

Nº43 (316) подписаться можно в любом отделении почты россии полиценой индекс позата

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС П6377

## Здравствуйте, мои дорогие читатели!

Международный день солидарности людей празднуется ежегодно 20 декабря. Событие было установлено резолюцией Генеральной Ассамблеи OOH № A/RES/60/209 от 17 марта 2006 г. Единство людей заключается в



разнообразии, взаимной ответственности, взаимопомощи и общности интересов, необходимых для достижения общих целей и будущего, путем формирования и выполнения определенных планов, программ и политики. Этот всемирный праздник посвящен основополагающей ценности всех стран - солидарности.

#### История праздника

В марте 1995 года на Всемирной встрече была принята Копенгагенская декларация о социальном развитии. Участвующие страны взяли на себя обязательства по созданию равных условий для благоприятного социального развития человечества, одинакового доступа к услугам всем людям, добровольной репатриации беженцев в безопасных условиях, укреплению мира путем отказа от насилия и уважения многообразия, стремлению к цели искоренения нищеты, полной рабочей занятости населения, формированию и развитию справедливого и безопасного общества, уважению достоинства человека и повышению роли женщины в политической, социальной и иной жизни государства и мн. др.

День работников органов ЗАГСа празднуется 18 декабря, начиная с 1917 года, когда Совнаркомом Рос-



сийской республики был подписан декрет «О гражданском браке, о детях и о ведении книг актов состояния». Этот документ стал первым в СССР, касающимся регулирования семейных отношений. До этого времени функции ЗАГСа по регистрации выполняла церковь, ведя записи в метрических книгах. Органы ЗАГС играют важную роль в жизни каждого человека. Именно здесь официально создается или прекращает свое существование семья, происходит регистрация новорожденного гражданина или выдается гербовое свидетельство о смерти, изменяется фамилия, имя или отчество и многое другое. Людям, которые ведут отчетность о самых важных вехах человеческой жизни и отдельные ее моменты увековечивают в памяти граждан, посвящен этот профессиональный праздник. Официально такой профессии как «работник ЗАГСа» не существует, но люди, посвятившие себя деятельности в этой сфере, обязаны иметь гуманитарное высшее образование, желательно юридическое, психологическое или педагогическое, так как они работают по закону и общаются с людьми. Знания законодательной базы помогают им грамотно и верно заполнить документы и не заставляют посетителей приходить к ним снова и снова. От них также требуется наличие коммуникабельности, такта, понимания и внимания, умение держаться на публике, правильно поставленная речь. Если работник ведет брачные церемонии, то навыки актерского мастерства и знания обрядов способны сделать этот день незабываемым для молодоженов, а также их родственников

Николай — один из самых известных и почитаемых святых в России. Имя этого святого связывают с покровительством бедных, простого люда, мореплавателей. Православный праздник Святого Николая отмечают 19 декабря. Богатые родители с детства приучали сына к вере. Возмужав, он стал архиепископом. Во времена христианских гонений его вместе с другими верующими заключили в темницу, подвергали физическим пыткам, но, несмотря ни на что, он продолжал верить в Бога, поддерживать других узников. С приходом царствования императора Константина, Николай начал управлять па-



ствой. Многим знакомы его иконы, сотворившие не один десяток чудес. Его мощи способны исцелить от многих недугов. Страны имеют свои традиции празднования. По старинным приданиям в каждый дом в эту ночь приходит святой Николай вместе с помощниками: ангелы говорят о хороших поступках, черти шепчут о провинностях. Добро побеждает, и на утро ребенок находит под подушкой небольшой подарочек. В честь святого построены храмы во многих городах. Желают в этот день послушания детям, благополучия, мира и процветания всем взрослым.

С Днем Чудотворца Небесного, с **Днем святого Николая!** Мира, добра, уюта вашему дому. Здоровья, процветания вам и вашим близким. Пусть святой сбережет от всего плохого, подарит радость и поселит любовь в ваших сердцах!

Пусть Святитель Николай Превращает будни в рай, Чтобы горя не случалось, Все, что в планах, получалось.

Чтоб своей рукой чудесной Снял печаль, волненья, стрессы, Счастье в душу поселил И от бед тебя хранил!

И, как всегда, напоминаю наши адреса для писем: •почтовый адрес: 603093, г. Нижний Новгород, ул. Деловая, дом 19, офис 9, редакция газеты; •электронный адрес: olq3160@yandex.ru.

> Главный редактор Ольга Панкова

13 декабря 2023 г.

#### ЗНАМЕНАТЕЛЬНЫЕ ДАТЫ с 14 по 20 декабря

#### 14 декабря

День обезьян.

#### 15 декабря

- Международный день чая;
- День памяти журналистов, погибших при исполнении профессиональных обязанностей;
- День радиотехнических войск ВКС РФ.

#### 16 декабря

• День покорения вершин;



- День лохматых;
- День мировой немоты и тишины.

#### 17 декабря

- День Ракетных войск стратегического назначения (День РВСН);
- День сотрудников Государственной фельдъегерской службы России;
- День кленового сиропа.

#### 18 декабря

- День подразделений собственной безопасности органов внутренних дел РФ;
- День работников органов ЗАГСа;
- День арабского языка.



#### 19 декабря

- День работника военной контрразведки Российской Федерации;
- День святого Николая;
- Международный день помощи бедным;
- День снабженца в России.

#### 20 декабря

- День работника органов безопасности (День ФСБ);
- Международный день солидарности людей.

## ИСТОРИЯ СОВЕТСКОЙ МОДЫ

Продолжение. Начало в №№ 303-310, 312-315

В первую очередь вышивка повышала ценность экспорта. Ведь иностранные заказчики готовы были платить за продукцию русских кустарных промыслов. Постановление о мерах по поддержке и развитию кустарной промышленности ВЦИК начал принимать еще в 1919 году, а с 1927 года была разработана целая программа, включавшая плановое снабжение сырьем, установление системы госзаказа и главное тщательное изучение заграничных рынков. Кустпром обеспечивал работой множество артелей кружевниц, гладошвеек, вышивальщиц, но условием было соответствие запросам западных клиентов. Уже в 1921 году в договоре с Елецким кружевным товариществом уточнялось: «Узоры должны быть исключительно местного происхождения и при том старинные, предварительно одобренные Главкустпромом». Художественный отдел Верхневолжского Госторга, договариваясь с Палехской строчевышивальной артелью, требует: «Рисунки необходимо делать такие, которые были бы красивы, обязательно старинные».

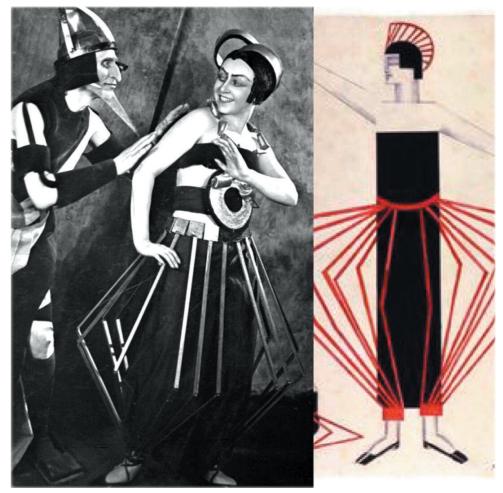
Международные выставки были главным способом развития экспортной торговли, поэтому дизайн экспонатов заказывали лучшим. Вера Мухина, чьи модели поясов и шляп из рогожки уже публиковались на страницах «Красной нивы», занялась стилизацией нродной вышивки. Платья, расшитые золотыми и серебряными нитями узором «петухи», позаимствованным с каймы кре- тем подготовила модели для де-

стьянских полотенец, принесли Кустэкспорту заказ из Нидерландов на 2 тысячи таких моделей. В 1924 году руководство мастерской, выполнявшей заказы Кустэкспорта для выставок, поручили Надежде Ламановой.

Каталог советского павильона на Парижской выставке 1925 года открывался словами: «В нашей коллекции вы не найдете ни роскошной мебели, ни дорогих тканей. Наши посетители не увидят в Гранд-Пале ни мехов, ни бриллиантов. Вместо этого они смогут познакомиться с подлинными образцами русского народного искусства, обретшего новую жизнь в работах, посвященных революционной тематике». Правда, роскошные меха - важный объект экспорта - в экспозицию все же включили.

Специально для этой выставки Ламанова, Прибыльская, Мухина и Макарова разработали коллекцию платьев-рубашек из домотканого полотна с народными ышивками, дополненную пуговицами из хлебного мякиша и гальки, деревянными бусами, сумками из веревок, расшитого холста и соломы. Модели, выставленные в секции народного творчества, получили заслуженное признание - Гран-при «за национальную самобытность в сочетании с современным модным направлением».

Полученный приз убедил руководство Кустэкспорта в верности выбранной стратегии. В 1926 году Надежда Ламанова по заказу Всекомпромсоюза сделала экспортную коллекцию по мотивам творчества народов Севера, за-



монстрации в Лейпциге, а в 1928 году в Москве состоялась выставка «Кустарная ткань и вышивка в современном женском костюме», где орнаменты Евгении Прибыльской украшали платье Ламановой.

Отношение к народному костюму ощутимо менялось. Актриса Алиса Коонен в конце 1920-х публично утверждала, что очень любит простые кустарные ткани за их гигиеничность и утонченность, а в журнале «Искусство одеваться» в 1928 году появлялись модели «на темы русских и рязанских одежд», а также давались советы как применить русский платок к различным фасонам платья.

Был показан в Париже и конструктивистский текстиль Варвары Степановой и Любови Поповой, а ситцы Сергея Бурылина удостоились золотой медали. Несмотря на это, общая оценка была негативной: «Если оставить в стороне футуристические изыски, можно утверждать, что тканям советского производства в целом недостает оригинальности и роскоши». Насчет роскоши можно было согласиться. А вот по части оригинальности западные критики были неправы.

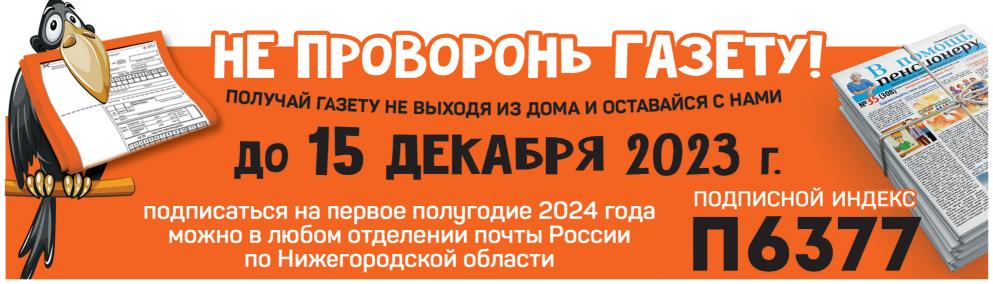
> Всех благодарю, ваша Татьяна Продолжение следует...

#### ДАЛЬНЕЕ КОНСТАНТИНОВО

Завершается Год педагога и наставника. 6 декабря по инициативе местного отделения СПР в Дальнеконстантиновском краеведческом музее состоялась встреча бывших руководителей школ, детского дома, отдела образования. Нас приветствовали директор и экскурсовод музея - в прошлом наши коллеги. Часы, наполненные положительными эмоциями от совместной работы в системе образования, прошли быстро. Мы решили сделать такие встречи постоянными, тем более, что 6 декабря многие из наших коллег не смогли приехать.

> Председатель Дальнеконстантиновского отделения СПР Малахова Нина Константиновна





#### Будьте здоровы



С щелчками в челюсти хотя бы раз в жизни сталкивался каждый человек. Пока к щелчкам не присоединится боль, они кажутся вполне безобидными. Однако если их игнорировать, то последствия могут быть серьезными.

#### Причины возникновения щелчков

Человек может открывать и закрывать рот – а значит, разговаривать, петь, зевать и жевать – благодаря височно-нижнечелюстным суставам, которые соединяют нижнюю челюсть с неподвижными костями черепа. Так что, как и в случае со щелчками в области коленей или бедер, звуки издают именно суставы. Чаще всего щелчок появляется только с одной стороны, и у этого явления есть сразу несколько причин. Назовем и самые распространенные, и довольно редкие.

#### Травма и чрезмерная нагрузка на челюстной аппарат

При сильном ушибе или ударе возможно смещение головки нижней челюсти и подвывих сустава, отчего появляются характерные щелчки. То же самое может произойти при пережевывании большого куска твердой пищи и чрезмерном открывании рта, к примеру, во время пения, зевания или лечения у стоматолога.

Без видимых причин щелчки могут появиться у людей, вынужден-

ных много разговаривать (педагогов, спикеров): активная речь приводит к усиленной и несимметричной работе костного и мышечного аппарата и растяжению суставных связок.

#### Неправильный прикус

При закрывании рта челюсти должны смыкаться, а верхние и нижние зубы – контактировать друг с другом в определенном положении, которое врачи называют прикусом или окклюзией. При скученности зубов прикус нарушается. Нижняя челюсть смещается в вынужденное положение, приводя к нарушению жевания, растяжению мышц и связок. Даже один неровно стоящий зуб может спровоцировать нарушение работы сустава и появление щелчков.

## **Некорректное стоматологическое лечение**

Слишком высокая или низкая пломба и неправильный выбор протезирования также приводят к проблемам с прикусом. Человек не может полностью сомкнуть зубы и привыкает жевать на одной стороне, перегружая мышечный аппарат. В таком случае щелкать начинает сустав на противоположной стороне от новой пломбы или коронки.

#### Потеря жевательных зубов

Природа не терпит пустоты, и ме-

сто отсутствующего зуба быстро начинают занимать соседние, смещаясь в сторону дефекта по вертикали и горизонтали. Прикус нарушается, возникают дисфункция сустава и щелчки.

#### Стресс

При нервном напряжении человек может сильно сжимать челюсти. В жевательных мышцах возникает спазм, а суставы со временем деформируются. Вторая характерная для стресса реакция зубочелюстной системы – бруксизм, то есть непроизвольный скрежет зубов по ночам. От трения на зубах начинает стираться эмаль, они становятся короче, что приводит к нарушению прикуса.

#### Воспаление в суставе

Суставы могут воспаляться из-за инфекции, попадающей в них по кровеносным сосудам при различных заболеваниях, травмах и переломах челюстей. Воспаление суставов называется артритом. В этом случае к щелчкам сразу присоединяются отек и боль.

## Признаки заболеваний височнонижнечелюстного сустава

Щелчки могут быть тихими, ощущаясь как легкое похрустывание, или достаточно громкими, заметными всем окружающим. Иногда они проходят самостоятельно, если возникли из-за резкого зевка или сеанса у стоматолога, когда пришлось сидеть с открытым ртом более часа.

Однако часто щелчки становятся постоянными спутниками человека. В дальнейшем из-за нарушения работы сустава и жевательных мышц к щелчкам могут присоединиться болевые ощущения, смещение челюсти при жевании и разговоре, затрудненное

открывание рта. До усугубления симптоматики может пройти несколько лет, но иногда все происходит стремительно. Это зависит от того, какая причина или комплекс причин привели к дисфункции.

## Последовательность действий при появлении щелчков

При первых неприятных ощущениях в височно-нижнечелюстных суставах необходимо обратиться к стоматологу. Самолечением заниматься нельзя! Например, точно не стоит пытаться самостоятельно вправить челюсть на место.

В ожидании приема стоматолога максимально снизьте нагрузку на сустав: не открывайте лишний раз рот, ешьте жидкую пищу, постарайтесь устранить причины стресса.

Лечением дисфункции височно-нижнечелюстного сустава занимается стоматолог-гнатолог. После проведения диагностики и выявления причины щелчков он может назначить:

- Ортодонтическое лечение с целью исправления прикуса.
- Протезирование, коррекцию пломб и ортопедических конструкций.
- Изготовление капы для разгрузки жевательных мышц.
- Изготовление капы против бруксизма.
- Медикаментозную и физиотерапию в случае воспалительных заболеваний сустава.

В запущенных случаях проводят хирургическую коррекцию сустава. Поэтому не доводите ситуацию до осложнения и вовремя обращайтесь к врачу.

### ПСИХОЛОГ НАЗВАЛА ДЕВЯТЬ СПОСОБОВ БЫСТРО СПРАВИТЬСЯ С ТРЕВОГОЙ

Для того чтобы ваша нервная система оставалась здоровой, нужно хорошо питаться, вовремя ложиться спать и не потакать вредным привычкам. Однако даже самые действенные защитные меры не спасают в момент, когда тревога накрывает с головой. На такой случай полезно иметь в запасе набор простых, но эффективных приемов.

## Сосредоточьтесь на медленном дыхании

Существует много антистрессовых техник, но в момент, когда вы падаете в колодец тревоги (а тем более паники), все они оказываются забыты. Лучшее, что тут можно сделать, – медленно дышать животом. Каждый выдох должен длиться немного дольше вдоха. Для уверенности, что вы действуете правильно, положите руки на нижнюю часть ребер и мысленно толкайте ими себе в ладони. Минут пять такого дыхания – и тревога отступит.

Этот прием хорош тем, что быстро помогает активировать парасимпатическую нервную систему, которая отвечает за состояние покоя.

#### Найдите опору (тактильный контакт)

Элементарная техника, которая всегда срабатывает, поскольку воздействует на мозг на уровне инстинктов. Все, что вам нужно, – подумать о том, на что и как опирается ваше

тело (пол, кресло, кровать). Лучше всего встать, разуться и походить. Еще лучше – походить по неровной или шероховатой поверхности. С той же целью полезно бывает похлопать себя руками, покататься по полу (как бы странно это ни звучало) и крепко пообниматься с близкими. Самый роскошный вариант – массаж или самомассаж.

Все перечисленные действия хорошо переключают каналы восприятия, за счет чего тревога заметно уменьшается.

#### Выпейте стакан воды

При стрессе и обезвоживании происходят схожие сбои в работе организма, поэтому обычная вода может быстро и качественно вывести вас из тревожного состояния. Возможно, понадобится два стакана. Не отказывайте себе!

#### Съешьте что-нибудь питательное

Интересно, что лучше всего подействуют не полезные яблоки и морковка, а продукты с высоким содержанием белков и углеводов. Не зря герои книг о Гарри Поттере прогоняли плохое настроение шоколадом: он и в реальной жизни идеально справляется с задачей по снижению градуса тревоги. Также хорошо сработает и кусочек мяса. Белки и углеводы лучше всего дают понять организму, что

жизнь продолжается. А это тоже действие на уровне инстинкта: если есть еда, значит, можно быть спокойным.

#### Подвигайтесь

В движении – жизнь. Чувствуя, что все выходит из-под контроля, немедленно дайте работу своему телу. Многие советы сводятся к тому, что во время приступа тревоги стоит заняться йогой. Что ж, йога и в самом деле отличный инструмент для работы с сознанием, но не в стрессовом состоянии. Самое простое и эффективное, что вы можете сделать, когда тревожитесь, - просто попрыгать, помахать руками или отправиться на прогулку. А если ресурса хватает на большее, постарайтесь выложиться по полной: совершите интенсивную пробежку, сходите в бассейн, побейте боксерскую грушу или займитесь пилатесом. Чем активнее будет тренировка, тем лучше.

Можно потрястись, невысоко подпрыгивая и ударяя пятками в пол, чтобы болтались руки, ноги и даже голова. Этот прием называется шейкингом, и он позволяет буквально сбросить с себя тревогу.

#### Поговорите с другом

Необязательно при этом спрашивать совета, как быть дальше. Самое важное – выговориться. Может быть, даже поплакать или покричать (не на самого друга, конечно). Часто любая

проблема, облеченная в слова, становится менее страшной.

#### Сделайте запись в дневнике

Даже если вы его не ведете, всегда имеет смысл начать в момент острого приступа тревоги. Особенно если рядом нет никого, с кем можно поговорить. Излейте все страхи на бумагу (или в заметки на телефоне), доверьте ей опасения, обиды и гнев. Если очень хочется, скомкайте и сожгите потом этот листок. Такое занятие почти так же действенно, как и беседа с другом.

#### Вздремните

Если вы находитесь в состоянии стресса, воспользуйтесь любой возможностью поспать. Во время сна мозг быстрее справляется с тревогами. К моменту пробуждения сильные эмоции успеют притупиться, а тяжесть проблем уже не будет давить на вас так же сильно, как прежде.

#### Примите душ

Включите воду приятной вам температуры и оставайтесь под душем столько, сколько потребуется. Этот прием полезен по многим причинам: приятные запахи шампуня или геля для душа успокаивают, сосуды от тепла расширяются, кровообращение улучшается. А также вы получаете много тактильных впечатлений, да и просто ощущение чистоты.

#### Юридическая помощь

#### ДЕПУТАТЫ ПРЕДЛОЖИЛИ СДЕЛАТЬ БЕСПЛАТНЫМ ВХОД НА КАТКИ НИЖНЕГО НОВГОРОДА. ДЛЯ ВСЕХ?

Ранее в городе расширили число льгот при посещении катков в парках Автозаводском и «Швейцария». Часть граждан может претендовать на скидку в 50% и 100%.



Депутаты городской думы Нижнего Новгорода предложили сделать бесплатным посещение муниципальных ледовых катков для детей младше 16 лет. Вопрос обсуждался в ходе заседания постоянной комиссии по бюджетной, финансовой и налоговой политике, передает пресс-служба гордумы.

По словам председателя комиссии Марка Фельдмана, депутаты уже второй год настаивают, чтобы администрация внимательно отнеслась к этой теме. Максимальная сумма, в которую могут быть оценены выпадающие доходы города после введения льготы для детей, составит 4 млн руб.

Мы в очередной раз обратили внимание мэрии на наше желание увидеть возможность бесплатного посещения городских катков для детей младше 16 лет. Мы имеем целую линейку льготников, которые могут претендовать на 50% или 100% скидку при оплате. Но речь идет о здоровье детей. Нужно опираться не на коммерческую составляющую, а дать возможность детям кататься на коньках, -По информации департамента культуры, в Нижнем новгороде оыло расширено число льгот для несовершеннолетних при посещении двух крупных муниципальных катков: в парке «Швейцария» и катка «Катушка» в Автозаводском парке. Так, право бесплатного посещения площадки в «Швейцарии» имеют дети до 7 лет, а скидка в 50% предоставляется детям-сиротам, инвалидам I и II группы, членам многодетных и приемных семьей. Бесплатно посещать

катки в муниципальных парках могут нижегородцы, чьи льготы предусмотрены федеральных законодательством, а также пенсионеры.

МАУК «Дирекция парков и скверов города Нижнего Новгорода» также прорабатывает возможность расширения перечня льготных категорий на катке «Катушка».

Зимой 2023-2024 гг. будет вдвое, по сравнению с прошлым годом, увеличено число бесплатных пригласительных билетов для различных категорий граждан, в общей сложности на оба катка в муниципальных парках будет предоставлено 3 тыс. бесплатных билетов, – говорится в сообщении.

Депутаты, в свою очередь подчеркнули, что городские катки создаются и содержатся на средства бюджета, поэтому площадки должны нести прежде всего социальную функцию. Члены постоянной комиссии рекомендовали городскому депкульту проанализировать статистку посещений катков в разрезе возрастных групп, оценить загрузку объектов и найти возможность для увеличения их доступности, в том числе снизить тарифы посещения катка «Катушка».

#### «ВЛАСТЬ НЕ РЕАГИРУЕТ». НИЖЕГОРОДЦЫ ЗАПИСАЛИ ВИДЕООБРАЩЕНИЕ ПУТИНУ ИЗ-ЗА КАНАТНОЙ ДОРОГИ

Ранееактивистыопубликовалипетицию за укороченный вариант «канатки» – из проекта переправы просят исключить бульвар Заречный.



Инициативная группа нижегородцев записала видеообращение президенту РФ Владимиру Путину. Жители бульвара Заречный просят главу государства помочь в вопросе строительства канатной дороги через Оку.

У нас собираются строить канатную дорогу, которая пройдет в жилой зоне: мимо наших домов, окон, над нашими головами. Стоимость объекта составляет 4,5 млрд руб., но транспортную проблему он не решит, – говорится в обращении.

Жители Нижнего Новгорода отмечают также, что новая «канатка» пройдет рядом с аварийным коллектором, по трассе которого регулярно проходят провалы грунта. Ранее граждане создали петицию, в которой обращались к губернатору с просьбой о внесении изменений в проект переправы.

Нижегородская власть не реагирует на нас. Было заключено концессионное соглашение с московской компанией, – заявляют авторы ролика.

Видеообращение граждане направили на «Прямую линию» с президентом, а также с губернатором Глебом Никитиным.

Как ранее писал NN.DK.RU, правительство Нижегородской области и ГК «Урбантех» заключили концессионное соглашение на проектирование, строительство и эксплуатацию новой воздушной переправы в феврале 2023 г. Объект соединит проспекты Ленина и Гагарина – от станции метро «Заречная» до парка «Швейцария». Еще одна промежуточная станция – «Тихая гавань» – будет расположена в районе улицы Баумана. В проект планируется инвестировать более 4,3 млрд руб.

В сентябре 2023 г. инициативная группа нижегородцев опубликовала петицию за укороченный вариант канатной дороги через Оку. В ноябре граждане направили председателю Законодательного собрания региона Евгению Люлину обращение, в котором просят исключить из проекта переправы бульвар Заречный. Подпись под документом оставили 1667 местных жителей.

Отметим, что в декабре в Нижнем Новгороде пройдут общественные обсуждения проектной документации новой канатной дороги.

# ПРОЕЗД МОГУТ СДЕЛАТЬ ПЛАТНЫМ. ДУБЛЕР ПРОСПЕКТА ЛЕНИНА ПОДОРОЖАЛ НА 3 МЛРД РУБ.

В Нижнем Новгороде стоимость строительства двух очередей дублера проспекта Ленина оценивается в 15 млрд руб. Проезд по нему может стать платным, сообщил в



ходе заседания профильной комиссии городской думы генеральный директор МКУ «ГУММиД» Андрей Левдиков.

Напомним, на конец 2021 г. на реализацию данного проекта требовалось 12 млрд руб.

В связи с тем, региональный и городской бюджеты сейчас не потянут такие расходы, идет подготовка к заключению концессий, сразу на две очереди. Проект планировки и межевания территории будет выполнять администрация Нижнего Новгорода. Сроки начала и окончания работ пока непонятны, – сказал Андрей Левдиков.

Глава «ГУММиДа» отметил также, что средства из регионального бюджета на разработку проектной документации по объекту – в общей сложности более 240 млн руб. – были доведены до ведомства, но работы были отложены.

Без подтверждения финансирования из федерального бюджета на строительство бессмысленно тратить деньги на проектирование, а затем положить бумажечку, которая будет лежать, – подчеркнул он.

Со стороны инвесторов интерес к проекту есть.

#### ОБЪЯВЛЕНИЕ

**18 декабря 2023 года** состоится пресс-конференция председателя Законодательного Собрания Нижегородской области **Евгения Борисовича Люлина**. Наша газета «В помощь пенсионеру» аккредитована на данное мероприятие.

**До 17 декабря включительно** принимаются от вас вопросы, которые вы хотели бы задать Е.Люлину.

**Вопросы принимаются только в письменном виде** по электронной почте: olg3160@yandex.ru.

Если у вас нет дома доступа в интернет, попросите близких, родных или сотрудников библиотек помочь с отправкой вопросов. По телефону вопросы не принимаем!

Главный редактор Ольга Панкова



#### СТРИПСЫ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ



Ингредиенты: Филе куриное – 1 шт; сыр твердый – 60 г; яйцо куриное – 2 шт; масло подсолнечное (ТМ Олейна) – 1 ст. л.; соевый соус – 50 мл; сухари панировочные / Панировка – 60 г; паприка сладкая – 0,5 ч. л.; соль – по вкусу; имбирь (молотая приправа) – 1 щепот.; аджика (сухая приправа) – 1 щепот.

Филе споласкиваю в воде, обсушиваю. Разрезаю вдоль. Затем режу тонкими полосками (длинные режу ещё пополам). В глубокую ёмкость вливаю подсолнечное масло, соевый соус, добавляю паприку, сухую аджику и молотый имбирь. Взбиваю вилкой. Опуская в маринад кусочки нарезанного филе. Оставляю мариноваться на 15 минут. В отдельную миску разбиваю яйца, взбалтываю вилкой. В другую миску натираю сыр на мелкой тёрке, всыпаю панировочные сухари. Добавляю соль по вкусу (можно не добавлять совсем). Каждый кусочек куриного филе обмакиваю сначала в яйцо, а затем обваливаю в панировке. Укладываю все полоски куриного филе на противень, застеленный пергаментом для выпечки. Ставлю противень со стрипсами в разогретую до 180 градусов духовку на 15-20 минут (нужно ориентироваться по своей духовке). Стрипсы должны стать золотистого оттенка, зарумяниться. Главное не пересушить их. Стрипсы из куриного филе готовы. Подавать их можно как в горячем, так и в холодном виде. Приятного аппетита!

#### ТЫКВЕННЫЙ СУП С ПЛАВЛЕНЫМ СЫРОМ



**Ингредиенты:** Тыква – 400 г; морковь (средняя) – 1 шт; лук реп-

чатый (крупная) – 1 шт; масло сливочное – 30 г; бульон – 600 мл; сыр плавленый – 200 г; специи – 1 ч. л.; соль – по вкусу.

Лук, морковь и тыкву нарезать средними кусочками произвольной формы. Обжарить на сливочном масле до легкой корочки. Добавить бульон. Можно и просто воду. Добавить специи. У меня это имбирь, кориандр, мускатный орех, соль и черный перец. Выложить плавленого сыра 200 гр. Пробить блендером до однородности. Дать покипеть минут 10. Перед подачей можно посыпать тыквенными семечками или сухариками.

#### БАВАРСКИЙ ДЕСЕРТ «БАВАРУА»



**Ингредиенты:** Молоко (3,25 %) – 300 мл; желток яичный – 3 шт; сахар (или по вкусу) – 70 г; ванильный сахар (10-12 г) – 1 пакет.; сметана (20%) – 350 г; желатин – 20 г.

Желатин залить 100 мл молока, размешать и отставить. В ковшик всыпать сахар, добавить желтки, хорошо перемешать. Влить оставшиеся 200 мл молока, тщательно перемешать и поставить на огонь. Непрерывно помешивая, нагреть смесь до закипания, НЕ КИПЯТИТЬ! Масса должна немного загустеть. Снять с огня, добавить разбухший желатин, тщательно перемешать до его полного растворения. Отставить. В миску выложить сметану, добавить ванилин. Соединить обе массы, аккуратно и тщательно перемешать. Вылить в форму (обычно это делают в литровом тетрапакете из-под молока), затянуть плёнкой и поставить в холодильник до полного застывания. Это происходит довольно быстро, за пару часов. Перед подачей выложить десерт на блюдо, посыпать измельчённым шоколадом, миндальными лепестками или какой-нибудь другой декоративной посыпкой. Нарезать на порции и подать к столу.

#### ОВОЩНОЕ РАГУ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

**Ингредиенты:** Свинина (любое мясо, птица) – 300 г; лук репчатый (половина в фарш) – 1 шт; чеснок

(1 зуб. в фарш) – 3 зуб.; картофель (средние клубни) – 4 шт; перец болгарский – 1/2 шт; морковь (небольшая) – 1 шт; капуста цветная (свежая или мороженная) – 200 г; помидоры черри – 6 шт; масло растительное – 3 ст. л.; мука пшеничная – 1 ст. л.; лист лавровый – 1 шт; перец черный – по вкусу; соль – по вкусу; приправа (Итальянские травы) – 1 ч. л.; паприка сладкая – 1 ч. л.; зелень; бульон (или вода) – 1 стак.

Готовим фарш. Перекручиваем мясо (у меня - свинина) или куриное филе с луком и чесноком. Кладём соль, молотый чёрный перец, хорошо вымешиваем фарш. Формуем фрикадельки размером с грецкий орех, кладём на посыпанную мукой доску, чтобы не прилипали. Наливаем масло на сковороду. Картофель чистим, обсушиваем, режем брусками. Кладём на горячую сковороду с маслом. На сильном огне обжариваем картофель до золотистой корочки со всех сторон. Я готовила при закрытой крышке, так как картофель разбрызгивал масло. Убираем картофель на тарелку. Сковороду не моем. На оставшемся в сковороде масле жарим фрикадельки, на среднем огне, со всех сторон до румяной корочки. Убираем со сковороды. Лук, морковь и перец чистим, режем. Нарезка на ваше усмотрение: кубики, стрелки, полоски, но не крупно и не мелко. Опять-таки на оставшемся масле обжариваем сначала лук, на среднем огне 5 минут. Затем обжариваем морковь (2 минуты на среднем огне), далее перец, также 2 минуты. Добавляем соль, Итальянские травы, перец и паприку, перемешиваем. Наливаем стакан воды или бульона. Доводим до кипения. Кладём обжаренный картофель. Кладём обжаренные фрикадельки, порезанные пополам помидорки черри, чеснок, лавровый лист. Сверху кладём цветную капусту. Если она замороженная, то не надо отваривать заранее. Если свежая, то необходимо отварить 2 минуты. Доводим рагу до кипения, перемешиваем. Варим до готовности 15 минут на среднем огне при закрытой крышке. Подаём рагу горячим с зеленью.

#### ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ С ТЫКВОЙ

Ингредиенты: Творог – 500 г; тыква (мелко натертая) – 1 стак.; яйцо куриное – 2 шт; мука пшеничная (примерно) – 2...2,5 стак.; сахар – 1 ст. л.; масло сливочное – 180 г; крошка хлебная (от батона) – 1 стак.; корица – 1 ч. л.; соль – 1 ч. л.

В глубокой миске смешайте творог с тыквой и яйцами. Добавьте соль и сахар, хорошо перемешайте. Постепенно добавляйте муку. Количество муки сильно зависит от влажности творога и сочности тыквы. Тесто должно быть густым, но не плотным. Выложите тесто на присыпанный мукой коврик для выпечки или доску. Немного вымесите, чтобы тесто не разваливалось. Разделите на две части. Поочередно

разделите обе части на более мелкие, скатайте в жгуты и нарежьте некрупными кусочками. Выложите вареники на присыпанную мукой доску и дайте им немного «завянуть», минут 20. Вскипятите воду в кастрюле, не жалейте воды. Посолите по вкусу. Выкладывайте вареники партиями и варите после всплытия еще минуты 3-4. Готовые вареники вынимайте шумовкой в дуршлаг. Дайте им хорошенечко обтечь. Чем суше будут вареники, тем больше в них впитается масла, и они будут вкуснее. Пока вареники варятся, растопите на сковороде хороший кусок сливочного масла. Всыпьте в масло крошки от батона. Поджарьте при помешивании до золотистого цвета и хруста. Посыпьте крошки корицей. При желании добавьте к корице чуть мускатного ореха. Горячие вареники выкладывайте в миску и посыпайте масляными крошками. Сверху дополнительно присыпьте корицей и подавайте!

#### ОВОЩНОЙ САЛАТ С КУРИЦЕЙ



Ингредиенты: Листья салата – 1/2 пуч.; перец сладкий красный – 1/2 шт; перец сладкий желтый – 1/2 шт; лук белый – 1/2 шт; помидоры черри (некрупные) – 12 шт; филе куриное – 1 шт; лук зеленый (несколько пёрышек); сметана – 50 г; горчица (французская, зернёная) – 1 ст. л.; масло растительное – 2 ст. л.; соевый соус – 2 ст. л.; соль – по вкусу; перец черный – по вкусу; яйцо куриное – 2 шт.

Салат вымыть, стряхнуть воду, слегка обсушить листья и нарвать руками на кусочки в глубокую миску. Добавить красный и жёлтый болгарский перец, нарезанный кусочками. Лук нарезать тонкими четверть колечками и положить в маринад (вода, уксус, сахар), он должен быть кисло-сладким на вкус. Минут через 15 маринад слить, лук отжать и добавить в миску. Отваренное и остужённое филе разделить на волокна и добавить к овощам. Всё аккуратно и легко перемешать и выложить на плоское блюдо рыхлой горочкой. Украсить четвертинками варёных яиц и помидорками черри. Сметану, горчицу, растительное масло, соевый соус, немного соли и черного перца положить в небольшую баночку, плотно закрыть и хорошо потрясти, чтобы получилась эмульсия. Полить салат сверху. Посыпать нарезанным зелёным луком. Перед подачей поставить ненадолго в холодильник.

Приятного annemuma! Маргарита Балашова

#### Ваше творчество

#### Сергей А. Катасонов,

#### ВНУЧКИНА ЗАГАДКА

Подошла ко мне внучка. Спросила, Заведя обе ручки за спину: «Угадай-ка, где прячу печеньки?» Улыбалась при этом игриво.

Как приятно внимание внучки! Отвечаю: «Надеюсь, что в правой!» Закачала малышка головкой: «Не попал. Думай, деда, сначала!»

Почесал я затылок. Подумал И промолвил: «Тогда – в левой прячешь…» С недовольным лицом наша детка Отвечает: «Опять ты чудачишь!»

«Как же так?» «А ты, дедушка, думай – Разбираешься в разных ты штуках, А сегодня считать разучился – Я держу три печенья в двух руках!»

В завершении сценки с загадкой Мне шалунья печеньку подносит: «Заслужил ты одну!» Пожалела... Я печенье жую без вопросов.

#### ПРЕДОБЕДЕННАЯ ПРОГУЛКА

«Бабуль, возьми мою скакалку! Попрыгай – это так легко…» «Шалунья, дайка лучше палку, Чтоб не упасть вдруг… О, хо-хо!»

«Ну, что ты, бабушка, присела? Давай побегаем с тобой... Бросай мне мячик!» «Ты без дела Не можешь, внучка, быть со мной!»

«Пойдём, бабуль, играть в песочек. Там буду кексики лепить... Затем я дам тебе кусочек!» «Дитё, ты перестань шалить!»

«Но, бабушка?! Садись в качели И я начну тебя качать...» «Сейчас мне, внучка, на постели В тиши мечтается лежать!»

«Какая ты, бабуль, ленива – Ведь надо двигаться тебе!» «Какая ж, внучка, ты задира Сегодня в утренней игре!

Пойдём уж в дом. Пора к обеду Нам что-то кушать сочинять...»

... Вот так мы, бабушки и деды, Выходим с внуками гулять.

#### ШКОЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ

Звенит звонок. Учитель в классе. Ребята заняли места. Притихли все. Нет только Васи. В чём дело? Это не спроста!

Открылась дверь... Василий в форме, Но стал в дверях и ни гу-гу. Учитель: «Вася, что с тобою?» Василий: «Думать не могу!

Вот, раньше вы мне говорили, Чтоб дома я не забывал Дневник, учебники, тетради, Альбом и с ручками пенал.

Директор с завучем порою Ругали грозные меня: «Ты думай, Вася, головою!» И выходили из себя.

Вчера мне мама ультиматум Озвучила, грозя ремнём: «Василий, будешь бит ты папой, Коль не поймёшь ты, что по чём!»

Полночи я бессонно думал, Что стоит слушать коллектив... С утра собрал портфель как надо, Но... дома голову забыл...»

Вера Владимировна Шарова, г. Нижний Новгород

#### ПОСЛЕ СНЕГОПАДА

Порхали в воздухе снежинки, К земле летели с тучки снеговой, И создавали необычные картинки, Из чистой белой гаммы световой. Деревья и кусты, окутанные снегом, Стояли в сказочной красе, Душа восторгом наполнялась, От тех минут блаженства на земле. Словно, купаются в снегу, детишки, Их радует чистейший этот снег, Блестят алмазами на солнышке пушинки, Какой воздушный этот зимний мех. Такие дни бывают редко, А ими наполняется душа, Вдруг вижу, покачнулась ветка, Сверкает, осыпаясь, бахрома. Как хочется увидеть в Новогодний вечер, Такую красоту и пожелать, Душевной радости, на этом белом свете, Добра и счастья, а от Бога, благодать.

## ЗИМА НАМ ПОДАРИЛА СНЕЖНЫЙ МИР

Зима нам подарила снежный мир, И он под солнцем серебром сверкает, Недолго создавала свой ампир, Всё в белом снеге утопает. Пурга и вьюга ей, подстать, Поземкой в поле быстро мчаться, Снежинки в танце начали порхать, И гулким смехом, заливаться. Зовет их ветер в быстрый хоровод, Они алмазами блистают, И вихрь, вдруг вверх их всех ведет, Красива эта пляска круговая. Но отступила вьюга, ветер стих, Легли снежинки легким покрывалом, Затихло все и звуков никаких, Всю силу красоты Зима нам показала.

#### Ирина Ваганова, г. Нижний Новгород

#### ЗИМНИЙ САД

Яблоньки в садочке сменили свой наряд. Белые, пушистые, как зайчики стоят. Веточки тяжелые снег припорошил, Сарафаны новые Дед Мороз им сшил. Нежные, воздушные узоры на ветвях Пышные, богатые воланы на плечах. Солнышко лучистое осветило сад, Заискрился блестками сказочный наряд. Принимают яблоньки Зимушки дары, На макушки вешают снежные шары! И собой любуются, слышится их смех, Словно соревнуются, кто прекрасней всех!



Вячеслав Михайлович Сизов-Зарайский,

Ветеран Горьковского автозавода, заслу-

#### ОБЪЯВЛЕНИЕ

Мои дорогие! Я вас приглашаю на нашу предновогоднюю встречу! Наша встреча теперь имеет название – «Вершина года». Вершина – это вы, мои дорогие! На этой встрече мы поздравим наших победителей в творческом конкурсе, посвященном году Наставника и вручим им памятные подарки, проведем «литературную экскурсию», подведем итоги года, наметим планы. И конечно будут приятные сюрпризы, шутки, подарки, чаепитие.

Встреча пройдет 22 декабря (пятница) с 10 утра в центре «Долголетие по-нижегородски» в парке Швейцария.

Как проехать. Специально лично проехала и прошла, чтобы вам рассказать. На общественном транспорте до остановки «Улица Батумская» на проспекте Гагарина. Потом заходите в парк Швейцария, вход сразу около остановки, и поворачиваете налево. Второй павильон «Мудрый Нижний» – наш, заходим. До встречи!

Ольга Панкова

## ЛЕОНИД БЫКОВ – 95 ЛЕТ

(12 декабря 1928 г. – 11 апреля 1979 г.)

Леонид Быков – заслуженный артист РСФСР, народный артист Украинской ССР, откуда и происходил родом. В его творческой биографии не наберется и трех десятков актерских ролей. Но чуть ли не каждая кинолента, в титрах которой значилось имя Леонида Федоровича, приобретала всесоюзную популярность и становилась советской классикой. Благодаря природному обаянию, прекрасному чувству юмора и таланту исполнитель полюбился миллионам зрителей, а память о нем жива и сегодня.

Легендарный советский актер, режиссер и сценарист Леонид Быков родился в деревушке Знаменке, расположенной в Донецкой области. Родители Федор Иванович и Зинаида Панкратовна – потомственные рабочие. В детстве (мальчику исполнилось 10 лет) он с семьей перебрался в поселок Прокатчиков на окраине Краматорска, где и вырос.

Несмотря на то что на сцену местного Дома культуры Быков начал выходить еще подростком, главной мечтой будущего актера было стать летчиком. В 1943 году, когда семья находилась в эвакуации в Барнауле, Быков пририсовал в анкете пару дополнительных лет и пробовал поступить в школу военных летчиков, но обман раскрылся, и юношу не приняли.

Через два года Леонид повторил попытку, был зачислен в ленинградскую 2-ю спецшколу для летчиков, но еще до начала учебы перестал быть курсантом, так как с окончанием войны учебное заведение расформировали. Тогда Быков вернулся к детскому увлечению театром и подал документы в Киевский государственный институт театрального искусства, но и там его ждал отказ, вероятно, по причине маленького роста (163 см).

Стать студентом актерского факультета Леониду удалось только в Харьковском театральном институте, по окончании которого он 9 лет выходил на сцену Харьковского академического украинского театра имени Тараса Шевченко. Дебютной и сразу очень яркой была роль стиляги в комедии «Улица трех соловьев, 17».

#### Фильмы

В 1960 году Леонид Федорович переехал в Ленинград по приглашению студии «Ленфильм». Практически вся фильмография Быкова этого периода вошла в золотой фонд советского кинематографа. Его дебют состоялся в производственной мелодраме «Судьба Марины», а затем последовали искрометные кинокомедии «Укротительница тигров» и «Максим Перепелица».

Сменить комедийное амплуа помогли роли в «Майских звездах», «Чужой родне», в экранизации романа Юрия Германа «Дорогой мой человек». В 1958 году Алексей Баталов пригласил ьыкова в «Шинель» по произведению Николая Гоголя. О таком масштабе актер даже и не мечтал, но так и не сыграл. Главная роль прославила тогда Ролана Быкова, а Леонида на съемки не отпустили в театре.

Очень высоко была оценена военная киноповесть «Добровольцы», представляющая собой эпопею в стихах о жизни комсомольцев, в том числе героя Быкова – Алеши Акишина. Еще большую известность ему принесла картина «Алешкина любовь», в которой он продемонстрировал талант актера-романтика, создав обвлюбленного Ромео.

В 1964 году Быков попробовал себя и в режиссуре. Первый опыт на этом поприще – короткометражка «Как веревочка ни вьется...», созданная в тандеме с Гербертом Раппопортом. Ленту не заметили ни зрители, ни критики, но это автора не остановило.



В 1964-м на экраны вышла вторая режиссерская работа Быкова – фильм «Зайчик», в котором он также выступил исполнителем главной роли. В центре – сюжет о гримере Льве Зайчике, скромном, стеснительном человеке, который из-за одного недоразумения вдруг начинает новую жизнь. В комедии создатель смог объединить легкость развлекательного жанра с философскими вопросами о нравственности и порядочности, таким образом создав сильную работу. Однако кинокритики встретили картину холодно, обвинили ее в «усредненности», а Леонид Федорович, тяжело переживая такие оценки, заработал первый инфаркт.

В последний год 60-х он решил сменить обстановку и уехал в столицу Украины, где стал ведущим актером и режиссером киностудии имени Александра Довженко, а также писал сценарии для сатирического киножурнала «Фитиль». Сам Быков, по воспоминаниям дочери, впоследствии этот переезд посчитал большой ошибкой, так как не чувствовал себя своим в коллективе из-за прямолинейности характера и привычки открыто высказывать собственное

В 1978 году Леонид Федорович начал снимать фантастический фильм «Пришелец» по повести Евгения Шатько «Пришелец-73», в котором должен был сыграть инопланетянина Глоуза. Уже была смонтирована часть материала и даже продемонстрирована кинокритикам, но из-за трагических событий (гибели режиссе-

раз наивного интеллигентного геолога с душой ра) съемки заканчивал режиссер Борис Ивченко, сменивший весь актерский состав. Фильм вышел под названием «Звездная командировка» и особого успеха не имел.

#### «В бой идут одни "старики"»

В 1973-м на советских экранах появилась лента «В бой идут одни "старики"», которая за короткое время стала одним из любимых фильмов миллионов зрителей. Еще в начале 70-х, вернувшись на Украину, Быков решил воплотить на экране свои юношеские мечты о полетах. Вместе с Евгением Оноприенко и Александром Сацким Леонид Федорович написал сценарий, в основу которого легли реальные факты из жизни летчиков во время Великой Отечественной войны. В течение этого периода режиссер общался с участниками военных действий, а многие герои картины имели реальных прототипов.

В частности, известно, что в 5-м гвардейском авиационном полку под командованием Виталия Попкова (многие черты командира перешли к Алексею Титаренко по прозвищу Маэстро, центральному герою фильма, сыгранному самим Быковым) действительно был организован хор, а два самолета для поющей команды подарил сам Леонид Утесов. Позднее солдаты-артисты этого хора давали концерты на освобожденных территориях – на одно из таких выступлений и попал в 1944-м юный Леонид.

Еще не приступив к съемкам, режиссер постоянно сталкивался с трудностями. Вышестоящие органы не хотели утверждать сценарий картины, показавшийся им «не героическим», неправдоподобным. Только после просьб бывших фронтовиков, познакомившихся с сюжетом предстоящей ленты, руководство дало добро. Быкову приходилось также отстаивать выбранных для фильма артистов.

Так, Алексея Смирнова, сыгравшего в «стариках» механика Макарыча, отказывались допускать к съемкам, потому что тот успел получить известность как артист комедийного плана, что было немыслимо для серьезного кинопроекта о войне. Но Быков занял непоколебимую позицию, сообщив, что без этого фронтовика, человека, прошедшего поля боевых сражений, не станет работать над лентой.

В картине режиссер задействовал и много молодых актеров из разных концов СССР. В частности, проект стал дебютным в фильмографии Евгении Симоновой, которая спустя годы называла съемки подарком судьбы, а Леонида Федоровича – «крестным отцом в кино».

Для достоверности изображаемых событий режиссеру были нужны самолеты того времени, но таких моделей в свободном доступе не оказалось. Помощь с реквизитом оказал маршал авиации Александр Покрышкин. Прочитав сценарий и высоко оценив его, военачальник добился выделения сразу пяти летающих машин, которые затем адаптировали для съемок.

Но и когда материал был готов, вышестоящие органы встретили его без восторга и планировали отправить на полку. На помощь Быкову вновь пришли фронтовики, подтверждавшие, что фильм максимально приближен к военным реалиям. Едва появившись на экранах, лента стала одной из самых популярных в советском кинопрокате.

Продолжение следует

#### Занимательная страничка

#### УЛЫБНИТЕСЬ...

Случилась эта история лет пятнадцать назад. Собрались мы както с женой поехать в отпуск на поезде. Ехать далеко, и чтобы занять себя чем-то в дороге, накупил я целую кипу газет в привокзальном киоске, которые по прочтении, в отличие от книг, не жалко оставить просто в вагоне (смартфонов, планшетов и прочих гаджетов в то время еще не было).

И вот мы едем. Жена сидит на нижней полке, пытается разгадать какой-то кроссворд. Соседи по купе тоже внизу сидят, скучают. Я лежу на верху, читаю очередную газету. Надо сказать, что кроссворд ей попался большой и достаточно сложный. Много вопросов из разных областей знаний. Жена постоянно обращается или к соседям, или ко мне за помощью, Я подключаюсь, когда никто не может дать правильного ответа. На часть вопросов отвечаю сразу, некоторые обдумываю пару-тройку минут, на другие прошу подсказать сколько букв и которые из них открыты. В общем кроссворд мы, а точнее я, решили полностью. Соседи по купе были просто в восторге от моей эрудиции. Да и жена была приятно удивлена моим знаниям.

Лишь вернувшись из отпуска, я признался жене, что тогда в поезде, когда она разгадывала кроссворд из вчерашней газеты, я в это время читал сегодняшнюю, где на последней полосе были даны ответы на кроссворд из предыдущей...

#### \*\*\*

Захожу в лифт, в котором мать отчитывает девочку- подростка за то, что та не посмотрела какой-то там фильм: «Очень плохо, что ты не интересуешься историей и ничего не хочешь знать о нашей великой императрице! А между прочим, мы в честь нее тебя назвали! «Поворачиваюсь к девочке и говорю:

– Тебя зовут Софья Августа Фредерика Ангальт-Цербстская? Круууто!

Выхожу из лифта под хихиканье девчонки и безмолвие матери

#### \*\*\*

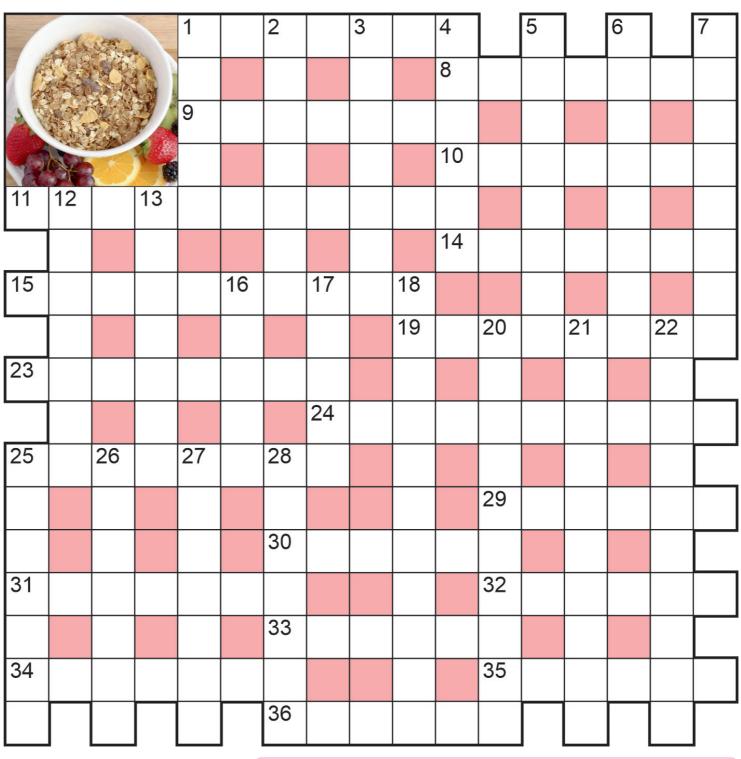
Захожу сегодня в очередной магазин бытовой техники, рассматриваю товары, прикидываю цены, вдруг вижу – консультант с блаженной улыбкой быстро так подкрадывается, видимо жаждет поработать, ну и я шагнул ему навстречу и говорю:

- Добрый день, могу я вам чем нибудь помочь?
- 5 секунд ступора ошалевшего парня, и он мне выдает:
- Да, купите что нибудь пожалуйста

#### Задания для кроссворда:

**По горизонтали:** 1. Альтернативное топливо для Карлсона, когда кончилось варенье. 8. Охапка палочек и веточек для костра. 9. Шеврон на рукаве. 10. Обвинение, придуманное завистником. 11. Привычка часто орать. 14. «Союз» Старого Света и тонкого Востока. 15. Мать многих поросят. 19. Чемпионат мира по футболу. 23. Мужская «косметичка» с набором для бритья. 24. На самолете летает, за связь отвечает. 25. Настоящее имя заколдованной царевны-лягушки. 29. Бочка на 15 тонн квашеной капусты. 30. Минералка, привезенная с Кавказа. 31. Измельченная еда. 32. Святая Елена, на которой умер Наполеон. 33. Он корнями в землю врос, весь в иголках, словно еж. 34. «Расческа» для лохматой пеньки. 35. Модная рубашка во времена Юлия Цезаря. 36. Душевное страдание.

**По вертикали:** 1. Шкаф из кухонного гарнитура. 2. Узор, сделанный ниткой. 3. Добавка у взвешивающих продавцов. 4. Жалоба со вздохами. 5. Нижний город на стыке Оки и Волги. 6. Резинка для чулок. 7. В гербе Рыбинска этих рыб целых две. 12. Курортное побережье Средиземного моря. 13. Актер, побывавший в шкуре суперагента Джеймса Бонда. 16. Смотрите фото. 17. Писаная сумка дурня. 18. Устройство для нейтрализации дорожных неровностей. 20. Историческая общность людей. 21. Мясо домашней птицы. 22. Прозрачный слой на картине. 25. Форпост угледобытчиков в Коми. 26. Горячий ветер. 27. Снисходительный начальник. 28. Период стрижки травы на лугах.



\*\*\*

Однажды я обманула автомат с бахилами. Кинула в него пятирублевую монетку, а он выдал мне бахилы. Казалось бы, ничего необычного, но он выдал ВСЕ))) Сыпал и сыпал их, пока не выдернули из розетки. Возможно, это был главный выигрыш в моей жизни. Джекпот.

**По вертикали:** 1. Пенал. 2. Вышивка. 3. Довесок. 4. Оханье. 5. Новгород. 6. Подвязка. 7. Стерлядь. 12. Ривьера. 13. Коннери. 16. Мюсли. 17. Торба. 18. Амортизатор. 20. Народность. 21. Индюшатина. 22. Лессировка. 25. Воркута. 26. Суховей. 27. Либерал. 28. Сенокос.

Ответы на кроссворд: По горизонтали: 1.Повидло. 8. Хворост. 9. Нашивка. 10. Наговор. 11. Крикливость. 14. Евразия. 15. Свиноматка. 19. Мундиаль. 23. Несессер. 24. Бортрадист. 25. Василиса. 29. Дошник. 30. Нарзан. 31. Крошево. 32. Остров. 33. Кактус. 34. Трепало. 35. Туника. 36. Скорбь.



Газета «В помощь пенсионеру». Учредитель и главный редактор: О.В. Панкова. Газета заретистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Приволжскому федеральному округу. Регистрационный номер ПИ № ТУ52-01288 от 19.11.2019г. Адрес редакции газеты и издателя «В помощь пенсионеру»: 603093, Нижний Новгород, ул. Деловая, дом 19.
Телефон редакции: 8-831-413-48-19. E-mail: olg3160@yandex.ru
Подписано в печать в 16.00 (фактически в 16.00) 11.12.2023 г.
Отпечатано с готового оригинал-макета в типографии 3АО «Дзержинская типография», Юридический адрес: 606025, г.Дзержинск, пр.Циолковского, 15.

Заказ №363п от 11.12.2023. Тираж 5000 экз. Распространяется по подписке. Индекс П6377. Цена свободная.

Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения автора. Перепечатка материалов без согласия редакции запрещена. Ссылка на газету при использовании материалов обязательна. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. 16+