



Раз - два - три - четыре, руки выши, ноги шире!

Врачи, чиновники, простые жители Саратова, здоровые и не очень, собрались 21 августа рано утром у речного причала. Все ждали, когда к нам прибудет шикарный теплоход «Юрий Никулин». И не для того, чтобы на нем отправиться в путешествие, а чтобы на его борту больные люди могли проверить свое здоровье. В Москве недавно зародилась всероссийская акция «Волна здоровья». Ведущие медики страны спускаются вниз по Волге и в каждом городе абсолютно бесплатно стараются помочь нуждающимся людям. Только вот Саратову сразу с этим не повезло.

Теплоход должен был причалить к берегу ровно в 9 утра, но его даже не было на горизонте. Как оказалось, еще ранее он сломался в районе Балакова, где заглох посреди Волги. Именитых столичных врачей ссадили на берег, а саратовским властям ничего не оставалось, как отпустить больных по домам. Зато все желающие, которые остались-таки на берегу, могли проверить себя в мобильных центрах здоровья, а также зарядиться бодростью.

У речного вокзала всех на утрен-

нюю зарядку приглашал знаменитый саратовский спортсмен, гребец, призер Олимпийских игр Сергей Улегин. Профессиональную команду ему составили акробатки из спортклуба «Сокол».

- Сейчас мы занимаемся спортивной акробатикой, умеем делать сальто, шпагаты, броски. Но все ведь начинается с простых движений, таких, как на этой зарядке, - улыбаются юные красотики. - Конечно, было такое, что мы уставали в акробатике, хотели не раз все бросить, но теперь мы понимаем, что спорт для нас - это жизнь.

Под ритмичную музыку и ободряющие слова олимпийца девчата прыгали на набережной и зазывали прохожих. «Разрабатываем руки, плечи, ноги, шею, чтобы двигаться было легче и веселее! Еще раз-два-три-четыре!» - громко звучало над Волгой.

- Физическая культура и спорт - это возможность быть здоровыми, хорошо выглядеть и чувствовать себя на все 100! - уверен Сергей Улегин. - Для ребенка спорт - это, в первую очередь, азарт, игра, которые затем переходят в высокие результаты. Когда я сам был юным и занимался спортом, то даже не думал, что за-

## Саратовцы делали зарядку, сдавали кровь и узнавали о своих болячках

воюю медаль Олимпийских игр.

Набравшись сил после такой утренней разминки, дальше можно было проверить свое здоровье. Настоящие очереди собрались у мобильного пункта сдачи крови. Сюда пришел и артист Саратовского государственного академического театра драмы имени Слонова Александр Кузьмин.

- Я уже много раз сдаю кровь. Сейчас мне позвонила знакомый врач и рассказала об этой акции, я и пришел, - говорит Александр.

Впервые на такой шаг Кузьмин решился после того, как в 2008 году

первый такой медпункт посетил Сергей Улегин. Подсоединив его к проводкам, врачи даже удивились - настолько здоровых людей они здесь видят совсем нечасто.

- Результаты Вашего обследования очень хорошие, просто прекрасные! - признают специалисты.

Хотя сам именитый спортсмен отнесся к озвученным цифрам немного скептически.

- Раньше, пока я не бросил заниматься спортом, было лучше, - улыбнулся призер Олимпиады 2008 года.

Всего за время акции в мобиль-

ном центре здоровья прошли обследование более 80 жителей города и области, а в диабет-центре уровень сахара в крови проверили порядка 200 человек. Причем у трех медики обнаружили нарушение углеводного обмена и еще у трех пациентов впервые был выявлен диабет. Их сразу автоматическими поставили на учет к эндокринологу, который проведет полноценную диагностику и лечение.

Оздоровился  
Артем БЕЛОВ,  
фото автора

# ЗДОРОВЬЕ ОКАТИЛО ВОЛЖСКОЙ ВОЛНОЙ

**Долгожданный «Юрий Никулин» прибыл в Саратов только 27 августа, и столичные врачи приняли больных**

трагически погиб его очень близкий, родной человек.

- С тех пор я решил помогать другим нуждающимся людям, - поясняет артист.

Вместе с ним донорами стали в этот день более 50 человек, каждый из которых сдал около 500 миллилитров крови.

В мобильном центре здоровья по соседству проходили менее кровавые процедуры.

Медики каждому могли измерить уровень сахара и холестерина в крови, с помощью компьютеров определить состояние сосудов и сердца, органов дыхания. Одним из



Александр Кузьмин своей кровью поможет людям



Игры по бабушкиным рассказам

## Российские немцы раскрыли свои национальные секреты

Императрица Екатерина II двести пятьдесят лет назад подписала манифест о приглашении иностранцев на территорию Российской империи и пообещала за их службу здесь большие преференции. Согласно этому документу на территории Саратовской губернии должны были поселиться немцы. С тех пор чего только не было в отношениях между двумя народами. Особенно драматичными они оказались, конечно же, во времена Великой Отечественной войны. С 1924 по 1941 годы на территории Саратовской и Волгоградской областей развивалась республика немцев Поволжья. Потом, в конце 1941 года, в ходе депортации всех российских немцев сослали за Урал и в Казахстан.

- Мой дедушка был на фронте и воевал за СССР. И прямо оттуда, не заезжая домой к семье, он был сослан в Удмуртскую республику, - печалится Маргарита Бауэр, координатор международного лагеря российских немцев. - Когда я была маленькой, мне приходилось слышать нехорошие слова, связанные с войной.

Те страшные времена давно остались в прошлом, и теперь современные российские немцы стремятся жить в мире и согласии с остальными народами, населяющими нашу страну, и при этом не забывают своих корней. На прошлой неделе на проспекте Кирова в Саратове любой желающий мог разучить несколько танцевальных движений, поиграть в традиционные немецкие забавы, попеть песни, подучить язык. А девушкам предоставили возможность попрактиковаться в плетении немецкого свадебного венка.

Открыла праздник немецкой культуры театрализованная историческая постановка. Несколько пар исполнили менуэт. Затем к зрителям вышла императрица в сопровождении графа Орлова и зачитала манифест. После чего молодые люди в национальных костюмах пригласили прохожих принять участие во всеобщем веселье.

- Все сегодняшние мероприятия традиционны именно для российских немцев, - рассказала Марина Даудрих. - Например, бабушки в возрасте 80 лет показывали нам игры, в которые они сами игра-

ли. Мы их воспроизвели, потому что это должно передаваться из поколения в поколение. Ведь хочется все это сохранить. Наша цель не только рассказать, но и привлечь людей в наши общественные организации. Среди участников есть ребята, которым просто интересны немецкий язык и культура.

Особым интересом у прохожих пользовались немецкие рукоделия - умение скручивать из воздушных шаров различных зверушек и плетение свадебных венков.

- Мне бабушка посоветовала показать, как делаются некоторые элементы из венка невесты, - делится секретами мастерства Ирина Эккерт. - Этим занималась мастерица, которая чаще всего была одна на деревне. На край проволоки наматывалась ватка и окуналась в воск, получались капельки. К ним

вплетались золотинки и зеленые листочки, которые символизировали жизнь и благополучие семьи. Добавлялись также бусинки. Затем венки собирали и привязывали ленты. Чем они были длиннее, тем, считалось, дольше и счастливее будет жизнь молодых. Мы здесь, конечно, не будем делать венки целиком, а отдельные элементы соберем в цветочки, и получится либо булавочка, либо заколочка.

Зажигательное веселье царило на танцевальной площадке. Под задорные немецкие мелодии прохожие с удовольствием пускались в пляс - притопывали ножками, махали ручками и постоянно кружились.

- Мне чрезвычайно интересно, хотел бы кинуться в этот хоровод, но я движений не знаю, - посетовал стоящий в стороне Роман.

Две девушки в немецких костю-

мах легко подхватили его под руки и увлекли в вереницу пар, исполняющую «променад». Это незамысловатый танец, в котором, тем не менее, очень легко запутаться. Надо сделать несколько шагов вперед-назад, попрыгать в разные стороны, девушка проходит у парня под ручкой, а потом пары меняются партнерами. При большом количестве участников не успеешь перетанцевать и с половиной из них. Темп музыки постоянно нарастает, и «променад» превращается в настоящую суматоху, в которой все хохочет и кружится. И даже те, кто просто остановились посмотреть на минутку, не могли удержаться и присоединиться к всеобщему безудержному веселью.

Кружилась в танце  
Екатерина ГОЛУБЕВА,  
фото автора

## СПЛЕСТИ ВЕНОК НЕВЕСТЫ И НА «ПРОМЕНАД»



Ножками потопали, ручками похлопали