



До конца своих
дней наш земляк,
крестьянский сын,
Александр Шатров
служил отечеству

Стр. 2



Гордились мы,
что город этот
строим

Стр. 6



В школе начинается
родник знаний, мы
приходим к нему,
не задумываясь,
какими будем...

Стр. 7

ВЕТЕРАНСКИЕ вестн

Газета Томского областного
совета ветеранов
Распространяется бесплатно

№ 5 (25), май
2013

КАК ПОВЫСИТЬ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

В целях улучшения социально-экономического положения ветеранов на территории Томской области разработана и действует с 2011 года региональная межведомственная программа повышения качества жизни пожилых людей. Приоритетно — ветеранам Великой Отечественной войны, а также одиноким людям с невысокими доходами, не имеющим поддержки от детей.

Ежегодно из областного бюджета выделяются средства на проведение мероприятий по оздоровлению ветеранов, вдов участников войны через муниципальные учреждения здравоохранения. Комплексный центр социального обслуживания населения Томской области и НИИ фармакологии СО РАМН, на зубопротезирование и ремонт их жилья.

Ошутимую помощь получают ветераны Великой Отечественной войны и вдовы участников войны за счет средств, привлеченных на благотворительный счет «Победа».

За счет субсидии из бюджета Пенсионного фонда в 2012 году выделена материальная помощь 151 неработающему пенсионеру на общую сумму 1098,9 тыс. руб. Дополнительные средства направлены на оказание адресной социальной поддержки неработающим пенсионерам на газификацию их жилья. В 2012 году за счет областного бюджета помощь на эти цели получили 194 пенсионера.

На базе Комплексного центра социального обслуживания населения Томской области ежегодно проходят оздоровление около 2 тысяч граждан пожилого возраста и инвалидов.

В 2012 году на «Телефоны доверия» поступило 11 640 звонков от граждан разных возрастных групп (в том числе и пожилого возраста), а также инвалидов.

Дальнейшее развитие получили клубы общения для пожилых людей при территориальных центрах социальной поддержки населения. Организованы курсы компьютерной грамотности для ветеранов, «Школы 60+», в том числе и для проживающих в домах-интернатах, университеты третьего возраста.



Консультационные услуги в сфере социальной защиты населения в отдаленных селах предоставляют участковые социальные работники, они также организуют прием документов для оформления различных видов мер социальной поддержки и социального обслуживания. Одиноким гражданам, нуждающимся в посторонней помощи, предоставляется социальное обслуживание. На сегодняшний день очередности в дома-интернаты общего типа и на надомное социальное обслуживание нет.

Для обеспечения социального обслуживания населения действуют 13 стационарных учреждений, 2 Комплексных центра (в Томске и ЗАТО Северск), 18 центров социальной поддержки населения, расположенных в муниципальных образованиях области, в которых созданы отделения социального обслуживания.

В Томской области работают 34 СОЦИАЛЬНЫХ КОМНАТЫ. Более 10 тыс. человек воспользовались их услугами: социально-бытовыми (доставка продуктов питания, медикаментов, уборка квартир), социально-реабилитационными (тематические лекции, беседы, вечера отдыха, чаепития, концертные мероприятия), консультативными, и т. д. Сюда привлекаются волонтеры из числа молодежи, которые и помогают организовать всю эту работу для пожилых людей.

В Комплексном центре на улице Мокрушина, 20/3 (г. Томск) открыт

«ДЕТСКИЙ САД» для ветеранов. Это дневное отделение для пенсионеров, родственники которых целый день на работе и в связи с этим не могут обеспечить своим близким должный уход и внимание.

В шести учреждениях социальной защиты населения реализуется пилотный проект «ПРИЕМНАЯ СЕМЬЯ». Пожилым человеком и социальным работником, не являясь родственниками, вместе живут и ведут хозяйство. Сейчас в области 9 таких приемных семей, они создаются главным образом в сельской местности, чтобы помочь одиноким людям (средний возраст — 78 лет) или инвалидам, которым требуется постоянный уход.

В Томской области при учреждениях социальной защиты населения действует сеть пунктов проката технических средств реабилитации (в городе Томске — по адресу ул. Мокрушина, 20/3). В пункты проката обращаются, например, если нужно отдать свое кресло-коляску в ремонт и требуется временная замена. Всего со времени запуска проекта договор аренды заключили 284 человека.

В январе прошлого года на базе Комплексного центра заработала «ЕДИНАЯ ДИСПЕТЧЕРСКАЯ СЛУЖБА» для жителей города. Все консультации по вопросам предоставления социальных услуг можно получить ПО ТЕЛЕФОНУ 41-14-41. Спросом пользуются услуги парикмахера на дому, часто требуется автотранспорт с подъемником для колясочников. Поступают заявки на доставку продуктов, уборку жилья, услуги ателье или обувной мастерской. Подобная служба организована и в Северске.

Также в Томске работает ЕДИНЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН 71-40-08 (с 9.00 до 18.00). Здесь вы можете проконсультироваться по вопросам социальной поддержки, также есть возможность оставить свое сообщение на автоответчике — оператор свяжется с вами в течение суток.

ИРИНА ТРИФОНОВА,
начальник департамента социальной
защиты населения Томской области
(из выступления на пленуме
областного совета ветеранов)

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ЮБИЛЕЕМ!

- 2 июня — Юрий Николаевич СТЕПАНОВ, 65 лет
- 5 июня — Юлия Дмитриевна ТЯЖКУН
- 8 июня — Иван Александрович ПАЗИНИЧ, 65 лет
Николай Сергеевич ГАВРИЛЕНКО, 75 лет
Мария Александровна КОЛОГРИВОВА
- 9 июня — Мария Михайловна ШУРИКОВА
Михаил Егорович ЛЫСКОВ, 85 лет
- 10 июня — Александра Дмитриевна АЛТУХОВА
- 12 июня — Геннадий Димович ПЛЮТНИКОВ, 75 лет
- 13 июня — Григорий Иванович ФИЛИМОНОВ, 90 лет
- 18 июня — Петр Семенович СИМОНОВ, 70 лет
- 19 июня — Антонина Петровна УРТАМОВА
- 30 июня — Антонина Михайловна ЛУГОВСКАЯ
Надежда Михайловна ЛЕЩЕНКОВА
Камилла Александровна БАТЕНКОВА

ДОРОГИЕ ВЕТЕРАНЫ!

Замечательно круглая дата —
Ваши торжественный юбилей.
Значит много от жизни взято,
Значит и многое отдано ей.
Так всех Вам благ и многие Вам лет,
Удачи, счастья и ответа
На все вопросы жизненных невзгод!
Желаем крепкого здоровья
И жизни долгой без забот.

ПРАЗДНИКИ И ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ

- 1 июня — Международный день защиты детей
- 5 июня — Всемирный день окружающей среды (отмечается по решению ООН с 1972 г.)
- 6 июня — Пушкинский день России, установлен Указом Президента РФ от 21.05.1997 г.
- 7 июня — День социального работника, установлен Указом Президента РФ от 27.10.2000 г.
- 12 июня — День России. День принятия Декларации о государственном суверенитете РФ
- 20 июня — День медицинского работника
- 22 июня — День памяти и скорби
- 26 июня — Международный день борьбы с наркоманией
День изобретателя и рационализатора
- 27 июня — День молодежи
- 28 июня — День партизан и подпольщиков (отмечается в соответствии с ФЗ «О днях воинской славы и памятных датах России»)

ТОМСКИЙ ХРОНОГРАФ

- 1 июня — 70 лет назад в г. Томске в районе Лагерного сада началось сооружение pontонного моста через реку Томь (1943 г.).
- 14 июня — 115 лет назад состоялась закладка здания Общественного собрания, строившегося по проекту архитектора К. К. ЛЫГИНА (ныне Дом офицеров по пр. Ленина, 50) (1898 г.).
- 20 лет назад создано ОАО «Восточная транснациональная компания», занимающаяся разведкой и добычей нефти в Томской области (1993 г.).
- 60 лет назад решением Томского облисполкома создано областное управление культуры (1953 г.).
- 18 июня — 30 лет со дня смерти томского композитора Владимира Федоровича ЛАВРИНЕНКО (1983 г.). Родился 30 августа 1928 г. в Анжеро-Судженске. В 1957 г. окончил Томское музыкальное училище. С 1950 по 1982 г. являлся музыкальным руководителем и концертмейстером хора Томского электролампового завода. Организовал ансамбль песни и танца «Сибиринка». Преподával в Томском музыкальном училище. Автор более 500 музыкальных произведений. Ряд его песен: «К северу от Томска», «Песня о тайге», «Сибирская сторонка», «Мети метель вишневая» и др. получили известность и вошли в репертуар профессиональных хоров СССР. В 1976 г. удостоен звания «Заслуженный работник культуры РСФСР».
- 20 июня — 55 лет назад в Томском городском саду начал работу летний широкоэкранный кинотеатр. В новом кинотеатре был установлен самый большой экран в городе — он в два раза превышал размеры экрана кинотеатра им. Горького (1958 г.).

ЕВГЕНИЙ СИЛОВ СПАСАЛ ЧЕЛЮСКИНЦЕВ

Можно было считать: карьера (раньше просто говорили — трудовая биография) складывается удачно. Ещё нет никакого диплома, нет даже систематических знаний. Есть лишь авторитет до страсти увлечённого и талантливого радиолюбителя Евгения Силова.

Вместе с братом они живут у тёти в Томске. На улице имени Розы Люксембург их школа. Живут ребята бедно, голодно. Родители из своих ссыльных мест могут присылать только 25 рублей. Это мало, и кусок хлеба мальчики ценят очень высоко. Юность — пора оптимизма. Женя уверенно экспериментирует, постигает азбуку Морзе, радиотехнику.

Не случайно ему предлагают поехать в экспедицию. В знойном Казахстане, в теперешней Астане,

строятся радиостанции. Евгений получил отличную практику.

Следующее предложение — Северо-Восточная Полярная экспедиция. И это после жаркого юга! Но север его нисколько не пугает. Север — его родина. Отец, Тамбовский крестьянин и бунтарь, сослан был на берега сибирской реки Лены. Там и родились его сыновья. Евгений даже семь классов школы там окончил.

И вот полярная экспедиция! Нам кажется, если бы даже Евгений Николаевич Силов не воевал, не заведовал бы кафедрой радиотехники, не воспитывал бы стране инженерные кадры, всё равно его жизнь была бы значительной для современников: он участвовал в спасении героев-челюскинцев. Вся страна тогда жадно слушала радио. Мужественный учёный

О.Ю. Шмидт, капитан В.И. Воронин и 111 человек экипажа намеривались пройти из Мурманска во Владивосток, за одну навигацию преодолеть Северный морской путь. Однако в феврале 1934 года их постигло несчастье. Ледокол «Челюскин» в Беринговом проливе был затёрт льдами и затонул. Люди спасались на льдине. Радисты, в том числе и Евгений Николаевич, установили связь с Москвой, была послана помощь. Два месяца маленькие самолётики (на борт можно было взять всего пять человек), в условиях низких температур спасали людей, отправляя на материк. Лётчики стали Героями Советского Союза. Евгений Силов в свои 22 года получил первую и притом большую награду — орден Трудового Красного знамени.

Укрепив свои практические знания на работе в пароходстве Владивостока, он едет в Томск на рабфак, а затем поступает на физико-технический факультет ТГУ. Здесь проявляются и черты человека общественного. От уже член коммунистической партии (скажем сразу, что и теперь в свои годы он мировоззрения не менял и партийный билет хранит). Молодому человеку доверили работу депутата Кировского районного совета Томска.

Всё прервала война. С третьего курса Евгений Силов идет воевать. Его военная работа — политрук. Это всегда быть с бойцами и всегда впереди. Наградили его орденом Отечественной войны первой степени. В 1943 году на Ленинградском

фронте он получил серьёзное ранение. Долго лечился в разных госпиталях.

После окончания Томского университета его распределили в Москву. Он решил остаться в Томске. Его область интересов и знаний — теоретические основы радиотехники, его вузы — ТГУ, ТПИ, наконец, ТИАСУР.

Сейчас Евгению Николаевичу исполнилось 100 лет. Жаль, что подводит зрение. А ведь до недавнего времени он водил машину, много читал, держал пчёл и ухаживал за цветами и огородом. Близкие люди всегда говорили, что жизнелюбью Евгения Николаевича могут позавидовать и молодые. Конечно, самой светлой завистью, чтобы при этом от души пожелать ему здоровья.

Тамара ПРОКОПЬЕВА

СЛУЖБА ОТЕЧЕСТВУ

Светлой памяти Александра Шатрова

Однажды на телеканале «Культура» в фильме документального сериала «Война священная» матрос-ветеран из почётного караула оказался поразительно похож на друга юности моего ныне покойного отца. Я знал, что он штурмовал Берлин, но ведь моряки в штурме не участвовали! Но когда в мае оператор «Вестей» полминуты держал в кадре того же матроса, теперь участника «Поезда победы», сомнений не осталось. Этот матрос наш земляк АЛЕКСАНДР ГРИГОРЬЕВИЧ ШАТРОВ. По телефону я поздравил его с праздником, а в следующем номере «Аргументов и фактов» вновь увидел его на фото, выходящим из поезда с букетом цветов.

Почему я решил тщательно и подробно изучить историю его семьи? Да потому что в ней отразилась вся история Отечества со всеми трагедиями и подвигами народа.

Дед и бабушка Александра работали на помещика. У них было пять сыновей и не было земли. Вот и отправился Степан Шатров из Харьковской губернии пешком в Сибирь. Обосновались в Барнаульском уезде Томской губернии. Здесь в семье появился ещё один сын.

В 1914 году пятеро сыновей ушли на войну, все вернулись живыми. Все обзавелись семьями. У Григория в семье родились Александр, Вера и Иван. Посылали Григория на трудовую повинность на заводы, но он оттуда сбежал. Жили вместе с престарелыми родителями. В хозяйстве амбары под зерно, косилка, молотилка, бричка, лошади, коровы и другая живность. Работали с утра до ночи. Дети ещё маленькие, держали батрака, за что и поплатились. Григория в 28 лет лишили избирательных прав, отослали на лесоповал, а семью (стареньких родителей, жену, трёх детей) сослали в Чаинский район Запсибкрая. Плыли спецпереселенцы на баржах, потом продвигались на

лошадях. В Гришкино стояли табаром, пока мужики прорубали дорогу до места. Жили в землянках, строили бараки, потом появились избы. Вернулся Григорий, отбыв «наказание».

В посёлке Майга семьи корчевали полоски земли, сеяли рожь и ячмень. Урожай сдавали в комендатуру. Питались тем, что росло в лесу, — черемша, лебеда, грибы, ягоды, орехи. В семье Шатровых родились ещё двое сыновей.

Познань. Семь суток удерживали плацдарм при форсировании Вислы. Ратный труд Александра отмечен орденом Отечественной войны.

Форсировали Одер, брали Берлин, встретились с американцами на Эльбе. Прибавились награды — орден Отечественной войны первой степени, орден Красной звезды, медали «За освобождение Варшавы», «За взятие Берлина».

тельство», отказывался подписать донос. За свою «контрреволюционную деятельность» машинист Светлянской МТС Григорий Шатров был реабилитирован лишь в 1991 году (сведения из Книги памяти Томской области).

После войны 33 армию расформировали. Александр Шатров дослуживал на Балтийском флоте. Демобилизован старший матрос был в 1946 году. Побывал на родине у матери, уехал в

Всё сбылось, что пророчила когда-то цыганка. Его сын и дочь окончили МВТУ имени Баумана, выучились все пятеро внучат. Подрастают правнуки. Все они живут в Москве. Однако не увидела гадалка, какая неприятность ждёт солдата в будущей жизни. А она случилась. В середине 60-х ложно обвинили Шатрова в хищении 15 тысяч рублей, по тем временам — цена трёх автомобилей «Волга». Исключили из КПСС, в партию он вступил ещё на фронте, взяли под стражу. Четыре месяца провёл в следственном изоляторе, пока дело не прекратили за отсутствием состава преступления.

Несколько раз с делегацией фронтовиков посещал Шатров места сражений в России, Белоруссии, Польше и Германии. Был избран председателем совета ветеранов 274 Ярцевской Краснознамённой ордена Суворова стрелковой дивизии, музей которой создан в подшефной гимназии.

В 2008 году представитель Чаинского отделения Томского землячества в Москве Дмитрий Чунарёв отыскал старейшего своего земляка. С этого момента Александр Григорьевич участвовал во всех мероприятиях.

10 марта 2010 года чаинцы могли видеть его на Центральном телевидении в передаче «Пусть говорят».

Здоровье не позволило ему ещё раз побывать на родине. Его сердце остановилось 15 января 2012 года. До конца своих дней крестьянский сын Александр Григорьевич Шатров служил Отечеству. Защищал его с оружием в руках, трудился, растил детей и внуков, воспитывал патриотов — защитников своей Родины.

ПОСТСКРИПТУМ. Растяжка с фотографией А.Г. Шатрова висит во дворе дома № 87 по улице Лебедева. Наверняка и ещё в других городах России.

В.С. МОИСЕЕВ,

*майор милиции в отставке,
с. Подгорное*



Образовался колхоз, и Григорий Степанович стал кузнецом. Александру уже 15 лет. Он искал счастья в Колпашеве. Плавал матросом по Оби, Чае и другим рекам.

Осенью 1942 года его призвали в армию. После трёхмесячной подготовки попал под Сталинград. Но там немцев уже окружили и уничтожили. Следующим было смоленское направление. Здесь Александр был первый раз ранен. Осколок остался под правой лопаткой на всю жизнь. Бои за Смоленск, Ярцево, Оршу, Витебск. Дальше боевой путь проходил через Варшаву, Лодзь,

Запомнился ему такой случай. В Лодзи уговорила солдата цыганка погадать по руке. Сказала ему, что останется жив, жить будет в большом городе, жить хорошо, но в семье у тебя неприятность, о которой ты не знаешь. Позже мать написала, что отец осуждён на пять лет лишения свободы. А дело было так. Зашли в кузню к отцу мужики покурить и погреться. Один стал сводку Совинформбюро комментировать, да видимо не с тем уклоном. Кто-то донёс. Долго шло разбирательство. «Комментатор» получил семь лет, Григорий пять — за «недоноси-

Москву. Там фронтовой командир помог ему трудоустроиться. Александр Григорьевич окончил вечернюю школу, стал фотографом — и до пенсии.

В 1986 году отыскал его в столице наш земляк Пётр Александрович Полонский, отца и двух дядей которого расстреляли в Нарыме в 1938 году. Они вдвоём раз в два — три года приезжали в Чаинский район, жили у знакомых. Собирали грибы, кедровый орех, ходили на рыбалку. В Томске Александр Григорьевич всегда встречался с фронтовым другом Николаем Борисовичем Падусенко.

ЧТОБ ЖИЗНЬ ТЕПЛОМ БЫЛА СОГРЕТА



Есть в посёлке Нарга дом престарелых. В тепле, окруженные заботой живут здесь пожилые люди. Разные у них судьбы. Но вот история, которая поражает своим драматизмом. Это история Татьяны Степановны Рябицкой. Предательство взрослых, беспризорность и голод в годы войны, даже детская колония и дальше — преодоление, становление честного, доброго человека.

Жили в Томске на улице Красноармейской. Мать — гувернантка в семье хозяина пошивочной

мастерской. О дочери почему-то вообще забывала.

А когда вторично вышла замуж и родилась сынишка, совсем Таню невзлюбила. От побоев та бежала на улицу. Улица её и воспитала. В годы войны девочка успела побывать в Средней Азии, поработать дома на эвакуированном заводе, поучиться на шлифовщика. Жила как сирота, от сильного и вечного голода «поработала» даже в воровской шайке беспризорников, за что и попала в детскую колонию. Освободилась в 1945 году. Вспоминает: работу нашла тяжелую — возила лес, а едой был жмых из овса и пшеницы.

Потом был север, лесозаготовки в Колпашевском районе. Там и познакомилась с Василием Степановичем Васильевым, с которым вместе прожили четверть века. Родным местом стал лесной Сулзат, где прошли сорок лет жизни Татьяны Степановны. Там сложилась её славная трудовая биография. Отличный, надёжный работник, уважаемый в трудовом коллективе человек. Она награждалась и почётными грамотами, и медалью за трудовую доблесть.

Всегда была активным нештатным корреспондентом районной газеты «Знамя», писала о людях, обо всех новостях производства. Все годы собирала она материалы о жизни и творчестве Владимира Высоцкого, только книг накопилось 25 томов. Всю коллекцию подарила детям в школьный музей Сулзата.

Родни у неё немного. В Казани живёт дочка, за границей — в Грузии — внучка. Вот и решила Татьяна Степановна пожить в доме-интернате Нарги. Ведь возраст солидный! В апреле ей исполнилось 85 лет! Все знакомые, товарищи, соседи об этом событии не забыли. Мы все — и Наргинский совет ветеранов, и наш ветеранский хор «Лад» — посылаем Вам, Татьяна Степановна, свои сердечные поздравления:

*Что пожелать Вам в этот день?
Конечно же, здоровья, света,
Чтоб солнце не скрывала тень,
ЧТОБ ЖИЗНЬ*

ТЕПЛОМ БЫЛА СОГРЕТА!

*Рашид ГАЙФУЛЛИН,
Молчановский район*

ПОКЛОНИТЕСЬ, ЛЮДИ, СЛАВНОЙ РУССКОЙ ЖЕНЩИНЕ

Она обычная, просто добрая, и её не пугает одиночество. Елена Тимофеевна Дербенёва всегда рядом с людьми. На митинге в День Победы, на встречах в доме культуры, в школе с ребятами. Ей есть что рассказать им, а их всегда интересует война. Она учит их делать цветы для памятных венков, поёт им военные песни, помнит целиком всю «Священную войну». Как не помнить? Ведь к началу лихолетья она успела закончить семилетку, стала взрослой. «Никто не думал, что беда будет такой долгой, — вспоминает она. — Брат ушёл воевать, к счастью, живой вернулся. Как мы всё пережили? Почти каждый день наших парней провожали на фронт. А сами всю мужскую работу делали».

Помнит День Победы — день радости и печали. «Через четыре года счастье своё встретила. Он был фронтовик, дважды раненый. Трудно жили, но дружно. Старшей дочке пять лет, сыну четыре года, а тут ещё девочки-двойняшки. Ни одежды, ни обуви, еда только со своего хозяйства. Отдохнуть было некогда».

Обычная жизнь. Так жил весь народ. Главное было не растерять жизнелюбие, не утратить доброго отношения с людьми. Больше сорока лет Елена Тимофеевна живёт в Молодёжном. Работали на птицефабрике. Теперь одна осталась. Навсегда ушли в иной мир муж и сын, дочки — на севере, только в гости приезжают. А она по-прежнему в посёлке, который стал родным, среди людей, которых не считает чужими.



И они не забывают Елену Тимофеевну. Да и как иначе? Ведь ей исполнилось 90 лет!

*Людмила ПРОХОРОВА,
член совета ветеранов
пос. Молодёжный*

ПОМНИТЬ ВСЕХ ПОИМЁННО...

В День Победы слёзы на глазах у всех. У тех, кто ковал победу, у нас, кто смотрит на них с уважением и гордостью. Грустно видеть их поредевшие ряды, радостно видеть тех, кто, невзирая на возраст, идёт в праздничной колонне. Мы восторгаемся силой их духа. Здесь встречаем мы и ветеранов из органов внутренних дел. После победного салюта война для них не закончилась. Они сражались за мир и покой своих земляков, гоняясь за ворами и грабителями, где у каждого из преследуемых были нож или пистолет. Вчерашние фронто-

вики сражались за порядок на своей земле.

Мы должны знать и помнить тех, кого не скосила вражеская пуля на фронте, но нашла пуля бандитов, которые подрывали и без того беспокойный послевоенный мир.

Мы почитаем воинов необъявленных войн, погибших в Афганистане, Чечне и в других конфликтах. Все герои! Знать, что можешь умереть и всё равно идти в бой, — это не для слабых духом! Они через это прошли. Сражения кончаются, но история вечна.

Я, глядя на наших ветеранов, вспоминаю слова своей сестры,

на руках которой умирал мой отец, прошедший Великую Отечественную войну от начала до конца. Сестра говорила, что перед смертью он вспоминал не жену, с которой прожил 59 лет, не четверых детей, не внуков и братьев своих. Он вдруг вспомнил тех, кто был рядом с ним в сражениях с финнами, немцами, японцами. Сеня, Паша, Гриша, Пётр...

Пусть же наше поколение, дети, внуки и в 21 веке поимённо помнят тех, кто ради их счастья совершил свои подвиги.

*Н. КРИВЦОВ,
ветеран труда, г. Томск*

СЧАСТЬЯ И ЗДОРОВЬЯ СТАРЕЙШЕМУ ЮБИЛЯРУ!

С особым почтением поздравляли мы Антонину Алексеевну Никулину.

В нашем селе Ярском она единственный человек, перешагнувший рубеж в 90 лет. Уже много времени живёт она одна. Но в своём возрасте она ещё вполне самостоятельна, как говорится, сама себя обслуживает. Откуда такая выносливость, стойкость? Такой вопрос не возникает у тех, кто знает, в каких трудах прошли её долгие годы, как закалила её жизнь. Антонина Алексеевна из крестьянской семьи, в которой было десять детей. Она младшая. Родителей не помнит, их рано унесли болезни, и дети осиротели. Воспитывал их дед. Закончить ей пришлось только четыре класса. Семья переехала на хутор, поближе к полям. Там была образована коммуна, хозяйство было общее. Всё делали на земле вручную, техники никакой не было.

Тоня уезжала в город, нанималась работницей, но это было недолго. В 1941 году, когда мужчины уходили воевать, получила девушка права тракториста. Все военные годы провела на тракторе, на колхозных полях. Работы прибавилось, когда появилась семья, дети. Антонина Алексеевна не отказывалась ни от какой работы, а трудолюбия



было не занимать. Поручили — и она стала заведовать детским садом. Вместе с мужем трудились в сельском магазине, отсюда ушли на пенсию. Вместе они прожили 54 года. Всегда вели своё хозяйство, держали корову. Вся жизнь семьи прошла на виду деревни, их уважали и ценили. И вот у Антонины Алексеевны девяностый день рождения. И родня, и все односельчане желали ей ещё много спокойных, светлых дней, благополучия, которого наша замечательная труженица заслужила.

*Е.И. ЧЕРНИЛЬЩИКОВА,
председатель совета
ветеранов с. Ярское*

МОИ МЕЧТЫ

О чем мечтает пожилой человек? Конечно же, о том, чтобы сохранить здоровье и продлить молодость. Так и я. А между тем, мне нынче исполнится 75!

Происхождения я крестьянского. Мы жили на Алтае. Муж 49 лет проработал трактористом, столько же мы были вместе. Я была дояркой, телятницей, весовщиком — взвешивала автомобили с пшеницей, растила свёклу. Всё в совхозе приходилось делать.

Уехали из села, сейчас живу на севере. Работала почтальоном. Любовь к книгам и чтению позволила поработать и библиотекарем. Теперь я вдова, но родных людей много. У меня два сына, дочка, внук и пять внуков, есть правнук.

А теперь о мечтах и чудесах. Недавно открыла в себе страсть — писать стихи. Хочу несколько строк передать вам в ветеранскую газету. Это посвящение женщинам, может быть, моего возраста. Чтобы не унывали, вспоминая молодость.

*А дни бегут неумолимо.
И всё вперед, и всё вперед.
А мне хотелось в этой жизни,
Чтоб было всё наоборот.
Но мы над временем не властны,
И время вспять не повернуть.
Дни старости совсем ужасны!
Но можно молодость вернуть:
Стараться жить спокойно, тихо,
Работать больше, отдыхать.
И может быть, промчится «лихо»
И не придется умирать.
Мы будем жить с тобою вечно,
Гулять под солнцем, при луне...
Люби меня всегда сердечно,
И жить мы будем на Земле!*

*Галина АРХИПОВА,
с. Мыльджино,
Каргасокский район*

НАШ ЗЕМЛЯК — ВОИН, СТРОИТЕЛЬ, ВЫДАЮЩИЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРНИК

Игорь Иронилович ТРУШКОВ встретил замечательную дату жизни. Ему исполнилось 90 лет! Это был тяжелый, трагический, в то же время счастливый путь, а человек, прошедший его — настоящий образец для подражания молодому поколению.

Был пример и у него самого. Отец, непримиримый борец с басмачами и мать, отважно следовавшая за ним на фронты гражданской войны.

Когда началась Великая Отечественная война, юноша со значком ГТО (Готов к труду и обороне) тотчас пошёл в военкомат. Военком сказал ему (он всегда это помнил): «Чтобы воевать, нужно не только желание, но и умение». Дальше было военное авиационно-техническое училище. Обслуживал тяжелые самолёты, бомбардировщики, истребители, штурмовики.

Служил в Монголии под изнуряющими ветрами и песчаными бурями.

В составе истребительного полка был переброшен на Западный фронт. Бои на Украине, в составе Третьего Украинского — освобождение ряда европейских государств. Полк закончил войну после взятия Вены. Но ещё три года не расставался воин со своими погонами.

Мир принёс много радости, но и трудностей было немало. Игорь



Трушков работал и учился. Пришлось заготавливать и сплавлять лес, трудиться на стройплощадках Томска. Будучи инженером в системе Территориального управления строительства, Трушков приобрёл славу компетентного, думающего творчески специалиста, ответственного, исполнительного человека, небезразличного к судьбам своих коллег.

Игорь Иронилович был всегда очень занят работой, но остался верен увлечению всей своей жизни. Он любил спорт и верил: это способ развить способности человека, укрепить здоровье. Ему хотелось добиться рекордов особенно в любимых видах — велосипедном и лыжном. Вот несколько памятных событий его жизни. В 1982 году (ему уже 59 лет) в честь годовщины побе-

ды он участвует в лыжном пробеге Томск–Колпашево.

В 1985 году он стал инициатором велосипедного похода по дорогам войны. И ведь нашлись единомышленники и прошли 6200 километров за 40 ходовых дней. В пути посещали места боёв, возлагали цветы к монументам памяти погибших. Так наши спортсмены проявили свои высокие гражданские чувства к Родине.

Дорогой наш товарищ! Вы для нас воплощение мужества, самоотверженности, порядочности. Низкий поклон вам! Желаем доброго здоровья, семейного счастья, удач! С юбилеем! С Победным маем!

От имени друзей, от совета ветеранов Кировского района
Мария ДЕДЕНЕВА

МЫ НАШЛИ РОДНЫХ ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ

В прошлом году председатель совета ветеранов УИС Геннадий Васильевич Асташов посоветовал мне обучиться компьютерной грамоте. Я не рискнул на старости лет, но послал на эти бесплатные курсы дочку Марину. Она как раз вышла на пенсию. Каждый день она рассказывала мне о своих впечатлениях. Работа на компьютере её заинтересовала. По рекомендации преподавателя купили ноутбук. И в нашу жизнь ворвался Интернет! Теперь мы не отстаём от цивилизации, получаем информацию по медицине, садоводству и огородничеству. Самое главное, мы стали искать родственников, с которыми давно утеряна связь. И они нашлись в Москве, в Крыму, даже в Нью-Йорке.

Так случилось, мой младший брат Герман срочную службу проходил в Азербайджане. В 50-х годах на берегу Каспийского моря развернулась Всесоюзная стройка Нефтехимического комбината. В общем патристическом порыве многие солдаты и наш Герман оказались там. Со временем он получил специальность, встретил свою любовь. Сыграли комсомольскую свадьбу, на которой молодым вручили ключи от квартиры в новом доме. Стали жить, поживать и детей наживать.

Стал со временем Герман ветераном Нефтехима. Мы встречались с ним несколько раз. Всё шло хорошо, пока был СССР. Рухнул Союз, вместе с ним и комбинат. Начались национальные волнения, появилась безработица. Герман и его жена Раиса были уволены на пенсию. А дети стали искать счастья в других странах. Дочь Наташа после техникума уехала в США, помогла перебраться туда и брату Саше с семьёй.

У Наташи растёт сын Никита, уже американец. Умер Герман, и племянники потерялись. И вот теперь через Интернет мы их нашли и стали общаться. Узнали, что муж Наташи работает водителем такси, зарабатывает достаточно. Взяли кредит и купили двухуровневую квартиру в новом доме на берегу океана.

В прошлом году был ураган и наводнение. Мы узнали об этом из нашей прессы, заволновались. Наконец, американские Звончуки прислали сообщение по электронной почте: «Всё страшное позади, все живы и здоровы». Наташа рассказала, что служба оповещения вовремя предупредила об опасности. Семья приготовилась к эвакуации. Как только увидели воду, побежали к автомобилю и уехали к

родственникам. Там переждали ураган. После наводнения пришлось устранять повреждения в доме и во дворе.

Мы много узнали об Америке. Там созданы хорошие условия для обучения и воспитания детей. Никита хорошо учится в школе, занимается в секции дзюдо. Завоевал уже золотую медаль, став чемпионом Нью-Йорка в своей весовой категории. Прошлое лето он провёл в спортивном центре в Канаде.

А в Томске мои два правнука самостоятельно овладели компьютером, никто их не учил. У них есть своя страница в Интернете. Мои внуки и правнуки живут в том злосчастном доме на улице Сибирской, где случился пожар.

В это время внучка была на работе, а дети в школе. В квартире сторело всё и компьютер тоже. Прибегав на пожар, дети горько плакали — там остались два любимых котёнка.

Мир не без добрых людей. Квартиру восстановили, погорельцам помогли. Вскоре все радовались новому компьютеру. Так что с Интернетом мы пока не расстанемся.

Геннадий Александрович
ЗВОНЧУК,
пенсионер УФСИН

ВСТРЕЧА ВETERАНСКИХ СОВЕТОВ

Очередное заседание президиума Кожевниковского районного совета ветеранов проходило необычно. Вместе с делегатами организации мы выехали в село Уртам, где нас приветливо встретили хозяйка вместе со своим председателем Розой Германовной Кузнецовой. Обсуждали два вопроса — о роли первички и распределении денег на ремонт жилья фронтовикам, вдовам и труженикам тыла. Два часа в зале библиотеки за чашкой чая обменивались мы опытом работы с пожилыми людьми. В разговоре участвовали глава Уртам Анатолий Михайлович Кузнецов и заместитель главы района Надежда Анатольевна Крайсман. Говорили о том, что все члены совета распределены по улицам села, знают всё о своих подопечных, вовлекают их в культурную жизнь, помогают одиноким.

А.М. Кузнецов высоко оценил труд ветеранов, сказал, что на них можно положиться в решении всех вопросов старшего поколения. Вместе они создают нормальные условия жизни односельчан.

Затем все вместе посетили среднюю и коррекционную школы. Ребята, участники «Зарницы» показали строевую подготовку с песней, собирали и разбирали автомат. Посетили мы музейную комнату, посмотрели экспозицию прикладного и художественного творчества детей, познакомились с историей села и его знаменитыми тружениками. Все остались довольны встречей и благодарили уртамцев за гостеприимство.

Галина КОПЫТОВА,
председатель совета ветеранов Кожевниковского района

ИСТОРИЯ ВОЙНЫ В ИСТОРИИ СЕМЬИ

Удачным было не только название традиционной конференции, которая по инициативе областного совета ветеранов прошла в Томске накануне Дня Победы. Огромная работа по её подготовке не пропала даром.

Большой зал областной администрации был полон: участники Великой Отечественной войны, боевых действий, труженики тыла, школьники, студенты. Это говорит о серьёзности мероприятия и об отношении к нему людей разных поколений.

Высокий торжественный настрой создали звучание Гимна России, вынос знамени, проводы группы ребят поста № 1 и фронтовиков с цветами к мемориалу в Лагерный сад, прекрасное исполнение песни «Поклонимся великим тем годам», фронтовые кинокадры.

Все выступления были отлично подготовлены, и даже самые юные докладчики покорили зал. Нам приходилось недавно участвовать в подобных конференциях в библиотеке имени Пушкина, в коммунально-строительном техникуме. Они тоже прошли на высоком уровне. Мы понимаем, что такие события оставляют след, воспитывают, будят память, они объединяют старшее поколение и молодёжь. Спасибо нашему областному совету за продолжение патристических традиций. Спасибо вам, наши товарищи, за то, что вы идёте ВПЕРЕДИ И ВЕДЁТЕ ЗА СОБОЙ ДРУГИХ.

С признательностью и благодарностью

Нинель ГУДИМОВА,
Валентина ПШЕНИЧКИНА,
ветераны педагогического труда



БЕССМЕРТНЫЙ ПОЛК В КОЛАРОВО

С марта этого года в селе Коларово работает социальная комната «Милосердие», открытая в помещении, предоставленном Спасским храмом. Комната оборудована телевизором и видеоманитовфоном для просмотра видеофильмов в цикле «Окно в мир искусства». Для желающих освоить азы компьютерной грамотности есть компьютер. Уже сформировался актив социальной комнаты, костяк которого составили члены совета ветеранов и пенсионеров села Коларово и деревни Казанка: Пермякова Г.Н., Червинская А.Г., Стреженюк В.А. и другие.

Большую работу ветераны и пенсионеры села Коларово провели при подготовке ко Дню Победы. На заседании актива 11 апреля 2013 г. было решено пройти на митинге колонной с фотографиями фронтовиков, тружеников тыла, внесших вклад в дело Победы и не доживших до наших дней. Население активно откликнулось на предложение и 9 мая уже несли фотографии дедов, отцов, матерей, братьев. Если не сохранились



фотографии шли с набранными на компьютере фамилиями, именами и отчествами. В Коларово было изготовлено более 70 штендеров. Колонна получилась внушительная, к нам присоединились и жители Синего Утёса.

Под звон колоколов Спасского храма наш маленький Бессмертный полк прошествовал к обелиску, погибшим в Великой Отечественной войне, и встал рядом с плитой с фамилиями погибших. Впервые присутствующие на ми-

тинге не только смогли услышать и прочитать имена героев, но и посмотреть им в глаза. Надеемся, что такое шествие станет традицией и в нашем селе. На митинге выступили депутаты поселения, участник Великой Отечественной войны П.И. Нечаев Думаю, что нынешний митинг, посвященный Дню Победы жителям села запомнится надолго.

Вера ЛИСТОВА,
председатель совета ветеранов
с. Коларово и д. Казанка

ШАХМАТНЫЙ ТУРНИР

Томское региональное отделение общественной организации «Союз пенсионеров России» важной частью своей работы считает организацию и проведение мероприятий по привлечению людей старшего поколения в движение «За активное долголетие».

Важно приобщить каждого нового члена к конкретной работе, найти ему дело по душе, чтобы он мог почувствовать свою значимость и необходимость в обществе.

Наши пенсионеры активны. Проявляют заинтересованность и принимают участие во всех проводимых мероприятиях. Совместно с управлением по делам молодежи, физической культуры и спорта администрации Томска, областной шахматной федерации и областной федерацией настольного тенниса «Золотая ракетка» провели турнир среди пенсионеров в рамках подготовки к празднованию 68-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне.

В финальных играх приняли участие 66 человек (55 мужчин и 11 женщин).

В командном первенстве по настольному теннису первое место



занял Октябрьский район, второе — Советский и третье — Ленинский.

В шахматном турнире первое командное место вновь занял Октябрьский район, второе — Советский и третье — Кировский. В личном первенстве по шахматам среди женщин первое место заняла Каскевич Раиса Петровна.

В первой группе среди мужчин и абсолютное первенство среди пенсионеров занял Брагин Александр Степанович.

В личном первенстве по настольному теннису среди женщин первое место заняла Коленчук Светлана Анатольевна, среди мужчин в первой группе — Чеботарев Юрий Викторович, во второй

группе и абсолютное первенство в соревнованиях занял Виктор Анатольевич Вольский.

Вольский В.А. избран членом правления нашей организации и вот уже в течение трех лет является главным куратором и организатором спортивных мероприятий.

14 мая победителям турнира были вручены медали, почетные грамоты и сувениры. Все участники за чаепитием делились своими победами, полны были желаний и в дальнейшем принимать участие в соревнованиях

Л.П. ЛЫСЕНКО,
исполнительный директор
общественной организации
«Союз пенсионеров России»

«ДЕТСКИЙ САД» ДЛЯ ПОЖИЛЫХ

«Детский сад» для людей старшего поколения создан в Комплексном центре социального обслуживания населения Томской области по адресу: улица Мокрушина, № 20/3. Входит он в состав геронтологического отделения. Здесь на платной основе проводится укрепление здоровья пенсионерам, ветеранам войны и труда, инвалидам, сохранившим способность к передвижению, не имеющим медицинских противопоказаний.

Подразделение «Детский сад» для пожилых выполняет следующие функции. Здесь проводятся оздоровительно-реабилитацион-

ные мероприятия, оказываются медико-социальные услуги для сохранения здоровья и активной творческой деятельности людей. Здесь можно получить консультации врачей, а для улучшения психологического состояния — необходимые процедуры лечебных и физиотерапевтических кабинетов.

С учётом состояния здоровья и возраста организуется рациональное питание.

Досуг отличается своим разнообразием. Это экскурсии в музеи города, в ботанический сад, посещение кино и театров. Проводятся также вечера и концерты.

По желанию посетителей отделения разрабатываются индивидуальные планы реабилитации, специалисты помогут снять социальную напряжённость в семье.

«Детский сад» для пожилых работает с 9 до 18 часов. Предусмотрено двухразовое питание — обед и полдник. Длительность пребывания — от одного дня до 21 дня, по желанию. Стоимость пребывания одного дня — 520 рублей.

КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР
социального обслуживания
населения,
ул. Мокрушина, 20/3

ВАХТА ПАМЯТИ

С 22 апреля по 6 мая 2013 года на территории Смоленской области в Ярцевском районе проводилась межрегиональная «Вахта Памяти» по поиску останков погибших советских солдат в годы Великой Отечественной войны. В экспедиции уже 12 раз участвовал томский поисковый отряд «ПАТРИОТ».

За время работы совместными усилиями московских отрядов «Высота» и «Витязь» совместно с томских отрядом было найдено свыше 40 солдат Красной Армии. Томичи нашли 6 солдат и установили имя одного из бойцов по медальону. Им оказался уроженец Удмуртии Максимов Петр Филиппович, 1908 года рождения. Поиск родственников уже начался.

В экспедиции участвовало 15 человек с разного возраста. В большинстве это студенты про-

фессиональной образовательной системы. Ежедневно ребята работали в лесах Смоленщины с 10 до 20.00 часов. Нередко работали под дождем, приходили в лагерь мокрыми и усталыми, но с найденными останками бойцов и военными реквизитами. Это придавало сил. Ибо ребята настроены очень серьезно и в своей работе видят прежде всего исполнение долга перед Отчизной и теми солдатами, которые проливали кровь за нас ныне живущих.

Музей «Неизвестный солдат» Томского экономико-промышленного колледжа пополнился новыми военными экспонатами, которые были выставлены 9 мая в Лагерном саду для просмотра. Следующая экспедиция отряда состоится с 9 по 29 августа 2013 года.

Максим ЕЛЕЗОВ,
командир поискового отряда
«ПАТРИОТ»



СЛАВЬСЯ, СТАЛИНГРАД!

Семидесятилетие разгрома фашистов под Сталинградом ребята Батуринской школы отмечали на уроке мужества. Учительница Татьяна Григорьевна Лосенкова, её ученики приготовили большую программу с песнями, стихами, воспоминаниями, с участием многих односельчан. Так, Нина Семёновна Гурова, председатель совета ветеранов, назвала поимённо всех батурицев, которые сражались на Сталинградском фронте. На урок пришли потомки тех солдат.

«Всего три письма пришло с сообщением о том, какие кровопролитные бои идут на Волге. Там отец и погиб», — сказал Анатолий Степанович Кузнецов. Отец Лидии Дмитриевны Батуриной вернулся домой, а прошёл он, Дмитрий Михайлович Чугайнов, всю войну.

Татьяна Георгиевна Зайнулина бывала в Волгограде, она показала детям фото музея-панорамы битвы, памятников на Мамаевом кургане.

А библиотекарь Людмила Ануаровна Зайнулина интересно рассказала о монументе «Родина-мать зовёт!» и подарила школьникам книги о войне. Патриотический урок сопровождался документальной хроникой, старшеклассники читали стихи, рассказывали о важных событиях и эпизодах битвы, о её героях. Татьяна Хоменко взволновала слушателей стихотворением «Мать» — о тех, кто потерял сыновей в этой битве. Трогательно

звучала «Песня о солдате», её сопровождали слайды и фотографии солдат. Минутой молчания собравшиеся почтили всех погибших воинов.

Урок мужества продолжили воспоминания тружеников тыла, жизнь которых, как на фронте, требовала невероятной стойкости, физических и духовных сил. В самом начале войны Марии Тимофеевне Батуриной исполнилось 14 лет. Именно в день её рождения отец ушел воевать. Погиб в первые месяцы войны. Что только ни пережили женщины и подростки, чтобы не умереть с голода, помочь солдатам и дожидаться победы! Мария трудилась на свиноферме, возила сено, была прицепщицей на тракторе. А в 1944 году окончила курсы трактористов, и ей доверили трактор. Без слёз не может женщина вспоминать лесозаготовки, когда к голоду прибавлялся холод — не спасали старенькие подбитые мешковиной валенки. Все тяготы смогли пережить эти люди. Рассказы о них, их воспоминания многое раскрывают сегодняшним детям. Как сильно любили Родину их деды и бабушки и как всем миром её отстояли и сберегли.

Ветераны, приглашенные на урок мужества, благодарили учителей и ребят за внимание, интерес к прошлому и за добрую память.

СОВЕТ ВETERАНОВ,
с. Батурино Кожеевниковского
района

ГОРДИЛИСЬ МЫ, ЧТО ГОРОД ЭТОТ СТРОИМ...

Как ни странно, вспоминаются часто 90-е годы, сложные, болезненные. Ликвидированы многие крупные строительные организации. Идёт приватизация, и возникают новые мелкие подразделения. Новые руководители оттолкнули от себя людей старшего поколения. Тысячи ветеранов выброшены из коллективов. У них нет поддержки, в трудную минуту им некуда обратиться за помощью.

В 2005 году была создана ветеранская организация строительного комплекса Томской области. На конференции учредителями выступили одиннадцать организаций, которые представляли 1450 ветеранов.

Созданный совет принял верное решение. Улучшить жизнь ветеранов, дойти до каждого пенсионера можно только через первичные организации. Это стало главной повесткой дня заседаний президиума с участием руководителей Департамента архитектуры, строительства и дорожного комплекса области, Союза строителей и строительных предприятий. Многие руководители отнеслись серьёзно и с пониманием.

ПОКЛОН ТЕБЕ,
СТАРИННЫЙ ГОРОД
НА ХОЛМАХ

Объединившись в организации, люди почувствовали, что ещё нужны своему городу, как будто они вернулись в свои трудовые коллективы. Уважительное отношение встретили они в институте «Томгипротранс», на Томском домостроительном комбинате, в организациях «Томлестрой», «Стройгаз», «Сибэлектромонтаж», «Мехколонна 159».

В Северске большая армия строителей бывшего объединения «Химстрой».

В основном, эти люди приехали сюда в 50-е годы по комсомольским путёвкам, чтобы возводить заводы Сибирского химического комбината. Совет ветеранов организовал встречу, на которой присутствовали активисты 17 первичных организаций «Химстроя». Были приглашены генеральный директор Г.С. Молоканов, его заместители, руководители подразделений. Речь шла о взаимодействии с ветеранами, о том, какая помощь им нужна. Были случаи, когда чтобы похоронить старого человека, деньги собирали всем миром. Г.С. Молоканов признался, что испытывал недоверие к созданию отраслевой организации ветеранов-строителей, но жизнь показала её серьёзность и возможности совместными усилиями улучшить жизнь старшего поколения.

Теперь 60 первичных организаций, созданных при совете ветеранов строительного комплекса Томской области, объединяют 9950 человек. Актив составляет

более девятисот ветеранов. Проводим рейды, чтобы знать, как живут наши товарищи, в чём нуждаются. Составляем анкеты для передачи в Центр оказания материальной помощи и социальных выплат. Участвуем в смотре-конкурсе первичек, который проводит областной совет ветеранов, и уже два года более десяти призовых мест занимают наши.

МЫ ЗНАЛИ ЗДЕСЬ
ЛЮДЕЙ ТАЛАНТЛИВЫХ
И СМЕЛЫХ...

Большая работа ведётся по восстановлению заслуг людей старшего поколения, а ведь плодами их труда пользуются все жители области. Это построенные ими аэропорт, речной вокзал, корпуса университетов, больницы, школы, жилые дома.

В августе 2006 года страна отмечала пятидесятилетие профессионального праздника — Дня строителя. В Томске торжественно была открыта Аллея славы — аллея трудовой и боевой славы строителей. Протяженность аллеи 346 метров. Тротуары, пешеходные дорожки выложены плиткой, установлены для отдыха 24 скамейки. Деревья, кустарники, цветники у каждого стенда — красиво, уютно.



Оформляли Аллею славы специалисты института «Томскгражданпроект», архитекторы, дизайнеры города и области. Стенды выполнены из металлоконструкций, основание из железобетона, облицовка гранитными плитами.

На стендах 116 фотопортретов заслуженных и почётных строителей, в том числе три Героя социалистического труда. Наш совет собирал предложения, кого занести на стенды в Аллею славы. Были названы 500 кандидатур.

В Аллее также размещены фотографии наиболее значимых объектов, построенных в Томске и области. В них отражены основные направления в строительстве — гражданское и промышленное, сельскохозяйственное и транспортное, лесной отрасли, восстановление деревянного зодчества. Здесь же оформлены стенды Томского государственного архитектурно-

строительного университета и проектных институтов.

Достойное место в Аллее славы заняли воины Великой отечественной войны. Это была большая работа ветеранов. Мы проводили рейды, чтобы собрать более подробную информацию о наших фронтовиках. На основе этого материала создали стенд — 84 портрета и описание боевых действий наших коллег, участников войны. Стенд открывали торжественно в канун Дня Победы. Собралось много людей, были руководители администрации области, депутаты. Приятно было слышать от старых воинов, что никто не забыт. После торжества в Аллее все вместе возложили цветы к мемориалу в Лагерном саду.

Каждый год к профессиональному празднику обновляются



написали письмо всем руководителям — А. Медведеву, В. Путину, Б. Грызлову, во фракции всех партий. О своих пенсиях и проблемах выживания. Ответ был. Не утешительный!

Пленумы и конференции с участием большого круга руководства департаментов области проводим три раза в год. На повестке дня — вопросы жизнеобеспечения ветеранов — медицина, оздоровительные услуги, льготные лекарства, проезд, особенно мичуринцам.

Совет настойчиво работает с руководителями строительного комплекса по заключению коллективных договоров, где предусматривалась бы помощь старикам. Ведь многие уклоняются от заключения договоров, не желая брать на себя долг перед старшим поколением. Не только отдельные

пенсионеры, но и ветеранские организации оказываются наедине с собой, со своими трудностями бытия — это в случаях банкротства предприятий. Такая участь постигла СУ-13, завод «Селикатстройматериалы» в посёлке Копылово, ПМК-159, «Монолит», «Агрострой», Проммеханомонтаж, «Химстрой», «Томсктрансстрой» и другие. Руководители таких предприятий не заботятся о ветеранах. Сложная складывается ситуация.

И Я СТРОИТЕЛЬ ТВОЙ —
ГОРЯТ ОГНИ, ОГНИ
В МОИХ ДОМАХ...

Беспрецедентный случай, достойный уважения и подражания — коллективный договор в ООО «Стройгаз». Ветеранам, проработавшим на предприятии 20 и более лет, присваивается звание «Почётный работник». Звание предусматривает льготы. Работнику назначается персональная пенсия, равная среднемесячной заработной плате на предприятии. Дорогостоящие лекарства и медицинское обслуживание оплачиваются на 100 %, протезирование зубов — на 50 %. Оказывается помощь весной и осенью на дачах с использованием техники и материалов предприятия. Насколько проще решать все вопросы старшего поколения председателю первичной

организации Григорию Шнурко, когда в этом заинтересовано и участвует само предприятие!

В Томской домостроительной компании (председатель совета ветеранов Лилия Биллер) ежегодно на программу «Старшее поколение» расходуется до миллиона рублей. К праздникам и юбилеям ветераны получают материальное вознаграждение.

ОАО «Томсклестрой» (председатель ветеранской организации Анатолий Пановицын) объединило ветеранов не только в Томске, но и за пределами — это Асино, Белый Яр, Тегульдэт, посёлок Комсомольский. Всюду ветеранам оказывается помощь и материальная, и моральная. Помогают здесь и ветеранам «Томсктрансстрой», которые оказались «за бортом» родного предприятия — никто о них не позаботился.

Завод строительных материалов и изделий. Ветеранская организация (председатель Лидия Багаева) всегда держит связь с руководством завода. Ветераны активны в общественной жизни, с удовольствием участвуют в выставках «Дары природы».

В институте «Гипротранс» (председатель организации Юрий Левых) никогда не забывают тех, кто долго проработал в коллективе. Особая забота о фронтовиках — их пятеро. Их постоянно навещают дома, откликаясь на любую просьбу.

В ЗАО «Жилстрой» достаточно много внимания уделяют ветеранам (председатель Лидия Кожанова). Активный отдых на природе, посещение музеев, театров, встречи в клубах, где и исполнители, и зрители — сами ветераны. Ежегодно проводятся выставки художественного творчества ветеранов.

Тяжелый период переживают ветераны института «Томскгражданпроект» в связи с его ликвидацией, как такового. Стараются сохранить первичную организацию её председатель Галина Маспанова. Осенью на выставке «Даров природы» ветеранов ещё можно увидеть вместе.

Хочется с благодарностью назвать ещё многих руководителей первичек, которые своей энергией объединяют вокруг себя людей, не давая им потеряться в современном мире. Это М.М. Сорокина, Л.С. Меринова, Г.Н. Платов, А.А. Кожеуров, М.И. Перепелова, Н.Н. Кладова, О.А. Козлов, К.М. Еремкина, Н.Т. Старкова, В.П. Шубкина, Н.Н. Бардакова.

Пять ветеранов входят в совет старейшин Томска. Председателем избран А.Ф. Чемерис, заместителем А.В. Бондарев. С органами власти у нас партнёрские отношения. Власть слышит нас, понимает наши вопросы. Ведь по-прежнему более всего нас волнует судьба родной области и нашего города Томска.

Леонид КОЗЛОВ,
председатель совета ветеранов
работников строительного
комплекса 2005–04.2013 гг.

СТАРОСТЬ ЕЁ ДОМА НЕ ЗАСТАНЕТ

Эту миловидную женщину, несмотря на почтенный возраст, трудно назвать бабушкой. Давно замечено: люди, ведущие активный образ жизни, выглядят моложе.

Активности Зое Константиновне Родионовой не занимать. Дел у неё, как председателя первичной организации ветеранов микрорайона спичфабрики, немало. Организует субботники, посадку цветов, деревьев. Да мало ли работы для заботливых рук! «Сама покоя не знает и нам не даёт, — шутят женщины. — Не даёт нам засидеться». Кто знает Зою Константиновну давно, утверждают: «Смолоду она такая беспокойная. Обо всём заботится, обо всех хлопочет. Такой характер, и годы её не меняют».

Главное, считает председатель, помочь престарелым и одиноким, а таких на «спичке» немало. Очень серьёзны проблемы бытия, которые тревожат Родионову. Нет в посёлке бани, поликлиники, плохие дороги, освещение. Не проходящая боль —

гибель спичфабрики «Сибирь». «Раньше я обращалась к руководству фабрики, помогали, а теперь куда пойдёшь? Угробили фабрику, — сокрушается Зоя Константиновна, — а кто в ответе за это? Сто лет давала работу людям. Теперь нет фабрики, нет работы, нет надежды на лучшее. А сколько замечательных людей трудилось здесь!»

Фабрика славилась рабочими династиями. Зоя Константиновна Родионова — представительница самой многочисленной и давней — династии Зениных. Её основатель — дед Алексей Матвеевич Зенин начал трудиться со дня открытия, в 1900 году.

Позднее здесь же работали дети, внуки и правнуки. Не было ни одного цеха, где бы ни трудились Зенины. Деды по матери — Волковы — тоже здесь жили и были в числе первых рабочих фабрики. Эти династии породнились, и получилось, что вся «спичка» — родственники Зои Константиновны.



В самом начале войны взрослые мужчины ушли на фронт, был среди них и Зоин отец Константин Алексеевич. Опустели посёлок и цеха. После уроков ребяташки бежали на фабрику. Спички тогда

выпускали не в коробках, а в бумажных пакетах с приложением серной тёрки. Клеили эти пакеты самые младшие школьники.

В 1944 году отец был комиссован с диагнозом — туберкулёз. Он прожил лишь три месяца. Воевали и старшие братья Зои — Валентин и Герман.

Её трудовая биография началась на фабрике в 1948 году. Было ей 15 лет. Сметливая, расторопная, она быстро освоилась с работой, сроднилась с коллективом, с которым предстояло пройти путь в 43 года. Долгое время была бригадиром цеха готовой продукции, всегда на Доске Почёта, всегда в передовиках. 30 лет она — бессменный профорг цеха. С какими только нуждами не обращались к ней работницы! За труд она награждена орденом Славы третьей степени, почетных грамот и благодарностей не счесть.

С теплотой говорит Зоя Константиновна о людях и о том времени, когда страна поднималась из военной разрухи. Фабрика технически перевооружалась, стро-

илось жильё, благоустраивался посёлок. Отремонтировали школу и клуб, разбили скверы. Это делали сами рабочие — всем хотелось красоты и уюта. Фабрика тогда отвечала за всё: медицина, образование, культура, спорт, быт людей. «Это было счастливое время, — вспоминает Зоя Константиновна. — Разве это не счастье, когда идёшь усталый после смены домой и спокойно и радостно думаешь о завтрашнем дне? Этого сейчас люди лишены. Но надо жить, нельзя опускать руки».

Вот потому и занята она общественной работой, не жалуясь на недуги, забывая о возрасте. А ведь в этом январе ей исполнилось 79 лет. «Я здесь всех знаю, и все знают меня. Здесь вся жизнь прошла. Всё дорогое, всё родное. Как можно быть равнодушной?!» Так рассуждает эта приветливая, добрая, неутомимая женщина, и снова спешит туда, где её ждут, где нужна её помощь.

Нина БЫЛИНА,
г. Томск

ПЛАНЕТА МОЕГО ДЕТСТВА

Посвящение шегарским учителям и ученикам

В школе начинается родник знаний. Мы приходим к нему, не задумываясь, какими будем. Проходят годы учёбы, и как тот родник звучит школьный звонок, провожая нас по тропинке уходящего детства.

В школу меня привела старшая сестрёнка. Мои братья тоже учились здесь, но для меня всё было ново, волнительно. Народу! Все нарядные! Да и я сама причёсана, косы заплетены, через плечо полевая сумка, в ней букварь.

*Через 10 минут
откроют нам двери,
Через 10 минут
раскроют владенья.*

*И скажет Учитель:
«Берите, владейте!»!*

Я с почтением вспоминаю Лилию Дмитриевну Коржову. И знания она давала, и трудолюбие нам прививала. Впервые я держала иголку, вышивая крестиком, делая мережку. Вот так возьмёшь теперь ниточку, а её облик тут как тут, и поговоришь с ней мысленно и тянешь уже ниточку жизни. Знаю, что живёт она в Томске, в вузе преподавала французский язык.

Почему мы все так сильно любили школу? Сам дом был наполнен атмосферой добра. Бывало, заиграем на морозе, катаясь с горки, домой не бежим. Попадёт! Скорее, скорее в школу! Стоим, как пингины, носами шмыгаем, отогреваемся. Нас никогда не прогоняли! Трудиться мы учились тоже в школе. Дрова заготавливали, поленья сантиметров 90, почти в наш рост. Нас можно было сравнить лишь с муравьями!

В 50-х годах был в селе Нашёково мичуринский сад. Настоящие яблоки росли. Мы за садом ухаживали, усердно трудились, если ещё пообещают дать по яблочку!

Радовались и удивлялись всему новому. Когда над крышей раздавался рёв кукурузника или вертолёт, бежала вся школа. Настоящий марафон!

*И мы уже не здесь.
И нет уже нас в классе.
Учитель наш теперь
не властен.
Ждём мы с нетерпением
школьного звонка.*

*На аэродроме нас
красота ждала.
Диво, диво дивное,
глаз не оторвать,
Как такой машине
в воздухе летать?*

Прозвени, звонок, собери всех нас!

И только вместе с учителем, никогда не стареющим, (таким остаётся он в нашей памяти!) мы можем вернуться в шумное школьное прошлое. С каким азартом катились мы вниз по лестничным перилам! Безмолвие наступало, когда невзначай разбивали оконное стёклышко. «Буря, скоро грянет буря!» Без всякого преувеличения могу похвастаться своими учителями. Каждый имел к нам свой подход. Виктор Семёнович Савельев, учитель физкультуры. Человек в возрасте, но все 45 минут мы в движении. Бежали мы, бежал рядом он. Днём соревнования, вечером уже награды победителям. Что скрывать — на 20 рублей колхозных денег трудно приодеть подростков. Нет спортивной формы, стыдится ребёнок. Он посадит на скамеечку, а в журнал поставит букву Н. Потом что-нибудь придумаем... Светлая ему память.

А какую силу для нас имело слово учителя! Вот уж поистине зёрнышко, что бросишь, то и про-

растёт. С рождения говорим на русском, а учению язык подавался трудно. Как старалась Мария Петровна Березовская, наша классная, чтобы и грамматику знали, и поэзию любили, и говорили правильно. До сих пор помню, как хохотали, когда она зачитывала «удачные» наши фразы из сочинений. Вроде этой: «Пароход обошёл вокруг света и вернулся на палубу»... Не обижались, просто ошибок делали всё меньше.

Заслуженный учитель РФ Валентина Сергеевна Умрихина, наш математик. Бывало, поставит двойку в половину листа и разъяснит: посмотри, она уже



близка к тройке, постарайся... А троечку поставит меньше за пятой. Скажет: двойка у тебя на горизонте. Так и достигалась цель — дать знания. Одному вселить уверенность, другого призвать не лениться, проявить усердие. Каждый ребёнок жил в её душе. Любишь учителя, любишь и его предмет. Николай Николаевич Ярошкин и его физика. Это было настолько увлекательно, что я эти 45 минут назвала бы передышкой! Теперь я понимаю — он был рождён учителем. Притом человек удивительной доброты!

А учителя химии Владимира Петровича Бумажкина мы ещё тогда, будучи старшеклассника-

ми, воспринимали как самородка. Каждый урок — открытие! Он вёл с нами диалоги, как с равными. Мы любили химию, а он искренне радовался нашим успехам. Пусть хранят его небеса... Вспоминается очень многое, дорогое сердцу. Наши школьные вечера, походы с кострами и печёной картошечкой, новогодние ёлки с Дедом Морозом, с его подарками.

Люди моего возраста все знают и любят эту песенную строку «Нам песня строить и жить помогает». Потому что так оно и было. Наш учитель Пётр Иванович Чирков — великолепный гармонист и организатор. Собрал из всех классов агитбригаду. Поехали в села Тегульдского района. Две недели радовали людей концертами, вместе пели песни, заполночь ещё и танцевали. Вот уж, правда, — на Руси никогда не умолкнут гармони. Там я подружилась с девочкой по имени Женя Гаршина. Мы говорили — если не суждено будет встречаться, будем вспоминать друг друга, глядя на созвездие Большой Медведицы. Вот уже почти 50 лет я посматриваю на Медведицу, вспоминаю Женю и чудесную поездку.

С особой гордостью думаю о нашем директоре Михаиле Алексеевиче Тюменцеве. Он к тому же был главой большой дружной семьи. Вместе с Марией Флегонтовой, тоже учительницей, они воспитали пятерых детей. Я понимаю теперь: только таким людям можно было доверить столь тонкий инструмент, как наши дети. Чтобы не расслабить струны и не пережать. Чтобы с выходом на большую арену жизни, звучали они радостно и не фальшивя. Так и случилось с нами.

Михаил Алексеевич ещё преподавал немецкий. Он превосходно знал язык, его забрали от нас переводчиком. После всесоюзного конкурса, где он занял первое место. Как мы гордились! Теперь через много лет стало очевидно: его отеческое отношение к ребятам, его вера в нас многих отвела от бед и серьёзных нарушений. «При доброте лжи не бывает» — так говорили учителя.

Прошло время, постарели ученики того давнего времени. Состарилась школа. Моя одноклассница В. Литвинова-Пичугина видела, как ломали нашу школу. «Как будто душу рвали на части», говорила она. Кричащее чувство потери — нам некуда возвращаться! Но построили новую — кирпичную школу. Были приглашены все поколения выпускников, а некоторым «детям» уже под 80! Как тепло нас встречали! Ребята дали великолепный концерт, потом в столовой нас угощали праздничным обедом. Ощущение большого семейства! Это была незабываемая встреча. Оттаяли наши души, ощутили мы ауру родного дома, теперь нового. Всё оживила благодарная память. И те наши учителя как бы продолжали стоять у классной доски, такие умные, такие молодые. Всю жизнь мы хотели быть похожими на них, мы их боготворили, считая по праву самым драгоценным достоянием нашей Земли.

Как бы мне хотелось пожелать такого же ШКОЛЬНОГО СЧАСТЬЯ, любви, преданности друг другу и своим учителям всем нынешним ребятам, которые готовятся сейчас к экзаменам на зрелость.

**Валентина
ИВЛЕВА-СТАНЧИНА,**
г. Северск

НЕ ДАТЬ СКАТИТЬСЯ В «ПЬЯНОЕ БОЛОТО»

Завод «Томское пиво» — трезвая организация. Тех, кто нарушал закон трезвости, вызывали в завком, партком, в товарищеский суд. Разъяснительная, профилактическая работа велась постоянно. Помогал в этом совет наставников, в который входили самые опытные, профессионально грамотные люди.

Совет ветеранов, созданный на заводе в 1986 году, все эти функции взял на себя. В коллективном договоре есть Устав и статья «О ветеранах». Председателем совета стала Нина Андреевна Конных, человек, имеющий большой опыт работы и на заводе, и в ветеранском движении. Она бессменно член президиума Кировского совета ветеранов со дня его создания в 1974 году.

В борьбе за трезвую ауру на заводе, а также в целях информирования заводчан, был открыт музей и печатный орган — газета «Пивное дело» тиражом 300 экземпляров. Ветераны активно участвовали в работе по сохранению производства, увеличению напитков, в том числе безалкогольных, по улучшению их качества.

Когда после запрета на алкогольную продукцию, ещё в СССР, стали пивоваренные заводы вместе с ликёроводочными останавливать, перепрофилировать, Н.А. Конных стала писать письма в самые высокие инстанции, обращаться к властям, учёным. Она просила сохранить производство слабоградусного пива, а высокоградусное облагать

дополнительной платой. Письма были аргументированы, в них был анализ употребления напитков со времён средневековья. Она предлагала пиво выше четырёх градусов и коктейли выше трёх обложить высоким акцизом, чтобы их производство стало невыгодным и сократилось в разы. В другом письме, адресованном мэру Томска Н.А. Николайчуку, она пишет о проблемах экологии, а конкретнее — о реализации полиэтиленовых бутылок. Народ не знает, что стоимость бутылки уже включена в стоимость напитка. Запад эту проблему решил: стоит автомат, бросаешь пустую бутылку, получаешь залоговое вознаграждение. От имени ветеранов завода Нина Андреевна предлагает решить проблему утилизации любым из известных способов.

Не перестаёт волновать и проблема алкоголизации населения. Опять убедительные письма отправляются в самые разные инстанции. Собираются мнения, подписи. Не дать спиваться населению! Нужны не запретительные меры, а регулирование количества алкоголя в напитках. К одному из писем прилагалась копия обращения Трёхгорного Пивоваренного товарищества в правительство царской России 1896 года с таблицей потребления пива, вина, водки двенадцати стран Земли. Письма Н.А. Конных по сей день актуальны. Важно и то, что в её переписке, во-первых, ставится аргументированная задача, во — вторых,

обязательно есть предложение коллектива, как её решать. Факты в письмах точны и адресны. Восхищает активная жизненная позиция председателя ветеранской организации, глубокое знание проблем, которых касаются её письма, её расчёты, графики, которые делают наглядными и убедительными все аргументы.

Совет под руководством Нины Андреевны работает вместе с генеральным директором и профкомом, здесь делают всё возможное, чтобы скрасить жизнь своих товарищей, ушедших на пенсию. Оплачивают дорогие лекарства, устанавливают телефоны, ремонтируют жильё, выписывают газеты. В праздничные дни ветераны получают поздравления и подарки.

От заводских дел она не отошла. Была очень довольна, когда редакция газеты объявила конкурс детских рисунков в честь дня победы. Дети и родители охотно откликнулись. Некоторые рисунки сопровождалась детскими стихами и поздравлениями. В том же номере заводской газеты были опубликованы воспоминания о войне Нины Андреевны Конных, ветерана труда, вдовы фронтовика, награждённой орденом «Знак почёта» и многими медалями. Ветеранов на заводе осталось не так много, но жизнь их по-прежнему кипит, полнится полезными заботами и делами.

Тамара ПРОКОПЬЕВА,
ветеран труда,
Кировский районный совет ветеранов

ЛЕКАРСТВО ОДНО ДЛЯ ВСЕХ...

Грустные размышления пожилого человека о нашей жизни

Вспоминаю одну страшную передачу по телевидению. Трое подонков издевались над девушкой. Девять дней она мучилась и умерла. Старшему присудили пожизненное заключение, второму 15 лет, третьему четыре года. А разговор в прямом эфире на ТВ свёлся практически к тому, что мать неправильно воспитывала девушку. Якобы сама пострадавшая провоцировала такое к себе отношение. И ни слова о воспитании извергов. А где сочувствие к погибшей, где возмущение по отношению к преступникам? Только один голос прозвучал: «Подонки через четыре года выйдет на свободу и примется за старое». И действительно, кого тюрьма исправила? Неужели таких недочеловеков нельзя использовать в труднейших условиях работы, вместо тех нормальных людей, которые гробят там здоровье?

Страшно становится жить. Мораль втаптывают в грязь. Если в семьях ещё вспоминают о совести, идеалах, говорят об этом больше старики, то что мы видим в прессе? Чему учит современное кино и телевидение? Стремление к роскошной жизни любым путём. Кражи, обман, коррупция, убийства — обыденные явления. Курят, выпивают во всех случаях жизни. А для молодёжи это руководство к действию. Пьянство, оказывается, болезнь, а не привычка. И пьяница за себя не отвечает. То же самое заявляют и наркоманы. Даже положительный герой в фильме при неудаче хватается за бутылку. Чего можно ждать от подростков?

Что в телевидении на первом месте? Реклама! Всё остальное потом. Много стали говорить о здоровье, рекламировать препараты и аппараты. Какая забота! Московские деятели обещают нам выслать

заказ, если мы позвоним им сразу после передачи на радио. Как-то я позвонила. После многих вопросов, наконец, назвали очень приличную цену. Но пенсионерам, как малоимущим (на старости лет мы получили такое звание) могут продать в 2 раза дешевле — за 18500 рублей. В этот же день объявили по радио, что в аптеке по улице Герцена будут продавать те же аппараты. Звоню туда. Скидок нет, а цена 18300. Вот и вся забота о нашем здоровье! Реклама ничего не говорящая, только играющая на нервах.

Есть одно лекарство для всех — и старых, и особенно для молодых, — занятость трудом, хорошо, если любимым, но обязательно полезным. И труд этот должен приносить радость, удовлетворение. Думаю, этим человек и отличается от животного.

Клара Дмитриевна ЛОМАТЬ,
пенсионерка

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ХОТИТЕ ПИЩУ БОГОВ?

Если бы человеку дать два желудка, он бы наполнил оба, совсем не заботясь о последствиях. К счастью, тело наше устроено так, что клетки сами избавляются от большей части отходов, но, к сожалению, не все отходы они могут ликвидировать. Отходы накапливаются и причиняют клетке вред. Систем переработки в организме много, и, тем не менее, эти системы повреждаются, их перерабатывают вместе с полупереработанным материалом лизосомы (это такие пузырьки, наполненные разнообразными ферментами для химической ликвидации отходов в клетке). С годами количество ферментов в лизосомах становится всё меньше, а отходов всё больше. Вот тогда-то и включается механизм старения клетки.

Как решает эту проблему Порфирий Иванов (на его системе омолаживаются клетки внутренних органов)? Мы знаем, что при обливании холодной водой больные клетки погибают. Но убить мало — надо их выбросить из организма, чтобы они не складировались и не отравляли тело. Как? Эффективнее всего с помощью сознательного терпения без пищи и воды. Именно терпения, а не голодания. На терпении без пищи и воды человек терпит и избавляется от нежелательных отрицательных эмоций и поступков. «Старайся хоть раз в неделю обходиться без пищи и воды с пятницы в 18–20 часов до воскресенья — 12 часов. Это твои заслуги и покой. Если тебе трудно, то держи хотя бы сутки».

Натуропаты рекомендуют голодание с водой. Это менее эффективно: вода — строительный материал для микробов, говорит Иванов. В воде могут быть химикаты, радиация. Мы ведь не делаем анализ воды, а пьём, какая есть. Как только принятая пища переварится (через 16–18 часов), сразу же включается механизм чистки. Чем зашлакованнее тело, тем этот процесс проходит болезненнее: может разболеться голова, рвоты, слабость, сухость и неприятный запах изо рта. Ни зубы чистить, ни таблетки пить в это время не

следует. Нужно вытерпеть. Со временем, чем чище будет становиться тело, тем легче проходит чистка на терпении.

Ещё одна тонкость. Во время обливания холодной водой (до или после него), а также на терпении нужно делать специальные дыхательные упражнения, которые Учитель Иванов назвал «вдохи жизни». Он говорит, что питание находится не в миске борща, хлеба, мяса, оно находится выше головы — «это азот живого характера, миллионная доля питания». Известно, что атмосферный воздух состоит на 75 % из азота. Какое участие в обменных процессах организма он принимает? В толстом кишечнике находятся азотфиксирующие бактерии, которые из воздуха фиксируют этот азот и синтезируют аминокислоты, а из них уже получается белок. За счёт этого белка и обходимся мы 42 часа без пищи и воды. Не зря в народе говорят — святым духом питаться. Именно!

Как делать «вдохи жизни»? Стоя босиком на земле или снегу, поднимаешь лицо в гору, открытым ртом медленно втягиваешь воздух, проглатываешь, задерживаешь на секунду-две дыхание, и резко через рот выдыхаешь, мысленно представив, что выдохнул болезнь, грязь, то есть — отходы. Всего нужно сделать три «вдоха жизни».

Вторым великим составляющим этой поистине пищи богов является солнечная энергия. Она творит в теле чудеса. Учитель советует сознательно участвовать в управлении процессами обмена в собственном теле. «Если у тебя что-то болит, мысленно сосредоточься на больном органе, проглоти этот воздух и окружи им больное место». Так мы учимся помогать себе сами. Не нужно делать укол, принимать таблетку или обращаться к экстрасенсу. Исключение составляют больные сахарным диабетом и вообще тяжело больные, здесь — особый разговор. Нет неизлечимых болезней, а есть неизлечимые негативные мысли, от которых страдает их производитель.

Екатерина КАРДАШ