18019
9 930007 000233

Александр Жилкин ушёл в отставку – стр. 3.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ:
ПРОСТУДА НАСТУПАЕТ
стр. 8

Астраханский
Пенсионер

ЗОЛОТОЙ ФОНД ПРЕССЫ 2017

№ 19 (204)
1-14 октября 2018 г.

Нас 260 тысяч

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Рекомендуемая цена – 13 рублей.

САД-ОГОРОД:
РАБОТЫ В ОКТЯБРЕ
стр. 6

ТЕМА НОМЕРА

Встречаем праздник вместе

1 октября – День пожилого человека

В 1990 году Организация объединенных наций объявила 1 октября Международным днем пожилых людей. Сегодня эту дату отмечают во всем мире, в том числе и в России. По традиции "Астраханский пенсионер" в этот день с помощью регионального отделения Пенсионного фонда РФ создает обобщенный портрет астраханского пенсионера, рассказывая, как живут наши земляки, перешагнувшие порог пенсионного возраста. Не будем отступать от нее и сегодня.

Касьянова Светлана Александровна, Лузановы Римма Юрьевна и Владимир Анатольевич: *– Мы сами родом из Астрахани, но сейчас живем в Москве и Севастополе. Не были в этих краях 16 лет. Приехали, чтобы навестить друзей, посмотреть на свой дом. Радует, что город стал краше. Астраханским пенсионерам желаем здоровья и благополучия! Пусть в ваших домах и семьях все будет хорошо, а ваш город процветает!*

Нас уже 265 тысяч

С каждым годом количество пенсионеров в Астраханской области растет. По данным Астраханского отделения ПФР на 1 сентября 2018 года, их количество превысило 265 тысяч человек, на 2 тысячи больше, чем в прошлом году. Почти 70% от общего числа пенсионеров – женщины: они и живут дольше мужчин, и на пенсию выходят на пять лет раньше.

Уже почти 27 тысяч наших земляков перешагнули 80-летний рубеж (6274 мужчины и 20660 женщин). Из них 580 (121 мужчина и 459 женщин) уже отметили свои 100-летние юбилеи

Такие разные пенсии

Подавляющее большинство астраханских пенсионеров – почти 247 тысяч человек – заработали за свою жизнь достойный трудовой стаж, позволяющий им получать страховую пенсию. Средний ее размер по региону – около 12,5 тыс. рублей. Страховые пенсии каждый год индексируют, но теперь только неработающим пенсионерам. Тем, кто продолжает трудиться, а таковых у нас более 52 тысяч человек, все "пропущенные" индексации начислят после прекращения работы. Напомним, что в этом году страховые пенсии были повышены с 1 января на 3,7%. В 2019 году индексация также состоится 1 января. Уже объявлено, что ее размер составит порядка 7%.

Около 17,5 тысяч астраханцев по разным причинам (например, в силу инвалидности) не выработали необходимый для назначения страховой пенсии стаж. Они получают социальную пенсию, средний размер которой составляет 8,8 тыс. рублей. Социальные пенсии также индексируются каждый год с 1 апреля. В 2018 году повышение составило 2,9%.

Но более чем у 35 тысяч астраханских пенсионеров размер пенсии ниже не только среднего, но и минимального уровня. Они получают социальную доплату до прожиточного минимума пенсионера, который на 2018 год установлен в размере 7961 рубль. Подробнее об этом – на стр. 3.

Опять реформы...

Спокойной для наших пенсионеров жизнь никогда не бывает. Если в прошлом году всех взбаламутил и причинил немало головной боли так называемый Социальный кодекс Астраханской области, то теперь "поставили на уши" не только астраханских пенсионеров, но и всю страну. Конечно, речь идет о предстоящем повышении пенсионного возраста для женщин с 55 до 60 лет, для мужчин – с 60 до 65. И хотя вроде как тех, кто уже вышел на пенсию, эти реформы не коснутся, пожилые люди очень болезненно восприняли грядущие изменения, переживая за своих детей и внуков, о чем свидетельствуют и письма читателей "Астраханского пенсионера", которые мы регулярно публиковали и будем публиковать. Наша газета с июня этого года, когда законопроект о повышении пенсионного возраста был внесен правительством в Государственную Думу, практически в каждом номере старалась подробно информировать вас о сути реформы и ее особенностях, о том, как ее воспринимает народ. Мы обязательно продолжим и дальше освещать эту архиважную тему.

Не стоит унывать

Но проблемы проблемами, а День пожилого человека никто не отменял. Поэтому с праздником вас, дорогие пенсионеры, пусть ваши родные и близкие окружают вас теплом и заботой, а родное государство постарается сделать хоть чуточку больше, чем делало до сих пор. Давайте не будем унывать, постарайтесь побольше общаться с родными и друзьями, заниматься интересными делами, заботиться о своем здоровье. Терпения вам и благополучия, долгих лет жизни. Берегите себя.

Редакция.
Фото Т. Стадник.

АКТУАЛЬНО

Реформу приняли

Ждём подписи президента

26 сентября Государственная Дума РФ рассмотрела законопроект о повышении пенсионного возраста в главном, втором чтении, а третье, окончательное, состоялось 27 сентября. Если законодательный пакет будет подписан президентом, то с 1 января 2019 года пенсионная реформа зашагает по стране.

Всё решилось

Государственная Дума рассмотрела во втором чтении законопроект об изменении пенсионного законодательства. В первую очередь речь идет о повышении пенсионного возраста. Напомним, что правительство РФ первоначально предлагало постепенно повысить возраст выхода на пенсию для женщин с 55 до 63 лет, для мужчин – с 60 до 65. Но в конце августа **Владимир Путин** предложил ряд смягчающих поправок к законопроекту, в том числе и снижение пенсионного порога для женщин с 63 до 60 лет, а также полгода пенсионной "амнистии" для тех, кто "по-старому" должен был выходить на пенсию в 2019-2020 годах.

Среди предложений президента – ряд мер по поддержке людей нового предпенсионного возраста: женщин, достигших 55 лет, и мужчин – 60 лет.

(Окончание на стр. 2.)

Реклама

Астраханский Пенсионер ВСЕГДА ПОДСКАЖЕТ

Уважаемые читатели!
С 4 по 14 октября - Всероссийская декада льготной подписки.
Успейте подписаться на газету «Астраханский пенсионер»
на 1 полугодие 2019 года ПО СНИЖЕННЫМ ЦЕНАМ!
Подписной индекс издания 50596

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ МОЖНО ВО ВСЕХ ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ СВЯЗИ. СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНУ 48-18-02

ЗАМЕТКИ ВОРЧУНА

Зачем цыгану шуба?

Об устаревших плакатах

Нашим читателям не все равно, как выглядит родной город. Они не раз обращались в редакцию с вопросами, почему, например, в городе много англоязычных вывесок или почему на улицах годами стоят сломанные часы. Например, на углу Кирова и Ахматовской, на Больших Исадах. В последнее время внимание астраханцев привлекли вывески и плакаты.

День Победы для большинства россиян по-прежнему свят, об этом можно судить по народному движению "Бессмертный полк". Но есть люди, которые организуют мероприятия к годовщинам Победы в силу профессиональных обязанностей. Возможно, они намекают городским предприятиям и организациям, что было бы патриотично украсить свои фасады поздравлениями с 9 Мая. И, возможно, организации думают, что и на следующий год их попросят о том же. Как бы там ни было, круглый год нас поздравляют с Днем Победы.

Круглый год нас поздравляют с Днем Победы, 8 Марта и Новым годом.

Зато на обелиске в сквере Победы, превращенном в 2015 году в памятник "Журавли" и приобретшем вместо бетонных светящиеся красным цифры 1941-1945, перегорела часть лампочек. И цифр там теперь светится только шесть.

Цветочный магазин на улице Бэра к 8 Марта когда-то разорился на большую и очень красочную рекламу ярмарки тюльпанов. Она висит аж с двух сторон рынка на улицах Бэра и Ахшарумова. Почему-то до сих пор. Ну как тут не вспомнить пословицу, подходящую как раз под этот случай. "Зачем цыгану шуба? Октябрь, ноябрь, тяп-тяп – и май".

Администрация города ежегодно объявляет конкурс среди предприятий и организаций, кто из них лучше украсит свое здание и прилегающую территорию к Новому году. Вот министерство физкультуры и спорта намертво и прикрепило к фасаду своего здания гирлянды и крупные замечательные снежинки. В декабре они, наверное, будут еще и светиться.

С точки зрения закона все эти организации чисты. Но, согласитесь, есть все же в этих вневременных украшениях города некоторая неряшливость, южная расслабленность, которая немало веселит приезжих. Что же касается стоящих уличных часов, то и вовсе, как гласит примета, "Сломанные часы мертвое время показывают. В доме, где время стоит, человеку беда грозит". А разве наш город не наш дом?

Ваш ворчун-пенсионер.

РЕПОРТАЖ

"Будьте любимыми и нужными"

Пожелания земляков

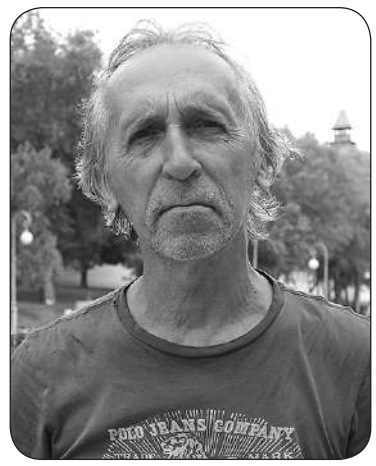
По традиции в преддверии Международного дня пожилых людей корреспондент "АП" прогулялся по улицам нашего города. "Чего вы пожелаете землякам?" – спросили мы у пенсионеров.

Донская Нелли Касимовна:
– В преддверии праздника очень хочется пожелать, чтобы все пенсионеры, все пожилые люди просто были нужны кому-то в этой жизни! Чтобы они не были забыты и продолжали приносить пользу другим (хотя бы своим родным).

Шкуратов Николай Николаевич:
– Желаю астраханским пенсионерам здоровья и терпения, а самое главное – достойной жизни! Будьте востребованы, доброжелательны и позитивны!

Калашникова Валентина Федоровна:
– Поздравляю всех пенсионеров с Днем пожилого человека! Желаю вам бодрости и энергии! Пусть не угасает энтузиазм и любовь к жизни. И пусть дети, внуки любят и приносят только радость!

Абрашева Алимат Ануаровна:
– Желаю всем пожилым людям оптимизма и отличного настроения! Чтобы все были окружены любовью и заботой и сами дарили любовь и ласку окружающим.



Вячеслав Витальевич:
– От лица пенсионера всем остальным пенсионерам желаю, чтобы пенсия стала больше, медицинское обслуживание – лучше, и чтобы цены не росли! И, конечно же, крепчайшего здоровья и долголетия!

Беседовала Татьяна СТАДНИК. Фото автора.

АКТУАЛЬНО

Реформу приняли

Ждём подписи президента

22 сентября прошли очередные акции противников пенсионной реформы. В Астрахани объединенной оппозиции – региональным отделениям "Справедливой России", КПРФ и ЛДПР – удалось собрать полторы тысячи человек.

(Начало на стр. 1.)

Они смогут оформить себе пенсию на 6 месяцев раньше, чем предусмотрено реформой (подробности см. в "АП" № 18 от 15 сентября). Среди других предложений президента – ряд мер по поддержке людей нового предпенсионного возраста: женщин, достигших 55 лет, и мужчин – 60 лет. Среди них – сохранение для этой категории граждан на переходный период льгот по имущественным налогам и мер социальной поддержки и уголовное наказание за необоснованный отказ в приеме на работу или увольнение работников предпенсионного возраста. Кстати, этот законопроект Дума приняла 25 сентября в окончательном, третьем чтении. Нарушителям будет грозить штраф до 200 тыс. рублей или до 360 часов обязательных работ.

После третьего чтения документ будет отправлен на одобрение в Совет Федерации, а затем – на подпись к президенту, и закон вступит в силу с 1 января 2019 года.

"Позорный марш"

А между тем в минувшую субботу, 22 сентября, по всей стране прошли очередные акции противников пенсионной реформы. В Астрахани объединенной оппозиции – региональным отделениям "Справедливой России", КПРФ и ЛДПР – удалось собрать полторы тысячи человек. Участники акции прошли от сквера Ульяновых у кремля в сквер имени Кирова. Свое шествие они назвали "Позорный марш", так как держали в руках фотографии руководителей правительства, Госдумы РФ и астраханских депутатов, проголосовавших за пенсионную реформу. Затем состоялся митинг, его участники потребовали не повышать пенсионный возраст и отправить в отставку федеральное правительство.

Поправки Поклонской

Кстати, депутат Госдумы, экс-прокурор Крыма **Наталья Поклонская**, единственная из членов фракции "Единая Россия" проголосовавшая против законопроекта о пенсионной реформе при его принятии в первом чтении, ко второму чтению подготовила свои поправки. Она предложила при достижении пенсионного возраста в 55 (для женщин) и 60 лет (для мужчин) дать людям право самостоятельно выбирать: выйти на пенсию либо продолжать работу. "При этом за полный трудовой год после достижения пенсионного возраста (55/60 лет) увеличивается размер пенсии к начисленной сумме на 3%. Её выплата начинается после увольнения с работы по выходе на пенсию. Таким образом, люди будут заинтересованы продолжать работу после достижения ими указанного возраста и самостоятельно зарабатывать себе повышенный размер пенсии", – отметила Поклонская.

Однако комитет Госдумы по труду, социальной политике и делам ветеранов рекомендовал отклонить поправки Поклонской, поскольку она не явилась на заседание комитета и не аргументировала свою позицию.

Евгений ВОЛИН.

Александр Жилкин ушёл в отставку

26 сентября президент Владимир Путин подписал Указ "О досрочном прекращении полномочий Губернатора Астраханской области" Александра Жилкина, возглавлявшего Астраханскую область с 2004 года.

По словам президента, экс-глава области попросил перевести его на другое место работы. Вместо Жилкина врио главы региона назначили **Сергея Морозова**. Он занимал пост помощника министра обороны, а в последнее время работал заместителем руководителя Федеральной таможенной службы.

Александр Жилкин в интервью ТАСС отметил, что у него есть "определенная степень усталости от всех проблем, которые есть". "Я горжусь тем, что мне удалось сделать в регионе. Конечно, проблем много и их нужно решать, но я думаю, что новый руководитель с этим справится <…> Я буду обязательно ему помогать, я все расскажу – обо всех направлениях, проблемах, которые есть, скажу о механизмах, которые использовались для их решения. Я обязательно поддержу и помогу новому главе региона", – сказал Александр Жилкин. Он также сообщил, что планирует остаться в регионе. "Это зависит не только от меня, но, с другой стороны, я люблю свой регион и здесь родился, безусловно, я останусь в регионе", – отметил Жилкин.

Среда, 26 сентября, стала знаменательной для ряда регионов. Владимир Путин за один вечер сменил трех губернаторов. Помимо главы Астраханской области, свои посты покинули и губернаторы Приморского края и Кабардино-Балкарии. Временно исполняющим обязанности главы Приморского края назначен **Олег Кожемяко**, сообщает Интерфакс. Временно исполняющим обязанности главы Кабардино-Балкарии **Владимир Путин** предложил стать сотруднику своей администрации **Казбеку Кокову**.

Соб. инф.

МНЕНИЕ

"Уступите рабочие места молодёжи"

Дорогая редакция!

Я очень люблю вашу газету. Мне 72 года, ветеран труда. Хочу сказать, что не согласна с увеличением возраста выхода на пенсию. Мы живем в Астраханской области, где летом от жары термометр зашкаливает порой больше 40 градусов. Люди работают в поле или на стройках. Летом жарко, зимой холодно. Если зарплата небольшая, то условия труда хуже, здоровье не очень, но все равно работают, чтобы помочь своим детям и внукам.

Мне кажется, чтобы увеличить казну Пенсионного фонда, надо сделать так. Если человек хочет работать, пусть работает, но пенсию не получает. Еще надо создавать рабочие места, возрождать заводы, фабрики и все то, что при перестройке было приватизировано или порушено.

Работы в селах нет после перестройки. У нас в районе было много организаций: маслозавод, ПМК, сельхозтехника... Но сейчас уже нет. И молодежь болтается без дела, пьет, наркоманит. Есть же такие, кто едет работать на север, в Москву.

После окончания вузов и колледжей молодые специалисты не могут устроиться на работу. Говорят, что нужен стаж, а где его взять? А что за работа у частников? Без трудовой книжки, зарплата в конверте, никаких перечислений в Пенсионный фонд.

Есть и другая проблема. Сейчас молодежь и дети больные. Экология, питание здоровья не приносят. Это старое поколение, пережившее голод и холод, еще живут, а те, кто моложе и еще не достигли пенсионного возраста, больше болеют.

Для чего учатся наши дети и внуки? Вот мы, родители и бабушки с дедушками, мечтали о том, что они выучатся, приобретут профессию, женятся или выйдут замуж, будут заботиться о нас. Но какая у молодежи будет семья, если нет работы и они находятся на иждивении родителей, а больше на попечении бабушек и дедушек, которые выделяют какие-то крохи со своих пенсий? Так какое же отношение у молодых будет к тем пенсионерам, которые займут их рабочие места? Думаю, что работодатели, если к ним обращается дипломированная молодежь, не должны спрашивать стаж работы. Ведь раньше они сами шли работать без стажа и их, если надо было, могли подучить, было наставничество. Не надо делать зло между молодыми и старыми, которые занимают их места. От этого уважения к старшему поколению не будет, а только озлобление!

КУЗНЕЦОВА,
Астраханская область.

На бедных опять сэкономят?

Чиновники хотят понизить минимальную пенсию

Министерство труда и социального развития РФ предлагает изменить порядок определения прожиточного минимума пенсионера, до которого пожилым людям с маленькой пенсией начисляется доплата. Если предложение чиновников будет принято, то малоимущие астраханские пенсионеры окажутся уже не то что за реальной, а за официальной чертой бедности.

Источник: Пенсионный фонд РФ

Доплата до минимума

Как уже не раз писал "АП", неработающие пенсионеры, чьи пенсии вместе с другими доходами (пособия, дотации) не достигают специально устанавливаемого на каждый календарный год прожиточного минимума пенсионера (ПМ), получают социальную доплату, "дотягивающую" их материальное обеспечение до этого самого минимума. Его величина утверждается на каждый календарный год региональным законом не позднее 1 ноября предыдущего года. Определяется она, как сказано в федеральном законе "О прожиточном минимуме в РФ", исходя из стоимости потребительской корзины и уровня цен на продукты питания в регионе. Так, в Астраханской области прожиточный минимум пенсионера на 2018 год составляет 7961 рубль, и тем, у кого пенсии ниже этой величины, начисляют ежемесячную социальную доплату. Например, если пенсионер получает пенсию в размере 7000 рублей, то социальная доплата составит 961 рубль.

По данным отделения Пенсионного фонда РФ по Астраханской области, в настоящее время в регионе федеральную социальную доплату получают более 35 тысяч пенсионеров.

Равнение назад

Министерство труда и социального развития РФ выступило с инициативой изменить порядок определения величины прожиточного минимума пенсионера, до которого выплачивается социальная надбавка. Минтруд предлагает забыть о грядущей инфляции и приравнять прожиточный минимум пенсионера, устанавливаемый для определения социальной доплаты, к другому, текущему прожиточному минимуму для пенсионеров в регионе по состоянию на II квартал предыдущего года.

Напомним, что текущий прожиточный минимум в целом по региону и для основных социально-демографических групп населения (трудоспособное население, дети, пенсионеры) утверждается правительством Астраханской области ежеквартально.

Теперь посмотрим: прожиточный минимум пенсионера на 2018 год, применяемый для установления размера соцдоплаты, был утвержден областным законом, принятым Думой Астраханской области и подписанным губернатором 31 октября 2017 года, в размере 7961 рубля. А прожиточный минимум для пенсионеров за II квартал 2017 года, размер которого был установлен региональным правительством 25 июля 2017 года, составил 7777 рублей.

Если перейти к расчету прожиточного минимума по новой методике, то он и повышаться не будет как минимум еще несколько лет.

Это означает, что если бы в прошлом году действовали нормы, предлагаемые сейчас Минтрудом, то астраханцы с маленькой пенсией получали бы меньшую соцдоплату: прожиточный минимум пенсионера оказался бы искусственно занижен почти на 200 рублей, что с учетом постоянного роста цен неминуемо опустило бы жизненный уровень таких пенсионеров за черту бедности. Более того, прожиточный минимум для астраханских пенсионеров за II квартал 2018 года оказался еще ниже, 7754 рубля, то есть в 2019 году малоимущие пожилые люди стали бы еще беднее.

"В целях обеспечения..."

Для чего же Минтруд разработал сей законопроект? В пояснительной записке к документу говорится, что проведенный анализ показал, что в ряде регионов величина прожиточного минимума пенсионера необоснованно завышена или занижена: в 14 субъектах федерации она меньше фактической среднегодовой величины за 2017 год, в 71 субъекте – больше. Так, у нас в регионе среднегодовая величина ПМ для пенсионеров за 2017 год составила 7561,5 руб., а величина прожиточного минимума пенсионера для соцдоплаты на этот год – 7947 руб., почти на 400 рублей больше. Ай-яй-яй, негодуют чиновники, непорядок. Поэтому "в целях исключения необоснованного занижения либо завышения величины прожиточного минимума пенсионера для установления социальной доплаты к пенсии, обеспечения надлежащего уровня социальной поддержки малоимущих пенсионеров" и обеспечения "единых подходов к определению величины прожиточного минимума пенсионера в субъектах Российской Федерации" и предлагаются вышеописанные новации.

"Важно отметить, что изменение порядка установления величины прожиточного минимума пенсионера ни в коем случае не приведет к снижению доходов пенсионеров", – уверяют в министерстве труда и соцзащиты, потому что в соответствии с законом о "О государственной социальной помощи" прожиточный минимум пенсионера, устанавливаемый для определения соцдоплаты на будущий год, не может быть ниже минимума предыдущего года. То есть для Астраханской области прожиточный минимум на 2019 год не может быть ниже 7961 рубля, установленного на 2018 год.

Ниже-то он действительно быть не может. Но если перейти к расчету прожиточного минимума по методике, предлагаемой Минтрудом, то он и повышаться не будет еще несколько лет. Значит, реальные доходы малоимущих пенсионеров с каждым годом за счет инфляции будут снижаться.

Похоже, что власть в очередной раз решила сэкономить на самых бедных.

Леонид ХАЮТ.

Не освобождение, а компенсация

Как платить взносы на капремонт

В редакцию "АП" обратилась семья пенсионеров и рассказала такую историю. Муж и жена прекратили платить взносы на капремонт с лета 2017 года, так как им обоим исполнилось по 80 лет. В этом году Фонд капремонта посчитал их неплательщиками и взыскал с них значительную сумму. "Справедливо ли это?" – спросили нас читатели. За разъяснениями мы обратились в министерство социального развития и труда Астраханской области.

Многим астраханским домам требуется капитальный ремонт, но ждать его придется десятилетия.

Платим в полном объёме

В региональном министерстве социального развития и труда напоминают, что в соответствии с частью 1 статьи 158 Жилищного кодекса Российской Федерации собственник помещения в многоквартирном доме обязан нести расходы на содержание принадлежащего ему помещения, а также участвовать в расходах на содержание общего имущества в многоквартирном доме соразмерно своей доле в праве общей собственности на это имущество путем внесения платы за содержание и ремонт жилого помещения и взносов на капитальный ремонт.

Освобождение от оплаты взноса на капитальный ремонт граждан, достигших восьмидесятилетнего возраста, законодательством Российской Федерации не предусмотрено. Собственники жилья производят оплату взносов на капитальный ремонт с учетом доли площади жилья, находящейся в собственности, в полном объеме.

В свою очередь согласно статье 169 Жилищного кодекса Российской Федерации законом субъекта Российской Федерации может быть предусмотрено предоставление компенсации расходов на уплату взноса на капитальный ремонт, рассчитанной исходя из минимального размера взноса на капитальный ремонт на один квадратный метр общей площади жилого помещения в месяц, установленного нормативным правовым актом субъекта Российской Федерации, и размера регионального стандарта нормативной площади жилого помещения, используемой для расчета субсидий, одиноко проживающим неработающим собственникам жилых помещений, достигшим возраста 70 лет, – в размере 50 процентов, 80 лет, – в размере 100 процентов, а также проживающим в составе семьи, состоящей только из совместно проживающих неработающих граждан пенсионного возраста, собственникам жилых помещений, достигшим возраста 70 лет, – в размере 50 процентов, 80 лет, – в размере 100 процентов.

На территории Астраханской области предоставление этой меры социальной поддержки предусмотрено статьей 36.1 Закона Астраханской области № 85/2016-ОЗ.

Собственники жилья производят оплату взносов на капитальный ремонт с учетом доли площади жилья, находящейся в собственности, в полном объеме.

Как считают компенсацию

Порядок и условия предоставления компенсации взносов на капитальный ремонт регламентированы Законом Астраханской области № 79/2008-ОЗ.

Расчет размера компенсации осуществляется в соответствии с Порядком расчета размера компенсации расходов отдельным категориям граждан на оплату жилых помещений и коммунальных услуг в системе персонального учета, утвержденным постановлением Правительства Астраханской области от 09.11.2009 № 602-П, с учетом минимального размера взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме, установленного на территории Астраханской области, норматива площади жилого помещения (но не более площади жилья, находящейся в собственности гражданина).

Согласно постановлению Правительства Астраханской области от 28.12.2017 № 539-П "О минимальном размере взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме на территории Астраханской области на 2018 год" минимальный размер взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме на территории Астраханской области в 2018 году составляет 5 руб. на один квадратный метр общей площади помещения в многоквартирном доме, принадлежащей собственнику такого помещения.

Размер регионального стандарта нормативной площади жилого помещения, используемой для расчета субсидий, установлен Законом Астраханской области от 05.06.2006 № 14/2006-ОЗ "О региональных стандартах оплаты жилого помещения и коммунальных услуг" и составляет:

– 33 кв. метра общей площади жилья для одиноко проживающего гражданина;

– 42 кв. метра общей площади жилья для семьи из двух человек (21 кв. метр на одного человека);

– 18 кв. метров общей площади жилья на одного человека для семьи из трех и более человек.

Как назначают компенсацию

В соответствии со статьей 160 Жилищного кодекса Российской Федерации компенсация за капитальный ремонт предоставляется гражданам при отсутствии у них задолженности по оплате взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме либо при заключении и выполнении гражданами соглашений по её погашению с предприятиями-поставщиками коммунальных услуг.

Компенсация за капитальный ремонт назначается с 1-го числа месяца, следующего за месяцем, в котором гражданин представил в соответствующий уполномоченный орган (центр социальной поддержки населения) документы, предусмотренные законодательством.

В свою очередь гражданам, обратившимся за назначением компенсации за капитальный ремонт до 01.01.2018, эта мера социальной поддержки выплачивалась со дня возникновения у данных граждан права на ее получение, но не ранее 03.07.2017.

Гражданам, обратившимся за назначением компенсации взноса на капитальный ремонт в 2018 году, компенсация выплачивается в соответствии с законодательством, и суммы денежных средств, начисленные в качестве взноса на капитальный ремонт за предыдущий период и оплаченные гражданином, компенсации не подлежат.

Как правило, сведения об отсутствии у гражданина задолженности по оплате взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме либо заключение и выполнение гражданином соглашения по ее погашению запрашиваются в рамках информационного сотрудничества из некоммерческой организации "Фонд капитального ремонта многоквартирных домов Астраханской области", и гражданину не нужно посещать эту организацию для получения указанных сведений. В случае поступления в рамках информационного сотрудничества в центры социальной поддержки населения информации о наличии у гражданина задолженности по оплате взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме урегулирование вопроса погашения задолженности с этой организацией осуществляется непосредственно гражданином.

Подготовила Анна ВАСИЛЬЕВА.
Фото Т. Стадник.

НАША СПРАВКА

Пакет документов для компенсации за капремонт

Обращение за назначением компенсации за капитальный ремонт носит заявительный характер, поэтому для назначения этой меры социальной поддержки надо представить в центр социальной поддержки населения по месту жительства комплект документов, предусмотренный статьей 3 Закона Астраханской области № 79/2008-ОЗ (с предъявлением оригинала, если копия не заверена в порядке, предусмотренном законодательством Российской Федерации):

– заявление о назначении и выплате компенсации за капитальный ремонт по форме, установленной правовым актом министерства;

– копию паспорта или иного документа, удостоверяющего личность гражданина в соответствии с законодательством Российской Федерации;

– копии платежных документов, подтверждающих расходы на оплату взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме в календарном месяце, предшествующем месяцу подачи заявления о назначении и выплате указанной компенсации, и (или) документы, содержащие сведения о площади занимаемого жилого помещения;

– документ, подтверждающий отсутствие у гражданина задолженности по оплате взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме либо заключение и (или) выполнение гражданином соглашения (соглашений) по ее погашению (в случае отсутствия между министерством и организациями-поставщиками жилищно-коммунальных услуг соглашения об информационном сотрудничестве);

– копии документов о трудовой деятельности гражданина – для одиноко проживающих граждан;

– копии документов о трудовой деятельности гражданина и членов его семьи – для граждан, проживающих в составе семьи;

– копию документа, подтверждающего право собственности на жилое помещение (в случае если право собственности на жилое помещение не зарегистрировано в Едином государственном реестре недвижимости).

Информация предоставлена министерством социального развития и труда Астраханской области.

МЫ И НАШИ ВНУКИ

Стольник за пятёрку

Надо ли платить школьнику за учёбу?

– Вон мой отличник бежит, – сказала Валя, мама маленькой Аринки и моя коллега по детской площадке, где я гуляю с младшей внучкой.

Отличник, пятиклассник Валерка, радостно крикнул маме: "Пятерка по контрольной! С тебя полтинник! Нет, сто рублей: ты мне еще за прошлую контрольную должна!"

Я не смогла скрыть недоумения.

Больше 35% современных родителей являются сторонниками "платежной системы".

Финансовый подход

У меня такого опыта в отношении старшего внука, который учится в третьем классе, нет. Стала расспрашивать других. И выяснилось, что система финансовой мотивации школяров существует во многих семьях.

– Так сейчас кругом рыночные отношения, – убеждает меня Валеркина бабушка Ирина Юрьевна. – Что вы хотите? Когда ребенку платят за хорошие отметки, это его подстегивает, он старается. Хочет заработать – сам учит уроки, не надо подгонять и напоминать.

– А вам самим родители за хорошие оценки платили? – спрашиваю сторонниц материального стимулирования.

– Нет, конечно, – отвечают. – Учились сами, интересно было. Только зачем сравнивать? Тогда время было другое!

Время не виновато

Ох уж эта удобная отговорка про время! Все можно на него списать и объяснить. Но, как и тогда, сейчас мы хотим, чтобы дети получали крепкие знания. Хорошие оценки – аргумент в пользу знаний. Однако не всегда. Ирина Юрьевна признается: пятерки-то в дневнике у внука появились, но когда спустя две недели вернулись к пройденной теме – оказалось, ничего не помнит, не усвоил. А ведь учил, даже отличную оценку получил. "Вызубрил, наверное, чтобы только гонорар заработать", – досадует Ирина Юрьевна.

Но даже если учил, а не зубрил, вопрос не к нему, а к родителям. Они действительно считают, что нашли эффективный подход к учебе? Мама пятиклассника Валерки признается: пока это помогает. Заниматься с ним родителям сложно: у Вали на руках маленькая дочка, муж работает вахтами. Так что деньги в данном случае выступают помощниками. Ну что еще можно придумать, чтобы заинтересовать учебой?

А вот учитель начальной школы **Лина Константиновна Шевченко** категорически против материального поощрения за учебу: "На мой взгляд, у детей формируется неправильная мотивация – они начинают учиться ради денег, а не ради своих собственных знаний. А это значит, что если вдруг родители не смогут заплатить ребенку, стимул учиться у него пропадет. Да и зачастую это провоцирует ребенка на нечестные методы: исправление оценок в дневнике, списывание".

Деньги-деньги-дребеденьги

Сторонники платы за оценки приводят еще и такие доводы: мол, все равно ребенку нужны деньги на карманные расходы. А тут он их сам заработал!

Однако психологи уверяют, что карманные деньги никакого отношения к оплате отметок не имеют. Средства на карманные расходы дети получают вне зависимости от школьных успехов, когда уже понимают ценность сбережений и могут сами или вместе с родителями спланировать свои расходы. Но стимулом к учебе финансы быть не должны.

> Учеба – это как работа? Сделал хорошо – заработал.

– Ученик должен понимать, что в первую очередь ему самому необходимы знания, – считает психолог **Оксана Рогаль-Левицкая**. – Некоторые родители уверяют, что учеба – это та же работа, потому она должна оплачиваться. Но аналогии с работой совершенно неуместны. Работодатель платит работникам за предоставленные услуги, а кому и какие услуги оказывает школьник? Поощрять ребенка за старание можно. Однако поощрение не должно быть материальным. И еще совет: хвалите своего ребенка, чаще демонстрируйте вашу веру в его успех, и тогда его отношение к учебе, да и к вам тоже, будет строиться на заинтересованности, стремлении стать лучше, а не на материальной выгоде.

Кредит для оценки

Я не психолог, не учитель и не финансист, но у меня есть свое мнение. На мой взгляд, когда родители платят школьникам за хорошую учебу, они нарушают сам принцип построения отношений в семье, в основе которого – бескорыстная взаимопомощь и любовь. Конечно, поощрять ребенка нужно, но делать это с помощью купюр – значит вредить прежде всего самому ребенку. "Я видела, какие люди вырастали из тех моих учеников, которые учились за деньги, – рассказывает Лина Шевченко. – Не все, но многие начинали относиться к жизни через призму купюр. Даже за хлебом для старенькой бабушки ходили, если только за это платили. Доброту и милосердие вытеснили деньги".

Между тем больше 35% современных родителей являются сторонниками этой "платежной системы". Хотя она порой дает сбои. Пример? Пожалуйста. Вечером того же дня, после Валиного разговора с сыном на площадке, она постучалась к нам, попросила деньги в долг. "Нечем платить Валерику, – сказала со смехом, – я и так ему должна".

А мне было совсем не смешно.

Марина ПАРЕНСКАЯ.
Фото Е. Зимней.

КУЛЬТУРА

С Монмартра – в Астрахань

Французы на сцене драмтеатра

– 209 театральный сезон в Астраханском драматическом театре обещает продемонстрировать высокий порог притязаний, – считает заместитель директора Светлана Журавлева. – Во всяком случае он начался с международных премьер. 21-22 сентября состоялся спектакль "Не сотвори себе…" режиссера Галины Полищук и художника Айгарса Озолиниша из Латвии. И хотя в нем заняты актеры местного театра – это событие надо расценивать как яркое знакомство астраханцев с новой творческой лабораторией.

Французский театр приедет к нам после выступлений в Санкт-Петербурге.

На 27 октября назначена премьера французского театра с Монмартра "L'Atalante" – "За закрытыми дверями" (с сурдопереводом). К нам он приедет после выступлений в Санкт-Петербурге. Проект финансируется министерством культуры Франции. У этой творческой встречи своя предыстория. Наши актеры принимали участие в парижском театральном фестивале русской культуры "Русский космос" со спектаклем по произведениям Чехова "Огонь страстей желанных" (режиссер Станислав Таюшев) и другими моноспектаклями, в результате открытый интерес к этой постановке и коллективу вылился в предложение к сотрудничеству. Билеты на большую сцену уже продаются в театральной кассе, их цена не превышает обычной платы за премьерный спектакль.

Однако предшествовать встрече с парижанами будет другой проект – художественный руководитель театра Игорь Лысов осваивает новое театральное пространство – сцену "Имаджинариума" со спектаклем "Пятая печать". Мэтра волнует тема гражданской позиции человека во все времена, герои действа пройдут через слои общественных отношений в эпохи античности, средневековья и фашизма. А по сути, это будет разговор о вызовах современности.

4 ноября стартует "Ночь искусств". Раскрыть суть всех сюрпризов, приготовленных коллективом театра для любимого зрителя, непозволительно. Но поделюсь информацией о том, что они имеют отношение к юбилеям писателей Льва Толстого и Максима Горького. На площадке театрального подвала пройдет читка пьесы, посвященной Горькому, и это будет… словом, Кафка отдыхает. В этот вечер на большую сцену выйдут герои "Анны Карениной" (спектакль с большим успехом был принят зрителями на обменных гастролях в рамках Федерального проекта в Томске и Саратове).

Наталья КАЛЬЯНОВА.
Фото предоставлено Астраханским драматическим театром.

Дачные работы в октябре

Сад: готовим деревья к зиме

Что у нас больше всего боится низких температур? Персики, черешня, молодые абрикосы. Груши и яблони более зимостойки. Как будем их готовить к зимовке? Ну, конечно, закрыть крону дерева мы не сможем, а вот приствольные круги нужно заложить сухой травой, листвой. Иногда кратковременные, но очень низкие температуры (25-30 градусов мороза) разрывают корневую систему, ведь почва, не прикрытая слоем снега, промерзает на большую глубину. Каким должен быть слой мульчи? Не менее 15 см, больше – можно, меньше – нет.

Чтобы поздней осенью не искать укрывной материал, лучше сейчас, пока тёплые деньки, приготовить ботву овощей (годится ботва помидоров, перцев и баклажанов), выполотую траву. Всё разложите около деревьев. В конце месяца можно будет смести листву в приствольные круги и накрыть их сверху ботвой или сорной травой, чтобы не разметало ветром.

Виноградник: обрезаем лозу

В октябре снимается урожай с самого позднего сорта винограда, который так и называется – "Октябрьский". Кисточки этого винограда я подвешиваю, и он в таком подвешенном состоянии может благополучно сохраниться до Нового года. После сбора урожая лозу надо укоротить и приготовить к укрытию. Отрежем в конце октября все невызревшие побеги, их легко отличить от зрелых, незрелые – зелёные, а зрелые – коричневые. Связываем в пучок лозу только том случае, если уже отлетели листья. Если на лозе листья держатся очень крепко, то подождём до ноября, вручную отрывать листья не надо, из листьев в лозу должны перейти питательные вещества. Осенние (до минус 5-8 градусов морозы) лозе не страшны, это опасно весной, после открытия, когда на лозе уже есть нежные новые почки. Так что не спешите с укрытием, в октябре можно только подготовить лозу (обрезать) и приготовить укрывной материал.

Ягодник: ежевике – особое внимание

Если в августе вы посадили новую грядку клубники, то сейчас надо продолжать поливать её, особенно если в октябре будет солнечная и сухая погода. Чем лучше укоренятся розетки, тем им легче будет перезимовать.

Малина сейчас отдаёт последний урожай, поэтому можно смело вырезать старые побеги, поправить шпалеру, к которой весной подвяжете побеги. Можно ли её сейчас подкармливать? Если есть желание и удобрения – можно. Не надо бояться, что подкормка спровоцирует рост новых побегов, которые замёрзнут зимой. Не замёрзнут, малина – самая зимостойкая ягода наших садов.

Если не привести в порядок ежевику, то можно с ней распрощаться. Эта культура требует постоянной обрезки и формировки. В октябре самое время заняться ею, можно одеться потеплее и спокойно, по кусочкам (речь идёт о колючих сортах) отрезать. Я надеваю кожаные перчатки, беру секатор, железную бочку, отрезаю побеги длиной 30-40 см и, складывая в бочку, сжигаю. Ежевику, как и малину, можно после обрезки подкормить минеральными удобрениями. Удобрения пойдут на рост весенних побегов, до созревания ягод их в почве уже не останется.

Огород: повышаем плодородие

Как только урожай овощей убран, сразу без промедления приступайте к повышению плодородия почвы. Только на отдохнувшей, хорошо удобренной почве могут расти хорошие овощи. Здесь большое поле деятельности, выбирайте любое средство, которое вам по душе. Вот что я делаю с огородом в октябре.

1. Выдёргиваю ботву и перекапываю, выбирая из почвы многолетние сорняки (вьюнок).
2. Выравниваю грядки, чтобы весной было меньше работы, заливаю их водой, чтобы узнать уровень почвы (где высоко, где низко).
3. После полива (это уже в конце октября) в грядках поднимается зелёная травка, которую я опять перекапываю, заделывая сидераты в почву.
4. Зола, речной донный ил, перепревший навоз крупного рогатого скота и комплексные минеральные удобрения равномерно рассыпаю по грядкам, где они разлагаются и впитываются в почву до весны.

Цветник: заботимся о многолетниках

В октябре очень много работы с цветами, ведь в самом расцвете такие массово цветущие цветы, как корейские хризантемы. Их надо защитить от тли (иначе букет в дом не занесёшь), высокорослые подвязать к колышкам. Не забудем в октябре выкопать георгины, отрезать луковицы и занести в тёплое место гладиолусы.

А тут ещё другая работа – ещё не поздно посадить луковичные цветы – тюльпаны, нарциссы, гиацинты, мускари. С однолетних цветов, таких как астра, цинния, целозия, тагетес, ипомея, космея, надо собрать семена. Семена сушите на подоконнике, на свету (чтобы разглядеть вредителей) и храните в бумажных пакетиках. Всем зацветающим ранней весной многолетникам уделите в октябре повышенное внимание. Сирень обкопайте и хорошенько полейте напоследок. Сирень можно сейчас пересадить на новое место. Обратите внимание на пионы, обкопайте их, освобождая от сорняков, полейте и разложите вокруг растения комплексные минеральные удобрения.

Материалы подготовила Любовь ХРАМЦОВСКАЯ. Фото автора.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА ОКТЯБРЬ

РАБОТА	ЛУЧШИЕ ДНИ	ДОПУСТИМЫЕ ДНИ	ОПАСНОЕ ВРЕМЯ
Внекорневая подкормка растений	8 (5:11)-10 (8:10); 17 (11:37)-20 (0:22); 26 (23:42)-9 (3:28)	1 (1:02)-4 (1:13); 10 (8:10)-12 (13:54); 20 (0:22)– 22 (10:59); 29 (3:28)-31 (6:43)	4 (1:13)-6 (3:20); 12 (13:54)-14 (23:18); 22 (10:59)-24 (18:34); 31 (после 6:43)
Внесение удобрений под корень	6 (3:20)-8 (5:11); 14 (23:18)-17 (11:37); 24 (18:34)-26 (23:42)	1 (1:02)-4 (1:13); 10 (8:10)-12 (13:54); 20 (0:22)-22 (10:59); 29 (3:28)-31 (6:43)	4 (1:13)-6 (3:20); 12 (13:54)-14(23:18); 22 (10:59)-24 (18:34); 31 (после 6:43)
Опрыскивание, окуривание растений от вредителей	8 (5:11)-10 (8:10); 17 (11:37)-20 (0:22); 26 (23:42)-29 (3:28)	4 (1:13)-6 (3:20); 12 (13:54)-14 (23:18); 22 (10:59)-24 (18:34); 31 (после 6:43)	2, 9, 16, 24, 31
Пересадка деревьев и кустарника	20 (0:22)-24 (18:34)	1 (1:02)-4 (1:13); 14 (23:18)-17 (11:37); 25-26 (2:42)	9, 24
Посадка лука (вершки)	10 (8:10)-12 (13:54); 14 (23:18)-17 (11:37); 22 (10:59)-23	12 (13:54)-14 (23:18); 20 (0:22)-22 (10:59)	1-9; 24-31
Посадка лука (корешки)	1 (1:02)-4 (1:13); 25-26 (23:42); 29 (3:28)-31 (6:43)	4 (1:13)-6 (3:20)	9-24
Посев пищевых трав	10 (8:10)-12 (13:54); 14 (23:18)-17 (11:37); 22 (10:59)-23	12 (13:54)-14 (23:18); 20 (0:22)-22 (10:59)	1-9; 24-31
Посев и посадка чеснока, хрена	25-26 (23:42); 29(3:28)-31 (6:43)	1 (1:02)-4(1:13); 4 (1:13)-6(3:20)	9-24
Посев и посадка и пересадка цветов из луковиц	25-26 (23:42); 29 (3:28)-31 (6:43)	1 (1:02)-4 (1:13); 8 (5:11)-10 (8:10)	9-24
Рассаживание клубники, земляники	8 (5:11)-10 (8:10); 17 (11:37)-20 (0:22); 26 (23:42)-29 (3:28)	1 (1:02)-4 (1:13); 10 (8:10)-12 (13:54); 20 (0:22)-22 (10:59); 29 (3:28)-31 (6:43)	4 (1:13)-6 (3:20); 12 (13:54)-14 (23:18); 22 (10:59)-24 (18:34); 31 (после 6:43)

Ирина СЕРОТЮК.

Селу Яндыки – 165 лет

Лучшая школа, любимый клуб и долгожители

Селу Яндыки Лиманского района 15 сентября исполнилось 165 лет. В село я приехала по приглашению нашей постоянной читательницы Любови Николаевны Лариной.

По случаю празднования 165-летия села Яндыки на главной улице установили палатки – русскую, калмыцкую, казахскую и чеченскую – всех национальностей жителей села.

Школа – гордость России

Любовь Ларина – активная жительница села. Кроме работы на своём приусадебном участке, у неё хватает сил и на облагораживание прилегающих территорий. У неё была мечта – посадить на улице такие растения, чтобы они красиво цвели, не требовали частого полива, не боялись солёной почвы и, самое главное, чтобы их не ели козы и коровы. Мы встретились с ней и отправились в школу, чтобы спросить, можно ли на тропе, ведущей к школе, посадить для защиты от ветра чингиль, именно это растение отвечает всем перечисленным качествам. В школе я познакомилась с замечательным коллективом педагогов, здесь преподают заслуженные учителя России **Жаркова Л.Я.**, **Давыдов Ю.А.**, **Устинова О.В.**, **Родионова Л.В.**, победители конкурса "Учитель года" **Кананыхина И.В.**, **Мордасова В.В.**, **Лебединская Н.В.**, а их ученики – "Гордость Астраханской области": **Ермаков Владислав**, **Кузьмина Анна** и **Степаненко Елизавета**.

Школа в 2018 году стала победителем Всероссийского конкурса "Гордость отечественного образования" и входит в топ "700 лучших школ РФ". Здесь есть кому разглядеть в ребёнке талант и дать ему развиться. Из этого села вышло много знаменитых людей, многие из которых приехали на юбилей в родное село из Москвы, Астрахани и других мест.

К примеру, здесь я познакомилась с заслуженным художником России **Владимиром Ивановичем Галатенко**. Почётный гость специально приехал из Москвы на День села.

– Стою на улице, – с улыбкой рассказывает за чаем Владимир Иванович, – рисую старинный дом. Подошли мальчишки, смотрят, видят – незнакомый, спрашивают, откуда я, говорю, что из Москвы приехал. Окружили меня, внимательно смотрят, как я рисую, стояли до тех пор, пока я не сказал, что родом из этого села. Тут их ветром сдуло!

– Да, нет пророка в своём отечестве, – согласилась я. – Хотя почти все великие художники вышли из глубинки.

А вот чингиль нам посадить не разрешили:

– Если это растение такое колючее, что его скот не трогает, – сказала **Людмила Михайловна Яковлева**, – то оно может навредить детям.

Я полностью согласна с ней, безопасность детей – самое главное, колючкам не место у школы.

Сердце села – клуб

Почти в каждом селе клуб является сердцем села, в прошлом веке, ещё под патефон и пластинки, при свете керосиновой лампы здесь танцевали наши дедушки и бабушки. Сейчас в сёлах их называют Дом культуры, но самое главное осталось прежним: заведующие Домом культуры – это самоотверженные, увлечённые своим делом люди. Здесь не будешь работать ради денег (в клубе их просто нет), здесь могут работать только по велению сердца. Жители с благодарностью помнят всех, кто возглавлял Дом культуры: с 1944 года – **Трубицын Георгий Дмитриевич**, 1960-80 гг. – **Бородаева Таисия Алексеевна**, 1980-82 гг. – **Макарова Александра Михайловна**, 1982-83 гг. – **Лебедянская Татьяна Алексеевна**, а с 1984 и по нынешний день Дом культуры возглавляет **Мордасова Татьяна Петровна**.

Под её руководством в Доме культуры проводятся мероприятия для всех слоёв населения.

Славное прошлое

Село Яндыки было заложено в 1848 году, первые жители занимались рыболовным промыслом и скотоводством. С приходом советской власти в 1929 году был образован животноводческий и рыболовецкий колхоз "Большевик". В 1957 году впервые колхоз стал выдавать деньги (!) вместо натурального продукта. В 1960 году колхозникам стали выдавать паспорта и оформлять пенсии.

Первая пенсия колхозника – 12 рублей. Развитию села способствовало открытие месторождения нефти. В 1952 году в селе Яндыки был организован участок Астраханской конторы глубокого бурения. А вскоре нашли и газ, в 1958 году издано распоряжение о создании газового промысла в селе Яндыки. Яндыки – первое село, в которое пришла газификация. В апреле 1963 года был отгружен первый железнодорожный состав нефти, состоящий из 48 цистерн, на одной из которых белой краской было написано: "Получай, Родина, астраханскую нефть!"

Чистота и красота

Ожидая, когда начнётся концерт, я зашла в Дом культуры и ахнула, увидев огромные сундуки, расшитые разноцветными фантиками из-под конфет.

– Кто же сотворил эту красоту? – спросила я.

– Сейчас познакомлю, – сказала Любовь Николаевна Ларина и отвела меня в гости к **Татьяне Григорьевне Таракановой**. Она 30 лет преподавала географию, сейчас на пенсии. Сразу, прямо от ворот, в глаза бросилась красота от выложенной камнями дорожки на фоне растущих цветов. Видно было, что камни подобраны с любовью, один к одному. Дома меня тоже ожидал сюрприз, хозяйка показала большие шары, изготовленные из фантиков и скотча.

– Дети, дочь в Москве, сын в Петербурге, все копят для меня фантики, приезжают – привозят.

Сделала шары "Шоколадная планета Алёнка", "Дно мирового океана", "Планета Земля" и "Солнце".

Татьяна Григорьевна пригласила меня выпить чаю, и я поняла, откуда любовь к фантикам, а также к хорошим чашкам, дорогим ложечкам (купила с первой получки!) и крепкой заварке. Раньше в ее доме была "Чайная", которой заправлял её отец.

– Наверху и сейчас всё по-старому, – сказала Татьяна Григорьевна, поднимаясь по лестнице. Спускаясь, я обнаружила другое увлечение хозяйки – камни. Я попросила показать, призналась, что тоже люблю "кости Земли".

Татьяна Григорьевна Тараканова с шаром "Шоколадная планета Алёнка".

Потом мы пошли в огород, который поразил чистотой, ни одного сорняка, хотя хозяйке уже 74, она без посторонней помощи держит дом и огород в отличном порядке.

– Я и на улицу с веником выхожу. Смотрю, парни стоят, курят. Не ругаю их, а просто начинаю вокруг подметать окурки. Ругаться не могу, людей люблю.

– Хороших?

– Всех, душа каждого человека – вселенная.

Мы поспешили к началу торжества, где уже собрались жители села.

– Право торжественно открыть парк и разрезать красную ленточку, – сказал глава МО Яндыки **Сергей Владимирович Соболев**, – я предоставляю моей любимой учительнице Татьяне Григорьевне Таракановой!

Атмосфера слуха
от 4900 рублей
Реклама
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
• БЕСПЛАТНЫЙ выезд на дом
• ОБМЕН старого аппарата НА НОВЫЙ СКИДКА до 30%
ул. Боевая, 14
тел.: 42–87–76
8-988-172-87-76
О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Марии Донской – 97 лет

В преддверии Дня пожилого человека в селе Яндыки я познакомилась с **Марией Сергеевной Донской**, которой 21 сентября исполнилось 97 (!) лет. Как у многих в ту пору, жизнь Марии Сергеевны началась нелегко. Даже представить сложно, как после окончания 4 класса хрупкая девочка пошла работать в поле. Выбора не было, она была старшей дочерью в семье, и хотя её ласково звали Маней, она была по-взрослому ответственной, надёжной и дома, и на работе. Поработав в поле, перешла учётчицей на молочно-товарную ферму, затем звеньевой в хлопководческую бригаду. Сноровистая и старательная, она постоянно перевыполняла план и получила награду от правления колхоза – швейную машинку. Как она потом выручала Марию Сергеевну, что только не строчилось на этой машинке: и свадебные платья, и пелёнки-распашонки. Машинка до сих пор (!) исправно шьёт для своей хозяйки.

21 сентября исполнилось 97 лет Марии Сергеевне Донской. На фото с дочерью Любовью Николаевной Лариной.

В трудное военное время в 1942 году Мария Сергеевна пошла на строительство железной дороги Астрахань – Кизляр. Труд был очень тяжёлый, инструменты – лопаты да тачки. Парни на фронте, строили дорогу девушки, жили в вырытых в буграх землянках. Однажды на ночь оставили дверь настежь, и к ним на огонёк зашёл волк. Пробежался вдоль нар, на которых замерли от страха девушки, и, не найдя чем поживиться, ушёл восвояси. За работу на железной дороге давали паёк, который Мария относила матери и младшим сёстрам. В 1944 году пришло извещение – рядовой Сергей Романович (отец) пропал без вести, теперь матери не на кого было надеяться, предстояло одной поднимать четырех дочерей, хорошо, что Мария была опорой семьи. После окончания строительства продолжала работать на железной дороге: сначала стрелочницей, потом дежурной по станции. В 1944 году вышла замуж за Донского Николая Николаевича, родила пять детей. Сейчас живёт с одной из дочерей, в окружении любящих внуков и правнуков.

Материалы полосы подготовила Любовь ХРАМЦОВСКАЯ. Фото автора.

Не шутите с ОРВИ

Особенности протекания “простуды” у пенсионеров

Так как с возрастом происходит естественное снижение иммунитета, заразиться ОРВИ и гриппом пожилым людям гораздо проще. Не пытайтесь перенести заболевание “на ногах” и не занимайтесь самолечением, это может привести к осложнениям.

Забота близких поможет быстрее выздороветь.

Коварный вирус

Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ), в обиходе также называемые простудой, – это инфекционные заболевания верхних дыхательных путей (а конкретно их слизистых оболочек) вирусной природы. Как правило, простудные болезни и грипп у взрослых людей не вызывают каких-либо неприятных последствий. Однако у пожилых людей ОРВИ, даже обычная простуда, могут вызвать серьезные осложнения. Кроме насморка и кашля, бактерии и вирусы отравляют остальной организм. В ответ на это организм повышает температуру и усиливает выработку антител, убивающих вирусы. Симптомы гриппа и других ОРВИ у пожилых не имеют ярких отличительных особенностей, но бороться с болезнью им значительно сложнее, поскольку многие органы и системы организма функционируют медленнее и с нарушениями.

Всё под контролем

Контроль терапевта необходим на всех стадиях заболевания, чтобы вовремя распознать осложнения и не допустить их развития. О появлении осложнений можно судить, если повышенная температура сохраняется дольше 5 дней, общее состояние ухудшается, появляются мигрени, одышка, заложенность носа и боль в пазухах, тошнота и проблемы с пищеварением, меняется характер кашля. Этими изменениями обычно сопровождается вторичная инфекция – уже не вирусной, а бактериальной природы. Необходимо повторно проконсультироваться с врачом для выработки нового плана лечения. На этой стадии могут быть назначены антибиотики.

И сердце, и почки

Обычно возбудители ОРВИ останавливаются на уровне гортани и дальше не проникают, и за несколько дней организм взрослого человека справляется с их атакой. Однако, если человек ослаблен, с пониженным иммунитетом или переносит болезнь на ногах, простудные заболевания у него могут перейти в бронхит и воспаление легких. У пожилых людей развитие простуды может пойти по тому же сценарию. Грипп способствует обострению различных хронических болезней и нарушений (таких как ишемия, гипертония, цирроз печени, сахарный диабет). Грипп, особенно в тяжелых формах, опасен тем, что может захватить почки, что нередко приводит к почечной недостаточности. Велик риск возникновения и других осложнений ОРВИ. Например, пожилые сильнее подвержены воспалениям придаточных пазух носа (фронтиту, гаймориту и другим видам синуситов), причем иногда всех пазух одновременно. Все эти последствия болезни у пожилых людей часто принимают скрытую форму, перерастающую затем в вялотекущую и хроническую. Между тем синуситы опасны тем, что могут привести к заболеваниям глаз и заражению болезнетворными вирусами оболочек мозга.

Долой самолечение

Самое главное, что нельзя делать при простудных заболеваниях, – это сразу принимать антибиотики. Ведь грипп и ОРВИ – это болезни, вызванные вирусами, а антибиотики лечат только бактериальные инфекции. Также медики не советуют принимать противовирусные препараты до визита к врачу. Это может “смазать” картину симптомов, которая важна при назначении лечения. Не пренебрегайте консультацией специалиста, даже если речь идет о банальном насморке, и не занимайтесь самолечением. Терапевтические рекомендации для пожилых людей, заболевших ОРВИ, обязательно будут включать в себя полноценное регулярное питание, богатое витаминами, и долгий, не менее 7 часов в сутки, сон. Это даст возможность организму, пораженному вирусом, накопить энергию, укрепить иммунную систему и быстрее справиться с недугом.

В процессе лечения важнейшим фактором при выборе лекарственных препаратов является отсутствие побочных эффектов. Многие люди старшего возраста страдают серьезными хроническими заболеваниями (сахарным диабетом, расстройствами пищеварения, нарушениями опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы), при которых необходимо постоянно принимать сильнодействующие препараты, плохо сочетающиеся с антибиотиками и некоторыми другими лекарствами от ОРВИ. Поэтому при лечении вирусных инфекций предпочтение обычно отдается препаратам растительного происхождения.

Недорого и эффективно

От болей в горле хорошо помогают полоскания водными растворами питьевой соды и соли, фурацилина, отварами трав – ромашки, календулы, череды, шалфея, солодки. Желательно использовать несколько разных растворов поочередно, полоскать горло регулярно и часто (через каждые 1,5-2 часа), причем жидкость для полоскания должна быть теплой. Чай с малиной надо пить не горячий, а теплый. В мелких косточках малины содержатся аспириноподобные вещества, что оказывает благоприятное воздействие на организм при простуде.

Чего делать не надо

Если появилась температура больше 38 градусов или около того, не парьте ноги и не пейте горячее питье. И не думайте “пропарить косточки” в бане. Все это ускоряет кровообращение и учащает пульс, что ведет к еще большему повышению температуры и размножению вирусов. Не заставляйте себя есть, лучше лишний раз попить чаю. Из еды можно выпить нежирного бульона или съесть жидкой овсяной каши.

Мария ЕРЕМИЦКАЯ.
Фото ru.freepik.com.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Ольга ЛОШМАНОВА, зав. отделением врачей общей практики поликлинического отделения №1 ГБУЗ АО ГП №8 им. Пирогова:

– Простудные заболевания у пожилых людей следует лечить с особым вниманием. Например, сосудосуживающие капли в нос могут повышать артериальное давление. Кроме того, наши пожилые люди любят лечиться травами, употреблять их отвары. Между прочим, у разных трав есть не только полезные свойства, но и противопоказания. Например, некоторые из них могут вызвать кровотечения. А пожилые больные с ломкими и хрупкими сосудами состоят в группе риска. Ни в коем случае не старайтесь перенести болезнь “на ногах”. Это опасно, ведь иммунитет вместо того, чтобы бороться с болезнью, будет еще и расходовать силы на поддержание жизненных сил организма.

Простуда может привести к осложнениям:

- Обезвоживание организма
- Различные ангины и тонзиллиты, в том числе хронические
- Воспаление легких
- Бронхиты и трахеиты
- Ринит
- Поражение почек или сердечно-сосудистой системы

МЕДКАЛЕНДАРЬ

1-4 (1:13) октября – влияние энергии зодиакального Рака. Уязвимы для болезней грудь и желудок. Очень зловреден алкоголь. Тренируйте мышцы и связки коленных суставов. Благоприятны воздушные ванны.

4-6 (3:20) октября – преобладает энергии зодиакального Льва. Берегите сердце и сосуды. Контролируйте артериальное давление и частоту пульса. Не перегружайтесь физической работой. Тренируйте мышцы и связки голеностопных суставов.

6-8 (5:11) октября – усилены энергии зодиакальной Девы. Уязвимы кишечник, почки и поясница. Важно соблюдать гигиену и контролировать качество и свежесть пищевых продуктов. Благоприятна гимнастика для мышц и костей стоп.

8-10 (8:10) октября – время усиления энергии зодиакальных Весов. Можно лечить, протезировать и удалять зубы, питать кремами и масками кожу шеи и лица.

9 октября в 8:47 – новолуние. Первый лунный день, когда полезно составлять планы на грядущий лунный месяц, длится с 8:47 9 октября до 9:57 10 октября.

10-12 (13:54) октября – время действия сил зодиакального Скорпиона. Берегите половые органы от травм и болезней. Возможно обострение хронических гинекологических болезней, простатита, геморроя. Можно начать курс обследования и лечения щитовидной железы, оперировать аденоиды и миндалины.

12-14 (23:18) октября – активны энергии зодиакального Стрельца. Берегите печень, желчный пузырь и тазобедренные суставы. Тренируйте мышцы и связки рук. Можно начать курс лечения болезней легких или нервной системы.

14-15 (11:37) октября – влиятельны энергии зодиакального Козерога. Берегите от чрезмерных нагрузок кости, кожу. Тренируйте мышцы грудной клетки. Полезны водные процедуры.

Составила Ирина СЕРОТЮК.

Время вакцинации

По мнению медиков, люди после 65 лет находятся в той возрастной группе, которой необходимо сделать прививку от гриппа из-за ослабленного с годами иммунитета. По данным регионального минздрава, этом году иммунизацией планируется охватить свыше 48% жителей области.

Прививки взрослым делают вакциной “Совигрипп”. Это современная и безопасная вакцина, которая обеспечит защиту организма от типов гриппа A(H1N1), A(H3N2) и B, которые являются актуальными в текущем эпидемиологическом сезоне, сообщает областной минздрав.

В медучреждениях региона активно ведется иммунизация населения. На сегодняшний день всего в регионе уже привито более 106 тысяч астраханцев. Пожилые люди вакцинируются бесплатно.

Фото ru.freepik.com.

Мясо как лекарство

Кому телятина, кому – курица

Мясо – один из самых важных продуктов в нашем рационе. Оно быстро насыщает, содержит ряд незаменимых витаминов и минералов и большое количество белка, который так необходим человеку. Однако все виды мяса имеют свои особенности и противопоказания.

Норма потребления мяса: для женщины – от 130 до 150 г, для мужчины – от 150 до 180 г, для ребенка – от 50 до 80-100 г, для пожилых людей – от 50 до 100 г мяса в сутки.

Говядина – после травм

Говядина популярна во всем мире. Она содержит все необходимые человеческому организму аминокислоты. Это мясо – непревзойденный источник питательных веществ. 200 г мяса могут заменить литр молока. Польза говядины в том, что она осуществляет нейтрализацию соляной кислоты, пищеварительных ферментов и других раздражителей, которые содержатся в желудочном соке, способствуя тем самым нормализации кислотности в желудке и кишечнике. Среди всех видов мясной продукции самым щедрым источником белка является говяжья вырезка (всеми любимый стейк). Плюс этот вид мяса считается постным (191 ккал в 100 г продукта). Витамины и минералы этого вида мяса необходимы для нормального роста и развития организма, а также поддержания здоровья костно-мышечного аппарата. Отварную говядину рекомендуют тем, кто восстанавливается после травм и ожогов.

■ **МИНУСЫ**

В говяжьем мясе много вредного холестерина, а пуриновые соединения провоцируют образование мочевой кислоты. Именно с пуринами врачи связывают развитие остеохондроза, мочекаменной болезни и подагры. Чрезмерное увлечение говядиной приводит к ослаблению защитных сил организма и повышает восприимчивость к простудным и инфекционным заболеваниям, что особенно вредно лицам преклонного возраста.

Телятина для гипертоников

Диетологи называют это мясо самым полезным, а все благодаря низкой калорийности (131 ккал в 100 г), многообразию минералов (железо и фосфор, медь и цинк, калий, магний и кобальт), а также высокому содержанию легкоусвояемых аминокислот. К тому же телятина является ценным источником витаминов, в числе которых витамины А, Е, РР, С, В6 и В12.

Телятина – лучший источник железа среди всех видов мяса, но только в сочетании с витамином С, а потому употреблять этот продукт лучше с лимонами или квашеной капустой. Такое мясо будет полезно детям, старикам и всем, кто восстанавливается после болезней, но особенно полезно оно гипертоникам.

■ **МИНУСЫ**

При всей пользе не стоит забывать, что телятина – это молодая говядина, в которой уже содержатся пуриновые кислоты, пусть и в малом количестве. Поэтому лицам с заболеваниями позвоночника, с артритами и подагрой от этого продукта стоит воздержаться. Очень часто телятам дают антибиотики, чтобы уберечь молодое поголовье от болезней. Такая телятина однозначно будет вредна детям, поэтому мясо надо покупать только у проверенных производителей.

Курятина для сердца

В столь популярном курином мясе содержится гораздо меньше жиров, чем в говядине или свинине, а потому его также относят к диетическим продуктам (161 калория в 100 г). В этом мясе много линолевой кислоты, которая повышает иммунитет. По этой причине куриный бульончик рекомендуют употреблять при простуде. Кроме того, курятина богата глютамином, стимулятором центральной нервной системы, который защищает нас от стрессов, и ниацином, поддерживающим сердце. Наконец, курятина полезна больным полиартритом, лицам с подагрой, язвой желудка и сахарным диабетом.

■ **МИНУСЫ**

Если говорить о минусах этого мяса, прежде всего нужно понимать, что курятина, которую мы приобретаем в супермаркетах, напичкана антибиотиками. Наибольшее их скопление наблюдается в бедрышках как самой жирной части курицы, а наименьшее – в крылышках. Мясо домашних кур, избавленных от гормонов роста, употреблять также небезопасно. С этим продуктом в организм могут попасть сальмонеллы, вызывая тяжелейшее заболевание под названием сальмонеллез. Курятина содержит гистамин, поэтому у некоторых может быть аллергическая реакция.

Баранина – при простуде

При упоминании о баранине на ум сразу приходит сочный шашлык. Действительно, такое мясо мы чаще используем для приготовления на огне, что гораздо полезнее, чем жарка на растительном масле. Баранина – это чемпион по низкому содержанию холестерина. Жир в баранине, конечно, есть, но его гораздо меньше, чем в свинине, да и усваивается он гораздо лучше. Кроме того, баранина содержит лецитин, который нормализует в организме обмен холестерина. Именно поэтому в различные диеты включают баранину. Бараний жир часто используют в качестве профилактики и лечения простудных заболеваний. Баранина ценна и витаминно-минеральным составом, в ней присутствуют калий, магний, йод и железо, еще мясо богато витаминами группы В. Особенно полезно кушать мясо молодого барашка. Оно считается низкокалорийным и неплохо усваивается организмом (201 ккал в 100 г). К тому же в нем много фтора, который предохраняет наши зубы от кариеса. А наваристые бульоны с бараниной рекомендуют употреблять лицам, страдающим от гастрита с пониженной кислотностью. Баранина стимулирует работу поджелудочной железы и относится к средствам профилактики сахарного диабета. Такое мясо рекомендуют употреблять людям, которые часто болеют гриппом и ОРВИ. Им же для укрепления иммунитета рекомендуется пить по стакану горячего молока с растворенным в нем медом и бараньим жиром.

■ **МИНУСЫ**

Для пищеварения баранина довольно тяжелый продукт, а значит, стоит ограничить его потребление тем, кто страдает от заболеваний желудочно-кишечного тракта. Лицам с патологиями печени и почек, с язвенной болезнью и гастритом с повышенной кислотностью это мясо также противопоказано. Жирную баранину не советуют давать старикам, детям и людям, которые страдают от артрита.

Старая баранина пусть и не содержит большого количества холестерина, но имеет много тугоплавких жиров, из-за чего ее не следует употреблять людям, сидящим на диете.

Свинина – от депрессии

Свинину часто ругают за ее жирность, продукт отличается довольно высокой калорийностью (318-484 ккал в 100 г) и поэтому считается не слишком полезным. Тем не менее она обладает достаточными ценными свойствами. В ней содержатся почти все витамины группы В в очень большом количестве. Свинина усваивается несколько хуже, чем остальные виды мяса, зато в ней много питательных веществ и минералов, особенно необходимых для поддержания нервной системы. Недаром свинину рекомендуют употреблять женщинам, страдающим от ПМС, а также кормящим мамочкам, которым свиной белок помогает вырабатывать грудное молоко. Это мясо благотворно влияет на половую функцию мужчин, усиливает потенцию и предотвращает заболевания половой сферы.

Свинина, как и свиное сало, богато селеном и арахидоновой кислотой. Эти ценные вещества помогают бороться с депрессией и минимизируют последствия стресса, а значит, могут считаться природными антидепрессантами.

■ **МИНУСЫ**

Прежде всего следует помнить, что в свинине содержатся гистамины, а значит, аллергикам такое мясо противопоказано. Свиные ребрышки, грудинка, бекон содержат много насыщенных жиров и отличаются высокой калорийностью, а потому лицам с избыточной массой тела и ожирением этот продукт точно не подходит. То же самое можно сказать и о людях, страдающих от патологий сердца и сосудов, ведь свинина в разы увеличивает вероятность сердечно-сосудистых заболеваний. В больших количествах свинина может нанести вред организму, она может даже нарушить обмен веществ. Опасна свинина еще и тем, что в ней находятся опасные паразиты, поэтому свинину надо всегда очень тщательно прожаривать.

Кола или аспирин?

Как быстрее вывести пятна

Кола – любимый напиток молодежи. Аспирин – традиционное лекарство. Давайте посмотрим, как можно их использовать в домашнем хозяйстве.

Кола – пятновыводитель

Кола является дешевым пятновыводителем для одежды. Просто вылейте банку газировки на загрязненные участки и оставьте на некоторое время, чтобы жидкость впиталась. Затем постирайте одежду, как обычно. Кола справляется даже с самыми стойкими пятнами, такими как жир и кровь. Плюс она дезодорирует одежду.

Между плитками кафеля всегда собирается грязь, которую очень сложно очистить. Просто вылейте колу на пол, а через некоторое время вымойте пол.

Дорогие фарфоровые сервизы иногда темнеют от чая. Избавиться от некрасивых пятен также поможет знаменитая газировка.

Если налить банку колы в унитаз перед тем, как почистить его, это существенно упростит весь процесс. Оставьте всё как есть на некоторое время, а потом проведите процедуру очистки, как вы делаете это обычно.

Если наши советы окажутся вам полезны, то представьте, насколько вреден для нашего желудка этот напиток.

Напиток для авто

Если лобовое стекло вашего авто покрылось ледяной коркой, разморозить его снова поможет кола. Вылейте на обледенелую поверхность баночку и подождите несколько минут. Очистить стекло станет намного проще!

Чтобы почистить ржавую металлическую поверхность, оставьте ее в коле на ночь, а утром вымойте. Шипучка разъест налет, и удалить его можно будет, не прилагая усилий. Для очищения хромированной поверхности щедро смочите кусок ткани или губку колой. Несколько круговых движений – и неприятный коричневый налет будет удален. Кроме того, напиток также используют, чтобы открутить заржавевшие болты.

У многих автомобилистов возникают проблемы с очисткой клемм автомобильных аккумуляторов. Газировка и здесь придет вам на помощь – вам нужно всего лишь налить небольшое количество напитка на каждую клемму в отдельности. Если вы уже начали чистить свой автомобиль и гараж колой, то вам стоит также обратить внимание на двигатель – его также можно очистить с помощью этого напитка.

Просто вылейте банку газировки на загрязненные участки и оставьте на некоторое время, чтобы жидкость впиталась. Затем постирайте одежду, как обычно.

Шипучка против жвачки

Кола удаляет даже жвачку с волос. Хорошо намочите волосы напитком и оставьте на несколько минут. Затем медленно и аккуратно начните удалять жвачку. Процесс небыстрый, но это все-таки лучше, чем отрезать волосы.

Иногда после окраски волос понимаешь, что это совсем не тот цвет, который хотелось бы видеть. Если хотите избавиться от неудачного цвета, то можете окунуть волосы в колу. Если рискнете, конечно.

Шипучка помогает облегчить зуд, который может возникнуть от различных укусов: пчел, медуз, комаров. Если под рукой нет специальных лечебных препаратов, то попробуйте смазать место укуса колой. Это снимет зуд. Кола способна облегчить боль даже от укуса ската!

Аспирин как отбеливатель

При помощи ацетилсалициловой кислоты можно без большого труда избавиться от пятен пота на одежде. Также хорошо справляется аспирин и с одеждой, запачканной кровью или мочой. Для этого две-три таблетки обычного аспирина растворяют в 0,5 стакана воды, пропитывают получившимся раствором загрязненные места и оставляют на 2-3 часа. После чего загрязненные вещи стирают в обычном режиме. Для того чтобы отбелить белье при помощи аспирина, растворите 4 стандартные таблетки в пяти литрах теплой воды. Для упрощения процесса можно сначала растворить аспирин в небольшом количестве горячей воды, а потом влить получившееся средство в таз. Замочите вещи на 2-3 часа, можно оставить их и на ночь, после чего постирайте.

Можно использовать аспирин и для стирки в стиральной машине – растолките несколько таблеток и поместите их в отделение для предварительной стирки. Можно добавить небольшое количество стирального порошка. Если половинку таблетки растворить в литре воды, то букет цветов будет стоять дольше. Добавлять аспирин нужно при каждой смене воды.

Кислота для почвы

Избавиться от серого налета в графине или вазе также поможет аспирин. Но в этот раз лучше использовать шипучие таблетки. Наполните вазу теплой водой и бросьте туда таблетку. Через 10-15 минут тщательно промойте вазу под струей проточной воды – и оцените эффект.

С помощью лекарства можно улучшать структуру почвы. Зараженную грибком низкокислотную почву можно "излечить" аспирином, растворив 1 таблетку на литр воды и полив ею "проблемную" грядку.

Светлана НИКОЛАЕВА.
Фото из сети интернет.

ВКУСНОТИЩА

Праздник каждый день

Блюда из доступных продуктов, приготовленные с выдумкой, некой "изюминкой", порадуют ваших гостей и при этом не создадут угрозы вашему семейному бюджету.

Горячее из свиного фарша

Продукты (на 6 форм диаметром 15 см): *свиной фарш – 700 г, 1 крупная луковица, сыр твёрдый – 250 г, 2-3 картофелины, майонез, соль, перец, зелень – по вкусу.*

Приготовление: фарш пропустите через мясорубку, посолите, поперчите и хорошо вымесите. Лук нарежьте мелкими кубиками, сырой картофель и сыр натрите на крупной тёрке, зелень изрубите. В формочки, смазанные маслом, уложите подготовленные продукты слоями: фарш, лук, картофель, сыр, полейте майонезом и посыпьте зеленью. Поставьте запекаться при температуре 190°С в течение 30 минут. Подавайте прямо в формочках.

Салат с пекинской капустой

Продукты: *пекинская капуста – 600 г, крабовое мясо – 200 г, яйцо – 4 шт., соевый соус – 6 ст. л., растительное масло – 4 ст. л., семена кунжута – 1 ч. л., сахар – 2 ч. л., красный молотый перец – по вкусу.*

Приготовление: взбейте яйца с 2 ст. л. соевого соуса. На разогретую сковороду налейте немного растительного масла, вылейте яйца и жарьте омлет по 3-4 минуты с каждой стороны на слабом огне. Готовый омлет снимите со сковороды, насыпьте на неё семена кунжута и щепотку красного перца и обжарьте в течение 1-2 минут до появления аромата. Соедините кунжут, соевый соус, растительное масло и сахар и перемешайте до полного растворения сахара. Капусту, омлет и крабовое мясо нарежьте тонкими полосками и заправьте соусом.

Пирог " Малинка"

Продукты для теста: *масло сливочное (замороженное) – 180 г, мука пшеничная – 280 г, разрыхлитель – 1 ч. л., сахар – 100 г, яйцо куриное – 1 шт., соль – 1 щепотка.*

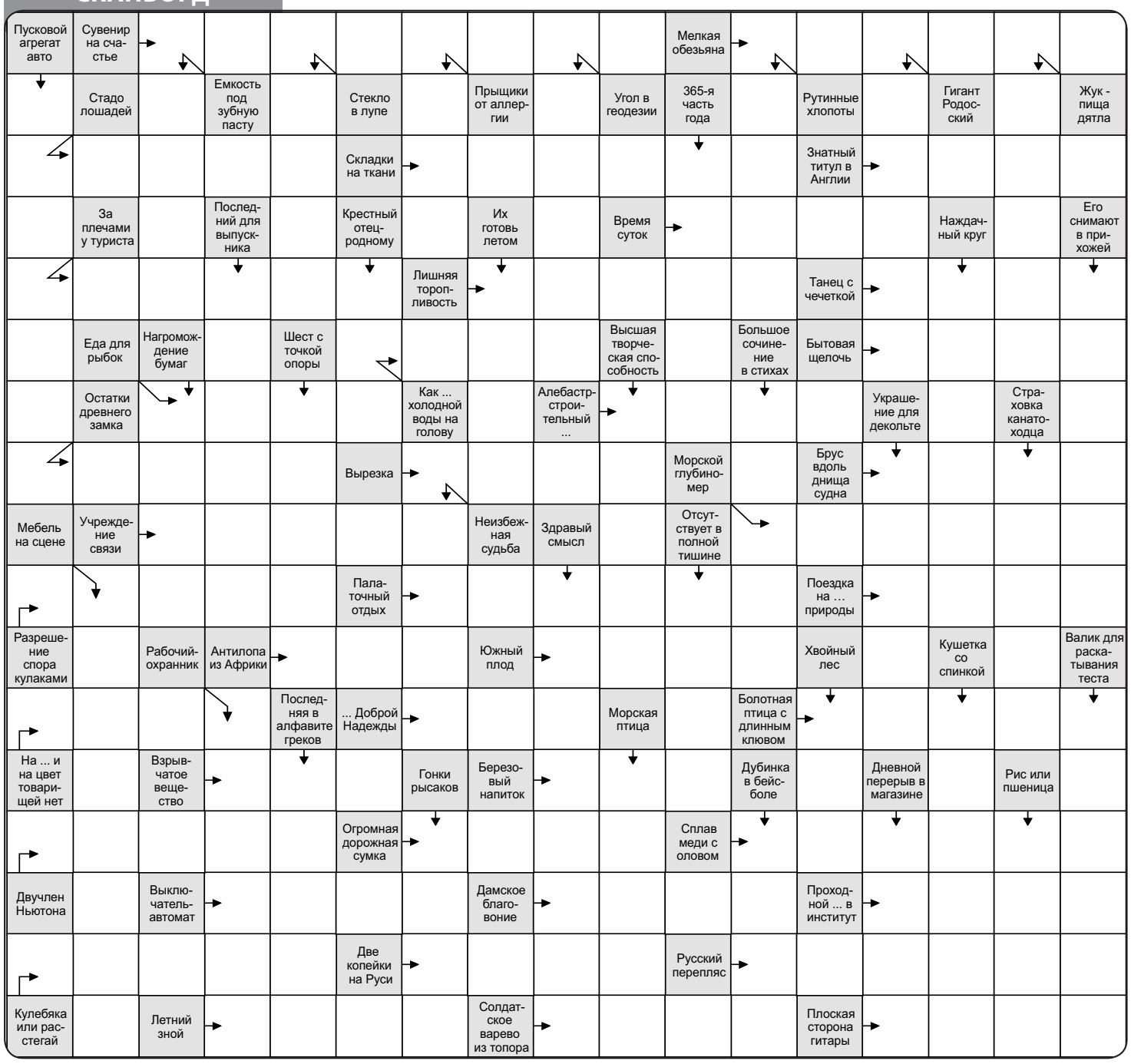
Для начинки: *сметана 20-30% – 400 г, сахар – 100 г, яйца куриные – 4 шт., мука – 2 ст. ложки, малина – 200 г.*

Приготовление: смешать муку, разрыхлитель и сахар. Масло натереть на терке. Сухую смесь с маслом растереть руками в крошку. Добавить яйцо и замесить тесто. Тесто должно получиться мягким и однородным, не должно крошиться (если тесто плохо замешивается, добавьте 1-2 ст. ложки ледяной воды). Форму для выпечки смазать маслом. Тесто распределить по форме, сделать бортики. Убрать форму с тестом в холодильник на 30 минут.

Приготовить начинку: яйца взбить с сахаром, добавить сметану и муку. Взбить все вместе до однородной пышной массы. Достать форму с тестом из холодильника. Выложить на тесто ягоды малины. Залить пирог сметаной. Выпекать пирог в разогретой до 180 градусов духовке в течение 40-45 минут. Готовый пирог полностью остудить в форме. Желательно убрать пирог на ночь в холодильник, так он будет лучше нарезаться и будет вкуснее.

Светлана НИКОЛАЕВА.

СКАНВОРД



КАЛЕНДАРЬ

1 октября – Международный день пожилых людей.

1 октября – Международный день врача.

2 октября – Международный день социального педагога.

5 октября – Всемирный день учителя.

9 октября – Всемирный день почты.

12 октября – День кадрового работника в России.

14 октября – День работника сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности в России.

14 октября – День работников заповедного дела в России.

ПРАЗДНИКИ

Православные

8 октября – Преставление преподобного Сергия, игумена Радонежского, всея России чудотворца.

9 октября – Преставление апостола и евангелиста Иоанна Богослова.

9 октября – День прославления святителя Тихона, патриарха Московского и всея Руси.

13 октября – Покровская родительская суббота.

14 октября – Покров Пресвятой Богородицы и Приснодевы Марии.

Мусульманские

11 октября – начало месяца Сафар.

Еврейские

1 октября – Шмини Ацерет и Симхат Тора.

ИМЕНИНЫ

1 октября – Алексей, Ариадна, Аркадий, Борис, Вениамин, Владимир, Иван, Илларион, Ирина, Константин, Михаил, Петр, Сергей, Софья.

2 октября – Алексей, Гавриил, Георгий, Давид, Игорь, Константин, Макар, Мария, Николай, Трофим, Федор.

3 октября – Александр, Василий, Иван, Илларион, Михаил, Олег, Татьяна, Федор.

4 октября – Александр, Алексей, Андрей, Валентин, Василий, Владимир, Даниил, Дмитрий, Иван, Иосиф, Исаакий, Константин, Петр.

5 октября – Александр, Андрей, Вениамин, Кузьма, Макар, Мартин, Николай, Петр, Федор.

6 октября – Андрей, Иван, Иннокентий, Ираида, Николай, Петр, Раиса.

7 октября – Андрей, Василий, Виталий, Владислав, Галактион, Давид, Павел, Сергей, Степан, Фекла.

8 октября – Александр, Герман, Евгений, Максим, Николай, Павел, Прохор, Роман, Сергей, Федор.

9 октября – Александр, Афанасий, Владимир, Дмитрий, Ефрем, Иван, Николай, Тихон.

10 октября – Акулина, Аристарх, Виктор, Герман, Дмитрий, Игнатий, Марк, Михаил, Петр, Федор.

11 октября – Александр, Алексей, Анатолий, Анна, Афанасий, Валентин, Василий, Вячеслав, Георгий, Григорий, Ефрем, Иван, Илларион, Илья, Исаакий, Кирилл, Макар, Мария, Марк, Матвей, Моисей, Прохор, Сергей, Татьяна, Ульяна, Федор.

12 октября – Иван.

13 октября – Александр, Александра, Алексей, Василий, Вячеслав, Григорий, Леонид, Матвей, Михаил, Петр, Полина, Семен.

14 октября – Александр, Алексей, Вера, Георгий, Иван, Михаил, Николай, Петр, Роман.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, "АП" № 18

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: *Кэрролл. Нувориш. Мопс. Друг. Лассо. Леска. Парсек. Ярость. Ротор. Тайм. Чтец. Ужас. Никотин. Эра. Фишка. Толк. Фри. Тис. Швартов. Грунт. Каин. Антенна. Румба. Кряква. Ход. Ранг. Село. Овен. Руны. Сахар. Качели. Снег. Шейк. Кров. Тьма. Навес. Ушанка.*

ПО ВЕРТИКАЛИ: *Сумбур. Ниша. Ртуть. Плутократия. Эссе. Крыса. Спрут. Трава. Рейка. Жито. Нансен. Арканов. Гага. Кеб. Лорнет. Экран. Саше. Каюр. Интерес. Нуга. Афина. Ямб. Хокку. Велюр. Фигаро. Очки. Удочка. Расист. Штурм. Верн. Теркин. Брелок. Штольц. Астра. Нива.*

РЕКЛАМА, ОБЪЯВЛЕНИЯ

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЮ

2658 Продаю 3-комн. квартиру на ул. В. Барсовой, без посредников. 2600000 руб. **Тел. 8-927-077-08-70.**

2887 Продаю дом, 65,9 кв. м, частичные удобства, на 11 сотках земли, пос. Кирпичного завода № 1. **Тел.: 8-927-555-25-87, 8-960-864-48-30.**

2898 Продаю дачу, 6 соток, в Трех Протоках. Вода, электричество, кирпичный домик, деревья, виноград. **Тел. 8-988-077-13-62.**

2942 Продаю земельный участок на "Тридцатке", дорога, коммуникации. **Тел. 8-960-855-58-50.**

2942 Продаю дом в с. Воскресеновка, Лиманский р-н, 12 соток. **Тел. 8-917-098-10-03.**

2942 Продаю 2-комн. квартиру (Б. Алексеева/ул. Ботвина), фото n30.ru. **Тел. 8-917-180-58-01.**

2942 Продаю 1-комн. квартиру в Яксатово, фото n30.ru. **Тел.: 8-917-180-58-01, 8-917-097-10-01.**

2942 Продаю дом, 15 соток, в Яксатово, фото n30.ru. **Тел.: 8-917-180-58-01, 8-917-097-10-01.**

2942 Продаю участок в с/т "Полет" (Военный городок). **Тел. 8-917-180-58-01.**

РАБОТА

2763 Требуется лицензированный охранник. **Тел.: 50-36-37, 8-937-825-16-95.**

2797 Приглашаю активных пенсионеров. **Тел. 8-917-171-89-75.**

2798 Устали жить на пенсию? Помогу с работой. **Тел. 8-964-881-26-46.**

2806 Работа с ежедневной оплатой. **Тел. 62-26-30.**

2917 Требуется менеджер, з/п 25000 руб. **Тел. 8-927-583-83-48.**

2917 Нужен руководитель офиса, з/п 30000 руб. **Тел. 8-967-338-67-47.**

2917 Нужен рекламщик. **Тел. 8-989-793-43-08.**

2917 Требуется администратор. **Тел. 8-996-913-77-53.**

2917 Нужен оператор, з/п 23000 руб. **Тел. 8-927-583-83-48.**

2919 Несложная работа в офисе. До 25 тыс. руб. **Тел. 8-962-753-78-97.**

2954 Срочно требуются администратор, оператор. **Тел. 8-917-094-62-12.**

2958 Срочно требуется помощник в действующую организацию, оплата договорная. **Тел. 8-961-813-27-36.**

2958 Требуется промоутер. **Тел. 8-927-282-64-69.**

УСЛУГИ

2394 Услуги юриста. **Тел. 8-927-57-96-343.**

2565 Вывоз мусора, старой мебели, пианино. Грузчики. Грузоперевозки. **Тел. 8-964-889-71-85.**

2681 Информатика. **Тел. 62-70-37.**

2691 Изготовим и установим быстро и надежно металлические двери, навесы, заборы, лестницы, решетки, козырьки. Договор на обслуживание. **Тел.: 62-30-19, 62-33-78.**

2691 Недорого и быстро – лестницы, ворота, двери, решетки, навесы, козырьки. **Тел. 72-07-24.**

2854 Сантехник-профессионал. Устранение аварий, течи, засоры. Замена сантехнических приборов. Пенсионерам – скидка. **Тел.: 41-23-15, 8-905-364-51-78.**

2842 Выполняем все виды сварочных, сантехнических работ. Качество, гарантия. **Тел.: 69-05-86, 8-903-321-65-86.**

2855 Электрик-профессионал. Устранение аварий, замена розеток, выключателей и др. Пенсионерам – скидка. **Тел.: 41-23-16, 8-905-364-51-78.**

2902 Копка, пилка, зачистка участков. **Тел. 8-927-575-16-22.**

2962 Юридические услуги. Проблемы с долгами, пенсионные, семейные, наследственные споры и т.д. ООО "Слово и дело". **Тел. 41-30-57.**

2970 "АстрРемМебель". Ремонт, перетяжка мебели. Обивка дверей, матрацы. **Тел.: 70-93-20, 8-908-610-93-20.**

РЕМОНТ АППАРАТУРЫ

2645 Ремонт всех моделей телевизоров**. Тел.: 73-24-23, 8-927-560-34-28.**

2646 3-д "ЭКСПРЕСС". Ремонт холодильников, кондиционеров, сплит-систем, стиральных машин. **Тел.: 37-06-80, 37-02-74, 8-908-614-00-77.**

2843 Ремонт швейных машин, оверлоков. Св-во ЗО № 000728999. **Тел.: 55-00-93, 8-937-132-40-55.**

2866 Ремонт холодильников всех моделей, стиральных машин на дому. Гарантия! Без выходных! Недорого! Пенсионерам скидка! **Тел.: 75-20-02, 74-03-22.**

2893 Ремонт холодильников на дому. **Тел. 8-964-882-03-90.**

2943 Ремонт холодильников, без выходных. Скидка. **Тел.: 59-86-68, 8-917-170-28-84.**

2946 Ремонт жидкокристаллических и плазменных телевизоров. **Тел.: 74-42-16, 58-21-87.**

2949 Ремонт телевизоров. **Тел. 36-65-34.**

2983 Ремонт компьютеров на дому. **Тел. 8-905-481-27-72.**

РАЗНОЕ

113Е Куплю статуэтки, иконы, кресты, значки, книги, открытки, елочные игрушки, куклы и др. **Тел. 8-927-560-20-09**, Андрей.

125Е Куплю предметы времен СССР. Швейные машины, ковры, часы наручные, фарфор, хрусталь, стеклянные бутыли 10-20 л, штурвалы, рынды, судовые часы, радиоаппаратуру СССР. **Тел. 70-60-71.**

125Е Куплю дорого: иконы, самовары, мебель до 50-х г., статуэтки, подстаканники, столовые приборы, открытки, фото до 50-х г., елочные игрушки, значки, знаки, фотоаппараты, объективы, ножки Зингер и другое. **Тел. 70-60-71.**

2555 Куплю дорого предметы старины: иконы, книги, фото, открытки, знаки, монеты, статуэтки и др. **Тел.: 76-12-47, 8-961-055-53-45.**

2591 Куплю холодильники, кондиционеры в любом состоянии. **Тел. 8-964-889-88-87.**

2649 ООО КФ "Антиквар" покупает иконы, предметы столового серебра и старинного быта, часы, мебель, самовары, монеты, ювелирные изделия из золота. Ул. Кирова, 21. **Тел. 44-69-45, 73-38-93, 62-64-05.**

2682 Куплю морозильники, микроволновые и газовые печи, холодильники, кондиционеры, телевизоры и другое. **Тел. 8-908-617-58-10.**

2760 Куплю старые елочные игрушки. **Тел. 8-905-060-59-55.**

2879 Куплю радиодетали. **Тел. 8-903-378-03-33.**

СНАСТИ И СТРАСТИ

Ждём крупных судаков с моря

Лучше меньше, да больше

В последние четыре года наметился явный положительный сдвиг в объемах вылова судака на Нижней Волге, как у промышленных рыбаков, так и у любителей. Самая дорогая рыба, не считая осетровых, в этом году падала в цене до неприличных 80 рублей за килограмм, и это самый объективный показатель, свидетельствующий о положительной динамике.

Происходит это из-за ряда факторов, одним из которых является изменение уровня моря, а точнее, его падение, вследствие чего обсыхают огромные акватории в казахстанском секторе моря и судак мигрирует оттуда в дельту Волги.

Самыми обильными по количеству этой рыбы выдались 2014 и 2017 годы, так много его не ловили с начала девяностых годов. Правда, средний размер клыкастого, идущего в эти годы с моря, редко превышал килограмм. В иные дни осеннего хода судака в эти годы без проблем можно было выловить сотню, а то и поболее экземпляров.

В сентябре крупный судак появился в низовьях Главного банка и на Кигаче.

А вот в 2015 и 2017 годах судака шло гораздо меньше, зато на том же Кигаче регулярно попадались экземпляры на пять, семь и даже девять килограмм.

Смею предположить, что нынешний год, а вернее, осенний ход в этом году с моря, порадует нашего брата не только количеством клыкастого, но и размерами. Основаниями для такого предположения является ситуация, которая наблюдалась летом этого года в наших реках, особенно в Волге и по Главному банку, где начиная с середины июня и практически до конца июля одномоментно на всем протяжении от моря до северных районов области появилось огромное количество судака. Огромное по нынешним меркам. Судака было так много, что сначала на него упала цена на нелегальных приемках и у перекупщиков, в иных местах до 60 руб за килограмм, а потом его даже в иные моменты вообще не принимали у браконьеров.

Крупный судак скатился в море вместе с селедкой и должен прийти к нам этой осенью с моря.

Я лично наблюдал, как на Волге за один "плав " (участок, по которому работают плавными сетями, на Волге их длина составляет 200-300 метров) набирали 100-150 судаков от полутора до трех килограмм каждый, то есть судак был весь дельный. А плавные сети проходят этот участок одна за одной, и все приходили с таким количеством рыбы. Весь судак был буквально набит покатной селедкой, и чем меньше ее становилось в реке, тем меньше ловилось судаков. Сейчас в этих же местах очень хорошим результатом считается пятокдесяток судаков с плава. Он скатился в море вместе с селедкой. И есть все основания полагать, что именно этот крупный (или деловой, как говорят рыбаки) судак придет к нам этой осенью с моря. Если, конечно, не вмешается какой-нибудь дополнительный фактор, способный повлиять на его ход с моря. Например, очень низкий уровень воды в реках. Известно: чем больше воды в реках, тем лучше в них идет с моря рыба.

Уже в сентябре именно этот крупный судак появился в низовьях Главного банка и на Кигаче. Правда, начало хода его было не сплошным, как в многоводные годы, а пульсирующим, как говорят рыбаки, "идет днями". Задула моряна, дала толчок судаку, задул сгонный – ход затих. Есть надежда, что в октябре с похолоданием воды ход судака усилится. А сбудется мой прогноз или нет, станет ясно по ценам на наших рынках, которые лучше любых ученых дают понять, в каком состоянии находится популяция судака на Нижней Волге.

Олег САРАНА.
Фото автора.

ПЛАЧ ПОЗВОНОЧНИКА…

Остеохондроз – как забыть язык боли?

«Здравствуйте. Я – позвоночник. Я поддерживаю тело с первых шагов. Упругие диски между моими позвонками «гасят» удары, словно подушка безопасности. А еще вдоль меня проходят позвоночные артерии, доставляющие кровь головному мозгу.

Я не люблю, когда человек долго находится в одном положении[1]. Когда часами сидит за компьютером или, согнувшись, трудится на дачных грядках. При этом в мышцах нарушается кровоток, и я страдаю от недостатка кислорода. Особенно чувствительны к голоданию мои межпозвонковые диски. Ведь они получают питание только из окружающих тканей, в них нет кровеносных сосудов. Они начинают проседать, разрушаться, и тогда я прошу о помощи…»

Все это мог бы сказать позвоночник, страдающий остеохондрозом, но он знает только язык боли. Поначалу болят лишь «закаменевшие» мышцы. Затем начинает ныть спина, что-то похрустывает в ней при наклонах и поворотах. А потом внезапно возникают «прострелы» – острая резкая боль, которая усиливается при малейшем движении. Особенно часто это бывает при грыже, или выпячивании межпозвонкового диска.

АЛМАГ дает возможность:
- устранить боль;
- уменьшить отек и воспаление;
- улучшить усвоение лекарственных средств, что способствует повышению качества лечения;
- остановить прогрессирование заболевания;
- восстановить проводимость в защемленных между позвонками нервах, что позволяет улучшить двигательную активность.

Симптоматические средства при острой боли помогают лишь на некоторое время, а сама болезнь прогрессирует. Поэтому прежде всего нужно устранить причину заболевания: восстановить нормальный кровоток в тканях, окружающих позвоночник. Именно это создает условия для продолжительного устранения боли.

Почему некоторые до сих пор мучаются от боли в спине?

Они ищут исцеления в каких-то невероятных снадобьях, которые чаще всего не помогают. И тогда доверие теряется к любым вариантам лечения. Однако существует средство, признанное официальной медициной и проверенное тысячами пациентов с остеохондрозом – магнитотерапевтический аппарат АЛМАГ-01. Уже более 16 лет он успешно применяется в домашней и клинической практике.

Остеохондроз лечится лежа

Движение, конечно, жизнь, но не при обострении остеохондроза. Неосторожные движения при защемлении и воспалении нерва способны привести к усилению отека и боли. Вот почему остеохондроз лечится лежа. При этом сначала на кушетке (кровати) располагается АЛМАГ-01, а затем больной ложится на него спиной так, чтобы аппарат охватывал весь позвоночный столб. Лечение следует начинать с первых дней появления заболевания. АЛМАГ-01 способствует улучшению кровотока в мелких сосудах и ускорению обмена веществ. Это дает возможность улучшить питание межпозвоночного диска, восстановить его ткани и, следовательно, устранить болевые ощущения при остеохондрозе. АЛМАГ-01 может помочь ускорить выздоровление.

Почему именно АЛМАГ-01 подходит для лечения остеохондроза?

АЛМАГ-01 – это испытанное средство и подтвержденная результативность, на которую влияют многие факторы:

- это проведение длительных научных исследований с привлечением экспертов;
- применение бессвинцовых RoHS-технологий и неаллергенного медицинского пластика;
- дорогостоящее оборудование, которое позволяет добиться высокой точности настройки всех параметров;
- двойной контроль на каждом этапе производства и ежегодный контроль качества немецкими аудиторами.

Пожалуй, только компания ЕЛАМЕД дает три года гарантии на АЛМАГ-01. И это тоже показатель надежности, качества и уверенности в том, что болезнь можно заставить отступить.

АЛМАГ-01 – позвоночник скажет «СПАСИБО!»

ВНИМАНИЕ!
В октябре каждую среду
в аптеке «На здоровье» ТЦ «555»
с 17.00 до 20.00
БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
специалиста по лечению сложных заболеваний: коксартроз, варикоз, лимфостаз, последствия инсульта.
Тел. 41-38-30

Покупать в октябре выгодно!
АЛМАГ-01 с уникальными скидками в аптеках Астрахани:

«ШАХ» тел. 220-022
«На здоровье» тел. 255-664
«Экономъ»
«Кристи» тел. 555-040
«Магистр» тел. 480-070
«Ригла» пл. Вокзальная,13 (ТЦ «Ярмарка»)
«Вита» тел. 8-800-755-00-03

Бесплатный телефон завода: 8-800-200-01-13

Также заказать аппарат (в т.ч. наложенным платежом) вы можете по адресу: 391351, Рязанская обл., Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод» или на сайте завода: www.elamed.com. ОГРН 1026200861620 Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Газета "Астраханский пенсионер"
Учредитель, издатель, редакция: АНО "Издательский дом "Каспий", 414000, г. Астрахань, ул. Бакинская, 85, пом 02.
Главный редактор Алексей Николаевич Нечаев
Выпускающий редактор Анна Викторовна Маковозова: тел. (8512) 48-18-09
Приемная: тел./факс (8512) 48-18-17
Служба распространения: тел. (8512) 48-18-02
Рекламный отдел: тел. (8512) 48-18-01, 48-18-06, 48-18-07. Для писем: 414000, г. Астрахань, главпочтамт, а/я 86. E-mail: komsomol30@bk.ru
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Астраханской области, свидетельство № ТУ30-00082 от 12.07.2010 г.
Подписной индекс 50596.
Тираж 9750. Заказ 2451.
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
Дата выхода в свет – 28.09.2018 г.
Рекомендуемая розничная цена – 13 руб.
Отпечатано в ГП АО ИПК "Волга", 414000, г. Астрахань, ул. Набережная 1 Мая, 75.
Генеральный директор Григорьев А.Ю.
16+