

▼ Земляки

# Сильный духом человек

20 ноября Почётному гражданину Медногорска, кавалеру ордена Трудового Красного Знамени Михаилу Ефимовичу Хилько исполнилось 82 года. Этого человека знают многие горожане. Более 18 лет он руководил градообразующим предприятием – Медногорским медно-серным комбинатом.

Как и многих людей этого возраста, его одолевают недуги. Он перенёс три инсульта, но, несмотря на это, Михаил Ефимович не падает духом. Ежедневно по полтора часа он занимается спортом, делает зарядку, развивает мышцы плохо действующих рук и ног, приседает, отжимается. Гантели, велосипед, шведская стенка – это первые «друзья» Михаила Ефимовича.

Первый инсульт Хилько перенёс в октябре 2008 года. Тогда ему «разбило» правую часть тела. Не действовали рука и нога. Но мужчина, ценою больших усилий, тренировок, заставил их работать, насколько это было возможно. Именно тогда его посетила мысль написать историю своей жизни. Уже в июле 2009 года он достиг поставленной цели, вышла его брошюра «Вехи моей жизни».

Второй инсульт случился с Михаилом Ефимовичем в июле 2012 года. На этот раз пострадала левая

часть тела. Целый год Михаил Ефимович не вставал с постели.

– Думал, что и не поднимусь уже. Но потихоньку начал тренировать неработавшие руку и ногу.

В молодости Михаил много занимался спортом, греблей на морских шлюпках, бегал на лыжах, увлекался туризмом, и сейчас, когда его настигла болезнь, он собрал всю волю в кулак и занялся работой над собой. Особым толчком послужила Олимпиада в Сочи.

– Когда в Сочи проходили Олимпийские игры, я, не отрываясь, следил за выступлениями спортсменов. Тогда на меня произвело впечатление выступление лыжницы, которая завоевала победу на одной ноге. Можно сказать, это и подняло меня с постели. Я начал активнее заниматься спортом.

У Михаила Ефимовича есть цель – ходить с тростью. Но для этого ему предстоит ещё работать и работать, развивать левую ногу. Сейчас он передвигается с помощью специального приспособления.

Третий инсульт здорово повлиял на речь Михаила Ефимовича. Целый месяц он не мог говорить. Сейчас дела значительно лучше, он принимает лекарства, которые помогают восстанавливать речь.

При всех сбоях в здоровье, мужчина по-прежнему сохраняет ясный, трезвый ум, светлую память и интерес к происходящему.

Он в курсе всех событий, происходящих в городе и стране. Следит за новостями, выписывает газеты. Глубоко переживает процессы, происходящие на Украине. Смотрит новые отечественные фильмы. Недавно его воодушевил фильм о космонавтах «Время первых», сейчас ждёт премьеры по телевизору фильма «Салют-7».

Михаил Ефимович с особым вниманием читает нашу газету. Ему нравится пятая страница. С особым удовольствием он прочёл «Крестный путь» Евгении Евангуловой и рассказы местных авторов В.Куцерубова, В.Михайлова. Эти материалы и подтолкнули Михаила Ефимовича тоже опубликовать в нашей газете свои воспоминания «Вехи моей жизни».

– Моих живых соратников осталось не так уж много, но для тех, кто ещё остался, думаю, публикация этих воспоминаний будет приятна, – говорит Михаил Ефимович.

А по мнению редакции, воспоминания человека, внесшего большой вклад в развитие нашего города, всегда служившего примером активной жизненной



позиции, интересно и полезно будет прочесть всем землякам, особенно – молодым.

**На снимке: ежедневно Михаил Ефимович Хилько занимается 20 минут на тренажёре «велосипед».**

Лариса ЛАППИНА.

Фото автора.