



Достоинная жизнь

№ 5 (10)

31 октября 2014 года



Праздник

Мои года, мое богатство

3 октября в Пансионате состоялось праздничное мероприятие, посвященное Дню старшего поколения.



Лучшее лекарство - общение!

Этот День старшего поколения - длиною вся жизнь - призван обращать внимание всех сущих на людей этой категории: везде и всюду проявлять уважение, внимание и заботу к старикам, прислушиваться к их слову, совету, ведь они обладают огромным жизненным опытом.

Коль скоро появилось

утверждение «Старость не должна быть одинокой», то вспомним и другое - горькое и печальное - «Одинокая старость». И лучшее лекарство от второго - общение. Но для этого надо открыться собеседнику, радоваться любой его точке зрения и оценке («Оказывается, не все так считают, как я,

а я-то думал... Интересно!..»)

Вы лично сколько раз хотели открыться собеседнику? Пусть откроется сначала он? Начните с себя - разве Вам нечего рассказать, вспомнить прошлое? Мудрый человек сказал: «Если у Вас и у меня есть по яблоку, и мы обменяемся этими яблоками, то ни-

чего не изменится. Но если у Вас есть новость, а у меня - своя новость, то, обменявшись новостями, мы будем иметь каждый по две новости». Уверен: в Пансионате есть много замечательных людей с интересными судьбами и историями - КАКОЕ поле для общения!

А. С. МУРАТОВ, журналист

От редакции

Уважаемые читатели!

Как мы и ожидали, октябрь оказался щедрым на события, размышления о нашей жизни в Пансионате. Судя по большому числу участников выпуска юбилейного номера нашей газеты, темы, связанные с одиночеством, отношениями между проживающими оказались актуальными. И что самое отрадное, подавляющее большинство наших читателей сошлись в одном: тепло и душевность, глубокое уважение друг друга - основа возникновения семейных отношений в нашем родном доме. Сегодня мы предлагаем вам самые яркие, душевные размышления на эту и другие темы.

Редакция.

Сегодня в номере:

Мои года -

мое богатство 1 стр.

Слава учителям! 2 стр.

Лучшие

по профессии 3 стр.

Хроника 4 стр.

Будьте щедры на любовь!



Старость... Какие ассоциации вызывает у вас это слово? Морщинистая кожа? Ослабевший слух? Дрожащие руки и ноги?

Почтенный возраст естествен, ведь невозможно, чтобы жизнь шла, а годы стояли на месте. Все живое развивается и достигает зрелости. Люди могут расти и процветать, да-

Я хочу распорядиться оставшимися годами с мудростью и быть полезной близким и окружающим меня людям настолько, насколько это возможно.

же когда годы дают о себе знать. Сегодня многие пожилые люди сохраняют умственную активность. И возраст не мешает им осваивать что-то новое и сложное. В Пансионате мы можем развивать свои качества характера, учиться сохранять положительный настрой и поддерживать теплые отношения с друзьями, а именно заботясь не только о своих интересах, но и об интересах других. Большее счастье - давать, чем получать. Жить в согласии с правилом золотым: «Поступайте с людьми так, как хотите, чтобы люди поступали с вами».

Детям от вас нужны надежные жизненные ориентиры, правильные советы, от которых зависит сча-

стье. Что наши дети знают о смирении? Развитие подлинного смирения требует немало усилий, чтобы оно стало частью личности. Смирение требует нравственной силы, чтобы бескорыстно служить и помогать другим.

Недостаток смирения сеет немало вражды между людьми. Надо научиться избегать соперничества, гордости, надменности. Личная жизнь пожилых людей - яркий пример для подражания.

Всякий человек должен быть скор на слышание, медлен на слова, медлен на гнев. Любовь сглаживает многие трения в человеческих отношениях. Будьте щедры на любовь!

В. М. БЕЛЕНЬКАЯ



Проживаю в Пансионате два с половиной года.

За это время я нашла здесь много замечательных людей. Из них, на мой взгляд, конечно, получилась хорошая семья в следующем составе: мой папа - Плужник Иван Степанович, ему 94 года. Это золотой человек, чуткий семьянин, каких мало мужчин, к сожалению, он сейчас прожи-

Моя семья

вает в отделении милосердия. Навещаю его каждый день и люблю его, как дочь. Моя мамочка - Павлова Клавдия Ивановна, добрая, милая чуткая женщина, внимательная не только ко мне, но и ко всем, кто с ней рядом. Сестра моя - Мартынова Раиса Михайловна - поэтесса и верный друг, умница, скромница, сама доброта. Мой брат - Макаров Дмитрий - балагур, шутник и трудяга. Еще я нашла себе доченьку - медсестру Катюшу Прыткову - милую и приветливую, улыбка и ямочка на щеке просто завораживает, ее нельзя не любить. Хотелось бы иметь и сыночка в лице Андрюши Якунина - бога компьютерного класса. Думаю, что он не будет возражать от такого моего назначения.

Вот нас семь человек - семья в полном смысле. Так что я в Пансионате не одинока - всех их люблю и буду любить. Спасибо, что они есть!

В. Д. ГРАЧЕВА

(Продолжение на 2 стр.)

День знаний

Слава учителям!

Каждый год 1 сентября дети идут в школу! Что их ждет?

Конечно, самое главное, приятное - это встреча и знакомство с учителями, которые на протяжении своей трудовой жизни отдают им свою любовь, знания, силы. Учителя ведут своих учеников, начиная с первого класса и заканчивая высшими учебными заведениями.

Память о своих учителях остается в сердце каждого учащегося, и вспоминаются педагоги с любовью и благодарностью. Так идет от поколения к поколению, от молодости к старости, от века в век.

Школа

*Школьные годы далекие,
Детские милые дни.
Стайкой веселой задорною
Вмиг пролетели они.
Школа над тихой рекою,
Двор с тополями вокруг,
Нежной сердечной волною
Душу встревожило вдруг.
Комнаты по коридору,
Против - учительский класс -
Вновь открывается взору
И со слезою подчас:
Стол, возле - школьная парта,
Где мы сидели вдвоем,
Глобус, настенная карта -
Все это было притом.
Школа, уроки и классы,
Добрые учителя -
Их ведь труды не напрасны,
Вывели в люди меня.
Хочется мне на минутку
Школу тайком навестить
И посидеть, словно в шутку
Снова урок провести.*

А. А. ПЯТАЕВ



Свою трудовую жизнь я начала в глухой тайге в Северо-Енисейске Красноярского края. Жители поселка в основном были ссыльнопоселенцами, осужденные по 58-й статье - политической - люди высокой культуры, интеллигентные и добрые. Поселок состоял из деревянных барачков, только школа была кирпичной, двухэтажной.

Приехав туда, я через два года вышла замуж и вскоре родила сына. Роддом располагался в низком деревянном здании, а заведовал им ссыльный, бывший министр здравоохранения Латвии. Дисциплина в роддоме была железная, все очень стерильно.

И вот 30 декабря под окнами появилась кукла в человеческий рост в шикарном наряде, в руках - огромный эмалированный таз, доверху забитый подарками, и такой же кувшин. Кукла начала петь и танцевать, поздравляя меня с Новым годом и рождением ребенка. Через некоторое время шесть человек в белых халатах и масках заявили в палату с поздравлениями. Это оказались родители детей моего 8-го класса, где я была классным руководителем.

Я до слез была тронута их добротой и заботой, а они объяснили, что пришли от имени своих детей, которые очень хорошо ко мне относились за мою заботу о них.

М. А. ПОРТНАЯ

Я педагог с 35-летним стажем. Выбрала эту профессию по совету старшей сестры-учительницы. Хорошо запомнился первый урок. Это было в средней школе города Называевска Омской области. «Повезло» - получила седьмой класс - ребят с тяжелыми судьбами. Дети-переростки, трудные. Когда я зашла в класс на первый урок, один из учеников зашел: «Я встретил девушку - полумесяцем бровь, на щечке родинка, а в глазах любовь...». И вдруг на столе - патефон с пластинкой, на которой записана эта же песня. Это было чудо... К сожалению, я проработала у них лишь один год и была переведена в школу Новоомской Тульской области, где проработала 28 лет.

Е. Ф. ИГНАТОВА

Окончил КвСВУ, Житомирское Краснознаменное зенитно-артиллерийское училище и Военную инженерную радиотехническую академию. Работал в перчисленных трех, а также в Харьковском госуниверситете им. Каразина и в Военно-техническом институте Республики Куба.

Горжусь двадцатью тремя суворовцами уникального взвода курсантов ЖКЗАУ (18 окончили СВУ с золотой медалью, 5 - с серебряной). Впоследствии из них вышли видные ученые, работники ВУЗов, военных ведомств и учреждений.

Горжусь выпускниками училища и академии, которым читал лекции и проводил все виды занятий.

Автор более 80 научных работ. Подготовил трех кандидатов технических наук в СССР и одного кандидата педагогических наук в Республике Куба.

В. М. ИЛЬИНКОВ

Окончила я физмат педагогического института и направили меня напрямую в деревню, в глушь, и даже не в Саратов. Вокруг поля, лес и нечто невиданное - деревенский быт. Поселили меня в медпункте. Из еды - черный хлеб из магазина, где кроме него продавались только вермишель, водка и сигареты. Молоко - от соседской коровы и бочка соленых помидоров в подвале.

Наступала холодная ночь, медсестру куда-то вызвали, и она попросила меня истопить печь. Печь я видела раньше только на картинках, да и то другой конструкции, но в походах бывала, курсы пионервожатой проходила, огонь разжечь умела. Так как о заслонке я и понятия не имела, дым повалил густой и белый, заполнил медпункт и пополз по деревне. Смотрю, уже люди сбегаются, пора предпринимать решительные меры - и я не нашла ничего лучше, как вылить в печь ведро воды. Чугунные круги провалились внутрь, и я думаю, что самый большой из них, который так никто и не смог достать, напоминал обо мне всем последующим учителям и медсестрам этой деревни.

Т. С. ЧЕРНЫШЁВА

Праздник

Мои года - мое богатство

(Продолжение.
Начало на 1 стр.)

«Старость не должна быть одинокой» - смысл этого утверждения соответствует заботе о спокойной и благополучной жизни пожилых людей. Ведь не зря говорят, что одинокий прут легче ломается, нежели целый пучок. И не секрет, что пожилому человеку оказаться одиноким - целая трагедия. В любой момент с ним может случиться страшнейший приступ, и он не сможет даже позвонить на «03» и открыть дверь... И все... В Пансионате этот трагический вариант исключен.

Мы живем в Пансионате,
Он теперь наш дом родной.
Окруженные заботой,
Все мы здесь в семье большой!
Р. М. МАРТЫНОВА

Судьба - хитрая штука, она каждому стелет свою дорожку: болезни, утраты родных и близких, изменение места жительства. И многих она определила в Пансионат. Каждый проживающий имеет свой характер, приходится вырабатывать свой стиль поведения во взаимоотношениях.

И есть люди, среди которых возникают симпатии к другим и появляется потребность кого-то подбодрить, оказать помощь в решении жизненных проблем. И когда это случается - новая семья пользуется уважением у своих соседей. У этих людей исчезает чувство одиночества, безысходности. Появляется радость в жизни. А это многое значит. Пусть у нас больше появляется новых семей. И спасибо нашему руководству за поддержку таких отношений!

К. Д. ДЕГТЯРЕВА

Мне 83 года. Простая, спокойная, добрая, люблю природу и детей, люблю во всем порядок, люблю животных. Наступило время одиночества. У детей, внуков и правнуков своя жизнь, свои проблемы. В Пансионате я встретила замечательных людей. Часто слышу в свой адрес пожелания: «Доброе утро!», «Добрый день!» и «Добрый вечер!». Это так приятно, так тепло на душе. И чувствуешь себя не одинокой. Хочется жить и радоваться. Как хорошо, что я оказалась в таком добром коллективе.

Е. Ф. ИГНАТОВА

По воле судьбы я оказалась в Пансионате, где встретила много хороших людей. Здесь я нашла не только последнее пристанище, но и добрых друзей. Здесь хочется жить и радоваться.

Е. Н. СЕЙФИНА

Чтобы не быть одиноким, необходимо иметь любимое занятие, чтобы не оставалось времени грустить и замыкаться в себе со своими мыслями. Надо стараться интересоваться тем, что нас окружает, гнать от себя негатив и общаться с такими людьми, которые помогут радоваться жизни.

А. Н. ПАНОВА

Помню заповеди медсестры

Впервые вопрос выбора профессии возник после окончания 8-го класса средней школы.

Подруга пошла учиться в медицинское училище, предлагала поступать вместе. Но мой «внутренний голос» молчал, тяги к медицине я не испытывала. И все-таки через два года я поступила в медицинское училище! Учиться было интересно, практику проходили в отделениях разного профиля, но травматология на тот момент привлекала в большей степени, и я после окончания училища пошла работать в травматологическое отделение ГKB № 13. Было сложно, но интересно: овладела всеми необходимыми медицинскими манипуляциями постовой, процедурной, перевязочной медицинской сестры. Помимо этого на медсестру ложились и такие обязанности, как получение и раздача пищи, кормление и др. Но, несмотря на сложности и катастрофическую нехватку времени, я получала удовлетворение от своей работы, имея возможность помочь, выслушать, подбодрить, видя результат своего труда.

Потом работала в Центральном военном клиническом госпитале в качестве перевязочной, палатной медсестры, старшей медсестры травматологического отдела-



ния, главной медсестрой госпиталя.

С конца 1994 года стали поступать военнослужащие, получившие ранения во время боевых действий в Чеченской республике. Исход огнестрельного ранения конечности, как правило, - ампутация.

Необходимо было учить пациентов жить заново, заниматься восстановлением элементарных навыков, помогать адаптироваться к новым условиям жизни после ампутации конечностей, потере зрения и других ранений. Это не просто больные, это ещё и искорёженные судьбы мальчишек, которые нуждались не только в медицинской помощи, но и в серьёзной психологической помощи. Не всем удавалось справиться с таким ударом судьбы и найти силы жить дальше, определить своё место в жизни. Сложно передать

те чувства, когда видишь счастливые лица тех, кто заново научился ходить, писать, держать стакан протезом.

В ПВТ № 1 работаю с ноября 2011 г.

Посвятив себя медицине, ни разу не пожалела о выборе своего жизненного пути, несмотря на все нюансы и сложности. Гуманность, чуткость, сострадание, самоотверженность - все это характеризует личность медицинской сестры. Общаясь с пациентами и коллегами по работе, я всегда помню о первой заповеди медицинской этики: «относись к больному так, как бы ты хотела, чтобы относились к тебе».

В безупречном выполнении своих служебных обязанностей и дальнейшем совершенствовании в выбранной специальности вижу свою задачу на ближайшее будущее.

Стараюсь быть полезной

Лучший бухгалтер года - Раиса Федоровна Кулаченко окончила Московский технологический институт пищевой промышленности по специальности инженер-экономист.

Начала свою трудовую деятельность с августа 1973 года в Пансионате, работала бухгалтером по начислению заработной платы. По карьерной лестнице выросла до главного бухгалтера.

«За эти годы коллектив полностью обновился, - говорит Раиса Федоровна, - пришли молодые перспективные образованные специалисты, прекрасно владеющие современной оргтехнологией, программными продуктами, необходимыми в работе. Мне очень интересно работать с молодым поколением, мне есть чему и у них поучиться. Я стараюсь им быть полезна, делюсь с ними опытом и знаниями, конечно, приходится быть требовательной, так как на нас большая ответственность, но все-таки стараюсь поддерживать атмосферу доброжелательности, взаимопонимания, взаимовыручки, заинтересованности в результатах работы».



С любовью и душой

Наталья Евгеньевна Столярова родилась и выросла в селе Ягодное Горьковской области.

Закончила Бортсурманскую среднюю школу. После школы поступила в техникум общественного питания, так как с детства очень любила готовить. В первые пять лет практики она работала в Международном аэропорту Шереметьева в дружном большом коллективе. Столовая обслуживала работников аэропорта, а также всех гостей, которые прилетали и улетали. За один день обслуживали около 4000 человек.

В 2010 году Наталья Евге-

ньевна пришла работать в Пансионат поваром в горячий цех. «За это время у нас сложился очень дружный коллектив под руководством заведующего производством Ю. В. Удовиченко, - говорит Наталья Евгеньевна, - мы с любовью и душой готовим вкусную и разнообразную здоровую пищу для наших подопечных. Мы стараемся создать домашнюю атмосферу. Девизом нашего коллектива является забота, уважение и внимание к людям старшего поколения».



Любимая работа



Я с детства любила шить и вязать.

Всегда привлекали вещи ручной работы. Когда я устраивалась на работу в Пансионат, мне предложили использовать мое профессиональное образование швеи и вести кружок рукоделия. Эта идея мне очень понравилась. Узнав наших проживающих поближе, я поняла, что здесь собрались люди талантливые, готовые учиться, осваивать новые техники и делиться накопленным опытом.

Во время занятий мои идеи обсуждаются коллективом, и вместе мы решаем, как лучше их воплотить в жизнь. Занятия проходят в дружеской атмосфере, я уже привыкла к каждому своему подопечному, знаю его вкусы и возможности. Я рада, что у моих учеников есть желание посещать кружок, у них есть стимул сделать что-то новое, а мне радостно от того, что я могу подарить людям свое душевное тепло.

М. И. ВОСТРИКОВА

Фестиваль



Нам песня строить и жить помогает!

Ежегодно, в рамках празднования Дня старшего поколения проходит фестиваль самодеятельных коллективов и исполнителей стационарных учреждений социального обслуживания города Москвы - «Песни прошлых лет».

В этом году, конкурс проходил под девизом «Нам песня строить и жить помогает».

Цель этого конкурса привлечение людей «золотого возраста» для творческого самовыражения и раскрытия новых талантов.

В этом году, 7 октября на базе нашего Пансионата состоялся отборочный этап конкурса.

Девять коллективов от учреждений стационарного обслуживания приняли участие в 1-м туре.

В зале присутствовали болельщики в лице сотрудников и проживающих Пансионата, которые пришли поддержать наших артистов - вокальный ансамбль «Правобережный причал» под руководством Виктора Вишнякова. К этому дню они подготовили музыкальную композицию «А годы летят...»

Лауреатами конкурса стали коллективы ГБУ ПБТ № 31, ГБУ ПБТ №1 и ГБУ ПБТ №19. Также жюри отметило художественное оформление номера ГБУ ПБТ «Турист» и костюмы ГБУ ПБТ № 9.

Именно этот конкурс показал нам всем, что и в преклонном возрасте у людей есть возможность жить активной, творческой, полезной жизнью.

Досуг



Посиделки

В честь Дня старшего поколения на 8-м этаже второго корпуса состоялись вечерние посиделки с песнями, танцами и чаепитием.

С удовольствием пели даже «непоющие», зарядившись от таких задорных запевал, как А. П. Мартынова, Д. А. Косцова, В. Д. Грачева, К. В. Игнатьева, Т. А. Никанорова.

Порадовала нас своим пением и Мария Ивановна Федоровна. Ее уникальный голос просто завораживает, и, слушая ее, любуешься не только тембром ее свободно льющегося голоса, но и манерой исполнения.

Хочется отметить и организаторские способности Александры Васильевны Рожновой и Ганны Константиновны Гуриной, поднявших нас, неподъемных, на такое мероприятие.

Первый блин не оказал-

ся комом - все обратили внимание на то, что мы стали как-то ближе друг у другу. И даже те, кто раньше не разговаривали, танцевали и пели вместе.

Такие посиделки неплохо было бы устраивать на каждом этаже. И тогда в нашей большой пансионатской семье не будет таких, которые вечно чем-то недовольны и всегда держат в запасе ложку дегтя, чтобы разбавить нашу общую бочку меда.

Р. М. МАРТЫНОВА

ЭТО ВАЖНО

Четвёртый общекадетский съезд

Со 2 по 11 октября этого года в Хабаровске, Владивостоке и Уссурийске проходил IV общекадетский съезд Открытого содружества суворовцев, нахимовцев и кадет России.



Эта организация образована в декабре 1998 г. в Москве и объединяет в своих рядах ветеранов суворовских, нахимовских училищ, кадетских корпусов, специальных подготовительных училищ России, стран СНГ, а также ветеранских кадетских организаций дальнего зарубежья (Аргентины, США, Канады, Франции, Сербии).

Между этой организацией и нашим Пансионатом установлены прочные деловые и творческие отношения. Вице-председатель Содружества генерал-майор А. И. Владимиров является председателем Попечительского совета Пансионата, генерал-лейтенант В. О. Чиковани (главный старейшина Содружества) - его заместителем, полковник В. М. Ильинков - заместитель главного старейшины Содружества, полковник Ю. Е. Бирюков, Ю. И. Мальцев, подполковник В. В. Лавров - члены Содружества.

Съезд подтвердил: неуклонный рост влияния на оборонноспособность России офи-

церской элиты из числа кадет, воспитанных с детства бескорыстно служить Отечеству; высокую эффективность системы кадетского образования, имеющую в обществе тенденцию занять доминирующую роль; правильность выбора направлений деятельности ветеранских организаций Содружества за прошедшие три года после третьего съезда.

В своём выступлении перед делегатами съезда полковник В. М. Ильинков убедительно рассказал о плодотворной заботе ветеранов Пансионата по передаче молодому поколению Москвы ратных и трудовых традиций. Живой интерес у кадет, суворовцев и зарубежных кадет вызвала газета Пансионата «Достойная жизнь», подаренная им на съезде.

«Патриотическое движение кадет России и на Тихом океане свой продолжило поход», - так пели делегаты съезда на заключительном вечере.

Поздравляем юбиляров

Юбиляры ноября:

Захарова Анастасия Ивановна - 90 лет.
Батанова Тамара Ивановна - 90 лет.
Медуница Анна Ивановна - 90 лет.
Юренков Иван Петрович - 90 лет.
Казукова Кима Александровна - 90 лет.
Самардакова Нина Петровна - 85 лет.
Жабина Анна Пантелеевна - 85 лет.
Саликова Валентина Засимовна - 85 лет.
Кисенко Ольга Павловна - 85 лет.
Машинистова Анна Ивановна - 85 лет.
Капорцев Михаил Иванович - 75 лет.
Егорычев Виктор Евгеньевич - 75 лет.
Карпов Алексей Владимирович - 40 лет.

Юбиляры декабря:

Храпова Наталья Дмитриевна - 95 лет.
Барботченко Анна Павловна - 90 лет.
Попова Зоя Борисовна - 90 лет.
Голомазова Елизавета Тихоновна - 90 лет.
Берендеева Валентина Федоровна - 85 лет.
Савченко Валентина Михайловна - 85 лет.
Полунин Николай Петрович - 85 лет.
Нечаева Александра Григорьевна - 85 лет.
Шалаева Валерия Ивановна - 75 лет.
Беспалова Надежда Михайловна - 70 лет.
Волкова Людмила Андреевна - 70 лет.
Бобров Владимир Иванович - 70 лет.

Редакция: главный редактор - Г. И. Михайличенко, заместитель главного редактора - В. М. Ильинков, ответственные за выпуск - И. А. Гарченко, М. А. Мовчан.

Редакционная коллегия: заместитель руководителя - А. С. Муратов; фотокорреспондент - А. В. Якунин; отдел культуры - Ю. Е. Бирюков; отдел литературы и искусства - З. Т. Андреасян, А. А. Пятаев, А. В. Рожнова, Р. М. Мартынова, Т. С. Чернышева, В. Н. Калачев, Т. П. Крылова; отдел социального обслуживания - К. Д. Дегтярева; отдел патриотического воспитания молодежи - Б. Г. Свердловский, Ю. Е. Бирюков.

Консультанты: юрист - М. В. Антонова, главный бухгалтер - Р. М. Кулаченко, заместитель директора по медицинской части - М. Р. Шейхов, психолог - В. Н. Давыдов.

Адрес издателя и редакции: 125445, Москва, ул. Правобережная, д. 4. Тел. (499) 457-14-58.
Учредители: ГБУ ПБТ № 1 и Совет ветеранов первичной организации Пансионата.

Тираж - 500 экземпляров
Периодичность издания - один раз в два месяца
Распространяется бесплатно

Редакция оставляет за собой право не вступать в переписку и не возвращать опубликованные или не опубликованные рукописи, материалы, фотографии. Авторы статьи высказывают собственное мнение. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора. Опубликованные материалы являются собственностью газеты. Их полное или частичное воспроизведение допускается только с письменного разрешения.