

переживає сьогодні глибокі процеси реформування, модернізації, адаптації до кращих європейських і світових стандартів. Екологічна освіта й виховання повинні стати стрижнем не тільки всієї сучасної освіти, а й нормою поведінки кожної людини.

Екологічна освіта має забезпечувати наявність компетентних спеціалістів, що володіють відповідними знаннями, навичками та вміннями.

Подолання екологічної кризи залежить від морального вдосконалення людини, її культури і відносин із природою та іншими людьми. Якщо люди в найближчому майбутньому не навчаться дбайливо відноситися до природи, вони знищать себе. А для цього треба виховувати екологічну культуру і відповідальність.

Список використаних джерел

1. Бузенко І.Л. Формування еколого-валеологічної компетентності майбутніх учителів початкової школи в процесі професійної підготовки у педагогічних коледжах. Дисертація. Вінниця, 2018.– С. 30–41. – URL: https://vspu.edu.ua/content/specialized_academic_council/doc/2018/Byzenko_I/dis.pdf (дата звернення: 03.10.2022).
2. Екологічна освіта, виховання і культура URL: https://pidru4niki.com/1821071256691/ekologiya/ekologichna_osvita_v_ihovannya_kultura (дата звернення: 03.10.2022).

ВІДРОДЖЕНІ ІМЕНА ПОЛТАВЩИНИ: РУЧКО ГНАТ ОМЕЛЯНОВИЧ (1883 - 1937) — УКРАЇНСЬКИЙ МІКРОБІОЛОГ, ЕПІДЕМІОЛОГ, ДОКТОР БІОЛОГІЧНИХ НАУК, ПРОФЕСОР. ЧЛЕН-КОРЕСПОНДЕНТ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ АКАДЕМІЇ НАУК (ВУАН)

*Закалюжний В.М., Дубінін С.І., Харченко Л.П., Коваль А.А.,
Новописьменний С.А., Половик О.Ю.*

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка



Гнат Омелянович Ручко народився 20 січня 1883 року в селі Великі Сорочинці Миргородського повіту Полтавської губернії, у бідній козацькій родині [2-6, 9]

Грошей на освіту родина Ручків не мала, і з 12 років Гнат влітку пас панську худобу в місцевій економії, а взимку виконував різні сільськогосподарські роботи у багатих селян. У 17 років він виїхав до Кубані, де працював по найму у заможних господарствах та рибальських артілях. Здібний та спостережливий юнак самотужки вчився грамоти та засвоював різні

знання. У 1905 році він перебував на заробітках у Криму, в Лівадії, де брав участь у більшовицьких страйках та повстаннях, після придушення яких повинен був знов втекти до Кубані, де працював ковалем, вантажником, пастухом.

У 1914 році Гната Омеляновича Ручка мобілізували до армії і відправили на німецький фронт. Там він продовжував самоосвіту і багато допомагав пораненим. Це помітили командири і призначили його санітаром роти, а у 1916 році направили до школи військових фельдшерів при Головному військовому шпиталі у Харкові. Тут він вперше одержав можливість набувати систематичну освіту, в чому йому допомагали природні здібності та феноменальна пам'ять. Як казав він пізніше, "до 30 років я був неграмотним і займався тим, що підв'язував коровам хвости". Участь у лютневих та жовтневих революційних подіях 1917 року не завадила Г.О. Ручку закінчити у 1918 році курси армійських фельдшерів. Він продовжив службу у Червоній армії, ставши у 1919 році кандидатом, а у 1920 році – членом Російської соціал-демократичної робітничої партії (більшовиків) [2,3,9].

Бажаючи продовжити освіту і обравши своєю майбутньою діяльністю галузь медицини, Г.О. Ручко у 1920 році демобілізувався з армії і вступив до робфаку у Харкові, а 1921 року на другий курс Харківського медичного інституту. Окрім основних обов'язкових предметів він приділяв багато уваги вивченню англійської та німецької мов.

По закінченні у 1925 році інституту за спеціальністю лікаря-бактеріолога Г.О. Ручко почав працювати на відповідній посаді у відділі епідеміології Харківського санітарно-бактеріологічного інституту, а у 1926 році вступив до аспірантури, яку закінчив у 1929 році із захистом дисертації.

У Харківському санітарно-бактеріологічному інституті у 20-ті роки ХХ століття працювали такі відомі мікробіологи, як С.І. Златогоров, М.М. Цехновіцер, М.М. Соловйов, М.І. Мельник та інші, у творчому спілкуванні з якими формувався науковий світогляд Г.О. Ручка. Про його роботу в стінах інституту згадував у своїх споминах професор Сергій Миколайович Ручковський: "Що перш за все вражало у особистості Гната Омеляновича? Це його велика, просто виключна працездатність і той ентузіазм, з яким він ставився до науково-дослідної роботи, яку виконував. Як правило, Гнат Омелянович першим приходив на роботу, а відбував з неї вже пізно увечері. Темою його досліджень були мікроби дизентерії і тифозно-паратифозні збудники кишкових захворювань. Він був блискучим мікробіологом в галузі кишкової групи бактерій, і при дослідженні матеріалу на присутність цих мікробів процент їх виділення в нього був найбільшим" [3,5].

З перших кроків своєї роботи в Харківському санітарно-бактеріологічному інституті Гнат Омелянович Ручко брав активну

участь у ліквідації епідемій черевного тифу та дизентерії, дуже поширених тоді у промислових регіонах України. Впродовж 1926–1929 років він виїжджав на епідемії цих хвороб до Макіївки, Юзівки (нині Донецьк), Луганська та інших міст і населених пунктів Донбасу. Окрім практичної діяльності він займався науково-дослідною роботою, присвятивши перші наукові дослідження вивченню збудників дизентерії і черевного тифу.

У 1928–1930 роках разом із М.І. Мельником одним із перших у Радянському Союзі він закладав основи фаготерапії при цих захворюваннях, про що йшлося у їхніх статтях та доповідях на наукових конференціях I Українського державного Санітарно-бактеріологічного інституту ім. І.І. Мечникова. Застосувавши бактеріофаг у 69 випадках захворювання на тиф, вони констатували, що загальний стан хворих часто поліпшувався.

У 1930 році Г.О. Ручка обрали асистентом Харківського медичного інституту і в кінці цього ж року відрядили на два роки до Науково-дослідного інституту гігієни і імунології у Берліні для подальшого удосконалення в галузі бактеріології. Там під керівництвом директора інституту професора Е. Фрідбергера він виконав та опублікував у німецькому журналі з імунології дві роботи, присвячені пухлиноутворенню та імунітету при інфекційних захворюваннях. Згодом в іншому зарубіжному журналі була опублікована ще одна його робота, де йшлося про експериментально викликане бацилоносійство у курей та кішок.

Повернувшись у 1932 році до Харкова, Г.О. Ручко знову почав працювати у Санітарнобактеріологічному інституті. В червні цього ж року його призначили директором Інституту мікробіології і епідеміології ВУАН. В інституті на той час майже не було фахівців із науковим ступенем, за винятком завідувача відділом медичної мікробіології В.Г. Дроботька та завідувача біохімічним відділом професора С.І. Фоміна.

Для підсилення інституту кадрами високої кваліфікації Г.О. Ручко вирішив відрядити найбільш талановитих співробітників для удосконалення та навчання в докторантурі до інших мікробіологічних закладів Радянського Союзу. Зокрема, до докторантури Інституту мікробіології АН СРСР був направлений М.В. Стадніченко. З інших науково-дослідних закладів України були запрошені на роботу такі спеціалісти, як М.М. Підоплічко, К.Г. Бельтюкова, Б.І. Каган, М.Л. Непомняца [3,5,6,7]

У 1933 році Гнат Омелянович Ручко почав проводити реорганізацію інституту. Було створено три сектора: 1) промислової мікробіології, 2) сільськогосподарської мікробіології, 3) медичної мікробіології та епідеміології. Кожний сектор складався з відділів, деякі з них, як, наприклад, відділ бактеріозів сільськогосподарських рослин, були організовані у 1933 році. Розвивалися зв'язки з іншими інститутами (біохімії, агроґрунтознавства, ветеринарним,

махорковим, рибного господарства), підприємствами (радгоспами, колгоспами, лікарнями, санепідстанціями), заводами (дріжджовим, молочним, шкіряним).

Результати теоретичних та практичних розробок співробітників інституту виливались у велику кількість статей, які потребували публікації, і на часі стала необхідність створення спеціального періодичного видання. Зважаючи на це, Г.О. Ручко організував видання "Мікробіологічного журналу" і став його першим редактором. Перший номер "Мікробіологічного журналу" вийшов у серпні 1934 року накладом 1000 примірників. У передмові до нього Г.О. Ручко зазначив: "Не зважаючи на те, що наша по-жовтнева мікробіологія багато збільшила число окремих журналів та їх тираж, все таки існуючі на сьогодні журнали не в силі охопити того багатого кількості і важливого змістом матеріалу, який назбирається в щоденній творчій праці наших мікробіологічних інститутів. Отже цим і викликано видання цього "Мікробіологічного журналу ВУАН", який буде виходити раз на три місяці, тобто, що кварталу...". Також було підкреслено, що журнал "...має на меті освітлювати питання з промислової, сільськогосподарчої, медичної й загальної мікробіології та експериментальної епідеміології, – як з проблематики Науково-дослідного інституту мікробіології та епідеміології ВУАН, так і інших інститутів, що надсилатимуть матеріали з згаданих галузей." Мікробіологічний журнал ВУАН", на бажання авторів, крім повної статті українською мовою, дає досить змістовне резюме російською та одною із закордонних мов» [3].

У першому ж номері журналу Гнат О. Ручко у співавторстві з І.І. Воронецьким надрукував власну статтю, присвячену дослідженням з утворення антибактеріофагу у кишечнику людей і тварин. З моменту заснування журналу виходив у Києві з 1934 по 1959 рр. періодичністю 4 випуски на рік, а з 1960 року і понині – у 6 випусках.

У 1934 році Гната Омеляновича Ручка обрали членом-кореспондентом ВУАН, а Наркомат охорони здоров'я УРСР присвоїв йому звання професора. 14 серпня 1936 року кваліфікаційна комісія АН УРСР присвоїла Г.О. Ручку ступінь доктора наук без захисту дисертації. Він проводив активну громадську діяльність, брав участь у роботі різних комісій Президії АН УРСР та Наркомату охорони здоров'я УРСР і водночас не припиняв наукових досліджень [3].

Свої дослідження Г.О. Ручко проводив на найвищому для того часу науково-методичному рівні. Він описав мінливість дизентерійних бактерій під впливом деяких зовнішніх факторів, Х-променів та бактеріофагу. На відміну від деяких мікробіологів, зокрема Аркрайта, він вважав, що бактерії в процесі мінливості можуть набувати не тільки довгострокових модифікацій, а й спадкових змін-мутацій. Особливу увагу він приділяв бактеріям

кишковотифозної групи, вивчення мінливості яких мало як теоретичне, так і практичне значення у мікробіології та епідеміології.

Він визначив не тільки біологічне значення бактерій кишкової групи, а й напрямки деяких процесів і типів мінливості бактерій, яка може бути регресивною чи прогресивною. Г.О. Ручко надавав великого значення мінливості токсичних та антигенних властивостей бактерій кишкової групи. Для розуміння прогресивного або регресивного напрямку еволюції особливої уваги, на його думку, заслуговує фізіологічна мінливість цих бактерій, зокрема втрата чи набуття ферментативних функцій. Він вважав, що у регресивній мінливості велику роль відіграє бактеріофага, і описав фагорезистентні мутанти тифозно-паратифозних бактерій зі зміненими морфологічними, антигенними та фізіологічними властивостями, продемонструвавши корелятивну залежність між ними. У дослідженнях, проведених разом із вченими Київського психоневрологічного інституту, вивчалася токсична дія дизентерійних бацил та їх фаголізатів на нервову систему кролів, голубів, курей та собак.

Інтерпретуючи результати власних досліджень, Г.О. Ручко іноді помилявся. Так, він не поділяв думку про те, що бактеріофаг є вірусом, а вважав, що це речовина ферментної природи. Проте, це не заважало йому робити вірні висновки щодо значення бактеріофагу для поступу мікробіології і для можливості його використання у медицині, промисловості та сільському господарстві.

Г.О. Ручко виховав когорту вчених, яких зацікавив дослідженнями в галузі бактеріофагії, мінливості бактерій, розробці бактеріофаготерапії людини, тварин і рослин. Його співробітниками були М.М. Благовіщенський, М.А. Лаврик, К.В. Третяк, С.С. Борисов, І.І. Воронецький, М.Д. Богопольський, Н.С. Новікова, К.Г. Бельтюкова, Б.Г. Фельдштейн. Під його керівництвом вони досліджували вплив бактеріофагу на бацилоносійство, його роль у виробленні імунітету та протіканні інфекції [3,5,7].

В інституті було одержано понад 40 бактеріофагів, як патогенних, так і непатогенних бактерій. Так, були отримані фаги, активні щодо стафілококів і деяких гноєтворних мікробів. Крім цього, було виявлено фаги бруцельозної палички та кишкових бактерій, які давали показові результати при лікуванні відповідних хвороб. Впродовж 1934–1936 років бактеріофагічний стафілококовий лізин випробовувався з лікувальною метою у київських клініках хірургії, отоларингології, стоматології і дерматології. Позитивні результати були отримані при імунізації 22 234 осіб фаголізатом проти дизентерії. Результати роботи з бактеріофагами мали застосування не тільки у медицині, а й у сільському господарстві та заводському виробництві. Було виділено бактеріофаги до фітопатогенних бактерій – збудників гомозу бавовнику та рябухи махорки. Отримавши бактеріофаг молочнокислих бактерій,

здатний порушувати процес скисання молока, співробітники інституту запропонували засоби боротьби з ним у виробництві. Дослідження бактеріофагів було однією зі стрижневих проблем Інституту мікробіології та епідеміології АН УРСР, що став визнаним центром з бактеріофагії у Радянському Союзі.

З ініціативи Гната Омеляновича Ручка 20–25 жовтня 1936 року на базі інституту відбулася Перша конференція з бактеріофагії та мінливості мікробів, в якій взяли участь відомі вчені – М.Ф. Гамалія, М.М. Фішер, З.В. Ермольєва, В.В. Сукнев та інші. У резолюції, прийнятій на цій конференції, зазначалося: “З питань бактеріофагії більшість поданих доповідей і виступів підводять міцну експериментальну базу під твердження, що так званий бактеріофаг є, очевидно, біологічно активною речовиною, яка утворюється в певних умовах з самих бактерій і має властивості спричинювати лізис бактеріальних клітин (Гамалея, Ручко, Фішер, Ермольєва, Рижков, Сукнев та ін.). Роботи Г.О. Ручка та його колег були відомі і за кордоном: він входив до складу російської делегації, що брала участь у Міжнародному конгресі у Лондоні (1936 р.) і включала 13 осіб, серед яких були В.С. Барикін, Б.Л. Ісаченко, Л.О. Зільбер [3,5,6,7]

Успішне розгортання робіт в галузі бактеріофагії було порушене доносом до НКВС, через який 11 червня 1937 року Гната Омеляновича Ручка заарештували, звинувативши його в тому, що він “является активным участником фашистской организации, ведёт вредительскую работу в Институте микробиологии по заданию немцев и по подготовке бактериологической войны”. Для надання достовірності цій міфічній “організації” 12 червня було розпочато “Справу № 123 антирадянської право-троцькістської організації в Україні». Спочатку заарештований відмовлявся від усіх звинувачень: “Никакой контрреволюционной деятельности я не вёл и никогда не знал ни о какой контрреволюционной деятельности. Свой Институт микробиологии УАН я считаю одним из лучших институтов в системе УАН и по своему составу советских молодых учёных и по пользе, которую этот институт приносит” [1,3,8]

Але вже за два тижні, 25 червня 1937 року, під важким моральним і фізичним тиском з боку слідчих, Г.О. Ручко підписав свідчення проти себе і своїх колег. Як відомо, Г.О. Ручко з листопада 1930 до травня 1932 року працював в інститутах Фрідбергера та Петефі у Берліні, і це – єдиний факт з протоколу допиту, що відповідає дійсності. Зміст наступних “зізнань” демонструє їхню штучність та абсолютну наукову безграмотність людей, що підготували ці матеріали.

До контррозвідувальної фашистської організації, як “свідчив” Г.О. Ручко, його залучив Ваксмер, професор мікробіології Гігієнічного інституту у Берліні: “При одной из встреч в 1932 г. профессор Ваксмер предложил мне по возвращении на родину, в

случае войны с Германией проводить микробиологическую войну, т.е. распространять в тылу Советского Союза различные микробы, чтобы тем самым вызывать среди населения Советского Союза массовые эпидемии заболевания брюшным тифом, колитом, дизентерией и др., добиваясь поражения Советского Союза и облегчая захват Украины Германией. Наиболее удобным способом для распространения эпидемических заболеваний Ваксмер рекомендовал метод применения препарата бактериофага, не освобождённого от остатков соответствующих бактерий, под видом использования его в профилактических целях... Я согласился на такое предложение. ...Мой долг быть на их стороне в борьбе с общим врагом – большевизмом. Популяризируя целесообразность и эффективность применения бактериофага, мы указывали только его положительные качества, скрывая возможность распространения через него эпидемии. В июне 1932 г. я переехал из Харькова в Киев на должность директора Института микробиологии АН УССР, где столкнулся с националистическими элементами из числа работников АН УССР – Левицким и Стадниченко... Они высказывались о необходимости отделения Украины от СССР, что ещё более активизировало проводимую мною контрразведческую фашистскую деятельность с препаратом бактериофага»[1,3,8].

Президія АН УРСР не забарилася з реакцією на "зізнання" Г.О. Ручка і вже 19 липня 1937 року винесла постанову № 387, у якій зазначалося: "Ручко Г.О., як контрреволюціонера, зняти з посади директора Інституту мікробіології та епідеміології АН УРСР та виключити зі складу членів-кореспондентів АН УРСР... Після зняття Ручко Г.О. зобов'язати дирекцію Інституту мікробіології детально переглянути тематику, над якою працювали вороги народу, переглянути склад співробітників інституту під кутом зору очистки від ворожих елементів та звільнити Лаврика М.А., як ворога народу, з посади вченого секретаря та зав. відділу бактеріології та імунітету. Затвердити наказ Інституту мікробіології про зняття з роботи викритих ворогів Вайнберга Б.П., Газиму Н.А., Сіроцьку С.Л.

Отже, разом з Г.О. Ручком постраждали і його співробітники, серед яких була і його донька Ганна Гнатівна Ручко. Слід додати, що вона та її мати, дружина Гната Омеляновича, домогосподарка Ганна Якимівна, не були репресовані, як це нерідко бувало з родичами "ворогів народу". Можливо, лише за такої умови Г.О. Ручко підписав сфабрикований протокол. Після репресій у Києві почалися арешти та допити у Харкові.

У виписці з протоколу допиту директора Харківського санітарно-бактеріологічного інституту М.І. Мельника від 19 липня 1937 року відчувається рука тих же авторів, що допитували Г.О. Ручка: "В 1929 г. контрреволюционная организация бактериологов получила задание от Фридбергера: не проводить прививки от

тифа в этом году в ряде районов Украины, где они обычно проводились. С 1932 г. – второй этап диверсионной работы после возвращения Ручко из Берлина: начать изготовление дизентерийного бактериофага с тем, чтобы ...увеличить заболеваемость... в районах Донбасса, Киевской, Харьковской и Винницкой областей ... ввиду их большого хозяйственного и политического значения. Ручко совместно с доктором Борисовым... применял бактериофаг в Донбассе (Макеевка, Сталино)».

Вирок у справі Г.О. Ручка, винесений Військовою колегією 14 жовтня 1937 року, був швидким і категоричним: присудити "Ручко Игнатия Емельяновича к высшей мере уголовного наказания – расстрелу с конфискацией всего, лично ему принадлежащего имущества. Приговор окончательный, обжалованию не подлежит и на основании постановления ЦИК СССР от 19 декабря 1934 года подлежит немедленному исполнению".

Як свідчить довідка, що зберігається у справі № 123, вирок та постанова ЦВК були виконані наступного ж дня: "Приговор о расстреле Ручко Игната Емельяновича приведен в исполнение в Киеве 15.X.1937 года. Акт о приведении приговора в исполнение хранится в особом архиве 1-го спецотдела НКВД СССР, том № 11, лист № 46» [1,8].

Майже через 20 років, 14 грудня 1956 року на розгляд Військової колегії Верховного суду СРСР було винесено справу стосовно відміни вироку у відношенні Ручка Г.О. та припинення справи за статтями 4 і 6 УПК РРФСР. В результаті було вирішено: "Приговор от 14.10.37 г. в отношении Ручко И.Е. по вновь открывшимся обстоятельствам отменить и дело о нём производством прекратить за отсутствием состава преступления". 2 серпня 1956 р. Г.О. Ручко був посмертно реабілітований, про що йшлося у довідці № 4н – 027955/56 від 20 вересня 1957 року, виданій його удові Ганні Якимівні 17 жовтня 1957 року.

А 30 травня 1958 року, за повідомленням ЦК Компартії України, Київський обком партії реабілітував його у партійному відношенні. Проте тривалий час причина і точна дата смерті Г.О. Ручка не були відомі навіть його близьким. У свідоцтві 1-ЯР № 215934, виданому його дочці 12 жовтня 1958 року міським бюро ЗАГС Києва, офіційно зазначалося, що він загинув у місцях позбавлення волі 2 грудня 1938 року у віці 55 років. Ця дата увійшла у всі біографічні довідники та статті про нього[3].

Лише у календарі визначних дат і людей, опублікованому в газеті "Освіта" за 20 січня 2003 року говориться, що Гнат Омелянович Ручко загинув внаслідок репресій 2 грудня 1937 року. Нині ж можна вважати остаточно встановленим, що він був розстріляний каральними органами НКВС, і сталося це 15 жовтня 1937 року. Після арешту Г.О. Ручка та звільнення з роботи деяких з його колег досліди в галузі бактеріофагії в інституті не

припинилися, хоча їх розвиток відчутно загальмувався.

Завдяки розробкам 1934–1939 років в роки Великої вітчизняної війни бактеріофаг знайшов застосування при лікуванні поранених та ліквідації епідемій. Перебуваючи в евакуації, мікробіологи запропонували і передали у виробництво до Уфимського науково-дослідного інституту епідеміології та мікробіології ім. І.І. Мечникова стафілококовий бактеріофаг для боротьби з після раньовими інфекціями, який успішно застосовувався в госпіталях та лікарнях Башкирії. Було також розроблено і передано для масового виготовлення метод одержання сухого дизентерійного бактеріофагу у вигляді таблеток. Дослідження з генетики мікроорганізмів та бактеріофагії, розпочаті в Інституті мікробіології і вірусології імені Д.К. Заболотного НАН України Гнатом Омеляновичем Ручком та його співробітниками, не втратили своєї актуальності і в наш час.

Список літературних джерел.

1. Архів Президії НАНУ. Постанова Президії АН УРСР "Про Ручко Г.О." від 19 липня 1937 р. -№ 27.
2. Биологи. Биографический справочник / Т.П. Бабий, Л.Л. Коханова, Г.Г. Костюк и др. – К.: Наукова думка, 1984. – С.547-548.
3. Гамалія, В. М. Гнат Омелянович Ручко (1883-1937): Трагічна доля вченого. // *Мікробіологічний журнал*. – 2010. - **72** (3). – С. 66–74.
4. Енциклопедія українознавства / Наукове товариство імені Шевченка. — Париж, 1955—2003.
5. Матвиенко С.А. Игнатий Емельянович Ручко (к 100-летию со дня рождения) // *Микроб. журн.* – 1984. – Т. 46. – Вып. 3. – С. 115–117.
6. Ручко Игнатий Емельянович. – В кн.: *История Академии Наук Украинской ССР.* – К.: Наук. думка, 1979. – С. 781.
7. Ручковский С.Н. Воспоминания. – Рукопись // *Музей истории микробиологии на Украине при Институте микробиологии и вирусологии НАН Украины.* – Ф. 15..
8. Следственное дело № 123 антисоветской право-троцкистской организации на Украине (начато 12 июля 1937 г., окончено 29 сентября 1937 г.). – 85 с.
9. Український радянський енциклопедичний словник. У 3-х т.- Т. 3. – 2-ге вид. — Київ, 1987. — С. 144—145.

ВАЛЕОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПРИ ВИВЧЕННІ БІОЛОГІЇ

О.П.Казачанська, І.М.Казачанська
Комунальний заклад «Харківська спеціальна школа №8» Харківської обласної ради
yelena.kazachanskaya@gmail.com

Здоров'я – дарунок молодості. У зрілому віці, а тим більше у старшому і похилому, ми отримуємо наслідки свого ставлення до