



Валентина Костомахина

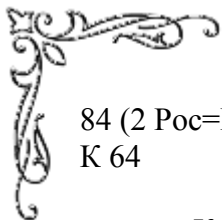
*Возраст
мудрости*

УСОЛЬСКИЕ ДОЛГОЖИТЕЛЬНИЦЫ

Усолье-Сибирское

2022 год

УДК 821.161.1



84 (2 Рос=Рус)

К 64

Костомахина В. А.

К 64 Возраст мудрости.

Усолье-Сибирское; Иркутск: «Форвард» 2022 – 81 с.

Компьютерный набор и вёрстка:

Коноплёва И. В.

В этой книге автор, используя личные наблюдения, медицинские рекомендации, мудрые изречения философов, пытается ответить на вопрос о том, что нужно, для того, чтобы жизнь была долгой и активной.

УДК 821.161.1

84 (2 Рос=Рус)



Автор проекта:

Валентина Алексеевна Костомахина

Участники проекта:

Людмила Иннокентьевна Благодетелева

Инна Васильевна Коноплёва

Тамара Александровна Пелевина

Марина Валентиновна Перевалова

Любовь Николаевна Петрова

Людмила Владимировна Римко

Светлана Леонидовна Хорькова



ОТ АВТОРА

До ста лет без старости

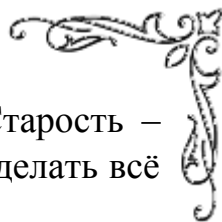
Как в природе происходит смена времени года, так и в жизни человек проходит через беззаботную юность, деятельную зрелость, разумную, неспешную, благородную старость.

Статистически определены:

- средний возраст от 50 до 60 лет;
- пожилой возраст от 60 до 75 лет;
- старый – 75-90-летие;
- глубокая старость – с 90-летнего возраста.

Ученые призывают принимать во внимание:

1. Возраст определяется не только прожитым количеством лет, но и образом жизни.
2. Для здоровой, активной старости нужна постоянная физическая и психическая тренировка.
3. Человек, живущий в коллективе, стареет не так быстро, как живущий в одиночестве.
4. Большое значение имеет подготовка стареющих людей к пенсионному периоду.



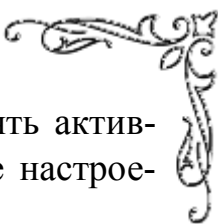
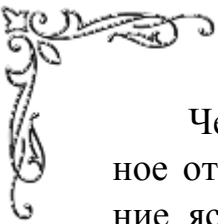
Опровергнуть полностью поговорку «Старость – не радость» невозможно, но в наших силах сделать всё для появления иной – «Старость и радость».

В государственном масштабе это множество мер социального обеспечения – пенсии, пособия, надбавки, льготное лечение, льготные путевки (в санатории и курорты), дома для престарелых, возможность продолжать трудиться, участвовать в общественной жизни, культурных мероприятиях. Думается, надо создавать все условия для ощущения полноты сил и осознания общественной необходимости человеку на всем пути его жизни.

Да, в старости наступают изменения в психической сфере. Это и консерватизм стариков, и неприязненное брюзжание, и ворчливое отношение к окружающим, и стремление поучать, и обидчивость, и скупость, и подозрительность, и тревожность.

Люди пожилого возраста стремятся к уединению; снижается интерес к событиям. Возможно сверхценное отношение к состоянию здоровья, приступы беспричинной грусти, уверенной в своей неполноценности, ненужности.

Но старость – это и драгоценный период жизни. Человек становится рассудительным, опытным. Удаётся не стареть именно тем, кто не хочет стареть.

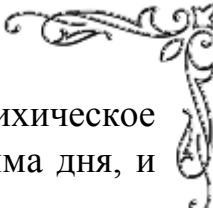



Человек должен и в старости проявлять активное отношение к жизни. Отсюда и бодрое настроение, ясный ум, трезвый взгляд на вещи.

Беда большинства пожилых людей в том, что для них менее доступным становится спорт, сужается круг друзей, исчезает интерес к прежним увлечениям. Но можно найти новые приятные занятия, а их множество. А от родственников и друзей пожилого человека нужна возможная помощь в чисто житейском плане или житейская психотерапия. Это умение терпеливо слушать, внимать, понимать, сочувствовать.

Ведь старости свойственен процесс ослабления многих функций: нарушение обмена веществ, сдвиги в сосудистой системе, различные нарушения памяти. Старость коварна. Она наступает по всему фронту и находит слабые места в организме. Вот уж где надо проявить силу воли, победить лень, рационально питаться и рационально чередовать труд и отдых. По мнению первого русского учёного-гигиениста Парфения Енгальчева есть три основных правила сохранения здоровья в пожилом возрасте: «Убегай всякой чрезмерности и изменчества; пользуйся здоровым воздухом; делай много телодвижений».

Прежде всего важное значение приобретает правильный прием пищи – «что и сколько». Недаром в народе говорят: «Обжора роет себе могилу зубами».



Отдалить старость и сохранить психическое здоровье также важны и соблюдение режима дня, и эмоциональное равновесие.

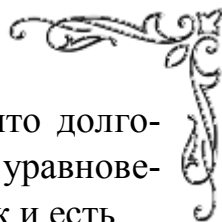
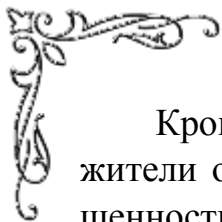
Как же сохранить до преклонного возраста силы, бодрость, ясный ум? Эти вопросы волнуют человечество всегда. А случаи долголетия рассматривались как нечто феноменальное, из ряда вон выходящее.

И сегодня огромный интерес представляют случаи долгожительства в разных странах.

Ну, а меня заинтересовали случаи долгожительства среди усольчанок, т. е., усольские долгожительницы.

О долголетию родителей я уже писала («Полвека в любви и верности») и пришла к первому выводу, что здоровая семья – одно из важных условий, благоприятствующих долголетию с нормальной физиологической старостью.

Вот как описал В. В. Липатов своего героя 98-летнего деда Евлампия в рассказе «Сильно долгие сны»: *«Печалиться долго не умел, злобы ни на кого не держал, от каждого человека умел брать добро и каждому платил тем же»*. Словно муха вокруг сахара роились вокруг Евлампия всю жизнь хорошие, добрые люди и становились ещё лучше и добрее от добра и ласки Евлампия.



Кроме того, геронтологи утверждают, что долгожители отличаются спокойным характером, уравновешенностью, отсутствием суетливости. Это так и есть.

Многие наши долгожительницы жили тяжёлой трудовой жизнью, пережили военное лихолетье, испытывали серьёзные лишения, не получили достойного образования, перенесли все невзгоды.

Долгожительницы встретились нам среди представителей различных профессий. Они деятельные, с высоким жизненным тонусом, как правило, из многодетных семей.

Человеку нужна жизнь не просто долгая, а обязательно плодотворная и созидательная. Практика доказывает, что у людей, не желающих стареть, продолжительность жизни не сокращается, а увеличивается.

Надёжный эликсир молодости – творческий труд. Сегодня всем знакомы выражения «активная старость», «старейте красиво». Следуйте им.

Не расценивайте свой пожилой возраст как закат жизни. Будьте в гуще событий, энергичны и активны, служите примером для других поколений. Общайтесь с молодёжью. Думается, что контакты и занятость женщинам более свойственны: они много читают, посещают театры, концерты, музеи, кино, работают по дому, воспитывают внуков и т. п.



Одиночеству – нет!

Вы убедились в том, что возможности достичь долголетия есть. Человек способен жить долго! Важно то, с каким багажом он подошёл к старости, как распорядился своей предшествующей жизнью, что ценное сохранил, какие уроки извлёк из своего многолетнего опыта, как проявляет активность, не утрачивает ли бодрость духа, не перестает ли заниматься каждодневным делом.

Валентина Костомахина



ЗНАКОМЬТЕСЬ:

Наши усольские долгожительницы. Они продолжают наш многолетний проект «Золотой женский фонд города Усолье-Сибирское».

1. Наталья Петровна Берестенникова
2. Ольга Дмитриевна Гляудель (Саламатова)
3. Мария Ивановна Грузных
4. Зинаида Фёдоровна Дернова
5. Анна Афанасьевна Дроздова
6. Роза Михайловна Жмурова
7. Зоя Ивановна Закирова
8. Антонина Владимировна Исакова
9. Анна Павловна Калмынина
10. Анна Пименовна Костомахина
11. Евгения Агаповна Нечипоренко
12. Октябрина Александровна Пелевина
13. Тамара Александровна Пелевина
14. Варвара Ивановна Полякова
15. Ираида Никитична Полякова
16. Мария Лаврентьевна Швецова



ЖЕНЩИНЫ-ФРОНТОВИЧКИ

1. Нина Степановна Амгейзер
2. Бибикелерия Галиулловна Валеева
3. Татьяна Леонидовна Ефремова
4. Валентина Николаевна Зернятко
5. Клавдия Ивановна Изотова
6. Елизавета Сергеевна Козлова
7. Анна Фёдоровна Липчак
8. Александра Ивановна Манькова
9. Зинаида Андреевна Насырова
10. Клавдия Николаевна Пашнева
11. Анна Васильевна Семёнова
12. Надежда Николаевна Струлькова
13. Елена Степановна Сулим.

Есть многие другие, которым была и есть отпущена долгая жизнь. Трудлюбивые, как правило, выходцы из многодетных деревенских семей, выросшие без отцов, не получившие достойного образования, но создавшие крепкие семьи, воспитавшие любящих и внимательных детей, которые обеспечили им достойную старость.



Светлана Хорькова

*Как быстро время пролетело!
Десятки лет за нашей спиной.
Но время душу не задело,
И вовсе не спешим мы на покой.*

*Конечно, внешне изменились:
Былая стать уже не та,
Морщинок много появилось
И голова совсем седа.*

*Здоровье как-то пошатнулось,
Усталость появилась вдруг,
Спина и та клюкой согнулась,
И всё-то валится из рук.*

*Но, в целом, мы не унываем:
На месте разум, голова,
Хоть иногда и забываем
Необходимые слова.*

*Судьба у нас была нелёгкой:
Мы разделили со страной
Беду, разруху, страхи, голод
И испытание войной.*



*На фронт ушли отцы и братья,
А нам досталось только ждать их.
И мы, ночей не досыпая,
Трудились, фронту помогая,
И ждали писем и вестей
И от мужей, и от детей.
Прошла война,
Жизнь продолжалась,
Забота наша не кончалась:
Работали, детей растили,
Мужей тянули и лечили.
Война давно уж отгремела,
Страна мужала, хорошела,
А нам всё было недосуг
Присесть, прилечь и отдохнуть.
Жизнь пронеслась, как птичья стая,
Мы детям, внукам помогаем,
Советом мудрым наставляя,
Их оптимизмом заряжаем.
Жизнь прожита совсем не просто,
Пусть не срывали с неба звёзды,
Достойно мы её прожили,
Трудились, строили любили.
И нынче жалости не просим,
Все беды стойко переносим.*



Наталья Петровна Берестенникова

Она – участник II Всесоюзного съезда учителей, дважды избиралась депутатом городского Совета народных депутатов. Бессменный руководитель методического объединения учителей начальных классов школ № 2 и № 4. За её плечами 45 лет педагогической деятельности

Награждена:

Медалями: «За доблестный труд во время Великой Отечественной войны»;

«Ветеран труда»;

«За доблестный труд»;

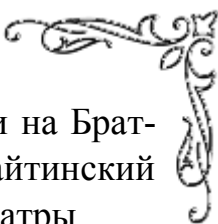

(К 100-летию В. И. Ленина);

Орденом «Знак почёта».

Главная гордость Натальи Петровны – её ученики:

Марина Куракина – врач-кардиолог в Подмосковье, Света Горбицкая – психолог во Владивостоке, Ира Королькова – иркутский художник, Алёша Апанасенко – участник олимпиады в Саппоро, москвич.

В Усолье-Сибирском с 1958 года, куда по призыву РК КПСС был направлен муж на строительство большой химии. Сначала трудилась в школе № 2 – 16 лет, а затем с 1978 года до ухода на заслуженный отдых в 1992 – в школе-интернате.



Особенно запомнились поездки с детьми на Братскую ГЭС, совхоз «Железнодорожник», на Хайтинский фарфоровый завод, музеи Иркутска, цирк и театры.

В памяти Натальи Петровны создание колхозов, раскулачивание, ранний детский труд, Великая Отечественная война, помощь фронту (вязали варежки, носки, шили воротнички, платочки, писали письма на фронт). Потом наша героиня работала поварихой (после пятого класса), учётчиком в тракторной бригаде. Была и весовщиком хлеба с полей – берегли каждое зёрнышко.

А потом учёба: учительские курсы в Бохане и педучилище. И школы: разные (большие и маленькие), в Кутуликской средней школе работала вместе с матерью драматурга Александра Вампилова.

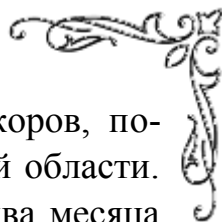
Вырастила троих детей, двух внучек, у неё три правнука и праправнучка. Ей 93 года! Город гордится Вами, уважаемая Наталья Петровна!

Ольга Дмитриевна Гляудель (Саламатова)

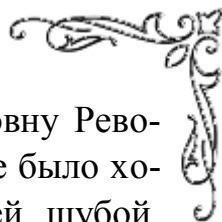
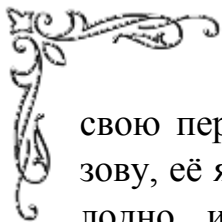
Ольга Дмитриевна четверть века трудилась на знаменитом уральском курорте процедурной медсестрой.

Усолье по праву стало городом её судьбы. В него она попала 89 лет назад.

Ольга Дмитриевна родилась в 1929 году в селе Козулино Читинской области. В 1933 году семью Соло-



матовых, имеющую несколько лошадей и коров, посчитали зажиточной и выслали из Читинской области. Сначала их привезли в Черемхово, а через два месяца мама Оли с сестрой по запросу сользавода, нуждающегося в рабочих руках, уехали в Усолье. Производство тогда размещалось в деревянных домиках, а корпуса только начинали строить. Женщины устроились на заготовку камня на старой пристани. Работа было очень тяжёлой, маленькую Оленьку оставить было не с кем, и мама брала её с собой. После нехитрого обеда девочку укладывали спать под берёзой в тенёчке. Однажды Оленьку испугала змея, которая висела на ветке берёзы прямо над ней. Мама больше не решилась брать ребенка с собой. Впрочем, скоро девочку удалось устроить в детсад. Детский сад представлял собой две пустых комнаты. Не было даже кроватей, и дети спали на своих пальтишках. Но с приходом новой заведующей Непокрытых Клавдии Ильиничны условия в детском садике улучшились. Появилась мебель, игрушки, да и кормить детей стали лучше. Мама с дочкой поселились в восьмом бараке в Жилгородке, а в третьем бараке жил вдовец с семьёю детьми, который и стал отчимом, а фактически – отцом для маленькой Оли. Работа мамы была связана с частыми разъездами, и росла девочка под присмотром... бабушки – матери даже не родителей, а первой жены отчима. Время шло, Оля поступила в 1 класс восьмой школы, а потом её перевели в первую. До сих пор она с благодарностью вспоминает

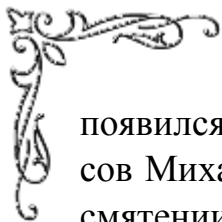


свою первую учительницу Екатерину Ивановну Ревозову, её яркое красное платье. Зимой в классе было холодно, и учительница укрывала Олю своей шубой, чтобы девочка могла согреться. Ольга Дмитриевна, улыбаясь, вспомнила их встречу на усольском курорте, которая состоялась через 40 лет.

Началась война. Школьники всё свободное от учебы время проводили на курорте, ставшем в годы войны госпиталем. Они писали письма раненым, возили их на колясках на процедуры и перевязки, работали на подсобном хозяйстве курорта, помогали прачкам. Время было голодное, и раненые частенько угощали ребят кусочками хлеба с сахаром.

В седьмом классе Ольга начала подрабатывать в подсобном хозяйстве сользавода – ей разрешили приходить на работу с двух часов дня. Семья большая, жили бедно, и перед уходом домой работницы овощехранилища давали ей с собой морковки и пяток картошек – на суп хватало. После седьмого класса, окончив ФЗО, работала рубщицей на фанерно-спичечном комбинате, а в 1946 году пришла на курорт и устроилась санитаркой.

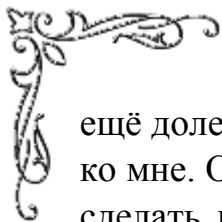
Здесь, на курорте, произошла одна из поворотных в её жизни встреч. В это время там отдыхала судья из Читинской области, обратившая внимание на мывшую полы девчонку: «Такая молодая – и полы моешь! Учиться надо!» Оля объяснила, что возможности нет, детей в семье много, а через несколько дней на курорте



появился судoisполнитель Усольского нарсуда Колесов Михаил Антипович и увел Олю с собой, оставив в смятении и недоумении работников курорта, не понимающих, за что их санитарку забрали в суд. Оказалось, что Олю и ещё двух девочек (по протекции судьбы) позвали, чтобы выбрать одну из них на должность секретаря судебного заседания. Протокол нашей героини понравился больше других, и шесть с половиной лет она проработала в нарсуде. Затем вернулась на курорт на освободившееся место в отделе кадров и параллельно поступила на вечернее отделение медучилища, где занятия начинались в шесть часов вечера и заканчивались в 11. Практику проходила в онкологии у Жак Ларисы Иннокентьевны и Бронислава Филипповича. «Моя практика началась с клизм», – улыбаясь вспоминает Ольга Дмитриевна. Там в онкологии обратили внимание на то, как ловко она управляется с внутривенными уколами, чувствуя вены пациентов и безошибочно попадая в них.

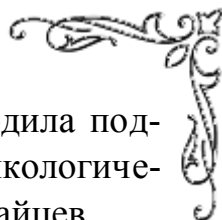
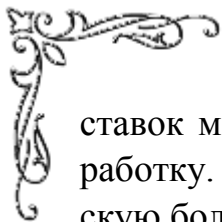
Через три года Ольга Гляудель стала дипломированной медицинской сестрой и сразу же заняла место поступившей в вуз процедурной медсестры.

«В процедурном кабинете я проработала 24 года, – вспоминает Ольга Дмитриевна, – не было ни одного пациента, у которого я не нашла бы вену. Летом у нас лечилось по 750 человек, и через наш процедурный кабинет за день проходило до ста человек. В 1946 году госпиталь уже расформировали, но несколько раненых



ещё долечивались. Госпитальные больные приходили и ко мне. Одному из них, с трофической язвой, пришлось сделать пересадку кожи, наращивая её «островками». Перед уходом на пенсию я десять лет года работала главной медсестрой курорта, под моим началом трудились 52 медсестры и аптекарь». На пенсию ушла в июле 2002 года. В копилке наград нашей героини немало различных званий и знаков. Так, в 1953 году ей в числе первых восьми человек присвоили звание «Ударник коммунистического труда». Она становилась ударником десятой и 11-ой пятилеток, отмечена знаком «Отличник курортов профсоюзов» и медалью к 100-летию со дня рождения В. И. Ленина. И во время работы, и на пенсии Ольга Дмитриевна занималась общественной работой. Была председателем товарищеского суда и школы наставничества, создала совет ветеранов курорта.

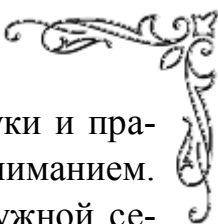

Своего мужа Вадима Гляуделя Ольга Дмитриевна встретила на... семинаре секретарей комсомольских организаций в 1949 году. Симпатичный, и непьющий парень пришелся девушке по душе. Они начали встречаться, потом жить вместе, но пожениться официально смогли лишь в марте 1951 года, когда их дочке Але шёл уже третий месяц. Меньше чем через два года в семье родилась вторая дочь, Люба. Но через восемь с половиной лет супруги развелись. Девочек поднимали бабушка с дедушкой, а маме пришлось зарабатывать деньги на содержание семьи. Брать больше полутора



ставок медсестре не разрешали, но она находила подработку. Выходила на ночные дежурства в онкологическую больницу, работала в здравпункте у китайцев.

Дочери выросли. Альбина окончила школу с золотой медалью, поступила в Иркутский госуниверситет по специальности «Прикладная математика», преподавала в школе. Вместе с семьёй 22 года прожила в поселке в 600 километрах севернее Магадана. В 2018 году её не стало – онкология. Любовь 37 лет проработала на почте. Живут мама и младшая дочка вместе. В родном городе живут дети Альбины Наталья и Алексей. Наташа – мама двух очаровательных девчонок, которые обе стали «подарками» прабабушке на 70-летие и 80-летие. Старшая Ирина продолжила дело Ольги Дмитриевны – в этом году она заканчивает Иркутский медицинский университет. И уже успела получить губернаторскую премию. Прабабушка гордится её успехами

В свои 93 года Ольга Гляудель делает практически всю работу по дому. Сохранять здоровье, по её твёрдому убеждению, помогает физическая работа, от которой она никогда не отказывается. У неё сохранилась великолепная память, и она с теплотой вспоминает годы работы. Работники курорта помнят её доброе сердце, умелые руки. В этом в году в день рождения Ольгу Дмитриевну навестила целая делегация работников курорта с огромным букетом цветом. Конечно, в жизни не все так гладко. Незаживающей раной стала смерть



старшей дочери. Но любящие дочь, зять, внуки и правнучки окружили её постоянной заботой и вниманием. Ольга Дмитриевна в курсе всех событий дружной семьи. Она радуется каждой удаче своих близких. Пожелаем же этой замечательной женщине жизни долгой, активной, в окружении цветов и любящих близких.

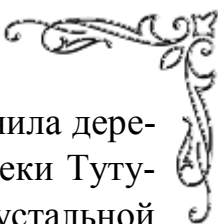
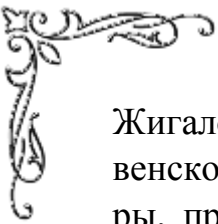
Инна Прокопенко «УГГ»

Мария Ивановна Грузных

Наша героиня прожила долгую жизнь. На долю её поколения выпали Великая Отечественная война, восстановление страны в послевоенных пятилетках, учительская работа, госслужба, профсоюзная деятельность. После ухода на пенсию, в Управлении социальной защиты населения занималась организацией службы для одиноких, престарелых граждан, нуждающихся в помощи – отделение помощи на дому.

Мария Ивановна Грузных – персональный пенсионер Российской Федерации, «Отличник народного просвещения» и «Активист профсоюзной работы». На выборных должностях проработала 28 лет, была делегатом I областного съезда женщин, I областного съезда учителей, участником симпозиума советских работников Сибири и Дальнего Востока.

Она родилась в 1926 году пятым ребёнком в многодетной семье из шести детей в деревне Келора

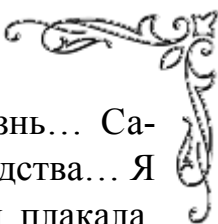
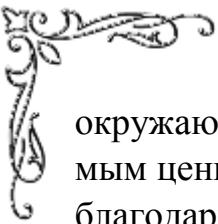


Жигаловского района. Всю жизнь она помнила деревенское чистое доброе детство на берегу реки Тутуры, притока реки Лены, с прозрачной хрустальной водой, яркой зеленью, иван-чаем, лесными пионами, багульником, лилиями и ромашками, колокольчиками и васильками, места, богатые лесными ягодами и грибами.

Родители воспитывали шестерых детей в труде и любви. И все они выросли порядочными и образованными гражданами нашей страны.

Наша героиня среди них. Её отличали уверенность, уравновешенность, интерес к событиям в стране и городе, к людям. Она не любила пустых разговоров, не уважала людей хвастливых, ленивых, двуличных. Не прощала подлости, предательства, язвительности. Ей по душе были люди открытые, искренние, честные и обязательные.

Она любила своё Усолъе-Сибирское. Как никто другой, знала его историю, людей, свою родословную. Писала небольшие книги своих воспоминаний. Много читала, знала много песен, любила оперу, вязала, жила хорошими воспоминаниями о прожитом и замечательных людях, с которыми её когда-то свела судьба. Вот так коротко охарактеризовала она прожитую жизнь в своей книге «О времени, моей семье и о себе»: «... Я никогда не позволяла себе унижать кого-то... Я бы отнесла себя (пусть это нескромно) к людям творческим, организованным и интересным... Всегда вовлекала



окружающих в активную и интересную жизнь... Самым ценным в себе нахожу чувство и силу родства... Я благодарю Бога за то, что жила, страдала и плакала, благодарю за то, что радовалась и любила. Прошу, Господи, дай моим внукам тепла и света, радости и покоя.»

Ну, просто молодец! Такие замечательные люди – достояние нашего города.

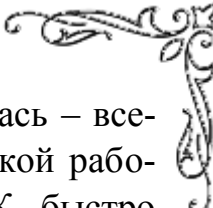
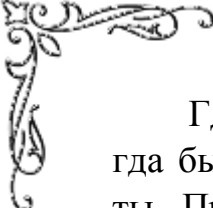
Зинаида Фёдоровна Дернова

Она недавно отметила свой 90-летний юбилей. Её большая жизнь началась 23.02. 1931 года. В неё вошли радости и удачи, огорчения и беды. Из всех невзгод она выходила победительницей.

С детских лет Зинаида Фёдоровна познала нелёгкий физический труд в годы Великой Отечественной войны и в последующее время. Работала на колхозных полях, на ферме, на лесозаготовках. Трудилась наравне со взрослыми. Она – труженица тыла.

С раннего детства осваивала рукоделие: вязала кружево с замысловатыми красивыми узорами, рукавицы, носки, умела ткать холсты и дорожки.

Благодаря её рукоделию родительский дом был украшен кружевными шторами и покрывалами, божницы – вышитыми набожниками, полы застилались самотканными дорожками.



Где бы Зинаида Фёдоровна ни трудилась – всегда была в передовиках, не чуралась никакой работы. Придя на работу в Вихоревский ДОК, быстро освоила специальность станочницы, заслужила почёт и уважение. Её фотографии на протяжении многих лет украшали заводскую Доску Почёта. Она с гордостью носила звание «Ударника коммунистического труда».

Поработала честно и достойно заведующей котлопунктом на лесопункте. Была удостоена знака «Отличник советской торговли», награждена медалью «За трудовую доблесть».

Огромная благодарность за прожитую достойную жизнь.

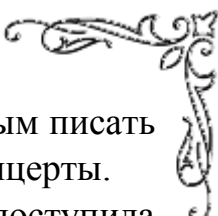
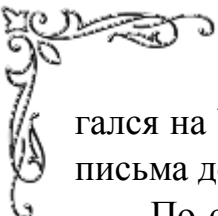
Анна Афанасьевна Дроздова

Дата рождения: 25 декабря 1926 года.

Семья жила на Дальнем Востоке, у самой границы нашей Родины.

Рано ушёл из жизни отец. По рекомендации пограничных органов семьи стали покидать этот край. Поехала большая семья Бирюковых, с нею – мама с девочкой Аней, которой было 4 года. Курс взяли на Усолье-Сибирское.

Здесь Аня окончила школу. Учась в школе, дети ходили в госпиталь для раненых бойцов, что распола-



гался на Усольском курорте, помогали раненым писать письма домой, стирали бинты, устраивали концерты.

По окончании 7 класса Анна Карелина поступила на курсы учителей начальной школы. Затем долгие 60 лет педагогической деятельности, совмещённые с деятельностью общественной.

Она работала в школах № № 1, 4, 5, 16, в школе-интернате №4, директором кинотеатра «Кристалл», инструктором в ГК КПСС.

Вырастила и воспитала дочь и сына, внуку рано ушедшей из жизни дочери Ирины. Внучка Лина закончила институт, работает журналистом в Шелехове. Имеет троих детей.

Анна Афанасьевна проживает рядом с ней. Ей 95 лет. Чувствует себя хорошо. Только сильно скучает по Усолью.

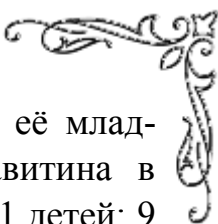

В своей жизни эта уважаемая женщина смогла пережить трудные годы войны, воспитать достойных своих детей, дать знания нескольким поколениям учеников, пройти путь борца за правду.

Спасибо Вам за всё.

Роза Михайловна Жмурова

Родилась в деревне Зятя Нижне-Илимского района Иркутской области 27 января 1931 года.

Образование начальное – 4 класса.



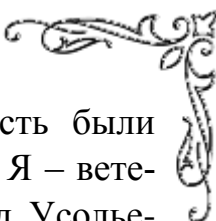
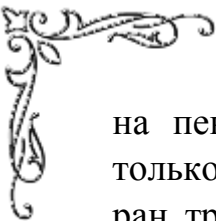
Со слов Розы Михайловны (записала её младшая дочь Валентина Владимировна Скавитина в 2021 году): «Семья у нас была большая – 11 детей: 9 девочек и два младших мальчишки. Мне было 10 лет, когда началась война, и отца забрали на фронт. Мама работала в колхозе на полях, старшие дочери работали на ферме доярками, младшие, в том числе и я, ухаживали за телятами.

Осенью собирали колоски, зимой вместе со взрослыми заготавливали дрова. Заготавливали рыбу, сбивали масло, вязали носки и всё отправляли на фронт. Для того, чтобы всё это передать государству, нам приходилось сплавляться на лодках до Нижнеилимска через Симахинские и Бубновские пороги.

Про школу – письменные работы делали только днём, потому что не было электричества и керосина. Чернила делали из сажи. Писали на полях газет. Почти все ребята после четвёртого класса уходили из школ и переходили в колхоз. Было тяжело и голодно, но держались, как могли. Это была война.

В колхозе проработала до 1960 года, потом переехали в Нижнеилимск.

Я всегда вспоминала с любовью свою деревню Зятья: заливные поля, речку Илим, где водилось много рыбы. В 1972 году переехали в посёлок Новая Игирма в связи с затоплением Усть-Илимского водохранилища. Работала в сельпо. В 1990 году пошла



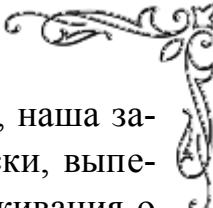
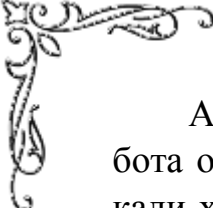
на пенсию. За всю трудовую деятельность были только благодарности за доблестный труд. Я – ветеран труда. В 2010 году переехала в город Усолье-Сибирское к дочерям Татьяне и Валентине. Здесь и живу».

Зоя Ивановна Закирова

«Родилась 28 ноября 1930 года в селе Тыргетуй Аларского района Иркутской области в семье крестьянина. Семья с тремя детьми: старший не вернулся с фронта, а мы с сестрой работали в колхозе на разных работах: веяли пшеницу, возили воду на колхозный огород, косили сено, возили снопы к молотилке.

В 1947 году окончила 7 классов, вышла замуж. В 1951 году приехали в город Усолье-Сибирское, и я начала работать в горздравотделе сначала уборщицей, затем выучилась на медсестру. Работала хирургической медсестрой, физио-сестрой, с лор-врачом и окулистом до 1993 года.

У меня множество Почётных грамот и благодарностей. Я ветеран Великой Отечественной войны и ветеран труда. Вырастила двоих достойных детей. Есть внуки и правнуки. Они меня радуют, любят, заботятся обо мне.



А в памяти моей – военное лихолетье, наша работа о фронтовиках (вязали рукавицы, носки, выпекали хлеб, писали письма солдатам), переживания о близких. Ожидания весточки с фронта, где на Востоке служил мой муж Галей Шарыпович (вернулся инвалидом).

Зарплата мизерная, работа без отпусков.

А ещё в памяти – хорошие люди – наши усольские доктора, слаженная работа, полное взаимопонимание и высокая ответственность.

Живу памятью!

Мои родные – дорогие мне люди – окружают меня заботой и вниманием. И я их очень люблю!

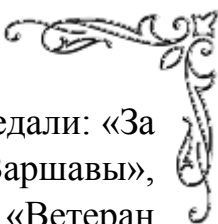
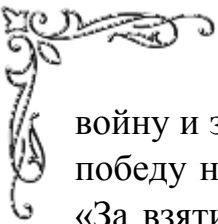
Закирова Зоя Ивановна

Антонина Владимировна Исакова

Дата рождения 13 января 1922 года. Место рождения – город Омск.

Отец мамы Малых В. Н. был коммунистом, и по доносу арестован в 1936 году. Реабилитирован посмертно в 1941 году.

Мама по окончании школы училась в педагогическом училище, но на последнем курсе была по собственному желанию зачислена курсантом в 540 бомбардировочный авиационный полк по ремонту авиаприборов. В мае 1942 года приняла присягу и была отправлена в воинскую часть, с которой прошла всю



войну и закончила её под Берлином. Имеет медали: «За победу над Германией», «За освобождение Варшавы», «За взятие Берлина», «За доблестный труд», «Ветеран труда».

В мае 1945 года состоялось бракосочетание отца и мамы.

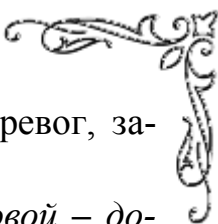
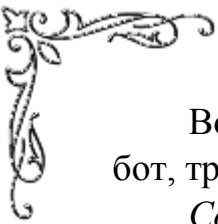
Отец, как военный, дослуживал в Германии до 1947 года, а мама уехала на свою родину – город Щучинск, где в 1946 году родилась дочь. Затем город Омск, куда уезжают родители. Мама уже заведует детским садом (1965-1977 годы) уже в Кемеровской области.

В свободное время мама хорошо шила, вязала, вышивала, очень любила дачу.

Родители всегда интересовались политикой, много читали. Занимали свободное время рыбалкой, зимой – лыжами.

С 1988 года родители живут в Усолье-Сибирском, рядом с ними и брат со своей семьей. Отец ушёл из жизни в 76 лет, а мама жила до 95 лет. Она продолжала активно жить до последних дней: хлопотала по дому, в огороде, вязала, ходила в магазин, дружила с соседями, угощала их своей замечательной стряпнёй.

Мама никогда не жаловалась на жизнь, редко обращалась к врачам. Она всегда утверждала, что прожила самую счастливую жизнь.



Вот оно – женское счастье, полное тревог, забот, труда, любви.

Со слов Светланы Алексеевны Булаковой – дочери Антонины Владимировны.

Анна Павловна Калмынина

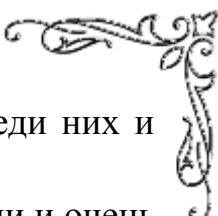
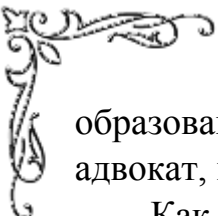
Уроженка села Армак Джидинского района Бурятской республики. Сегодня ей 88 лет. Она сохранила чуткую душу, сильный характер, заботу о детях и внуках, которыми очень гордится.

Ей ещё не было и семи месяцев, от рук врагов Советской власти погиб отец.

По окончании четвёртого класса у Ани началась взрослая жизнь. Она работала в колхозе за трудодни: собирала в поле колоски, гребла сено, серпом жала хлеб. В 15 лет её отправили на лесозаготовку. Она познала трудности работы в столовой леспромхоза и на заготзерне. Потом ещё заведовала магазином 5 лет.

И вот Усолъе-Сибирское! Школа-интернат №4 – кастилянша и заведующая хозяйством. Работала хорошо и долго. Заслуженный отдых начался в 1993 году.

Материнского тепла и заботы у Анны Павловны хватило на четверых детей, которые получили высшее



образование, стали достойными людьми. Среди них и адвокат, и журналист, и инженер.

Как её дети, так и внуки стали успешными и очень любят бабушку, которая любит их безмерно.

А бабушка Аня по-прежнему растит рассаду и содержит в идеальном порядке дачный участок (вместе с дочерью Ниной). А разновидности фиалок и гераней в её квартире может позавидовать любой цветовод.

Женщина она замечательная: скромная, заботливая, щедрая, терпеливая, трудолюбивая и мудрая.

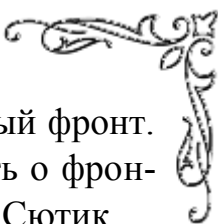

Пусть долго-долго горит в её доме свет, звучит её голос, по-доброму светятся её глаза

Людмила Благодетелева

Анна Пименовна Костомахина

Костомахин Пимен приехал со своим большим семейством (11 детей) в Красноярский край, Назаровский район, деревню Сюттик из Центральной России (как будто раскулаченная семья). Ну кто сегодня поверит, что такая большая семья могла нажить «неимоверные» богатства (да только лишь непосильным трудом!)

Троих из них мне и моей семье посчастливилось знать и жить с ними в родстве. Трое погибли на войне.



Младший Иван был призван на Восточный фронт. Сегодня никого из них нет в живых, память о фронтовиках увековечена на обелиске в деревне Сютик.

Около 90 лет прожила моя свекровь Костомахина Анна Пименовна (1921-2007гг.) на этой земле.



До войны приехала в Усолье-Сибирское, стала работать на усольском курорте. Тут её и застала война. Она в числе первых принимала раненых бойцов в январе 1942 года на курорте, который в начале войны превратился в военный госпиталь. И стала она санитаром или санитаркой – обмывала, стирала бинты, ухаживала за тяжелоранеными бойцами.

Была она молодой девушкой. И так до конца госпиталя. В 1948 году перешла на работу на Усольский «Химпром». Отсюда её проводили на пенсию.

Стала отменной бабушкой – вырастила троих внуков, детей сына Владимира (и моих). Её отличали строгость и забота, трудолюбие и мастерство (стряпала, вязала, чистюля была на зависть всем), была во всем честной и обязательной. Внуки её очень любили и бережно чтят память о ней. Она ветеран Великой Отечественной войны, награждена медалью «За победу над Германией».

Её долгая жизнь – пример для всей нашей семьи, пример честной, трудолюбивой, любящей матери и бабушки.

*От всех Костомахиных
Валентина Алексеевна Костомахина,*



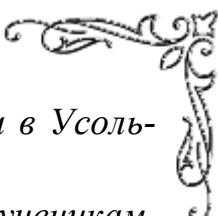

*Почётный гражданин города
Усолье-Сибирское.*

Евгения Агаповна Нечипоренко

«Сейчас, оглядываясь назад, я могу сказать только одно: даже если бы мне представилась возможность начать всё заново, я бы снова выбрала профессию учителя и прошла точно такой же путь». Это признание сделала Евгения Агаповна в день своего 91-летия на странице «Городской газеты» в рубрике «Усольские встречи». Практически всю свою жизнь (с 2-х лет) она прожила в Усолье. По окончании седьмого класса она работала на сользаводе, а по вечерам училась в вечерней школе. В 1950 году поступила в Иркутский государственный педагогический институт. По окончании его всю жизнь связала с Усольским образованием. Молодым специалистом пришла в школу №5, где проработала 24 года – сначала учителем русского языка и литературы, затем была завучем и директором. В 1980 году, когда школу №5 закрыли, она возглавляла коррекционную школу и там проработала до ухода на пенсию.

Я, Валентина Алексеевна Костомахина, ветеран педагогического труда, мне сейчас 72 года, с 5 по 10 класс училась у Евгении Агаповны.

В 1966 году я окончила школу № 5. Я, как моя любимая учительница, стала учителем. В 1970 году



окончила ИГПИ и все 40 лет проработала в Усольском образовании.

Подтверждаю её огромную любовь к ученикам, любовь к предмету, преданность учительской профессии.

Низкий поклон, уважение и любовь от всех учеников.



Живите долго, дорогая Евгения Агаповна.

Полякова Ираида Никитична

Ираида Никитична родилась в Кургане в 1930 году. В этом же году родители переехали в Тулун. Детские и юношеские годы Ираиды прошли в большой и дружной семье, в которой было четверо детей: три дочери и сын. Отцу, Никите Афанасьевичу, пришлось повоевать и в Гражданскую, и Великую Отечественную войны. Тулунская средняя школа, Тулунский учительский институт, счастливое замужество и любимая учительская работа в городе Усолье-Сибирское, куда молодая семья переехала в 1952 году. Судьба нашей долгожительницы представлена в очерке Бориса Барановского.

ЧУТКАЯ ДУША

*Живёт в природе чуткая душа:
Бормочет речка, шепчутся деревья.
От нас лишь надо – чтоб не нарушать
Всей этой жизни мудрое течение.*



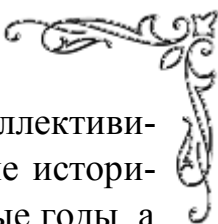
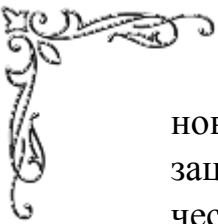
(Ираида Полякова. «Как нашу жизнь прожить без красоты»)

Они всегда и везде вместе: и дома, и на работе. Он выходит чуть раньше, идёт в гараж... Она ждёт на ближайшем перекрёстке. Должна ждать. Но где же ей устоять на месте!.. Частенько он настигает её, когда уж и до техникума рукой подать. Притормаживает у обочины, а она отмахивается: пешком ей лучше. Ей нравится ходить пешком, особенно по утреннему городу, который ей тоже очень нравится. С того самого дня, как они сюда приехали, и, как оказалось, навсегда. Город строился, хорошел, она не переставала им любоваться.

*Встаёт рассвет над сказочным раздольем,
Любуется студёной Ангарой.
Приветствую тебя, моё Усолье,
Любимый город, город трудовой!*

Эти стихи, наверное, рождались уже тогда, но напишет она их позже, подберёт мелодию, станут они гимном города Усолье, который будут распевать народные хоры, взрослые и дети. Это всё в будущем. Мы в него заглянем скоро. А пока о прошлом.

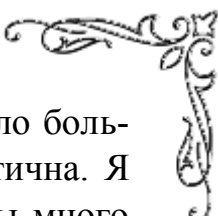

Детские воспоминания Ираиды Поляковой связаны со старинным сибирским городком под названием Тулун, куда в 1930 году родители с



новорожденной дочкой «бежали от коллективизации» из Кургана. Так что в памяти не историческая родина, а Тулун. Лихие тридцатые годы, а затем не менее лихие сороковые – из памяти не вычеркнешь. Но лучше помнится хорошее, навсегда расставившее в памяти важнейшие жизненные вехи: средняя школа, затем широко известная в послевоенное время «кузница педагогических кадров» – Тулунский учительский институт. Что тут важнее вспомнить: полученный диплом филолога или однокурсника Иннокентия Полякова? Диплом-то впоследствии заменил более весомый документ из Иркутского педагогического института, а вот однокурсник оказался «незаменимым», они пединститут заканчивали также вместе и, как нетрудно догадаться, уже никогда не расставались.

Вместе приехали в Усолье, вместе начинали педагогический путь в городских школах. Случилось это в 1952 году. Эх, отметить бы вскоре юбилей! Ведь нынче исполняется ровно 70 лет с начала их учительства. За это время много чего....

Заливистый звонок из прошлого – и на экране воспоминаний миловидный юный образ: первая золотая медалистка девятой школы Ольга Щербина. Год 1961.



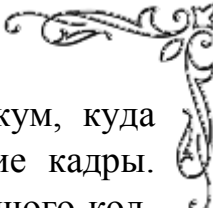
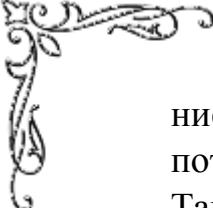
– Для школы, для всех нас это было большое событие, – говорит Ираида Никитична. Я хорошо помню. Жаль, что с Ольгой мы много лет не встречались. А хотелось бы. Да она, пожалуй, и не помнит...

– Как это не помнит? Помню, и очень даже хорошо!

Я не вижу лица Ольги, но голос хорошо передаёт эмоции моей собеседницы в Интернете.

Сейчас она столичная жительница, в Москве давно, работала в НИИ. Кандидат наук. Три года назад отметила 75-летний юбилей. Усолье и своих учителей никогда не забывала. Особый след в душе оставили Борис Александрович Павлов, учитель математики, а также чета Поляковых: Ираида Никитична, преподававшая русский язык и литературу, и физик Иннокентий Иванович. Это не просто предметники, они были подлинными учителями жизни, наставниками. Я их называю: мои Гуру. Они, я полагаю, сразу за порогом института решили «сеять разумное, доброе, вечное» в нашем уездном городке Усолье-Сибирское. Динамично вели уроки, при общей программе нагружали индивидуально по силам ученика. Это была песня, а не учёба!

«Школьная песня» для Поляковых продолжалась до 1965 года. В строящемся, развивающемся Усолье открылось новое учебное заведе-



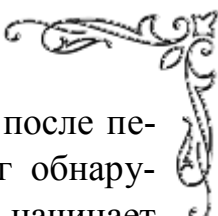

ние – химико-технологический техникум, куда потребовались опытные педагогические кадры. Так Поляковы оказались членами большого коллектива педагогов, мастеров, воспитателей. Это была вторая семья, расстаться с которой им было суждено

только в связи с выходом на заслуженный...
Наша долгожительница Ираида Никитична, пожалуй, единственный в Усолье здравствующий человек, открывший летопись УХТГ с первого дня его существования.

Для неё это были лучшие годы, насыщенные трудом, общественной деятельностью, бурной жизнью. Как и у большинства из нас: работа, дача, семья. А в семье – их уже не двое, а четверо.

*Мне давит плечи груз годов,
В последний миг хочу увидеть точно:
Два мальчика играют на полу –
Два сына, два родных росточка.*

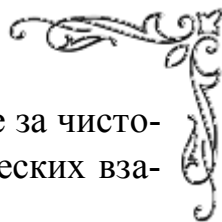
*На первом месте, конечно же, работа:
Познаешь работы плоды
И постепенного роста
И не раскаешься ты,
Что жил на земле очень просто.*



Замечено, что у некоторых людей после перенесённых сильных потрясений вдруг обнаруживаются новые способности: кто-то начинает видеть насквозь, кто-то находит себя в прошлой жизни, кто-то становится сомнамбулой и т. д. По этой причине или нет, но у нашей героини в весьма почтенном возрасте проявилось желание поэтически выражать свои мысли и чувства, в том числе и вот эти, материнские:

*Мой дорогой, любимый сын,
Не знаю, много ль мне осталось,
Случилось так, что ты один...
Один покоишь мою старость.
Не стало твоего отца
И брата, сгинувшего рано,
Года идут. Но без конца
Всё кровоточит эта рана.*

Пройдёт немного времени, и многие женщины, матери будут со слезами на глазах читать эти строки. Не сразу, но довольно скоро новое имя на усольском поэтическом небосклоне заметили газетчики, руководители литобъединения, стали публиковать, позже вышли сборники. Так на восьмом десятке Ираида Полякова вошла в сонм местных стихотворцев. И даже стала победителем конкурса. Тематика её творчества довольно разнообразна: любовь к родной природе,



призыв к её сохранению, как и к борьбе за чистоту родного языка и за чистоту человеческих взаимоотношений.

Ну и, конечно, посвящения родному краю. В том числе те, что стали песнями. Её стихи обращали в песни известные усольские музыканты Л. Зуев, В. Шипицын, А. Округин – давние знакомые поэтессы. Первичное знакомство состоялось в разные годы с ними как с руководителями народных хоров. А это ещё одна «слабость» Ираиды Никитичны, которой она была подвластна и в молодости, и на склоне лет. Будучи старейшей участницей хора «Родные напевы», она и под девяносто сохраняла своё природное звонко-голосие и музыкальность, чем снискала особую признательность тогдашнего руководителя Александра Округина. И так, девяносто вторая весна осталась за плечами. Есть о чём вспомнить, но есть ещё и о чём помечтать. Жизнь продолжается. Род Поляковых продолжают сын, две внучки, трое правнуков.

*Живу и помню, этот дар храню,
Ведь жизнь сама – большое это счастье,
И от души я всех благодарю,
Кто в моей жизни принимал участие.
(И. Полякова. «О счастье»)*

Борис Барановский



Октябрина Александровна Пелевина

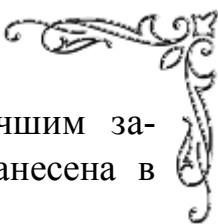

Родилась в октябре 1937 года в городе Кяхта Бурятской ССР. Училась в Иркутской школе, затем в Усольской школе №1. Свою трудовую деятельность начала в артели «Наша Сила» в 1953 году учеником в портновском цехе. Параллельно окончила вечернюю школу. Всё время занималась общественной работой на предприятии: участвовала в художественной самодеятельности, выборах, распространяла книги, разгружала вагоны и т. п. и одну за другой получала Почетные грамоты. Были среди них и обкомовские. Одна из наград – поездка в Венгрию.

Затем наша героиня стала мастером по пошиву верхней одежды, одним из первых бригадиров «Индпошива». Обучала учеников швейному делу.

Зимой шили верхнюю мужскую и женскую одежду, а летом переходили на лёгкую одежду.

Были в её жизни городские и областные конкурсы и учёба в «Университете марксизма-ленинизма». И по-прежнему продолжала общественную работу: то председателем профсоюзного комитета, то в народном контроле, то различные проверки, то рейды ДНД.

Была делегатом VI съезда профсоюза коммунально-бытовых предприятий в городе Москве (1967год).



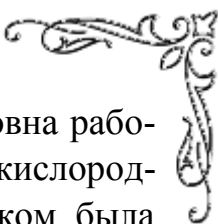

Октябрина Александровна была и лучшим закройщиком года, и рационализатором, и занесена в «Книгу Почёта» предприятия.

В 1974 году награждена орденом Трудового Красного Знамени.

А в 1992 году ушла на заслуженный отдых. Сейчас сестрички-близняшки живут вдвоём в своей квартире, гордятся своим прошлым, вспоминают о друзьях-товарищах, борются за свое здоровье. Их знают и уважают многие усольчане.

Тамара Александровна Пелевина

Пелевина Тамара Александровна родилась 18 октября 1937 года в городе Кяхта Бурятской АССР в многодетной семье. После окончания семи классов в школе № 1 города Усолье-Сибирское в 1953 году начала работать в промартели «Наша сила» в цехе по пошиву рабочей одежды. Затем была переведена в Индпошив. Без отрыва от производства окончила вечернюю среднюю школу. В этот период Тамара Александровна принимала активное участие в общественной жизни – была секретарём комсомольской организации и членом горкома комсомола. Была выбрана делегатом на областную комсомольскую конференцию, состоявшуюся в Иркутске в 1960 году.

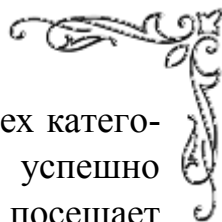
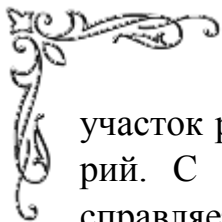


С 1963 по 1992 годы Тамара Александровна работала на Усольском химкомбинате, сначала в кислородном цехе, а с 1965 года в цехе 2702 аппаратчиком, была начальником лаборатории. Окончила химико-технологический техникум, Университет марксизма-ленинизма. Активно выполняла общественную работу: партийные поручения, была членом обкома КПСС трех созывов. Активно участвовала в создании женского Совета Химпрома. (1965год) вместе с Кудряшовой Верой, Инякиной Марией, Пелевиной Октябриной, Струльковой Надеждой.

За трудовые заслуги и свою общественную деятельность Тамара Александровна Пелевина награждена: нагрудным знаком ВЦСПС «За активную работу в профгруппе», орденом Трудовой Славы III степени, медалями «За доблестный труд. В ознаменование 100-летия со дня рождения В.И. Ленина», «Ветеран труда», Благодарностью Министра химической промышленности, неоднократно – Почетными грамотами и благодарностями предприятия, была занесена на Доску Почета и на Аллею передовиков п/о «Химпром».

Находясь на пенсии, активно участвует в мероприятиях ветеранской организации Усольехимпрома, входит в состав Совета организации.

С 2002 года Тамара Александровна – активный член организационно-методической комиссии городского Совета ветеранов. Ей поручен самый сложный




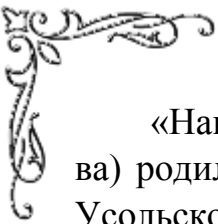
участок работы – ведение учета ветеранов всех категорий. С этой работой она ответственно и успешно справляется. Кроме основного поручения, посещает ветеранов на дому и оказывает им посильную помощь, участвует в организации и проведении мероприятий, как городского Совета, так и ветеранской организации «Химпрома». Принимала активное участие в подготовке материалов к изданию книги «Фронтовые подруги».

Тамара Александровна – ветеран женского движения в городе Усолье-Сибирское — награждена Почётной грамотой Иркутского областного Совета женщин. Неоднократно награждалась грамотами, дипломами и благодарностями Усольехимпром за участие в ветеранских конкурсах.

За активное участие в ветеранской работе, Тамара Александровна награждена грамотами и благодарностями городского Совета ветеранов. В ходе подготовки празднования 25-летия Усольской городской ветеранской организации Тамара Александровна Пелевина занесена в Книгу Почета Усольского городского Совета ветеранов в 2011 году.

Среди ветеранов пользуется авторитетом и доверием.

Варвара Ивановна Полякова



«Наша мама Полякова Варвара Ивановна (Булачёва) родилась 25 ноября 1928 года в деревне Жилкино Усольского района в многодетной семье.

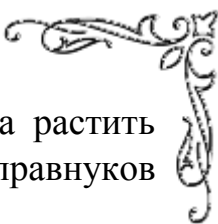

В свои неполные 17 лет начала свою трудовую жизнь в городе Усолье-Сибирское в мастерской индпошива. В 1947 году она уже мастер дамского легкого платья. Затем курсы закройщиков в Москве, выставка в Новосибирске и долгая работа в ателье «Сибирячка». И награды: медаль «За доблестный труд», Доска Почёта, грамоты, медаль «За доблестный труд в годы Великой Отечественной войны», юбилейные медали к 50-летию Победы, а также к 60, 65, 70, 75-летию Победы.

С 1985 года мама находится на заслуженном отдыхе.

Хочу сказать о глубокой преданности православию, церкви всегда помогала – стряпала просфоры, шила церковные одеяния, участвовала в генеральных уборках церкви, ходатайствовала об открытии Усольского храма. До сих пор посещает церковь (с помощью дочери).

Вся её жизнь – Труд!

Трудилась везде и всегда – никогда не сидела без дела. Занималась домом, детьми, огородом. Особенно красивыми были в саду георгины и гладиолусы всевозможных расцветок.



Мама вырастила дочь и сына, помогала растить внуков – их у неё пятеро. А сейчас и восемь правнуков – старшему 25 лет, младшим по 2 года.

Мы все очень любим маму – бабушку – прабабушку. Заботимся о ней, помогаем во всём. И очень благодарны мамочке за то, что она вырастила нас достойными людьми. Мы многого достигли»

Дети.

Мария Лаврентьевна Швецова

Я, Швецова Мария Лаврентьевна, родилась в глухой сибирской деревне Малая Тарель Качугского района Иркутской области на берегу таёжной сибирской реки Лены. В деревне было около 100 дворов, маленькая начальная школа, часовня, кузница, магазин и клуб.

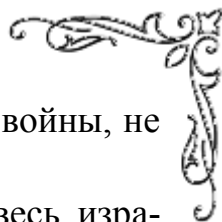
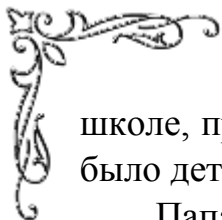
Песни, шутки, танцы под гармошку...

И вдруг началась война...

Все парни, молодые и красивые ушли на фронт. Ушёл и мой папа Быков Лаврентий Васильевич. Он был председателем колхоза «Большевик». Оставил маму с тремя маленькими детьми. Мы его через всю деревню провожали до переправы через Лену.

Сколько же мы хлебнули горя! Непосильный труд в помощь маме (брату старшему было 12 лет, мне – 9, младшему – 4 года).

Мама работала без выходных на ферме с утра и до вечера. А мы учились – полуголодные, в холодной



школе, при керосиновой лампе. У нас, детей войны, не было детства.

Папа вернулся с фронта в 1944 году, весь израненный, на двух костылях – калекой с кровоточащими ранами. Я ухаживала за ним. Побороли недуг – он остался живым. А я впоследствии награждена медалью «За доблестный труд в годы Великой Отечественной войны».

После начальной школы только два ученика – я и мой брат – пошли учиться дальше. Ходили в соседнее село за 5 километров, переплывали на лодке реку Лену.

После окончания средней Ангинской школы в 1950 году поступила в Иркутский госпединститут. Затем, после института – Бурятия:

Школа, уроки, походы. Горжусь тем, что стояла у истоков туризма и краеведения в Иркутской области. В 1962 году приехала в Усолье-Сибирское.

С 1963 года работала в средней школе №6 со дня её основания более 50 лет. Создала музей в школе – один из лучших в Иркутской области. Я стала «Туристом СССР», «Туристом-организатором», «Учителем-методистом». Я – отличник народного просвещения, награждена медалью «За доблестный труд», грамотами Министерства образования РФ, многими другими почётными грамотами.

Оглядываясь на прожитые годы, могу сказать, что я счастливый человек, познала радость любимого дела, зажгла искорки любви к родному краю в душах своих



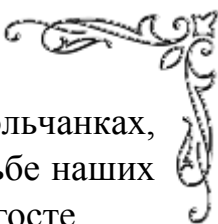
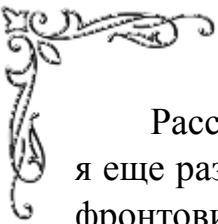
благодарных учеников. Мне есть, что вспомнить и чем гордиться в этой жизни.

Ваша Мария Лаврентьевна Швецова.

ФРОНТОВЫЕ ПОДРУГИ

В 2005 году, к 60-летнему юбилею Победы, городской Совет женщин издал книгу «Фронтовые подруги» об усольчанках-участницах Великой Отечественной войны.

Возвращаясь к героиням, через 17 лет дополню ещё одну сторону их замечательного жизненного пути – их долголетие. Пусть останутся наши героини в памяти родных, близких и всех усольчан крепкой волей к жизни, твёрдостью характера, жизнелюбием, человеколюбием и долголетием.



Рассказывая о детях войны – наших усольчанках, я еще раз хочу напомнить о долголетней судьбе наших фронтовичек, упокоившихся на усольском погосте.

Они в нашей памяти. И так будет всегда!!!

Валентина Костомахина

Нина Степановна Амгейзер

Родилась в 1924 году в городе Тулуне Иркутской области. Довоенное детство её было как у всех.

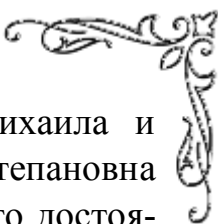
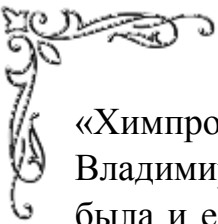
В 1942 году училась в профтехучилище. По собственной просьбе была направлена в военнотехническое училище. Затем – полк связистов-морзистов, следом – фронт, 133-й отдельный батальон связи 60-й армии на Орловско-Курской дуге. Передавала приказы, сообщения – не дай бог перепутать цифры. Ведь она была командиром отделения морзистов и ошибаться не имела права.

В свободное от дежурства время стояли часовыми у землянок и штабов. Доставляли сообщения по назначению, строили землянки (как правило, на время).

Много прошли дорог, всё испытали и вынесли.

Последним брали Будапешт, отсюда девушек в августе 1945года демобилизовали. В Усолье-Сибирском родители встречали дочь, на груди которой красовались несколько боевых наград.

Нина быстро включилась в гражданскую жизнь. Вышла замуж. Устроилась работать продавцом в ОРС



«Химпрома». Вырастила двух сыновей Михаила и Владимира. Есть внуки и правнуки. Нина Степановна была и есть в истории Усолье-Сибирского его достоянием!

Бибикелерия Галиулловна Валеева

Коренная усольчанка. Родилась 6 июня 1925 года. Когда началась война, оба брата ушли на фронт, а она, шестнадцатилетняя девушка, работала на кирпичном заводе.

Осенью 1941 года Бибикелерия добровольно пошла служить в армию. Попала в Монголию, где обучалась боевой подготовке оказанию первой медицинской помощи. После учёбы в 1942 году её направили в 162 резервную зенитную батарею. А осенью 1943 года их батарею эшелонам отправили в Сталинград. В знаменитом доме Павлова Бибикелерия принимала раненых. Спустя несколько месяцев, опять пришлось ехать через всю страну на Восток. Так в 162 зенитной батарее служила девушка до конца войны, но уже телефонисткой при штабе.

Награждена медалью «За победу над Японией», Орденом Отечественной войны II степени.

В 1945 году вышла замуж за капитана Ивана Яковлевича Волкова, которого уговорила приехать в Усолье. Впоследствии он работал председателем райспол-



кома, директором кирпичного завода, начальником автоколонны 1946.

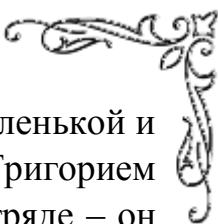
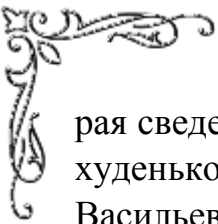
Особое место в их жизни занимают дети. Вырастили пятерых неродных детей, а в 1957 году у нашей героини родился сын Ваня, у него пятеро детей, которых бабушка обожает.

И работники «Химпрома» хорошо помнят скромную буфетчицу, которая обслуживала цеха №№ 121, 179, 92, 95, обслуживала добросовестно и с любовью.

Вот так скромно она совершила свой воинский, материнский, жизненный подвиг, прожив долгую жизнь на благо всем: родным, близким, знакомым.

Татьяна Леонидовна Ефремова (1922-2021гг.)

Родилась 17 января 1922 года в деревне Угрица Смоленской области Ельненского района. После школы окончила школу медицинских сестёр. Призвана Ельненским РВК в действующую армию. В её биографии есть боевая страница. С марта 1942 года по июль. 1942 года воевала в партизанском отряде имени Сергея Лазо на Смоленщине – бинтовала раненых, стирала бинты, ухаживала за ними. Ходила по деревням, соби-



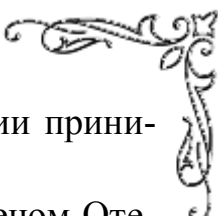
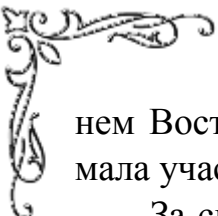
рая сведения о немцах (была незаметной – маленькой и худенькой). С будущим мужем Белоусовым Григорием Васильевичем встретила в партизанском отряде – он был сапёром. После войны жили на Смоленщине. Григорий Васильевич возглавлял совхоз. Вырастили двух сыновей – Александра и Олега.

Татьяна Леонидовна после войны до самой пенсии, до середины 1980 года, работала медсестрой в больнице. С 1994 года жила в Усолье-Сибирском с сыновьями. Скучала по Смоленщине и часто ездила на родину. Вот так эта маленькая худенькая женщина пережила всё: фронт, оккупацию, все тяготы войны, потерю близких, переезд в Сибирь, больничные трудовые будни, прожив почти до 100 лет. Это её жизненный подвиг!

Свой покой обрела в усольской земле, когда ей исполнилось 99 лет.

Валентина Николаевна Зернятко

Родилась 28 сентября 1923 года в селе Кимильтей Зиминского района Иркутской области. В 1941 году по окончании зиминской школы работала пионервожатой в школе села Филипповск. А в июле 1942 года была призвана в Красную Армию. Служила радисткой роты связи 618 БАО – батальон аэродромного обслуживания, обслуживала авиаполк истребителей, который базировался в районе города Спасск-Дальний (на Даль-



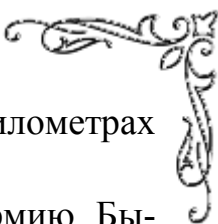
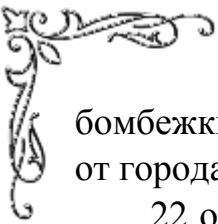
нем Востоке). В составе 9-й воздушной армии принимала участие в войне с Японией.

За свои боевые заслуги награждена Орденом Отечественной войны II степени, благодарностью Верховного Главнокомандующего т. Сталина, медалью «За победу над Японией».

Военная служба закончилась в октябре 1945 года. Наша героиня вернулась в свой родной город Зима. Работала библиотекарем. В 1945 году Валентина Николаевна с мужем, бывшим одноклассником, приехала в Усолье-Сибирское. Работала в Усольском райисполкоме. В 2013 году отметила своё 90-летие. Через какие испытания пришлось пройти нашей сибирячке! На пороге к столетию она сохранила остроту слухового восприятия – Богом данного дара!

Клавдия Ивановна Изотова
(1924-2013гг.)

«Родилась в городе Белеве Тульской области 15 ноября 1924 года. На пятый день войны в город стали прибывать эшелоны с эвакуированными из Бреста. Мы, комсомольцы, их кормили, помогали с одеждой и обувью. Вслед за эвакуированными пошли эшелоны с ранеными. Их размещали в школах. Были постоянные



бомбежки, линия фронта находилась в трёх километрах от города.

22 октября 1941 года меня призвали в армию. Была писарем, экспедитором, старшиной, комсоргом роты. Наш батальон на реке Оке построил 11 переправ. Мы их охраняли и обслуживали. За эти переправы меня наградили медалью «За боевые заслуги». Затем Орёл, Полтава, Чернигов, Минск, Латвия, Польша. За Варшаву имею благодарность от Сталина и медаль. А затем и Германия. За переправу на Одере меня наградили Орденом Красной Звезды. В Берлине я расписалась на стене Рейхстага: «Клава из Белева».

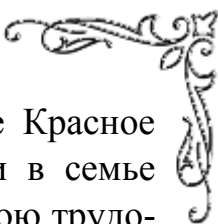

2 мая 1942 года состоялась моя вторая встреча с маршалом Жуковым.

17 мая 1945 года наш батальон отправили на Восток, а нас девчат и раненых отправили в 215 запасной полк 61 армии. До Бреста шли пешком, а затем в товарных вагонах доехали до Смоленска, а потом – домой.

В 1947 году вышла замуж. Один за другим родились трое детей. В 1966 году по приглашению друзей переехали в Усолье-Сибирское. С тех пор и живём здесь. Все дети связали свою трудовую деятельность с предприятиями города.

Изотова Клавдия Ивановна.

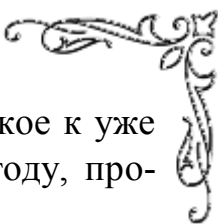

Елизавета Сергеевна Козлова



Родилась 12 сентября 1921 года в селе Красное Венгерского района Новосибирской области в семье шахтёра. В 1937 году окончила 9 классов. Свою трудовую деятельность начала в ГК ВЛКСМ инструктором школьного отдела. 25 июля 1941 года в числе 100 комсомольцев ушла на фронт. Сначала учебный комсомольский батальон связи при Западно-Сибирском военном округе в городе Новосибирске, затем – служба в городе Кемерово в 376-ой стрелковой дивизии. 10 ноября 1941 года выехали на фронт. Первые трудности – Маригем дойти до занятия своих рубежей – 250 километров. Бомбёжки, обстрелы, холод, страшная усталость и команда «Вперёд!» В своих воспоминаниях командующий генерал Жуков написал об этом походе: «Семь дней – и вот мы на месте. Идут жестокие бои, враг рвётся к Ленинграду. Дивизия без отдыха от адского марша сразу пошла в бой. Мы, девушки, служили в батальоне связи 376 стрелковой дивизии телефонистами и радистами».

Об этом в книге «Солдатская Сибирь». Конечно, было тяжело и страшно. Седина появилась в молодые годы. Демобилизовалась в декабре 1943 года, т.к. вышла замуж и уехала к больному отцу в город Коченево Новосибирской области.

Родила и вырастила семерых детей, за что имею награду – орден «Материнская слава» II степени.



В 1976 году переехала в Усолье-Сибирское к уже взрослым детям. Выйдя на пенсию в 1971 году, продолжала работать до 1994 года.

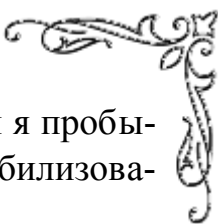
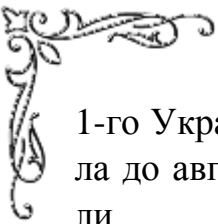
Имею 11 внуков.

За боевые заслуги награждена Орденом Великой Отечественной войны II степени, медалью «За оборону Ленинграда», медалью «За победу над Германией». Имею все юбилейные награды.»

Елизавета Сергеевна Козлова – одна из ярких активных женщин-фронтовичек. Её долголетие – это её встречи, участие во всех городских мероприятиях. Елизавету Сергеевну знали, уважали и любили все усольчане.

Анна Фёдоровна Липчак

«Родилась 10 августа 1924 года в селе Воробьёвка Винницкой области на Украине. Наша семья жила в городе Немиров. В 1941 году окончила 7 классов, а в июне началась страшная война. Вспоминаю весь ужас, охвативший нас. Не стало воды и света, всё было разрушено. Многих направили в Армию. Много людей погибло при бомбёжках, кто-то убежал в лес. Наши войска стали отступать, и в город вошли немцы. Мы ушли в лес. В лесу был организован свой призывной пункт. Сделали из палок стол, застелили красной тканью. Мы подходили и принимали присягу. Это было 29 марта 1945 года. Меня направили в часть ПППГ 2700



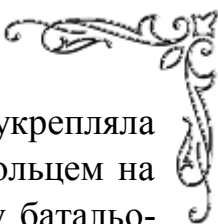
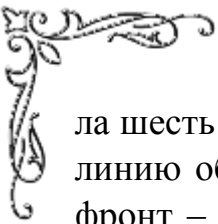
1-го Украинского фронта санитаром. В армии я пробыла до августа 1945 года. 7 августа меня демобилизовали.

В 1963 году приехала в Усолье-Сибирское и работала санитаркой в инфекционной больнице до 1980 года». – такой рассказ о своей жизни представила мне замечательная женщина (моя соседка по даче тётя Аня Липчак). Удивительно мудрая, трудолюбивая, открытая, щедрая, заботливая. Бог дал ей многие годы жизни – 91 год. Она всегда и во всём помогала близким – родным и чужим. Вырастила замечательного сына Николая. Он с семьёй живет в Усолье-Сибирском и соседствует с нами на даче. Не каждому дано так щедро жить – заботу и внимание всем дарить. В моей памяти она останется навсегда.

*С уважением и благодарностью –
Валентина Костомахина*

Александра Ивановна Манькова

Родилась в Ростове-на-Дону 25 марта 1926 года в простой семье – её мать была портнихой, отец – столяр. Отец умер в 1937 году. На руках у матери осталось пятеро детей, из которых Александра была старшей. До начала Великой Отечественной войны она закончи-



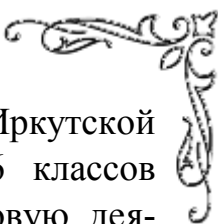

ла шесть классов. Наравне со взрослыми она укрепляла линию обороны, а в 1942 году ушла добровольцем на фронт – пристала к отдельному санитарному батальону. Её определили служить в железнодорожный эшелон, который со всех фронтов собирал раненых. Трудились и днём, и ночью – ухаживали за ранеными, помогали врачам в бесконечных хирургических операциях. В 1943 году её эшелон перебросили на Северный Кавказ, где она прошла всю службу до Победы. По окончании войны Александра переживала глубокое горе – мать, все братья и сёстры погибли во время воздушного налёта.

В 1945 году вышла замуж за Александра Манькова, сапёра.

Жили сначала в Ростове-на-Дону, потом уехали в Сибирь на родину мужа в Нижнеудинск. Затем переехали в Усолье-Сибирское.

Муж умер в 1957 году. Детей воспитывала мать в строгости и с любовью. Все пятеро – достойные и успешные люди. И их мама – рядовая медсестра (1942-1945 годы), защитница Отечества и своих детей, прожила долгую достойную жизнь. Её награды на сбережении у детей. И их память о самом дорогом человеке никогда не остынет.

Зинаида Андреевна Насырова
(Минзифа Айнутдиновна Аджигитова)



Родилась в городе Усолъе-Сибирское Иркутской области 06 ноября 1923 года. Окончила 6 классов усольской школы № 7. Начала свою трудовую деятельность в артели «Наша сила».

Начало Великой Отечественной войны встретила, работая уже на курорте, ставшем военным госпиталем.

В действующую армию призвали в 1942 году – в 68-ой отдельный батальон связи в городе Благовещенске.

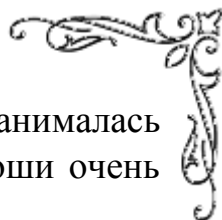
По окончании войны создала семью, родила четырёх детей, занималась их воспитанием, вела домашнее хозяйство.

Когда дети подросли, пошла работать на ТЭЦ-11 – сначала в медпункт, а затем няней в детский сад №20, где проработала до ухода на пенсию. Живёт в настоящее время со своей дочерью Зоей, которой уже за 70 лет.

Зинаида Андреевна – женщина в городе узнаваемая, уважаемая за своё трудолюбие, скромность, богатый жизненный путь, долголетие, любовь к жизни.

Клавдия Николаевна Пашнева

«Год моего рождения – 1922. Я из многодетной семьи –девять человек братьев и сестёр. Горжусь тем, что хорошо училась в школе, посещала многие кружки. В 1937 году вступила в комсомол. После учёбы в шко-



ле пошла работать на завод № 97. Активно занималась общественными делами. Все девушки и юноши очень любили свою Родину.

Когда началась война, я в числе других пошла в военкомат. В 1941 году меня приняли на курсы медсестёр. В апреле 1942 года я попала в армию и меня направили на Восток в 262-ой отдельный зенитный артиллерийский батальон. Так я стала зенитчицей и наводчицей. Потом и сама готовила для фронта зенитчиков.

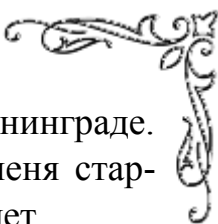
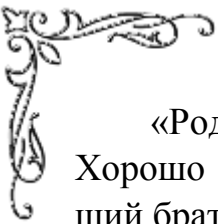
Каждая батарея находилась на отдельной сопке. Приходилось очень трудно. Девушки сами валили лес, делали землянки, на сопку носили воду в вёдрах, продукты. Мы были солдатами, сами обеспечивали себя. Это и был наш фронт.

В апреле 1944 года вступила в ряды Коммунистической партии. Была комсоргом батареи. Когда начались бои с Японией, участвовала в боевых действиях.

В октябре 1945 года демобилизовалась. Вновь вернулась на свой родной завод № 97, где проработала до пенсии. И всегда жила активно, задорно, с огоньком и долго». Да, эту женщину с огоньком помнят многие усольчане.

Анна Васильевна Семёнова

Из воспоминаний Анны Васильевны (май 2021г.)



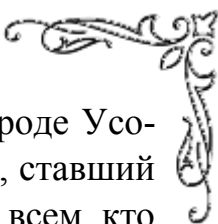
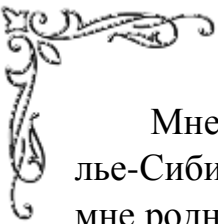
«Родилась я 22 декабря 1925 года в Ленинграде. Хорошо помню, как учил читать и писать меня старший брат моей мамы. И в школу я пошла с 6 лет.

В 1940 году окончила 10 классов и поступила в медицинский институт. Через год началась Великая Отечественная война, и я уехала к родственникам в Москву и сразу же пошла работать в госпиталь. А было мне тогда 18 лет. Принимали раненых бойцов с фронта, работали сутками.

Когда немцы отошли от Москвы, наш госпиталь перебросили на Воронежский фронт. Помню, как сейчас,

1943 год, тяжёлые бои за город Кантемировка, за взятие которого нашей дивизии было присвоено звание Кантемировская. 1944 год. Украинский фронт. Форсировали Одер восточнее Братиславы.

1945 год. Госпиталь вместе с войсками участвовал во взятии города Дрездена. Дошли до Дюссельдорфа и были направлены в Чехословакию и освобождали Прагу. Здесь я и закончила войну в 1945 году. Выехала со своей дивизией под Москву в Наро-Фоминск. В 1946 году вышла замуж, муж – военнослужащий. Родилась дочь Людмила. Из-за службы мужа приходилось часто менять место жительства: Латвия, Татарстан, Башкирия, Ангарск. В Усолье-Сибирское переехали в 1958 году. Награждена после войны медалью «Жукова», медалью «За победу над Германией».



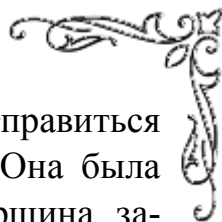
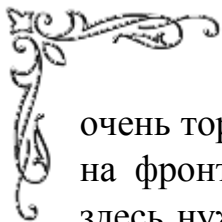
Мне сейчас 97 лет, живу с дочерью в городе Усолье-Сибирское. Люблю этот сибирский город, ставший мне родным, и он знает и чтит меня! Спасибо всем, кто дарит мне тепло, заботу, внимание. Особенно моей любимой единственной дочери Людочке за дочерний уход, ласку и терпение».

Таков жизненный путь военной хирургической медицинской сестры Анны Васильевны Семёновой – скромной русской женщины. И мэр города Усолье-Сибирское Максим Торопкин при посещении встал перед нею на колени в знак огромного уважения и благодарности.

Надежда Николаевна Струлькова

13 ноября 2003 года свой юбилей – 80 лет со дня рождения – отметила Надежда Николаевна Струлькова. Её знают химпромовцы старшего поколения, да и многие усольчане тоже. Надежда Николаевна большую часть своей биографии посвятила работе на Химпроме. Она представительница знаменитой династии Кудисовых, общий трудовой стаж на предприятии которой составляет более 600 лет!

В 1941 году 18-летней девчонкой Надежда Кудисова добровольно пошла в армию. В Чите она была зачислена на курсы радистов и служила в Забайкалье, а после двух месяцев учёбы стала радистом второго класса, ей было присвоено звание сержанта. Надя

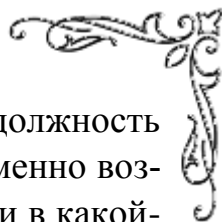
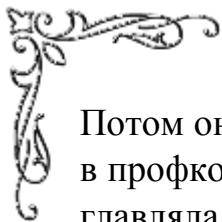


очень торопилась учиться, чтобы поскорее отправиться на фронт, но судьба распорядилась иначе. Она была здесь нужнее. Через три месяца она уже старшина, заместитель командира взвода. За четыре года службы Надежда Кудисова получила много благодарностей от командования.

В начале 1944 года её отправили на офицерские курсы, после окончания которых присвоили звание младшего лейтенанта. Младший лейтенант Кудисова была направлена в Борзю для подготовки фронтовых радистов в 13 полк связи 36 армии. В этом же полку она встретила офицера Иннокентия Струлькова и вышла за него замуж.

Демобилизовавшись в 1945 году, ещё 15 лет ездила с мужем-военным по гарнизонам. В 1960 году семья Струльковых вернулась в Усолье. Надежда Николаевна пошла работать на Химпром. Трудилась в секторе учёта парткома, затем много лет проработала в прфкоме предприятия заместителем по культуре и быту, вела большую общественную работу. Распределение квартир, детских садов, путёвок, организация культурно-массовых мероприятий – это лишь малая часть того, чем приходилось заниматься Надежде Николаевне Струльковой. Её всегда отличали чуткость, принципиальность, большая ответственность за порученное дело и любовь к людям.

В 1963 году Надежду Николаевну назначили начальником отдела технического обучения (ОТО).

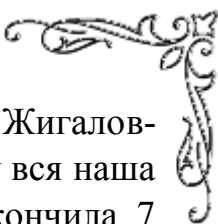
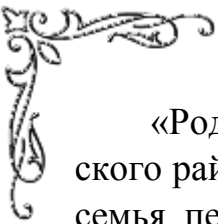


Потом она вновь возвратилась на выборную должность в профком, а с 1973 по 1986 годы вновь бессменно возглавляла ОТО. Она очень любила эту работу и в какой-то мере осуществила мечту детства – стать педагогом. Только ей пришлось обучать взрослых людей.

Под её руководством многие годы на Химпроме активно работал женсовет. В 1986 году Надежда Николаевна ушла на пенсию, но долгие годы занимается общественной деятельностью. Она является общественным секретарём городского Совета ветеранов и поддерживает связь со многими пенсионерами своего родного предприятия, помогает им по мере возможности, организует различные праздничные мероприятия для ветеранов войны и труда нашего города. Несмотря на свой почтенный возраст, Надежда Николаевна остаётся деятельным участником всех городских событий и встреч ветеранов. За активное участие в ветеранском движении 21 марта 2000 года она была награждена Почётным знаком Российского комитета Вооружённых сил, а в марте 2003 года Почётной грамотой губернатора «За большой личный вклад в организацию женского движения области».

Жизненный путь Надежды Николаевны достоин уважения! И долгая жизнь является ярким примером служения людям, заботы о каждом человеке и желания помочь. Она – золотой женский фонд нашего города.

Елена Степановна Сулим



«Родилась я в деревне Дальняя Загора Жигаловского района Иркутской области. В 1930 году вся наша семья переехала в село Жигалово, где я окончила 7 классов.



В начале 1942 года я начала свою трудовую деятельность на перевалочной базе Золотопробснаба, а в июле 1942 года была призвана в армию. Военная служба проходила на станции Мучная в 616-ом батальоне 9 воздушной армии аэродромного обслуживания в качестве шофёра. Машина моя – бензовоз – доставляла к военным самолётам горючее. Мы заправляли самолёты, охраняли их, подвозили снаряды.

Сами себя обеспечивали теплом, овощами.

А в октябре 1945 года нас по-царски провожали: на складе выдали по большому чемодану, по 20 метров ткани, ботинки на каблучке и туфли. Даже деньги выдали. Дома ждала больная мама, три сестрёнки школьницы. Я вернулась домой в Жигалово, награждённая медалью «За победу над Японией», благодарностью Сталина. В 1950 году приехала в Усолье-Сибирское, жила у тёти, работала на заводе горного оборудования, помогала сестрёнкам, что учились в Иркутске. Работала до 1991 года».

«Прожила мама 97 лет, и мы, дети, жили в счастливой семье: работающей, дружной, культурной, доброй.

Мама помогла нам вырастить детей – своих внуков. Мы получили высшее образование и стали до-



стойными людьми. И до сих пор ощущаем любовь мамы и жизнь свою измеряем её мерками.

Вот это жизнь! Подвиг во имя Родины, родных, семьи».

Со слов дочери Травниной (Сулим) Татьяны Ивановны,

ПРАВИЛА ДОЛГОЛЕТИЯ ОТ ФЁДОРА УГЛОВА

1. Безродные долго не живут.
2. Сохраняй дух.
3. Умей отвечать за семью.
4. Люби свою работу.
5. Не пей и не кури.
6. Держи нормальный вес, не передай.
7. 7. Будь осторожен за рулём.
8. Вовремя посещай врача.
9. Люби своё тело, соблюдай режим.
10. Главное – всю жизнь делай добро.

МУДРОСТЬ ВЕКОВ

Хочешь быть здоровым – изгони из сердца все досады.

Обжора роет себе могилу зубами.



Смейся побольше – проживёшь подольше.

Хорошее настроение – основа долголетия.

*Ничегонеделание ведёт за собой нездоровье;
напротив того, устремление ума к чему-либо
приносит с собой бодрости, вечно направленную
к укреплению жизни.*

Гиппократ

*Короткую жизнь мы не получаем, а делаем её
такою; не бедны мы жизнью, а пользуемся её
расточительно. Жизнь длинна, если ею умело
пользоваться.*

Сенека

*Будем держаться всегда сообразно с возрастом
каждым.*

Гораций

*Потери наших сил гораздо чаще являются след-
ствием порывов юности, чем разрушительного
действия лет. Невоздержанная и сластолюбивая
молодёжь передаёт старости изношенное тело.*

Цицерон

Не дай душе твоей забыть, чем силы в юности



*кипели...
саков*



И. Ак-

*В старости нет лучшего утешения, чем сознание
того, что все силы в молодости отданы делу,
которое не стареет.*

А. Шопен-

гауэр

*Мне нравятся в молодом человеке какие-либо
хорошие черты старости, а в старости – какие-
либо хорошие качества молодости*

Ци-

церон

*Старые люди имеют право поучать, советовать.
Умей уважать это моральное право.*

В. А. Сухомлинский

*Резвость, увеличивающая к старости, недалеко от
глупости.*



Ф. Ларош-

фук

*Как путнику мираж является в пустыне, так
память о былом – отрада стариков.*

П. Бе-

ранже



Неразумно бояться того, что неизбежно.

Публилий

Сир.

Нужно, чтобы все мы помнили, что должны умереть и, чтобы все жили так, как если бы были уверены, что должны жить вечно.

Ф. Гвиччардини

Никто не желает старости, но все хотят долго жить.

П. Буаст

Когда человек обнаруживает, что он постарел? Когда перестаёт жить надеждами и живёт лишь воспоминаниями.

Ф.


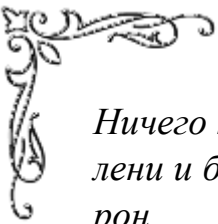
Зандерс

Молодиться – это значит поздно приниматься за образ жизни, не соответствующий возрасту.

Теафраст

И старость полна наслаждений, если только уметь ею пользоваться.

Сенека



*Ничего так не следует остерегаться в старости, как
лени и безделья.*
рон

Цице-

В старости надо больше делать, чем в молодости.
И. Гёте.

*Порой обманчива бывает седина:
Так мхом покрытая бутылка вековая
Хранит струю кипучего вина.*

М. Ю. Лермонтов

Чем лучше человек, тем меньше он боится смерти.
Л. Н. Толстой

*Мысль о смерти вводит нас в заблуждение, ибо она
заставляет нас забывать жить.* Л. Вовенарг

*Кто боязливо заботится о том, как бы не потерять
жизнь, никогда не будет радоваться ей.* И. Кант

Жизнь – вечность, смерть лишь миг.

М. Ю. Лермон-

тов

*Возненавидеть жизнь можно только вследствие
апатии и лени.*

*Л. Н. Тол-
стой*

*Цель-то жизни в том и заключается: жить так,
чтобы и после смерти не умирать.*

М. Джалиль

*Не могут люди вечно быть живыми,
Но счастлив тот, чьё будут помнить имя.*

А. Наваи

*Как хорошо прожитый день даёт спокойный сон,
так с пользой прожитая жизнь даёт спокойную
смерть.*

*Леонардо да
Винчи*

*Жизнь – это то, что люди больше всего стремятся
сохранить меньше всего берегут.*

Ж. Лабрюйер

*«Не старость сама по себе уважается, а прожитая
жизнь. Если она была...»*

*Василий Шук-
шин.*



В старости нет лучшего утешения, чем сознание того, что все силы в молодости отданы делу, которое не стареет.

А. Шопенгауэр

эр

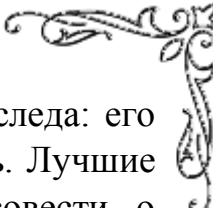
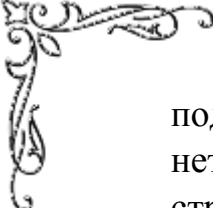
«У нас нет чувства своего начала и конца. И очень жаль, что мне сказали, когда именно я родился. Если бы не сказали, я бы теперь и понятия не имел о своём возрасте – тем более, что я совсем не ощущаю его бремени – и, значит, был бы избавлен от мысли, что мне будто бы полагается лет через десять или двадцать умереть. А родись я и живи на необитаемом острове, я бы даже и о самом существовании смерти не подозревал.

«Вот было бы счастье!» – хочется прибавить мне. Но кто знает? Может быть великое несчастье. Да и правда ли, что не подозревал бы? Не рождаемся ли мы с чувством смерти? А если нет, если бы не подозревал, любил ли бы я жизнь так, как люблю и любил?»

«Жизнь Арсеньева» Иван

Бунин

«Одно хорошо: от жизни человечества, а от веков, поколений остаётся на земле только высокое, доброе и прекрасное только это. Всё злое,



подлое и низкое, глупое не оставляет следа: его нет, не видно. А что осталось, что есть. Лучшие страницы книг, предания о чести, о совести, о самопожертвовании, о благородных подвигах, чудесные песни и статуи, великие святые могилы, храмы, соборы...»



«Богиня разума» Иван Бунин

ПОЭТЫ О ВОЗРАСТЕ МУДРОСТИ

*Приятно утром потянуться,
Глаза с улыбкою открыть...
Пускай былому не вернуться,
Но столько еще может быть...*

Константин Ваншенкин

Что за люди, что за прыть!
И как смотрят браво!
Словно немощными быть
Не имеют права.
Не дана им эта власть
Жизнь влачить в печали.
А дано им – лишь упасть,
Прямо, как стояли.
Их бесстрашные сердца,



Все почти отстукав,
Оптимизмом до конца
Раздражают внуков.

Валентин Сорокин

Старая яблоня

Эту яблоню раньше всех,
Прихорашивающе густо,
Лепестковый осыпал снег,
Чтоб не стало в саду ей грустно.
Мне казалось – прошли года,
Не пылать ей, ветрами битой.
Только будет в ночи звезда
Плыть над нею своей орбитой.
Но горит и сияет вся,
Каждой жилкой в рассвет трепещет
И, метельный огонь неся,
Ветер солнечный звоном плещет.
И порывисто, и легко
Встрепенулась она от снега.
И душа её далеко
Улетает сейчас, как эхо.
Улетает во мгле туда,
Где на грани любви рискованной,
Пропадают её года



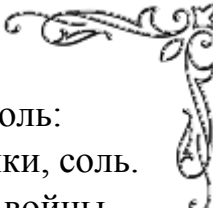
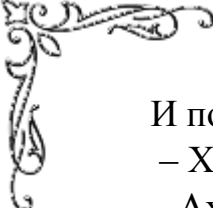
В море памяти лепестковой.

Инна Коноплёва

Лишь встанет солнце с облака-подушки
И город начинает новый день,
Штурмуют транспорт бабушки-старушки,
Как им в такую рань вставать не лень.
Не в церковь, не на рынок, не к подружке,
На них порой водители кричат.
Куда же едут бабушки-старушки?
Растить и нянчить маленьких внучат.

Да, здесь не просто кашки да ватрушки,
И здесь не просто балуют внучат,
Хозяйственные мудрые старушки
Нам поколение новое растят.

Жизнь подарила бабушке немного светлых дней –
Война и революция катком прошли по ней.
И, пережив разруху, познав нужду и боль,
Запас она хранила: фунт мыла, спички, соль.
Учила внуков бабушка, как надо жизнь прожить:
Чтить Бога, не лукавить, деньгами не сорить,



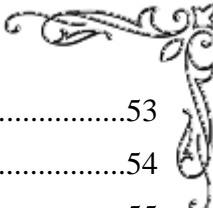
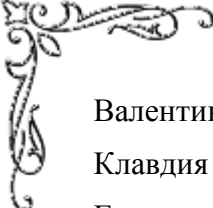
И повторяла бабушка как клятву, как пароль:
– Храни всегда в запасе фунт мыла, спички, соль.
– Ах, бабушка, ах лапушка, давно уж нет войны,
Твои запасы, бабушка, сегодня не нужны.
– Какая же ты глупая, неужто невдомёк,
Чем был в годину лютую мне спичек коробок.
И кто бы мог подумать, что бабушкин урок
Лихие девяностые нам пережить помог.
Я часто по привычке взгляну на антресоль,
А там хранятся спички, коробки с мылом, соль.
У нас под мирным небом покой и тишина,
Но бабушкам-бедняжкам ночами не до сна:
Они не доверяют коварству тишины
И молят, чтобы внуки не ведали войны,
И верят: их поклоны, что истово кладут,
От войн и революций Россию сберегут.
У этих-то старушек заметишь исподволь
Старинные мешочки: в них мыло, спички, соль.
Твои наказы, бабушка, я бережно храню,
В них будущее с прошлым узлом соединю.
Как оберег, как ладанку, молитву «Аз воздам»,
Твои наказы, бабушка, я внукам передам.



Константин Бальмонт

Свеча горит и меркнет,
И вновь горит сильнее,
Но меркнет без возвратного
Сиянья юных дней.
Гори же, разгорайся, пока ты юн.
Сильней, полней касайся
Сердечных звонких струн.
Чтоб было что припомнить
На склоне трудных лет,
Чтоб старости холодной
Светил нетленный свет –
Мечтаний благородных,
Порывов молодых,
Безумных, но прекрасных,
Безумных – и святых.

Оглавление	Стр
ОТ АВТОРА.....	5
До ста лет без старости	5
Одиночеству – нет!.....	10
ЗНАКОМЬТЕСЬ:.....	11
Наталья Петровна Берестенникова.....	15
Ольга Дмитриевна Гляудель (Саламатова).....	16
Мария Ивановна Грузных	22
Зинаида Фёдоровна Дернова.....	24
Анна Афанасьевна Дроздова.....	25
Роза Михайловна Жмурова	26
Зоя Ивановна Закирова	28
Антонина Владимировна Исакова	29
Анна Павловна Калмынина.....	31
Анна Пименовна Костомахина	32
Евгения Агаповна Нечипоренко	34
Полякова Ираида Никитична	35
Октябрина Александровна Пелевина	42
Тамара Александровна Пелевина	43
Варвара Ивановна Полякова	45
Мария Лаврентьевна Швецова.....	47
ФРОНТОВЫЕ ПОДРУГИ	49
Нина Степановна Амгейзер.....	50
Бибикелерия Галиулловна Валеева	51
Татьяна Леонидовна Ефремова.....	52



Валентина Николаевна Зернятко	53
Клавдия Ивановна Изотова	54
Елизавета Сергеевна Козлова	55
Анна Фёдоровна Липчак	57
Александра Ивановна Манькова	58
Зинаида Андреевна Насырова.....	59
Клавдия Николаевна Пашнева	60
Анна Васильевна Семёнова.....	61
Надежда Николаевна Струлькова.....	63
Елена Степановна Сулим	65
Правила долголетия от Фёдора Углова.....	67
Мудрость веков.....	67
Поэты о возрасте мудрости	74



Валентина Костомахина

Возраст
мудрости

Издаётся в авторской редакции

Обложка: фото из Интернета