожилую, коренную ленинградку, обязательно по зодиаку знак воды. Из Центрального, Невского, Петроградского районов. Для проживания на даче у вас или у меня. Подробности – при встрече. Звонить только утром до 12:00. **8 (981) 139-36-08.**

◆ Бодрая пенсионерка, блокадница. Познакомлюсь с пенсионерами не младше 60 лет – любителями преферанса для приятного общения за бесконечными БЕСКОРЫСТНЫМИ партиями и поддержания умственных способностей. **8 (931) 201-44-63 (вечером), Кира Алексеевна.**

◆ Ленинградка, 68 лет. Доброжелательная, интеллигентная. Нужна подруга – душевная, культурная дама для добрых бесед и взаимного оптимизма. **8 (953) 171-88-72.**

◆ Ищу активных, с романтикой в душе, мужчин 60+ для поездок на природу, по интересным местам. Если есть свое авто – отлично. Встретимся, обсудим, съездим... **8 (911) 227-48-54, Валентина.**

Мужчины

◆ 62/178/85. Ленинградец, бывший моряк, одинокий. Познакомлюсь с женщиной для серьезных отношений. **8 (952) 398-72-46, Володя.**

◆ Вдовец. Без в/п и проблем. Образование высшее техническое. Интересы разносторонние. Спортивный, с чувством юмора. Надеюсь встретить спутницу жизни – интересную добросердечную женщину в возрасте до 67 лет. **8 (904) 609-99-85.**

◆ Мне 67 лет, петербуржец, в/о, без в/п, ж/п и м/п. Познакомлюсь с петербурженкой 50–60 лет с в/о, без проблем, для серьезных отношений. **8 (905) 271-09-13.**

◆ Мне 70+, вдовец, высшее образование, моряк, веду здоровый образ жизни, стройный. Хожу в бассейн, в лес, без в/п и ж/п. Ищу стройную одинокую петербурженку, веселую, без в/п и ж/п, в возрасте до 75 лет. Вдвоем будет легче шагать по жизни! **8 (921) 973-80-83.**

◆ Познакомлюсь с доброжелательной, скромной, хозяйственной, необремененной многочисленными родственниками женщиной для взаимной заботы и серьезных отношений. Мне 60 лет, образование высшее, добрый, общительный, разносторонние интересы, в том числе люблю в лесу собирать грибы и ягоды. **8 (950) 228-27-85, Валерий.**

◆ Очень нужна жена в возрасте от 50 лет, рост 170 см. Стройная, успешная. Мне 55 лет. Я хороший! **8 (951) 682-00-67.**

◆ Познакомлюсь для серьезных отношений с женщиной до 50 лет без детей от предыдущего брака, желающей иметь совместного ребенка. **8 (905) 285-34-83, Андрей Геннадьевич.**

◆ Порядочный одинокий мужчина. 61 год, рост 180 см, вес 80 кг. Без в/п и проблем. Познакомлюсь с одинокой женщиной 50–62 лет, приятной внешности, неполной, любящей животных. Для с/о, создания семьи. **8 (900) 646-77-78.**

◆ Мне 62 года, рост 170 см, стройный. Познакомлюсь с женщиной – невысокой, стройной, без в/п, до 55 лет. Для романтических встреч. **8 (963) 319-93-92.**

◆ 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.**

◆ 61 год, русский, петербуржец, живу один. Без в/п, ж/п и м/п. Высшее образование. Познакомлюсь с женщиной до 57 лет, рост 168 см, для разных отношений, любви, совместного проживания. **8 (931) 981-05-27.**

Объявления

◆ Продам свою 2-этажную кирпичную дачу (Псковская обл., ст. Локня, деревня в 7 км от станции), участок 22 сотки, полностью разработан, парники, баня, сарай, забор, в доме водопровод, печи нет (электрообогреватели). Полная внутренняя отделка, мебель. 500 км от Петербурга. Цена – всего 550 тыс. руб. **Тел. 8 (921) 502-51-22, Виктор Николаевич.**

◆ Продам участок 10 соток. От Луги – 10 км. Временка, эл. столб 15 квт (3 фазы). Крайний к лесу. ИЖС. Цена – 238 тыс. руб. **ТОРГ. 8 (911) 941-92-83.**

◆ Молодая пенсионерка, попавшая в беду, коренная ленинградка, врач. Приму в дар любую мебель б/у, домашнюю технику б/у, любые гаджеты. Отблагодарю массажами. **8 (931) 275-96-67 (11:00–21:00), Алена Павловна.**

◆ Две пожилые женщины снимут дачу у близких по возрасту людей. Недорого, в тихом спокойном месте, с водоемом и пляжем поблизости. **8 (904) 608-44-30.**

Реклама. САМОВАР кафе-пиццерия. Скидка 30%* Пирожные и десерты из собственной кондитерской. Как раньше! Русские пироги на заказ за сутки Сытные обеды и ужины. Большеохтинский пр-т, дом 4. Звоните (812) 318-00-36.

Реклама. ООО «ИОНТО ТЕХНОЛОДЖИ», ОГРН 1057811337902, ИНН 7840320312. SUDA ШКОЛА АППАРАТНОГО ПЕДИКЮРА. ПРИГЛАШАЕМ ВАС НА МЕДИЦИНСКИЙ ПЕДИКЮР: Удаление мозолей, натоптышей, трещин. Уход за диабетической стопой. Обработка ногтей с микозами (грибок ногтей). Коррекция взрослого ногтя (немецкие технологии). Аппаратный педикюр для самых сложных стоп. Вы оплачиваете только расходные материалы. Подробная информация по тел. (812) 565-52-57.

Реклама. ИП Назарова Л.А., ИНН 782580961834. Изготовление памятников и установка. Памятник «под ключ» с гравировкой и портретом 14 990 Р. 50+ моделей • Рассрочка • Без предоплаты. Лиговский пр., 114А, офис 3-06. (812) 565-35-24. ПАМЯТНИКИ-НЕДОРОГО.РФ

Реклама. ООО «Пан-Медиа», ОГРН 1097847026452, ИНН 7801488872. Юнион Финанс кредитный потребительский кооператив. Примите самые искренние поздравления с великим праздником – Днем Победы! Наши сердца переполнены чувством благодарности за стойкость и мужество, проявленные в тяжелейших испытаниях, через которые Вам пришлось пройти. Низкий поклон всем ветеранам и труженикам тыла, всем, кто сполна отдал долг Отчеству, защищая его, кто создал мирную жизнь. Желаю Вам здоровья, душевного тепла, пусть родные и близкие радуют своими успехами, всегда поддерживают Вас, окружают заботой, любовью и вниманием! С уважением, Председатель правления КПК «Юнион Финанс» Бескоровайный А.А. С 9 мая!

Реклама. Фалалеев С.Е., ИНН 530100856285. САХАРОБАЛАНС – препарат для борьбы с сахарным диабетом на основе активированного женьшеня с дополнительными компонентами. Снижает вес, уменьшает аппетит, приводит сахар в норму. Симптомы сахарного диабета: жажда, учащенное мочеиспускание; сухость кожи; патологическая тяга к сладостям; кожный зуд и кожные образования; крайняя усталость; внезапная потеря веса; расплывчатость зрения; медленное заживление ран. Заказать и получить консультацию можно по телефону 8-800-550-55-27. Наш сайт – МЦК-диабет.рф. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.



Как найти хорошую работу после 50 лет?



АНО «Время возможностей» приглашает тех, кто занимается поиском работы, принять участие в Практикуме уверенного трудоустройства, который проходит ежемесячно по мере комплектования группы по адресу: Варшавская ул., 51, корп. 1, Центр международных гуманитарных связей (подъезд со двора дома, металлическая дверь с пандусом рядом с подъездом № 20), ст. м. «Московская».

СЕКРЕТЫ успешного поиска работы в 50+ раскроет карьерный консультант Елена Шаврова – специалист с 20-летним опытом в поиске и отборе персонала.

Вы научитесь

- максимально использовать свои сильные стороны в процессе поиска работы;
- составлять выигрышное резюме;
- выбирать вакансии, наиболее соответствующие желаниям и возможностям;

- правильно вести телефонные переговоры;
 - уверенно проходить собеседование с работодателем.
- Каждый участник Практикума получит индивидуальное сопровождение в поиске работы: одну подходящую вакансию, отредактированное резюме и помощь в подготовке к телефонному интервью и собеседованию на эту вакансию. Условие для участия в Практикуме: иметь при себе черновик резюме в произвольной форме. Участие на бесплатной основе.

Есть вопросы? Обращайтесь за консультацией по телефону +7 (905) 282-32-14 (Елена Шаврова) и по e-mail: konsultantESH@yandex.ru

Реклама.

ПОДРАБОТКА для ЖЕНЩИН

От 120 руб./час.
Гибкий график

+7 (812) 923-23-41

Реклама.

Услуги сиделок

8(931) 313-79-83

Реклама. Шубина Наталья Александровна, ИИН 6450025623

ОПЫТНЫЙ ЮРИСТ ПОМОЖЕТ РЕШИТЬ ЛЮБУЮ 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.рф

Реклама. ООО «Гармония», ОГРН 1057810308643, ИИН 7840317422

ГАРМОНИЯ

Работаем с 2001 года!

СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ПЕНСИОНЕРОВ

- Размещение в пансионате для престарелых в Курортном районе. Работаем по 442 ФЗ.
- Социальные услуги пожилым людям.
- 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. ИП Кропалев А.Я., ИИН 471400094748

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ ОТОСПЕКТР

АКЦИЯ до 31 мая 2019 г.

СКИДКИ: 25% на все слуховые аппараты; до 35% – при покупке одновременно 2 слуховых аппаратов.

НЕВИДИМЫЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ от 16 000 руб.*
с улучшенным выделением речи * С учетом скидки, купон до 31.05.2019 г.

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, 312-07-99, 8 (921) 797-91-91.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

УЛУЧШАЕМ ЗРЕНИЕ САМИ

Сегодня у нас в гостях – руководитель курсов по естественному восстановлению зрения и оздоровлению организма без операций и лекарств, практический психолог, кандидат философских наук, автор ряда книг, в том числе «Улучшаем зрение сами», «Избавиться от очков-убийц навсегда!», «Практический курс коррекции зрения», Светлана Ивановна Троицкая.

– Светлана, чем отличаются занятия по естественному восстановлению зрения от других способов улучшения здоровья глаз?
– Прежде всего, тем, что в них не используются никакие внешние вмешательства в организм и область глаз. Ни капли, ни таблетки, ни всевозможные витаминные добавки не способны реально изменить состояние здоровья и зрения, если к процессу выздоровления не будет подключен сам организм с его мощными ресурсами. В отличие от «узких» специалистов, мы смотрим на человека в целом, обязательно выявляем, что послужило причиной ухудшения зрения именно в его случае, как это связано с его образом жизни, профессиональной деятельностью, проблемами в эмоционально-психической сфере. А дальше разрабатываем рекомендации, наиболее эффективные для конкретного человека.

В первую очередь, на курсах до автоматизма осваиваются упражнения по укреплению и расслаблению глазодвигательных мышц, изучается подробный само-массаж лица, шеи, головы, позволяющий улучшить зрение и активизировать все внутренние органы и системы.

– Люди, прошедшие ваши курсы, отмечают, что у них существенно улучшается общее самочувствие, нормализуются сон, давление, снижается уровень сахара в крови, отступают разные хвори. За счет чего это происходит?
– За счет комплексного подхода, который позволяет людям постепенно избавляться от множества заболеваний. Особенность курсов в том, что на них даются практические рекомендации не только по восстановлению зрения, но и по организации правильного питания, закаливанию, дыханию и очищению организма, приемы по укреплению позвоночника, эффективному расслаблению.

– Как давно вы оказываете подобную помощь людям?
– Вот уже более 20 лет, после того как сама на подобных курсах сняла очки и избавилась от своей многолетней близорукости. Все эти годы я стабильно веду свои занятия по восстановлению здоровья глаз. Результаты эти, как правило, превосходят первоначальные ожидания слушателей.

– С какими заболеваниями глаз можно к вам обращаться?
– Практически с любыми: если вы не можете читать и писать без очков, если плохо видите вдаль, если мешает смотреть помутнение хрусталика, плавающие частички, «мушки», «песок» или боль в глазах. Помогаем мы и при различных воспалениях, слезоточивости, повышенной утомляемости глаз. Успехи у всех, конечно, разные, но нет ни одного человека, который не извлек бы для себя пользу в процессе занятий и пожалел бы, что посетил их.

– Сколько дней длится занятия?
– Неделю, по три часа ежедневно. Несмотря на напряженный ритм занятий, люди и совсем юного, и преклонного возраста вполне успешно усваивают весь курс и выходят на самостоятельную работу хорошо подготовленными. В последней группе, кстати, успешно отзанималось несколько человек 80–85-летнего возраста.

– А как много времени придется уделять человеку после курсов для поддержания хорошего зрения?
– Нашим выпускникам нужно будет уделять уходу за глазами в среднем 20–30 минут в день, в основном, между делом. Человек может помочь себе и своим глазам во время пробуждения, в процессе умывания и бритья, в транспорте. Мы учим людей правильно читать и писать, смотреть телевизор, работать с компьютером, водить машину без вреда, а даже с пользой для глаз. Даже если наш выпускник использует только часть предлагаемых рекомендаций, он все равно получит очевидную пользу, которая окупит потраченные деньги и время. И главное, наши курсы абсолютно безопасны и не могут нанести никакого вреда здоровью человека.

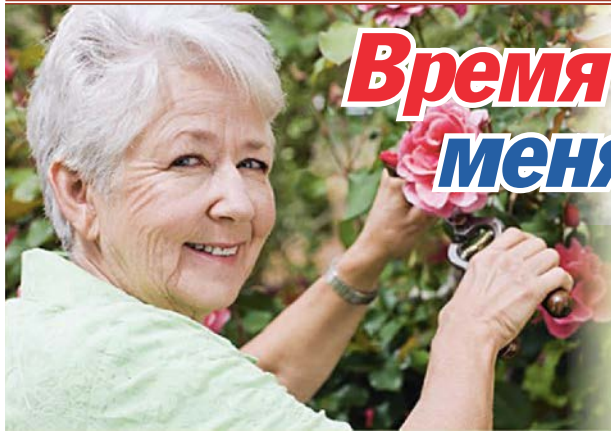
ПРЕЗЕНТАЦИЯ КУРСОВ по естественному восстановлению зрения состоится 20 мая в 18:00

в Орловском зале гостиницы «Октябрьская» (Лиговский пр., 10, 2-й этаж, ст. м. «Пл. Восстания»).

Входная плата – 100 рублей.

Справки по телефонам: 580-07-75 и 956-86-01
Сайт: blogprozrenie.info

Реклама. Не мед. услуги



Время мечтать, учиться, меняться и любить!

25 мая в Михайловском саду Русского музея (Садовая ул., 1) пройдет IV городской фестиваль «САД: счастливое и активное долголетие». Главный городской Open Air для старших петербуржцев и всех, кто хочет жить долго и счастливо.

ЗАДУМЫВАЛИСЬ, чем займетесь в 60 лет? Будете путешествовать, освоите новую профессию или создадите стартап? Фестиваль «САД» расскажет про возможности, которые открываются перед петербуржцами вне зависимости от возраста.

Организатор – **благотворительный фонд «Добрый город Петербург»**.
Ирина Астапенко, куратор фестиваля:

– «САД» – это открытая площадка для открытых людей: мастер-классы, лекции, спортивные соревнования, творчество и живая музыка. Наши спикеры и ведущие – лидеры мнений в возрасте 55+, которые впервые вышли на подиум, написали книгу, открыли свою студию – уже в старшем возрасте. А также крутые тренеры и коучи разных возрастов.

В ЦЕНТРЕ ФЕСТИВАЛЯ – ТРИ НОВЫЕ ТЕМЫ:

- стратегия развития – как определить свою роль в меняющемся мире;
 - блок о будущем – новые возможности медицины, трансформация семейных отношений, современные технологии и искусство, теория поколений;
 - публичный диалог на сложные темы – для участников, которые ухаживают за старшими родственниками, занимаются их реабилитацией.
- Дарья Буянова**, директор по фандрайзингу БФ «Добрый город Петербург», директор МФЦК «Социальные инновации»:

– Мы хотим, чтобы петербуржцы 60+ на равных участвовали в жизни города, поэтому 8 лет поддерживаем старшее поколение. В Петербурге должна появиться современная город-

ская программа для старших. А вместе с ней – качественная занятость (работа или общественная активность), доступность информации, общество, дружелюбное к возрастам. У нашего фонда есть стратегия работы со стареющим обществом на следующие 10 лет. Для финансирования программ на такой долгий срок мы создаем целевой капитал «Социальные инновации».

Партнеры фестиваля: **Русский музей, промышленное предприятие Красносельского района, Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко, концертная организация «Петербург-концерт»**.

Организовать событие нам помогают друзья из сообщества общественных организаций: **Центр «Забота-Хэсэд Авраам», «Школа третьего возраста», Альянс НКО «Серебряный возраст»** и другие проекты, которые наполняют город событиями для старшего поколения: образовательными лекциями, оздоровительными занятиями и просто душевными встречами.



ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Творчество и стиль жизни

Изменить свой образ с учетом возрастных изменений и превратить быт в творчество. Выглядеть и чувствовать себя по-новому.

Работа и занятость

Новая работа в любом возрасте. Для старших петербуржцев, которые хотят зарабатывать, пробовать новые профессии или открыть свое дело.

Здоровье и активный образ жизни

Лекции и мастер-классы для тех, кто хочет продлить активную жизнь и узнать о новых возможностях в области медицины и здорового образа жизни.

Отношения и семья

Отношения после пятидесяти и романтика после 30-й годовщины свадьбы. Общение со старшими родственниками и взрослыми детьми.

Образование и искусство

Чему и как можно научиться в старшем возрасте? Осваиваем современные технологии, чтобы не потеряться в мире новых возможностей.

Что ты знаешь о будущем?

Мир будущего: долгосрочная перспектива и то, что становится реальностью уже сегодня. К чему готовиться и когда начинать копить на космические путешествия?

Время проведения: 12:00–19:00. Вход свободный. Без возрастных ограничений. Сайт: фестивальсад.рф

Реклама. ООО МЦ «МедиСтар», ИНН 7816549662, ОГРН 1127847592047, лиц. № ЛО-78-01-005210 от 17 октября 2014 г.

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



Бесплатная консультация ведущих стоматологов

(812) 389-20-20

**Бюджетная
Стоматология**

www.medistarspb.ru

ПОЖАЛУЙ, САМАЯ НИЗКАЯ ЦЕНА В ГОРОДЕ

Зубные импланты – это, пожалуй, лучшее решение для новых зубов. Вы забудете о проблемах с зубами.

Быстрая и **безболезненная установка имплантантов** ведущими имплантологами Санкт-Петербурга.




Кому подходят несъемные протезы?

1. Людям, у которых нет зубов, либо осталось очень мало зубов.
2. При пародонтозе (пародонтите) всех зубов.
3. Пациентам, которые хотят избежать костной потери.
4. Тем, кто хочет получить новые зубы за 1 день.**

** Подробности эффекта процедур уточняйте у лечащего врача.

АКЦИЯ!*

ПРИ УСТАНОВКЕ ИМПЛАНТАНТОВ КАЖДЫЙ ВТОРОЙ БЕСПЛАТНО*

СКИДКА 50%
на протезирование

СКИДКА 20%
на брекет-системы

9 МАЯ С Днём Великой Победы!

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

* Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения по телефону (812) 389-20-20. Срок действия акций до 31.05.2019 г. Реклама

Акции в клинике «Проксимед» до 31 мая!

Запись по телефону **716-46-77**
горячей линии!
с 10⁰⁰ до 20⁰⁰. Выходные: 9 мая, воскресенье.

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

<p>1. Диагностика щитовидной железы</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ щитовидной железы и регионарных лимфоузлов. 2640₽ 2. Консультация эндокринолога, назначение лечения. 850₽ 	<p>8. Флебология</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дуплексное сканирование вен, артерий нижних конечностей (обе конечности). 3500₽ 2. Консультация специалиста, назначение лечения. 1290₽
<p>2. Диагностика сосудов головного мозга</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дуплексное сканирование вен и артерий головного мозга. 3550₽ 2. Консультация невролога, назначение лечения. 990₽ 	<p>9. УЗИ сердца (эхокардиография)</p> <p>1890₽ 1300₽</p>
<p>3. Диагностика брюшной полости</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка, основные сосуды). 2650₽ 2. Консультация терапевта, назначение лечения. 990₽ 	<p>10. Диагностика воспаления седалищного нерва (ИШИАС)</p> <p>При болях в области задней поверхности бедра, в ягодичках, в поясничном отделе позвоночника.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ тазобедренного сустава (оба сустава). 4390₽ 2. УЗИ поясничного отдела позвоночника (весь отдел). 1590₽ 3. Консультация невролога по результатам.
<p>4. Диагностика заболеваний поясничного отдела позвоночника</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ поясничного отдела позвоночника. 2940₽ 2. Консультация невролога, назначение лечения. 990₽ 	<p>11. Диагностика заболеваний печени и желчного пузыря</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ гепатобилиарной зоны (печень, желчный пузырь, желчные протоки). 5300₽ 2. Анализ крови на эндогенные формы (АЛТ, АСТ) и желчный пигмент. 1690₽ 3. Консультация специалиста, назначение лечения.
<p>5. Диагностика стопы при деформации</p> <p>Показания к обследованию: пяточная шпора, плоскостопие, вывихи, острая боль утром в области пятки, отеки, онемения, затрудненная ходьба.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ стопы (обе стопы). 3140₽ 2. Консультации врача, назначение лечения. 990₽ 	<p>12. Головные боли</p> <p>Диагностика причин головных болей, давления, головокружения, бессонницы.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дуплексное сканирование магистральных сосудов брахиоцефальных артерий головы. 5950₽ 2. Дуплексное сканирование магистральных сосудов брахиоцефальных артерий шеи. 1790₽ 3. Консультация невролога по результатам обследования.
<p>6. Диагностика мочеполовой системы для женщин и мужчин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ мочевого пузыря и мочеточников. 3100₽ 2. УЗИ почек и надпочечников. 1100₽ 3. УЗИ малого таза для женщин (абдоминально) или УЗИ предстательной железы для мужчин (абдоминально). 	<p>13. Гипертоническая болезнь (диагностика причин повышенного давления)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ сосудов шейного отдела позвоночника. 6990₽ 2. УЗИ сосудов почек, почек, надпочечников. 1790₽ 3. Консультация невролога. 4. Консультация терапевта.
<p>7. Диагностика заболеваний суставов (артриты, подагра, артрозы)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. УЗИ выбранной пары суставов (плечевой, локтевой, лучезапястный, тазобедренный, коленный, голеностопный). 3550₽ 2. Анализ крови на диагностику обмена пуринов в организме* 1440₽ 3. Консультация специалиста, назначение лечения. <p><small>* На базе Медицинской компании «Лабстори».</small></p>	<p>14. Профилактика инсульта</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дуплексное сканирование вен и артерий головного мозга. 6050₽ 2. Дуплексное сканирование магистральных сосудов шейного отдела позвоночника. 2500₽ 3. Комплексное исследование, определяющее уровень липидов различных фракций крови. 4. Консультация невролога.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

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. Дизайн, верстка: Д. А. Крявцов. 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 150 000 экз. ежемесячно. Заказ № ТД-2527. Время подписания в печать: по графику – 06.05.2019 г. в 21:00. фактическое – 06.05.2019 г. в 21:00. Выход в свет – 07.05.2019 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. Рекламуемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации.