



ДОБРОЕ ДЕЛО

ТАМУЗ 5781

N 176

МАЙ 2021



ГАЗЕТА БФ "ХЕСЕД ШААРЕЙ ЦИОН"

ОДЕССА

Издаётся при поддержке "Джойнт" JDC

International Fellowship of Christians and Jews



П О С Т 1 7 Т А М У З А

Считается, что в истории еврейского народа 17 Тамуза (в 2021 г. — 27 июня) — день бедствий. Талмуд называет целых пять бедствий, случившихся в этот день... В 2448 г. от сотворения мира, всего через сорок дней после получения Торы на горе Синай, евреи отлили Золотого Тельца, совершив тяжкий грех идолопоклонства. Моисей, увидев литое изваяние тельца и евреев, пляшущих вокруг него, не смог удержать скрижали в руках — они упали и разбились... И хотя Моисей все же сумел вымолить у Б-га прощение заблудшему народу, но этот день так и остался несчастливым днём, ибо грех не был искуплен полностью.

Почти через девять столетий сыны Израиля, живущие на Земле Обетованной, снова начали поклоняться идолам.

Были и другие, менее явные прегрешения.

В 3338 году был разрушен Первый Храм, потеряны земля и свобода... Народ усвоил полученный урок, раскаялся и вновь восстановил Храм. И опять повторилась история — люди вновь стали забывать божественные законы и установления. В 3828 г., почти через пятьсот лет после разрушения Первого Храма, Иерусалим был осажден римлянами. 17 Тамуза они захватили город

И вновь за поражением последовали разрушение Храма и изгнание...



Первое, вавилонское, изгнание длилось всего 70 лет, а второе длится уже больше девятнадцати столетий, и до сих пор не кончилось. Причина, наверное, в том, что тот, кто совершает открытый, вопиющий грех, скорее может раскаяться. Скрытые же пороки выявить труднее, потому от них тяжелее избавиться, а значит, и наказание должно длиться дольше, чтобы постепенно привести к

исправлению. Поэтому 17 Тамуза — второй из постов, установленных в память о разрушении Храма.

В этот же день в 165 г. до нашей эры Апостомос, наместник царя Антиоха, сжёг Тору, поняв, что самый верный путь поработить евреев — это нанести удар их духовному достоянию; сожжение Торы было началом гонений на еврейство и одной из главных причин восстания Маккавеев. И, в-пятых, в этот день в Храме была водружена статуя идола. Согласно одной версии, это случилось в эпоху Второго Храма и тоже было одним из деяний Апостомоса; согласно другой версии (Иерусалимского Талмуда), это совершил царь Иудеи Менаше, который «затопил Иерусалим невинной кровью» и был идолопоклонником.

Дни, заключенные между 17 Тамуза и 9 Ава, тоже считаются траурными. Эти три недели называются «Между теснин».

В эти дни запрещено слушать музыку, устраивать торжества, в том числе свадьбы, стричь волосы, покупать или надевать в первый раз новую одежду, не начинать есть фрукты нового урожая.

Международный день семьи 2 стр.

Анна Розен "Художник Григорий Фирер" 3 стр.

Анна Розен "...еврей-актёры в строю" 3 стр.

Работает "Горячая линия" 4 стр.

Илья Стариков "Счастье исполненного долга" 5 стр.

Вера Шаховцева "Мой безопасный дом" 6 стр.

Ирина Мармер "Синий платочек..." 7 стр.

Илья Перстнев "Одесса в старых фотографиях" 8 стр.

Леонид Авербух "Несовместимость лекарств..." 9 стр.

Михаил Гаузнер "Неординарные личности" 10 стр.

Страна Поэзия 11 стр.

Улыбка 12 стр.

ДЕНЬ КОНСТИТУЦИИ УКРАИНЫ

День Конституции — государственный праздник в честь принятия Конституции Украины.

28 июня 1996 года Верховная рада Украины приняла Конституцию Украины — первую Конституцию независимого украинского государства.

Депутаты работали над проектом, оставаясь в сессионном зале всю ночь с 27 на 28 июня.

Парламентарии учли замечания Президента Украины, а также поддержали все спорные статьи проекта — о символах Украины, о украинском языке, о



государственных государственных символов Украины, о украинском языке, о

праве частной собственности. Принятие Конституции закрепило правовые основы независимой Украины, её суверенитет и территориальную целостность.

Принятие Конституции Украины было важнейшим шагом в обеспечении прав человека и гражданина, содействовало дальнейшему повышению международного авторитета Украины на мировой арене.

День Конституции как государственный праздник отмечается ежегодно 28 июня.

День скорби и чествование памяти жертв войны в Украине

Указом Президента Украины № 1245/2000 от 17 ноября 2000 года день 22 июня был провозглашен в стране как «День скорби и чествования памяти жертв войны в Украине».

Этот день учреждён в память о начале Великой Отечественной войны, унесшей десятки миллионов человеческих жизней.

Скорбный список населённых пунктов Украины, стёртых с лица земли гитлеровцами, включает свыше 250 сёл.

Жертвами оккупантов становились не только лица, причастные к движению Сопротивления, но и те, кто не составлял никакой потенциальной угрозы режиму — дети, женщины, люди преклонных лет, больные.



По отдельному плану уничтожались пациенты неврологических диспансеров, тяжелобольные. Настоящими конвейерами смерти стали «рабочие», «трудолюбивые» лагеря, гетто и лагеря для военнопленных, которых в Украине насчитывалось около 230.

Ужасной трагедией миллионов жителей Украины стала их принудительная депортация.

Всего из Украины в Германию и другие страны захватчики вывезли от 2,4 до 2,8 миллиона мирных граждан, что составило почти 80% всех депортированных нацистами советских людей.

Жители Украины с оружием в руках внесли огромный вклад в разгром нацистской Германии.

Во время Великой Отечественной войны каждый пятый украинец погиб. Но это далеко не окончательные данные.

Над их уточнением по мере поступления новых материалов ещё длительное время будут работать учёные, общественные организации, военкоматы — все те, кому дорога память о каждом человеке, которого забрала от нас война.



Служба "Мокед-Лакашиш" — 737-40-21; Служба "Питание" — 737-40-11; Программа "Медицина" — 737-40-27; Культурный центр — 737-40-13; Служба волонтеров — 737-40-24; Волонтерская гостиная — 737-40-32; Дневной центр — 737-40-30; Редакция газеты "Доброе дело" — 737-40-12





Новости Одессы, Украины, мира

Совет безопасности ООН опубликовал декларацию, призывающую Израиль и ХАМАС полностью соблюдать решение о прекращении огня. Она не содержит осуждения сторон конфликта.

Государственный секретарь США Энтони Блинкен провел в Киеве переговоры с президентом Украины Владимиром Зеленским. Госсекретарь заверил главу государства, что США и их союзники поддерживают Украину в конфликте с Россией.

В Лондоне открылась первая с начала пандемии встреча министров иностранных дел стран "Большой семерки". Главные темы встречи – борьба с коронавирусом, климатические изменения и взаимодействие с Россией и Китаем.

Американский космический корабль SpaceX, на борту которого находился международный экипаж из четырех человек, успешно приводнился в районе Мексиканского залива у побережья Флориды.

Власти РФ включили "Штабы Навального" в список организаций, причастных к терроризму и экстремизму.

Китай возмущен решением Байдена расследовать происхождение COVID-19.

Россия закрыла въезд в страну для восьми представителей официальных структур Евросоюза и отдельных европейских стран.

Китай вывел на орбиту Марса основной модуль будущей орбитальной станции. Он опустился на поверхность, марсоход "Чжужун" спустился с платформы и приступил к исследованиям.

От Антарктиды откололся один из крупнейших в истории айсбергов.

Верховна Рада уволила трёх министров, в том числе министра здравоохранения М. Степанова – бывшего главу Одесской ОГА.

Президент США Джо Байден выступил с осуждением антисемитских выступлений в США, количество которых выросло на фоне эскалации палестино-израильского конфликта.

В Музее современного искусства и в Музее личных коллекций имени А.В. Блещунова открылись экспозиции Одесского фотофестиваля.

НАМ 25 ЛЕТ!

Одесская Благотворительная Фундация «Хесед Шаарей Цион» создана при содействии Международной общественной организации «Джойнт», еврейской общины города Балтимора (США), Фонда Гарри и Жаннетт Вайнберг для оказания различных видов помощи нуждающимся одиноким, престарелым, больным, инвалидам детства, бывшим узникам гетто и концлагерей, праведникам народов мира. Хесед обслуживает клиентов, проживающих в 128 населённых пунктах Одесской и Кировоградской областей.

В настоящее время от Хеседа получают всестороннюю помощь 5 810 клиентов. Из них жертв

нацизма — 1363, на патронаже — 1169 человек, которых обслуживают 498 социальных работников. Организация предоставляет клиентам медикаменты и провизию. А в экстренных ситуациях они получают помощь в течение 24 часов.

На базе организации работают 188 волонтеров, которые реализуют множество задумок и проектов.

БФ «Хесед Шаарей Цион» оказывает социальную и

духовную поддержку всем, кто нуждается в заботе и внимании, стремится преодолеть одиночество, приобрести новых друзей, приобщиться к культуре, традициям и обычаям еврейского народа.

БФ «Хесед Шаарей Цион» широко распахнул свои двери перед теми, кто готов стать волонтерами и бескорыстно совершать добрые дела, возвращая людям веру в жизнь и справедливость.

В период пандемии коронавируса деятельность

Хеседа переведена в режим удалённой работы. Однако за всеми клиентами установлены личные координаторы, которые доставляют на дом необходимые продукты и средства индивидуальной защиты.

Поздравляем клиентов, сотрудников, соцработников и волонтеров Хеседа с нашим общим праздником! Берегите себя и будьте здоровы!

**Председатель Правления
Михаил Блумберг
Генеральный директор
Анатолий Кесельман**



Международный день защиты детей

Международный день защиты детей установлен 30 мая 1998 года. Конвенция ООН о правах ребенка была единогласно принята Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 года — через 30 лет после принятия Декларации прав ребенка и через 10 лет после объявления Международного года ребенка. В ней изложено, какие действия и как именно должны



осуществлять государства, их правительства, средства массовой информации, чтобы обеспечить соблюдение прав детей. Сегодня в мире свыше 96% детей живут в странах, которые обязались защищать права детей, ратифицировав Конвенцию ООН о правах ребенка. В Украине Конвенция ООН о правах ребенка вступила в силу 27 сентября 1991 г.

ПОСЛЕДНИЙ КОНЦЕРТ МУСИ ПИНКЕНЗОНА



Этот одиннадцатилетний скрипач не убил ни одного вражеского солдата, но вошёл в историю войны как настоящий герой. Он боролся с нацизмом всего лишь несколько мгновений, но преподал урок великого мужества многим людям. Звали этого еврейского мальчика Абрам Пинкензон. Впрочем, известен он больше под именем Муся. Так ласково называла своего сына мама Феня Моисеевна. Муся родился 5 декабря 1930 года в «классическом еврейском семействе», жившем в то время в г.Бельцы, принадлежавшем тогда Румынии.

Пинкензоны относились к династии врачей, которая насчитывала несколько поколений. Глава семейства Владимир стал уважаемым врачом, ценным пациентом. Немудрено, что сына он видел продолжателем своего дела. Но влечение к музыке оказалось сильнее. Одарённый мальчик уже в пять лет виртуозно овладел скрипкой, прекрасно играя на этом музыкальном инструменте. О его таланте рассказывалось даже в городских газетах.

В 1940 Бельцы в составе Бессарабии вошли в Советское государство. Семья Пинкензонов не почувствовала

практически никаких перемен. Владимир продолжал врачебную практику, а его сын, поступивший в пионерскую организацию, по-прежнему старательно занимался музыкой. В июне 1941 он готовился выступить на Первой олимпиаде художественной самодеятельности Молдавии. Но начавшаяся Великая Отечественная война разрушила мирные планы. Пинкензоны отправились в эвакуацию. Спустя пару недель они приехали в кубанскую станицу Усть-Лабинскую. Глава семьи начал работать в военном госпитале, а его сын стал учиться в местной школе, проводить вечера в госпитале, развлекавая раненых солдат игрой на скрипке.

Немцы стремительно наступали, под угрозой летом 1942

оказалась и Кубань. Требовалось эвакуировать раненых и медицинский персонал, но сделать этого не успели. Доктор Владимир Пинкензон продолжал лечить своих пациентов, пока его не арестовали фашисты. Узнав, что перед ними уважаемый и высококвалифицированный врач, они приказали, чтобы тот оказывал помощь немецким военнослужащим. Однако Пинкензон отказал им, за что и был посажен в тюрьму. Спустя считанные дни там же оказались его супруга и сын. Фашистами было задумано не просто уничтожить евреев, которые проживали в станице, а провести акцию устрашения для других людей.

На место казни были согнаны все жители Усть-Лабинской. Среди обречённых они увидели Мусю Пинкензона, который не расставался со своей главной драгоценностью – скрипкой, бережно прижатой к груди. В толпе зароптали, послышалось слово «нелюди».

Окончание на стр. 7

ОНЛАЙН-КОНФЕРЕНЦИИ "ЗДОРОВАЯ ЖИЗНЬ"

Начало в 172

В продолжение разговора о здоровом питании, консультант по питанию Юлия Козонова – доцент кафедры Технологии ресторанного и здорового питания Одесской национальной академии пищевых технологий затронула тему воды. У человека существует чувство голода и чувство жажды. Очень часто можно спутать эти два чувства. К сожалению, с возрастом все послы в наш мозг ослабевают, поэтому нужно постоянно напоминать себе, что воду в небольших количествах нужно пить в течение всего дня.

В разных возрастных категориях чувство жажды разное. Маленькие дети очень часто просят пить.

Каждому человеку крайне важно регулярно потреблять достаточное количество воды, так как её значение в организме с возрастом резко возрастает, а обезвоживание становится особенно опасным.

Для сравнения, мужчина со средними физиологическими показателями в возрасте до 30 лет может выдержать от 3 до 5 суток без восполнения баланса

жидкости в организме, и его организм при этом не подвергнется необратимым негативным воздействиям.

У пятидесятилетнего мужчины со средними физиологическими параметрами всего 36 часов без восполнения баланса жидкости могут стать критическими.

С годами метаболизм (обмен веществ) с катастрофической скоростью замедляется, сосуды теряют эластичность и прочность, наблюдаются другие необратимые изменения. Снижается и количество

жидкости в тканях и клетках. Дефицит воды приводит к сбоям в работе почек, сопровождается притупленным чувством жажды. Если игнорировать его, можно столкнуться с серьёзными последствиями обезвоживания. В их числе:

- бледность кожных покровов тела и лица;
- отсутствие жизненной тонуса и энергии;
- постоянная усталость, апатия;
- головокружения.

Продолжение следует



Х У Д О Ж Н И К Г Р И Г О Р И Й Ф И Р Е Р

Говорят, что человек быстро привыкает ко всему хорошему. Речь идёт о виртуальных экскурсиях, которые готовит специально для наших онлайн-конференций директор Дома-музея им. Н. К. Рериха Елена Григорьевна Петренко. Мы с интересом воспринимаем эти проекты, отдавая должное их организатору.

В мае состоялась ещё одна встреча, и мы ощутили такую заинтересованность, такую отдачу Елены Григорьевны, что интерактивную часть программы хотелось слушать, не прерываясь, настолько это было искренне и ярко.

Её программа была посвящена жизни и творчеству израильского художника Григория Фирера, который родился в селе Дубровка Харьковской области. Когда началась война, десятилетний Гриша с родителями и сестрёнкой эвакуировался на Алтай. Невозможно словами передать те тяжелейшие испытания, которые выпали на долю семьи. 50-60-градусные морозы для людей, приехавших из Украины были просто невыносимыми. В их жилище было так холодно, что наружные стены приходилось покрывать снегом для того, чтобы хоть как-то повысить температуру внутри. Но, кроме этой проблемы, были и многие другие, которые закаляли Григория, позволив ему в

дальнейшем справляться с большими жизненными испытаниями.

Более месяца продолжалась дорога домой после окончания войны. Этот путь был не только тяжёлым, но и опасным, потому что часть пути пришлось преодолевать по замёрзшей реке. В любой момент лёд мог треснуть.

Вскоре после возвращения домой, не выдержав всего, что довелось пережить, умерла мама Григория. Для сына эта утрата была невосполнимой.

С юных лет у Григория была тяга к рисованию, но отец настоял на том, чтобы

сын получил образование, профессию. Он стал инженером железнодорожного транспорта и всю жизнь прослужил в военном ведомстве. По долгу службы он объездил весь Советский Союз. С 1969 по 1975 годы он служил в Украине.

И всё-таки увлечение живописью не отпускало одарённого, увлечённого человека. Он окончил факультет художественной графики Смоленского института. Развить свои творческие

возможности в любимом деле помогли занятия в творческой студии.

С 1975 г. Григорий Фирер жил в Баку, а, выйдя в отставку, с головой окунулся в живописное творчество. Занимался также преподавательской деятельностью.

В 1992 г. художник впервые приехал в Израиль, страна потрясла его.

В 1998 г. – снова Израиль, на сей раз в гостях у дочери. В 1999 году он приехал в Израиль на постоянное место жительства. Вначале жил в Иерусалиме, а затем переехал в Ашкелон.

В период проживания в Израиле проявилась творческая активность Фирера. Он успешно участвовал во многих выставках. Являясь членом профессионального объединения художников Израиля, он вошёл в десятку лучших мастеров кисти своей страны.

Большое впечатление на собравшихся произвели такие работы Фирера, как «Парк роз в Иерусалиме», «Улица равва Кука». Кук был первым главным раввином

в Палестине во времена британского владычества.

Богатое впечатление оставили неповторимый пейзаж «Долина холмов», изображения старых улиц Иерусалима, удивительных уголков Ашкелона.

Что привлекает в выступлении Елены Петренко? Она подаёт повествование о творчестве живописца в контексте города, страны, как бы раздвигая рамки программы. И всё это посвящено необыкновенному, мужественному человеку. 20 декабря 2020 Григорий Фирер ушёл из жизни. В этом году ему исполнилось бы 90 лет.

В отзывах на эту программу участники онлайн-конференции не только выразили своё восхищение работами художника, не только высказали свою признательность автору программы и её организаторам. Хочется привести слова Нины Корчевской: «Сегодня во время программы постоянно звучали слова: Израиль, Иерусалим, Ашкелон. В тяжелейшее для Израиля время весь этот час, проведенный с Еленой Петренко, мы можем считать нашей совместной молитвой о мире в стране, к которой приковано внимание толерантного человечества. Спасибо Вам, дорогая Елена Григорьевна!

Ждём новых встреч с Вами!



Г.Фирер

“И В МИРНОЕ ВРЕМЯ, И В ГРОЗНОМ БОЮ ЕВРЕИ-АКТЁРЫ В СПРОУЮ!”

По окончании первого выступления Фауста Миндлина в нашем виртуальном зале раздались голоса: «Пожалуйста, приглашайте Фауста почаще». Пожелания были услышаны. Состоялись ещё три встречи и в мае – пятая.

Она проходила в преддверии 76-й годовщины Великой Победы. Открывая её, Фауст сказал: «Программа сегодня необычная. В центре внимания будет не один исполнитель, а несколько».

Первой, о ком рассказал Фауст, была Нехам Лифшицайте. В знаменитой еврейской песне «Ой, мама, мама, не бей меня!», исполненной певицей, мы услышали голос удивительной красоты и нежности, голос еврейского соловья. Чудесная песня растрогала всех до слёз. В переводе с идиша Нехам – утешение, она действительно всю жизнь дарила своим голосом утешение тысячам слушателей. Как здесь не вспомнить нашу дорогую, незабвенную Тасеньку Зборовскую, голос которой был очень похож на голос Лифшицайте: такой же чистый, светлый, тёплый. Иначе, как «Соловей Хеседа» мы Таисию Шаевну не называли. И в репертуаре её было много песен, спетых великой Нехамой.

Она родилась в 1927 году в Литве, в городе Каунасе. Петь девочка начала раньше, чем говорить. Прекрасно знала литовский и идиш. В семье переходили на русский, чтобы ребёнок не понимал, о чём говорят взрослые. В годы войны семья эвакуировалась в Узбекистан, отец был на фронте. В возрасте 14-15 лет Нехам работала воспитательницей в детском саду. Жили очень бедно. Единственное, что доставляло радость, — вечернее музицирование. Пели песни, играли на импровизированных инструментах. Вскоре после возвращения в Литву Нехам поступает в консерваторию, чтобы подготовиться к оперной карьере. Её мечтой было исполнить партию Чио-Чио-Сан из одноименной оперы Джакомо Пуччини. Но оперная сцена оказалась недоступной. Нехам находит себя в творческой деятельности, которая связана с идеем, впитанным с молоком матери.

Рождается ансамбль, который, благодаря поддержке импресарио Меера Браудо, гастролирует в самых престижных залах многих городов СССР. Но Нехам не хочет ограничиваться этим. Она стремится покорить своим творчеством слушателей зарубежных стран. Но всё не так просто: нужно иметь звание, высокий статус. И тут удача улыбнулась ей. Как раз в это время проходит Всесоюзный конкурс артистов эстрады. Председателем жюри был сам Леонид Утёсов. Лифшицайте пела песни на идиш. И буквально покорила всех своей культурой, обаянием и мастерством.

Певица становится лауреатом первой премии, а это, в свою очередь, открывает ей шлюз в Европу.

Она гастролировала по всему миру: Париж, Вена, Берлин, Прага... Нехам выходила на сцену в чёрном платье. А сверху надевала белую накидку. Это создавало намёк на талес, — атрибут еврейского религиозного одеяния.

Эта маленькая, хрупкая женщина не побоялась исполнить в Киеве «Колыбельную Бабьему яру» на стихи еврейского поэта Овсея Бриза. Автор музыки — Ривка Бродская. Это было в то время, когда трагедия Бабьего яра замалчивалась. Нехаму Лифшицайте вызвали в ЦК партии и посоветовали такого больше не делать. Вскоре последовали ограничения: сократили количество концертов, не давали петь на идиш. Ей просто не оставили выбора. В 1967 году она выехала в Израиль. Её тепло встретила Голда Меир. Она восхищалась этой стойкой еврейской женщиной, безмерно преданной культуре своего народа.

В Израиле Нехаму преследовали болезни, но она никогда не отказывалась выходить на сцену. В разных городах страны у неё были переполненные

залы. Она ушла из жизни в возрасте 90 лет Почётным гражданином Израиля.

Следующая страница программы Фауста Миндлина была посвящена ещё одному звёздному имени.

У знаменитого певца – Якова Гузика — главным богатством были четыре дочери. Анна Гузик — самая яркая из всей творческой семьи. Она родилась на сцене, за кулисами, её завернули в афиши.

Родители играли в оперетте. Они прилагали все усилия, чтобы выжить и, невзирая на различные трудности, организовали театр, который просуществовал до 1934 года. Яков — единственный из еврейских актёров получил звание Герой труда.

Анна нашла отличный ход: это была настоящая еврейская эстрада. Спектакль состоял из отдельных миниатюр, которые замечательный конферансье Лев Горелик, подобно Аркадию Райкину, связывал отдельные номера в цельное представление. Анна Гузик вызывала восторг исполнением песни «Ба мир бисту шейн» («Для меня ты самая прекрасная»). Она первая на эстраде исполнила песню «Шаланды, полные кефали».

Многие артисты, кроме игры на сцене, мечтали выступать с сольными музыкальными программами, но не всем это удавалось, как поющей актрисе Анне Гузик. Периодически она выступала в театре ГосЕТ, который руководил великий Михоэлс. Свою жизнь блестящая актриса закончила в Израиле, оставив о себе светлую память.

А теперь — о Саре Фибих (Польша), которая заложила фундамент дальнейшего расцвета еврейской культуры. Она пропагандировала иврит, но при этом не забывала об идише.

Поразительный факт: Сара дважды в 1928 и 1939 годах выступала в Колонном зале Дома Союзов. Она прожила очень тяжёлую жизнь. Была одинокой (сын в штрафбате пропал без вести), тяжело болела. Умерла она в 1947 году на операционном столе. Её жизнь была подвигом, заключавшимся в титанической борьбе за утверждение искусства своего народа.

В московском Музее Вооружённых сил есть стела, на которой отражено количественное участие представителей разных народов в Отечественной войне. По количеству Героев Советского Союза евреи занимают третье место.

Фауст Миндлин привёл примеры участия в войне сотрудников одесского еврейского театра. Гримёр Гриша Потиманик — душа театра — мужественно сражался с врагом и стал полным кавалером Ордена Славы. Гриша погиб в Криворожском районе Днепропетровской области.

Воевал и актёр Лазарь Меерсон, который дважды был ранен в период боевых действий. Добрые слова произнёс автор программы в адрес Когана-Шаца, который в давние времена блестяще исполнял роль Степеню. Певец воевал на Ленинградском фронте. В перерывах между боями он пел и шутил в окопах, а в конце 1944 года создал творческую бригаду.

Ещё один герой — Яша Кобак. Он воевал в пехоте, командовал ротой, дослужился до звания лейтенанта.

Ему пророчили карьеру художника, но он увлёкся театром, у него был красивый тенор.

Список имён актёров-евреев, которые защищали своё Отечество, весьма велик. Вот уж действительно: “И в мирное время, и в грозном бою актёры-евреи — в строю”



Н. Лифшицайте



А.Гузик



С. Фибих



ВНИМАНИЕ !

Работает «Горячая линия».

ТЕЛЕФОНЫ “ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ”

Уважаемые клиенты БФ «Хесед Шаарей Цион»! В столь непростое время мы расширили работу «Горячей линии» (Call Center), которая работает с 3 апреля 2020 г. Она создана для тех, кто одинок.

Если вы столкнулись с проблемами, которые возникли в период карантина, и рядом нет никого, кто мог бы вам помочь, обращайтесь к сотрудникам и волонтерам Хеседа, которые обслуживают «Горячую линию». Они постараются оказать вам помощь.

Вы можете обращаться по любым острым вопросам по номерам телефонов, которые приведены ниже, с 10.00 до 15.00 в рабочие дни:

С мобильного:	С городского:
0948634720	7934720
0948634710	7934710
0948634740	7934740
0948634770	7934770
0948634780	7934780
0948634810	7934810
0948634760	7934760
0948634790	7934790

Это не исключает телефонной связи с вашим куратором, но просим отнестись с пониманием к загруженности сотрудников БФ «Хесед Шаарей Цион».

Мы всегда рады вам помочь!
Берегите себя!
Будьте здоровы!
С уважением,
Диана Боровик

Н О В О С Т И И З И З Р А И Л Я

В лесу Красной Армии и в Кнессете состоялись мероприятия, посвященные Дню Победы.

После того, как Биньямин Нетаниягу не смог сформировать правую коалицию, президент Реувен Ривлин вручил мандат на формирование правительства главе партии "Еш Атид" Яиру Лапиду. Для этого он должен получить поддержку минимум 61 депутата Кнессета. в соответствии с конституцией — срок 28 дней.

С территории сектора Газа по израильским городам было выпущено около 4000 ракет. Каждая пятая падала на территории Газы. Обстрелам подверглись не только приграничные с Газой районы и города юга страны, но также Иерусалим, Тель-Авив и другие города центра Израиля. Подавляющее большинство ракет были сбиты противоракетной системой «Железный купол».

В ответ ЦАХАЛ провёл антитеррористическую операцию под кодовым названием "Страж стен", заранее информируя мирное население о необходимости эвакуироваться. ВВС Израиля атаковали более 200 целей на территории сектора Газы. Заводы, производившие ракеты, их склады, резиденции и штабы руководства ХАМАС уничтожены.

В Израиль прибыли министры иностранных дел Германии, Чехии и Словакии, которым показали дома, разрушенные палестинскими ракетами.

Армия обороны Израиля создала у ХАМАСа впечатление, что вот-вот начнется наземная операция, и боевики полезли срочно прятаться в туннели, где и были уничтожены вместе с хамасовским "метро" израильской авиацией. Разрушены более 100 километров туннелей — целый подземный город со складами, жилыми помещениями и штабами.

В Лоде, Акко, Хайфе, Яффо, Восточном Иерусалиме и ряде городов страны произошли столкновения тысяч агрессивных настроенных арабов — граждан Израиля с еврейским населением, есть жертвы. Сожжены 10 синагог, 112 еврейских домов и квартир, 860 автомобилей. Для ликвидации беспорядков были привлечены значительные силы полиции.

Недавняя операция в Газе «Страж стен» стала полигоном для успешных испытаний в боевых условиях новейших израильских систем противовоздушной обороны, и среди них щит будущего — лазерное оружие «Железный луч». Часть из них переходит в производство, а другие продолжат совершенствоваться с намерением продавать их в Израиле и за рубежом.

Выборы президента Израиля назначены на 2 июня.

Президент США Джо Байден поддержал право Израиля на защиту от ракетных обстрелов.

Посольство Украины в Израиле завершило эвакуацию 103 граждан Украины из сектора Газы.



Уважаемые клиенты БФ «Хесед Шаарей Цион»!

Карантин продолжается, однако и в домашних условиях мы можем получать удовольствие от прекрасных приправ для разнообразных блюд.

Отказываясь от острой пищи, мы многое теряем. По словам врачей, острые специи добавляют блюдам вкус и улучшают наше здоровье.

Люди, которые едят острый перец несколько раз в неделю, живут дольше, чем те, кто отказывается от острых специй.

Дело в том, что в остром перце, будь то чили или халапеньо, содержится вещество капсаицин — именно оно отвечает за остроту перцев и за их полезные свойства.

Вы, очевидно, уже прочувствовали на себе, что пряности повышают температуру тела. В этот момент они могут довести до слез и пробить заложенный нос. Оказалось, что перцы наподобие чили, облегчают

бронхиальные обострения, симптомы гриппа и лихорадки. Специи помогают при астме, а при простуде используются как отхаркивающее средство.

Великолепным дополнением к острым приправам являются СХУГ и ТКЕМАЛИ, которые, в основном, очень хорошо сочетаются с рыбой, мясом, птицей, гарнирами из картофеля и макаронных изделий.

Для того, чтобы совершить небольшое кулинарное путешествие в Грузию, не надо туда лететь на самолёте, тем более в период карантина.

А надо просто купить соус ТКЕМАЛИ, основными ингредиентами которого является слива ткемали, чеснок и травы.

СХУГ и ТКЕМАЛИ — это не только вкусные приправы, но и социально ответственный бизнес, все вырученные средства от продажи которого идут на социальную адаптацию клиентов БФ «Хесед Шаарей Цион», а также детей группы риска.

СХУГ И ТКЕМАЛИ — и вкусно, и полезно, и мицва!

СХУГ И ТКЕМАЛИ

можно приобрести:

- В магазине синагоги «Хабат» — ул. Осипова, 21
- В универсаме «Фрунзенский» — ул. Балковская, 2
- В интернет-магазине — ул. Асташкина, 21
- В магазине «Мясоед» — ул. Тираспольская, 2
- В магазине «Антрикот» — пр. Шевченко, 8/1
- В ЧП «Идеал» — ул. Бугаевская, 21 в

В торговой сети «Копейка»

1. Асташкина, 29
2. Малиновского, 5
3. Малиновского, 27
4. Мясоедовская, 39
5. Пушкинская, 27
6. Святослава Рихтера, 2
7. Сегедская, 7
8. Старосенная площадь, 1а
9. Проспект Шевченко, 4д
10. Макаренко, 2а
11. Сабанский пер., 3 (Сантим)
12. Троицкая, 54
13. Литературная, 10а
14. Пишоновская, 26/2
15. Люстдорфская дорога, 55
16. Добровольского, 130 д.5
17. Сахарова 1а
18. Днепропетровская дорога, 8б
19. Марсельская, 35б



СЧАСТЬЕ ВЫПОЛНЕННОГО ДОЛГА

Историко-психологическая новелла

Илья

Стариков

К 132 годовщине со дня рождения Давида Гофштейна (24 июня 1889 — 12 августа 1952)

Стареющая Фейга открыла глаза и, не шевелясь, отслеживала, как раннее майское солнце, не торопясь наполняет золотым светом её квартиру в Тель-Авиве.

В приоткрытое окно ей хорошо слышались напыляющие, волнистые перезвоны колоколов христианских церквей и храмов, мужские голоса мул, исполняющих фаджр — утреннюю мусульманскую молитву. Тихое, частое постукивание лбом еврейского старика, старательно кланяющегося при молитве до самого пола на соседской веранде. Он тоже радуется наступившему дню. Подобное тесное переплетение вероисповеданий в столичном городе встречается только в Израиле.

Здесь, в Тель-Авиве, такое слияние национальностей и вер разных народов не только может пугать, но и радовать. Фейге вспомнилась вчерашняя новость, которую давно готовили и поджидали всей семьей. Не зря в детстве, ещё от своей бабушки она часто слышала присказку: «Аз мэ лэйбт — дэрлэйбт мэ», которая на русском означает примерно такое: если человек живёт, то — доживает до чего-то хорошего. Вот и она, слава Богу, дождалась исполнения главного желания своей жизни. Понимание выполненного долга расслабляет, наполняет всё вокруг счастьем....

Вчера вечером ей передали письмо, книги и фотографии из Украины. Узнала, что в Киеве после долгих мытарств по обсуждению вопроса с чиновниками, поиску необходимого финансирования, на фасаде Дома писателей по улице Богдана Хмельницкого, где давным-давно они проживали, все-таки установили бронзовую мемориальную доску в память о её муже Давиде Гофштейне, еврейском писателе, переводчике, общественном деятеле.

День, когда об этом Фейге стало известно, и она увидела фотографию, подтверждающую написанное, стал для неё большим праздником. А что, маленькие радости могут приносить даже громадное счастье.... Тем более, что она, их дети, истинные патриоты родной Украины, и Киева, с которым связан большущий кусок жизни всей семьи, не один год старались реализовать задуманное. Хотя, честно говоря, у неё не такой уж высокий пост и большие деньги, чтобы так надеяться на успех....

Фейга отыскивала и настаивала на том, чтобы в издаваемые книги обязательно включали фотографии Давида. Особенно ту, где он молодой, с глазами, озарёнными надеждой, с чёрной копной волос на голове.

Она долго и внимательно рассматривала каждую деталь небольшого снимка барельефа, укрепленного на фасаде дома. Родное, задумчивое лицо мужа в лавровом венке. На нём две даты: рождения и расстрела. Первая — слева выше, вторая — справа пониже. Под венком два ряда больших русских букв: Давид Гофштейн.

Сверху помещён тот же текст, только уменьшенным шрифтом на идише. Эта вставка особенно её разволновала, потому что загогулины нескольких букв родного языка сразу всколыхнули в душе очень многое. И долгие годы увязки с государственными чиновниками

разрешения на такую надпись. Подобной нет ни на одной из двадцати девяти мемориальных досок великих украинцев, установленных на стенах громадного здания по улице Богдана Хмельницкого. Хотя не все они по рождению являлись украинцами. И потому как человечно выделялась доска её мужа с несколькими буквами на полузабытом родном языке.... Которые сразу всколыхнули все годы, прожитые с Гофштейном....

Она была почти на десять лет моложе мужа. Но из-за его слабой приспособленности к жизни, неумению ухаживать за собой часто чувствовала себя опытной и старше. Ей всегда было жалко Давида. Хотя ещё до их знакомства он воспитывал двух сыновей от первого брака. Но даже когда муж ласкал её, во время интимной близости, она не могла понять, от чего больше теряет голову: от настойчивого, волнующего прикосновения к её телу любимых рук, или от того, что она сильно его жалеет, отчётливо понимая, значимость личности Гофштейна....

Фейга безоговорочно принимала его старшинство только в творческой сфере. Когда читала или слушала стихи, рождённые Давидом, она воспринимала их не только головой, они не только волновали её сознание. Каждая буква, запятая и многоточие для неё наполнялись особым смыслом. Она вся пропитывалась написанным. А Давид это хорошо улавливал. Не раз признавался, что ему нравится читать ей свои стихи. Что так слушать, понимать и отзываться на них никто в этом мире не может....

Он и она читали написанное им на идише. И родной для обоих язык ещё больше сближал их. Придавал лирическую интимность всему, что выходило из-под пера любимого. Поэтому Фейга не очень любила читать переводы стихов Давида. Даже если они были сделаны большими, признанными поэтами. Пропадало ощущение родства, волнующей откровенности, мифической, молчаливой связи с Торой, истинности каждой строчки и слова.

Почему происходило такое ни он, ни она не могли объяснить толком. Но не случайно Гофштейн всю жизнь, при всех властях отстаивал необходимость сохранения и развития исконно еврейской культуры и языков — иврита и идиш. Ещё в годы революции он вошёл в Еврейский отдел Центральной Рады, два года работал в Палестине. В Тель-Авиве участвовал в открытии Еврейского Университета. В первые годы совместной жизни Фейга часто слышала от него признание, будто её лицо напоминает ему образ из старых амстердамских картин знаменитых еврейских художников. Он гордился и никогда не стеснялся своей родной крови, но и не был националистом. Одним из первых в своём окружении начал работать по субботам.

Нет, он не отрицал важность и значимость интернационального воспитания. Сам очень любил и много переводил Шевченко, Франко, Украинку, своих друзей-украинцев: Тычину, Рыльского, Сосюру, Первомайского. Русских и зарубежных

классиков: Пушкина, Лермонтова, Шиллера, Мольера, Ибсена и других.

Фейга хорошо понимала: то, что он не отказывался и продолжал писать на идише, не было про я в л е н и е м националистических убеждений, за которые часто ругали мужа. Так сохранялась цельность натуры, в о л н у щ а я искренность, без которой не может существовать Пoesия. Недосказывания, умолчания трудно поддаются переводу на русский и украинский.

А на иврите и идише важную роль играет не только звучание букв, но даже их внешний вид и написание.

Вот, к примеру, признание Давида, переведенное на русский:

В годы отчаянья и муки,
Средь бурь и в горестной тиши
Я не сложил бессильно руки,
Не предал собственной души.

Звучит хорошо, но нет той щемящей боли, к о т о р а я прорывается в первоисточнике от сломанных закорючек букв.

А вот как тонко Давид чувствовал и мог передавать русский пейзаж:

Где можно еще быть таким одиноким,
Как в русской деревне зимою
глубокой?

Усталая кляча, скрипящие сани,
И я — где-то там, в этом снежном тумане.

Вдали, где белесый туман догорает,
там света полоска все тает и тает.
В Украине Гофштейн мог обниматься и с ветром:

И м'яко вітер, легко вітер
Мене обняв.

Ми обнялись, як зустрілись,
І я без слів узнав, що там —
Таке там в полі учинилось! —
Цвітуть жита.

Я вийшов з хати в денний простір,
Напроти вітру вийшов я.

Еврейский народ обижают извечно. Многих такое унижение злит, будит гнев и недовольство. Но личность творческую оно делает только более чуткой, помогает острее улавливать и воспринимать все происходящее в мире. Не случайно среди евреев много гениальных поэтов, художников, музыкантов и других творцов.

Давид — большой поэт. Нет, не только в её представлении. О книгах его стихов, которые он написал в тридцатых годах, многие русские и украинские критики писали, что они подняли еврейскую поэзию до высот классики. Поэтому она многие годы считает своей обязанностью как можно больше перевести и издать его книг. Как-то предметно увековечить его в родном городе....

Как и у многих талантливых людей, одурманенных постоянством творческого состояния, у Давида были свои причуды. О них с удивлением делились с Фейгой выжившие его сокамерники по пребыванию на Лубянке. Передавали, как

внимательно он вслушивался в рокот трубы, проходившей через их камеру. Как вслух разговаривал со своим следователем, будто тот продолжал допрос.

Сегодня ей с умилением вспомнились и его семейные чудачества. Давид постоянно приносил в дом всякие старые железяки. Тщательно очищал их и хранил в шкафах среди книг.

Однажды, ещё когда проживали в Киеве, принёс проржавевшее стремя:

— Представляешь, оно соприкасалось с ногой Ярослава Мудрого, — восторженно объяснял он Фейге.... Или часто останавливал её, когда она сгоняла домашнего кота с насиженного места. Тот любил часами сидеть, внимательно уставившись в одну точку.

— Не мешай животному думать, — упрекал её муж. — Ему тоже необходимо время для осмысления происходящего в нашем доме и на Земле....

Да, она долго не могла представить себе, что нашлись люди, которые стали мучить и издеваться над её большим ребёнком. Поэтому, пока он сидел на Лубянке, при первой возможности мчалась в Москву, часами стояла в очереди, чтобы добиться разрешения на передачу подготовленных продуктов и собранных денег.

Она и сейчас отчётливо помнит ту облегчающую радость, которая охватывала её, когда дежуривший милиционер забирал принесенное: значит, Давид ещё жив....

Только после реабилитации всех расстрелянных членов Еврейского Антифашистского Комитета Фейга поняла, что несколько лет носила передачи для мёртвого. Деньги ей все возвратили. Видно, в КГБ учёт поступлениям вёлся строго. Вернули и квартиру, из которой выселили их семью после ареста Давида, как врага народа.

Но переселение не принесло радости Фейге. Оно оживило в памяти сходный эпизод. После эвакуации они возвратились в Киев. В их квартире при немцах жили другие. Теперь справедливость восстанавливалась. Только в подъездах, коридорах и во дворе не встречались знакомые лица еврейских стариков, старух и детей, которые не успели выехать. В жизни есть многое, не поддающееся восстановлению....

Фейга поднялась, достала из книжного шкафа новый сборник переводов стихов Давида, изданный недавно на русском языке, благодаря её стараниям и присланный вместе с фотографией мемориальной доски.

Нашла полюбившийся фрагмент из небольшого стихотворения:

Благословенна
Будь вовеки жизнь,
А в жизни —
Назначение
Человека!

Когда шептала вслух знакомые строчки, Фейга заметила, что руки у неё подрагивают. А что, улыбнулась она, руки могут трястись не только от старости, но и от праздника тоже.

Счастье выполненного долга очеловечивает личность. Не случайно одно задушевное стихотворение у Давида имеет такое название «Быть человеком, так печально — сладко».





МОИ БЕЗОПАСНЫЙ ДОМ

Окончание. Начало в № 175

6. ПАДЕНИЯ

Падения – это самая распространённая причина травматизма. Но падения не являются неотъемлемой частью процесса старения, и это радует. Причин падений много. Рассмотрим наиболее распространённые из них, пройдясь по нашей виртуальной квартире.

ПРОВОДА, растянутые на полу. Нам удобно, когда не нужно вставать с дивана, чтобы включить торшер или телевизор. Воспользуйтесь удлинителем и протяните провод под стеной, закрепив специальными скобами. Хорошо, если среди ваших знакомых есть профессиональный электрик, который сделает в комнате вторую розетку.

КОВРЫ или **ДОРОЖКИ**. Самое лучшее – избавиться от них, уж очень они опасны. Но если сделать это нежелательно (например, у вас очень холодный пол), то можно закрепить их одним из следующих способов:

- Приклеить к полу (если у вас для чистки ковра есть пылесос).
- Подшить резиновые полоски с изнаночной стороны ковра.
- На края ковра прикрепить тонкие металлические планочки. Они продаются в строительных магазинах, в Эпицентре и стоят недорого.

ПОРОГИ между комнатами или между комнатой и лоджией. Если есть возможность, нужно их убрать. Если нет – сделать узенький пандус шириной 1-1,5 см. при помощи металлических или деревянных планок-уголков, которые тоже можно приобрести в Эпицентре. Это нужно сделать потому, что травмы и переломы очень часто происходят из-за порожков. Наши мышцы постепенно слабеют, ноги поднимаются на всё меньшую высоту и в один чёрный день человек, зацепившись за порожок, падает.

СТУПЕНЬКИ. Если в доме есть ступеньки (особенно это касается тех, кто живёт в частных домах), то возле них обязательно должны быть перила или поручни. Чтобы ступеньки были заметными, их нужно покрасить в разные яркие цвета, или, в крайнем случае, покрасить края ступенек.

НЕПРАВИЛЬНАЯ ОБУВЬ. Какую обувь называют «неправильной»?

- Шлепанцы, так как в них легко споткнуться. Сделать их безопасными поможет широкая резинка, пришитая так, чтобы обхватывать щиколотку. Лучше всего покупать обувь с задниками.
- Обувь на несколько размеров больше. В ней также легко споткнуться.
- Обувь на скользкой подошве. На такую обувь нужно наклеить резиновый каблучок.

ОДЕЖДА: Слишком длинный халат может зацепиться за мебель. Или вы можете наступить на край халата, вставая со стула или дивана. Днём ходить лучше всего в физкультурном или брючном костюме. Так вы будете чувствовать себя моложе и подтянутой. Но помните: надевать брюки, лосины или колготы нужно СИДЯ. Иначе можно потерять равновесие и упасть.

МОКРЫЙ, СКОЛЬЗКИЙ, ГРЯЗНЫЙ ПОЛ – это прямой путь к бытовому травматизму. Подождите, чтобы пол высох, не ходите по мокрому. Если что-то рассыпали, – тотчас собирайте. Разлитую жидкость нужно вытирать сразу, для этого необходимо иметь в кухне или в ванной лишнюю тряпку.

ОСВЕЩЕНИЕ квартиры играет не последнюю роль для нашей безопасности. Да, электричество подорожало, но лечение

в результате травм может обойтись несоизмеримо дороже. Поэтому, выходя вечером из комнаты, оставляйте в ней включённым свет до тех пор, пока не включите его там, куда вы идёте, а потом вернитесь и выключите ненужную уже лампочку. Установите возле кровати на тумбочке настольную лампу или ночник, чтобы включить его ночью прежде, чем вы встанете.

ЗАХЛАМЛЕННОСТЬ квартиры старыми ненужными вещами, ящиками и пр. Помните, сколько раз вы набивали синяки на бедрах и коленях, наткаясь на стоящие поперёк комнаты предметы. Настало время навести порядок. Выбросьте всё лишнее, освободите проходы – вы почувствуете, что вам стало легче дышать, и в комнате стало светлей, веселее и безопасней.

НЕИСПРАВНАЯ, ШАТКАЯ мебель подведёт вас в самый неподходящий момент: поранит ногу выпавшая дверца кухонного шкафа или подломится треснувшая ножка стула. Чтобы этого не случилось, вовремя подкручивайте гайки на дверцах и стульях. В более сложных случаях обращайтесь в Хесед. По возможности, волонтер приведёт в порядок вашу мебель.

ВАННАЯ КОМНАТА. Падения в ванной комнате самые опасные, гораздо травматичнее, чем в комнате. Чтобы избежать падений, в ванной комнате должно быть следующее:

- Шторка – занавеска, чтобы вода не расплескивалась на пол.
- Коврик на резиновой основе на полу ванной. Он недорогой, примерно 45 грн.
- Коврик с присосками в самой ванне. Вы больше не будете скользить в ванне.
- Поручни – горизонтальный на уровне ванны (он поможет вам безопасно сесть, а потом и подняться, если вы принимаете ванну) и вертикальный на уровне груди. Этот поручень поможет вам безопасно выйти из ванны. Эти поручни продаются в магазинах медтехники, но их можно заказать и в Хеседе. Когда наберётся определённое количество заявок, они будут закуплены, и волонтер аккуратно установит вам поручень.
- Ступеньки помогут вам легко зайти в ванну, особенно если она высокая. Ступеньки можно заказать в Хеседе.
- Сидение очень удобно для мытья в ванне под душем. Оно тоже есть в Хеседе.

КУХНЯ. Здесь нас тоже могут подстеречь опасности. А именно:

- Неровные или отклеившиеся плитки пола, за которые можно зацепиться.
- Ручка ковшика, повернутая в комнату и кастрюля с кипятком, стоящая на самом краю плиты, могут стать причиной трагедии. Например, на лечение тяжелейших ожогов нескольких клиентов Хеседа, в том числе и ребёнка, деньги собирали всем миром. Приучите себя поворачивать ручки даже пустого ковшика к стене, а кастрюли с кипятком отодвигать на дальнюю конфорку.

• Не работайте в кухне в халате с широкими рукавами – можно нечаянно поджечь себя, размешивая что-то на плите.

• Если вам нужно достать что-либо с верхних полок шкафа, не устраивайте пирамиду, как в мультфильме «Бременские музыканты». Не громоздите табуретку на стул, а сверху ещё маленькую скамеечку. Воспользуйтесь лестницей, у которой на ножки наклеена резина.

Ещё одна причина падений и травм – физиологические изменения нашего

состояния. С возрастом тело утрачивает гибкость и устойчивость: изменяется осанка, походка становится медленней и раскачивающейся, во время ходьбы ноги поднимаются на меньшую высоту. Снижается контроль над мышцами, замедляется реакция на сигналы опасности, ухудшается зрение. Всё это приводит к тому, что, споткнувшись, человек не может восстановить равновесие и падает.

Учёные доказали, что снижение скорости реакции в значительно большей степени связано с недостатком физической активности человека, чем с самим процессом старения. Поэтому одним из способов предотвращения падений является улучшение физического состояния. Это также способствует укреплению костей, что уменьшит тяжесть ущерба, если падение всё же произошло. Вывод – необходимо ЕЖЕДНЕВНО делать посильную зарядку!

К нарушению устойчивости и равновесия приводят и некоторые заболевания: сосудистые заболевания, скачки давления, диабет, ревматические болезни, эпилепсия, болезнь Паркинсона и др. Но это уже сфера деятельности врача и только врач должен назначать соответствующее лечение. А мы должны: не допустить обезвоживания организма, контролировать зрение и, при необходимости, вовремя менять очки и регулярно следить за их чистотой.

Утро – наиболее распространённое время для инсультов и травм. Причины две: первая – недостаточное количество выпиваемой воды в день (помните о необходимых ежедневных полутора литрах) и вторая – несоблюдение правила 30 секунд. Оно помогает правильно вставать с постели:

- 1) Сесть в кровати, не опуская с неё ноги. Посидеть – 30 сек.
- 2) Спустить ноги вниз. Посидеть – 30 сек.
- 3) Встать, держась за кровать, постоять так – 30 сек.
- 4) Начинать медленно идти – 30 сек.
- 5) Потом можно двигаться в обычном ритме.

Если всё же человек упал, как вести себя в этом случае?

- Не пытайтесь сразу подняться. Нужно немного прийти в себя, пошевелить руками и ногами, головой. Убедитесь, что нет головокружения, руки-ноги двигаются.
- Потом попробуйте сесть. Если это удалось, не пытайтесь сразу встать. Посидите немного.
- Если сесть не получается, попробуйте доползти до ближайшего шкафа, дивана и повторите попытку, опираясь на мебель. Стол или тумбочка не подходят – они слишком лёгкие и могут опрокинуться на вас, усугубляя ситуацию.
- Если при попытке встать вы ощущаете боль – нужно прекратить все попытки и ждать помощи. При этом нужно позаботиться о сохранении тепла снизу и сверху. Стянуть и подсунуть под себя одеяло, покрывало, любые вещи.

И последние два главных правила: мобильный телефон должен быть всегда при вас, а у родственников или хорошей соседки должны находиться запасные ключи от вашей квартиры.

В заключение предлагаю вам провести уже не виртуальную, а реальную экскурсию по своей квартире и посмотреть, что, исходя из прочитанного, вам необходимо изменить.

Искренне желаю вам здоровья! Пусть ваш дом будет вашей надёжной крепостью.

Вера Шаховцева

Новости Одессы, Украины, мира

2 мая, в день седьмой годовщины трагедии в Доме профсоюзов, полиция взяла под охрану Куликово поле и Соборную площадь. Их проверили взрывотехники. Вход на Куликово поле и выход из него осуществляли через «фильтрационные» пункты, где посетителей проверяли на наличие опасных и запрещённых предметов и раздавали маски.

Для обеспечения безопасности у Дома профсоюзов 2 мая было привлечено 2,5 тысячи правоохранителей.

К импровизированным мемориалам на Куликовом поле и на пересечении ул. Дерибасовской и Преображенской возложили цветы. В парке им. Шевченко состоялся митинг, на Куликовом поле после акции скорби запустили в небо чёрные шары. В памятных мероприятиях приняли участие почти 3 тысячи человек.

В Музее западного и восточного искусства открылась выставка одесского художника-экспрессиониста Андрея Коваленко.

Накануне Дня Победы возобновилось несение одесскими школьниками Почётной вахты памяти у памятника Неизвестному матросу.

С 7 мая по городу курсировал трамвай-галерея с фотовыставкой, посвящённой Дню освобождения Одессы.

8 мая, в День памяти и примирения, на Аллее Славы в парке Шевченко прошло возложение цветов в честь погибших во время Второй мировой войны. В этот день на Мемориале 412-й батареи перезахоронили останки 15 погибших в годы Второй мировой войны при обороне и освобождении Одессы.

Принято решение о расширении в выходные дни пешеходной зоны в центре города – самой большой в Украине. Перечень улиц с запретом движения автотранспорта обнародован. Проезд туда разрешён только машинам жителей домов на этих улицах и машинам, снабжающим продуктовые магазины.

9 мая, в день 76-й годовщины Победы, официальные лица, участники боевых действий, представители общественных и ветеранских организаций возложили цветы к памятнику Неизвестному матросу. Парадом прошли курсанты Национального университета «Одесская морская академия». Вечером над Думской площадью прогремел салют с впечатляющим фейерверком.

Более 10 тысяч одесситов весь день 9 мая приносили цветы к памятнику Неизвестному матросу, стеле «Крылья Победы» на площади 10 апреля, памятникам лётчикам на 5-й станции и медикам на ул. Ольгиевской, на 411-ю батарею и к другим памятным местам города, связанным с этой знаменательной датой.



Уважаемые клиенты, сотрудники и социальные работники Хеседа!

В Одессе проводится вакцинация от COVID-19. Во всех 11 Центрах первичной медико-санитарной помощи Одессы созданы временные стационарные прививочные кабинеты.

В лист ожидания на вакцинацию от COVID-19 могут записаться все желающие через государственный веб-портал электронных услуг «Дія», мобильное приложение «Дія» или, позвонив по номеру телефона регистратуры своего Центра первичной медико-санитарной помощи, или семейному врачу, с которым подписана декларация.

Перед вакцинацией медработник прививочного кабинета проводит осмотр пациента с целью выявления противопоказаний к вакцинации, а также информирует пациента о возможных реакциях на введение вакцины и порядке действий в случае их появления. В случае отсутствия противопоказаний пациент заполняет информированное согласие и получает прививку. Информация о вакцинации вносится сотрудником прививочного кабинета в единую электронную базу данных.

После вакцинации пациент в течение получаса находится в специальном кабинете на территории учреждения, чтобы медики могли наблюдать за его самочувствием. Случаи осложнения после вакцинации от COVID-19 в городских прививочных кабинетах Одессы не зарегистрированы.

Вакцинация от COVID-19 проводится исключительно по предварительной записи.

При себе необходимо иметь паспорт и мобильный телефон. Также у пациента должна быть подписана декларация с семейным врачом (в случае отсутствия декларации её можно подписать непосредственно перед вакцинацией).

Адреса временных пунктов вакцинации от COVID-19 в Одессе:

ЦПМСП №2 – ул. Маршала Говорова, 26;

ЦПМСП №3 – Фонтанская дор., 30/32;

ЦПМСП №4 – ул. Левитана, 62;

ЦПМСП №5 – ул. Академика Заболотного, 59/1;

ЦПМСП №7 – ул. Атамана Чепиги, 54;

ЦПМСП №10 – ул. Житомирская, 2;

ЦПМСП №12 – ул. Пастера, 12;

ЦПМСП №14 – ул. Торговая, 14;

ЦПМСП №16 – ул. Ивана и Юрия Лип, 1;

ЦПМСП №18 – ул. Героев обороны Одессы, 52;

ЦПМСП №28 – ул. Давида Ойстраха, 7.

«Синий платочек» из Елисаветграда

Знаете ли вы, что первый русский текст этой песни написал наш земляк, уроженец Елисаветграда Яков Галицкий?

Настоящая его фамилия — Гольденберг. Яков родился 22 декабря 1890 года в семье владельца крупнейшей типографии в Елисаветграде — Марка Абрамовича Гольденберга и его жены Доротеи Марковны.

Типография была старейшей и самой известной в городе. Печатала всё: от квитанций, бланков, объявлений, рекламы до множества газет, художественной и учебной литературы. Печатались «Елисаветградский



Я. Галицкий

городской листок», «Вестник свободы», «Елисаветградский вестник», «Елисаветградские новости», «Новая волна», «Неделя русского еврея» и самая известная газета тех времён — «Голос Юга», а ещё — журнал для детей «Волшебный фонарь», журнал для аграриев «Известия Елисаветградского общества сельского хозяйства» и многое другое.

Марк Гольденберг был редактором и издателем журнала «Неделя русского еврея». Понятно, в какой атмосфере росли сыновья владельца типографии Яков и Абрам, и не удивительно, что оба стали литераторами. Дебютировал Яков в 1910 году со стихами и фельетонами на страницах газеты «Голос Юга». Оба окончили Елисаветградскую мужскую гимназию. После этого Яков поступил в

Санкт-Петербургский университет, а затем перевёлся в Одесский, где и начал активно печататься под псевдонимом Галицкий.

Одесса тогда была столицей российского кинематографа. И Яков окупился в этот увлекательный мир. С 1916 года он работал в кино. Как режиссёр снял несколько кинокартин, к сожалению, не сохранившихся, как актёр снялся в картине «К народной власти» и сыграл пана Цибулю в фильме «Сорочинская ярмарка».

С 1918 года служил в Красной Армии. В 1919-1920 годах заведовал театральным отделением в политотделе Двенадцатой армии. С 1921 года — художественный руководитель красноармейского театра в Харькове. В 1923-1924 годах — литературный сотрудник «Рабочей газеты», в 1925-1926 гг. — заведующий литературной частью «Радиогазеты». Сочинял сатирические стихи и фельетоны для журнала «Крокодил».

Писал сценарии и пьесы: «Святой из-под палки» (буффонада на основе комедии Мольера «Лекарь поневоле»), «Штормовые дни» и другие, а также популярные стихи и романы «Не надо слов», «Три знамени», «Звени, подкова», «И вновь ночная мгла» и другие.

Специально для Музыкального театра имени К. С. Станиславского и В. И. Немировича-Данченко написал новый русскоязычный вариант либретто оперы Джузеппе Верди «Бал-маскарад» (постановки в 1939 и 1940 годах).

О его даре импровизации ходили легенды. Однажды он написал в стихах заявление о задержке зарплаты в театре Станиславского и Немировича-Данченко:

Прошу горячего (дензнаков),
Без них ни рифм, ни жизни нет.
С почтеньем,
Галицкий Иаков,
Ваш голодающий поэт.

После разделения Польши в 1939 году известный польский музыкант и композитор Ежи Петербургский оказался в Белостоке, отошедшем к Советскому Союзу. В конце 1939 года он возглавил Белорусский республиканский джаз-оркестр. Музыка к песне «Maia niebieska chusteczka» была написана им в 1940 году в Минске, в номере гостиницы «Беларусь». Во время гастролей оркестра в Москве мелодию услышал Яков Гольденберг и очень быстро написал русский текст (он в совершенстве владел польским языком). Уже через два дня песню исполнил солист ансамбля Станислав Ландау.

Вот авторский текст Якова Галицкого:
«Синенький, скромный платочек
падал с опущенных плеч.
Ты говорила, что не забудешь
ласковых радостных встреч.
Порой ночной, ты распростилась
со мной.

Нет прежних ночек,
где ж ты, платочек,
милый, далёкий, родной.
Кончилась зимняя стужа,

даль голубая ясна.

Сердце согрето, верится в лето,
солнцем ласкает весна.

И вновь весной
под знакомой, тенистой сосной
мелькнёт, как цветочек, синий платочек,
милый, любимый, родной.

Перевод оказался адекватным оригиналу. Песня мгновенно стала, как сейчас сказали бы, суперхитом.

А вскоре началась Отечественная война. И на популярную мелодию в первые же дни войны поэт Борис Ковынев сделал, опять же, как бы сейчас сказали, ремейк, тоже очень известный.

Появилось и множество других вариантов слов на популярнейшую мелодию. Запомнился вариант, дописанный Михаилом Максимовым по просьбе Клавдии Шульженко:

«За них, таких
Желанных, любимых, родных
Строчит пулемётчик
За синий платочек,
Что был на плечах дорогих!»

Вот такой незаурядный человек жил в нашем городе почти двадцать первых лет жизни.

Так же, как и многие другие писатели, художники, поэты, попав в столицу, в Елисаветград он не вернулся. Но «Синий платочек» здесь помнят...

Ирина Мармер

ПОСЛЕДНИЙ КОНЦЕРТ МУСИ ПИНКЕНЗОНА

Начало на стр.2

Владимир попросил немецкого офицера не убивать мальчика, но был сразу же застрелен. За ним погибла и Феня Моисеевна, бросившаяся к упавшему мужу.

Одиннадцатилетний мальчуган, на глазах которого фашисты убили самых близких ему людей, одиноко стоял среди «истинных арийцев», считающих его «недочеловеком».

Страх и отчаяние были в сердцах находящихся за рядами нацистов людей, которые не могли прийти на помощь Мусе.

Неожиданно мальчик попросил офицера выполнить его последнюю просьбу — сыграть на скрипке. Тот засмеялся и дал разрешение. Наверное, он думал, что маленький еврей попытается его разжалобить и выклянчить дополнительные минуты жизни.

Спустя миг над станицей раздалась звуки музыки.

Н и замершие в страхе люди, ни гитлеровцы поначалу не сообразили, а, возможно, не могли поверить в то, что происходит.

А Муся, глядя в глаза смерти, играл «Интернационал», бывший в те времена не только гимном коммунистов всего мира, но и СССР. Люди, стоявшие в толпе, начали



сначала тихо, а потом все громче петь под аккомпанемент скрипки маленького еврейского мальчика.

Очнувшийся офицер, обозвав ребёнка свиньёй, во всю глотку потребовал прекратить исполнение.

В юного музыканта начали стрелять. Раненый Муся пытался продолжить играть, но прилетевшие пули оборвали жизнь скрипача.

Фашисты бсновались, с яростью разгоняя людей. Но дело было сделано: задуманная гитлеровцами акция устрашения стала акцией их унижения.

Нацисты оказались беспомощными перед силой духа одиннадцатилетнего еврейского мальчика, который не боялся смерти.

Этот день для жителей Усть-Лабинской стал переломным.

Вера в победу над фашистами благодаря отважному маленькому музыканту вспыхнула в их сердцах с новой силой.

Сейчас в городе Усть-Лабинске установлен памятник настоящему герою, — юному скрипачу Мусе Пинкензону.

Его борьба с нацизмом продолжалась считанные мгновения, но стала символом великого мужества и стойкости.

Андрей Сидорчик



ОДЕССА В СТАРЫХ ФОТОГРАФИЯХ

Рубрику ведёт Илья Перстнёв

УЛИЦА ПРЕОБРАЖЕНСКАЯ. ЧАСТЬ 1

Продолжение. Начало в №175

Дом №8. Бывшее коммерческое имени Императора Николая I училище. Его учащиеся носили на мундире коричневые пуговицы с жезлом Меркурия, перевитым змеями, и крылатой шапочкой. Здесь учился Исаак Бабель. Здание построено в 1877 г. по проекту архитектора Ф.В. Гонсиоровского. Здание было двухэтажным, значительно позже, в 30-е годы XX столетия, был надстроен третий этаж, который виден на боковых фасадах здания. В ноябре 1920 г. вместо Коммерческого училища был организован Рабочий факультет им. Октябрьской революции. Позже — это Индустриальный или Политехнический институт, Кредитно-экономический, или институт народного хозяйства.

В дни обороны Одессы, в 1941 г. в этом здании размещался штаб 2-го полка морской пехоты под командованием полковника И. Осипова.

Ныне в этом здании — Одесский Государственный экономический университет. На фотографии виден фасад здания.

Дом №7. Имеет два адреса: Софиевская, 23 и Преображенская, 7. Четырёхэтажное здание на высоком цоколе со стороны Преображенской (обусловлено рельефом с уклоном в сторону моря) и мансардой является ярким представителем эклектического стиля с уклоном в необарокко и романтизм, что подчёркивают стилизованные под башни большие угловые эркеры центрального фасада. Доходный дом с магазинами и квартирами на верхних этажах был построен в 1900-1901 гг. по проекту архитектора Демосфена Мазирова для Елены Владимировны Ираклиди — представительницы богатой греческой фамилии.

Дом является памятником архитектуры и истории местного значения. Отмечу, что фасады весьма достойно восстановлены, чего не скажешь, к сожалению, о внутреннем дворе.

Е. Ираклиди упоминает Иван Бунин как тётку его второй жены Анны Цакни, с которой они поженились и развелись в Одессе. Впоследствии А. Цакни вышла замуж за Александра Михайловича де-Рибаса, краеведа, историка, библиографа, внучатого племянника Иосифа де-Рибаса — основателя Одессы.

Дом №10. Этот дом один из самых старых домов в округе. Судить о нём можно по фото. Он уже присутствует на плане 1826 г. и, видимо, построен в период с 1819 по 1825 гг.

Домом владел Фёдор Павлович Родоканаки, купец I гильдии, основатель Торгового дома Родоканаки (торговля зерном), банкир, судовладелец, меценат, депутат городской Думы.

Фёдор Родоканаки был представителем известного не только в Греции, но и в Европе, рода Родоканакисов. Он прибыл в Одессу в 1819 году и прожил здесь всю жизнь.

Примечательно, что его предок Константинос Родоканакис был придворным врачом английских королей Карла II и Якова II.



УВАГА!

З 1 квітня 2021 року набрала чинності Постанова Кабінету Міністрів України від 29.03.2021 №277 «Про додаткові заходи щодо організації виплати і доставки пенсій та грошової допомоги за місцем фактичного проживання одержувачів у межах України».

з 1 вересня 2021 року виплата пенсії та грошової допомоги здійснюватиметься через банківські установи.

У разі відсутності в органах ПФУ інформації про відкритий одержувачем поточний рахунок, виплата пенсій та грошової допомоги буде направлена на поточний рахунок уповноваженого банку (ПАТ «Державний Ощадний банк України»), визначеного КМУ, відкритий за зверненням органів ПФУ. При цьому особа зможе в будь-який час змінити уповноважений банк за власним бажанням.

виплата пенсії та грошової допомоги здійснюватиметься через поточні рахунки уповноважених банків для всіх одержувачів, крім:

- осіб з інвалідності I групи;
- осіб, які за висновком лікарсько-консультативної комісії не здатні до самообслуговування та потребують стороннього догляду;
- осіб, які досягли 80-річного віку;
- одержувачів державної соціальної допомоги особам, які не мають права на пенсію, та допомоги на догляд.

3

повагою,

відділ обслуговування громадян №14 (сервісний центр) управління обслуговування громадян ГУ ПФУ в Одеській області

Для отримання більш детальної інформації звертайтеся **за телефоном гарячої лінії 722 62 17.**

СОВЕТЫ ХОЗЯЙКЕ

Применение банановой кожуры

Фруктовые кислоты, которые в ней содержатся, возвращают блеск обуви. Протрите её внутренней стороной банановой кожуры, а потом пройдитесь шерстяной тряпочкой.



На поверхность столового серебра она действует как отбеливатель, но, в отличие от химических средств, не так агрессивно, возвращая им естественный цвет и блеск.



В кожуре банана содержится так много минералов, что они способны остановить даже развитие кариеса. Потрите её мягкой стороной зубы после утренней чистки, и эффект станет заметен уже через две недели.



Она помогает улучшить состояние кожи сухих, обветренных рук, снимает боль, зуд, покраснение, раздражение от укусов комаров, пчёл, ос. Мужчинам она может быть полезна после бритья.



Если несколько раз в неделю протирать лицо мягкой стороной кожуры спелого банана, то эта процедура мягко отшелушит ороговевший слой, увлажнит кожу и придаст ей мягкость и здоровый румянец. А мелкие морщинки могут просто исчезнуть.



Порежьте банановую кожуру на мелкие кусочки и закопайте несколько из них ближе к основанию горшка. Это будет эффективным и экологичным удобрением для ваших комнатных растений.



Несовместимость лекарств с продуктами питания Рубрику ведёт Леонид Авербух

Действие лекарственных средств осуществляется, главным образом, путём изменения физико-химических свойств среды, в которой находятся клеточные элементы организма; при этом действие может иметь характер химического соединения лекарства с элементами организма и в некоторых случаях при непосредственном действии на протоплазму клеток, сопровождаться полным разрушением их. Физиологическим эффектом действия лекарства является либо возбуждение, либо угнетение жизнедеятельности клеточных элементов; при этом большую роль играет доза лекарственного вещества, так как одно и то же лекарство в различных дозах может вызывать разное действие — возбуждать в малых дозах и угнетать (вплоть до паралича) в больших дозах. Хотелось поведать нашим читателям о несовместимости лекарств, но тема эта — необъятная и для её освещения понадобилось бы несколько томов.

Наука комбинаторика свидетельствует, что из 4-х разных объектов — к примеру — однозначных цифр можно составить 12 вариантов сочетаний по 2 цифры. Всемирная организация здравоохранения считает лекарством вещество, имеющее международное непатентованное наименование (МНН). А таких веществ, обладающих МНН, в мире к началу 2019 года насчитывалось около 10 тысяч. Таким образом, если вместо цифр — в качестве объектов подсчёта — взять лекарства, да ещё учесть, что сочетания лекарств бывают и по 3 и более — то сколько же миллионов сочетаний надо проверить в лабораториях, на животных и в клинике...

Поэтому следует понять, что имеющиеся в инструкциях предостережения против сочетания различных лекарственных средств не могут быть исчерпывающими, хотя — безусловно — должны выполняться.

Вместе с тем, не все знают, что определённые категории медпрепаратов абсолютно не сочетаются с некоторыми продуктами питания. В данной статье мы коротко расскажем о том, с какими именно, так как эти сведения, совместно разработанные диетологами, фармакологами и клиницистами, как правило, отсутствуют в инструкциях.

Итак: **Антибиотики.** В отличие от химиопрепаратов оказывают биологическое воздействие на возбудителей инфекций. Основные группы: пенициллины; тетрациклины и макролиды, цефалоспорины; карбапенемы и монобактамы; фторхинолоны; аминогликозиды и гликопепт. Антибактериальные препараты неспроста стоят на первом месте, поскольку являются достаточно «капризными», т.е. несовместимы с внушительным количеством продуктов.

В данном контексте рассматриваются препараты тетрациклинового ряда. Их категорически нельзя принимать вместе с алкоголем, молоком и любыми молочными продуктами, кислой едой и напитками, включая лимонный сок. Все перечисленные продукты резко снижают эффективность антибиотиков.

Болеутоляющие препараты. Основные ненаркотические обезболивающие — Цитрамон, Нурофен, Кеторол, Аскофен, Ибуклин, Кетанов. Их не следует принимать вместе с такими копчёными продуктами питания, как, например, копчёная колбаса, курица или рыба. Данные продукты сведут на нет весь лекарственный эффект таких препаратов.

Аспирин. Аспирин, равно как и антибактериальные препараты не сочетается с молоком. Данное сочетание не защитит слизистую желудка от негативного влияния препарата, вместо этого молоко нейтрализует аспирин. А если аспирин принимать после употребления кислых продуктов или напитков, это может способствовать ещё большему негативному влиянию на желудок, вплоть до развития гастрита и язвы желудка или 12-перстной кишки.

Антидепрессанты. Самые эффективные: гомелатин, амитриптилин, эсциталопрам, миртазапин, пароксетин. Данный вид лекарственных средств запрещается сочетать с квашеной капустой, любыми видами сыров, сметаной, йогуртом, соевым соусом, печенью, вяленой рыбой, изюмом и инжиром. Всё дело в ингибиторе моноаминоксидазы, содержащемся в антидепрессантах, который при контакте с тирамином, органическим веществом, входящим в состав перечисленных продуктов, способен резко повысить артериальное давление. А это крайне опасно для людей, страдающих гипертонией.

Антикоагулянты. Основные: Прямое действия (гепарин, гирудин и др.), понижающие активность тромбина в крови, и антикоагулянты непрямого действия (дикумарин, варфарин, неодикумарин, или пелентан, фенилин, синкумар цитрат натрия, салицилат натрия, ацетилсалициловая кислота. Антикоагулянты применяются для «разжижения» крови, их не рекомендуют сочетать с любой жирной пищей, а также с кабачками, брюссельской и цветной капустой, соей, грецкими орехами, печенью и клюквенным соком.

Указанные продукты богаты калием, что резко снижает эффект препаратов вплоть до провокации обратного действия. Это может привести к внезапным кровотечениям.

Мочегонные препараты. Наиболее употребляемые: фуросемид, гипотиазид, верошпирон. Во время их приёма воздержитесь от употребления продуктов и средств на основе корня солодки (в леденцах, десертах и сладких напитках, также вместо сахара в ликёрах, сиропах, пиве, настойках). Такое сочетание приведёт к обезвоживанию организма и потере калия. Поэтому при приёме мочегонных препаратов рекомендуется употреблять продукты, богатые калием: свекла, яблоки, курага, щавель, картофель, репчатый лук, зелёный горошек.

Сульфаниламиды Препараты, имеющие противомикробный и противовоспалительный эффект, запрещено сочетать с любыми сладкими продуктами, жирной едой, субпродуктами, любой зеленью и клюквой. Действие сульфаниламидов угнетает функцию почек, нарушая нормальный процесс мочеиспускания, именно поэтому вместе с приёмом лекарственных препаратов данной группы рекомендуется пить большое количество чистой воды (не чай или кофе!). В свою очередь употребление жирной еды, сахара или зелени уменьшает эффективность препарата.



Противогрибковые препараты. При приёме данного вида лекарств стоит воздержаться от употребления в пищу молока и молочных продуктов — сыров, творога, йогуртов, простокваши и т.п. Именно эти продукты способствуют росту грибковых колоний, поэтому действие лекарств будет аннулировано.

Статины: Аторвастатин, ловастатин, розувастатин, симвастатин и др. Лекарственные препараты, обеспечивающие вывод из организма «вредного» холестерина. Эти препараты ни в коем случае нельзя совмещать с любыми цитрусовыми. В противном случае произойдёт блокировка производства ферментов печени и, как следствие, разрушение мышечной ткани из-за повышенной концентрации статинов в крови.

Противоревматоидные препараты:

алором, алфлутоп, аписартрон, випратокс а также иммуносупрессивные базисные противоревматоидные препараты. Поскольку лекарства данного действия оказывают очень агрессивное влияние на желудок и кишечник, во время их приёма врачи настоятельно рекомендуют воздержаться от употребления жареной пищи, особенно грибов, также следует исключить на время фрукты и сырые овощи.

Железосодержащие препараты. Основные — гемофер, ферронат, сорбифер, ферроплекс, хеферол и др. Приём железосодержащих препаратов может быть связан с лечением железодефицитной анемии или в профилактических целях. В этот период необходимо забыть о молочных продуктах, мучных и кондитерских изделиях, орехах (любых), чае и кофе. Все эти продукты снижают усвояемость железа, понижая тем самым лечебный эффект.

Лекарства, понижающие кровяное давление (Десятки торговых названий в группах, зависящих от механизма действия). Людям, страдающим гипертонией, не рекомендуется употреблять колбасные изделия, включая ветчину, а также солёную рыбу. Эта еда только снизит медикаментозный эффект от приёма препаратов, подвергнув больного риску, связанному с повышением давления.

Ингибиторы АПФ (ангиотензин-превращающего фермента) используются при повышенном артериальном давлении и как сосудорасширяющее средство. Повышенное содержание данных препаратов в крови способно вызвать внезапную остановку сердца. Именно поэтому их нельзя совмещать с употреблением картофеля, бананов, шоколада, кураги и зелени, затрудняющих нормальный вывод лекарств из организма. Хуже — если пациент страдает двумя или более заболеваниями, и назначенные ему отдельные препараты имеют взаимопротивоположные рекомендации по сочетанию с продуктами. Иногда, как упоминалось, противопоказания связаны не только с несовместимостью лекарств с диетой, а с тем, что они ещё ухудшают течение самой болезни. В этих, да и других сложных случаях оптимальное решение следует согласовать с лечащим врачом.

Новости Одессы, Украины, мира

Губернатор Одесской области Сергей Гриневецкий предложил соответствующие изменения в языковое законодательство, которые бы отменили разногласия и согласовали его с потребностями людей и этнических групп.

В Прохоровском сквере у памятника жертвам Холокоста впервые в Украине отметили День Праведников народов мира.

В Одессе около обладминистрации торжественно отметили День Европы и подняли флаг Евросоюза.

16 мая состоялось возложение венков и цветов к Памятной доске у захоронения жертв политических репрессий.

Завершилось планирование военно-морских учений "Sea Breeze-2021" с участием Украины, 29 стран-членов НАТО и партнёров.

На сцене филармонии состоялся Международный конкурс юных скрипачей, посвящённый 150-летию юбилею Петра Столярского.

Власти Германии подтвердили финансирование ими создания сквера-мемориала "Против забвения" на Люстдорфской дороге, где в октябре 1941 г. было сожжено более 25 000 евреев и пленных. Объявлен открытый архитектурный конкурс на лучший проект его благоустройства.

Еврейская община «Хабад Шомрей Шабос» призвала поддержать проект переименования улицы Краснослободской, на которой в годы Второй мировой войны находилось Слободское гетто, в честь Праведников народов мира.

Горисполком решил начать в районе шестого километра Овидиопольской дороги поиски захоронений жертв Второй мировой войны и политических репрессий 1937-38 годов. По разным данным там находятся останки от 8 до 15 тысяч человек.

Одесская область вошла в пятёрку регионов Украины с самыми высокими доходами на душу населения.

92 матроса-спасателя приступили к дежурству на одесских пляжах, в связи с открытием курортного сезона.

В Одессе начался Второй Международный конкурс скрипачей из 12 стран мира.

В парке Шевченко, на Трассе здоровья, улице Дерибасовская, Приморском бульваре начали работу полицейские велопатрули.

В Одесском зоопарке завершили съёмки художественно-исторического фильма «Улыбка львицы» о жизни зверинца во времена Второй мировой войны.

В честь погибших в годы войны военные моряки провели ритуал возложения венка на воду одесского залива.



Неординарные личности "КАТЮШУ" ДОЛЖНЫ БЫЛИ НАЗВАТЬ "ЛЕЕЙ"

При слове «Катюша», мы вспоминаем либо любимую народом предвоенную песню М. Блантера и М. Исаковского, либо прозванную советскими солдатами этим ласковым именем боевую машину реактивной артиллерии, одно из самых мощных огневых средств, применённых во время Отечественной войны.

Её создал большой коллектив инженеров и учёных. Шестерым из них в 1991 г. было посмертно присвоено звание Героя Социалистического труда, но занимались разработками и исследованиями многие замечательные специалисты.

В 1993 г. отмечалось 50-летие легендарной «Катюши», наводившей ужас на врага. Собравшиеся ветераны-ракетчики предложили единственной из них женщине, внесшей огромный вклад в создание этого грозного оружия, встать во время торжества на самое видное место пусковой установки.

Один из них сказал: «Катюшу» должны были назвать «Леей». Сохранился коллективный снимок, где небольшая худощавая женщина, растерянно улыбаясь, стоит выше всей группы мужчин – на платформе боевой машины. Её звали Лея Борисовна Кизнер.

Она родилась в 1915 г. в еврейском местечке Гайсин. Была шестым и единственным ребёнком, похожим на отца; из-за этого сходства девочке пророчили счастливую жизнь. В еврейской традиции принято считать, что имя Лея означает «принадлежащая Господу». Неизвестно, знали ли об этом её родители Берка и Зисл Кизнеры, которых в 1944 г. фашисты зверски убили и бросили в колодезь. Но всё, чего в жизни добилась их талантливая дочь, давалось ей с таким огромным трудом, настойчивостью и смелостью, на которые немногие мужчины способны.

В 1934 г. Лея поступила в знаменитый Химико-технологический институт в Москве, где слушала лекции самых знаменитых учёных-химиков и математиков.

На 4-м курсе девушку перевели на факультет по изготовлению топлива для боеприпасов, и это определило всю её судьбу. В 1939 г. Лею направили в Реактивный научно-исследовательский институт. За полтора года она подготовила дипломную научную работу, которую вела совместно с практической. Получив диплом, Лея осталась там работать.

Однажды Лее поручили отвезти на пороховой завод секретную матрицу для изготовления пороховых шашек. Выгрузив её на перрон, она увидела сидевшего в санях деда с длинной бородой, покрытой сосульками, и попросила довести её до заводоуправления.

Кое-как доволочла тяжеленный груз до саней. Дед её пожалел, помог втащить матрицу, даже предложил тулуп и сказал, что должен был встретить инженера Кизнер с деталью, но он не приехал. Лея ответила:

– Это меня вы должны были встречать!

– Тебя?! Врёшь! Зачем смеёшься над стариком? Какой ты инженер, тебе лет-то сколько – шестнадцать? Давай, слезай! А замёрзнешь – так мне не жаль! – и поднял над головой кнут, намереваясь огреть её. Узнав после приезда на завод, что вёз важного инженера, дед долго извинялся.

В 1942 г. Лея стала руководить лабораторией внутренней баллистики. Там она обнаружила тридцать головок с тротилом, накрытых брезентом. Один из инженеров положил в нагревательный шкаф пороховые шашки, они загорелись и стали летать, ударяясь в дверь, за которой находились люди.

Лея приказала виновнику выбраться наружу через форточку и разбить стёкла в окнах соседней комнаты. А сама схватила тяжёлый разводной ключ, чтобы разбить стёкла, но ничего в дыму не видя, промахнулась. Всё же дотянулась, разбила двойные стёкла, поранив руку, а потом выбросилась из окна. Лею считали задохнувшейся, но она выжила и спасла лабораторию.

Успех в войне установок «Катюша» в первую очередь объясняется составом пороха для реактивных снарядов. Но испытания выявили случаи их самовозгорания. Выход из затруднительного положения впервые в мировой практике предложила Л.Б.Кизнер. Ей приходилось работать ночами, спорить, доказывать. Даже в мороз она шла по бездорожью больше десяти километров пешком к испытательному полигону, а потом рисковала при пуске ракет, которые порой взрывались. Многие мужчины предпочитали уходить в укрытие, а она ничего не боялась. Если бы не предложенный Леей Борисовной новый вид пороха, то «Катюши» остались бы без ракетных снарядов.

Когда Красная Армия перешла в наступление, обнаружилось, что ракетные снаряды, расположенные в пусковых установках «Катюш», неожиданно начали взрываться при запуске. Собрались не только инженеры, но и сотрудники НКВД. Разработчиков обвинили во вредительстве. В те годы это означало мучительную смерть для членов их семей.

Будучи руководителем испытаний, Лея нашла причину преждевременных разрывов снарядов – для новых зарядов требовалось увеличить толщину одной из деталей. Она изменила конструкцию, новые детали изготовили, и ночью испытания продолжились. Лея сама доставала из порохового погребка заряды, воспламенители и электрозпалы, сама снаряжала снаряды. Так без сна она отработала двадцать восемь часов. Все сто снарядов были отстреляны. Испытания дали положительный результат. Репутация института и жизни коллег были спасены.

Сотрудники Артиллерийского Арсенала заинтересовались теоретической работой Лей по внутренней баллистике мин и попросили откомандировать её к ним для оказания консультации. На встречу к проходной послали подполковника, по улыбке которого можно было прочесть: «Хорошенького же учёного нам прислали – какая-то невзрачная девчонка...».

Как только Лея появилась в зале, все собравшиеся громко рассмеялись: вот так солидный учёный! Лея спокойно сказала: – Ну что, будем и дальше смеяться или начнём работать?

Все притихли, посыпались вопросы. Кизнер давала чёткие ответы, сопровождая

их уравнениями, которые писала на доске, и графиками. Общение продолжалось около двух часов. На прощание генерал извинился за «встречу», которую ей устроили. Общение помогло, и Красная Армия смогла получить новое вооружение.

В 1945 г. директор института генерал Бибииков обратился к Кизнер:

– Лея Борисовна, я решил передать вам на испытание 15 новых тонкостенных двигателей для стартовых ракет. Мне докладывали, что они разорвутся, т.к. не могут гореть нормально.

Лея просто рассвирепела:

– Если порох не будет гореть, то вложите меня в камеру и сожгите вместо пороха!

После этого генерал сказал:

– Могу ли я отказать такому убеждённому инженеру?

Но недобросовестные коллеги решили подвести Лею, отвлекли её внимание и намеренно недовернули резьбу на одной из деталей. При этом мог произойти взрыв. Лея из последних сил сама повернула тяжёлую крышку-сопло, выгнав всех из стенда, соединила провода и включила их в электросеть. Испытание прошло хорошо, и стартовый двигатель поступил на вооружение после войны. А американские учёные пришли к выводу о возможности создания таких ракет только в 1955 г.

В 1950 г. Лее поручили провести расчёт траектории движения капли, выходящей из форсунки двигателя вертолёта. Пришлось составить и решить без электронно-вычислительной машины (их в стране тогда ещё не было) сложнейшие нелинейные дифференциальные уравнения 4-й степени. Расчёт Лея выполнила за месяц. Его результаты она доложила на научном совете; это позволило решить одну из проблем двигателя вертолёта.

Но вместо хорошей оценки работы Лею по рапорту секретаря парторганизации уволили за то, что она после работы не оставалась на политучёбе, и отобрали пропуск. Конечно, это был лишь повод – начались массовые увольнения евреев.

Кизнер подготовила кандидатскую диссертацию, в которой решила и впервые математически описала процессы горения пороха в реактивном двигателе, что помогло созданию его конструкции и для знаменитой «Катюши», и для других ракет. Кроме того, ею были решены задачи внутренней баллистики динамореактивной пушки и других реактивных систем. Однако на защите Учёный совет «прокатил» Лею без объяснения причин, и только через полгода она смогла снова защитить диссертацию.

ОКБ Королёва было поручено создание межконтинентальной ракеты на твёрдом топливе с дальностью 2500 км. Перейдя туда на работу, Лея приняла участие в её конструкторской разработке. Затем она отработала внутреннюю баллистику этой модели ракеты и организовала первые лётные испытания её старта. Одновременно Кизнер вела теоретические исследования и направила ряд статей для публикаций в научные журналы.

Следующей серьёзной работой Лей было участие в создании и межконтинентальной твёрдотопливной ракеты с атомной боеголовкой. На основании её расчётов удалось подобрать необходимые параметры сопла, и организованные ею лётные испытания модели ракеты на полигоне прошли успешно.

Накопив большой опыт разработок и расчётов, Л.Б.Кизнер написала и в 1969 г. представила к защите докторскую диссертацию.

Председатель Учёного совета Мишин сказал:

– Я вам предоставляю только 15 минут.

– Даже при защите дипломной работы студентам дают 20 минут. Дайте, пожалуйста, хотя бы 25–30 минут...

– Будете торговаться, доведу ваше сообщение до 10 минут.

Мишин не раз перебивал её. После того, как Лее удалось доложить хоть кое-какие выводы по первой части работы, он опять грубо перебил её:

– Что вы у нас время отнимаете? Пора заканчивать!

Ответы Лей Борисовны на вопросы Мишина тоже грубо перебивал. Можно представить, сколько выдержки ей потребовалось, чтобы всё это вынести. Но честные учёные, не настроенные антисемитски, поддержали Лею. Они отметили, что в диссертации содержится ряд серьёзных научных разработок, а теория нестационарного периода работы двигателя ракеты вообще разработана впервые.

На заседании Всесоюзной аттестационной комиссии, утверждавшей присуждение ей докторской степени, Л.Б.Кизнер подытожила свою научную деятельность так: «Я стала главным автором аэродинамической модели, созданной впервые в Советском Союзе; участником создания стартового сооружения для пороховой ракеты; была в числе создателей и одним из авторов пироксилиноселитренного пороха. Участвуя в создании «Катюш», ликвидировала причины преждевременных разрывов снарядов; благодаря моим расчётам удалось увеличить бронепробиваемость противотанковых реактивных пушек; мои методы расчётов применялись при создании беззвучной беспламенной мины, при испытании бронеплит для атомной станции и т.д. Таким образом, за 30 с лишним лет работы в этой области я получила право на получение докторской степени».

В 1998 г., после смерти мужа, еврейского поэта Давида Бромберга, она эмигрировала в Торонто, где уже жили двое их сыновей.

Лея Борисовна Кизнер умерла в 2014 г. в Канаде, немного не дожив до 99 лет. Удивительно, какая большая жизненная сила двигала эту маленькую, худенькую, но очень независимую и талантливую женщину с такой яркой и необычной биографией.

Михаил Гаузнер

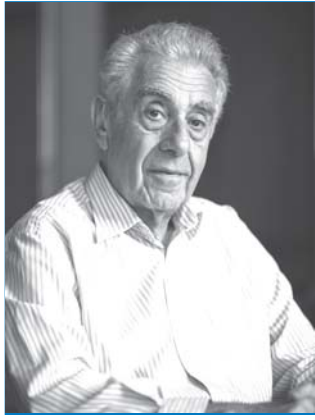
(использованы Циклопедия, сайт «Cyclovi.org», книга Л.Б.Кизнер «Ракета к старту готова» и её статья «Как я стала ракетчицей» в газете «Вести», статьи Семёна Кипермана «Катюшу» должны были назвать «Леей» в издании «Еврейский обозреватель», Л.Дерткина «Трудное счастье Лей Кизнер» на литературном портале «litkonkurs.ru», книга «Записки бабушки Розы и семейные истории рода Кизнеров», материалы интернет-проектов телеканала «Интер» «Наш полк», «Путь к Победе» и др.).



Л. Кизнер



Страна Поэзия



Михаил ГАУЗНЕР

К 85-летию со дня рождения

Родился 3 июня 1936 г. в Одессе. Окончил Одесский политехнический институт. Работал ведущим конструктором и главным специалистом специального конструкторского бюро СКБАРС. Руководил разработкой автоматических высокоточных станков, имеет 20 авторских свидетельств на изобретения и ряд иностранных патентов. Автор семи книг, в т.ч. «Беседы о поэтах», получившей первую премию литературного конкурса им. К. Г. Паустовского, и двух сборников переводов стихов. Его рассказы, очерки и эссе постоянно публикуются в журналах и газетах. Провёл более 30 авторских программ о поэтах и поэзии. Член Литературной студии "Откровение".

Иоган Вольфганг Гёте

Фрагмент из "Фауста"

Наряды мне давно не милы,
А для забав я слишком стар,
Хоть юн душой. Но тают силы,
А это для меня – кошмар.
Весь день я провожу рутинно,
Веселья нет, одна хандра.
Ужасны снов ночных картины,
Жизнь ненавистна мне с утра.

Но если я скажу: «Мгновенье,
Прекрасно ты! Остановись!»,
То я твой пленник, без сомненья,
И из оков мне не спастись.
Тогда от сделки ты свободен,
Померкнет свет в моих глазах,
Финал мой будет безысходен,
И встанет стрелка на часах.

Эдгар Алберт Гест

Доводите дело до конца

Если встретитесь с проблемой –
Повернитесь к ней лицом,
Расправляйте смело плечи,
Приготовьтесь быть бойцом.
Не пытайтесь уклониться
От завета мудреца –
«Доводите ваше дело
До конца!»

Жизнь покажется вам мрачной,
Тучи в небе всё черней –
Верьте, что удача близко,
Твёрдо ждите встречи с ней,
И окажется полезным
Наставленье мудреца:
«Доводите ваше дело
До конца!»

Даже если неудача
Вас постигла – не беда,
Поднимайтесь и боритесь,
Не сдавайтесь никогда,
И поможет непременно
Мысль простая мудреца:
«Доводите ваше дело
До конца!»

Блисс Уильям Кармен

На рассвете

Меркнут в небе звёзды,
Небо чуть светлей.
Первый робкий проблеск
Солнечных лучей
Золотит деревья
Из-за тёмных гор,
Освещает землю
Тьме наперекор.

Розовеют скалы,
Отражая свет,
В глубине ущелий
Мрака больше нет.

Будто ангел света
День в наш мир впустил
И моим надеждам
Двери отворил.

Но потом я понял –
Если нет тебя,
Не милы мне в грусти
Все красоты дня.

Джорж Гордон Байрон

Час предвечерний

Час предвечерний. В кустах зелёных
Безумно трели льют соловьи.
Звучат негромко слова влюблённых –
Признания, клятвы в своей любви.

И шепчет ветер чуть слышно, нежно,
Негромко дышит накат волны,
В цветах росинки лежат небрежно,
А в небе звёзды уже видны.

Звук волн всё тише, почти смолкает,
Бледнеет каждый зелёный лист,
Приходит сумрак, день угасает,
Стал воздух мягок и бархатист,

И освещённая луной
Земля объята тишиной.

Переводы с немецкого и английского
Михаила ГаузнераДетский
уголокСамуил
Маршак

Май

Распустился ландыш
в мае
В самый праздник – в
первый день.
Май цветами
провожая,
Распускается сирень.

И.Авенберг

Зелень на деревьях –
Первые листочки.
И на всех газонах –
Жёлтые цветочки.

Уличная серость
Солнышком согрета,
Свежестью залита,
Ярким майским цветом.
В голубом раздолье
Щебет не смолкает,
Пятнышком весёлым
Бабочка порхает.

С.Русановская

Месяц май захлопнул книжку,
Всё, ребятки, мне пора,
Слышу, лето мчит вприпрыжку,
На дворе стоит жара,
Хорошо я поработал,
Налицо мои труды,
Посадил все огороды,
Позавязывал плоды,

Да, умаялся немножко,
Так на то ведь я и май,
Дорога к обеду ложка,
А к десерту дорожка чай.

Я. Яковлева

Наступает месяц май.
Птицы радостно запели,
Возвратившись в милый край.
Зацвели, зазеленели
Все деревья и кусты,
Снова пчёлы полетели.
За нектаром на цветы.

Т. Игнатьева

Скоро снег совсем растает,
И очистится земля.
Выйдем в сад мы с папой в мае,
Будем красить тополя.

Мажет он стволы извёсткой,
Я на них рисую звёзды,
Небывалой красоты
Разноцветные цветы.

С.Русановская

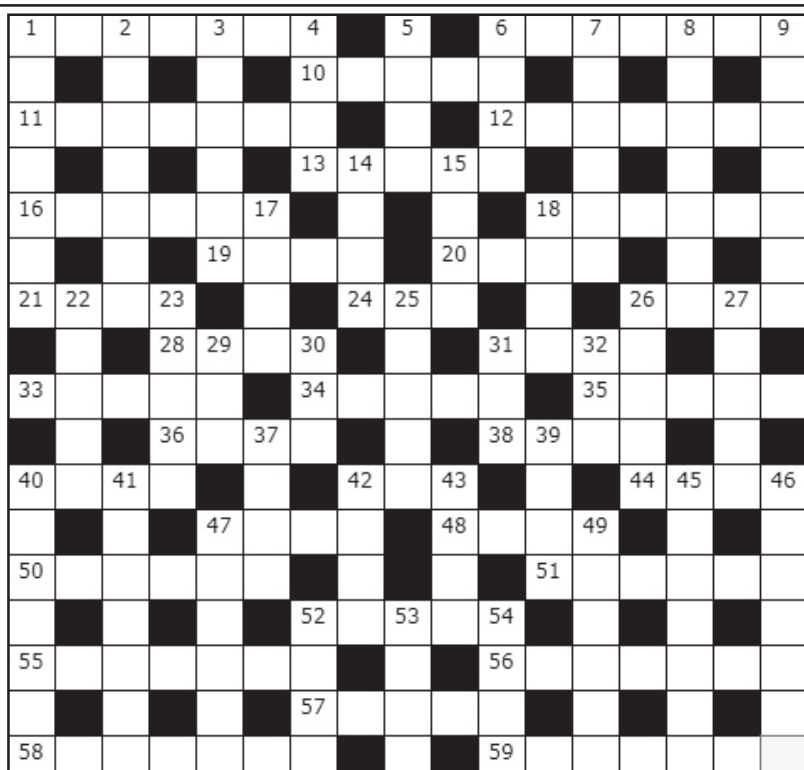
Май летит, май не спит,
Он играет, он танцует!
Если выглянешь в окно,
В обе щёки поцелует!
Он всегда зовёт гулять,
Даже ночью, даже в дождь,
И не скажешь маю: «Нет»,
Обязательно пойдёшь!
Потому что ждём его
Целый год, целый год!
Он в зелёной бороде
Одуванчик принесёт!

Р. Краснов

Посмотрите, как красиво!
Дождь цветочный! Вот так диво!
Я под яблонькой, в саду,
Целый час уже стою.
Ветер веточки качает,
Лепестками осыпает
С головы до самых пят...
Мая красочный обряд!

Э.Светлая

Май раскрасил мир зелёным,
Белым, розовым, весёлым!
Взять мелки, бежать во двор,
И раскрасить там забор
Рисовать мелками счастье,
И девчонкам крикнуть: «Здрасьте!»
Рисовать, писать, играть!
Май пришёл – пора мечтать...



По горизонтали: 1. Маслénка для смазки частей машин густой мазью. 6. Российский актёр, исполнитель главной роли в фильме "Рождённая революцией". 10. Птица отряда журавлеобразных. 11. Сердечная мышца. 12. Песня из репертуара Александра Розенбаума. 13. Спутница кота Базилио. 16. Дешёвый городской извозчик из прежней жизни. 18. Вредная женщина. 19. Змей, олицетворяющий мрак и зло в египетской мифологии. 20. Американский биохимик, выделивший и исследовавший фермент полинуклеотидфосфорилазу. 21. Сооружение в честь военной победы. 24. Земельная мера в Англии. 26. Роман Максима Горького. 28. Заледеневшая корка на снегу после короткой оттепели. 31. Утренний или вечерний военный сигнал. 33. Сарматское племя. 34. Французский поэт, автор "Военного гимна Парижа". 35. Хищная морская рыба. 36. Парад.... 38. Прозвище уроженцев США. 40. Французский художник, общепризнанный лидер европейского академизма XIX века. 42. Территория позади фронта. 44. Японская фирма, производящая офисную электронику и бытовую технику. 47. Горная индейка. 48. Любовный лучник. 50. ... за беглецом. 51. Представитель кавказского народа. 52. Верхняя одежда. 55. Утренняя заря (стар.). 56. Отход свеклосахарного производства. 57. Русский боярский род. 58. Женское имя. 59. Английский флотовец, вице-адмирал.

По вертикали: 1. Большая ложка с частыми отверстиями. 2. Трава семейства ароидных. 3. Сенполия. 4. Украинский парламент. 5. Африканское государство. 6. Золотоносная 7. Гонки яхтсменов. 8. Пустота в горной породе. 9. Игрок спортивной команды. 14. Дерево обмана. 15. Смесь лекарственных трав. 17. Ведийские божества вод. 18. Хищная птица. 22. Декабрист, поручик, барон, член Северного общества. 23. Помещение для стоянки и хранения летательных аппаратов. 25. Город в Тверской области. 26. Содержимое батона. 27. Денежная единица Пруссии и Саксонии. 29. Кочевая семейная группа у монголов. 30. Древнерусское название части беломорского побережья Кольского полуострова. 31. Поэма Маргариты Алигер. 32. Знак зодиака. 37. Младенец. 39. Мужское имя. 40. Большой тяжёлый боевой меч, который держали двумя руками. 41. Странник одного из религиозных течений во Франции в 16-18 вв. 42. Город на реке Мозель. 43. Одобрение в социальных сетях. 45. Сырьё для урюка и кураги. 46. Римский холм. 47. Типографский шрифт. 49. Животное, обитающее в быстротекучих водах. 52. Рассказ Михаила Зощенко. 53. Мальчик-матрос. 54. Герой Джека Лондона.

Ответы на кроссворд в № 175

По горизонтали: 1. Хоровод. 8. "Архимед". 12. Апатозавр. 13. Макаров. 14. Канадка. 15. Атолл. 16. Универсал. 19. Сантиметр. 22. Мец. 24. Маслénка. 26. Египтяне. 28. Пи. 30. Ом. 31. Интерес. 33. Шериф. 34. Просьба. 35. Фол. 36. Фря. 37. Фреон. 38. Табор. 39. Сабля. 40. Род. 41. "Мод". 43. Агрегат. 44. Карст. 45. Раструб. 47. Ла. 50. Си. 51. Бригелла. 52. Ангстрем. 54. Ная. 56. Городница. 60. Пансионер. 63. Девта. 64. Лилипут. 65. Пенджаб. 66. Рабелепия. 67. Камфора. 68. Ватикан.

По вертикали: 1. Хаммурапи. 2. Реквием. 3. Верже. 4. Давос. 5. Канал. 6. Божоле. 7. Паулс. 8. Аркан. 9. Хинди. 10. Медресе. 11. Диаграмма. 17. Рельеф. 18. Айни. 20. Ария. 21. Тетеря. 22. Матенадаран. 23. Целиковская. 25. Анемометр. 27. Несчастье. 29. Интрига. 30. Оболтус. 32. Сопот. 34. Приор. 40. Рангун. 42. Дантес. 43. Алкоголик. 46. Билирубин. 48. Плац. 49. Игла. 51. Бурелом. 53. Мунтжак. 55. Артель. 57. Дупло. 58. Истра. 59. Адоба. 60. Пампа. 61. Напев. 62. Игнат.



Внимание! Уважаемые клиенты!

В период карантина программа «СОС» работает в обычном режиме. При необходимости экстренной помощи просьба принести документы к своему или к дежурному куратору (вызвать через охрану).

В связи с ограничением передвижения, по возможности, просьба отложить обследования (МРТ, КТ и т.п.), зубопротезирование, офтальмологические операции до окончания карантина. В случае срочной необходимости обследования или операции документы на рассмотрение передавать через дежурного куратора (счет-фактура, направление и заявление).

Если нет возможности принести необходимый пакет документов, можно отправить их Укрпочтой по адресу:

65023, Одесса, ул. Нежинская, 77/79, БФ «Хесед Шаарей Цион».

Помощь будет оказана только после получения полного пакета документов.

Телефон для справок: 737-40-27 (Медицина)

Уважаемые клиенты!

продолжается выдача мацы.

И только при наличии паспорта!

Для получения мацы свяжитесь с вашим куратором.

ВНИМАНИЕ!

С 1 по 20 июня 2021 г. проводится подписка на газету «ДОБРОЕ ДЕЛО» (на второе полугодие 2021 г.)

СТОИМОСТЬ — 20 грн. 18 коп.

Подписка проводится только кураторами и волонтерской службой Хеседа.

Почтовые абонементы можно получить у куратора или в службе волонтеров.

Деньги на оплату почтовых расходов в сумме 20 грн. 18 коп. необходимо передать куратору или службе волонтеров

ПРИМИТЕ СЕРДЕЧНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ!

ЮБИЛАРЫ – КЛИЕНТЫ БФ «ХЕСЕД ШААРЕЙ ЦИОН»

90 лет

Бабицкая Жанна
Креймер Софья
Настенко Раиса
Уманская Ольга

85 лет

Биненбаум Марк
Борисов Роман
Горбулина Эсмральда
Гордиенко Алла
Гордиенко Дмитрий
Горер Ефим
Дигусар Николай
Довгаль Светлана
Друтина Людмила
Елпатов Станислав
Заславская Елена
Зильберберг Этина

Коган Шура
Мирошниченко София
Неживая Валентина
Нусимович Лилия
Шкаринский Том

Якимчук Валентина
Ястребов Виталий

80 лет

Брамбилла Нина
Глазкова Ирина
Гольдштейн Иосиф
Горбатая Аделя
Емельянова Елена
Женилов Борис
Иошпа Эсфирь
Каргополов Владислав
Качур Анна
Коновальчук Владимир

Кривая Миндель
Лившиц Семен
Лисицина Светлана
Литовченко Виктор
Омельчикова

Светлана

Райко Валентина
Розенбойм Анна
Руднева Наталья
Самерханова Лариса
Смолянова Елена
Сушонная Людмила
Фраткин Адольф
Хляпова Эмма
Шимкова Алевтина
Широченко Софа
Шустер Изя
Ястребова Светлана

ИМЕЧНИЧКИ – ВОЛОЧТЕРЫ БФ «ХЕСЕД ШААРЕЙ ЦИОН»

Бельфор Ада
Гриншпун Альбина
Зильберберг Этина
Омельчикова
Светлана

Полонецкая
Татьяна
Самершанова
Лариса
Сидельникова Инга

Склярченко
Владимир
Соколов Юрий
Стасенко
Евгения

Сушонная Людмила
Трофименко
Тамара
Филиппова
Людмила



Улыбка

“ПОЛУПИРОЖКИ” Владимира Полякова

С годами уши ослабели,
на них не держится лапша.

Я обещал вчера жениться?
Ну, извините... Психанул...

Мне очень нужно ваше мнение,
а то мне не на что плевать.

Возможно, если тут послали,
то где-то просто заждались.

“Ничто не вечно под луною”, —
завёл мой врач издавека...

А дел так много накопилось,
что лени стало нехватать.

А в холодильнике, ночами,
еда полезней и вкусней.

О том, что я вас пожалела,
я пожалела много раз.

Мы знаем все, что время лечит.
Не сдохнуть бы от процедур...

Вдали приметив пляж нудистский,
почти бежали бурлаки.

Весь день, как проклятый, сегодня
сидел, не покладая рук.

Да, я сулил золотые горы,
но вот о шубе речь не шла.

Так повелось: рождённый ползать
всем объясняет, как летать.

Есть сотни субъективных мнений
и объективное моё.

Хотел вас встретить хлебом-солью,
да хлеб в берданку не впишнётся.

Вы не машите кулаками —
вы тут на ринге не один.

У истинной домохозяйки
и педикюр под цвет борща.

Учредитель и издатель —
БФ «ХЕСЕД ШААРЕЙ ЦИОН» (г. Одесса)

Газета издаётся при поддержке
Claims Conference и American
Jewish Joint Distribution Committee

Некоммерческое издание. Распространяется бесплатно.
Реклама и объявления публикуются бесплатно.
Индекс издания — 09720

Свидетельство о госрегистрации 1153-34-Р, серия ОД, выдано 7 июня 2006 г.

Отпечатано в Одесской типографии ООО «ВМВ-принт», просп. Добровольского, 82-а
Тираж — 2050 экз. Зак. №

Главный редактор
Семен ВАЙНБЛАТ
Редакционная коллегия:
А. Кесельман,
Л. Авербух, М. Гаузер
Компьютерная верстка
И. Глаголевский

Присланные материалы
не рецензируются и не возвращаются.
Переписка с читателями —
только на страницах газеты.
Редакция оставляет за собой право
редактировать
и сокращать присланные материалы.
Ответственность за точность
фактов несут авторы.

Адрес редакции:
65023, Одесса, ул. Нежинская, 77/79
Почтовый адрес:
65045, Одесса, а/я 110
Тел.: 737-40-12
www.dobroedelo-11.narod.ru