



№ 7 (52), сентябрь 2018 г.

СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

## Народный памятник

В парке Победы в мае нынешнего года появился новый памятник «Пограничники всех поколений».

Автором и создателем памятника является известный скульптор Иван Мельников. Он изобразил воина в полном обмундировании у пограничного столба вместе со служебной собакой.

Инициатором создания монумента выступила общественная организация «Ветераны-пограничники Самарской области».

В торжественном мероприятии в честь открытия памятника приняли участие председатель комитета Государственной думы по обороне

Владимир Шаманов, представители областной администрации, ветеранской общественности.

– Этот памятник можно назвать народным. Дело в том, что деньги на его создание поступили от многих жителей губернии и даже других городов России, – рассказал заместитель председателя общественной организации «Ветераны-пограничники Самарской области» Андрей Васильев. – Финансовую помощь оказало и правительство региона.



АКТУАЛЬНАЯ ТЕМА

Кажется, совсем недавно мы отмечали 70-летие великой Победы над фашизмом. А уже грядет 75-я годовщина этого эпохального события. Великая Отечественная война стала тяжким испытанием для народов нашей страны. Но они сумели одолеть сильного и коварного врага, сохранить свою страну и освободить Европу от ненавистного ига.

Память о подвиге отцов и дедов все мы – ныне живущие – обязаны сохранять. Для того, чтобы наши дети и внуки знали и помнили – они потомки победителей и берегли свою державу от посягательства врагов разных мастей.

Что предпринимается в Самаре для решения этой важной задачи? Какие результаты достигнуты? Что поканеполучается? Разговор об этом шел за «круглым столом» во Дворце ветеранов. В мероприятии приняли участие председатель областной ветеранской организации Н.П. Холунов, ветераны-общественники,

## О той войне нам забывать нельзя

ответственные работники городской администрации.

Председатель городской ветеранской организации В.Н. Пронин напомнил собравшимся, что, благодаря инициативам ветеранов и стараниям местной власти, парк Победы превращается в самый настоящий пантеон воинской славы. В Кировском районе обновляется мемориальный комплекс, посвященный подвигам тружеников тыла. В городе почти 70 школьных музеев рассказывают о событиях Великой Отечественной войны и ее участниках. Самара из числа тех городов, где широкий размах приобрела акция «Бессмертный полк».

Вместе с тем, отметил Владимир Николаевич, в Самаре есть неухоженные памятники, установленные во время войны и в послевоенные годы. Они находятся преимущественно на территориях ликвидированных промышленных предприятий, либо в отдаленных поселках. В запущенном состоянии стелы около управления Куйбышевской железной дороги, на территории ПАО «Завод им. Тарасова, монумент «Портовикам, погибшим в годы Великой Отечественной войны». Эти объекты надо приводить в порядок или переносить на новое место.

Почин уже сделан. Благодаря стараниям ветеранов, Монумент рабочим и служащим завода им. Масленникова, погибшим в годы Великой Отечественной войны перенесен на территорию приборостроительного техникума. Сумели сохранить такой же памятник и «эвакуировать» его из промзоны ветераны 4-го ГПЗ. В обоих случаях ветеранам оказывала содействие районная власть. Так что есть примеры для подражания!

Но сохранить памятники – половина дела, – подчеркнула в своем выступлении директор Дворца ветеранов О.Н. Баранова. – Важно, чтобы любой горожанин, гости Самары имели возможность получить достоверную информацию о них. Потому силами Дворца, при поддержке городской администрации, с 2015 года создается электронный путеводитель по объектам монументального искусства Самары, посвященным Великой Победе и тем, кто сражался на поле брани. Он носит поэтическое название «По всей России обелиски как души рвутся из земли». В нем уже представлено 60 памятников и стел, находящихся в парках и на площадях, а также на территории промышленных предприятий. Путеводитель дает воз-

можность узнать историю каждого этого памятника и посмотреть его в 3D-панораме.

Как пользоваться сайтом (а это совсем несложно), собравшимся показал ученик одного из лицеев города Д. Петрушкин.

Научный руководитель творческой группы, создающей сайт, кандидат исторических наук О.С. Петрушкина рассказала о том, с какими проблемами приходится сталкиваться при сборе информации о монументальных объектах, посвященных войне 1941-1945 годов, ее героям и жертвам.

Далеко не все предприятия города предоставляют Ольге Станиславовне и ее помощникам информацию о памятниках, находящихся на их территории. От сотрудничества отказались администраторы АО РКЦ «Прогресс», ОАО «Жигулевское пиво», Самарской ГРЭС.

Такое отношение к увековечению памяти тех, кто спасал страну от врагов, недопустимо, заявила в своем выступлении руководитель ветеранской организации бывших работников культуры А.П. Шевченко.

– Надеюсь, что на помощь создателям сайта придут ветераны упомянутых предприятий. Только совместны-

ми усилиями мы сможем преодолеть бюрократические барьеры.

Алла Павловна обратила внимание на такой факт. В городах Сибири участники акции «Бессмертный полк» берут шефство над памятниками военного и послевоенного времени и каждую весну приводят их в порядок. Почему бы не перенять нам этот полезный опыт?

По итогам разговора за «круглым столом» принята резолюция. Решено создать областной общественный совет поддержки инициатив по увековечению памяти о Великой Отечественной войне. Департаменту культуры администрации городского округа Самара рекомендовано создать молодежные волонтерские бригады по охране и поддержанию в должном порядке памятников, посвященных событиям 1941-1945 годов, не имеющих балансодержателя.

Одобрено начинание по созданию сайта «По всей России обелиски как души рвутся из земли». Образовательным учреждениям предложено использовать его в учебно-воспитательном процессе. А всем организациям, учреждениям, общественным формированиям – оказывать содействие в его расширении.

К СТОЛЕТИЮ КОМСОМОЛА

## «Нас водила молодость...»

Бывших комсомольцев не бывает, – считают члены Самарского регионального отделения Общероссийской общественной организации содействия воспитанию молодежи «Воспитанники комсомола – мое Отечество». Ее целью является изучение истории молодежного движения и творческое использование позитивного опыта ВЛКСМ в работе по воспитанию молодежи.

Создание общероссийской молодежной организации, которая позже стала общесоюзной, произошло в начале XX века в Москве. Восьмого декабря 1918 года в самарском кинотеатре «Триумф» прошел митинг рабочей молодежи, на котором было принято решение о создании городской комсомольской организации.

Самарская земля стала местом притяжения молодежи, принимавшей участие в знаковых стройках

области, таких как Волжская ГЭС, автозавод. Во время Великой Отечественной войны, когда Куйбышев стал запасной столицей, тысячи комсомольцев записывались добровольцами во фронтовые бригады. Словосочетание «комсомольцы-добровольцы» стало символом бескорыстного стремления молодых посвятить свою энергию, творческие порывы, саму жизнь процветанию Родины.

Несколько поколений россиян участвовали в комсомольском движении. Ветераны по-прежнему бережно хранят членские книжки и комсомольские значки. Накануне 100-летия ВЛКСМ в Самаре начались юбилейные мероприятия: в 2017 году в образовательных учреждениях области были проведены Уроки гражданственности «Славный путь комсомола» с участием ветеранов.

В мае 2018 года в Самарской Губернской Думе прошла торжественная церемония награждения победителей конкурса чтецов «Нас во-

дила молодость...». Вдохновителем и организатором его проведения стал Г.М. Матюхин – председатель межрегионального Центра В.М. Шукшина. Участники творческого состязания в возрасте от десяти до девяноста лет читали произведения писателей и поэтов XX века, посвященные комсомолу и его традициям, а так же собственные стихи.

Одним из лауреатов стала Анна Васильевна Божанарь 1932 года рождения из села Алексеевка муниципального района Борский.

Светлана Тукачева

ЗОЛОТЫЕ ДОЛГОЖИТЕЛИ

# Застрельщик добрых дел

Не за горами тот день, когда Валерию Евгеньевичу Матвееву исполнится 80 лет. Однако выглядит он, как минимум, на десяток лет моложе. Думаю, прежде всего, благодаря тому, что ведет достаточно активный образ жизни. И физкультурой занимается, и на дачном участке трудится, и рыбалкой увлекается.

И общественной работе отдает довольно много времени.

Часто ездит на родное предприятие «ЦСКБ – «Прогресс», где является почетным членом совета ветеранов. И в мероприятиях городской организации бывших жителей блокадного Ленинграда принимает участие.

– Валерий Евгеньевич из плеяды самых уважаемых прогрессовцев. – Он проработал на предприятии почти 53 года. Был отличным производственным, избирался членом партийного и профсоюзного комитетов. Ему было за семьдесят, когда он возглавил ветеранскую организацию. На этом посту пробыл 8 лет и явился застрельщиком множества добрых начинаний, – рассказал председатель профсоюзной организации заводских пенсионеров Ю.А. Пеленков.

В.Е. Матвеев родился в 1939 году в г. Ломоносове, в семье морского офицера. Его раннее детство прошло

в Кронштадте и пришлось на суровое блокадное время. Отец защищал Ленинград, был дважды тяжело ранен, но возвращался на службу. А Валерия с матерью и братом весной 1942 года по Ладожской дороге жизни эвакуировали на «Большую землю». В Кронштадт семья вернулась только после войны. Здесь В. Матвеев окончил школу и в 17 лет пошел работать слесарем-электромонтажником на морской завод, который занимался ремонтом судов. В ту пору на заводе осуществлялся монтаж новой базы для обслуживания подводных лодок. Участвуя в этом непростом деле, Валерий приобрел много полезных навыков, которые пригодились ему в будущем и твердо убедился, что электротехника – его призвание.

В 1957 году отец, ставший к тому времени капитаном 1-го ранга, тяжело заболел. Врачи посоветовали ему

сменить климат. И семья Матвеевых переехала в Самару. Валерий поступил на электротехнический факультет промышленного (ныне политехнического) института. Учился он увлеченно, диплом защитил с отличием. После учебы В.Е. Матвеева призвали в армию. Направили его в ракетные войска, присвоив звание инженер-лейтенанта. Часть, в которой служил Валерий, участвовала в пуске боевых ракет. Один из пусков происходил на космодроме Байконур. Там Валерий познакомился со специалистами завода «Прогресс». И решил, что, вернувшись в Самару, станет работать именно на этом предприятии.

На завод его приняли охотно. Молодые инженеры тогда требовались. Когда началась реализация так называемого «лунного проекта», Валерия Евгеньевича направили в Байконур, где он проработал 9 лет – руководил контрольно-испытательной группой, цехом и службой главного энергетика.

Вернувшись в Самару, возглавил сборочный цех. Потом был выдвинут на должность заместителя начальника производства. В 90-е годы, когда на предприятиях оборонного и космического комплекса стали налаживать выпуск товаров народного потребления, Валерию Евгеньевичу поручили организовать цех по производству медицинских шприцов и систем. И он успешно справился с этой важной задачей.

Передав бразды правления цехом молодому преемнику, В.Е. Матвеев собрался было уйти на заслуженный отдых, но руководители предприятия и коллеги прощаться с ним не хотели – предложили ему возглавить заводской совет ветеранов.

Валерий Евгеньевич и прежде слыл на «Прогрессе» отличным организатором. Он умеет сплавлять людей, находить союзников. А еще убеждать вышестоящих начальников в состоятельности своих предложений. Поэтому для ветеранской организации он стал настоящей находкой.

Первое что сделал В.Е. Матвеев – постарался обогатить и оmodernить



«арсенал» средств патриотического и нравственного воспитания молодежи. При поддержке администрации и профкома, организовал циклы экскурсий для юных заводчан в музеи истории предприятия, «Самара космическая», в военно-исторический музей г. Тольятти, в Бункер Сталина. А еще поездки по местам боевой и трудовой славы, на космодром Байконур.

В Петербург активистов заводского молодежного совета возил сам, вместе с несколькими «блокадниками». Поездка получилась интересной и познавательной.

Циклы встреч с заслуженными заводчанами – это тоже начинание Валерия Евгеньевича. В цехах, в Доме ветеранов, в школах Кировского района выступают бывшие генеральные конструкторы А.В. Чечин, С.А. Петренко, бывший заместитель генерального конструктора М.Ф. Шум, Герои Социалистического труда Ф.Г. Жмакин, Н.И. Казаков, бывший заместитель генерального директора Байконура Г.Я. Сонис.

В год празднования 75-летия Кировского района ветеранский десант прогрессовцев, во главе с В.Е. Матвеевым, объехал тридцать школ Безымянки. Ученикам был показан фильм, посвященный этой дате, созданный на заводе. Комментировали его заслуженные заводчане.

Валерий Евгеньевич – один из инициаторов создания мемориального комплекса в ознаменование памяти погибших в авиационной катастрофе специалистов и рабочих, которые в

1941 году организовывали выпуск военных самолетов в Куйбышеве. Он установлен именно там, где разбился самолет – в Ульяновской области. Теперь ежегодно туда отправляется заводская делегация с букетами живых цветов.

И общезаводской фестиваль «Дарование», в котором показывают свои творческие достижения ветераны и молодежь родился при непосредственном участии В.Е. Матвеева и стал теперь традиционным.

Специально для заводской молодежи с подачи Валерия Евгеньевича ветераны предприятия подготовили и выпустили несколько сборников, посвященных истории предприятия, жизни и деятельности выдающихся создателей космической техники.

В период председательства Валерия Евгеньевича расширилось число мероприятий, проводимых для пенсионеров вместе с заводским Домом ветеранов.

Это ежегодные семинары «Серебряный возраст» в лечебно-оздоровительном центре «Космос», чествование бабушек, воспитавших не менее троих внуков.

В.Е. Матвеев и сегодня желанный гость на предприятии. Не так давно он подготовил интересную лекцию, посвященную ленинградской блокаде. С ней выступает в цехах и отделах. А еще вместе с бывшими коллегами хлопочет об установке памятника близкому главному конструктору «Прогресса» – блокаднику Д.И. Козлову. Он, как и прежде, весь в делах и заботах.



РАСТИМ ПАТРИОТОВ

## О Родине, о подвигах и славе

Сотрудники библиотеки №11 «Самарской муниципальной информационно-библиотечной системы» уделяют большое внимание гражданско-патриотическому воспитанию молодежи.

К 75-летию со дня разгрома немецко-фашистских войск в Сталинградской битве проведен урок мужества для школьников «За Волгой для нас земли нет!» из цикла «Честь Отечества».

Дню Победы был посвящен тематический вечер. Настоящим потрясением для всех собравшихся стали письма участника Великой Отечественной войны Виктора Ивановича Садовникова, которые любезно предоставила его дочь Г.В. Кривопалова. Невозможно было читать эти письма без слез!

22 июня – День памяти и скорби, день, который навсегда останется в истории нашей страны самой трагичной и страшной датой. В этот день в память обо всех погибших, воевавших, в память обо всех, ковавших Победу в тылу, в библиотеке «зажгли свечу Памяти». Мероприятие началось с минуты молчания.

Участники вокальной группы «Лира» прочитали стихи о войне, исполнили песни военных лет «Священная война», «Синий платочек», «Землянка» и многие другие. Зрите-

ли с удовольствием подпевали артистам и благодарили за прекрасный концерт.

29 октября 2018 года исполняется 100 лет со дня образования ВЛКСМ. Комсомол был самой настоящей школой становления юного поколения. Комсомольцы всегда были первыми – и в труде, и в бою. По зову Родины они защищали страну от фашизма. Комсомольцам – героям Великой Отечественной войны – библиотека посвятила урок мужества «Трудный путь им пришлось пройти». Отдельная страница урока была посвящена Александру Матросову, закрывшему своим телом вражеский пулемет. Его подвигу исполнилось 75 лет.

Каждый год в библиотеке проходят мероприятия ко Дню защитника Отечества. В этом году этот праздник прошел в рамках патриотического дня «Славный день календаря».

Библиотекари, совместно с солистами хора «Возрождение» ДК «Победа», подготовили литературно-музыкальную композицию. В течение дня на абонементе работала книжная выставка «О Родине, о мужестве, о

славе», где можно было выбрать книгу, принять участие в викторине.

В июне для детей кадетского корпуса школы №170 в преддверии государственного праздника «День России» была проведена познавательная интеллектуальная игра «Что ты знаешь о России». Библиотекари подготовили разнообразную программу – викторины, конкурсы, игровые задания. Особое внимание было уделено государственным символам России.

Большой интерес вызвал конкурс «Только в России», во время которого нужно было определить, какие события могли произойти только в России, почему в нашей стране носят валенки, варят щи, пекут куличи, играют на гармошке.

В читальном зале организована тематическая книжная выставка «Россия – Родина моя». Здесь представлен интересный материал по истории России, государственные символы страны, этнографическая литература. Выставка будет работать в течение всего года.

Впереди новые интересные встречи, праздничные вечера, конкурсы и викторины. Приходите, будет интересно!

Всю информацию о мероприятиях, проводимых библиотекой, вы можете узнать по телефону **268-53-30**, на страничке «ВКонтакте» <http://vk.com/club51187231>, а также на информационном стенде филиала по адресу: ул. Аэродромная, 58.

**Ирина Тихонова,**  
заведующая библиотекой.

ПИСЬМО В ГАЗЕТУ

## Он учит Родину любить

**С большим интересом прочитала в газете «Самарский ветеран» материал об Анатолии Николаевиче Розанове. Это человек удивительной судьбы.**

Будучи военным летчиком, он получил тяжелое ранение, выполняя боевое задание за рубежом. После лечения продолжил службу. Увы, ранение стало причиной тяжелого заболевания. Борьба с болезнью А.Н. Розанову помогло художественное творчество.

На счету Анатолия Николаевича уже более двухсот полотен. Они посвящены защитникам страны, а также чудесным местам нашей Родины. Многие свои работы художник подарил самарским музеям.

В нашем музее, посвященном Александру Сергеевичу Пушкину,

тоже есть картина А.Н. Розанова. Это пейзаж средней полосы России. Здесь и глубоководная речка, и красивая дубрава, и зеленое поле, и освещенные солнцем купала деревенской церквушки. А высоко в облаках – образ А.С. Пушкина.

Мне, педагогу-экскурсоводу, такие картины помогают воспитывать в наших детях лучшие человеческие качества: любовь к Родине, доброту, искренность, отзывчивость.

Хочу выразить Анатолию Николаевичу чувство искренней признательности и уважения. Пусть исполнятся все его творческие планы.

**Нелли Туманова,**  
экскурсовод Литературного музея А.С. Пушкина Центра Детского творчества «Металлург»

СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

## Заслуженная награда

Председатель Самарской общественной организации «Филармоническое общество» Владимир Ощепков награжден Почетной грамотой Президента РФ за заслуги в развитии отечественной культуры и искусства, многолетнюю плодотворную деятельность, сообщила пресс-служба регионального министерства культуры.

Владимир Ощепков – художественный руководитель Центра эстетического воспитания детей и молодежи Самары, заслуженный работник культуры России, почетный гражданин Самарской области, профессор.

Хор ветеранов, «Золотая лира», хор мальчиков «Веселые ребята», сводный Губернский хор – всеми этими коллективами руководит Владимир Ощепков. Эти коллективы выступали в Москве, Санкт-Петербурге, Волгограде, Севастополе, в городах Белоруссии и Болгарии, странах Европы.

## Сюда не зарастет народная тропа

Санаторий «Сергиевские минеральные воды», находящийся в 120 километрах от Самары и в 12 – от райцентра (села Сергиевск) – один из старейших в России. Он расположен в живописном, экологически чистом уголке – на юго-западном склоне Серноводской возвышенности, к которой примыкает гора Шихан, окаймленная реками: Сок, Сургут, Шунгут. Здесь из известково-доломитовых пород бьют три источника, стекающих в Серное озеро. Его вода имеет бирюзово-молочный цвет, никогда не замерзает. И зимой, и летом имеет температуру 8 градусов. А купаться в озере нельзя: из-за высокой концентрации сероводорода.

Еще 400 лет тому назад о целебной силе источников знали местные жители и с успехом вылечивали кожные, костные и простудные заболевания. А в 1703 году, по Указу Петра I, здесь был построен один из первых в России государственный серный завод.

В 1717 году, по распоряжению царя, доктор Готлиб Шобер обследовал источники, дал им высокую оценку и рекомендацию, при каких заболеваниях и как их можно использовать в лечебных целях. Спустя 50 лет Серное озеро обследовали академики Иван Лепехин и Петр Паллас, чьи труды получили высокую оценку Петербургской академии наук. Но Екатерина II, как и Петр I не приняли мер по их использованию.

Широкую известность серноводские источники приобрели в 1808 году благодаря оренбургскому помещику А. Глазову. Подлечившись здесь от ревматизма, он рассказал об этом в «Московских ведомостях». А вскоре стал хозяином лечебницы. Сюда и потянулись дворяне с семьями.

Здесь побывали многие известные люди: писатели Сергей Аксаков, Владимир Соллогуб, Николай Гарин-Михайловский; композиторы Антон Рубинштейн, Александр Алябьев, Петр Чайковский и другие.

Но фактическое начало созданию курорта положило «Положение об устройстве «Сергиевских минеральных вод», подписанное Николаем I 10 мая 1832 года. А через год в «Дворянских водах», так назвали курорт, построили 2 «казенных ванника» на 16 мест. Был разбит парк, возведены гостиницы, театр, ресторация и другие каменные здания.

В 1907 году, на Международной выставке по бальнеологии в Бельгийском городе Спа, курорт получил премию и диплом. В 1913 году на Всероссийской выставке в Санкт-Петербурге – награжден почетным дипломом.

Исследования ученых подтвердили, что маломинерализованные гидрокарбонатно-сульфатные магниевые-кальциевые воды аналогов в России не имеют и способствуют излечению от многих недугов.

И в наше время санаторий пользуется заслуженным успехом. Он не раз удостоивался дипломов и наград. Так, на Всероссийском форуме «Здравница-2007» санаторий удостоен Золотой медали в номина-

ции «Лучшая специализированная здравница».

– Наш санаторий отличается тем, что пациенты получают лечение на основе грязи непосредственно из источника, – рассказала Елена Петровна Яковлева, заместитель директора по медицинской службе. – Сероводородные ванны и грязевые аппликации улучшают кровообращение в суставах, уменьшают воспалительный процесс, способствуют регенерации соединительной, костной, хрящевой тканей, рассасывают фиброзные образования и восстанавливают объем движений в суставах. Большинство отдыхающих приезжают поправить здоровье по путевке. Последние годы появился спрос на лечебные программы. Совместно с Самарским медицинским университетом нами разработано 13 лечебно-диагностических программ. В том числе по болезням сердечно-сосудистой системы, урологическим и гинекологическим, кишечника, органов пищеварения и другим.

– К нам приезжают поправить здоровье со всех уголков России, но большинство из Самарской губернии, – сказал директор Владимир Евгеньевич Хохлюк. – Многие навсегда забывают про свои болячки, полевившись у нас 2-3 раза.

В том, что санаторий пользуется немалым спросом, немалая заслуга работающих здесь 20 врачей высшей и первой категории и 140 средних медицинских работников, которые индивидуально подходят к оздоровлению каждого отдыхающего.

Здесь трудится немало ветеранов. Так, стаж работы медсестры водолечебницы Любови Николаевны Новиковой, почти полвека. После окончания Кинель-Черкасского медицинского техникума пришла она сюда. Дочь Наталья пошла по ее стопам, и работает старшей медсестрой в 4-м корпусе. А супруг – Александр Юрьевич – водитель скорой помощи санатория.

– Молодые медсестры, такие как Ольга Скворцова, перенимают опыт у ветеранов: Н.М. Немцовой, Н.А. Вельмезовой, З.П. Кнестяпи-



ной, – рассказывает старшая медсестра Л.Ю. Терешина. Стаж работы Ларисы Юрьевны почти 30 лет.

Занятия лечебной физкультурой, физиотерапевтические процедуры дают также хороший терапевтический эффект. Отделения оснащены современным оборудованием.

А старейшие врачи с 45-летним стажем – отличники санаторно-курортного комплекса Евгения Константиновна Баталова, Лидия Ивановна Балахонова, старшая медсестра Лариса Николаевна Дмитриева подбирают каждому пациенту необходимое лечение.

Ветеран медсестры Нина Ивановна Шишкина лечит не только с помощью солевых ванн, но и ласковым словом, улыбкой.

Есть в санатории и спелеокомната, своеобразная пещера, выложенная соевыми блоками, с лампой Чижевского, где лечебные сеансы проходят под пенье птиц и шум прибоя.

Санаторий «Сергиевские минеральные воды» один из немногих в России, занимающийся реабилита-

цией больных с последствиями травм и заболеваний спинного и головного мозга. В специализированном корпусе созданы все условия для комплексного лечения таких больных.

Есть у санатория и свой музей. В каждом корпусе работают библиотеки.

И скучать здесь не дают: часто артисты филармонии выступают, песенные вечера дают под гитару и дискотеки устраиваются.

– Мы здесь второй раз, – рассказали ветераны труда из Свердловской области А.В. Вихрова и М.Н. Шатрова. – Отдых замечательный, природа. Лечение помогает. Отношение медперсонала радужное и питание отличное. Да и путевки у нас бесплатные, почему б не поправить здоровье.

Надо отметить, что большинство отдыхают по бесплатным путевкам. Многие покупают курсовку, чтобы отдохнуть вместе с ребенком, у которого бесплатная путевка.

Бьет жизнь ключом и во втором корпусе, где действует круглогодичный детский оздоровительный лагерь. Ребята здесь не только лечатся, учатся, но и весело проводят досуг, занимаются в кружках.

Ветеран труда Ольга Вячеславовна Демченко учит ребят делать поделки из бумаги и картона.

– Все вожатые у нас с педагогическим образованием, – говорит заведующая отделом организации отдыха детей Ольга Николаевна Айбетова, – с душой, с любовью к детям А.В. Долникова, И.А. Палкина, Л.М. Репина, Л.Н. Дютина.

А на страже здоровья детей стоит замечательный доктор – заведующий отделением Е.М. Лавров, который пошел в медицину по примеру мамы – отличной медицинской сестры. Он часто бывал у нее на работе, видел, как трепетно относится к ней больные.

В отделении опытный медперсонал: Е.А. Акулишина, Е.В. Савельева, Е.В. Шестакова, а также диетсестры: Е.В. Визгалина, С.Н. Егорова. Благодаря их старанию, дети окружены любовью и заботой.

– Санаторию в мае этого года исполнилось 185 лет, – сообщил В.Е. Хохляк. – Многие спрашивают: а лечебные источники не иссякли? Заверю – на ближайшие 300 лет их хватит!

Елена Савельева  
Фото Владимира Гришина



### ЮБИЛЕЙ

## «Я не хочу судьбу иную...»



Эти слова песни к кинофильму «Весна на заречной улице», написанные в 1957 году замечательным поэтом Алексеем Фатьяновым и композитором Борисом Мокроусовым, послужили эпиграфом к отчетному концерту хора «Клуб любителей песни» Дворца ветеранов.

Десять лет назад из группы знатоков и любителей песенного творчества известный самарский музыкант Михаил Александрович Колотовкин создал этот хор. В настоящее время в его составе 37 человек.

Коллектив неоднократно демонстрировал свое искусство в сборных концертах, но в июне впервые вынес на суд зрителей собственную кон-

цертную программу. В ее основу легло творчество одного из самых любимых поэтов – песенников XX века Алексея Ивановича Фатьянова. Достаточно вспомнить его песни «Соловьи», «Давно мы дома не были», «В городском саду играет духовой оркестр», «Мы друзья, перелетные птицы», которые давно стали классикой нашего песенного искусства. В 1947 году Алексей Иванович Фатьянов был принят в Союз писателей как поэт-песенник. Но, по воспоминаниям товарищей, не любил это определение, т.к. считал себя поэтом.

Его стихи «Концерт на заставе», «Как становится тихо», «Она пришла нежданно, нежданно» и другие исполнили В. Терехина, Н. Чечурина,

О. Кожевникова. А Г. Артемьева, Е. Абраменкова и В. Гурьянова. В их исполнении прозвучали такие замечательные песни на слова А.И. Фатьянова, как «Тишина за Рогожской заставой», «Где же ты, мой сад?», «Где же вы теперь, друзья – однополчане?».

Большое место в программе было уделено песням из кинофильмов «Небесный тихоход», «Весна на Заречной улице», «Дом, в котором я живу», «Иван Бровкин». Они давно перешагнули границы экрана и живут своей самостоятельной жизнью.

Следует напомнить, что в будущем году исполняется 100 лет со дня рождения А.И. Фатьянова.

Е.Рашитова.

## СОБЫТИЯ, ФАКТЫ



## Творческий отчет

В конце мая в Доме культуры «Заря» состоялся отчетный концерт клубов и кружков Самарского Дворца ветеранов. Свои достижения продемонстрировали: народный коллектив академический хор ветеранов войны, труда, Вооруженных сил и правоохранительных органов, народный ансамбль бального танца «Сеньоры», хореографический коллектив «Волжаночка», вокальный ансамбль «Самарская мозаика» и другие творческие коллективы. Оптимистичными и задорными были выступления группы здоровья, любителей аэробики, а также объединения «Мудрость здоровья». Зрители смогли также ознакомиться с художе-

ственным и прикладным творчеством студии «Тайны ремесел» и участниками клуба общения Красноглинского филиала Дворца ветеранов.

Руководители творческих и физкультурно-оздоровительных коллективов, лучшие исполнители были награждены грамотами Департамента опеки, попечительства и социальной поддержки городского округа Самара, Областного Совета ветеранов, администрации Советского района, Дворца ветеранов.

Собравшихся в зале сердечно приветствовал председатель областной ветеранской организации Николай Петрович Хохлунов.

## ВЫСТАВКА

20 мая все Поволжские регионы России в десятый раз отметили День Волги. Волга – одна из крупнейших рек мира, символ нашей великой державы.

Бассейн Волги (а это 1360 тысяч квадратных километров) почти вдвое превышает площадь Англии и Франции вместе взятых. Здесь сосредоточена половина сельхозугодий страны, огромное количество промышленных предприятий.

К сожалению, в ходе индустриализации фактически разрушена знаменитая прежде волжская экологическая система. В бассейне действует 120 гидроузлов с плотинами, каналами, водохранилищами,

## «МОЛИТВА О ВОЛГЕ»

река засоряется промышленными и бытовыми отходами.

Экологи предупреждают: Волгу ждет печальная участь, если не взяться всерьез за ее сохранение.

Именно по инициативе экологического движения десять лет назад учрежден День Волги.

В этот день проводятся различные акции по очистке берегов, по привлечению внимания общественности к проблемам великой реки и ее притоков.

Городская общественная организация пенсионеров – ветеранов войны и труда учреждений культуры «Самара-Содействие» отметила День Волги 2018 года открытием во Дворце ветеранов фотовыставки своего председателя Аллы Павлов-

ны Шевченко, которую она назвала «Свет Бытия: Молитва о Волге».

Алла Павловна, кандидат педагогических наук, доцент, ветеран труда РФ, лауреат Губернской премии в области науки и техники (2001 г.) всерьез увлекается художественной фотографией. Многие свои работы она посвятила великой русской реке. Лучшая их часть была представлена на выставке.

Тематика фотоснимков довольно широка: это красоты волжской природы, достопримечательности приволжских городов и сел, портреты людей, которые активно выступают за сохранение Волги.

Конечно, приоритет отдан нашему региону. Во всей красе представлены мужской монастырь в

селе Винновка, замечательные волжские острова с цветочными полянами. Рядом с ними соседствуют фотоэтюды, снятые в районе знаменитых Жигулей. Целая серия фотосюжетов посвящена удивительно красивым волжским рассветам и закатам. Засняты они в разное время суток. Снимки, как правило, имеют лирические названия – такие как «Солнце там, где ты», «Гармония земли», а по своей композиции и «силе звучания» не уступают полотнам хороших художников. Словом, видна рука опытного фотографа.

А необычное название выставки – «Свет Бытия: Молитва о Волге» звучит как призыв: ко всем здравомыслящим людям: помогите нашей великой реке сохранить свои богатства и сокровища для будущих поколений.

## СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

## Почетный статус

Постановлением главы региона Дмитрия Азарова Сызрани присвоено почетное звание «Город трудовой и боевой славы», сообщается в Twitter департамента информполитики администрации губернатора Самарской области. Почетный статус город получил за вклад в развитие промышленного и оборонного потенциала России, героизм и самоотверженность, проявленные жителями в годы Великой Отечественной войны и в период восстановления народного хозяйства.

Напомним, с вопросом присвоения звания «Город трудовой и боевой славы» ранее обращались депутаты, общественные и ветеранские организации Сызрани. Они аргументировали это тем, что на фронт призвали 38 тыс. горожан, из них 26 стали Героями Советского Союза, 130 – кавалерами ордена Славы, трое – полными кавалерами ордена Славы. Также депутаты напомнили о подвиге летчика Николая Шутова, который в октябре 1942 года ценой своей жизни спас железнодорожный мост, протаранив вражеский самолет.

Присвоение Сызрани почетного звания «Город трудовой и боевой славы» станет справедливым актом великой благодарности потомков отцам, дедам за их беспрецедентный подвиг, – говорилось в ходатайстве.

## АФИША

**Дворец ветеранов приглашает всех желающих на мероприятия, которые состоятся в сентябре.**

**3-28 сентября.** Художественная выставка Союза художников «Палитра» «Любовь, комсомол и весна». Фойе 3-го этажа. Время просмотра с 10 до 16 часов.

**3 сентября.** Мероприятие, посвященное 73-й годовщине окончания Второй мировой войны и 75 годовщине со дня битвы на Курской дуге. Начало в 13 часов.

**7 сентября.** Мероприятие ко Дню города «Самара – дивный град России». Начало в 13 часов.

**21 сентября.** Концерт «Никогда ни о чем не жалеете». К юбилейным датам поэтов – к 90-летию А. Дементьева и 85-летию Е.Евтушенко. Начало в 13 часов.

**21 сентября.** Проект «Музыкальные ассамблеи». Встреча 9. Ударные (шумовые) инструменты. Начало в 13 часов.

САМАРСКИЙ  
ВЕТЕРАН

Издатель газеты: Муниципальное бюджетное учреждение г.о. Самара «Дворец ветеранов»  
Редактор Михаил Мирошниченко  
Адрес редакции:  
443074, Самара,  
ул. Мориса Тореза, 103 а  
rubrika1946@yandex.ru

Распространяется бесплатно.

Отпечатано в типографии «Сокол Т». г. Самара, ул. Митирева, 2.  
тел. 270 – 53 – 04.

Заказ № Тираж 999 экз.

## ЗДОРОВЬЕ – ГЛАВНЫЙ КАПИТАЛ

## Как питаться, чтобы замедлить старение

## ИСТИННОЕ «ЛИЦО» САХАРА

Сахар не случайно называют сладким ядом. У тех, кто им злоупотребляет, может развиваться ожирение, ишемия сердца, разрушаются зубы. Немногие знают еще об одной темной стороне сахара: он ускоряет старение кожи. Молекулы сахара провоцируют процесс гликирования коллагена.

Это один из структурных белков кожи, благодаря ему она – эластичная: быстро разглаживается «обратно», если улыбнуться или нахмурить брови, пружинит, а не рвется от каждого движения. Коллаген представляет собой косичку из трех нитей. Если в рационе много сладкого, нити «свариваются» между собой мостиками из сахаров, становятся жесткими и неспособными к восстановлению. В результате появляются глубокие морщины, овал лица утрачивает четкую форму и «расплывается».

Ученые из университета Мюнстера в Германии отмечают, что гликирование – естественный процесс, который наблюдается у всех людей, даже у тех, кто придерживается здорового питания. Тело человека перестает сопротивляться «засахариванию» в среднем после 20 лет – поврежденный коллаген накапливается со скоростью примерно 3,7% в год и составляет 30–50% от всего коллагена к 80 годам. Однако поврежденный коллаген аккумулируется не только в коже, но и во всех тканях организма именно при избытке в рационе сахара, что дополнительно стимулируется ультрафиолетовыми лучами.

## КОЛБАСА ИЗНАШИВАЕТ СОСУДЫ

Колбасы, копченое и вяленое мясо существовали еще в Древней Греции. Много веков они были нату-

ральные. И пользовались популярностью – человеческому организму нужен фосфор, который в них содержится, для здоровья костей и создания белка.

Однако в нынешнее время эти продукты выпускаются с фосфатными добавками, которые «связывают» больше жидкости, чем фосфор, что способствует длительному хранению мясопродуктов.

В отличие от фосфора, который усваивается на 40–60, фосфаты усваиваются на 90 процентов. Поступая в большом количестве, они образуют соединения с кальцием, которые откладываются в артериях, что приводит к развитию атеросклероза даже у здоровых молодых людей. Таким образом, внешне молодой и здоровый человек может иметь сосуды, состояние которых соответствует 70–80 годам.

## ТРАНСЖИРЫ УХУДАЮТ ПАМЯТЬ

Ученые из университета Джорджа Вашингтона в США считают, что скорость старения мозга зависит не только от генетики и образа жизни. Ускорить этот процесс может регулярное употребление продуктов с трансжирами. Они провели анализ крупных исследований, посвященных связи между этими компонентами в питании и развитием деменции, болезни Альцгеймера и других когнитивных нарушений. Исследование показало, что трансжиры повышают концентрацию липопротеинов низкой плотности в крови. Это приводит к образованию амилоидных бляшек – белковых отложений в мозге, которые и становятся причиной развития болезни Альцгеймера.

Первые когнитивные нарушения появляются в относительно молодом возрасте. В первую очередь

– это способность запоминать. Специалисты из Калифорнийского университета проанализировали ежедневный рацион 1 018 здоровых мужчин до 45 лет. Затем они проверили способность пациентов запоминать слова с помощью функционального теста. Как выяснилось, мужчины, в рационе которых практически не было трансжиров, запомнили в среднем 86 слов из заданных в тесте 104. Те, кто ел много таких продуктов, мог запомнить в среднем всего 12 слов.

Важно отметить, что трансжиры поступают в рацион не только из обработанных продуктов: пирожных, печенья, различных соусов, но и из самых натуральных. Например, жирные молочные продукты, говядина и баранина могут содержать до 8% «плохих» жиров, которые образуются из-за особенностей строения желудка жвачных животных, поэтому отдавать предпочтение лучше маложирным продуктам.

## МОЛОКО ДЕЛАЕТ КОСТИ ХРУПКИМИ

Многие уверены, что если пить много молока, можно до самой старости обеспечить здоровье костям и зубам. Но если верить исследованию шведских специалистов, все совсем наоборот. Ученые проанализировали питание более 60 тысяч женщин в возрасте от 39 до 74 лет и более 45 тысяч мужчин от 45 до 79 лет. Выяснилось, что и женщины, и мужчины, которые пили больше трех стаканов молока в день, имели более высокий риск переломов и смерти, чем те, кто выпивал по стакану. Специалисты считают, что в этом виновата лактоза – специфический сахар, содержащийся в молоке. Один из компонентов лактозы действует как окислитель и вызывает воспаление – в результате дегра-

дация костей, которая обычно происходит в более позднем возрасте, начинается раньше, из-за чего срок их «службы» может сильно сократиться.

В то же время ученые отмечают, что кисломолочные продукты не оказывают негативного действия на состояние костей, поскольку содержание лактозы в них гораздо меньше, чем в свежем молоке.

## КАКИЕ ПРОДУКТЫ ПОЛЕЗНЫ

По рекомендациям Всемирной организации здравоохранения и других диетологических организаций, нужно как можно раньше начинать следить за своим питанием и вести здоровый образ жизни. Неправильные пищевые привычки в молодости приводят к необратимым изменениям в клетках – повернуть вспять процесс биологического угасания потом просто невозможно.

Основные выводы ученых можно свести к следующему. Положительное действие на состояние всех систем организма оказывает рацион, в котором преобладает растительная пища: все овощи и фрукты, бобовые и орехи, продукты из цельного зерна, растительные масла (оливковое, льняное, рапсовое и другие). Полезны морепродукты, жирная рыба, кисломолочные продукты и молочные с низким содержанием жира.

Соблюдение этого рациона имеет противовоспалительный эффект и даже может снизить негативное влияние курения и лишнего веса. Интересно, что ученые не выделяют какой-то один «суперфуд», который бы точно влиял, например, на молодость кожи или сердечно-сосудистой системы. Важна именно совокупность этих продуктов в ежедневном рационе.