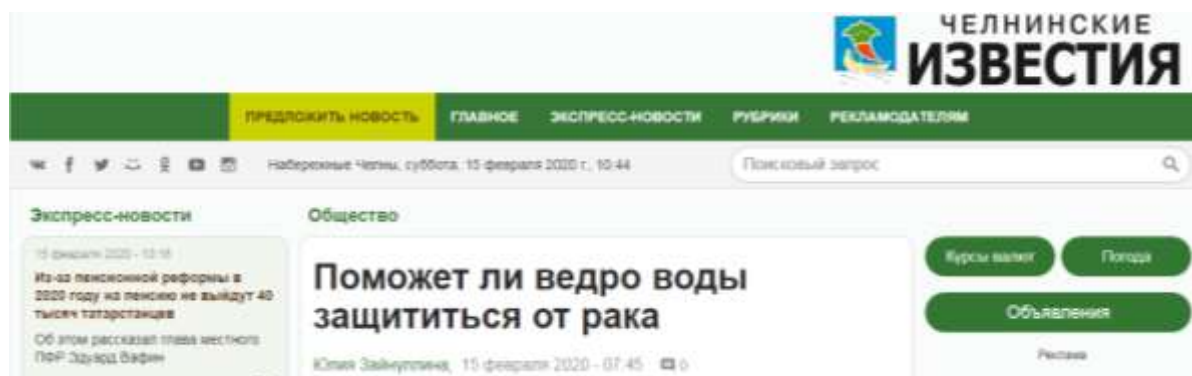


**Зайнуллина, Ю. Поможет ли ведро воды защититься от рака? / Юлия Зайнуллина. – Текст: непосредственный, электронный // Челнинские извести. - № 11. – (14 февраля). – С. 9. – URL: <http://chelny-izvest.ru/news/obshchestvo/pomozhet-li-vedro-vody-zashchititsya-ot-raka>**



В этом году оздоровительный клуб «Водолей» отметил 30 лет. В Татарстане все подобные объединения умерли, а в Челнах развиваются. Председатель «Водолея» Виктор Джуренко и его супруга Екатерина рассказали, чем живет клуб сегодня. Каждое утро и вечер уже 30 лет пенсионеры Виктор и Екатерина

Джуренко закаляются холодной водой и даже зимой, выйдя на снег, выливают на себя по два ведра воды.

– Я пришел к такому образу жизни в 40 лет. Первый раз облился холодной водой дома из тазика. Вслед за мной это сделала и жена. Обоим понравилось – почувствовали прилив сил и бодрости. Моя мама умерла от рака, и мне сказали, что я тоже имею предрасположенность к онкологии. Я не пил, не курил, но часто болел, было высокое давление, проблемы с почками, – говорит Виктор Джуренко.

Статью с советами от В. Джуренко сможете прочесть в газете «Челнинские известия».