

> ПРАЗДНИК

## К нам на Покров

**ТРАДИЦИОННЫЙ** осенний Покров славянский отдел городского Дома дружбы народов в этом году отметил, как всегда, широко, с привлечением большой массы людей, закончивших основные садово-огородные и полевые работы. Начались веселые осенние посиделки с шитьем и рукоделием. И наступила благоприятная пора для свадеб, ведь Покров считается покровителем молодоженов.

Проводят Покровские ярмарки. Такую ярмарку ежегодно Дом дружбы народов обычно проводит в районе Центральной городской ярмарки у цирка. В программе нынешней ярмарки, как обычно, были показаны народные обряды, обычаи, традиции: без них на Руси издревле не обходились Покровские праздники. Здесь же распродажа всевозможных поделок, которыми так богат наш отдел народных промыслов. Каждый посетитель праздника смог приобрести на память интересную вещичку, изготовленную народными мастерами.

А куда же мы без игр и забав, которыми также славится праздник? Нам помогли коллективы молодежного объединения «Славяне». Пляски, песни, частушки тоже украсили наш большой, всеми любимый праздник. Широко известны такие коллективы, как «Мы – уральцы», «Колечко» и другие исполнители, которые мы увидели и услышали на празднике.

ГАЛИНА ТРИФОНОВА,  
заведующая отделом Дома дружбы народов

> САМОЧУВСТВИЕ

## Довольствуйся малым

**КАЖДОЕ УТРО** даю себе установку: «Я абсолютно здоров – это моя жизненная основа. Я прекрасно себя чувствую, всем чувствую, настроение хорошее, все плохое заметет порошею».

Любая вера начинается с желания верить. Хочу – будет! И невзгоды отступят. Принимаю душ, говорю: «Ярзай смыл водой, здоровье добыл, болезнь победил. Водичка-вода, исцели меня навсегда».

Заботиться о хорошем самочувствии и положительном настроении нужно с утра.

Враг номер один – лень. Мой знакомый жалуетесь по утрам на недомогание. Я ему говорю: «Надо делать по утрам зарядку». А он мне: «Какая зарядка? Вскочу с кровати и бегаю туда-сюда, каждая минуточка на учете, еле успеваю!» А я ему: «Так встань утром на 20–30 минут раньше». Вот она, лень-матушка.

Враг номер два – «ящик». Вспомните, что мы делали до его появления? Ходили в кино, к знакомым, на футбол, в парк, где можно было подышать свежим воздухом, пообщаться с друзьями и знакомыми. А сегодня все сидят в своих железобетонных клетках, за исключением садоводов в сезонный период. Уткнулись носом в «ящик», и что видим? Бандитизм, разбой, насилие, взрывы, пожары, кровь.

Многие болезни от сидячей и лежачей жизни. Как-то видел рисунок в журнале: наш земной шар опутан проводами. Посмотрите, сколько проводов у вас дома? Паутина. А шум? Телефон звонит, чайник свистит, гудит домофон, гудят соседи.

Поль Брэгг говорил: «За деньги можно купить почти все, но не здоровье. За деньги можно купить кровать, но не сон, еду, но не аппетит, дом, но не домашний очаг, книги, но не ум, украшения, но не красоту, лекарства, но не здоровье». Этому же вторят наши пословицы и поговорки: «Здоровье сгубишь, новое не купишь», «Человек от лени болеет, а от труда здоровеет», «Живи хорошо и просто – доживешь лет до ста», «Не годами старость красна, а делами».

Считаю – нужно быть реалистами, трезво оценивать свои возможности. Наши желания всегда выше наших физических возможностей. Довольствуйся малым, чтобы не потерять несоизмеримо большое, а именно – здоровье и жизнь.

ГАРРИ ВЛОДАРЧИК,  
ветеран труда

> БЛАГОДАРНОСТЬ

## Праздник удался

**БЛАГОДАРНЫ** руководству, начальнику ЛПЦ-3 Юрию Желтоухову, председателю профсоюзного комитета Петру Трофимову, председателю совета ветеранов Любови Коростылевой, Александру Станько, всем, кто принял участие в празднике, посвященному Дню пожилых людей.

Спасибо за хлебосольный стол, задорные танцы, поздравления, добрые пожелания и внимание. Низкий поклон ветеранам и тем, кто трудится сегодня, за то, что поддерживают традиции ЛПЦ-3.

Здоровья, счастья, оптимизма, успехов и процветания!

Ветераны ЛПЦ-3

# Душа осталась молодой

> Вера во все светлое и доброе у Валентины Голубятниковой живет и сейчас

**ПРИ ВСТРЕЧАХ** с ветеранами часто думаю: а какие судьбы кроются за их сединами и лицами? Далеко не всегда они надевают заслуженные награды, не кичатся ими.

Пройдет такой незаметный по улице, и вряд ли кому-то придет в голову, что мимо тебя прошла целая эпоха со всеми своими жуткими катаклизмами, испытаниями и невзгодами. А ведь именно им обязаны нынешние своей новой свободой выбора, открытостью и уровнем благополучия...

Хочу рассказать об одном из таких людей, Валентине Васильевне Голубятниковой – кавалере орденов Ленина и Знак Почета, награжденной медалями «За доблестный труд» в ознаменование 100-летия со дня рождения В. И. Ленина, ветеране труда СССР, почетном ветеране Магнитогорска...

Родилась она 27 августа 1938 года в станице Архангельской Тихорецкого района Краснодарского края. В семье было четверо детей – три сестры и брат. С грустью вспоминает Валентина Васильевна голодное и босоное детство – первые яркие воспоминания пришлось на годы фашистской оккупации. Старшая сестра Мария работала на рыхле оковов. Через их станцию шли поезда на Сталинград, поэтому бомбежки были почти каждодневными.

Голод военной поры перешел и на мирные годы: страна с великим напряжением занималась восстановлением разрушенного войной хозяйства. Не хватало не только еды – практически всего для нормальной жизни. Нечем было топить печь, и средняя сестра Вера ходила на станцию за углем, который оставался от вагонов проходящих поездов. Отец ездил по станциям, чтобы раздобыть еду.

В 1948–1949 годах на Кубани был хороший урожай, стало полегче. Но все равно мама отдавала детям последнее, порою оставаясь голодной. В то время так жили почти все. Когда в 1946 году Валентина пошла в школу, то почти не было одежды и обуви, поэтому сравнительно теплая кубанская зима казалась лютой. И все же не унывали: выручала простая человеческая и соседская дружба, закаленная в годы военных испытаний. Впоследствии, уже в Магнитогорске, Валентина Васильевна приехала на Кубань, встречалась с друзьями и учителями в школе. До сих пор с теплотой говорит об учителе русского языка и литературы Александре Николаевне Пустошкиной, учителе английского языка Оксане Лазаревне Святун. Благодаря именно таким педагогам ей нравилось учиться, удавалось хорошо окончить школу. А в 1956 году приехала к сестре в Магнитогорск, поступила в институт. Но учиться не получилось: в 1957 году после тяжелой болезни умер папа, а мама осталась с сыном. Кроме трудовой денег у них не было. Брат тоже поступил в Кубанский медицинский институт, но учиться не смог. Ушел в армию, после демобилизации окончил строительный техникум. Подобные шаги послевоенной молодежи были повсеместны: для учебы в вузах нужны хотя бы минимальные средства, которые были далеко не у всех.

Уйдя из института, восемнадцатилетняя Валентина поступила на метизно-металлургический завод металлочкачом, и трудилась там до ухода на заслуженный отдых. Сегодня нельзя представить, какая судьба ждала бы ответственную и добросовестную Валентину после окончания института. Но такие, как она, находят свое достойное место под солнцем, в любом деле проявляют себя с полной отдачей.

Бригада Валентины была дружной, задорной, комсомольской. На субботниках устраивали территорию завода, возводили Дворец культуры метизников, дом отдыха «Метизник». С благодарностью вспоминает Валентина Васильевна свою наставницу Евгению Степановну Мельникову – добрую подругу, с которой дружны и поныне, Клавдию Дмитриевну Севостьянову.

У нее очевидна жизненная позиция, и Валентину часто привлекали к общественным делам: была членом районного комитета партии, партгруппоргом, много лет ее избирали депутатом городского совета.



И успехи в труде не остались незамеченными: в 1971 году Валентину Васильевну наградили орденом Знак Почета, а в 1974 – орденом Ленина. Да и то сказать, много лет она обслуживала три металлочкачских станка вместо двух. Одно из ярких воспоминаний – 1976 год, когда Валентину Васильевну избрали делегатом XXV съезда КПСС, на котором были незабываемые встречи со знаменитыми людьми страны. Была, была тогда искренняя вера во все хорошее, светлое и доброе...

Досуг в те годы старались сделать максимально интересным: ходили в кино, театр, на концерты. На одном из концертов и познакомилась Валентина со своим будущим мужем Иваном Константиновичем Голубятниковым, с которым живут уже 48 лет. Вырастили двоих замечательных детей – сына и дочь. Сегодня у ветеранов четверо внуков и правнучка, в этом году внук Роман поступил в Магнитогорский государственный технический университет на энергофак...

Конечно, жизнь была не из легких. Но Валентина Васильевна считает: на нее обижаться нельзя, как сам построила свою судьбу, такой и получится жизнь. И считает, что прожила ее не зря.

Она – оптимистка. Несмотря на то, что страна сегодня живет в других измерениях, с другими приоритетами, она принимает новое время без тяжелой ностальгии о прошлом. Ей симпатичны молодые президент и председатель правительства, их энергия и работоспособность. Во все времена сетовали на молодежь, стояла проблема «отцов и детей», но Валентина Васильевна верит в прекрасное будущее страны. Да и жаловаться старшее поколение не привыкло. Ей и мужу помогают комбинат и родной завод...

– Нужно быть добрее друг к другу, к себе и семье – к людям. Тогда все будет хорошо. Плач по былым временам, когда были деньги и таланы, а купить было нечего, – нелепость. Сегодня, слава богу, все есть. Хожу на вечера и встречи, смотрю на пенсионеров: все хорошо одеты, ухожены. Правда, не все здоровы. Но это уже возраст...

Рад, что встретил в своей жизни Валентину Васильевну Голубятникову

АЛЕКСАНДР ПАВЛОВ

## Одно из ярких воспоминаний жизни – участие в работе XXV съезда КПСС

Вспоминания о работе на XXV съезде КПСС – это для Валентины Голубятниковой одно из самых ярких воспоминаний. Она вспоминает, как в 1976 году ее избрали делегатом съезда. Это было очень важно для нее, ведь она была одной из немногих женщин-делегатов. Съезд проходил в Москве, и Валентина вспоминает, как она вместе с другими делегатами участвовала в работе съезда. Она вспоминает, как в 1976 году ее избрали делегатом съезда. Это было очень важно для нее, ведь она была одной из немногих женщин-делегатов. Съезд проходил в Москве, и Валентина вспоминает, как она вместе с другими делегатами участвовала в работе съезда. Она вспоминает, как в 1976 году ее избрали делегатом съезда. Это было очень важно для нее, ведь она была одной из немногих женщин-делегатов. Съезд проходил в Москве, и Валентина вспоминает, как она вместе с другими делегатами участвовала в работе съезда.

# Ну почему так мало праздников?

> День пожилых людей в Магнитке отметили с размахом

### Красота общения

Хмурое осеннее утро, погода не предвещает ничего хорошего. Ветераны ООО НПО «Автоматика», решившие отметить День пожилых людей на природе, собрались задолго перед отправкой автобусов около кинотеатра «Современника». Улыбающиеся лица, возгласы: «А помнишь?»

Ветераны, их около ста, на трех автобусах прибыли в горнолыжный центр «Металлург-Магнитогорск», удобно разместились под крышей летнего кафе. Каждый привез с собой, что считал нужным: еду, чай, домашние настойки, фирменные семейные блюда. Тосты в честь ветеранов подняли всем настроение. Подкрепившись, организовали танцевальную программу. Под «ретро» и современные мелодии танцевали все, потом отправились на прогулку в лес. Можно было проехать на подъемнике на вершину горы, благо что работала весь этот день для ветеранов бесплатно. С горы – прекрасный вид на окрестности Банного, кругом раздавались возгласы восхищения красотой родной уральской природы. Желающие могли покататься на картингах, кто-то прошлепал к клетке с бурой медведицей. В общем, каждый нашел себе занятие по душе...

Вечером автобусы двинулись в обратный путь. До самого города не смолкали песни. Ветераны от души благодарят администрацию, совет ветеранов ООО НПО «Автоматика» и ГАЦ «Металлург-Магнитогорск» за прекрасный отдых.

ИРИНА ЧЕРНЯКОВА

### В памяти – надолго

Годы пролетели с тех пор, как мы ушли на заслуженный отдых. И вот традиционная встреча ветеранов, которая всколыхнула воспоминания о прежних годах, о времени становления кислородно-конвертерного цеха – годах подъема сталеплавильного производства во втором и третьем мартовских цехах. И вот – встреча друзей по работе. День пожилых людей на комбинате превратился в настоящий праздник встреч и единения ветеранов.

В теплый солнечный день гостеприимно встречал Левобережный Дворец культуры металлургов – подготовили для нас прекрасный концерт. По поручению коллектива ККЦ сердечно, с теплыми словами к ветеранам обратились заместитель начальника кислородно-конвертерного цеха Сергей Масьянов, начальник БОТиЗ Владимир Колычев, председатель профсоюзного комитета Николай Злобин и председатель совета ветеранов Татьяна Сиденко:

– Международный день пожилых людей – повод еще раз выразить вам нашу огромную благодарность за все, что сделано вами для комбината и города. Ваши знания, мудрость и богатый опыт важны для идущих следом...

Нам пожелаю крепкого здоровья, душевного спокойствия, долгой жизни на радость семьям. Все это останется в памяти надолго.

Искренне благодарны начальнику кислородно-конвертерного цеха Чайковскому, председателю профсоюзного комитета Злобину и председателю

совета ветеранов Сиденко за организацию встречи друзей и коллег по работе.

МИХАИЛ ЛЮБИН,  
ветеран труда, ветеран ККЦ

### Песни у фонтана

Тепло и трогательно прошел вечер встречи ветеранов ЛПЦ-10, посвященный Дню пожилых людей. Благодаря поддержке начальника цеха Игоря Казакова пенсионеры цеха каждый год отмечают свой праздник. Он всегда приходит к нам на встречу. На этот раз рассказал о положении дел в цехе, перспективах развития, поблагодарил за достойную смену, которую оставили после себя ветераны. Председатель цехового комитета профсоюза С. Павлов поздравил ветеранов с праздником и заверил: ни один пенсионер цеха не останется без внимания и поддержки. Дворец культуры металлургов имени С. Орджоникидзе организовал нам отличную программу: выступали детские коллективы с танцами и песнями, хор «Ветераны Магнитки», который особенно всем понравился. Вместе с хором мы пели и танцевали. Их долго не отпускали. Спасибо за задушевные, почти забытые песни.

Ведущая нашего вечера интересно и с выдумкой провела встречу. Расставаться не хотелось, решили пойти к фонтану у дворца. Пели, вспоминали, как работали вместе, пусkali цех, много смеялись. Расходились с сожалением. Ну почему же мало таких вот праздников в году? ☺

ОЛЬГА МАМАЕВА  
по поручению пенсионеров ЛПЦ-10

## > НАСТРОЕНИЕ Еще не вечер...

**ПЕНИСЬ, СТАРОСТЬ – печальные, безрадостные слова. Кажется, все в прошлом, но это не так. Наш клуб «Еще не вечер» тому доказательство: у нас нет будней, каждый день приносит радость.**

Понимаем: заниматься спортом без помощи специалистов не получится. Обратились к главе Магнитогорска – он поддержал нашу инициативу. Теперь с помощью начальника управления по физической культуре, спорту и туризму Елены Кальяновой, директора МОУ ДЮСШ №3 Лилии Дзеба и руководства футбольного клуба бесплатно играем в теннис. Благодаря директорам МО «Экопарк» Владимиру Копытову и СК «Ровесник» два раза в неделю катаемся на коньках, лыжах и велосипедах. Директор центра дополнительного образования детей «Содружество» Любовь Бурдыгина предоставила возможность играть в шахматы и шашки. Участвуем в городской спартакиаде, занимаем призовые места. Посещаем оперный и драматический театры.

Мечтали научиться танцевать, мечта сбылась – учимся. Помогают нам в этом начальник управления образования Александр Хохлов и директора общеобразовательных школ № 59 и 65 Инна Негода и Валентина Генералова. Увлечлись настолью, что не вспоминаем о возрасте.

Самый сложный вопрос решили депутаты «Единой России» Владимир Дремов и Олег Цепкин – оплатили работу преподавателей йоги и танцев.

Благодарим всех, кто помогает продлить, оздоровить и украсить жизнь пенсионеров и инвалидов. Желаем вам крепкого здоровья и отличного настроения.

Наталья КАЛАШНИКОВА,  
руководитель клуба «Еще не вечер»

> Доброта – это то, что может услышать глухой и увидеть слепой. Марк ТВЕН