



Чем заняться
 в конце лета? **стр. 13**

курс валют сегодня | \$ 33.00 | € 43.85 | погода на завтра | День | +28 | малооблачно | давление 750 | Ночь | +19 | малооблачно | влажность 54% | ветер С, 3 м/с | влажность 87% | ветер С-В, 5 м/с

Новые стены, новые задачи



Вчера торжественно открыли капитально модернизированное почтовое отделение № 20

► **СТР. 2**

АНОНС | «ПРЯМАЯ ЛИНИЯ» «СГ»

ВСЕ О БЕЗОПАСНОСТИ

- Как организована работа пожарной охраны в Самаре и на расположенных поблизости островах?
- Хватает ли городу спецтехники для борьбы с чрезвычайными ситуациями и планируется ли обновление автопарка?
- Какие меры предпринимаются для наказания юридических или физических лиц, которые перекрывают въезды во дворы, создавая опасность для людей?

НА ЭТИ И ДРУГИЕ ВОПРОСЫ ОТВЕТИТ
 РУКОВОДИТЕЛЬ ГОРОДСКОГО
 УПРАВЛЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ

**ВЛАДИМИР
 ВИКТОРОВИЧ
 МОСТОВОЙ**

Звоните нам
 в редакцию 16 августа,
 в пятницу, с 15:00 до 16:00
 по телефону 979-75-80.

Предварительно вопросы можно задать по телефону 979-75-84, а также на сайте «Самарской Газеты» www.sgpress.ru.



ОБРАЗОВАНИЕ

Здравствуй, номер один!

Вчера в микрорайоне Крутые Ключи малышей записывали в новый детский сад

Ирина ИСАЕВА

В сентябре в поселке откроется первый детский сад. Этого события здесь ждали давно. Узнав, что 15 августа будущих воспитанников будут записывать в учреждение, родители провели большую подготовительную работу. Активные мамы заранее буквально переписали всех детей микрорайона. Вчера к зданию построенного детского сада родители приходили уже с номерами, и в очереди не было споров и конфликтов, типичных для такого количества народа. Оказалось, в местах здесь нуждаются более 900 малышей.

Напомним, что детский сад в Крутых

Ключах был построен частной строительной компанией и выкуплен городской администрацией при софинансировании регионального бюджета за 249 млн рублей. 15 млн из них направили на закупку оборудования, инвентаря и мебели. Чтобы дооснастить садик, из городского бюджета выделено еще 2 млн рублей. У детишек будет все необходимое.

Специалисты городского департамента образования, ведущие запись детей, начали работу в 8.30. Очередь двигалась быстро - одновременно регистрировали по четыре ребенка. К 11 часам в базе данных числились почти 300 малышей.

► **СТР. 3**

ЗДОРОВЬЕ

Кровное дело

В Кировском районе прошел День донора

Юлия КУЛИКОВА

Александра Куданкинка - ответственный донор. Систематически приходит сюда, в медсанчасть № 5 Кировского района, чтобы выполнить свой гражданский долг. Не пропустила почти ни одного приезда бригады врачей. Она знает: ее кровь помогает спасти жизнь и восстановить здоровье многим людям. Конечно, имеют значение и оплачиваемые на работе отгулы, но это для нее не главное.

- Во-первых, после процедуры я чувствую себя бодрее, организм на это уже настроен, а во-вторых, - помогаю людям. Я и всех призываю последовать моему примеру, поскольку донор - единственный и незаменимый источник крови, которая так необходима больным людям, - подчеркивает Александра.

По словам врача-трансфузиолога выездной бригады ГБУЗ «Самарская областная клиническая станция переливания крови» Яны Глебовой, такие выездные Дни донора проводятся по несколько раз в неделю. Специалисты приезжают в медицинские и образовательные учреждения, на предприятия города, в районы Самарской области. Врач пояснила:

- Не все люди могут прийти к нам на станцию. Но если мы приедем туда, где они живут, учатся или работают, им будет гораздо удобнее. За счет этого половину красной крови мы заготавливаем именно на выезде. Конечно, количество пришедших доноров везде разное. Например, за один день на заводе «ЦСКБ-Прогресс» сдают кровь около 180 человек. В сельских районах к нам приходят как минимум 30 человек.

Кстати, на момент прихода журналиста «СГ», а это был «экватор» рабочего дня выездной бригады, здесь побывали уже 22 донора. Еще несколько человек ждали своей очереди.

Мы поинтересовались у врачей, есть ли разница в сдаче крови в выездных условиях и на станции переливания. Оказалось, все то же самое. Но есть один нюанс: в этих условиях речь идет о заборе крови, компоненты можно сдать только на станции.

Как и прежде, большинство доноров приходят «за деньгами», однако молодежь уже стала предпочитать безвозмездную помощь людям.

СПРАВКА «СГ»

Адреса станций переливания крови в Самаре:

- Областная клиническая станция переливания крови - ул. Новосадовая, д. 156. Тел. 334-82-37
- Дорожная станция переливания крови - ул. Желябова, д. 13. Тел. 339-30-76

SGPRESS.RU
СООБЩАЕТ

ИМЕНА НА ГРАНИТЕ

В Самаре должны появиться две новые мемориальные доски.

Одна - в честь почетного гражданина города Алексея Росовского, вторая - в честь Героя Советского Союза Вениамина Лезина. Соответствующее постановление администрации Самары подписал и.о. главы города Александр Карпушкин.

ОТПРАВИТСЯ
НА ТРАССУ

На автодороге М5 в границах нашей области будет работать новый реанимобиль для оказания необходимой помощи.

Сначала эту машину скорой помощи Renault Master новый председатель совета директоров ОАО «АвтоВАЗ» Карлос Гон подарил городу Тольятти. Но ее солидные габариты вписываются далеко не во все городские проезды. Так что она будет прикреплена к Комсомольской подстанции и использоваться реанимационной бригадой для оказания помощи на трассе М5.

ЦВЕТЫ

НА ГРАНИЦЕ ЛЕТА

29 августа в Самаре пройдет традиционный фестиваль цветов.

В этом году цветочные экспозиции будут готовиться под такие темы: «Самара трудовая», «Самара историческая», «Ворота города». Ведущие самарские дизайнеры проведут мастер-класс по технологии растениеводства, все желающие смогут продемонстрировать свои собственные достижения по ландшафтному дизайну.

БУРАТИНО ВСТРЕТИТСЯ
С МИНИСТРОМ

Открытие скульптурной композиции в Самаре, приуроченное к празднованию 130-летия со дня рождения Алексея Толстого, намечено на 21 сентября.

В церемонии открытия планируется участие министра культуры РФ Владимира Мединского, который приедет в областную столицу с рабочим визитом. Напомним, сначала установка и открытие скульптурной композиции планировались в Струковском саду в День города. Но дата и место изменились. Скорее всего, скульптуру установят возле Музея-усадьбы Алексея Толстого на ул. Фрунзе, чтобы приблизить книжного героя к его создателю. Сейчас этот вопрос согласовывается.

ЦИРК ДЮ СОЛЕЙ
К НАМ ВСЕ БЛИЖЕ

В Тольятти в скором времени может прибыть знаменитый цирк дю Солей.

Соответствующие переговоры уже ведутся. А площадкой для представлений может стать «Лада-Арена». Об этом заявил директор ледового комплекса Владимир Вдовин. В ближайшее время в Тольятти придет техническая группа, которая и решит, подходит ли эта площадка для представлений. К площадкам предъявляются достаточно жесткие требования.

Новые стены, новые задачи

НА СВЯЗИ

Вчера торжественно открыли капитально модернизированное почтовое отделение № 20

Марина ГРИНЕВА

«СТР. 1

Перед его сотрудниками теперь поставлены совершенно новые задачи. Это первое в Самаре модернизированное почтовое отделение, которое будет оказывать государственные и муниципальные услуги. Под эту систему «единого окна» на Ленинградской, 83 уже готов зал для клиентов, рабочие места для операторов-консультантов, «интернет-уголки».

Почтовое отделение отремонтировано полностью, включая фасад здания и внутренние помещения. Здесь заменили всю мебель и оборудование. Реконструкция, модернизация шли в рамках совместной программы ФГУП «Почта России» и областного правительства. Из регионального бюджета в муниципалитет поступила субсидия на финансирование ремонта помещений, которые

находятся в муниципальной собственности. Так что объект капитально обновляли общими усилиями Почты России, региональной казны и бюджета Самары.

- Это очередной этап в развитии отношений с вашим регионом, - отметил вчера прибывший из Москвы заместитель генерального директора ФГУП «Почта России» Валентин Тимаков. - Спасибо за то, что ваша территория очень активно отзывается на наши проекты. Самара уже стала одним из лидеров в масштабах страны по модернизации системы почтовой связи, здесь всегда поддерживают инновационные начинания, направленные на скорость доставки корреспонденции, на расширение спектра услуг для клиентов.

На церемонии открытия вице-губернатор Самарской области Александр Нефедов сообщил, что новое направление в работе почтовых отделений - прием до-



ВЛАДИМИР ПЕРЯКОВ

кументов и консультации в режиме «единого окна» - повысит доступность получения гражданами государственных услуг. Прямо на почте можно будет оформить бумаги по предоставлению пособий, сверить налоговые счета, сдать документы на замену и получение паспорта... В перечне - 10 госуслуг, и со временем их спектр будет расширяться.

В свою очередь и.о. главы Самары Александр Карпушкин подчеркнул:

- Открытие обновленного, модернизированного офиса - знаменательное событие для жителей города, особенно для тех, которые проживают в зоне обслуживания почтового отделения № 20. Именно здесь получают услуги более

восьми тысяч человек, около 200 организаций. Мы совместными усилиями должны создавать для них более удобные и комфортные условия. Для этого и проведена модернизация, для этого в тестовом режиме будет запущена система «единого окна», чтобы госуслуги можно было получить буквально в шаговой доступности от места проживания.

СПРАВКА «СГ»

ФГУП «Почта России» прорабатывает с властями Самарской области вопрос о дополнительном открытии в этом году в Самаре 29 окон на базе 24 отделений почтовой связи по приему документов на оказание государственных и муниципальных услуг.

Борись и не сдавайся

СПАРТАКИАДА

Под таким лозунгом в Самаре прошли соревнования российских почтовиков

Илья ДМИТРИЕВ

Вчера ранним утром под Первомайским спуском открылась II Всероссийская летняя спартакиада ФГУП «Почта России». В Самаре на спортивный праздник съехались участники из восьми федеральных округов страны.

На церемонию открытия спартакиады прибыли заместитель председателя правительства Самарской области Станислав Казарин, серебряный призер Всемирной летней универсиады-2013 по пулевой стрельбе Анна Мостянина, заместители генерального директора ФГУП «Почта России» Валентин Тимаков и Нина Фитисова, зампреда общественной организации работников связи России Вячеслав Макрушин, другие гости.

Станислав Казарин поприветствовал

спортсменов, пожелал отличного настроения, стойкости духа и ярких побед. Почетные гости спартакиады отметили, что в этот день не только вовсю припекает августовское солнце, но и обстановка по-спортивному накалена. Ведь на волжской земле собрались лучшие из лучших: работники Российской почты - сильнейшие спортсмены.

- Равняйся, смирно! - командует главный судья летней спартакиады. Звучит Государственный Гимн России, и соревнования начинаются.

На сцену по очереди выходят спортсмены-почтовики, представляя свои команды. Демонстрируют эмблемы, девизы и лозунги. «Почтовые спартанцы», «Приволжский почтовый легион», «7 чудес Хабаровского края», «Южный форпост» - это только малая часть названий с красочных плакатов.

В ходе общероссийских соревнований команды показали свое мастерство в мужском и женском армрестлинге, прыжках в длину, групповом перетягивании каната, плавании, беге в мешках, пляжному футболу, волейболе. Причем на всех этапах состязаний сотрудникам Почты России необходимо было как можно быстрее доставить письмо до воображаемого адресата. Кто выполнит задачу лучше, тот и победит. Болельщики тоже не оставались в стороне от спортивного праздника. Они яростно болели за свои команды, демонстрировали свои плакаты, эмблемы, оригинальные «кричалки».

Победитель II Всероссийской спартакиады на момент подготовки материала еще не был определен. О ее итогах читайте в ближайших номерах «СГ».

Закон укажет дорогу юной смене

ЗАНЯТОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ

Горожан приглашают к обсуждению законопроекта о статусе молодого специалиста

Марина ГРИНЕВА

В Центре занятости населения Самары прошло заседание клуба работодателей. Обсуждался новый региональный законопроект «О статусе молодого специалиста в Самарской области».

В обсуждении участвовали представители 12 крупных предприятий города, молодежных организаций. Они рассмотрели основные положения нового законопроекта и предложения работодателей по усовершенствованию

КСТАТИ

Клуб работодателей рассмотрел и такие вопросы: наиболее востребованные вакансии на рынке труда Самары, основы профориентационной работы центра, преимущества участия работодателей и соискателей в ведомственных целевых программах содействия безработным гражданам Самарской области на 2012-2014 годы.

этого документа. Руководитель управления развития кадровых ресурсов областного министерства труда, занятости и миграционной политики Александр Дорофеев уточнил, какую правовую, организационную, экономическую, социальную поддержку смогут получать молодые специалисты. И какими правами пользуются работодатели, сохраняющие и создающие новые рабочие места для юного поколения.

Начальник учебного центра ОАО «Кузнецов» Сергей Сидоров рассказал о мерах социальной поддержки молодежи на этом предприятии. Это так называемые адаптационные доплаты, развитие школы наставничества, производственная практика, спланированные коллективные спортивные состязания. Он также поделился опытом взаимодействия с Центром занятости населения в рамках ведомственных целевых программ по трудоустройству молодых людей в возрасте от 18 до 20 лет.

Главная рекомендация всем присутствующим участникам клуба, а также заочно и остальным предприятиям Самары, заинтересованным в трудоустройстве молодых специалистов, была такой: активно включиться в проработку законопроекта, рассмотреть все ограничения его действия на конкретных предприятиях, разработать свои предложения по внесению изменений в документ.

Как подсказал Александр Дорофеев, закон ориентировочно будет принят в январе-феврале 2014 года, а пока он находится в стадии рассмотрения, от самарцев ждут предложений, добавлений, поправок в документ. Их предлагается направлять по следующим адресам:

ГКУСО ЦЗН г.о. Самара, 443099, г. Самара, ул. Фрунзе, 115-117, факс 332-00-61, sgczn_osr@samaratrud.ru;

Министерство труда, занятости и миграционной политики Самарской области, 443068, г. Самара, ул. Ново-Садовая, 106а, факс 263-70-42, info@samaratrud.ru.

ПЯТНИЦА | 16 августа 2013 года | №147 (5168)

ОБРАЗОВАНИЕ

Здравствуй, номер один!

Вчера в микрорайоне Крутые Ключи малышей записывали в новый детский сад

◀ СТР. 1

- Я хочу играть, - тянет маму в сторону готовой игровой площадки двухлетний карапуз. И детям, и родителям большой современный сад, соответствующий современным требованиям, очень нравится. Тем более у многих родителей проблема устройства ребенка в садик стоит остро.

- Моей Софье уже исполнилось три годика, пора выходить на работу, - рассказала молодая мама Анна. - Дочка ходила в группу неполного дня, ей нравилось общаться со сверстниками, потому что мы с нетерпением ждем, когда же откроется детский сад. Надеюсь, несмотря на количество желающих, мы будем в числе первых воспитанников. Садик большой, с замечательными площадками. Что там внутри, мы пока не видели, но уверена: предприняты все усилия, чтобы нашим детям было комфортно.



ФОТО АВТОРА

Узнать, пойдет ли Софья в сентябре в садик, ее мама сможет 26 августа - в этот день будет проходить комплектация. В саду сформируют две группы для двух- и трехлетних малышей и 14 групп для детей в воз-

расте от трех до семи лет. Еще две группы отдадут первокласскам школы № 33 пос. Мехзавод. Жителям Крутых Ключей не нужно будет возить самых маленьких школьников на учебу в соседний поселок.

КОММЕНТАРИЙ

НАДЕЖДА КОЛЕСНИКОВА

руководитель городского департамента образования:

- Новому детскому саду мы присвоили № 1, потому что впервые за 20 лет в Самаре построено новое дошкольное учреждение. Мы очень рады. Детский сад рассчитан на 350 мест, но по площадям, санитарным нормам может вместить до 400 воспитанников. На сегодняшний день в очереди, сформированной родителями, - более 900 человек. Среди них дети, которые только родились, двухмесячные, полугодовалые, годовалые малыши. Родители хотят быть твердо уверенными, что их очередь к моменту достижения детьми необходимого возраста подойдет. Это тем более актуально, что на этой территории строят еще два детских сада на 350 мест каждый. Уверена, значительную часть детей Крутых Ключей мы обеспечим местами в дошкольных учреждениях микрорайона.

СПРАВКА «СГ»

В завершающей стадии строительства находится детский сад в Советском районе, в совхозе «Волгарь». Кроме того, начата реконструкция трех детских садов, возвращенных в систему образования.

ДЕЖУРНЫЙ ПО ГОРОДУ



С 9.00 14 августа до 9.00 15 августа чрезвычайных ситуаций в административных границах городского округа и на объектах особой важности не возникло.

Благоустройство. Для уборки улиц привлечалось: в дневное время 244 единицы техники и 2753 человека, в ночное время 64 единицы специальной уборочной техники и 47 человек.

От горячего водоснабжения отключено 251 здание: в связи с авариями и неисправностями систем - 41; в связи с проведением плановых и регламентных работ - 121; в связи с подключением домов после профилактических работ - 89.

От холодного водоснабжения отключено 9 зданий в связи с авариями и неисправностями систем: 3 жилых дома и 6 учреждений.

От газоснабжения отключено 7 зданий в связи с авариями и неисправностями систем.

Отключено 2 лифта в связи с авариями и неисправностями систем.

За сутки совершено преступлений - 42, в т.ч.: грабежи - 3, всего краж - 18, из них: автомобилей - 1, прочие - 17; мошенничества - 3, хулиганство - 1, прочие преступления - 13. Из совершенных преступлений: раскрыто - 25, не раскрыто - 17.

Преступлений с гибелью и ранениями людей - 1, погиб 1 человек.

Происшествий на воде - 2. Погиб - 1, спасен 1 человек.

Ленинский район: 14.08 в 16.15 на Красноармейском спуске в районе поста № 2 очевидцами в воде обнаружен труп неизвестной женщины, извлечен из воды и передан спасателям. Проводится проверка.

Октябрьский район: 14.08 в 17.30 спасателями поста № 7, спуск по ул. Советской Армии, извлечен из воды вне пляжа упавший с гидроцикла гражданин Медведев А.В., 1985 года рождения. Оказана первая медицинская помощь и передан бригаде ССМП.

ДТП - 6 (в т.ч. Железнодорожный - 1, Куйбышевский - 1, Октябрьский - 1, Промышленный - 1, Советский - 2). Погибло - 2, пострадало 8 человек.

Пожаров - 1, пострадал 1 человек.

Промышленный район - 14.08 в 23.58 на ул. Московское шоссе, 260, в кв 122 произошло возгорание домашних вещей. Получил отравление продуктами горения и госпитализирован в СОКБ им. Калинина гражданин Ефимов В.В., 1983 года рождения. Эвакуация жителей дома не проводилась. Проводится проверка.

Бригадами «скорой помощи» получено вызовов - 1303, госпитализировано - 237 человек. Врачами зарегистрировано: травм - 60, смертей - 16, попыток суицида - 2; отравлений: алкоголем - 14, медицинскими препаратами - 1, наркотиками - 2.

ИНИЦИАТИВА

Не употребляем

Физкультура и спорт - отличная альтернатива вредным привычкам

Алена СЕМЕНОВА

В Самаре финишировал большой летний спортмарафон, организованный муниципалитетом для тех детей, которые лето проводят в городе. Со 2 августа в различных состязаниях приняли участие более 1500 подростков.

Заключительный праздник с символическим названием «Спорт - да, наркотикам - нет!» прошел вчера в Советском районе на стадионе «Заря». Это одно из плановых мероприятий городской антинаркотической программы. Молодежи предлагают обратить внимание на спортивные достижения.

- Сегодня, как и в прошлом году, мы соберем на стадионе порядка трехсот юных участников, - рассказал «СГ» консультант отдела по делам молодежи, культуре, физкультуре и спорту и образованию администрации Советского района Александр Панкратов перед самым началом праздника. - Они разобьются на команды и покажут себя в разных видах спорта. А в конце соревнований победителей ждут призы: мячи, настольные игры, наборы для бадминтона и сладкие подарки.

В этот раз для ребят всех возрастов организовали легкоатлетическую эстафету, веселые старты, перетягивание каната,

соревнования по мини-футболу и многое другое. Количество участников не ограничивалось. Даже мальчишки, пришедшие на стадион в основном ради футбола, решили заняться еще и бегом.

- Футболист должен бегать быстро, особенно за мячом, - считает тринадцатилетний Николай Закиров. - Поэтому легкая атлетика очень важна. Я - фанат футбола с 2010 года, сначала болел за команду «Челси», потом - за «Барселону». И понеслось.

А для самых маленьких ребятшек - до девяти лет - провели кросс. Забег для них составил всего один круг в 400 метров. Но оценить их пришли настоящие профессионалы. Судья всесоюзной категории по легкой атлетике Анатолий Заводчиков - один из них.

- Ребят надо привлекать к занятиям спортом с самого раннего возраста, - уверен он. - Если, конечно, у малышей нет противопоказаний по состоянию здоровья. Так, самому младшему нашему бегуну - всего пять лет.

Кстати, такие спортивные праздники и профилактические акции, направленные на профилактику наркомании в подростковой среде, проходят с участием представителей областного управления федеральной службы наркоконтроля во всех районах



Самары, а также в летних детских оздоровительных лагерях.

- Спортивные праздники напоминают молодежи о необходимости здорового образа жизни, - уверен заместитель начальника управления Федеральной службы наркоконтроля России по Самарской области Николай Беседин. - Многие подростки пробуют употреблять дурманящие вещества, равняясь на сверстников. Поэтому для них очень важны положительные примеры. Спорт отвлекает ребят от эпизодическо-

го употребления наркотических средств и помогает бросить опасные увлечения.

С этой точкой зрения согласен и начальник отдела физической культуры и спорта городского департамента по вопросам культуры, спорта, туризма и молодежной политики Сергей Четвериков.

- В антинаркотическую программу включены спортивные праздники, потому что спорт - лучший способ закалить характер и укрепить здоровье, - подчеркнул он.

ВОПРОС РЕБРОМ

Рублем по безответственности

Сделают ли новые штрафы за нарушение правил дорожного движения самарские магистрали безопаснее?

КОММЕНТАРИИ



ИГОРЬ АНТОНОВ
начальник управления
ГИБДД ГУ МВД России
по Самарской области,
полковник полиции:
- Повышение штрафов,
безусловно, оказывает
профилактическое
влияние на участников
дорожного движения

и снижает уровень правового нигилизма среди них. Но оно всегда должно сопровождаться комплексом мер по воспитанию стереотипов законопослушного поведения. Введение ответственности за повторные правонарушения и жесткость в лишении прав адекватны сложившейся на дорогах страны ситуации. Такая мера будет адресно оказывать профилактическое влияние на лиц, неоднократно совершающих одни и те же нарушения. С августа прошлого года зарегистрировано более 50 тыс. водителей, совершивших повторные нарушения. Основные из них - превышение скорости (более 35 тысяч) и управление автомобилем в нетрезвом состоянии (более 700 человек). 0,16 мг на литр в выдыхаемом воздухе - ничтожный показатель, и при употреблении алкоголя водителю придется нести ответственность, ужесточенную настоящими изменениями. Согласно ст. 1.7 КоАП РФ закон имеет обратную силу и лица, при освидетельствовании которых показания прибора были менее 0,16 мг, вправе обратиться в суд, чтобы отменить постановление о назначении наказания, вынесенное ранее мировым судьей.

АЛЕКСЕЙ БАШМАКОВ

заместитель руководителя
городского департамента
транспорта:

- Ежедневно общественным транспортом в Самаре пользуются тысячи пассажиров. К водителям - пристальное внимание всегда, независимо от нововведений, которые принимаются в части ПДД. Что касается нарушений скоростного режима, то для муниципальных транспортных предприятий это скорее исключение: подобные случаи сведены к нулю. Автобусы коммерческих перевозчиков менее габаритные, более маневренные, и здесь бывают нарушения со стороны водителей. В таких случаях кроме штрафов предусмотрены и дисциплинарное взыскание, и увольнение. Решено вернуть допустимую норму алкоголя, но на транспортные предприятия - муниципальные и коммерческие - это не распространится. Исключено, чтобы водитель был даже с минимальным содержанием алкоголя в крови.



СЕРГЕЙ БОГДАНОВ
депутат Думы г.о. Самара:
- Число погибших и пострадавших на дорогах не уменьшается. Я за то, чтобы наказания за нарушения ПДД в России ужесточались, приближаясь к системе, существующей в Европе. Только комплексом мер можно добиться изменения ситуации.



С 1 сентября нас ждет очередное увеличение штрафов за нарушение ПДД. Специалисты называют его революционным - ведь наказания становятся весьма жесткими. Авторы законопроекта уверены: нововведения дисциплинируют водителей, которые привыкли игнорировать правила. Например, решено ввести понятие повторности нарушения: за это значительный штраф, лишение прав на длительный срок и даже лишение свободы.

Так, все минимальные штрафы в 100 и 300 рублей за незначительные нарушения вырастут до 500 рублей. Ужесточается наказание для пьяных водителей. Для них впервые вводят не только лишение прав на срок от полутора до двух лет, но и штраф в 30 тыс. рублей. Для тех, кто уже был лишен прав или никогда их не имел, кроме этого штрафа грозит административный арест от 10 до 15 суток и исправительные работы. Если водитель попадется нетрезвым во второй раз после того, как вернули права, сумма вырастет до 50 тыс. рублей, а прав лишат на три года.

За пренебрежение скоростным режимом штрафы также заметно меняются. Например, за превышение от 60 до 80 км/ч - от 2 до 2,5 тыс. рублей. Если в течение года нарушитель попадется еще раз, его ждет лишение прав на год.

Подумали авторы корректировок и о детях. Теперь за их перевозку без кресла штраф вырастет с 500 рублей до трех тысяч.

Но есть и новость, которую водители однозначно считают хорошей. С сентября возвращают допустимую норму алкоголя в крови. Она учитывает погрешность алкотестеров и теперь составит - 0,16 мг на литр.

Остановят ли новые штрафы водителей-гонщиков и пьяниц? Предоставляем слово участникам круглого стола «СГ».

Менять положение нужно радикально. Нужно повысить культуру вождения, которая сейчас оставляет желать лучшего. Превентивные меры - повышение штрафов за то или иное правонарушение - не помогут. Конечно, на некоторых водителей это подействует: они будут ездить более аккуратно, дисциплинированно. Но по большому счету, это полумера. Я сам автолюбитель и каждый день вижу, как ведут себя люди на дорогах. Пьянство за рулем, бескультурье, превышение скоростного режима - все это может привести к большой и непоправимой беде.

АЛЕКСАНДР НИКУЛИН

водитель:

- Повышение штрафов - лишь способ пополнить бюджет. Для человека с определенным уровнем дохода, нарушающего правила регулярно, - это не штрафы, а копейки. Я знаю это по своему опыту работы личным охранником. Тысячей больше, тысячей меньше... Такие люди как нарушали, так и будут нарушать. А вот вернуть допустимую норму алкоголя - начинание хорошее. Но при этом думаю, что лиц, заподозренных в пьянстве за рулем, нужно лишать прав пожизненно. Слишком дорога бывает плата за 100 граммов водки, такую потерю ничем не возместить. Если



же человек, лишенный прав за вождение в нетрезвом виде, сел за руль, нужно приносить реальные сроки лишения свободы невзирая на должности.

АНДРЕЙ ИШМУРАТОВ

председатель правления
НП «Центр общественного
взаимодействия»:

- Донести до каждого, что правила дорожного движения нужно исполнять, сложно. А ведь за этим стоят тысячи погибших. Любой человек, который не может ездить спокойно и по правилам, - это колоссальная опасность. Думаю, в России должна быть введена балльная система. Набрал определенное количество за определенное время - лишился прав. Это логично, ведь главная задача не возмездие для водителя или удовлетворение пострадавших, а предотвращение возможных ЧП: наказание растет пропорционально числу нарушений. Иногда мы узнаем о диких случаях, когда водитель снес остановку или задавил пять человек на пешеходном переходе, а оказывается, у него десятки нарушений за последние годы. Очевидно, штрафы на него не особо действовали. Что касается алкоголя, то установка «выпил - за руль не садись» должна быть однозначной. Никаких оправданий для езды в пьяном виде нет.

**ОКСАНА ХОМЕНКО**

жительница Самары:

- Я за повышение штрафов, особенно в части регулирования взаимоотношений водителей и пешеходов. Приведу пример. Ежедневно, два раза в день по дороге с работы и обратно, я хожу через ул. Больничную. Там пешеходный переход. Но на самом деле часто приходится стоять, пропуская поток машин, а если вспомнишь о своих правах и все же решишься перейти дорогу, то можно и на хамство нарваться. Девушки-водители здесь «отличаются» - не пропускают, еще и норовят побыстрее проехать да водой из лужи обдать. Рядом «музыкалка», обычная школа. Родители, бабушки, дедушки ведут малышей на занятия. Жалоб на этот переход много. Видимо, именно поэтому здесь нередко стоит патруль ДПС, и тогда ситуация, конечно, становится идилической. Но стоит сотрудникам уехать - все начинается сначала.

**НАДЕЖДА КУРАПОВА**

председатель ТОС

«Струковский»:

- Повышение штрафов - мера необходимая.

Человека нужно учить рублем, взывать к совести бесполезно. Только когда нарушение грозит финансовыми потерями, водитель становится более внимательным и аккуратным. Я иногда смотрю передачу «Дорожные войны», и страшно становится: сколько молодых, здоровых людей, водителей и пешеходов, гибнет на дорогах! В Самаре много перекрестков с «зеброй», и некоторые водители летят как сумасшедшие, не обращая внимания ни на разметку, ни на людей. На Красноармейском спуске есть светофор, а вот на пересечении ул. Л.Толстого и М.Горького - нет, как и на ул. Некрасовской. Мне кажется, решить проблему можно, установив камеры слежения. Водители прекрасно знают, где стоят камеры, и не рискнут нарушить правила.

**АРКАДИЙ ЛАЗАРЕВ**

автор петиции о дорогах
Президенту РФ Владимиру
Путину:

- Ужесточение штрафов - мера вынужденная и действенная. Конечно, с такими тарифами десять раз подумаешь, прежде чем нарушать. Мне кажется, с предыдущим увеличением обстановка на дорогах улучшилась. А вот допустимую норму алкоголя вернуть нужно. Она автоматически решает проблемы и недоразумения, которыми спекулируют сотрудники ГИБДД. Нетрезвых больше не станет, ведь с существующими ныне мерами пьяными за руль садятся либо неадекватные, либо уверенные, что для них закон не писан. Необходимо провести амнистию по правам. Многие водители не выигрывают дела в суде с отпиской: нет оснований не доверять сотрудникам ДПС. Хотя такие основания встречаются достаточно часто.



Подготовили

Ирина ИСАЕВА и Лариса ДЯДЯКИНА

ПЯТНИЦА | 16 августа 2013 года | №147 (5168)

Завтрак для тонкой талии

ОБРАЗ ЖИЗНИ

Самарских спортсменов накормили-напоили, об Универсиаде расспросили...

Мастер-класс по приготовлению не просто вкусной, но и диетически правильной пищи прошел в уютной обстановке одного из самарских ресторанов, куда пригласили двух блеснувших на студенческих соревнованиях в Казани наших землячек.

НАШЕ - И НИКАКОЙ ЭКЗОТИКИ!

Анна Мастянина, завоевавшая «золото» в пулевой стрельбе, и легкоатлетка Наталья Новичкова взялись за ножи и встали к плите рядом с шеф-поваром ресторана Хайруллой Сагдуллаевым - помогли с приготовлением «легкого завтрака». В меню были заявлены: вкусная и полезная окрошка на кефире, тонкие блинчики с несколькими соусами и летний прохладительный коктейль. Оценить «легкость» и считать калории в угощении согласилась врач-диетолог Самарской областной клинической больницы им.Калинина Наталья Щербакова.

...Первым делом взялись за самое трудоемкое блюдо - блинчики. И пока шеф-повар с легкостью кудесника принялся колдовать над блинным тестом, которое, как известно, у каждой хозяйки получается свое, журналисты одолели вопросами смущенных девчонок-спортсменок: «А в Казани-то как кормили? Какие впечатления от города и самих состязаний?» В ответ прозвучало: «Хорошо, и город красивый, и спорткомплекс на диво, и организация была не хуже европейской».

- Мне есть с чем сравнить, - призналась мастер спорта международного класса по стрельбе, участница Олимпийских игр в Лондоне Анна Мастянина. - Я была в Лондоне и могу сказать, что у нас по организации оказалось ничем не хуже или даже лучше. А еда? Столовая - самая разнообразная, были представлены все виды кухни. Можно было выбрать все что душе угодно: русские, европейские, азиатские блюда. Но мы знали, что нам

можно есть, а что нельзя. И тренеры предупреждали: никакой экзотики и восточных приностей, пища должна быть привычной!

Хотя Анне с ее видом спорта, в общем-то, можно есть все что угодно, да и лучший друг - пистолет Иж-35 - от японских роллов или утки по-пекински, как говорится, не заржавеет. Физическая сила тоже нужна: пистолет хоть и весит один килограмм, но, чтобы «попасть в яблочко» и набрать призовые очки, приходится выдерживать вместе с ним немалую статическую нагрузку. А вот легкоатлетке Наталье Новичковой перед стартом лишний вес никак набирать нельзя. Поэтому вкусные пирожные - а Наташа сладкое любит! - только чуть-чуть и после соревнований.

Впрочем, глядя на стройных самарских спортсменов, скорее начинаешь высчитывать свой лишний вес. И диетолог туда же, словно мысли мои читает: вот окажетесь за одним столом со спортсменом и, глядя сколько он есть, думаете, наверное: «Вон он сколько ест, а худой, а я ем по чуть-чуть и все равно пухлая». Только не забывайте, что та же Наталья за тренировку по шесть тысяч калорий сжигает, а у нас вечная гиподинамия, плюс есть любим повкуснее и послаще».

С ПРИПЕКОМ И БЕЗ...

Однако за разговорами мы совсем забыли о блинах. Между тем эксперт-диетолог Наталья Щербакова тут же начинает с пристрастием выяснять у повара: из какого молока затеваем блины? Оказывается, из молочной сыворотки. Это хорошо, поскольку сыворотка не содержит жира и помогает соблюдать диету. А ка-



ФОТО АВТОРА

кая мука, высшего сорта, да? А хорошо бы ее на треть разбавить гречневой, овсяной или ячменной мукой - это могло бы обогатить наши блины витаминами и микроэлементами, которых в муке высшего сорта остается очень мало. А чем вы, уважаемый Хайрулла, сковородку смазываете? Кусочком сала, чтобы не пригорели? А вот еще хорошо перед выпечкой раскалить в сковородке соль, чтобы она начала приобретать коричневый оттенок, а потом вытереть сковороду насухо и начать печь...

Вопросов про соль и сахар, как и про калорийность, на этом мастер-классе прозвучало немало. А сытность блина, как известно, зависит еще и от того, что в него завернешь - творог, мясо-рыбу или сладости! Поставив Наталью Новичкову к плите допекать блины, сам шеф-повар принялся за приготовление начинки. Одна - с зеленью и сыром,

а вторая - сладкая, с вишней. Сыр в начинке оказался сулугуни, что эксперту не совсем понравилось - лучше все-таки брать адыгейский, он полезнее с точки зрения диетологии - там и жира, и соли меньше, чем в других рассольных сырах. Сладкие начинки, конечно, народ любит, но тут главное не переборщить, да и есть блины нужно правильно: это вам не перекус какой-нибудь и не десерт, а полноценный прием пищи! Надеться надо уметь одним-двумя блинчиками. И есть блины желательно не руками - чтобы не тянуться за следующим, а вилкой и ножом, маленькими кусочками, медленно наслаждаться, растягивая удовольствие.

Между тем на столе выросла горка круглого печеного лакомства. И участники мероприятия взялись за приготовление следующего блюда, вернее, напитка - фруктово-молочного коктейля: в жаркий летний день напиток



СПРАВКА «СГ»

«Полезный завтрак» от врача-диетолога Натальи Щербаковой:

Не стоит завтракать одними кашами, продукты должны быть разнообразными. Это может быть небольшая порция 70-100 граммов овощного салата (все, что нравится - свекла, морковь, яблоко, апельсин, можно добавить орешки и мед), немного каши, которой достаточно съесть две-три столовые ложки, и обязательно белок: двухпроцентный творог, адыгейский сыр или кусок курицы, рыбы, но не колбасы!

Ведь если в 100 граммах курицы всего 2-2.5 грамма жира, то в обезжиренной колбасе 20-22, в копченой - 36, а в сырокопченой - 45 граммов. Конечно, для многих колбаса - это лакомство, вот и относиться к ней нужно соответственно.

Позавтракайте, а потом можете съесть маленький кусочек колбасного лакомства, этого достаточно, чтобы удовлетворить наши вкусовые рецепторы.

вкусный и полезный, поскольку там вам и молоко охлажденное, и мороженое, и ягодки всякие. И украсить его можно тоже - на загляденье!

Третьим блюдом оказалась окрошка, причем на кефире, что диетологу Наталье Щербаковой сразу понравилось: начинать утро с кефира или простокваши гораздо полезнее, чем с кваса, в котором, по мнению эксперта, пользы мало - нет там микроэлементов, а русские традиции приготовления кваса на хмелю мы уже растеряли... Интересной оказалась и такая кулинарная изюминка: добавление к привычному огурцу и редисочке кусочков соленой семги. Прямо скажем, сочетание неожиданное и смелое. Впрочем, как показала дегустация этого «спортивного завтрака», окрошка, как, впрочем, и коктейль с блинчиками, прошли с почетом и гостям понравились.

Наталья БЕЛОВА



РЕЦЕПТЫ

Блинчики тонкие

Сыворотка молочная 330 граммов (с персиковым соком, поэтому сахар не добавляем), сто граммов воды, одно яйцо, мука и немного соды. Все смешать до однородного блинного теста. Выпекать на раскаленной сковороде.

Соус сырный: сыр сулугуни или брынза 50 граммов, 100 граммов сливочного масла, немного зелени (укроп, петрушка, кинза), 1-2 столовые ложки молочной закваски, соль по вкусу. Все тщательно перемешать, начинить блинчики.



Кефирная окрошка

Нарезать тонкими ломтиками огурец, редиску, картофель, яйцо, лук и соленую семгу. Залить кефиром, который можно

разбавить парой ложек минеральной воды.

По вкусу можно добавить хрен и горчицу.

Фруктово-молочный коктейль

Главный секрет молочного коктейля - воздушная пена, которая получается, если сбить все ингредиенты на высокой скорости в блендере.

Маложирное охлажденное молоко, сливочное мороженое и фрукты (в нашем случае свежемороженая вишня).

Сначала взбивают фрукты, далее молоко и мороженое.

Украсить кусочками яблока и клубники. Подавать сразу после приготовления.



Секрет его долголетия

ТВОИ ЛЮДИ, САМАРА

Вчера ветеран двух войн Андрей Иванович Баталин отметил столетний юбилей

Все-таки странное охватывает чувство, когда приходишь в гости к человеку и узнаешь, что он родился еще при царе. Октябрьская революция не в счет - маленький был, а вот две войны - с фашистской Германией и милитаристской Японией - прошел, в должности политрука, причем боевого. Под Кенигсбергом ранение получил. Отмечен многими орденами и медалями.

А сейчас вот Андрей Иванович сидит в окружении сына, дочери, внуки и двух правнуков, Всеволода и Таисии, и принимает поздравления и подарки от администраций города и родного Советского района, Самарской городской Думы, районного совета ветеранов. Заместитель главы Самары Владимир Терентьев не только передал слова поздравления от мэра Дмитрия Азарова, но еще и приветственную телеграмму от самого президента страны Владимира Путина зачитал.

И не в кровати Андрей Иванович гостей принимает, а, как говорится, при полном боевом параде - сидя на стуле. Стену над юбилеем украшает парадный

пиджак, весь увешанный орденами и медалями.

Журналисты, конечно, со своим пристают: «Расскажите, уважаемый Андрей Иванович, секрет вашего долголетия».

А он в ответ: - Кушать надо меньше, голодным из-за стола вставать, и физкультура каждый день, и дисциплина еще нужна, самоорганизация!

Вот так!

Про дисциплину, самоорганизацию, любовь к труду и волю к победе - это практически ушедшее уже поколение знало с младых ногтей. Что подтвердил от имени ветеранов Советского района Сергей Сергеевич Алахин:

- Люди, которые прошли фронт, так сказать, «Крым, Рим и медные трубы», они намного закаленнее сегодняшней молодежи, собраннее, целеустремленнее. Мы с Андреем Ивановичем дружим, встречаемся, вот в феврале отметили 70-летие Сталинградской битвы. Я - ее участник, показывал ему фотографии. Вспоминали прошлое. Политруки - они же вдохновляли солдат на подвиг!

В 1942 году Андрей Баталин



ВЛАДИМИР ПЕРМЯКОВ

окончил курсы политработников, воевал на 3-м Белорусском фронте, участвовал в боях за Кенигсберг, в 1944-м был ранен, а в августе 45-го его направили на Дальний Восток, на озеро Хасан.

Дочь Ирина Андреевна поблагодарила пришедших поздравить отца-ветерана за внимание:

- Благодаря вашей доброте папа до сих пор чувствует себя заслуженным, значимым для своей Родины человеком. Благодаря вам продлеваются годы его жизни. Папа - человек общественный. Он был председателем заводского профкома, председателем родительского комитета 149-й школы, где мы с братом учились, домо-

вого совета, помогал ремонтировать наш дом и много занимался патриотическим воспитанием молодежи в совете ветеранов, много выступал перед учащимися. Он всегда жил со страной и даже написал книгу «Жизнь моей страны - моя жизнь», его внучка Светлана сейчас занимается подготовкой этой рукописи к изданию.

Сын Юрий Андреевич открыл секрет родовых черт семьи Баталиных - у отца восемь братьев и сестер, все они были очень активными и общественными людьми. У Андрея Ивановича, кроме того, была еще и тяга к знаниям - он всегда с книгой, на все имеет свой взгляд. А еще он беззаветно смелый человек, у которого, по мнению сына,

даже отсутствует физиологическое чувство страха. В семь лет, мальчиком, он два раза в неделю ходил в школу из своего села в Ивано-Вознесенской губернии в городок Родники, причем один среди елового леса десять километров. Вот тогда он на всю жизнь и научился не бояться.

- Смысл его жизни сейчас - это созерцание, сопереживание жизни других, - говорит Юрий Андреевич. - Отец каждый день меня спрашивает о новостях, они для него являются жизненным эликсиром. А еще он подсказывает и дает советы, которые, кстати, оказываются чрезвычайно полезными и философскими.

Наталья БЕЛОВА

РАЗВИТИЕ

За аутсорсингом – будущее!

Об этом в интервью «СГ» рассказал заместитель директора компании ООО «ПродФутСервис» Нестеров Сергей Михайлович.

- Расскажите, как давно ваша компания занимается оказанием услуг в сфере аутсорсинга питания и как вас встретили в Самаре?

- На данном рынке мы достаточно давно, изучили досконально этот сегмент. Мы переняли только лучшие стороны оказания данной услуги у тех отечественных и зарубежных компаний, которые занимаются этим довольно успешно. В результате на примере Московского региона было разработано новое семидневное меню специально для лечебных учреждений.

СПРАВКА «СГ»

Термин «аутсорсинг» заимствован из английского языка и дословно переводится как использование чужих ресурсов. Иными словами, аутсорсинг - это передача на договорной основе непрофильных функций другим организациям, которые специализируются в конкретной области и обладают соответствующим опытом, знаниями, техническими средствами. Таким образом, аутсорсинг - это стратегия управления, которая позволяет оптимизировать функционирование организации за счет сосредоточения деятельности на главном направлении.

В Самаре нас встретили хорошо: полгода назад департамент здравоохранения одобрил систему аутсорсинга питания. Мы выиграли конкурс на организацию данной услуги. Сегодня новый подход уже внедрен в трех городских больницах - в Самарской психиатрической больнице, областной клинической офтальмологической больнице им. Т.И. Ерошевского и Самарском областном клиническом кардиодиспансере.

- Что это за новое меню и чем оно отличается от предыдущего?

- Меню было разработано технологами с учетом существующих диетстолов, с учетом ежедневной требуемой калорийности и органолептических показателей. Основные и наиболее существенные отличия заключаются в качестве поставляемого сырья и тщательном контроле над закладкой. Набор продуктов почти не изменился, а качество заметно возросло. Также изменились сами блюда. Если раньше в меню присутствовали смешанные блюда, такие как запеканка с мясом, капуста тушенная с мясом, плов перловый с мясом (где мяса можно в принципе и не искать), то теперь мясо идет отдельно, а гарнир отдельно. В новом меню все конкретно - если курочка, то курочка. Если это бефстроганов - то это бефстроганов.

- Как на такие перемены реагируют больные?

- Насколько мне известно (судя по отзывам книги жалоб и предло-

жений), больным очень нравится новое меню, они кушают с удовольствием! Очень рады изменениям!

- Расскажите, как теперь организована работа персонала. Им, наверное, непривычно немного стало работать?

- Поварам, с одной стороны, стало тяжелее физически и технологически. Но это было в самом начале, нужно было оперативно перестроиться на работу на новом оборудовании с новым меню. Но большой плюс в том, что зарплата поваров выросла в полтора-два раза! Персонал был переведен в штат нашей компании, которая обеспечивает своим сотрудникам полную социальную защищенность и комфортные условия труда. Те, кто остался, уже привыкли и очень довольны. Высокий уровень зара-

ботной платы и контроля качества дал большой толчок к переходу на новый современный уровень оказания услуги питания. Поварам теперь хватает средств и нет необходимости уносить с собой продукты домой, как это раньше было, что уж скрывать.

- Каковы дальнейшие перспективы развития аутсорсинга лечебного питания в Самаре?

- За этим будущее! Плюсы очевидны как для персонала больницы, так и для пациентов: теперь вопросы, связанные непосредственно с качеством продуктов и самой работой поваров, курирует наша компания, а врачи делают свое дело - лечат. Это пример грамотной организации разделения труда.

Подготовила Ирина ИСАЕВА.

На правах рекламы



КОММЕНТАРИЙ

ВАЛЕНТИНА СЕРОВА

пациентка:

- Я довольно часто лежу в больнице, возраст дает о себе знать. Надо сказать, что перемены к лучшему сейчас заметны во всем: и персонал стал более внимательным, и лекарства хорошие появились, да и само пребывание в лечебном учреждении стало менее тягостным. Не последнюю роль в этом играет и питание. Сами понимаем, как это важно для больных людей - питаться сбалансированной, полезной едой. По сравнению с предыдущими годами ситуация сейчас существенно поменялась: меню стало более разнообразным, а блюда - вкуснее. Теперь моим родным нет необходимости готовить для меня отдельно дома, а потом приносить еду в больницу в баночках и контейнерах. Меня вполне устраивает как качество, так и количество еды, предлагаемой здесь, в отделении. Говорят, что работать стали по-новому. Спасибо от лица всех пациентов за это.

ПЯТНИЦА | 16 августа 2013 года | №147 (5168)

ИНТЕРВЬЮ ПО ПОВОДУ

Мир родителей и мир ребенка

Секреты психологии семейных отношений

«Если в искусстве взаимоотношений и есть секрет успеха, то он в умении смотреть на вещи с двух точек зрения: своей и того, с кем находишься в отношениях». Это Зигмунд Фрейд. Самарский психолог Татьяна Овчаренко с отцом психоанализа солидарна, и сегодня мы говорим с ней о том, как преуспеть в этом искусстве родителям и их детям.

- Давно практикуете?

- С 1993 года. Сейчас работаю в Самарском психоневрологическом диспансере. Как психодиагност.

- Но еще и в арт-студии художницы Натальи Стукаловой, насколько я знаю. И там занимаетесь арт-терапией.

- Терапией через искусство. Это мощное средство личностного роста и решения многих проблем - агрессивность, конфликтность, тревоги, страхи, некоммуникабельность. И это очень широкое понятие. Тут и рисуночная терапия, и сказкотерапия, и песочная терапия, и куклотерапия.

- А как вы понимаете, что усилия ваши не напрасны?

- Вижу изменения. И их видят родители. Группы детского клуба отличаются от коррекционных лечебных учреждений. Там действия направлены на решение диагностированной проблемы и есть предписанное количество занятий. В клуб дети приходят не для лечения. Для развития. И это не школа, которую нельзя пропускать без уважительной причины. Поэтому каждое занятие с психологом в арт-клубе, с одной стороны, вытекает из предыдущего, а с другой - вполне самостоятельно. И, вне зависимости от темы, каждое занятие я начинаю с вопроса о настроении, с которым ребенок в настоящий момент дружит. И если сначала описание ограничивается двумя словами - хорошее и плохое, то потом дети говорят о «мечтательном», «фантазируемом», «ожидательном» настроении. О чем это свидетельствует? О том, что они пытаются уже себя анализировать.

- Рефлексия та самая...

- Дети начинают понимать себя, понимать родителей и, самое главное, научаются говорить о своем состоянии. Мама делится: «Татьяна Ивановна, приходит сын из школы и заявляет: «Так, у меня

сейчас ужасно плохое настроение, я могу вас всех обидеть, поэтому не трогайте меня».

- Замечательно!

- Конечно. А так был бы конфликт. И есть еще один вопрос, который я обязательно задаю на каждом занятии. «Что плохого за эту неделю случилось и что хорошего?» И если сначала слышу «не знаю, не помню», то потом уже просто вынуждена останавливать ребенка: «Я понимаю, жизнь у тебя переполнена событиями. Давай о самых главных».

- Мало кто из родителей с детьми так разговаривает.

- Родители вообще очень мало разговаривают с детьми. Оценивают в основном. В результате просишь сделать рисунок - «я не умею». «Да это, - говорю, - не важно». Нет, и все. Ребенок привык, что его, что бы он ни делал, оценивают, и он боится получить «неуд». Дети и сами, переняв от взрослых, постоянно ставят друг другу оценки: «Как ты плохо нарисовал!» «У нас правило, - напоминаю я детям, - Мы не оцениваем».

- Одна из тем ваших занятий - вранье. Как бороться с детским враньем? А надо ли с ним вообще бороться? Ведь это серьезная работа мозга - соврать. Животные, насколько я знаю, не врут.

- Вранье действительно предполагает наличие аналитических способностей, памяти, умения сопоставлять факты. Именно поэтому говорить о том, что ребенок врет, можно, когда ему семь лет и более. До этого возраста он не врет. Он фантазирует. А до трех лет просто повторяет то, что видит и слышит, но переносит на себя. До трех лет ребенок - эгоцентрист, и все, что происходит вокруг него, происходит с ним. Порой до смешного доходит. Трехлетний малыш слышит, как старший брат рассказывает, чем он занимался. Малыш идет к родителям и повторяет ска-

занное братом. Но только фигурирует в этом рассказе не брат, а он, трехлетний малыш. В пять-шесть лет начинает работать воображение. Условно в пять-шесть, потому что есть дети, которые и в три года очень развиты. Лгать же ребенок начинает тогда, когда осознает выгоду вранья. Фантазия бескорыстна. Она просто льется из тебя. Ты воображаешь, придумываешь... Иное дело - вранье. Причин, по которым ребенок лжет, много. Основных, как мне кажется, две - избежать наказания и уйти от реальности, которая тебя не устраивает. Уйти, придумав свою реальность. Представить себя в более выгодном, как ребенку кажется, свете. И это может принимать формы патологии. У меня на приеме в психодиспансере был мальчик, которого просто били за это. Одноклассники били, ребята, которые жили с ним в одном дворе. Били страшно. А он выходил из больницы после перелома и сотрясения и опять врал. И его опять били. Из-за чего, собственно, мама и привела его ко мне. «Он лежал, - рассказывала она, - в больнице с сотрясением мозга. Приехали после выписки домой, я поднялась в квартиру, он остался во дворе, и его опять избивали».

- Сколько ему?

- Одиннадцать. Он остается во дворе, подходит к ребятам и говорит: «А у меня в гараже настоящий Harley-Davidson». Ему: «Врешь!» - «Нет, - говорит, - брат купил». - «Убьем, если врешь!» - «Говорю, там стоит». Идут в гараж: «Где?!» - «Брат на нем уехал».

- Удалось помочь?

- Они не за терапией приходили. На диагностику. Да и психологической помощи тут мало. Человек уже не может отделить реальность от нереальности.

- Он верил, что в гараже стоит «харлей»?!

- Он был очень удивлен, что его там не обнаружил.

- А во благо дети лгут? Ну, чтобы, скажем, маму не расстроить?

- А давайте разберемся, что значит - во благо. Ребенок получил двойку. И скрыл это. Возможно, чтобы избежать наказания. А возможно, чтобы не расстраивать маму. Но что стоит за «расстройством мамы»? Мама ожидала от ребенка пятерок, он не оправдал ее надежд. Смириться с этим не может и врет. Вранье - следствие глубокой проблемы, которая таким образом проявляется. Если ребенок в себе не уверен, если у него низкая самооценка и он чувствует, что родители его не принимают таким, какой есть, а хотят видеть в нем Ломоносова или

Моцарта, он при малейшем несоответствии будет врать. Будет изворачиваться, сохраняя таким образом хотя бы видимость того, что его любят. Ребенок получил двойку, не сказал, тетрадку или дневник спрятал. А мы нашли. Нашли и говорим ему: «Сколько веревочке не виться...» И думаем, что исходя из этого он сделал вывод и в следующий раз врать не станет. А у ребенка мысль...

- Спрятать надо было по-лучше...

- ...мне не повезло, потому что мама нашла. Так вот, не надо про веревочки. А объясните лучше ребенку, что, получив двойку, он не упал в ваших глазах, что вы его по-прежнему любите и ничего страшного в двойке нет, тем более что ее можно исправить. Если мы что-то ожидаем от ребенка и если это ожидание превышает наше принятие его, то он будет врать.

- А как вы с этим работаете?

- Для начала предлагаю ребенку задуматься: зачем? Зачем он соврал. Задуматься и хотя бы честно себе сказать: я сейчас соврал потому, что я себе не нравлюсь. Мы ищем источник. Работать надо с причиной, а не со следствием. Бывает, родители спрашивают: как понять, что ребенок врет? Может, на детекторе лжи его проверить? Вот не надо по отношению к детям использовать все эти методы. И нужно не бороться с враньем, а показывать ребенку, насколько вранье осложняет жизнь. Нужно быть внимательным к собственному ребенку. Вот просто быть внимательным. Если мы захотим понять, мы пойдем. И надо еще четко осознать: а готовы ли мы к правде? Когда мы не готовы к правде, то и добиваться ее от ребенка не стоит, он все равно не скажет.

- То есть тут и с родителями надо работать.

- И с родителями тоже. Тем более что есть еще такая причина вранья, как подражание. Если ребенок видит, что взрослые лгут, то почему он не будет сам этого делать?

- Стукалова рассказывала о технике, которую вы на своих занятиях используете. Думаю, она бы помогла родителям, которые хотят понять своего ребенка. Ну я о том, когда вы даете детям кучу журналов и предлагаете вырезать понравившиеся картинки и создать из них свой мир.

- Коллаж. В художественном творчестве техника распространена широко. И психологи ею тоже пользуются. Мы создаем коллаж на определенную тему. Например, «Кто я?» Мы прикалываем ватман к стене, ребенок

встает перед ним, другие дети светят фонариками и по тени рисуют его силуэт. И в дело у нас идут не только журналы. Тут и карандаши, и краски. Инструкция звучит так: «Сделай такой коллаж, чтобы, посмотрев на него, человек понял, что это ты».

- Внутрь силуэта все это надо наклеить?

- А это каждый сам решает. И в итоге иной набирает столько картинок, что уже и контур теряется.

- Жадность...

- Неспособность чувствовать собственные границы. Такого ребенка уже в процессе работы видно. Он берет журнал у другого, вокруг него горы бумаг. И другой ребенок. Коллаж у него маленький, и пространство внутри контура пустое практически. Излишний контроль. И это тоже проявляется в процессе работы. Такого ребенка не слышно и не видно, что называется. А вот, скажем, была у меня девочка. Собирая картинки для коллажа, постоянно спрашивала: «А это красиво? А это можно?» И в итоге набрала всяких собачек, бриллиантов, туфель, сумочек. Все такое яркое, искрящееся. Девочка хотела блистать. Пришла ее мама, спрашивает: «Где работа дочери?» - «А вы как думаете?» - «Ну, не знаю. Ну, может быть, эта».

- Не угадала.

- Нет. А когда ей показали то, что сделала дочь, сказала: «Моя девочка не такая поверхностная». Непринятие ребенка. И это было первое и последнее занятие. Больше они не приходили.

- Да, многое может открыть родителям такой коллажик.

- А еще лучше, если ребенок будет делать свой коллаж, а мама или папа - свой. Мы это используем, когда работаем с нарушениями взаимоотношений между ребенком и родителями. Бывает, «играем» в переворты. Мама создает мир дочери, а дочь - мир мамы. И часто угадывает, чем живет мама. А мама - нет. Она создает мир, которому ребенок должен, как она считает, соответствовать.

- А он и не должен.

- В том-то и дело. Или вот еще родители часто спрашивают: как реагировать, узнав, что ребенок солгал? И что сделать, чтоб не лгал впредь.

- И что вы им предлагаете?

- Предлагаю вспомнить, как они вралли своей маме. И ответить себе на один вопрос: как должна была вести себя их мама, чтобы они ей не лгали. И точно так же вести себя со своим ребенком.

Вопросы задавала
Светлана ВНУКОВА



ФОТО АВТОРА

ЗНАЙ НАШИХ!

Купола в старом дворике

| Картина и ошарашивающая, и гармоничная

Довольно раннее утро в Самаре, на улицах пусто. На Ленинградке воробьи расклеивают разбитый арбуз. Противоположный берег Волги в дымке: день будет жаркий. Улица Степана Разина заставлена припаркованными на ночь авто - люди еще не разъехались по работам. Вид у улицы весьма зашпанный, и вдруг неожиданно луч солнца, которое только-только поднимается между домами, бьет в глаза... Из-за спины?! Нет, это оно отразилось в осколке зеркала: из-за самых обычных белых металлических ворот к небу тянутся... зеркальные купола. Картина одновременно ошарашивающая и гармоничная: с одной стороны, такого в Самаре, пожалуй, и не увидишь, а с другой - сложно представить, как эта стена была тут без этих куполов, настолько они тут уместны...

За воротами - мастерская под открытым небом, видно, что люди тут живут и творят или животворяют: эти два процесса, похоже, тут слиты воедино. Ведра с раствором, лотки с замазкой, шпатели, кусочки битой плитки. Бумажные стаканчики из-под кофе и кусочек зефира, оставленный на старом холодильнике марки «Юрюзань» (стоит прямо на углу дома). Баночка из-под кетчупа и литровая бутылка из-под черничного йогурта. Баллончик с брызгалкой от комаров - и покрытый ржавчиной чулунок. Выложенное из плитки

на отдельном ящике крыло жарптицы, на котором лежит ржавый ключ, похоже, найденный тут же, - такое ощущение, что пространство само откликается на то, что тут происходит, само посылает догадки и ключи...

Вдоль всех стен стоят разноцветные и разнокалиберные пузырьки, баночки и ведерки с краской. В углу двора высится деревянный помост - строится то ли сцена, то ли огромное крыльцо. Часть стены заросла диким виноградом, виноград залез по столбам на провода, спустился и полностью закрыл старую металлическую кровать с панцирной сеткой, закинутую на крышу сарая, от нее остался виден лишь верх вычурной спинки.

Почти около ворот - металлические леса; воробьи, которых спугнуло наше появление, привычно возвращаются на перекладины. А за лесами - купола. Из осколков зеркала и цветной плитки, с узорами и без. Через пустые окошки проглядывают куски старой стены. У некоторых куполов верх пока только дорисованы мелом. Один купол вырос прямо над старым окном в стене, одна секция которого забита ободранной фанеркой, в фанерку вмонтирован советский «кондиционер»: жестянка с пробитыми гвоздем дырками. И таким это окошко под куполом стало... осмысленным, что подумалось: а если бы над всеми нашими пустыми прямоу-

гольными окнами высились такие купола, жили бы мы по-другому, по-старому бы не получилось. Есть на стене еще ветряная мельница, цветы, а над всем - слегка растрепанное солнышко.

Пока мы разглядываем стену, появляется «хозяйка» всего этого чуда. Кудрявая и тоже немного растрепанная - торопилась - Даша Бражникова, студентка третьего курса «Реавиза». Почти с ходу начинает рассказывать: нет, окошки будут не зеркальные, а просто раскрашенные - темным (спят значит) или желтым. «Иначе потеряются», - объясняет Даша. Дорисованные мелом купола - это друзья все дорисовывают, пока ее нет, а она уже и не знает, когда работа эта кончится, - 16 августа открытие запланировано, но и после этого все будет продолжаться. А сначала думали - за майские праздники управятся. Сделать мозаику Дашу попросил хозяин двухэтажного кирпичного дома в глубине двора - он хочет на первом этаже делать Дом искусств, где будут проходить выставки и мастер-классы. Делает Даша все бесплатно, потому что «это же не кому-то лично, а для всех». Плитку - бой - ребята достают сами. Поначалу удивлялись: магазины бой отдают только за деньги, а если не покупают - утилизируют, на пыль переводят. Ни нашим, ни вашим получается. Но все-таки удалось «найти ходы», в резуль-



тате только желтую плитку пришлось купить - для солнышка.

Еще в этом дворе снимают домики французы. Им купола нравятся, а шум по вечерам не очень. Но ребята стараются не работать после девяти вечера. А наши люди, проходя мимо, - восхищаются. А еще говорят: «Приходи, нам такое тоже сделай». А Дашу это... возмущает. «Мне всегда им хочется сказать: возьмите да сделайте у себя сами! Это же просто!»

Делать мозаику Дашу никто не учил. После окончания Самар-

ской Вальдорфской школы она поехала в Германию доучиваться - там в этой системе ребята учатся 13 классов, в старших у них обязательно идет проектная деятельность. Учительница попросила Дашу сделать мозаику над умывальниками - видела такую в самарской школе. Принесла все материалы... «Я даже не представляла, как это делается!» - очень эмоционально вспоминает Даша. Потому что пришлось ей самостоятельно изучать все премудрости и тонкости. По Дашиним словам, работа оказалась медитативная и несложная.

В Германии Даша не осталась - уехала недоучившись, бросив 13-й класс: «Я туда ехала, чтобы понять, чем мне дальше заниматься. Там же такое разнообразие направлений! Но что-то так и не поняла. Вернулась, поступила в медицинский». И получается, что мозаика для нее - ну это как-то так, дело, которое каждый должен уметь делать. Ведь каждый может вокруг себя сделать красоту - сам, не дожидаясь, когда ему поднесут все на блюдечке.

- Наверное, я просто из такой тусовки. Мы смотрим, как вокруг дома превращаются в руины... А еще смотрим на эти страшные небоскребы. Я подумала: вот если бы на них сделать такую мозаику - во всю стену! - говорит Даша. И глаза у нее светятся. А еще она говорит, что готова мозаику сделать на любом месте, где людям видно будет, - если ей просто материал дадут и кормить будут. Не за деньги. Потому что - «для всех ведь».

- Мы вообще готовы все сами делать, мы уже другие, - объясняет мне она, рассказывая про тех, которые просили «а сделайте нам». И Даша даже не сомневается в том, что все ее поколение - такое.



Дарья ГРИГОРЬЯН

Крупы, овощи и фрукты

По мнению онкологов, должны составлять основу здорового рациона человека

Наш разговор с врачом-методистом отделения медицинской профилактики ГБУЗ СОКОД Ольгой КОЗЛОВОЙ.

- Среди множества причин возникновения онкологических заболеваний, какое место отводится питанию?

Питание не причина, а фактор риска, который на фоне других изменений в организме может привести к развитию злокачественного образования. При ранжировании основных причин, формирующих заболеваемость раком, лидирующую позицию занимает неправильное питание (до 35%), второе место принадлежит курению (до 32%). Таким образом, 2/3 случаев рака обусловлены этими факторами. Далее по степени убывания значимости следуют инфекции, малоподвижный образ жизни, профессиональные канцерогены, алкоголизм, непосредственное загрязнение окружающей среды, наследственность, пищевые добавки, ультрафиолетовое излучение и ионизирующая радиация.

- Как давно изучается роль пищи в качестве фактора риска онкологии?

Активное изучение важности и роли здорового питания для профилактики онкологических заболеваний началось с середины XX века. Так, например, доказано,

что злоупотребление крепкими алкогольными напитками, особенно суррогатными, может способствовать развитию рака печени, пищевода, других органов желудочно-кишечного тракта. Впоследствии изучалась положительная роль клетчатки, свежих овощей и фруктов для профилактики различных опухолей. Изменение пищевого рациона, связанное со снижением употребления грубоволокнистой пищи, приводит к длительной задержке продуктов в организме, брожению, накоплению токсических веществ и, как следствие, развитию нарушений обмена веществ. Любое воспалительное заболевание может приводить к развитию опухолей в толстой кишке.

- Нужно ли очищать организм не только снаружи, но и изнутри? Какова роль клетчатки и грубоволокнистой пищи?

Понятия «чистка организма» в медицинской практике не существует. Наш организм сам регулирует все обменные процессы. Клетчатка и грубоволокнистая пища не перевариваются и не всасываются в организм. Проходя через кишечник, они очищают его и впитывают в себя токсические вещества, способствуя их выводу, нормализации микрофлоры, улучшая обмен веществ, тем самым снижая риск возникновения опухолей.

- Как онкологи оценивают генно-модифицированные продукты?

Онкологи настороженно относятся к ГМО. Нужны долгосрочные научные исследования в этой области, хотя при экспериментах на животных доказано, что некоторые ГМО являются фактором риска для возникновения опухолей.

Эксперименты, связанные с генетически модифицированными организмами (ГМО) и микроорганизмами (ГММ), в частности с продуктами, показали, что у животных, которых подкармливали трансгенной соей, наблюдались нарушения репродуктивной функции, повышенная тревожность, ухудшение пространственной ориентации. Их потомство рождалось на свет слабым и нежизнеспособным, а выжившие животные страдали различными патологиями внутренних органов, раковыми опухолями. Поэтому рост онкологических заболеваний в мире многие ученые связывают именно с употреблением генетически модифицированных продуктов. Врачи рекомендуют использовать для приготовления пищи преимущественно натуральные продукты.

- Каким же должно быть здоровое питание, если за красочными упаковками скрываются красители, консерванты, биодобавки и ГМО?

Здоровое питание - это такое питание, которое сбалансировано по содержанию основных компонентов (белки, жиры, углеводы) и энергетической ценности, витаминов, минералов и жидкости, способствует сохранению здоровья. Чем более разнообразно наше питание, тем больше вероятности получить все необходимое для жизни и здоровья. Основу рациона должна составлять пища свежеприготовленная, а не консервированная. Большая часть - крупы, овощи, фрукты, чуть меньше - мясо и рыба. Обязательными являются в меню взрослого человека яйца, кисломолочные продукты, а вот углеводам и рафинированным продуктам нужно отдать не более 5-7% от всего рациона.

- Насколько питание может повлиять на состояние уже заболевшего человека?

Резких ограничений питания не должно быть! Оно должно быть разнообразное, полноценное (хотя понятно, что рацион зависит от вида заболевания), щадящее, не менее четырех раз в день. Нерегулярное и несбалансированное питание приводит к ухудшению общего состояния и может усугубить течение уже имеющегося основного заболевания.

- Как современная онкология относится к народным способам лечения - грибы, фитотерапия, БАДы... Например, к грибу чага, эффективность которого в борьбе с раковыми клетками якобы доказали давно советские врачи?



Нужно четко разграничить два понятия: лекарственные средства на основе природных компонентов (в том числе фитотерапия) и БАДы. В официальной медицине лекарственные средства из растений широко используются. Они прошли сертификацию и разрешены к применению. Что касается БАДов, то эти средства могут оказывать общеукрепляющее действие, содержать природные витамины. Многие травы или тот же гриб чага обладают антиоксидантным действием, способствуют оздоровлению, уменьшают кислородное голодание в клетках. Но все-таки это не лекарства, ожидать выраженного специфического действия от их применения не стоит. Все лекарственные препараты, а также пищевые добавки и БАДы, реализующиеся через аптеки, имеют разрешение на использование, они безопасны. Но нужно всегда помнить, что у любого средства есть показания и противопоказания. Поэтому консультация врача является необходимой перед применением даже растительных препаратов.

Наталья БЕЛОВА

Подарить жизнь

Для спасения больных самарские врачи-онкологи широко используют современные высокотехнологичные методы лечения

Ева СКАТИНА

Самарская область относится к числу экономически развитых регионов России, где отмечается постоянный рост заболеваемости злокачественными новообразованиями. За последние 20-30 лет изменилась структура онкологических заболеваний. Если раньше у мужчин и женщин наиболее часто регистрировались опухоли молочной железы, легкого, желудка, то в настоящее время второе-третье место занимают опухоли толстой кишки (колоректальный рак). Ежегодный прирост составляет 3% больных.

Среди множества факторов риска, способствующих развитию рака толстой кишки, огромная роль отводится питанию. Более 35% всех видов злокачественных опухолей зависит от характера питания. Формирование привычек рационального, сбалансированного питания позволяет значительно снизить риск возникновения опухолей, в том числе и толстой кишки.

Но что делать, если заболевание уже развилось? Каковы шансы на успешное лечение? Онкологи

во всем мире утверждают: чем раньше выявлено заболевание, тем успешнее будет лечение.

Сегодня на учете у онкологов Самарской области состоит более 74 тысяч больных, из которых каждый 10-й страдает раком толстой кишки. Ежегодно регистрируется более 1500 новых случаев, среди них у 35-40% пациентов диагностируется местнораспространенный процесс или метастазы в другие органы.

Основным методом лечения при раке толстой кишки является хирургический, при котором удаляется участок, пораженный опухолью. Однако часто опухоль распространяется на другие органы и ткани. Лечение отдаленных метастазов является важной проблемой клинической онкологии. Наиболее часто при раке толстой кишки происходит метастазирование в печень.

В течение 10-20 лет в онкологии активно развивается хирургическое направление, связанное с операциями на печени. В Самарском областном клиническом онкологическом диспансере проводятся сложные реконструктивно-пластические и

КОММЕНТАРИЙ

ВЛАДИМИР СУХАРЕВ

главный внештатный специалист по онкологии МЗ Самарской области, кандидат медицинских наук:

- Самарский областной клинический онкологический диспансер, являясь специализированным центром, позволяет ежегодно оказывать медицинскую помощь более чем 20 тысячам первичных пациентов со злокачественными новообразованиями, проводить диагностическое обследование и лечение до 100 тысяч пациентов Самарской области, других регионов России, а также жителей стран ближнего и дальнего зарубежья.

органо-сохраняющие операции при местнораспространенных опухолях. Внедрены и широко применяются рентгенохирургические методики, радиочастотная и ультразвуковая абляция первичных опухолей и метастазов различных локализаций. Одним из высокотехнологичных, современных способов хирургического лече-



ния при метастазах в печень является резекция органа. При этом возможно удаление значительной части печени без существенных последствий для организма пациента. Уже выполнено около 300 подобных операций у больных при колоректальном раке с метастазами в печень. Такие хирургические вмешательства позволяют не только существенно увеличить продолжительность жизни пациентов без отдаленных метастазов, многие из них сохраняют трудоспособность с хорошим качеством жизни. Диспансер работает в системе обязательного медицинского страхования. Любой пациент, имеющий полис медицинского страхования и направление из поликлиники по месту жительства, получает консультативную помощь, ему проводятся диагностические исследования и специализированное лечение бесплатно.

Шесть основных принципов питания, способствующих снижению риска развития рака:

- Профилактика и предупреждение избыточного веса.
- Уменьшение потребления жира.
- Обязательное присутствие в пище свежих овощей, фруктов.
- Регулярное употребление продуктов с высоким содержанием клетчатки.
- Ограничение употребления алкоголя.
- Уменьшение потребления копченых и консервированных продуктов.

(Рекомендации по профилактике хронических неинфекционных заболеваний, Москва, 2013 год)

**СКОЛЬКО ЛЮДЕЙ - СТОЛЬКО И МНЕНИЙ
ВЫСКАЗЫВАЙТЕСЬ ПО ЛЮБЫМ ТЕМАМ**

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Человек на своем месте

Любовь Хрунова, Маргарита и Юрий Корняковы, Зинаида Рева, Татьяна Зубкова, Лидия Власова и многие другие члены общества инвалидов Ленинского района:

➤ -13 августа отпраздновала свой день рождения председатель нашего общества инвалидов Ленинского района **Наталья Александровна Сметанникова**. Мы от всей души поздравляем ее со знаменательной датой, желаем здоровья покрепче, творческих успехов и удачи во всех общественных делах. В такой день хочется и самим себя поздравить с тем, что у нас есть Наталья Александровна, человек отзывчивый на людскую боль, настоящий подвижник в таком сложном деле, как организация работы инвалидов. Есть у нас праздники, творческая работа людей, но главное - будни, в которые нужно помочь конкретному человеку в его беде. И ни одного из обратившихся со своей проблемой

инвалида наш председатель без поддержки не отпустит. А чтобы помочь человеку, иногда приходится долго и упорно работать, обращаясь во все инстанции. И это у нее получается.

За время работы председатель общества инвалидов сплотила все творческие силы. Люди поют, читают и пишут стихи, занимаются художественным и музыкальным творчеством. Да и сама Наталья Александровна дружит с песней, занимаясь в городском академическом хоре под управлением профессора Владимира Михайловича Ощепкова. В общем, нам повезло с таким руководителем и настоящим другом. Вместе преодолеваем трудности, вместе радуемся успехам. Долгих счастливых лет жизни вам, Наталья Александровна!

ЖКХ

Заплатки на крыше

Елизавета Сергеевна Дорогова, пр. Кирова, д.82, кв. 8:

➤ - В 2011 году капитально крыли крышу нашего дома № 82 по проспекту Кирова. А пять квартир, в том числе и мою, не покрыли. Ждали мы и в 2011, и в 2012 году, что закончат ремонт крыши над нашими квартирами, - не дождалась. И в 2013 году пошел уже восьмой месяц - нет ремонта. На жалобы в ЖЭУ-6 УК «ВАСКО» нам отвечают, что над нашими пятью квартирами залатали прорехи. А вода в квартире все течет и течет по окнам с крыши. Значит, кому капитальный ремонт, а кому заплатки худые. Куда же они материал-то приспособили с капитального ремонта?

Я вдова участника Великой Отечественной войны и сама в войну на общую Победу трудилась. Ходить по кабинетам с просьбами не могу в свои 85 лет, сил не осталось уже. И даже ремонт в своей квартире невозможно сделать, вода не дает. Вот и дождалась такой «заботы» о ветеранах войны.

**ЗАДАЙ
ВОПРОС**



www.sgpress.ru

СВЯЗЬ

Оживет ли проводное радио?

Альберт Евгеньевич Егоров, ул. Фрунзе, д.146:

➤ - Каждый грамотный человек знает, что проводное радио необходимо не только нам, жителям Самары, но и для целей гражданской обороны. Однако создается впечатление, что оно - обуза для связистов. Стараются от нас, абонентов радио, избавиться не мытьем, так катаньем. Постоянно приходится звонить в бюро ремонта с просьбой наладить вещание. Три дня поработает радио нормально - и опять отключение. И хорошо еще, если на девушку в бюро ремонта попадешь. Она хотя бы примет заявку. А есть один мужчина, так он и посылать может.

Я уже заметил, что хорошо

работает радио с 6 до 8 часов утра, какой-то час в обед и с 17 до 24.00. А в остальное время, то есть в рабочее для дежурного сотрудника, его словно специально отключают. Может, это просто совпадение, но на мысли наталкивает: хотят от нас, беспокойных любителей радиовещания, избавиться. И абонентская плата сегодня почти до 100 рублей в месяц поднялась, а мы все идем со своими квитанциями оплачивать услуги связи. Хотя, конечно, многие пенсионеры уже не могут себе позволить такую оплату невыполняемых услуг. И круг радиослушателей сужается. Или это так задумано?

Уважаемые читатели!

Отдел писем принимает вашу почту ежедневно по адресу:
443020, г. Самара, ул. Галактионовская, 39, а также по тел. 927-15-80 по понедельникам и четвергам с 17 до 20 часов

А У НАС...



Караул, машины!

Анна Андреевна, ул. Коммунистическая, д.12:

➤ - Задушили нас машины во дворе домов №№12 и 10. Раньше хотя бы «лежачий полицейский» сдерживал их поток. Но сейчас его ликвидировали. И машинам, в основном чужим, раздолье. У наших подъездов - № 2 дома №12 и № 1 дома № 10 (здания соединены в этом месте) - площадки у выхода нет, так что машины ставят прямо под окнами. Нам и выйти страшно. А хозяева машин лучше себя на улице ведут, чем в нашем дворе. И хотя рядом, на Владимирской улице, есть автостоянка, она пустует. Потому что платная. А весь транспорт к нам загоняют на бесплатной отстой.

ПРЕДЛАГАЮ

Вернуть людям озеро

Татьяна Алексеевна Гусарова, жительница 13-го микрорайона:

➤ - Неподалеку от школ №№157 и 101 в 13-м микрорайоне Самары (рядом с домом №321 по проспекту Кирова) есть небольшое озеро. Зимой - это любимое место катания ребятишек с горок, а весной сюда когда-то прилетали дикие утки. Вокруг озера склонились ивы, рядом небольшой сквер, очень красиво. Но в последние годы озеро стало зарастать, и сейчас оно под угрозой исчезновения, сплошь покрыто зеленой ряской. Раньше я занималась бегом по утрам. Такая радость была - пробе-

В сентябре начнется учеба, будет еще хуже: детей в соседнюю школу родители привозят на автомобилях. Оставлять машины у школы нельзя, так их к нам во двор загоняют.

Двор знаменит еще тем, что ни цветочка нет, ни тени. Три недели назад спилили семь тридцатилетних деревьев, одни пеньки остались. Явно помешали машинам. Перепланировка детской площадки больше месяца длится. А детям во дворе в пыли, под колесами машин опасно и находиться. Любой затор на улице, и дополнительный поток машин устремляется через двор. На жалобы и просьбы УК «Коммунальник» не реагирует. Не их это барское дело - порядок во дворе наводить.

жаться до озера и немного постоять у ивы, любясь окружающей красотой и стараясь не спугнуть плавающих уток. На весь день оставалось приятное чувство, как-будто побывала где-то далеко за городом. Предлагаю благоустроить эту небольшую жемчужину, подаренную природой, где все желающие могли бы проводить свое свободное время. Рядом - две школы, детская поликлиника. Прогуливаются мамы с колясками, бегают дети. А утки весной пока пролетают мимо.

ВПЕЧАТЛЕНИЕ

Водитель водителю рознь

Андрей Петрович Тонковидов, ветеран Великой Отечественной войны:

➤ - 8 августа мы вышли из поликлиники больницы № 6 и направились к остановке общественного транспорта (она находится далеко ватно). В это время (14.00) по маршруту следовал автобус № 70. Я на всякий случай поднял руку, особо не надеясь, что водитель остановится. Однако, к нашей радости, он остановил автобус и нас забрал. Дело в том, что моя жена инвалид Великой Отечественной войны. У нее больные ноги, передвигается с палочкой и с большим трудом. Водитель (к сожалению, я не успел запомнить номер автобуса) проявил милосердие и высокую человеческую доброту. Ведь он имел право не остановиться. Мы убедительно просим руководство автопредприятия, где работает этот водитель - порядочный человек, его отметить и поощрить. Фамилию, наверное, можно вычислить по сетке графика движения. А внешне - молодой мужчина с усиками. Кондуктор - жен-

щина средних лет (около 40) невысокая, в очках. Одновременно хочу привести отрицательный пример. Около двух лет назад на маршруте трамвая № 19 произошла авария. С женой мы решили дальше добираться «газелью». Сели в машину, нужно было проехать три остановки. В то время разрешалось ветеранам Великой Отечественной войны бесплатно, по удостоверению, ездить на коммерческом транспорте. Водитель «газели» (мужчина в годах, с короткими седыми волосами, южной наружности), проехав где-то 30-40 метров, говорит: «Платите за проезд». К сожалению, у нас с собой денег не оказалось. Тогда он остановил машину, грубо заставил нас выйти из «газели», хотя прекрасно видел перед собой женщину с большими ногами и с палочкой. Не хочу давать оценку водителю. Ясно одно: его поступок - отвратительный и заслуживает осуждения.

НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ В АВГУСТЕ

Магнитные бури оказывают прямое или косвенное воздействие на наше самочувствие и здоровье. Критическими (трудными) днями, в

которые возможны резкие изменения соотношения погодных и других геофизических факторов, в августе будут:

16 - (с 12.00 до 14.00) 2 балла
20 - (с 9.00 до 11.00) 2 балла
24 - (с 15.00 до 17.00) 3 балла

27 - (с 11.00 до 13.00) 2 балла
30 - (с 19.00 до 21.00) 2 балла

Постарайтесь в эти дни более пристально обратить внимание на свое самочувствие. БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



ПЯТНИЦА | 16 августа 2013 года | №147 (5168)

СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ

Вот так всегда: ждешь-ждешь лета долгих девять месяцев, а оно пролетает за одно мгновение! Как использовать оставшиеся теплые денечки по полной программе, если вы уверены, что они замечательны не только бесцельным лежанием на пляже? Мы можем предложить вам несколько советов из серии «проверено на себе».



КОММЕНТАРИЙ

MORALES ACOUSTIC BAND

акустическое трио (две гитары и барабан джембе):
- Для аранжировок и исполнения мы выбираем только ту музыку, которая нравится нам самим. Это популярные хиты, песни из зарубежных и отечественных кинофильмов, этника. Получается, что довольны и мы, и слушатели. Наша группа изначально собиралась для души и искусства. Мы выступаем и на корпоративах, и в ресторанах, но больше всего нравится на улице. Здесь самая лучшая публика! В зале все статично, зрители сидят и слушают - нет выхода эмоциям. А на улице люди могут двигаться, танцевать, да что угодно делать! Особенно много позитива получаем от детей.

Ухвати лето за хвост!

Как с пользой и удовольствием провести теплое время года, пока оно еще не закончилось

КИНО
ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ

Плюсы

1. Свежий воздух, общение с природой. Если вы не держите телевизор на балконе и не сидите с ноутбуком на веранде, у вас вряд ли будет возможность одновременно наслаждаться природой и фильмом.
2. Новизна восприятия. Даже если вы уже видели эту картину, поверьте, вам покажется, что вы смотрите ее впервые! Окружающие запахи, звуки - все сработает на это.
3. Приятная компания. Наверное, отсутствие попкорна задает определенный тон, но, как правило, публика подбирается дружная. Приятно пережить в компании единомышленников резкие взлеты и падения в развитии сюжета, посмеяться над шутками героев и умилиться их финальным объятиям.
4. Возможность посмотреть фильмы, которые вы не успели увидеть в кинотеатре.

Как правило, в открытых кинотеатрах демонстрируют самые популярные картины последних лет, иногда ретро.

Минусы

1. Зависимость от погоды. Никаких навесов в кинотеатрах не предусмотрено, «при любой погоде» сеансы не проводятся и по причине дождя могут отменить.
2. Комары. Хотя территория и обрабатывается от насекомых, назойливые кровососы все же могут вас атаковать - лучше захватить с собой средство от них.
3. Неудобные сиденья. Сами понимаете - пикник. Напрокат вам предложат коврик или даже кресло-мешок, вы можете взять подстилку с собой, но все равно за два часа сеанса тело затекает и требует движения.

Где и когда

AeroKino
Загородный парк, поляна около памятника семье, тел. 231-47-87. Сеансы ежедневно в 21:00.
«Филин»
Четвертая очередь набережной, Лада, тел. 990-67-74. Сеансы ежедневно, в 21:00.

КОНЦЕРТЫ В ПАРКАХ
И НА НАБЕРЕЖНОЙ

Плюсы

1. Неожиданная радость. Вы гуляете по парку или набережной и вдруг видите группу музыкантов, исполняющих народную музыку или эстрадные хиты.
2. Профессионализм. В скверах и на набережной можно услышать выступления профессиональных коллективов из филармонии (например, ансамбль народных инструментов «Волга-folk-band», фолк-проект «БалаLike» и др.).
3. Приятные сюрпризы. В зависимости от формата общения с публикой вас ожидают: возможность услышать любимые песни, потанцевать или даже получить сладкий приз.

Минусы

Если вы шли по делам, то напроцх забудете о них на время концерта.

Где и когда

На IV очереди набережной (Лада) по воскресеньям, в 18:30:
18, 25 августа, 1 и 8 сентября.
В парках и скверах города по воскресеньям, в 14:00:
18 августа - парк культуры и отдыха имени 30-летия Победы;

1 сентября - парк культуры и отдыха имени 50-летия Октября (парк «Металлург»).

УЛИЧНЫЕ МУЗЫКАНТЫ
НА ЛЕНИНГРАДСКОЙ

Плюсы

1. Богатый выбор. Прогуливаясь по Ленинградской, вы можете услышать музыку самых разных стилей и направлений: отечественный и зарубежный рок, классику, этнические композиции, регги, джаз и т.д. Если вам не нравятся стиль или уровень музыкантов - просто пройдите дальше.
2. Невысокая цена «билета». В принципе, вы можете вообще не платить, если не боитесь угрызений совети. Любая двузначная сумма (что уж говорить о трехзначной!) будет воспринята музыкантами с благодарностью.
3. Дружелюбная атмосфера. Помимо того что публика, собирающаяся вокруг музыкантов, объединяется в стремлении к прекрасному, еще и сами исполнители, как правило, получают такое удовольствие от процесса, что заражают своей энергией окружающих.

Минусы

Если вам попадутся по-настоящему талантливые исполнители, потом будет очень сложно вернуться в мир «обычной», неживой музыки.

Где и когда

На Ленинградской, в течение дня, до самого вечера в хорошую погоду.

Маргарита ПРАСКОВЬИНА



НЕИЗВЕСТНОЕ ОБ ИЗВЕСТНОМ

Кто вы, черные клобуки?

Им нет аналога ни у одного другого народа Земли

Летом 1587 года из недавно построенной крепости Самары вывели истерзанных на дыбе заключенных - за воротами их поджидала виселица. Первым из приговоренных был легендарный казачий атаман Матвей Мещеряк. Человека такого уровня даже князь Засекин мог казнить лишь с разрешения Москвы. Мы можем только представить, как они встретились взглядами: с одной стороны - герой Ливонской войны, потомок Рюриковичей, недавний основатель Самары, с другой - герой завоевания Сибири, друг и соратник Ермака, его правая рука в великом походе на восток. Эта казнь была показательной - во многом она подводила черту под вековой казачьей вольницей. А Матвей Мещеряк оказался всего лишь жертвой политических интриг, которые вело Московское царство на своих границах с ногайцами.

Эта история о богатырях, разбойниках, первопроходцах - о русских казаках. В первую очередь волжских. О породе людей, которая выплавлялась столетиями, чтобы однажды на историческую сцену вышли такие личности, как Ермак Тимофеевич, Матвей Мещеряк, Иван Кольцо, Богдан Барбоша, их друзья и сподвижники.

До сих пор идет спор, откуда взялись казаки - прирожденные наездники, искусные воины, от природы вольные люди, не терпящие над собой никакой власти? Откуда пришло это уникальное племя? Ему нет аналога ни у одного другого народа Земли. Сам Наполеон признавал, что казаки - лучшие солдаты на свете, и говорил, что с ними он завоевал бы весь мир! В советский период утверждалась «беглохолопская» теория возникновения казачества. Мол-де, бежали крепостные крестьяне от своих господ на Дон и Волгу, бежали от поборов и опричнины, от холопской жизни и черной кабалы. А там уже, на вольном раздолье, забыли про плуг да пашню, наковали сабельки и наточили копыя, взметнулись на легких степных коней и понеслись по диким и бесхозным пространствам полумонгольской Руси, обращаясь на лету в бесшабашных и удалых казаков.

Легенда красивая, но это только легенда. Она-то и сбивала с толку многих любителей отечественной истории. Мужика с плугом и полудохлой от трудов праведных кобылой представить легко, и красавца-казака во всеоружии, на коне тоже вообразить нетрудно, а связующего звена между ними не больно и видно.

Конечно, бежали от кабалы и опричнины на окраины Руси русские люди. Уходили все, кому воли хотелось и кто находил в себе силы вырваться из феодальных тисков и политическо-

го беспредела. Но вот вопрос, куда попадали они? В чьи земли? К какому этносу прибывались толпы беглых русских людей? В каком горниле они переплавлялись, чтобы и впрямь забыть раз и навсегда о плуге, и пашне, и о нищей полурабской жизни? Чтобы лет через пятьдесят внуки их стали наездниками и капитанами, мастерами любого боя, практически богами войны на величайших просторах Евразии, где догорала былая слава Золотой Орды, где тлели угли разрозненных ханств и утверждалось в боях и неумолимом движении вперед грозное Московское царство.

Сами казаки до девятнадцатого века говорили так: «Мы не московские, мы русские, да и то лишь по вере православной и языку, а так мы другого племени...»

Но какого? Казаки и сами этого точно не знали...

А мы на этот вопрос ответим.

На Евразийском континенте существует много «волшебных мест». Но есть одно особое - это причерноморские и прикаспийские степи. Сарматы и скифы, гунны и авары, венгры и торки (или гузы), печенеги и половцы считали этот пятчак земли от верховьев Волги до верховьев Днепра своей родиной. И только эти народы обживались и становились оседлыми, решив, что нашли свою землю обетованную, как к ним врывались более агрессивные молодые племена и вытесняли их прочь с обжитой земли. Гунны оттуда вытолкнули готов - и те

пошли на Рим. Печенеги с этих же мест выбили венгров - потомков гуннов, - и те двину-

лись в Центральную Европу, где создали свое королевство. Самих печенегов подвинули торки, а тех, в свою очередь, нахлынувшие из азиатских степей бесчисленные половцы. Но однажды очередным беглецам идти стало некуда. Ни русские князья, ни западные бароны не захотели пропускать очередных кочевников через свои земли. И торки (гузы) нашли выход - они попросились на правах конфедератов на службу к русским князьям. И те с радостью взяли воинственных степняков охранять свое пограничье. Более того, войска торков и берендеев стали неотъемлемой частью воинства русских князей. В 965 году Святослав отправился громить болгар и хазар, и в его войске уже шли конные полки степняков-торков. В разгроме печенегов, досаждавших русским, большую роль сыграли торки. До 50 тысяч этих воинов всегда были в распоряжении киевских князей. Торки не пахали и не сеяли, мужчины несли сторожевую службу на границе, женщины занимались домом и детьми. Родовые кланы назывались у торков куренями. Характерен их внешний вид - торки ходили в широких рубахах, но заправленных - в отличие от русских - в просторные шаровары, носили широкие пояса. Торки были вислоусыми, брились наголо, оставляя только широкий и длинный чуб на темени. Русских мечей они не признавали - в бою сражались легкими саблями, которыми владели в совершенстве. Все как один были виртуозными наездниками. Во время битвы лицо укрывали, как забралом, стальной личиной, часто похожей на лицо самого воина. В найденных на раскопках личинах торков археологи обнаруживали нарицательные усы и чуб. Торки летели в атаку с длинными копьями, издали пугая леденящим душу «гиканьем», а их излюбленным приемом был обход противника с двух сторон «лавиной». Князь Святослав, и это исторически доказано, хоть и был норманном по крови, стригся и одевался как торк и сам водил своих многочисленных пограничников в битвы.

С торков стали брать пример и другие вчерашние кочевники - печенеги, берендеи, черкасы. Все они, так или иначе, становились

частью русского пограничья, а место, где они обитали, стало называться Поросьем (буквально «по границе с Русью»).

В 1146 году племена торков и печенегов объединились в союз воинских племен. После этого их стали называть на Руси «черными клобуками» - из-за высокой черной шерстяной шапки, напоминавшей русским головной убор православного священника. Черные клобуки становятся пограничниками раннего русского Средневековья, несущими службу за княжеское жалованье. Более того, сыновья русских князей все чаще проходят боевые крещения, возглавляя полки именно черных клобуков. Вот как черные клобуки, идущие с русскими на половцев, описываются в «Слове о полку Игореве»: «А мои те куряне опытные воины! Под трубами рождены, под шеломами взлелены, концом копыя вскормлены! Пути им все ведомы, овраги ими знаемы, луки у них натянуты, колчаны отворены, сабли наточены, сами скачут как серые волки в поле, ища себе чести, а князю - славы!».

Просто гвардейцы русских князей - по-другому и не скажешь! Главным врагом русских, торков и печенегов на долгое время стали половцы. Русские князья с помощью черных клобуков неоднократно отбивали их, пока те не ушли с исторической сцены.

Но в первой половине 13 века из Азии пришла сила, с которой не суждено было справиться ни русским князьям, ни их воинственным пограничникам. Перед страшной бедой русские князья объединились даже со злейшими врагами половцами, которые сами запросили союза, но было поздно.

Нахлынув в 1236 году, монголы подчинили себе, изрядно проредив, и болгар с половцами, и русских с их чубастыми пограничниками. Выживших сделали данниками и заставили служить своим интересам.

Часть вольнолюбивых черных клобуков была истреблена, другая поступила к монголам на службу, а третья ушла на запад Руси - служить русско-литовским князьям. На огромной территории Европы создавалось новое государственное объединение, не

подчинившееся татарам, - в него вошли Литва, Южная Русь (Украина) и Белая Русь (Белоруссия). Была и Червоная Русь (Западная Украина), доставшаяся Польше.

Именно в Южной и Белой Руси 13 века обосновались на правах все тех же пограничников-конфедератов черные клобуки, чтобы через два с половиной столетия, приумножившись числом, стать новым неподражаемым этносом и получить новое имя «казак». К тому времени Золотая Орда (Улус Джучи) приказала долго жить. На ее месте окажется ряд враждующих орд - ханства Крымское и Астраханское, Казанское и Сибирское, Ногайская орда. Тогда же, в 15-16 столетиях, на границу Руси и татарских ханств хлынет поток русских беглецов, вливаясь, десятилетие за десятилетием, в разудалое пограничное братство. Русским беглецам, и особенно их потомству, будет у кого научиться воинскому ремеслу!

Нескончаемые раздоры среди вчерашних завоевателей и пополнение новыми людьми будет на руку казакам, которые с каждым годом станут расширять ареал своего обитания. С Днепра они перейдут на Дон, с Дона на Каспий и Волгу. Большинство водных магистралей Руси скоро будут подчинены казакам. Они будут грабить караваны персидских купцов и разорять татарские улусы. На вольной матушке Волге казаки облюбовали самое дикое и недоступное неприятелю место - Девьи (Жигулевские) горы. А излюбленной речкой уже волжских казаков станет река Самара. Ногайцы, хозяева этих мест, боялись рек хуже смерти - струги казаков поджидали их на каждом шагу. Пришла пора кочевникам платить за алчность и жестокость своих предков...

Среди беспощадных и неуловимых волжских атаманов, хозяев Самарской луки, особенно на слуху были четыре имени - Ермак Тимофеевич, Иван Кольцо, Богдан Барбоша и Матвей Мещеряк.

Этим четверем легендарным казакам суждено будет писать историю и Средней Волги своего времени, и далекой Сибири...

Продолжение следует.

Дмитрий АГАЛАКОВ,
член Союза писателей России



«Черные клобуки» XII - начала XIII века.

ПЯТНИЦА | 16 августа 2013 года | №147 (5168)

Геннадий Малахов: «Я изобрел чудо-коктейль»



Человек - «изделие штучное», каждому нужна своя диета с учетом состояния здоровья

Самый харизматичный пропагандист здорового образа жизни Геннадий Малахов после двухлетнего перерыва с триумфом вернулся на телеэкраны. Вместе с Ангелиной Вовк он ведет по будням передачу «Доброго здоровья!» на Первом канале и снимает собственную кулинарную программу. И хотя участие в ежедневном шоу отнимает у Геннадия Петровича много времени и сил, он по-прежнему бодр и энергичен. И в перерывах между съемками встретился с нашим корреспондентом, чтобы поделиться своими кулинарными секретами и планами на будущее.

- Геннадий Петрович, доброго здоровья! Говорят, что у вас не только рубрика о здоровом образе жизни появилась, но и настоящее кулинарное шоу?

- Есть такая у меня программа - «Целебная кулинария». Ее я делаю по собственной инициативе и за свой счет. Но пока ее можно увидеть только в Интернете - на моем сайте malakhov.pro. Может быть, какой-то канал заинтересуется этой передачей, тогда она появится и в телеэфире.

- Сейчас на телевидении много кулинарных передач. Чем ваша отличается от других?

- Сейчас модно рассказывать, как сделать пищу вкусной, но практически бесполезной, а то и вредной. А из моей передачи зритель узнает то, как сделать вкусную - полезную и даже целебную. Ее героями становятся реальные люди, под их ру-

ководством я и готовлю пищу, которая их исцелила от различных болезней. Приготовить еду самому - обязательное условие.

- В этой программе вы сами для себя что-то новое открыли?

- Конечно! Например, у меня в гостях была удивительная женщина - почетный донор России Нинель Ивановна Генералова. Она много лет сдает кровь, ее имя занесено в Книгу рекордов Гиннесса. За свою жизнь эта женщина - ей 84 года - уже сдала более 300 литров крови! В войну, когда ей было 12 лет, она жила в Ростове. Однажды переплыла Дон с ранеными на барже. И вдруг налетел немецкий самолет и потопил судно. Нинель смогла ухватиться за бакен, а за руку ее схватил мальчишка - сын капитана баржи. И на бакене посреди реки дети продержались несколько часов, чудом спас-

лись. Это был 1942 год, немцы наступали, девочку приютили солдаты и сделали дочерью полка. Нинель стреляла, тягала раненых. Но однажды ее саму ранило осколком мины, девочка лежала при смерти, у нее была гангрена, ее тогда еле отходили - благодаря тому, что вливали чужую кровь... Нинель выжила, прошла через всю войну, была награждена медалью за свои фронтовые подвиги. И она дала слово, что после войны сама станет донором. Кровь она начала сдавать после того, как родила сына. И с тех пор вот уже 60 лет каждые две недели она сдает кровь.

- Откуда же у нее столько здоровья - ведь и объем крови, и ее качество даже у молодых так быстро не восстанавливаются!

- Ей помогает обыкновенная свекла. Трехлитровая банка доверху наполняется свеклой, нарезанной соломкой, закрывается крышкой, ставится в холодильник и хранится там до тех пор, пока содержимое не будет съедено. Свекла в закрытой банке вырабатывает биологически активное железо и не портится. Есть эту красную соломку нужно по одной-две столовых ложки в день. Но просто свеклу есть не вкусно - можно добавить к ней тертое яблочко, немножко легкого майонеза или меда.

ПОЛЕЗНЫЙ ГОЛОД

- А если вам самому нужно восстановить здоровье, что вы едите?

- Ничего. Я голодаю - могу обходиться без еды почти месяц, пью только талую воду. После такого курса - а их я прохожу дважды в год - чувствую себя очень хорошо. Потому что идет очищение всего организма, происходит восстановление и обновление клеток. Все наши клетки делятся на молодые, зрелые, пожилые и старые. При голодании старые, ненужные, клетки быстрее умирают - их как бы съедает сам организм.

- К голоданию нужно как-то себя подготовить?

- Да, необходимо изучить свой организм, чтобы понять, как он будет входить в голодание и выходить из него. Сначала один день в неделю нужно провести без еды - и в течение месяца понаблюдать за реакцией организма. Потом уже один раз в неделю можно голодать, а на одной из четырех недель в месяце - сразу трое суток подряд. Если чувствуете при этом себя хорошо - про-

должаете усложнять задание: например, голодайте по семь суток раз в полгода. Еще через год - увеличиваете количество «голодных» суток до четырнадцати-пятнадцати...

ВОЛШЕБНЫЙ КОКТЕЙЛЬ ДЛЯ ЛЮБИМОЙ

- А кто готовит у вас дома? Вы или супруга?

- Жена - домохозяйка, и в основном готовит она. Нина ревниво относится к моему появлению на кухне, поэтому я особо не вмешиваюсь в этот процесс - ем все, что она приготовит. Однако я - приверженец раздельного питания: жидкость пью до еды, в обед съедаю овощной салатик без хлеба, потом отдельно друг от друга ем мясо, картофель. Но если Нина отвечает за обед или ужин, то я беру на себя завтрак. Даже придумал утренний коктейль, который очень любила и моя жена. Нужны две-три столовые ложки пророщенного зерна, немного творожка, кефир, столовая ложка меда. Все закидываем в блендер и перемешиваем. Мы пьем этот полезнейший напиток каждый день. Он укрепляет организм, способствует росту ногтей, волос, повышает потенцию у мужчин, да и женщинам в чувственных делах очень помогает.

«ДИЕТА - ЭТО ОБРАЗ ЖИЗНИ»

- Геннадий Петрович, как, на ваш взгляд, здоровому человеку нужна диета или это - особое питание для больного?

- Диета - это образ жизни. И ее нужно придерживаться, чтобы долгие годы оставаться здоровым. Но так как человек - «изделие штучное», каждому нужна своя диета с учетом состояния здоровья и физиологических особенностей. Человека можно сравнить с автомобилем. Ведь в бензобак можно налить и дорогие духи, но машина не поедет. Так же и у нас - мы можем наесться дорогим тортом, а организм «никуда не поедет», потому что торт для него не полезен.

- Как лично вы относитесь к сыроедению, вегетарианству, веганству?

- Люди издревле отдавали предпочтение растительной пище, а сейчас интерес к этим системам питания снова возрос. Они действительно полезны, но к ним нужно подходить с умом. К примеру, для начала нужно подготовить свой желудок к отказу от мяса: постепенно сокращать его потребление, а потом и вовсе заменить горохом, сыром, молоком.

- А есть ли универсальная диета, которая подойдет если не всем, то большинству людей?

- На мой взгляд, это - раздельное питание. Оно подходит практически всем. Пить нужно до еды. Овощные салаты кушать отдельно от горячих блюд, а картофель, макароны, крупы - от мяса и рыбы. Это способствует тому, что желудочно-кишечный тракт не будет перегружаться, ему будет легче работать. В промежутках между едой нужно пить свежевыжатые соки, талую воду.

ДРЕВНИЕ СЕКРЕТЫ

- Геннадий Петрович, какие продукты вы бы посоветовали включить в свой рацион современному человеку?

- Я рекомендую заменить черный чай и кофе на чудесный иван-чай, из этой травки на Руси издревле делали вкуснейший напиток. Это потом уже к нам завезли индийский, цейлонский чай... Иван-чай растет даже на пожарищах, что говорит о его устойчивости к неблагоприятным воздействиям природы. И когда мы пьем этот чай - получаем его силу. Иван-чай делает мягкой любую воду, хорошо укрепляет организм, помогает ему приспособиться к плохим условиям внешней среды, питает витаминами, микроэлементами. Еще я всем советую употреблять проросшую пшеницу - в ней содержатся все необходимые человеку витамины и микроэлементы. Прорастить пшеницу очень просто. Берется среднего размера чаша, наполнину заполняется промытой пшеницей, заливается до краев водой и оставляется на ночь. К утру пшеница прорастает. Нужно слить воду, перевернуть чашу полиэтиленом и поставить на хранение в холодильник, где она может лежать пару недель. Такую пшеницу можно добавлять в салаты, в супы, в горячие блюда. Уже через несколько дней почувствуете необыкновенный прилив сил - это природа делится с вами своими богатствами!

Наталья КОЛОБОВА,
ИА «Столица» -
специально для «СГ»
Фото Вадима ТАРАКАНОВА



Белые коренья: посев, уход

ОВОЩНАЯ ГРЯДКА

В старинных кулинарных рецептах часто присутствуют белые коренья. За таинственным названием скрываются пряные корнеплоды известных растений: пастернака, петрушки, сельдерея. Ранее это понятие было гораздо шире. Сегодня даже эту трицу не всегда встретишь в продаже. А вот вырастить на даче не составит большого труда.

ПАСТЕРНАК ЗАБЫТ НАПРАСНО

Пастернак сейчас редко кто употребляет в пищу. А жаль. В до-революционной России пастернак был популярен не менее, чем картофель. А блюда из него входили в самые изысканные меню. Ведь этот пряный овощ не только вкусен, но и очень полезен. Выращивают пастернак так же, как и морковь. В первый год он формирует роскошную розетку из листьев и сочный огромный корень (до 1,5 кг). Растение предпочитает плодородные супеси, суглинки и окультуренные торфяники. Ему противопоказаны кислые, тяжелые и бедные почвы. На них корнеплод ветвится, его вкусовые качества снижаются. Пастернаку вреден избыточный азот. Поэтому под него не вносят свежий навоз.

Чтобы получить крупные ровные корнеплоды, грядку вскапывают глубоко. При необходимости под перекопку вносят раскисляющие материалы (dolомитовую муку).

Пастернак выращивают как рассадным способом, так и прямым посевом в грунт весной (конец апреля - начало мая) и поздней осенью (ноябрь). Чаще всего его сеют прямо в грунт. Семена высевают на хорошо освещенные грядки, заделывают на глубину 1,5 - 2 см, оставляя междурядья в 20 - 30 см.

Появившиеся всходы прореживают, оставляя между растениями 12 - 15 см. Корнеплоды выкапывают поздно осенью, до наступления заморозков. Хранят в холодильнике (до четырех месяцев) или подвале. Пастернак прекрасно зимует в грунте. Поэтому, как только оттаяет земля, его запасы можно пополнить.



Более популярны сорта пастернака с конической формой корнеплода: «кулинар», «студент», «лучший из всех», «виват» и «гернси». На тяжелых почвах урожай выше у сорта «круглый», формирующего корнеплод размером с добрую свеклу. У пастернака, как и у всех представителей семейства сельдерейных, может быть только одна проблема - его семена быстро теряют всхожесть. Оставляйте несколько корней зимовать в грунте - и будете обеспечены ими всегда.

Пастернак можно использовать для приготовления тушеных блюд, класть в супы, соусы, бульоны, употреблять в качестве гарнира к мясу, жарить, как картофель. Применяют его и при консервировании овощей, солении огурцов, добавляют в маринады.

Действует он на человека как женьшень и зеленый чай: бодрит, тонизирует и стимулирует мозговую деятельность.

Регулярное употребление этого овоща способствует нормализации артериального давления, успокаивает нервную систему, снимает чувство хронической усталости.

НЕ ПРОСТО ПЕТРУШКА, А САХАРНАЯ

Корневая петрушка образует утолщенный довольно крупный корень светлого оттенка, хорошо хранящийся зимой.

Часто корневую петрушку называют сахарной из-за сладости корнеплода - сахара в нем больше, чем в листьях. Различают два сорта типа корневой петрушки: ранний и поздний. Ранний формирует укороченный толстый корнеплод, больше подходящий для сушки. Поздний имеет более длинный (до 40 см), пригодный для длительного хранения и

выгонки зелени зимой. К распространенным ранним сортам относятся «пикантная», «сахарная», «урожайная». К поздним сортам «игл», «бордовикская», «берлинская корневая», «алга», «ханачка».

Выращивают корневую петрушку так же, как пастернак. Если хотите получить крупные красивые корнеплоды, то срезать листья на зелень у корневой петрушки не стоит.

ЕШЬ СЕЛЬДЕРЕЙ!

Корневой сельдерей включают в свое меню все, кто заботится о своем здоровье, долголетию и красоте. Его корнеплод - самый ароматный и нежный из белых кореньев - используют как в свежем (для приготовления салатов и гарниров), так и в сушеном виде. А также отваривают, запекают, обжаривают, добавляют в первые и вторые блюда. Или используют в качестве приправы.

Но получить увесистые экземпляры можно, лишь выращивая корневой сельдерей через рассаду. Сеять семена следует в конце февраля - начале марта, поскольку у корневого сельдерея длинный период вегетации (120 - 200 дней). Осенью не спешите выкапывать сельдерей. Основное нарастание массы корнеплодов происходит в сентябре - октябре. Убирают перед наступлением заморозков.

Многое зависит от правильно выбранного сорта. Отдавайте предпочтение современным: «глобус», «албин», «диамант», «егор», «есаул», «пражский гигант», «датский гигант», «президент», «звиздра», «юдинка».

Регулярное употребление корня сельдерея притормаживает процесс разрушения костей, делает костную ткань более плотной, уничтожая остеобласты - клетки, разрушающие кость.



МАЛОРАСПРОСТРАНЕННЫЕ КУЛЬТУРЫ

Пузырчатая красавица



Савойская капуста широко распространена в Германии, Нидерландах, Англии, во Франции. А вот в России эту культуру, к сожалению, редко встретишь на огородах.

По биологическим особенностям савойская капуста близка к белокачанной. Она светолюбива, требовательна к плодородию и влажности почвы, отзывчива на внесение органических и минеральных удобрений. В отличие от белокачанной капусты у савойской пузырчатые гофрированные листья и более рыхлый кочан серо-зеленого, зеленого или желтоватого цвета. Форма - от конусовидной до плоской.

Савойская капуста ценится за высокое содержание белка, витаминов С, В₁, В₂, Е, минеральных солей (особенно калия, а также железа, магния, фосфора, кобальта) и отличные вкусовые качества. Она необычайно хороша в салатах, вкусна в борщах и супах. Из нее готовят запеканки, голубцы и превосходную начинку для пирогов и блинчиков.

Районированы два отечественных сорта савойской капусты.

«Юбилейная 2170». Скороспелый сорт для раннего потребления (от всходов до уборки урожая проходит 101 - 126 дней). Розетка мелкая (52 - 74 см), компактная. Кочаны круглые и короткоовальные, массой 0,9 - 2 кг.

«Верту 1340». Среднепоздний сорт (127 - 155 дней). Розетка - от средней до крупной (60 - 105 см).

С 1993 года в России районированы голландские высокоурожайные гибриды: среднеранний «талер» (период вегетации 100 - 115 дней, масса кочана 1 - 2 кг), позднеспелый «оваса», отличающийся повышенной морозостойкостью (период вегетации 160 - 170 дней).

Большой интерес представляют американские среднеранние гибриды «кинг», «айс» (период вегетации 110 - 115 дней), среднеспелый сорт «чифтэн», а также скороспелый голландский гибрид «валласа». Все они очень урожайные.

Если вы захотите вырастить савойскую капусту на своем участке, то осенью, после уборки овощных культур, нужно подготовить для нее место. Глубоко перекопайте почву, внесите перепревший навоз или перегной (4 - 5 кг на 1 кв. м) и минеральные удобрения (20 - 25 г двойного суперфосфата, 15 - 30 г хлористого калия на 1 кв. м). Вид и количество удобрений зависят от типа почвы и ее окультуренности. Кислые почвы известкуют из расчета 2 - 10 кг известки на 10 кв. м, повторяя известкование через 5 - 6 лет. Можно внести удобрения и весной под обработку почвы или непосредственно в лунки при посадке рассады.

КОПИЛКА СОВЕТОВ

СПАСАЕМ КАПУСТУ ОТ ВРЕДИТЕЛЕЙ

Есть такой народный совет, который дачники взяли на заметку. Нужно обработать кочаны капусты от гусениц капустной белянки обыкновенной зубной пастой. Для этого пасту заливают водой, настаивают два часа и опрыскивают капусту получившимся раствором. Пропорции - на глазок. Должна получиться беленькая водичка. Капустницам такое угощение не нравится, и они больше не появляются на кочанах.

ПОЧЕМУ СМОРОДИНУ САЖАЮТ НАКЛОННО

Для нормального роста и плодоношения куст смородины должен постоянно обновляться. На смену старым веткам должны появляться молодые, так называемые побеги замещения - прикорневые побеги. А наклонная и чуть заглубленная посадка создает хорошие условия для формирования куста с широким основанием. Из заглубленной части стебля подземные почки дают хороший прирост.



СЕКРЕТЫ ЦВЕТЕНИЯ

- Если вы хотите вырастить у пионов крупные цветы, нужно оставить на каждом стебле только центральный, самый большой бутон, а остальные удалить. А если сделать наоборот - отщипнуть центральный бутон, - пионовый куст порадует вас продолжительным цветением.

- Дельфиниумы очень любят удобрение золой и навозом. А еще им нравится рыхление почвы вокруг куста. Если обрезать отцветшие дельфиниумы, тогда они повторно зацветут в августе.

- Чтобы флоксы цвели дольше, в мае часть побегов обрезают на 1/2. Тогда на укороченных побегах развиваются дополнительные отростки, боковые, которые зацветут после основных.

- Мелко нарезанная кожура банана, закопанная у корней розы, обеспечит растение микроэлементами и калием. Цветение будет более обильным, а сами цветки - более яркими.

НАРЦИССАМ СТАЛО ТЕСНО

Если нарциссы вдруг перестали цвести, скорее всего, цветы давно не выкапывали. Они разрослись, вот им и стало очень тесно. Понять это можно сразу: они начинают выпирать из земли, листья загущены, цветы мельчают. Поэтому следует разделить и рассадить луковички.

На одном месте, не рассаживая, можно держать куст пять - семь лет. Чтобы получился красивый полноценный куст нарциссов, их не надо трогать три года.

И еще: рассаживать нарциссы можно не только осенью, но и весной. Из опыта: нарциссы, пересаженные в цветку (цветки удалить), лучше приживаются, чем при пересадке осенью. И цветут на следующий год.

Подготовила
Валентина САДОВНИКОВА

«Королева» и ее свита

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

В Москве продолжается чемпионат мира, в котором участвуют самарские атлеты

Сергей ВОЛКОВ,
специальный
корреспондент «СГ»
из Лужников

Воспоминания о Московской Олимпиаде-80 сразу нахлынули после того, как шагнул в тенистые аллеи Лужников. Сердце защемило: ровно 33 года назад именно в эти теплые июльско-августовские деньки Москва радушно встречала летние Олимпийские игры. Помните, как мы плакали все вместе - на трибунах и у экранов телевизоров, когда олимпийский Мишка взмыл в вечернее московское небо из овала красочного лужниковского стадиона.

«До свиданья, наш ласковый Миша, - пели мы вместе со стадионам. - До свиданья, до новых встреч!» А хранили надудного Мишу до церемонии закрытия как зеницу ока в глубине этих самых тенистых аллей, накрыв специальной накидкой, - это тоже осталось в памяти.

Для меня, молодого журналиста «Волжского комсомольца», Московская Олимпиада стала важным шагом в карьере спортивного репортера. Первые олимпийские репортажи о наших самарских велосипедистах **Сергее Сухорученкове** и **Анатолие Яркине** были написаны именно здесь - в пресс-центре главного стадиона страны, в Лужниках. Жаль, в свое время не удалось пробежаться по олимпийским дорожкам. Это так и осталось, увы, несбыточной мечтой, но среди участников Московской Олимпиады были мои друзья по спорту - средневик **Владимир Малоземлин** и прыгун в высоту **Геннадий Белков**. И пусть они не нискали в Москве олимпийских

лавров, замкнув десятки сильнейших в своих видах, чувство гордости за родную Самару переполняло - это же наши воспитанники «королевы спорта»! Это мы все вместе в одной группе готовились к олимпийским стартам!

Через три года в Хельсинки состоялся первый чемпионат мира по легкой атлетике. Судьбе было угодно, чтобы туда я поехал специальным корреспондентом уже двух центральных изданий - «Комсомольской правды» и «Советского спорта». Недавно залез в подшивки - еще раз вспомнил героев хельсинкских стартов. И опять комок к горлу...

всех вместе звезд мировой легкой атлетики! Вот и съехались в Москву бывшие звезды со всех уголков бывшего СССР.

За 33 года в легкой атлетике Самара все-таки сделала небольшой шаг вперед. В состав сборной России на нынешнее мировое первенство впервые в истории губернского спорта включили четырех атлетов. На недавнем чемпионате России, прошедшем здесь же, в Лужниках, самарские спортсмены завоевали три бронзовых медали и заняли четвертое место в общем зачете среди регионов страны. Как тут не строить радужные планы?

Первой на старт женского марафона чемпионата мира вышла бегунья из Тольятти 29-летняя **Надежда Леонтьева**. Она считается специалисткой в горном беге, но на отборе в Италии неожиданно для всех финишировала седьмой в марафонском забеге и забронировала себе место в составе сборной на чемпионат мира.

Московский дебют получился не слишком удачным. Леонтьева финишировала только 22-й, показав результат 2 часа 42 минуты и 49 секунд. Единственное утешение в том, что все российские бегуны выступили слабо. Воспитанница известного тольяттинского тренера **Владимира Тимофеева** проиграла из российских участниц только москвичке **Альбине Майоровой**.

- Все дело в том, что марафонов запустили на дистанцию в самое пекло, когда температура воздуха в два часа дня была больше 30 градусов, - высказал свою версию председатель Самарской областной федерации легкой атлетики **Александр Казмерчук**. - Многие сошли с дистанции, не выдержав удушающей жары. Даже африканские бегуны, привыкшие



Вот так выглядят Лужники из ложи прессы

СЕРГЕЙ ВОЛКОВ

к подобной жаре, едва не попадали в обморок. Так что выступление наших спортсменок - это еще не провал. Они не были готовы к подобной погоде. На медаль мы рассчитываем в толкании ядра. Там наша **Анна Авдеева**.

Увы, но в списках толкательниц, вышедших в круг лужниковского сектора, фамилии бронзовой призерки недавнего чемпионата России и участницы Олимпиады-2012 в Лондоне 28-летней **Анны Авдеевой** мы не обнаружили.

- Скорее всего, ей помешала травма кисти, - высказал свое мнение Казмерчук. - Авдеева недавно перенесла сложную операцию, и тренеры сборной, видимо, решили не рисковать ее здоровьем. Анна пока не собирается завязывать со спортом.

В списках участников мирового чемпионата остались еще два самарских атлета. В эстафете 4x400 метров может выйти самарский бегун, победитель Универсиады-2011 в Китае 22-летний **Артём Важов**. На национальном чемпионате самарец, тренирующийся под руководством **Светланы Сагайдак** и **Владимира Дмитриева**, остался без медали, финишировав четвертым. В эстафетную команду на чемпионат мира его все же включили, но выйдет ли Важов на старт эстафетной четверки - большой вопрос. Конкуренция в команде очень высокая.

Еще один претендент на участие в эстафете, но уже 4x100 метров, - 23-летний спринтер-барьерист **Максим Половинкин**, дающий параллельный зачет Пензе и Самаре. Он побежит в Лужниках 18 августа.

Можно, конечно, порадоваться за **Анисию Кирдяпкину**, завоевавшую на чемпионате мира серебряную медаль в ходьбе на 20 километров. Спортсменка из Саранска много лет защищает цвета самарского ЦСК ВВС. Но зачем нам приписывать медали военного ведомства, собирающего сливки из всех регионов страны? У них своя шкала рейтинга и своих ценностей. Самаре от военной прописки Кирдяпкиной славы явно не добавится. Не будем таким образом прикрывать свои пробелы в подготовке спортсменов-легкоатлетов экстра-класса. Надо наконец создавать условия для того, чтобы воспитывать своих, доморощенных атлетов.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ВЛАДИМИР ТИМОФЕЕВ

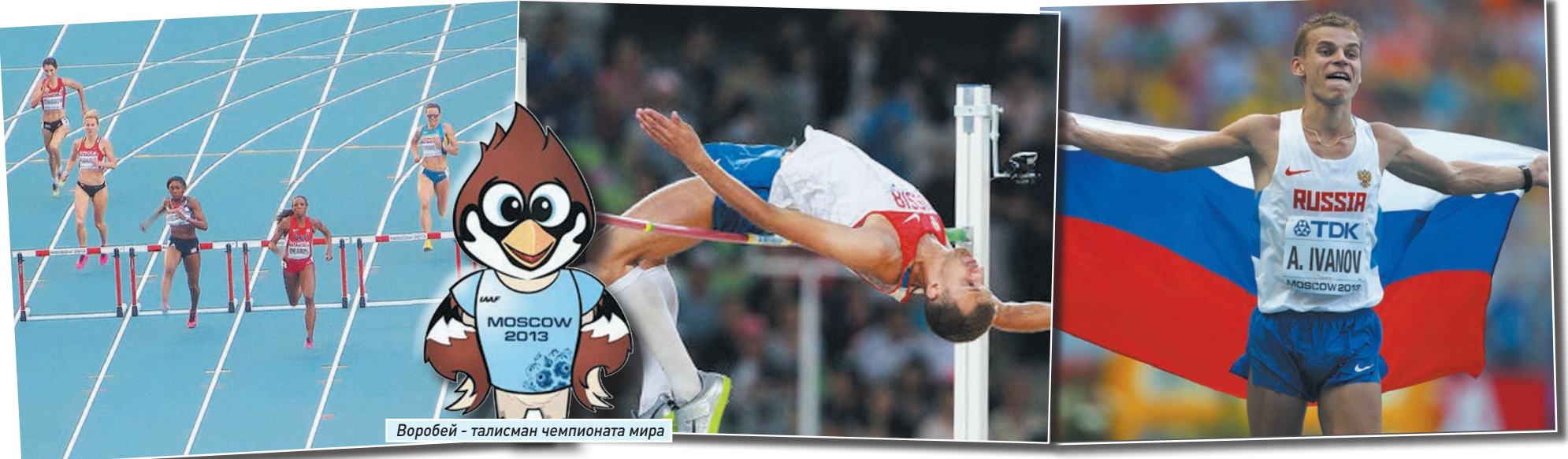
заслуженный тренер России:

- Год назад Надежда Леонтьева поставила перед собой цель пробиться в число участниц чемпионата мира-2013. И сама, и мы всей нашей группой упорно над этим работали. По рейтингу в составе сборной России Леонтьева занимает 3-4 место. Поэтому, зная, что на московской, очень сложной, продуваемой всеми ветрами трассе сложно показать высокий результат, и видя, какой мощный состав собирается в марафоне, мы ставили перед ней реальные цели. Ей нужно было финишировать в двадцатке лучших марафонцев чемпионата. Она, как видите, своего почти добила. Так что мы расцениваем ее выступление как успех.

КСТАТИ
Спортсмены, которые установят новый мировой рекорд на чемпионате мира по легкой атлетике, получат премию в размере \$100 000, сообщает официальный сайт Всероссийской федерации легкой атлетики.
Деньги взяты у Международной ассоциации легкоатлетических федераций, а также у партнеров IAAF. Если рекорд в каком-нибудь виде программы будет повторен, то премия не выплачивается.

Призовые в индивидуальных видах программы:	
Первое место - \$60 000,	Пятое - \$10 000,
Второе - \$30 000,	Шестое - \$6 000,
Третье - \$20 000,	Седьмое - \$5 000,
Четвертое - \$15 000,	Восьмое - \$4 000.
Призовые в эстафетах:	
«Золото» - \$80 000,	Пятое - \$12 000,
«Серебро» - \$40 000,	Шестое - \$8 000,
«Бронза» - \$20 000,	Седьмое - \$6 000,
Четвертое место - \$16 000,	Восьмое - \$4 000.

Многих из героев своих прошлых репортажей я увидел в эти августовские дни в Лужниках. Поседевших, но с гордой осанкой бывших атлетов. Чемпионскую походку они не сменили. Пришли посмотреть на новых героев «королевы спорта» - суперспринтера **Усэйна Болта** и нашу титулованную прыгунью **Елену Исинбаеву**. От бывших чемпионов разных лет на трибунах Лужников рябило в глазах. Еще бы! Ровно через тридцать лет, стартовав в Хельсинки, сильнейший форум легкоатлетов мира наконец-то добрался до Москвы. Для поклонников «королевы спорта» это как Олимпийские игры. Когда еще увидишь



Воробей - талисман чемпионата мира

Приходите завтра

МЫСЛИ ВСЛУХ

Живем настоящим, почему не думаем о будущем?

Александр ПОКРОВСКИЙ, писатель

Третье воскресенье августа - День Воздушного флота России, День авиации. Причем в России еще с 1912 года никогда особенно не различали военную авиацию и гражданскую. То есть День авиации всегда был днем всех, кто имеет к воздухоплаванию хоть какое-то отношение, - это праздник любых летчиков и работников авиационной промышленности. Создавать самолеты и поднимать их в небо - нелегкий совместный труд.

Нельзя сказать, что в последнее время нам хвастаться нечем. Создаются самолеты. Например, истребитель пятого поколения вот-вот поступит в войска. Его тут давно уже ждут. Вот-вот. Обещают с 2009 года, а на дворе уже 2013-й. «Перспективный авиационный комплекс фронтовой авиации», или «Т-50», должен в 2013 году в виде установочной партии оказаться в Вооруженных силах, а к 2015 году должен быть начат серийный выпуск. Ждем? Ждем.

Но к серийному выпуску должна быть готова не только промышленность. Должны быть готовы базы, службы, аэродромы,

авиационные училища, тренажеры - огромное хозяйство. И чем огромное хозяйство, тем больше в нем проблем. Основная проблема у нас общая - экономика. Существующая сегодня модель дотационная - дайте деньги, сделаем машины. Она медленная. Очень. У нас вообще экономика, если ее можно так назвать, медленная, неповоротливая, обросшая со всех сторон «эффективным менеджментом».

Нужны новые, революционные идеи? Нужны. Но они не всегда нужны «эффективному менеджменту». Например, широкое применение в авиационных технологиях высокоскоростных (25 Гбит/с) оптоволоконных сетей дает снижение веса самолета, увеличение надежности, безотказности. Преимущества можно перечислять и перечислять. Но для создания этих сетей нужно отладить уже имеющиеся производства комплектующих для передатчиков, а вот на это у менеджмента зачастую не хватает ни знаний, ни умений, и что главное - нет желания. Весь мир сегодня работает на скорости 2-3 Гбит/с, США



обещают в скором времени 10, а Россия уже сегодня может выдать 15, а если запастись деньгами и небольшим терпением, то в скором времени мы бы вышли на 25. Но этот завтрашний день нужен завтра, а сегодня в нем не заинтересован никто. Если бы сегодня у нас был на руках уже изготовленный оптоволоконный кабель со скоростью передачи информации в 25 Гбит/с, то он не нужен был бы никому. Его куда вставить. Он опередил свое время. Его время еще не наступило. Беда в том, что когда оно наступит, у нас не будет ни кабеля, ни производства.

У нас уникальные люди. Они годами могут ждать, обивать пороги, стучаться в двери, говорить: «Посмотрите! Придите! Загляните! Мы же создали! Уже!» - а в это время менеджмент будет готовить документы к банкротству предприятия: «А зачем мне смотреть на твой завод? Давай лучше встретимся в ресторане!»

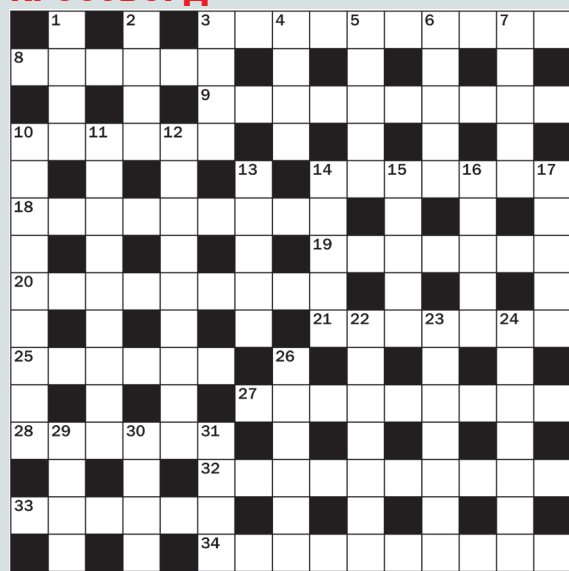
Вы скажете - это тупик? Да, это почти тупик. Почти. И это касается не только авиации - военной или гражданской.

Это касается почти любой сферы нашей экономики и нашей жизни. Это почти тупик, но он пока еще в стадии густой каши. Он не затвердел. Он твердеет с каждой минутой, грозя нам оставшейся всего. Одна только надежда у нас остается - люди. Наши уникальные люди, которые все равно будут смотреть в небо и стремиться в него.

С праздником их - тех, кого ни за что и ничем не остановить. С Днем авиации России!



КРОССВОРД



ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ОТ 15 АВГУСТА

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Рампа. 8. Память. 9. Запах. 10. Стриж. 11. Сеанс. 14. Пульс. 15. Аромат. 16. Брейк. 18. Боб. 20. Скворода. 21. Раджа. 22. Кол. 23. Уточнение. 24. Титул. 27. Нос. 30. Хлеб. 31. Строгость. 32. Аир. 33. Шнур. 34. Иммигрант. 35. Дед. 36. Кеды.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Каре. 2. Клин. 4. Антрополог. 5. Примадонна. 6. Казус. 7. Пальто. 11. Сибарит. 12. Анекдот. 13. Саксаул. 17. Полнолуние. 18. Бакенбарды. 19. Балстрада. 25. Истом. 26. Утопия. 28. Кобра. 29. Стенд.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Проявление заботы жениха о невесте. 8. Контур предмета. 9. Металлическое оружие. 10. Транспортное средство для брачного круиза белых медведей. 14. Осмотрительность, крайнее внимание. 18. «Портфолио» артиста. 19. Котенок для кота. 20. Неприятность на душе. 21. Состояние боксера, название которого в переводе с английского означает «сокрушающий удар». 25. Актер, заставляющий зрителей плакать. 27. Отсутствие всякого «хочу». 28. Зимняя спецовка. 32. Процесс захвата объектом окружающего пространства. 33. Главный компонент борща. 34. Специалист с ножницами в руках.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. «А под ... будешь?» 2. Придают женщине неотразимый шарм. 3. Какую птицу подстрелил из собственного дома барон Мюнхгаузен? 4. «Москвич» на колесах. 5. На него берут, угрожая. 6. Дорога в парке с рядами деревьев, посаженных по обеим её сторонам. 7. Голубой ручеек - реки ... 10. Поэт, убитый на дуэли. 11. Лауреат, награжденный «корочкой». 12. Полицейские кольца с замком. 13. Деревенский ток. 14. Общество монахов. 15. Полевой цветочек. 16. Госпожа бразильянка. 17. Судить о чем-либо, значит мерить на свой ... 22. Памятник в виде гранёного, сужающегося кверху столба. 23. Ювелирное украшение. 24. Раньше было ..., а теперь колледж. 26. Список, перечень. 29. Фрукт, похожий на яблоко. 30. Богиня на Поклонной горе. 31. Пометки на картах.

АФИША НА ПЯТНИЦУ, 16 АВГУСТА

КИНО

«ГАДКИЙ Я 2» (мультфильм)
«Каро Фильм», «Киномост»,
«Киноплекс», «Пять звезд»

«ДЕД 005» (комедия)
«Киномост», «Пять звезд»

«ЛЮБОВЬ ПО РЕЦЕПТУ»
(комедия)
«Пять звезд»

«ПЕЛЬМЕНИ» (комедия)
«Пять звезд»

«МЫ МИЛЛЕРЫ» (комедия)
«Каро Фильм», «Киномост»,
«Киноплекс», «Пять звезд»

«ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ»
(фантастика)
«Каро Фильм», «Киномечта»,
«Киномост», «Киноплекс», «Пять звезд»

«МАЙОР» (драма)
«Каро Фильм», «Киномечта»,
«Киномост», «Киноплекс»

«ПАРАНОЙЯ» (триллер)
«Каро Фильм», «Киномост»,
«Киноплекс», «Пять звезд»



КИНО ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ

«ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ» (фантастика)
АероКино, 21:00

ДОРОЖНЫЕ ВОЙНЫ

Прежде широко в ходу была реплика в адрес некоторых водителей: «Не дрова везешь!» Теперь против нее найден аргумент: «А ты за поручни держись!» И это верно. Иначе можешь пожалеть. Вот 14 июля в 13.40 водитель автобуса «НефАЗ», следовавшего по маршруту № 70, тормознул напротив д. 99а по ул. Советской Армии. И пассажирка 1955 г. р., не успевшая вцепиться в эти самые поручни, рухнула прямо на средней посадочной площадке. Закрытая черепно-мозговая травма, сотрясение головного мозга, ушиб мягких тканей лица.

КНИГИ. НОВИНКА ДНЯ

Екатерина Вильмонт. «Прощайте, колибри, Хочу к воробьям!». Изд. «АСТ». Героиня романа Евгения Истомина возвращается в Москву из Америки, что называется, с разбитым сердцем и к разбитому корыту. Волею случая к ней на некоторое время попадает чужой черный кот, и он начинает странным образом влиять на ее дальнейшую жизнь.

ТВ ПУЛЬТ

«САШКА, ЛЮБОВЬ МОЯ»

Домашний, 19:00. Мелодрама. Россия, 2007. Режиссер - Олег Газе. В ролях: Артем Осипов, Александра Урсуляк, Артем Мазунов. Сашка Мохов - пожарный. Он обычный человек, но его особенность в том, что он способен пожертвовать собственной жизнью ради жизни других.

КАЛЕНДАРЬ

Солнце: восход 05:20; заход 20:04

Продолжительность дня: 14:43

Луна: восход 16:16; заход 00:25.

9-й день растущей луны

КОСМИЧЕСКАЯ ПОГОДА

По данным Лаборатории рентгеновской астрономии Солнца ФИАН, сегодня и завтра магнитные бури и возмущения магнитосферы не ожидаются.

НИ РОЖДЕНИЯ

16 АВГУСТА

Аверьянова Надежда Петровна, председатель районного общества «Дети - фронту» Красноглинского района;
Носков Игорь Александрович, ректор Самарского государственного университета, член Регионального отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия», доктор педагогических наук, профессор.

ПОЗДРАВЛЯЮ!

От всей души поздравляем с днем рождения уважаемого Рихтера Владимира Наумовича! Желаем Вам крепкого здоровья, долголетия, благополучия, удачи во всех делах, любви, счастья!

Ваш друг Юрий.