

# Балтская перемётка

независимая газета о культуре для родителей и учителей

## Наш русский язык, язык души

Сначала факты. Сижу на уроке 10-го класса в школе, славящейся своими образованными выпускниками. Педагог задаёт вопрос по истории Петербурга. Учащиеся активные. Большинство поднимает руки, хотят ответить. Ответы правильные, но уж очень короткие и односложные. Большинство ищут слова. Многие еле-еле открывают рот. Педагог переспрашивает.

Заканчивается урок. Замечательный педагог-женщина грустно говорит ко мне: «Они старательные, знающие, но устно плохо излагают свои мысли. Век компьютера, а не общения. Что дальше будет?!»

Факт второй. Часто ко мне обращаются за помощью будущие журналисты или старшеклассники. Они просят помочь им не бояться выступать на публике, то есть владеть ораторским мастерством. Кажется, я уже писала, что вторая моя профессия — педагог сценической речи и ораторского мастерства.

Расспрашиваю у них об увлечениях, о друзьях, чтобы понять только ли компьютер моему собеседнику мешает владеть в совершенстве устной речью.

В каждой детской и юношеской биографии обнаруживаю: беда не только в новых технологиях, и общение с друзьями в основном через гаджеты, беда идёт и из семьи, где мало говорят с ребёнком, с подростком не на бытовые темы (Что поел и что делал после

уроков). Не учат вслух раздумывать об увиденном, о прочитанных книгах, о фильмах, о друзьях. Не учат уважать слух собеседника, произнося фразы почти не открывая рот. А ещё эта английская мелодика речи и пресловутый «сленг».

Факт третий: о сленге. На одной из педагогических конференций нам выдали «словарь», чтобы мы понимали язык, на котором школьники изъясняются друг с другом.

До чего мы дожили?! Факт четвёртый. Начало трудных 90-х прошлого столетия было ознаменовано тем, что многие граждане европейских стран решили «помогать нам — россиянам» своим бизнесом. Им казалось, что здесь они и обогатятся, и научат нас как надо жить в рыночной экономике. Во многих университетах Европы открылись тогда курсы русского языка.

...Англия, Оксфорд. Моя родственница — Джан Балтер (литератор — переводчик произведений русских писателей), у которой я гостила в то время, привела меня к преподавателям Университета. Они пели наши частушки на русском языке, объясняя, что в них заложены глубокие образы. В частушках им легче понять образность русского языка.

А потом меня пригласили на курсы русского языка. Просили дать урок ораторского мастерства, почитать



стихи Пушкина. В аудитории было 26 человек разного возраста и разных профессий. Прежде чем приступить к уроку, я решила познакомиться с каждым, расспросить, зачем он изучает русский язык. От большинства я услышала подтверждение тяги к коммерции. Но один пожилой слушатель меня поразил. Он ответил: «Я хочу хорошо знать русский язык для того, чтобы читать в подлиннике Чехова. Ваши классики лучше всех в мире понимают человека, его хорошие и плохие намерения. И интереснее всех об этом пишут. Ваш русский язык — язык души».

Потом выяснилось, что этому человеку 86 лет.

Прошли десятилетия. С каждым годом всё чаще и чаще я слышу вопиющий лексикон молодёжи. Сленг и эти спасательные сорняки: «как-бы», «типа», «это самое», «так сказать» и другие, иногда затрудняют понять молодого человека. А некоторые просто еле открывают рот, когда говорят. И не понимают, что слушающий собеседник из-за такого «изложения устного текста» не может уловить их мысль.

продолжение на стр. 3

ПРОЕКТ «НАСЛЕДНИКИ ПОБЕДИТЕЛЕЙ»

## Жить и учить по любви и доверию

**МЁД.** Так случилось, что первая же конференция по здравоохранению в этом сезоне была посвящена «пальмовому маслу» и мёду. Врачи собрали представителей прессы и разъяснили: «Всемирная

организация здравоохранения» (ВОЗ) рекомендует исключить из потребления продукты, где есть пальмовое масло. Особенно тщательно проверять рацион питания детей».

Пальмовое масло дешёвая замена животным жирам. И производители последние десятилетия добавляют его не только в маргарины, плавленые сырки, йогурты, но даже в детские смеси. Особенно (сверх всякой нормы) в торты, пирожные, конфеты. То есть в те сладкие продукты, которые так любят дети.

В погоне за прибылью некоторые недобросовестные производители стремятся увеличить количество пальмового масла в продуктах, так как с таким маслом они приобретают приятный вкус.

Ударная доза пальмового масла способствует накоплению жирных кислот,

что всегда приводит к болезням сосудов и сердца, к развитию ожирения и раннего атеросклероза. Эти болезни «зашкаливают» у людей всех возрастов, и ведут к летальному исходу.

«Чем же безопасным и сладким можно заменить продукт для ребёнка? — мы хором задали докладчикам вопрос.

«Мёдом! Приучить с детства ребёнка к хорошему мёду!» — ответил один из представителей министерства здравоохранения. Он оказался учёным-диетологом и подробно нам рассказал о пользе мёда.

Для меня такая информация была особенно важна, так как дома уже лежала моя статья о пчеловоде Сергее Роголёве. Разговор с ним о его профессии, о МЁДЕ я записала на диктофон. **И опубликую его в следующем номере.** Пока же о нём самом, так как он оказался и педагогом,



Лена, Маша и Сергей

и героем нашего проекта «Наследники победителей».

продолжение на стр. 2



Все материалы номера готовит Регина АЗЕРАН

Дизайн и верстка Алёна КАЙНАРОВА



## Жить и учить по любви и доверию



Родители Серёжи

Евгений Роголёв  
в начале пути

Он же в Бузулуке

Окончание  
Начало на стр. 1

**УРАЛЬЦЫ.** Когда-то выражение писателя Битова «Ленинградцы — это национальность» кратко определяло всё то, что можно было сказать хорошего о культуре и благородстве людей нашего города.

Хочу напомнить читателю и определение Бажова «Уральцы-богатыри Руси». Сразу встаёт образ сильного, искреннего, дружелюбного и трудолюбивого человека. Он всегда на стороне справедливости. Уральцы-патриоты Урала и России. Они с детства знают, что их край куёт щит и меч Родины. Говорят ещё, что «суровая природа, знаменитые металлургические заводы этого края воспитывают настоящих, сильных и правильных людей».

Это всё про семью Роголёвых. На Урале в Бузулуке, где они родились и живут, я не была. С Серёжей, Леной и их доченькой Машей, меня свела, и сблизилась Абхазия, где я была в командировке, а они отдыхали. И сблизилась — их любовь к Петербургу. Они часто бывают у нас в городе: по делам, и из — за тяги к культуре, искусству, к людям нашего города.

Общаться с такой дружной семьёй, уважающих и любящих друг друга людей, большая радость. А ещё они очень

любопытны и готовы сразу каждому придти на помощь.

**Актуальная тема.** Серёжа и Лена вместе уже более тридцати лет, но как многие хорошие люди, выглядят очень молодо. Потому я обращаюсь к ним по имени.

Мы часами говорили. Больше всего о воспитании молодёжи. Ведь они оба педагоги. Бывшие педагоги. Но раздумье о молодых, о тех, кто идёт за нами, нас волнует одинаково. Нам по-настоящему тревожно. Много сегодня их — одиноких (без друзей), не умеющих дружить и понимать ровесников. Много тех, кто не может найти своё дело.

И у нас в Петербурге и у них в Бузулуке Бузулук — старейший уральский город. Город, где побывали пугачёвцы. Потому в 1833 году А. С. Пушкин, изучая пугачёвское восстание, останавливался здесь. В Бузулуке в прошлом веке побывали и отряды Колчака, и дивизия Чапаева. А в годы Великой Отечественной войны пять промышленных предприятий снабжали фронт. Сюда же прибывали эшелоны с эвакуированными

**Жить и учить по любви и доверию**

Большой опыт педагога-психолога у Елены был в обычной школе. А вот Сергей — преподавал историю в школе при известной в стране Бузулукской Детской исправительной трудовой колонии.

Из опыта они убеждены, что никакая школа не может перевоспитать учащегося с плохими задатками, ленивого, ничем не интересующегося, если в семье нет духовной интересной жизни, согласия, любви и искренности. Они и я не открываем истину. Сейчас многие это понимают.

Сергей из опыта понял, в колонию попадают дети и подростки, озлобленные на всех взрослых и благополучных сверстников. Именно такие совершают преступления. И мы уверены, чем больше неблагополучных семей (или благополучных, но равнодушных к своему ребёнку), семей с бездуховной жизнью, тем больше несчастных судеб детей.

Сергей: «Я родился в 1963 году. 60-е — 70-е годы моего становления. Мы были совершенно другие. И школьники, и взрослые были радостные, открытые людям, не было озлобленных. Я уверен, потому жили жизнью, направленной на созидание, на творчество. Такой труд в радость. Люди были любознательными, умели сыпать шутками, цитатами, но никаких злых насмешек или желаний унижить кого-то. Не было столько завистливых людей. Дружба — святое! Работа считалась самоцелью, желанием что-то создать и быть полезным.

Всё изменилось после перестройки. Сейчас работа это средство, средство делать карьеру, средство добывать хорошие деньги. Такое состояние несёт в себе вечную озлобленность и напряжение. Деньги, стремление к обогащению — временная радость. Во всяком случае, не такая радость, как от постоянного созидания, любимой работы творчества. Когда я ушёл на пенсию и стал заниматься пчёлами, я понял как это важно — созидание. Ты постоянно учишься, ищешь что-то новое в своём деле. Выход сегодня, на мой взгляд, один: «Жить и учить надо не по инструкциям, а по любви и доверию!»

**Наследники победителей** У Роголёвых, у всех троих, удивительно позитивный характер, интерес к людям и талант общения. Машенька, окончившая колледж, рассказывает о дружбе в группе, кто умел дружить, а кто нет. На её взгляд умели студенты, увлечённые делом, приносящие людям пользу.

Лена рассказывает: «У Сергея были замечательные родители. Очень дружные. Его маме Любови Фёдоровне — ростовчанке было 11 лет, когда началась Великая Отечественная война. Была она в оккупации. Туда дошли слухи о героях — молодоговардейцах. Любимой героиней её стала Люба Шевцова. Она хотела быть на неё похожей. Помогала взрослым тушить зажигательные бомбы, выхаживать раненых, которых прятали родственники.

После войны она переехала с отцом в город Горький. Здесь встретила Евгения Николаевича Роголёва, который подростком трудился в тылу. Молодые поженились, когда он оканчивал Высшее Военное Артиллерийское училище. Уехали в Китай для прохождения дальнейшей службы. После пяти лет в Китае, получили назначение на Тоцкий военный полигон, где 14-го сентября 1954 года было произведено испытание ядерного оружия.

Потом семья переехала в Бузулук. Старший сын родился в Китае, Серёжа через 11 лет, в Бузулуке. Любовь Фёдоровна всегда находила себе работу, там, где служил муж. Делала всё легко, весело (как Люба Шевцова!). Семья жила очень дружно. Но отец умер рано, от онкологии. Ему было всего 53 года. Говорят, что это последствия того атомного взрыва. Горе в семье подвигло Сергея рано начинать самостоятельную жизнь. Пошёл учиться в педагогическое училище. Окончив его, три года работал в школе преподавателем истории в детской колонии. Затем призвали в армию, когда отслужил, решил остаться военным, так как и отец, и старший брат были военными. Одновременно учился и закончил педагогический вуз. 21 год работал, то есть был военным в системе МВД».

А Серёжа признался: «Когда учишь других, учишься сам. Особенно это мне помогло, когда я ушёл на пенсию. Из опыта понял: «Если хочешь сделать что-то хорошо, сделай это сам-один». Это говорил Фердинанд Порше. Вот я решил заняться пчёлами. Мёдом».

**И я стала задавать Сергею вопросы про мёд. Получилось интервью. Продолжение, рассказ о жизни пчёл и пользе мёда, читайте в следующем номере.**



Нас свела Абхазия



# Добровольцы Петербурга

В сети размещен десятый ролик медиа-проекта о петербургских волонтерах «Истории завтрашнего дня». На этот раз в центре сюжета — деятельность событийных волонтеров, активистов движения «Добровольцы Петербурга», без помощи которых не обходится ни одно значимое мероприятие в культурной и общественной жизни Северной столицы.

Общественное движение «Добровольцы Петербурга» — крупнейшее в нашем городе объединение сервисных волонтеров. Организация существует с 2012 года, и за это время смогла привлечь к добровольческой деятельности более 40 тысяч человек. За шесть лет работы активисты организации помогли состояться 1236 самым разным мероприятиям: от небольших районных до масштабных городских и международных, таких как «Алые паруса», Roof Music Fest, «Гонка героев», Кубок конфедераций 2017, FIFA 18, Благотворительный фестиваль «Будь с городом!» и другие.

«Добровольцы Петербурга» — это молодые люди и опытные волонтеры старшего поколения, которые любят быть в центре событий. Они не просто выполняют разные задачи на мероприятиях, но и раскрывают свои таланты, приобретая интересные навыки и бесценный опыт.

*«Волонтерством я занимаюсь уже более двух лет, и это дает мне колоссальное удовольствие от общения с людьми. Благодаря различным встречам происходит обмен ценностями между представителями различных культур, сообществ и национальностей. Занимаясь сервисным добровольчеством,*



*я открываю для себя мир проектов с момента возникновения идеи до финального залпа салюта на мероприятии. Благодаря этому опыту начинаешь видеть все нюансы и мотивируешь себя на 100% отдачу», — делится мнением Сергей Борисов, руководитель сектора культурно-массовых мероприятий АНО «Добровольцы Петербурга».*

Событийное или сервисное добровольчество — это помощь на различных форумах и конференциях, фестивалях и концертах, пикниках и акциях. Без поддержки волонтеров также не обходятся спортивно-массовые мероприятия, последним крупным из которых стал Чемпионат мира по футболу 2018 в России. На таких

проектах добровольные помощники ориентированы не только на спортивную часть, но и на общую атмосферу спортивных праздников. В рамках проведения в России Года добровольца (волонтера) событийное добровольчество составляет отдельное направление и активно поддерживается на самых разных уровнях.

## Наш русский язык, язык души

Окончание  
Начало на стр. 1

Так бывает, когда старшеклассники ко мне приходят за помощью. Так бывает и на различных показательных уроках в школах, или в библиотеках, когда они защищают свои рефераты.

Грустно, тревожно. И тут виновато не только время компьютера и различных видов карманных видов связи, которые лишают детей часто и воочию общаться друг с другом при помощи слова.

Сегодняшние родители — это выпускники школ 90-х годов, когда всё стало вертеться вокруг материальных ценностей, и обогащения.

У нашего поколения — детей дворов коммуналок всё же главной ценностью были бескорыстная дружба и общение в семье, в классе, потом в коллективе на месте работы. А на первом месте критерия образованности была книга (начитанность), театр и кино. Мы стояли ночами в очереди, чтобы купить (иногда на последние деньги) абонемент в филармонию, или получить подписные издания книг.

Я общаюсь с сорокалетними родителями, даже докторами наук. Они своих детей не могут заинтересовать разговором о книгах, об искусстве, о музыке, потому что большинство из них со скепсисом относятся ко всему, что не связано с карьерой и материальным обогащением. Они приводят своих малышей в группы развития, английского языка, хореографии, спорта. Приводят больше для того, чтобы они в дальнейшем стремились быть «лучше всех», делать карьеру. А не открывают детям мир книги. Эти родители не могут научить детей мыслить над прочитанным. Не могут научить размышлять вслух над тем, что видели в музее, или на спектакле. Потому что сами к этому не приучены. Не все, конечно, но многие.

Теперь о школе. Я училась в рудные послевоенные годы в самой обыкновенной школе № 322 на Бородинской улице. Многие её выпускники стали учёными, педагогами, деятелями искусств. Здесь учились будущие известные актрисы Татьяна Доронина, Мария Полицеймако, поэт Нина Воробьёва.

У нас было много кружков. Но главное в школе были литература и слово. Литературный кружок, где проходили

дебаты по прочитанным книгам, кружок художественного слова, театральная студия, поэтическая студия. А с 5-го класса на каждом уроке (не только по литературе и истории), а на уроках физики, химии, математики или географии, нам ставили две оценки одну за знание материала, другую за изложение.

В расписании было несколько уроков литературы и русского языка (не помню сколько именно), но отчётливо помню, что в неделю мы учили два стихотворения. Так было и в старших классах.

А сейчас?

Звоню знакомым директорам школ. И с изумлением узнаю, что по программе в старших классах только два урока в неделю русского языка.

Потом спрашиваю руководителей школьных Отделений дополнительного образования: где же есть кружки художественного слова, ораторского мастерства. Некоторые отвечают, что у них это не запланировано. Но зато много спортивных секций. Другие, что не могут найти преподавателя для таких кружков. А у третьих: этим занимается библиотекарь.

Из 500 школ, которые я посетила в последние годы, только 19 школ

вплотную занимаются развитием речи учащихся. Там из года в год идут постоянные занятия в различных литературных студиях, клубах, или кружках, идут постоянные занятия по художественному слову и ораторскому мастерству.

Например, в Президентской лицее (физико-математическом!), в школах № 17 и в школах № 700-ой Василеостровского района, в 308-ой и в 309-ой школах Центрального района педагоги каждого предмета уделяют серьёзное внимание развитию речи учащихся. Не буду перечислять все примеры.

Но многих преподавателей вузов и меня тревожит количество юношей и девушек, не умеющих грамотно и свободно владеть русским языком? Тревожит, что некоторые руководители образования нам говорят: «Учить культуре речи надо в начальной школе и в семье. А с 5-го класса у нас другие задачи, другая насыщенная программа. Тот, кто не умеет говорить, пусть ходит заниматься к логопедам, или в дома юного творчества...»

Уважаемый наш читатель, а как вы думаете, они правы?

Неужели наш «русский язык души» этого заслуживает?!



## Праздник в Абхазии

Прошло 25 лет, как они победили. Победили потерей многих мальчиков, людей среднего возраста и пожилых борцов за свободу. Обычно эту победу 24 года подряд отмечали в Абхазии только 30-го сентября.

В этом году, в честь 25-летия, пять дней в Сухуми и в Гаграх, в Гутауте и в Пицунде, впрочем, и во всех маленьких посёлках и горных селениях, народ Абхазии отмечал и радостно, и скорбно. Отмечал «День Победы и независимости». Так теперь называется праздник Победы в грузино-абхазской войне 1992–93 года.

Эпилог праздника был 30-го сентября. Нам удалось побывать в нескольких городах.

И каждый из нас, представителей российских СМИ, был поражён не только искренним пониманием и патриотизмом, старшего поколения, но и школьников.

Старшеклассники подготовили концерты, спектакли, читали свои стихи, стихи абхазских поэтов. И участвовали в шествии «Бессмертного полка».

Академик Д. С. Лихачёв говорил о том, что россияне всегда славились умением увидеть и перенять самые хорошие начинания и традиции других народов.

Я бы хотела обратить внимание нашего руководства страны и города на традицию шествия к мемориалу героев, и возложения венков в Абхазии в этот день.

Первыми к мемориалу всегда идут матери погибших, затем вдовы, вслед за ними дети погибших. За детьми идут герои — участники войны. И только за ними идут руководители города. Потом движутся колонны жителей. И завершают шествие дети и школьники. В их руках цветы, флаги и белые шары. Возложив цветы, они образуют вокруг мемориала громадный круг, и отпускают в небо под музыку шары. Эта та святая пауза, которая всегда вызывает слёзы.

Выступают взрослые с речами. Но когда дети начинают петь и читать стихи устанавливается особая тишина. Их искренность поражает! Так было в Пицунде. Так было и в остальных городах Абхазии 30-го сентября 2018 года.



## Если у вас появились отёки...

*От реактора: Позволю себе ещё раз напомнить читателю: мы часто встречаемся с теми, для кого издаём газету. С родителями школьников, учителями, преподавателями колледжей. Они много раз подсказывали нам, о чём бы им хотелось подробнее узнать. Особенно это касается медицины (кроме, конечно, тематики о воспитании детей).*

*Вот и сегодня наш материал мы подготовили по заявке читательниц разного возраста...*

...Педагоги и сотрудницы библиотек просят рассказать о причинах отёков на лице и на ногах.

Двое из них регулярно посещают бассейн, стараются много ходить пешком. Считают себя вполне здоровыми людьми. Любят свою работу. Активно, «без натуги», относятся к делу и домашним заботам. Но их беспокоят отёки. У одной стало летом отекает лицо, и уже несколько месяцев отёк не проходит. У другой отекают кисти рук, отекают колени (вздутие), стало трудно ходить.

Итак, мы опять у наших партнёров. У врачей Медицинского Центра «Гранти-Мед». Здесь мы всегда получаем подробную информацию по любой теме, связанной с заболеваниями, эпидемиями, диагностикой, профилактикой и здоровым образом жизни.

Напоминаем: «Гранти-Мед» — сеть многопрофильных клиник. Уже 18 лет врачи Центра (врачи-специалисты разных направлений) оказывают медицинскую помощь всем жителям

Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

В его клиниках работают опытные доктора. Они всегда дают нам подробную информацию. Слушать высоких профессионалов, советоваться с ними — особая наша задача.

И первая их фраза об отёках была: **«Постоянные отёки? Немедленно на обследование к врачу!»**

*Почему?*

**Ответ:** Всё по порядку. Если отекает лицо, а такие отёки должны волновать не только женщин, но и мужчин, причин несколько.

Чаще всего сигнал дают **почечные заболевания**. Почки выводят из нашего организма жидкость. Значит, нарушен процесс работы почек. Правда, при почечных заболеваниях могут быть отёки и на нижних конечностях, и на пояснице.

Второй причиной отёков лица нередко бывает снижение функции щитовидной железы (отек называют «мешки под глазами»). Понижается количество гормонов щитовидной железы, она плохо работает. **Заболевание называется гипотиреоз**. Кроме отёков на лице, могут быть и отёки по всему телу, появляется лишний вес. Ломкими и тонкими становятся волосы и ногти.

Третья причина. Отёки на лице и в области живота может нам «дарить» и **больная печень**. В этом случае они связаны с нарушением системы воротной вены, по которой кровь от таких органов как желудок, селезёнка, кишечник, поджелудочная железа, проходят в печень.

Отёки на лице очень часто появляются и при сердечной недостаточности, то есть **при заболеваниях сердечно-сосудистой системы**. При гипертонии, ишемической болезни сердца, при сердечных пороках. Эти заболевания дают нам отёки не только на лице, а в первую очередь отёки появляются на лодыжках ног, на животе, на руках.

В последнее время большое количество пациентов приходят с жалобами на отёки ног. **Варикозная болезнь** стала «модной» не только у людей пожилого возраста. Она наступает и молодых, людей разных возрастов. Почему?

Причин много. Прежде всего, наследственный фактор.

Вторая причина — повышенный вес тела, особенно при ожирении. Варикозная болезнь может наступить после беременности. У пациентов, постоянно переносящих непосильные тяжести. Особенно у мужчин, которые работают грузчиками, строителями (перенос тяжёлых строительных деталей, вплоть до кирпичей и камней).

Отёки также появляются и при различных видах **аллергии**.

...Всё это нам рассказали специалисты «Гранти-Мед».

Итак, подведём итог. Нам перечислили заболевания, при которых нас беспокоят отёки. **ОТЁК** — очень тревожный «звонок» нашего организма, попавшего в черту заболевания.

Как правило, наши партнёры-врачи «Гранти-Мед» в конце беседы всегда

говорят о профилактике. Профилактические меры здесь зависят от заболевания.

На сей раз, они настоятельно рекомендуют: при появлении отёков, на каком месте они бы не появлялись, немедленно обратиться к врачу-терапевту. Он проведёт полную диагностику. Анализы покажут, какой орган в организме дал сбой. Печень, почки, щитовидная железа или сердечно-сосудистая система. И он направит вас к специалисту по данному заболеванию.

Напоминаем, что в клиниках МЦ «Гранти-Мед» есть всё необходимое новейшее оборудование для диагностики и лечения. И, конечно, все специалисты по перечисленным заболеваниям.

**Записаться к врачам на консультацию в Центре «Гранти-Мед» можно круглосуточно по телефону**  
**Диспетчер МЦ «Гранти-мед»:**  
**323-92-13**  
**Адреса Клиник Центра:**  
**ул. Рылеева, 15, лит. А**  
**ул. Корнеева, 6,**  
**ст. метро «Кировский завод»**  
**ул. Чекистов, 22,**  
**ст. метро «Проспект ветеранов»**  
**Ул. Гаврская, 15,**  
**ст. метро «Удельная»,**  
**Савушкина, д.121, кор.1**  
**ст. метро «Черная речка»**