

«НОВЫЕ ВЕСТИ» В БАЙДАРСКОЙ ДОЛИНЕ

НОВЫЕ ВЕСТИ

ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

№13 (25), 23 августа 2016 г. | Телефон/факс редакции: (8692) 550219 | E-mail: sevgazet@mail.ru | www.sevnovosti.ru

14+



Председатель избирательной комиссии Севастополя Валерий Медведев

Фото: Николай Булкин

В Севастополе на выборах в Госдуму поборются 9 кандидатов

Севастопольская городская избирательная комиссия объявила итоги регистрации кандидатов в депутаты Государственной Думы Российской Федерации седьмого созыва от Севастополя. Выборы пройдут 18 сентября. По информации главы севастопольского избиркома, участвовать в думских выборах в 2016 году будут девять человек:

- от «Единой России» – **Дмитрий Белик**, Севастополь;
- от «Справедливой России» – **Михаил Брючак**, Псков;
- от ЛДПР – **Илья Журавлёв**, Севастополь;
- от КПРФ – **Владимир Комоедов**, Москва;
- от «Партии роста» – **Олег Николаев**, Севастополь;
- от «Родина» – **Андрей Брежнев**, Москва;
- от «Патриоты России» – **Иван Ермаков**, Севастополь;
- от «Коммунистической партии «Коммунисты России» – **Михаил Третьяков**, Севастополь;
- от «Российской экологической партии «Зеленые» – **Никита Штыков**, Москва.

Председатель городской избирательной комиссии Валерий Медведев уточнил, что изначально документы были поданы от четырнадцати человек, однако пять из них сошли с дистанции, так как «не смогли собрать подписи избирателей, севастопольцев, и не представили ни одного подписанного листа. В основном это самовыдвиженцы – Максим Анзин из Москвы, Сергей Бинали из Севастополя, Алексей Жуков из Севастополя, Владимир Порватов из Севастополя. От «Партии «Великое Отечество» сошёл с гонки президент ФК «Севастополь» Александр Красильников.

Полностью подготовить город к думским выборам в местном избиркоме обещают к 1 сентября.

Кроме того, по информации Медведева, регистрация кандидатов в депутаты муниципальных округов завершена 16 августа. По состоянию на 15 августа заявки на участие в выборах подали 650 человек. Таким образом, конкурс составляет пять человек на одно депутатское место, уточнил председатель городского избиркома.

Покорители «Глубины»

Определены победители международного конкурса по водолазному многоборью

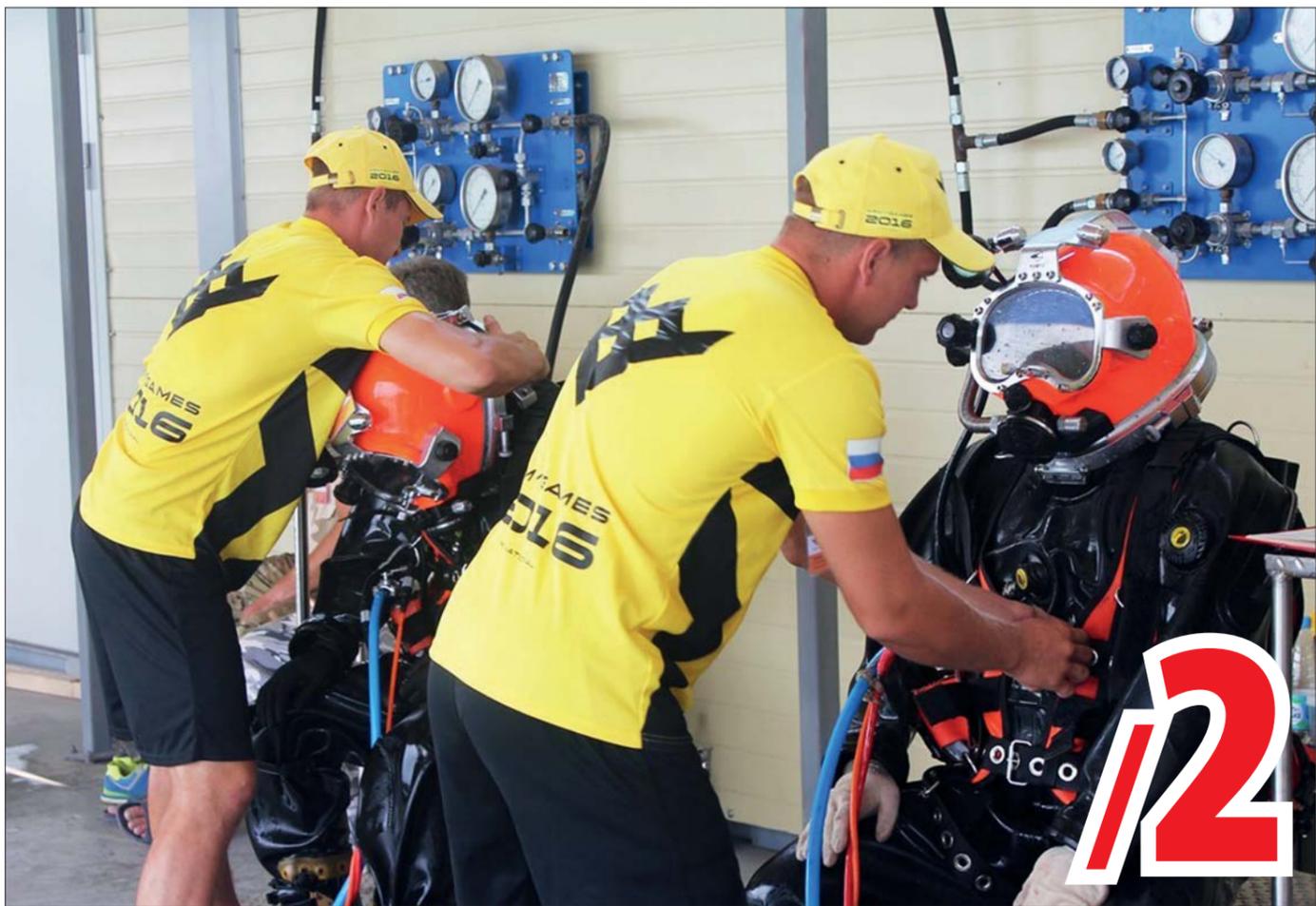


Фото: отдел информационного обеспечения ЧО

В Севастополе отметили День физкультурника России

13 августа в центре Севастополя прошли праздничные мероприятия, посвящённые Дню физкультурника России. В мероприятии, организованном Управлением по делам молодёжи и спорта города Севастополя, приняли участие представители спортивных школ, федераций, молодежных спортивных организаций, жители и гости города.

Организаторы мероприятия подготовили для севастопольцев несколько спортивных площадок, где любой желающий мог попробовать себя в качестве футболиста,

борца или фехтовальщика. Опытные тренеры показывали севастопольцам основы спортивного мастерства, рассказывая, где и как можно записаться на занятия.

Также в этот день любой желающий смог сдать «студзачёт АССК России», получить золотой или серебряный значок с соответствующим сертификатом. Сразу после интерактивов в актовом зале ДДЮТ состоялось награждение лучших тренеров и спортсменов города Севастополя.

«Студзачёт АССК России» — это набор спортивных нормативов, предусмотренных всероссийским физкультурно-спортивным комплексом для возрастной категории от 17 до 29 лет. Он нацелен на популяризацию массового спорта среди студенчества и всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

По сведениям врачей, 70% часто болеющих детей и подростков не занимаются спортом и часто пропускают уроки физкультуры. Умственные

нагрузки в школе, постоянное сидение за компьютером или перед телевизором дома ведут к тому, что организм не получает физической разрядки.

Это способствует функциональным нарушениям и превращает школьников или студентов в «молодых старичков», подверженных самым различным заболеваниям, которые ранее чаще диагностировались у людей более старшего возраста (патологии костной системы, сосудистые и сердечные недуги).

Реклама

БЫСТРО БЕРЕЖНО КОМФОРТНО
ВЫЗОВ МАШИНЫ ОМЕГА
ОМЕГА +7 978 948 5555 +7 978 956 5555

Позвони!

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ «ВОДОПАД» холдинга

Отдых на «Озере Подгорном»

- мангал
- рыбалка
- мини-футбол
- беседка
- волейбол
- детская площадка

+7(978) 966 33 55
+7(978) 996 33 44
+7(978) 826 76 54

podgornoe-ozero.ru
vk.com/public96844071



Покорители «Глубины»

В Севастополе определили победителей международного конкурса по водолазному многоборью «Глубина-2016». В ходе одиннадцати этапов состязаний наибольшее количество баллов набрала сборная команда подводных специалистов России, опередив коллег из Ирана и Венесуэлы.

Лучших водолазов трёх стран собрал водолазный полигон Военно-Морского Флота. На гостеприимной черноморской воде показали своё профессиональное мастерство более 60 специалистов, — приветствовал финалистов «Глубины-2016» главнокомандующий ВМФ России адмирал Владимир Королёв. — Хотелось бы подчеркнуть, что это не были соревнования по дайвингу, это были состязания водолазов, которые действительно занимались своей повседневной работой.

Главком ВМФ отметил, что считает цели и задачи конкурса достигнутыми, при этом главным результатом соревнований являются обмен опытом и чувство товарищеского локтя в ходе состязаний.

Спортсмены продемонстрировали все свое мастерство не только в плавании в ластах, но и в хорошей ориентации под водой, в подводно-поисковых и аварийно-спасательных операциях, а также в способности оказывать первую медицинскую помощь в экстренных случаях.

Уже сейчас, сразу после соревнований, военные водолазы задумываются о том, как строить подготовку для состязаний будущего года. Ожидается, что состав участников международного этапа расширится за счёт национальных команд Индии и Китая, а напряжённость борьбы возрастёт благодаря усовершенствованию уже имеющихся и, возможно, добавлению новых этапов состязаний. По мнению многих российских водолазных специалистов, к таким соревнованиям необходимо начинать готовиться, не откладывая вопрос тренировок непосредственно на подготовительный период. Дополнительные занятия и тренировки по олимпийской схеме, о которых военные водолазы задумываются уже сейчас, позволят выполняющим их не только обеспечить себе место в российской сборной, но и повысят общий уровень профессионального мастерства рыцарей глубин.



Детей нужно влюбить в футбол

В 2014 году был создан Севастопольский футбольно-спортивный клуб «Байдарская долина», президентом которого является Марков Вадим Викторович. При клубе была открыта футбольная секция — тренер Аверков Геннадий Николаевич. Тренировки регулярно проводятся на стадионе и в спортивном зале средней общеобразовательной школы №47. Благодаря руководству школы организуются поездки на соревнования и спортивные мероприятия.

Футбольная команда постоянно участвует в районных и городских соревнованиях, в которых ребята занимают призовые места.

К успехам команды можно причислить успешные выступления ребят 1999-2000 гг. рождения в первенстве Детско-юношеской футбольной лиги г. Севастополя, где было занято почетное третье место, ежегодно в годовщину присоединения Севастополя и Крыма к России проводится «Кубок

Байдарской долины». Победители турнира награждаются медалями, грамотами и переходящим кубком, который хранится в спортивном музее СОШ №47.

Президентом СФСК «Байдарская долина» Вадимом Марковым проводятся различные развлекательные и познавательные мероприятия. На стадионе школы часто проводятся дружественные матчи с командами Севастополя, и не только.

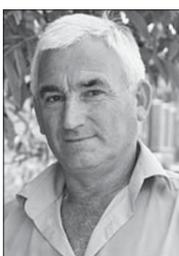
В прошлом году к нашим ребятам приезжала детская футбольная команда «Вулкан» из г. Петропавловска-Камчатского. Игра прошла в упорной, бескомпромиссной борьбе и закончилась боевой ничьей. После игры президентом клуба была организована экскурсия гостям по достопримечательным местам г. Севастополя с посещением стадиона ФК «Севастополь».

Тема футбола имеет важнейшее значение. И хорошо, что мальчишки и девчонки с малых лет начинают осваивать основы этой игры.

Любая профессия, которая связана с риском для жизни, непременно имеет свои традиции, приметы и суеверия. И пожарные в этом смысле не исключение. Они не любят прогнозировать. День прошел без происшествий, и слава богу.

В этом году в селе Орлином пожароопасная обстановка благополучная за исключением серьезного пожара, который произошел в Байдарской долине 3 августа. Во время грозы от молнии, ударившей в северный склон горы Кара-Даг, загорелся лес. Пожар удалось локализовать к вечеру того же дня, — готовит главный пожарный Байдарской долины, начальник пожарной части № 11 Исмаил Асанов. — Как обстановка будет складываться дальше, прогнозировать не берусь. Август еще не закончился, впереди осень тоже жаркая и засушливая, а у нас кругом лес, трава.

Исмаил Асанов работает в пожарной части с момента ее создания, с 2005 года, а в селе Орлином проживает с 1991 года. В его подчинении 18 человек. Пожарная часть небольшая. Пару боксов для машин, несколько помещений для пожарных и водителей. Три единицы техники. Две машины на боевом расчете, готовых



Исмаил Асанов

Пожарные с Орлиного



Фото: Николай Бугкин

по сигналу тревоги выехать на место происшествия, и одна — в ремонте.

Несмотря на кажущееся отсутствие работы, личный состав никогда не бездействует.

— У нас всегда много работы, — говорит водитель боевой машины, старший смены Геннадий Плахин (в пожарной части работает 12-й год). Каждый день мы выезжаем в села, на озера, проводим инструктаж по пожарной безопасности с жителями, туристами, чтобы костры не жгли, окурки от сигарет не бросали в траву, бережно относились к природе.

— Мы каждый день по очереди обходим одно село, — продолжает пожарный Рипат Абсоля-

мов (в пожарной части работает 6 лет). — У нас есть график. Вчера были в Кизиловом, завтра — в Тыловом, после завтра будем в Резервном. Также обходим пешком леса по нашей долине. Маршрут большой, каждый день по 5-6 км проходим пешком.

Когда пожарные не на дежурстве, отдыхают дома, они автоматически становятся членами добровольной пожарной дружины. И в случае каких-нибудь чрезвычайных ситуаций, происшествий они приходят на помощь пожарным, которые находятся в данный момент на смене.

Есть такая народная поговорка: «Человек без огня не живёт ни единого

дня». К сожалению, огонь не только помощник человеку, но зачастую превращается во врага — пожар. Основной причиной пожаров является человеческий фактор. Люди не соблюдают элементарные правила пожарной безопасности. Надеюсь на авось, зачастую оставляют костры без присмотра, в том числе при уборке территории. При жаркой засушливой погоде этого достаточно для серьезного пожара. Огонь коварен и непредсказуем. Он уничтожит все на своем пути. Люди, будьте внимательны! Соблюдайте правила пожарной безопасности! Не подвергайте свою жизнь и жизнь спасателей опасности.

Ольга КОЛЬЦОВА

Турнир любителей настольного тенниса в Орлином

13 августа, в День физкультурника России, в Доме культуры села Орлиное при поддержке Орлиновского муниципалитета состоялся II открытый турнир по настольному теннису, в котором смогли принять участие все желающие вне зависимости от возраста и спортивного опыта.

Среди участников были как новички в данном виде спорта, так и те, кто уже не один год занимается настольным теннисом в кружке под руководством Юрия Безверхова. Всего в соревнованиях приняли участие 23 человека — жители с. Орлиное, а также гости из Москвы, Краснодара, Челябинска. Самому юному участнику было 8 лет.

«Сегодняшние соревнования призваны определить не столько чемпиона, хотя у нас в долине есть сильные игроки, как среди взрослых, так и детей, сколько популяризировать данный вид спорта», — сказал Юрий Безверхий.

Перед началом состязаний перед участниками турнира от имени муниципалитета округа выступил его глава Александр Козлов. Он пожелал участникам побед и подарил от муниципалитета новый теннисный стол, ракетки и набор теннисных мячей.

Все участники соревнований были поделены на три возрастные группы: первая — 8-11 лет (новички); вторая — 12-15 лет (постоянные участники кружка настольного тенниса) и третья — 18-30 лет (жители с. Орлиное и гости).

Каждая игра была довольно интересной, ребята играли с большим азартом. У каждого игрока был свой темп, но самое важное в игре — это точно попасть ракеткой по



мячу, точно направить его в нужное место стола. И почти всем участникам это удавалось.

В каждой возрастной группе были свои победители. В первой возрастной группе 1-е место занял Александр Лихачёв, 2-е место — Диана Резниченко (ребята занимаются в кружке настольного тенниса), 3-е место — Арсений Яблочанский из Москвы.

Во второй возрастной группе победу одержал Даниил Чиркин, 2-е местозанял Богдан Лухт, 3-е — Даниэль Яворский. Все ребята посещают кружок настольного тенниса.

Даниил Чиркин ходит в кружок по настольному теннису уже 4-й год. По словам подростка, играть в настольный теннис ему очень нравится, он хотел бы заниматься данным видом спорта более профес-

сионально. Даниил учится в 9-м классе школы № 47, является неоднократным победителем различных турниров по настольному теннису.

В третьей возрастной группе 1-е место завоевал Андрей Марченко (с. Орлиное), 2-е место — Андрей Жилиев из Челябинска, 3-е место — Денис Масуров из Краснодара.

Все победители получили ценные призы, грамоты и медали, а все участники — дипломы. В первой возрастной группе кроме призов все участники за спортивный азарт были вознаграждены мороженым.

Не остались без сладкого лакомства и призеры 2-й и 3-й групп. За возможность отведать мороженое ребята соревновались в дополнительных играх.

Ольга КОЛЬЦОВА

Орлиновская школа безопасности

В сентябре 2014 года на базе СОШ № 47 (директор школы Надежда Козлова) в с. Орлино было создано спортивно-туристическое объединение с уклоном на пожарно-спасательный спорт «Школа безопасности» от Севастопольского центра туризма, краеведения, спорта и экскурсий (в дальнейшем — ЦТКС). Объединение получило народное название «Орлиновская школа безопасности» (в дальнейшем — ОШБ). Огромная честь руководить ОШБ выпала мне, Пётру Склярору, педагогу дополнительного образования ЦТКС.

В соответствии с потребностями человека и общества, исходя из общих целей образования и воспитания, целями и задачами курса «Школа безопасности» являются:

- пропаганда и популяризация здорового безопасного образа жизни;
- пропаганда деятельности Всероссийского детско-юношеского общественного движения «Школа безопасности»;
- непрерывная подготовка воспитанников в области пожарной и антитеррористической безопасности;
- совершенствование и выработка новых форм и методов подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных и криминальных ситуациях;
- оказание само- и взаимопомощи;
- развитие заинтересованности школьников в предотвращении возможных чрезвычайных ситуаций;
- подготовка несовершеннолетних, обучающихся к службе в МЧС, к военной или иной государственной службе.

С самого начала своей работы в с. Орлино из учащихся СОШ № 47 я сколотил команду «Экстрим». Немного позже появились команды «Орлята» и «Феникс». За очень короткий срок ребята добились заметных результатов.

В феврале 2016 года, всего через полтора года существования ОШБ, сборная команда СОШ № 47 заняла 1 место на финале городских соревнований «Школа безопасности»!

В марте 2016 года они заняли первое место в городе Севастополе по военно-спортивной подготовке на фестивале «Своему выбору верны» и даже, единственные из всех школ, победили курсантов Нахимовского училища, на территории их же училища, в военно-стратегической игре «Захват флага», взяв всю их команду в плен!

И вот, наконец, в апреле 2016 года ребята победили все школы города и в соревнованиях по спортивному туризму «Кросс-поход»!

С мая 2016 года ОШБ полностью переключилась на пожарно-спасательный спорт, где мы тоже постепенно наращивали свои успехи!

26-27 мая мы приняли участие в 63-м Чемпионате Черноморского Флота по ПСС. Это было наше первое участие в соревнованиях по пожарно-спасательному спорту и хоть в командном зачёте мы тогда не победили, но пять призовых мест в личных забегах у Крымской команды, всё-таки, тогда отвоевали! Кроме того, обогнали несколько взрослых команд в эстафете!

Весь июнь ребята вместо того, чтобы купаться на море, как все другие дети, провели на тренировках и соревнованиях. 16-17 июня участвовали в Первенстве ГУ МЧС по ПСС, где обогнали в пожарной эстафете две взрослые команды из шести.



И вот 29-30 июня мы ездили защищать честь города Севастополя в Симферополь в составе сборной команды ГУ МЧС Севастополя на первенство Крымского ФО!!!

Команда юношей показала себя в Симферополе очень достойно, а команда девушек на этих соревнованиях просто произвела фурор. Севастопольские девушки не только, как все, поднимались по штурмовой лестнице и преодолевали 100-метровую полосу препятствий, но и, единственные из женских команд Крыма, сделали полное боевое развертывание. А когда девушки пробежали успешно пожарную эстафету, стадион аплодировал им стоя. Исполнение девушками этих видов, в которых раньше принимали участие только мужчины и юноши, в истории пожарно-спасательного спорта Крыма, произошло впервые.

Всех наших медалистов во всех соревнованиях очень долго перечислять. Лидерами в этом неформальном соревновании по общему количеству медалей разного достоинства, на этот момент, являются:

Мария Лаврищева — 17 медалей, Абляким Асанов — 13 медалей, Владислав Слепов и

Илья Назаров — по 11 медалей, Андрей Витчинников и Виктория — по 10 медалей, Екатерина Манастырская и Екатерина Ларионова — по 9 медалей, Злата Яковенко — 8 медалей, Ирина Волкова — 7 медалей.

Самую большую бурю оваций на всех соревнованиях неизменно срывает самая юная участница — Лидия Котляр, она и получает обычно приз зрительских симпатий.

Параллельно с городскими соревнованиями ОШБ принимала участие в соревнованиях Всероссийского уровня, где тоже постепенно наращивала результативность.

К примеру, в январе 2016 года полетела в г. Москву, представлять Крымский федеральный округ на Всероссийском слёте — конкурсе «Лучшая дружина юных пожарных России», который проводило ВДПО. Всего в нём участвовало 2865 команд со всей России! В финал пробилась — 10 лучших. Из них севастопольцам удалось обогнать три команды, то есть мы заняли 7 место в общекомандном зачёте.

2 августа 2016 года, после длительных изнурительных тренировок, юные «Огнеборцы» Севастополя из «Орлиновской

минуты соревнований ребята отчаянно бились за каждый балл, каждую долю секунды! Ни по одному из 10-ти видов команда не опустилась ниже шестого места.

В конкурсе «Представление команд» мы смогли занять призовое третье место, а в самом престижном, культовом виде спорта всех пожарных «Комбинированной пожарной эстафете» завоевали золотые медали!

В общекомандном зачёте юные «Огнеборцы» Севастополя смогли подняться на четвертое место!

Кроме этого, команда получила диплом победителя в номинации «Мы снова вместе», а в культурно-досуговой програм-

Мы поставили себе цель — достойно защитить честь любимого города и с первой же минуты соревнований ребята отчаянно бились за каждый балл, каждую долю секунды! Ни по одному из 10-ти видов команда не опустилась ниже шестого места.

школы безопасности» полетели в Республику Коми, г. Сыктывкар для участия в V Всероссийском полевом лагере «Юный пожарный». В этих соревнованиях участвовало 11 лучших команд со всей России, более 100 участников.

Состав команды города-героя Севастополя был на 100% сформирован из учеников СОШ № 47: Владислав Слепов, Абляким Асанов, Илья Назаров, Андрей Витчинников, Екатерина Ларионова, Екатерина Манастырская, Мария Лаврищева, Злата Яковенко, Виктория Котляр, Ирина Волкова.

Соревнования проходили очень интересно, в напряжённой атмосфере. Всего было 10 видов:

- Комбинированная пожарная эстафета;
- Конкурс представления команд;
- Конкурс на скорость завязывания пожарных узлов;
- Анкетирование, тестирование по курсу ОБЖ;
- Анкетирование, тестирование по вопросам пожарной безопасности;
- Применение первичных средств пожаротушения;
- Конкурс стенгазет и листовок по пожарной безопасности;
- Конкурс агитбригад юных пожарных;
- Организация быта в полевых условиях;
- Учебная эвакуация из помещений лагеря.

Мы поставили себе цель — достойно защитить честь любимого города и с первой же

наши парни просто «порвали» всех в перетягивании каната и «саамском» футболе!

А напоследок участники команды ещё и выполнили нормативы «Готов к труду и обороне», получив сертификаты об этом.

К этому успеху команда шла долгих два года. Я рад, что мне удалось собрать таких способных детей и заразить их верой в успех. Все эти два года ребята упорно тренировались и повышали своё мастерство, соревнуясь в различных видах спорта. Для их подготовки мне удалось привлечь лучших специалистов в разных областях.

Безусловно, огромное значение успеха команды имело качественное, разнообразное снаряжение для спортивного туризма, спортивного ориентирования и пожарно-спасательного спорта и удобная беговая форма, которые для команды закупала СОШ № 47 и лично директор школы. Кроме того команде постоянно помогает наш главный спонсор — фирма «Техносервис», закупившая в Москве для всей команды 18 комплектов летней беговой формы для пожарно-спасательного спорта расцветки «Триколор».

В подготовке команд ОШБ было задействовано большое количество людей и успех на V Всероссийском полевом лагере «Юный пожарный» — это победа не только команды «Огнеборцы», всего города-героя Севастополя!

Петр СКЛЯРОВ,
тренер команды



«Выход из сложившейся ситуации есть»

Владислав Юрьевич Маншилин

Родился в 1968 году. В 1987 году окончил Донецкий техникум промышленной автоматики и был направлен на восстановление шахты Ясиновская-Глубокая после серии взрывов газа метана. Работал в системе треста «Донецкшахтострой», принимал участие в реконструкции и строительстве новых горизонтов шахт им. Скочинского, им. Абакумова, шахты Бутовка-Донецкая и шахты Южно-Донбасская № 3. Проживает в селе Кизиловое.

Первая и основная проблема — это полное отсутствие питьевой воды в населенном пункте с. Кизиловое, что крайне негативно влияет на санитарно-эпидемиологическую и противопожарную обстановку. По этому вопросу необходима принципиальная позиция городских властей Севастополя, ведь для бесперебойного водоснабжения села Кизиловое необходимо восстановить отрезанное господином Коломойским подключение с Кизилового к действующему центральному водоводу.

Вторая проблема — отсутствие центрального газоснабжения.

Третья проблема — неудовлетворительная система электроснабжения с. Кизиловое. По расчетам Севэнерго, для нормального электроснабжения с. Кизиловое необходима установка дополнительно одного или двух силовых трансформаторов для перераспределения нагрузок и уменьшения максимальных (плеч) расстояний от силового трансформатора до конечного потребителя.

// Сегодня максимальная длина линии от трансформатора до последнего потребителя составляет более одного километра, при допустимой 300–400 метров, что способствует возникновению больших потерь в наших электрических сетях.

Четвертая проблема — это дороги с твердым покрытием или их полное отсутствие в селе. Ремонт и реконструкция дорог от села Орлиное до села Кизиловое и внутри села Кизиловое проводим за свой счет, в течение последних десяти лет.

Перечень проблем можно продолжать — это и отсутствие надлежащего медицинского обслуживания, неудовлетворительная работа скорой помощи, отсутствие детского врача в Орлиновской больнице.

В селе Кизиловое отсутствуют детские и спортивные площадки и т.д.

Выход из сложившейся ситуации есть — это организация местного самоуправления и решение насущных проблем на местах.

Президент Российской Федерации Владимир Путин неоднократно в своих обращениях к народу поднимает проблему организации местного самоуправления и решения наболевших вопросов на местах.

Понимание и поддержка есть со стороны председателя Орлиновского муниципального округа Александра Ивановича Козлова, с которым нас связывают рабочие, дружественные отношения.

«Детей надо любить и тогда все будет хорошо»

Галина Тимофеевна Манько

В школе №47 работает с 1970 года учителем начальных классов. Имеет две педагогические специальности: учитель начальных классов и преподаватель русского языка. Ее отец всю жизнь был учителем начальных классов. И она посвятила себя работе с малышами.

— Когда после работы в Джанкое я приехала сюда, в Байдарскую долину, на меня «давили горы», и я думала, что никогда не привыкну к этому ощущению. А теперь мне кажется, что красивее Байдарской долины нет. Одно смущает, что люди не все понимают, что надо каждому делать свое дело. Каждый должен заниматься своим делом и хорошо выполнять его, и тогда Байдарская долина будет ухоженная и еще более красивая и привлекательная для нас и наших гостей-туристов.

В качестве примера творческого отношения к делу хочу отметить сотрудничество школы №47 и Центра культуры досуга, в котором около 20 детских творческих групп, много различных кружков. В этом большая заслуга ор-

ганизатора творческой работы Викторией Накорнеевой.

Хочу сказать, что школа наша преобразилась. Директор школы Надежда Козлова много для этого сделала и постоянно делает. Зайдешь, и чувствуется, что это школа, где все для учеников. Хорошие классы, кабинеты. У меня интерактивная доска. Компьютер, принтер. Компьютер пока что только у меня, но недалеко тот день, когда и ученики начальной школы будут иметь компьютеры на партах.

В нашем коллективе начальной школы работают добросовестные, профессионально грамотные, очень коммуникативные преподаватели. О каждом из своих коллег я могу сказать только добрые, теплые и самые сердечные слова.

Дети в школе разные, но хорошие. Хотелось, чтобы родители чувствовали больше ответственности за своих детей. Чтобы они понимали, что это их дети, и они несут такую же ответственность за них, как и учителя. В целом нормальный класс, нормальные родители. Я довольна своей работой.



Фото ©: Николай Буткин

// Когда после работы в Джанкое я приехала сюда, в Байдарскую долину, на меня «давили горы», и я думала, что никогда не привыкну к этому ощущению. А теперь мне кажется, что красивее Байдарской долины нет.

Коллеги перенимали его опыт

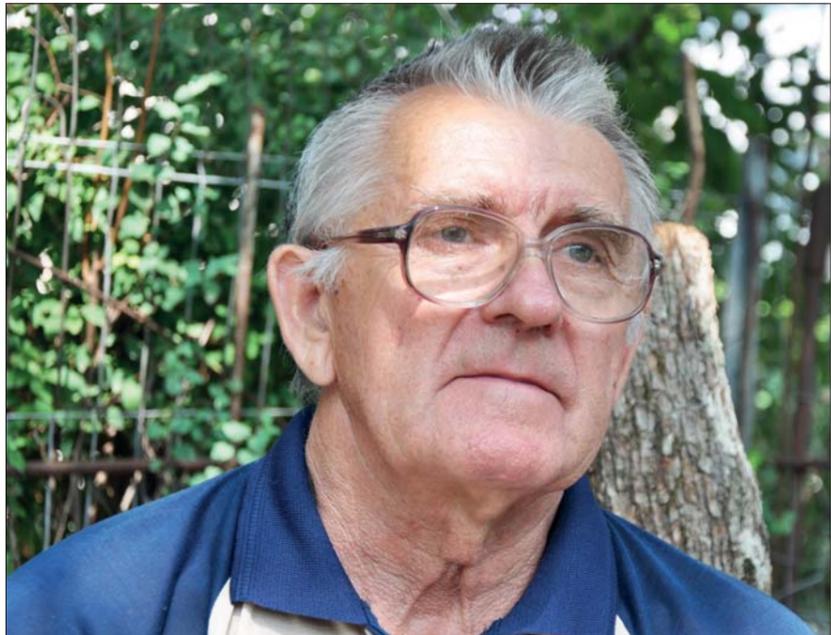
Владимир Николаевич Колесников

Родился в 1947 году в городе Прохладном Кабардино-Балкарской АССР. С родителями переехал в Калининградскую область, а затем в Воронеж. В 1967 году окончил среднюю школу. А в 1971-м художественную школу, а затем институт. В Орлином живет с 1975 года.

Жена у меня местная, училась в 47-й школе, она меня и перетянула сюда. В 1975 году Орлиновская средняя школа получила новое здание, куда переехали ученики окрестных сел. Была работа и мне, и ей. Предоставлялось жилье, и мы решили переехать. Мой предмет — черчение, ИЗО и труд (технология).

Вся моя работа и все мои успехи связаны со школой №47. Когда я сюда приехал, директором был Михаил Петрович Ситко. Я занимался оформлением, разработкой методической части по предмету. Он это увидел и стал привлекать меня к оформительским работам. Я приходил к нему со своими разработками, и мне удалось многое сделать в школе. Сейчас я веду все классы, у которых есть предметы: изобразительное искусство (сокращенно ИЗО) и черчение. ИЗО занимают дети с 1-го по 7-й классы, а предмет черчение изучают ученики 8-9-х классов. Для желающих учеников я веду углубленное изучение данных предметов.

Школа имеет кабинетную систему обучения и сейчас у нас образцовый кабинет. В кабинете многорядные доски, стеклянные. В школу подвозят детей из 13 населенных пунктов, урок черчения один раз в неделю, а инструментов довольно много: линейки, угольники, бумага, и поэтому я ввел такую систему, что мы все чертежные принадлежности для детей закупаем централизованно. Я никогда не проверяю, готов ученик к уроку или нет. Я хорошо знаю, что они все



// Я никогда не проверяю, готов ученик к уроку или нет. Я хорошо знаю, что они все готовы. Этот вопрос вообще не стоит. За 35 лет своей работы я ни одному ученику не написал в дневнике, что он не готов к уроку.

готовы. Этот вопрос вообще не стоит. За 35 лет своей работы я ни одному ученику не написал в дневнике, что он не готов к уроку. В 1983 году мне было присвоено звание «Учитель-методист» за разработку пособий, оформление кабинета и организацию учебного процесса, а в 1987 году — звание «Заслуженный учитель Украины». Тогда очень много коллег приезжали на мои открытые уроки и перенимали мой опыт работы.

Кстати, сдавая первый экзамен при поступлении в институт, я зава-

лил его и это был профилирующий предмет черчение. Пришлось идти в училище и только потом в институт. Успешно окончив его, я всю жизнь занимаюсь изобразительным искусством и черчением.

Школа №47 — это старейшее учебное заведение, расположенное в Байдарской долине, Балаклавского района г. Севастополя. Это образовательная среда, где каждый ребенок способен добиться успеха, где формируются качества лидера и развивается творческая личность.

Родился в 1975 году в Узбекистане. В 1990 году вернулся в Крым, на родину предков. Отец родился в Орлином, мама из Белогорска. Образование среднее техническое. Индивидуальный предприниматель. Работает в сфере общественного питания.

Если Балаклаву называют Маленькой Италией, урочище Ласпи и Батилиман за сухой климат — Крымской Африкой, то Байдарскую долину за её мягкий климат называют Крымской Швейцарией. У нас в Байдарской и Варнаутской долинах красиво, хорошо. Живущие здесь люди независимо от национальности и различий в вероисповедании живут одной семьей и желают процветания своему региону. Сейчас произошли большие изменения — ушло одно государство, пришло другое — новое. Но новое, оно всегда новое. За прошедшие годы проблем в селах долин накопилось много, и их надо решать. В организации жизни сел за последние два года муниципальными властями округа сделано многое. Можно было сделать больше, если бы жители долины были бы более активными, а муниципальные

«Проблем в селах долин накопилось много»

Ленур Экремович Арзаматов

Чистота долины — самая первая проблема, которую надо решать. Чистота залог здоровья любого человека, тем более нашей Байдарской долины — изюминки всего Крыма.

власти имели бы больше полномочий.

Чистота долины — самая первая проблема, которую надо решать. Чистота залог здоровья любого человека, тем более нашей Байдарской долины — изюминки всего Крыма. Сбор и вывоз мусора в долине осуществляют две организации: АТП-2628 и «СанСити». Свалки мусора растут, мусор вывозится нерегулярно, и вопрос этот невозможно решить на протяжении долгого времени. Несмотря на неудовлетворительную работу, «СанСити» снова получила право на вывоз мусора в 2016 году.

Возьмем, к примеру, проблему безопасности на дороге в центре

села Орлиное. В нашем большом селе нет пешеходных переходов (не обозначены). В ГАИ считают, что не положено. Но с практической стороны при таком скоплении народа, особенно в летние месяцы, нужно внимание ГАИ. Нет ни одного светофора, предупреждающих знаков, особенно в ограничении скорости.

Конечно, мы можем долго говорить о наших проблемах, но пока не возьмемся проблемы объяснять или изучать, и находить решение этих проблем, опираясь на законы Российской Федерации, наше настоящее не сдвинется в лучшее будущее.



Фото (3) - Николай Булкин

Сообща поднимаем культуру на селе

Раиса Ивановна Пугач

Вся ее трудовая жизнь связана с воспитанием детей. 25 лет проработала в детском саду, воспитывая дошколят, 17 лет была учителем начальных классов в школе №51. Сейчас на пенсии. Ветеран труда. Более 20 лет занимается общественной работой. Была секретарем селькома, а теперь вот уже более 10 лет является председателем совета ветеранов в селе Ново-Бобровка.

У нас в селе очень хороший совет ветеранов. Дружно работаем. На базе совета ветеранов созданы: женсовет, совет старейшин и сейчас еще и хорошая общественная организация — ветераны. Работаем все совместно. Сообща поднимаем культуру в селе. Помогаем малоимущим. Помогаем за счет общественных организаций, за счет спонсоров. Большую роль в привлечении спонсорской помощи играет председатель Орлиновского муниципального совета ветеранов Лидия Шеховцова. Она держит тесную связь со всеми спонсорами. И благодаря ее активным усилиям эта помощь растет.

Благодаря заботам заведующего нашим сельским клубом Павла Кривчуна для детей организованы различные кружки, проводятся различные мероприятия и сельские праздники. Ежегодно проводим День села. В этом году мы отметили его 19 августа.

Проблемы в селах одни и те же. Проблем много. Конечно, ветераны хотели бы, чтобы у них поднялась пенсия, чтобы было хорошее медицинское обслуживание. Медицинское обслуживание у нас все еще желает лучшего. В Ново-Бобровке нет медпункта. В Орлином амбулатория и поликлиника. До больницы нам добираться 15 км. И если, к примеру, больной утром получил системы, то добраться обратно до своего села проблематично, сейчас очень жарко, а зимой холодно. Многие наши пенсионеры жалуются на эту проблему. Нашу машину скорой помощи часто вызывают на обслуживание других районов города.

Село расположено в северной части Байдарской долины, у подножия Главной гряды Крымских гор, на речке Бага, правом притоке одной из крупнейших рек



Крыма Чёрной, высота центра села над уровнем моря 314 м. Через село проходит автодорога Т-2712, соседние сёла: Передовое в 1,5 км на северо-запад и Россошанка — в 1,7 км южнее.

Хотелось бы свои силы приложить, чтобы село процветало

Геннадий Васильевич Юшков

Родился 9 октября 1950 года в городе Владивостоке в семье военнослужащего. Окончил судостроительный техникум, Ростовский институт инженеров железнодорожного транспорта. Работал на Дальнем Востоке и на Камчатке, на машиностроительном заводе в Киеве. 27 лет назад стал сельским жителем.

Проблемы села Резервное известны. Волнуют. Пытаемся их решать. Что-то решаем, что-то не получается. Поэтому в дальнейшем хотелось бы свои силы приложить для того, чтобы село процветало. И молодежь оставалась в селе, и люди, которые здесь проживают, жили комфортно и по-человечески. Вот на это я хочу положить все свои силы. Сейчас нахожусь на пенсии. О проблемах села можно говорить много, обозначу основные из них.

Село Резервное, несмотря на то, что является частью Севастополя, не имеет нормального автобусного сообщения с городом. Сейчас пытаемся решить этот вопрос. С освещением села тоже проблемы.

Но самый катастрофический и острый вопрос — это водоснабжение. В селе отсутствует централизованное водоснабжение. Вода, которой мы пользуемся, не соответствует санитарным нормам, она вся техническая, а не питьевая, вода в село завозится автоцистернами.

Большие проблемы у жителей села с отоплением домов. В перспективе хотелось бы и газификацию села сделать.

Дорога у нас требует ремонта и цивилизованного обслуживания, что мы своими силами не можем сделать и освоить. Вот такие у нас проблемы серьезные.

Кроме того, в селе нет магазина. Не решен вопрос подвоза детей в детский садик.



Настоящий учитель

13 августа юбилей у педагога школы №47 Цехош Татьяны Николаевны. В 1978 году она окончила нашу школу и, как её любимые учителя, решила тоже стать педагогом. Поступила в Симферопольский Государственный университет им. Фрунзе. Окончив его в 1983 году, получила распределение на работу учителем математики в Воинскую среднюю школу Краснопереконского района. Работал молодой специалист отлично, и в 1987 году Цехош Т.Н. ей была доверена должность директора Филаговской средней школы. Но Татьяна Николаевна всегда мечтала вернуться в Орлиное и работать учителем в родной школе. Мечта осуществилась...

С 1989 года Цехош Т.Н. (тогда ещё Костина) работает в СОШ №47 заместителем директора по воспитательной работе, а затем учителем математики и информатики. Имеет высшую квалификационную категорию. Общий педагогический стаж 33 года. Татьяна Николаевна свободно ориентируется в современных психолого-педагогических концепциях обучения и воспитания, следит за новинками методической литературы и, главное, использует их как основу в своей педагогической деятельности, что и позволяет успешно решать задачи обучения и воспитания школьников. Стиль преподавания учителя отличают научно-практическая направленность, целеустремленность и настойчивость в формировании глубоких и прочных знаний предмета, устойчивых умений и навыков у учащихся. Уроки педагога всегда продуманы, тщательно спланированы, эмоционально окрашены. Последовательно и целеустремленно осваивая новые технологии в образовательном процессе, Цехош Т.Н. проводит уроки и внеклассные мероприятия по предмету различных типов: уроки-семинары, практикумы, интегрированные уроки. Ежегодно делится опытом работы с коллегами на районных семинарах-практикумах учителей информатики. Все мероприятия получают высокую оценку коллег.

Она является заведующей кабинетом информатики. Ею накоплен огромный раздаточный и дидактический материал по предмету, который систематизирован, бережно сохраняется, регулярно пополняется. Профессиональная компетентность, увлеченность предметом, широкая эрудиция Татьяны Николаевны заслужили уважение и авторитет в коллективе учителей, учащихся и родителей. Она ведет активную методическую работу, постоянно повышает свое профессиональное мастерство, является наставником молодых учителей. Цехош Т.Н. добивается высоких результатов выпускных и переводных экзаменов, ее ученики занимают призовые места на районных олимпиадах и различных конкурсах по информатике.

За профессиональное мастерство и преданность делу, добросовестное отношение к работе и успехи в воспитании подрастающего поколения Татьяна Николаевна неоднократно награждалась грамотами управления образования.

Во время встречи Игорь Юрьевич ознакомил активистов округа с законодательством в области развития местного самоуправления, акцентируя внимание присутствующих на необходимости формирования Территориальных общественных самоуправлений (ТОС), детально разъяснив: Чем должны заниматься люди на своей территории? Как зарегистрировать ТОС? Механизм взаимодействия местной власти и ТОС.

Что такое ТОС

Это понятие четко определено в Федеральном законе от 06.10.2003г. №131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации»:

Территориальное общественное самоуправление (ТОС) – это самоорганизация граждан по месту их жительства на части территории муниципального образования для самостоятельного и под свою ответственность осуществления собственных инициатив в вопросах местного значения непосредственно населением или через создаваемые им органы территориального общественного самоуправления.

Зачем нужен ТОС

ТОС является эффективной формой реализации собственных инициатив направленных на улучшение качества жизни людей на своей территории. Именно ТОС может представлять интересы населения данной территории во всех инстанциях. На новый уровень выйдут отношения с властью.

Инициативы ТОС:

Обустройство и благоустройство места проживания: создание детских и спортивных площадок, организация мест отдыха, озеленение территории.

Участие в добровольческой и благотворительной деятельности: развитие волонтерства, содействие патриотическому, духовно-нравственному воспитанию детей и молодежи, а также поддержка инвалидов и одиноко проживающих престарелых.

Сохранение культурно-исторического наследия своей территории. Реконструкция памятников и мемориальных комплексов, развитие местного традиционного народного художественного творчества

Внесение предложений в развитие своей территории в органы местного самоуправления. Разработка проектов развития территории с последующим их включением в различные программы финансирования.

Формы организации ТОС

1. ТОС без образования юридического лица:

Регистрация подлежит только Устав ТОСа в администрации района, города или поселения.

Расчетного счета нет.

Не могут претендовать на бюджетные средства в рамках целевых программ муниципального образования.

2. ТОС в качестве юридического лица:

Подлежит государственной регистрации в организационно-правовой форме некоммерческая организация (НКО).

Наличие расчетного счета в банке.

Возможность осуществления хозяйственной деятельности, самостоятельно распоряжаться финансовыми и материальными ресурсами.

Могут претендовать на бюджетные средства в рамках целевых программ муниципального образования.

Возможность участия в конкурсах и грантах.

Возможность заключения договоров социального партнерства.

Источники финансирования

деятельности ТОС:

Личные средства жителей территории.

Частные пожертвования.

Целевое финансирование из бюджета муниципального образования.

Осуществление хозяйственной деятельности.

Участие в конкурсах и грантах как НКО.

Если у вас есть интерес по образованию территориального общественного самоуправления, в простонародье ТОС, то ниже приведена информация по регистрации ТОС в качестве юридического лица, в организационно-правовой форме – некоммерческая организация (далее – НКО).

Почему ТОС лучше регистрировать в качестве юридического лица? Потому, что ТОС в данном случае имеет большие возможности для реализации гражданских инициатив, а именно возможность напрямую участвовать в грантовых конкурсах различных ор-

«Недопустимо ждать, что твои проблемы придет и решит кто-то вместо тебя»

Руководитель рабочей группы при Правительстве РФ по развитию местного самоуправления Игорь Еловацкий встретился с активом Орлиновского муниципального округа

ганизаций.

Ниже мы опишем все практические шаги необходимые для образования ТОС в качестве юридического лица. Все шаги подготовлены с учетом опыта действующих ТОС.

Итак, поехали!

Шаг 1. Образование инициативной группы

Для создания ТОС необходимо образовать инициативную группу в количестве 5 человек из числа граждан проживающих на территории создаваемого ТОС и достигших 16-летнего возраста. Образование инициативной группы оформляется следующим документом: ПРОТОКОЛ ЗАСЕДАНИЯ ИНИЦИАТИВНОЙ ГРУППЫ ПО СОЗДАНИЮ ТОС. Скачайте форму протокола. В данной форме обозначена повестка дня. Проведите заседание и заполните протокол по предлагаемой форме. Этот документ является самым первым, который необходим для образования ТОС.

Шаг 2. Установление границ ТОС и назначение даты проведения учредительного собрания или конференции граждан

Вы провели заседание инициативной группы, на котором определили границы ТОС. У вас имеется соответствующий протокол. Теперь, чтобы утвердить границы ТОС, необходимо подать ЗАЯВЛЕНИЕ (ХОДАТАЙСТВО) В СОВЕТ МО. Помните, если численность граждан, на которой организовывается ТОС, составляет менее 100 человек, то проводится собрание, если более 100 человек, то конференция. После того, как Совет МО утвердил границы ТОС, назначается дата проведения учредительного собрания или конференции граждан, переходим к следующему шагу.

Шаг 3. Организационная работа по подготовке учредительного собрания или конференции граждан

Составить список жителей территории ТОС. Подготовить проект Устава ТОС. Скачайте форму УСТАВА ТОС. Дополните Устав своими данными. Провести предварительные собрания жителей (или заочное голосование) по избранию делегатов на учредительную конференцию. Скачайте формы: ПРОТОКОЛ СОБРАНИЯ ПО ВЫБОРАМ ДЕЛЕГАТА, ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ УЧАСТНИКОВ СОБРАНИЯ.

Шаг 4. Информирование о дате и повестке учредительного собрания (конференции)

Необходимо проинформировать население о дате, месте и времени не менее чем за 10 дней до проведения мероприятия. Сооб-



Фото: Николай Булкин

щение о проведении учредительного собрания или конференции граждан должно быть направлено каждому жителю, достигшему 16 – летнего возраста, проживающему на территории создаваемого ТОС, либо доведено под роспись в ЛИСТЕ УВЕДОМЛЕНИЯ. Также допускаются иные методы оповещения граждан об учредительном собрании или конференции граждан – объявления, домовый обход. Уведомить главу МО (главу администрации МО) о дате и повестке учредительного собрания (конференции). Скачать форму УВЕДОМЛЕНИЯ.

Шаг 5. Проведение учредительного собрания или конференции граждан

Учредительное собрание или конференцию граждан проводит инициативная группа. Учредительное собрание считается правомочным при участии в нем не менее одной трети жителей соответствующей территории, достигших 16-летнего возраста. Учредительная конференция граждан считается правомочным при участии в ней не менее двух третей жителей соответствующей территории, достигших 16-летнего возраста. Учредительное собрание или конференция граждан оформляются одним из следующих документов:

- ПРОТОКОЛ УЧРЕДИТЕЛЬНОГО СОБРАНИЯ
- ПРОТОКОЛ КОНФЕРЕНЦИИ ГРАЖДАН

Приложением к протоколу является СПИСОК ДЕЛЕГАТОВ.

После проведения учредительного собрания или конференции граждан переходим к следующему шагу.

Шаг 6. Регистрация Устава ТОС в администрации МО

После проведения учредительного собрания или конференции граждан, уполномоченное лицо (председатель ТОС) подает документы в администрацию МО для регистрации Устава ТОС:

1. ЗАЯВЛЕНИЕ О РЕГИСТРАЦИИ УСТАВА ТОС. Заявление подается на имя главы администрации МО, подписанное уполномоченным представителем (председателем ТОС), с указанием Ф. И. О., адреса места жительства, и контактных телефонов.
2. Копия решения Совета МО об установлении границ территории, на которой образовывается ТОС.
3. Протокол учредительного собрания или конференции граждан (см. шаг №5).
4. Два экземпляра Устава ТОС. Экземпляры должны быть прошиты, страницы пронумерованы, подписаны заявителем на последнем листе каждого экземпляра (см. шаг №3).

Сроки регистрации Устава устанавливаются администрацией МО (до 30 дней).

Поздравляем! ТОС зарегистрирован!

Но в данный момент ТОС не является юридическим лицом. Дальнейшие шаги описывают регистрацию ТОС в качестве юридического лица.

Шаг 7. Регистрация ТОС в Управлении Минюста России по Севастополю в качестве юридического лица

Для регистрации ТОС в Управлении Минюста России по Севастополю необходимо представить следующие документы:

1. Заявление о государственной регистрации юридического лица по форме №П11001.
2. Устав ТОС (в 3 экземплярах).
3. Копия решения представительного органа местного самоуправления об установлении границ ТОС.
4. Копия решения администрации МО о регистрации Устава ТОС.
5. Официальная информация органа МСУ о количестве граждан, в возрасте старше 16 лет, проживающих в границах территории ТОС.
6. Информационное письмо администрации МО о вхождении адресов, по которым проживают делегаты конференции, в границы территории ТОС.
7. Протокол учредительного собрания или конференции граждан.
8. Список делегатов, присутствующих на конференции.
9. Квитанция об уплате государственной пошлины.

Депутаты, конечно, знают о проблемах своих округов, но именно ТОСы помогают получить обратную связь с населением, ставят перед нами задачи, которые требуют быстрого реагирования.

На данный момент на Орлиновском муниципальном округе инициативные группы выразили желание создать ТОСы в селах Кизиловое, Родниковое и Резервное. Возможно, что в будущем в этом округе появятся и другие ТОСы.

Диалог между народом и властью поможет выстроить ТОС

ТОС — одна из форм реализации народом Российской Федерации своей власти через непосредственное осуществление самоуправления на части территории муниципального образования и участия в местном самоуправлении, предполагающего создание эффективного социального партнерства власти и населения.

По своей сути территориальное общественное самоуправление яв-

ляется одним из механизмов развития гражданского общества.

Главной целью, которого является создание благоприятных условий жизни для каждого гражданина общества, путем коллективного совместного участия в общественных процессах. И уровень качества жизни зависит от того насколько активно каждый гражданин общества участвует в решении тех или иных проблем.

Каждый из нас должен осознать, что недопустимо ждать того, что твои проблемы придет и решит

кто-то вместо тебя, всё зависит именно от тебя и твоей активной жизненной позиции. И при четкой координации совместных действий населению по силам реализовать важные и общественно значимые проекты, создать в каждом городе, поселке, селе — территорию процветания и развития.

Влияние граждан на общественные процессы должно начинаться с создания и участия их в фундаменте гражданского общества — органах местного самоуправления.

«Я здоров. Только забыл выпить таблетки от давления», — эта фраза вовсе не анекдот. Мне пришлось услышать ее в реальной жизни от хорошего знакомого, когда я пыталась убедить его обследоваться у врача после гипертонического криза. Товарищ разведен, живет один и уже лет 15-20 из своего полтинника наслаждается полной свободой.

Но плата за такую свободу может быть высокой: согласно исследованиям британских ученых, убежденные холостяки и разведенные мужчины живут в среднем на семь лет меньше женатых.

«Как и у многих неженатых, у меня периодически возникает проблема нехватки чистых, целых, однотипных носков», — шутит еще один знакомый. Одиноким он себя никогда не называет, намекая на то, что за исключением носков у него, не скованного узлами брака, все в полном порядке.

На самом деле то, что проблемы есть и у того, и у другого, видно невооруженным глазом. Один в ресторанах заказывает исключительно огромные жирные стейки с гиперпорцией картошки-фри. А дома принципиально не готовит, жует бутерброды из толстого куска колбасы, хлеба и щедрого слоя майонеза. В результате человек не помещается уже даже в безразмерные трикотажные штаны, и ускорить шаг для него так же трудно, как завязать шнурки, присев на корточки. Другой не выпускает сигарету изо рта и сутками сидит за компьютером. Спорт «занимается» исключительно по телевизору. Стресс снимает пивом.

В результате у обоих мужчин «в самом расцвете лет» по меньшей мере наличествуют гипертония и гастрит. Во всяком случае, оба регулярно пьют соду от изжоги, вместо того чтобы сделать гастроскопию и подлечиться. Думаю, ежели «попнуть» поглубже, обязательно найдутся и другие недуги.

Что сокращает жизнь

В принципе тот факт, что продолжительность жизни женатых мужчин обычно больше,

Болезни холостяков

Почему неженатые мужчины живут на 7 лет меньше женатых



В результате у обоих мужчин «в самом расцвете лет» по меньшей мере наличествуют гипертония и гастрит.

чем у холостяков, известен давно. Медики и социологи высчитали этот срок — в среднем семь лет. Почему? Исследование ученых Эдинбургского университета и Центра Исследования Семьи и Отношений ответило на этот вопрос: у мужчин-холостяков менее упорядоченная жизнь, они страдают от повышенных физических и психологических нагрузок. Как бы ни хорохорились свободные мужчины, они действительно одиноки и страдают от неприкаянности и невостребованности. Отсюда — букет болезней и склонность к хронической депрессии.

Главные факторы риска

1. Без присмотра

У неженатых, разведенных и вдовцов риск умереть от сер-

дечно-сосудистых заболеваний в три раза выше, чем у семейных мужчин, к такому результату пришли ученые из английского города Кардиффа. Почему так происходит? Мужчины, состоящие в браке, ведут более размеренный, упорядоченный образ жизни. Они менее подвержены депрессиям и стрессам, а также хроническим заболеваниям.

Опрос ВЦИОМ, проведенный нынешним летом, показал: почти каждая вторая женщина (44%) целенаправленно заботится о своем здоровье. Не курит и не злоупотребляет спиртным. Мужчин таких почти вдвое меньше. Женщины, в отличие от мужчин, стараются питаться правильно. И к врачу «в случае чего» слабый пол спешит намного чаще, мужчины же тя-

нут до последнего. Так что, если мужчина живет в семье, у него упорядочен быт, меньше вредных привычек, и он чаще прибегает к помощи врачей.

2. Плохое питание

С салатами ни один мужчина (если только он не шеф-повар) возиться не будет. Обилие мяса в рационе (а у холостяков в ход обычно идут колбасы, напичканные солью, консервантами, скрытым жиром), фаст-фуд, пиво без меры приводят к ожирению, изменению гормонального фона. Плохо не только то, что мужчины толстеют и их фигуры становятся похожими на женские. Метаболический синдром приводит к гипертонии, повышенному уровню холестерина, далее развиваются атеросклероз и болезни сердца. Центр по контролю и профилактике заболеваний США опубликовал доклад, в котором назвал проблему мужского ожирения одной из ключевых причин высокой смертности от сердечно-сосудистых заболеваний. В семье питание в большинстве случаев более здоровое.

3. Без тормозов

Мужчины по природе азартны, склонны к острым ощущениям и риску. Семейные мужчины «отрываются» время от времени, им просто некогда. Нужно заботиться о благополучии семьи, заниматься детьми. У холостяков степень свободы выше. Но даже спорт, которым, согласно опросу ВЦИОМ, мужчины занимаются вдвое чаще женщин, далеко не всегда идет на пользу. Экстремальные виды спорта, агрессивное вождение — все это зона повышенного риска.

А есть еще чрезмерное увлечение Интернетом и электрон-

ными играми. Мужчины подвержены интернет-зависимости больше женщин, это более характерно для холостяков, нежели для женатых мужчин. Но чем больше времени человек проводит за монитором, тем меньше его остается на более здоровые занятия — прогулки, общение с природой и людьми, спорт.

Социальная изоляция повышает риск развития психических нарушений, депрессии, а малоподвижный образ жизни опять-таки приводит к болезням сердца, диабету, прочим неприятностям.

4. Отсутствие психологической поддержки

Говорят, что все женатые мужчины мечтают вырваться на свободу. Но все же семья (с оговоркой, что она счастливая) дает мужчине психологический комфорт. Женщины спокойно «сбрасывают» негатив, обсуждая стрессовые ситуации с подругами, им не зазорно вспылить, покапризничать, поскандалить, пустить слезу, наконец. Разрядиться, одним словом.

Мужчины в силу воспитанной обязаны быть сдержанными и стрессы копят, зарабатывая психосоматические недуги. С друзьями-знакомыми не поделишься — в мужском мире сильна конкуренция, не принято проявлять слабость. Для женатого мужчины понимающая женщина рядом — это психологическая опора, этаким доморощенным психотерапевтом.

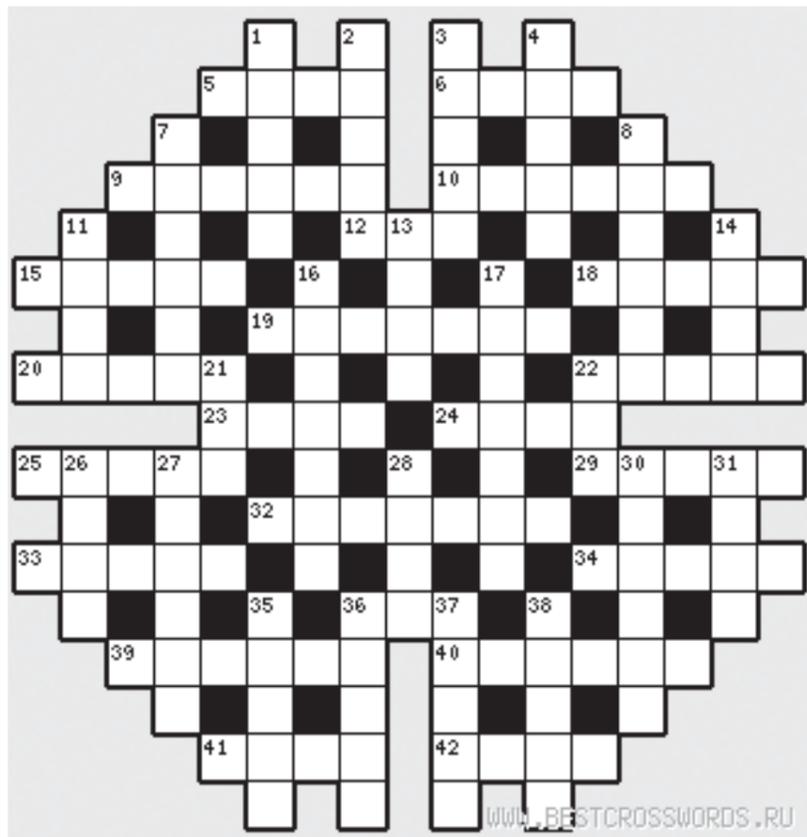
Холостые этого лишены. Временные подруги требуют внимания и ухаживаний, с ними мужчина должен оставаться в тонусе, быть вечным «мачо». Одним словом, отношения складываются совершенно в иной плоскости, нежели с женой. И далеко не лучшим образом для сохранения здоровья.

Конечно, сказать, что брак однозначно защищает мужчину от болезней, неверно. В первую очередь здоровье любого человека, будь то мужчина или женщина, свободный человек или семейный, зависит от него самого. Но, в общем и целом, человеку плохо и вредно быть одному.

Ирина НЕВИННАЯ

Российская газета — Неделя №6479 (207)

Головной убор для выполненного дела



По горизонтали: 5. Возможность, которую многие упускают. 6. Дама с «Максимом». 9. Кожаный «воспитатель». 10. Вкусный этап презентации. 12. Первая дегустаторша яблок. 15. На семь бед обычно он один. 18. Ежедневный «допинг» для механических часов. 19. Состояние боксера, когда судья начинает считать. 20. Ошейник, который женщина надевает добровольно. 22. Лицом на прилавке. 23. Интеллектуальный уровень пули. 24. «Нельзя для дикаря.» 25. Головной убор для выполненного дела. 29. Заведение, где учат «книжки добрые любить и воспитанными быть». 32. Стрелок, бьющий без промаха. 33. Действие, начинающееся со стрельбы (спортивн.) 34. Сказочно подкованное насекомое. 36. Вместительные семи пядей. 39. Прослойка общества с «молочным» названием. 40. «Жемчужина у моря». 41. Самая русская местность (песен.) 42. То как зверь она завоет, то заплачет как дитя.

По вертикали: 1. Крейсер в подарочном исполнении. 2. Здесь река встречается с морем. 3. Заступница от гнева Посейдона. 4. Рыба в «тельняшке». 7. Покрытие острова Невезения. 8. Линейка с выкрутасами. 11. «Мудрое» время суток. 13. Среднее между огнем и медными трубами. 14. «Древесно-мозговая» оболочка. 16. Богатырь, который «соображал» на троих с Ильей и Алешей. 17. Трудолюбивый антипод легкомысленной стрекозе. 21. Процесс, вызывающий глухоту и немоту. 22. Музыка победителей. 26. Сезон подготовки саней. 27. Слово, после которого часовой становится отзывчивым. 28. На сковородку ручейком, со сковородки-солнышком. 30. «Рабочее место» белки. 31. Неприятность, которая измеряется фунтами. 35. Книжкин папа. 36. Судно, которое другие суда обогнать никак не могут. 37. Лучшее сексуальная, чем водородная. 38. Надела коняшка морскую рубашку.

Анекдоты

- Я — звезда! Потому что, если бы я была планетой, у меня был бы спутник. ☺ ☺ ☺
- На пятый день свадьбы только свидетельство о браке спасло от неразберихи. ☺ ☺ ☺
- Молодой человек, почему вы все время мне подмигиваете?
— Это так.
— Негодяй! Я уже настроилась!
☺ ☺ ☺
- Алло! Это секс по телефону?
— Да, мой сладкий!
— Теть Тань, маму позовите!
☺ ☺ ☺
- Женская логика, как лицензионное соглашение — ничего не понятно, но вынужден соглашаться. ☺ ☺ ☺
- Стая комаров украла из больницы списки доноров крови с адресами. ☺ ☺ ☺
- Пятница! Поехали со спокойной душой в бар!
— Сегодня среда.
— Ну тогда поехали с беспокойной душой в бар... ☺ ☺ ☺
- Люся каждое утро приносила своему мужу кофе в постель, потому что, если она не успевала, утро начиналось с пива. ☺ ☺ ☺
- Теперь, когда я доложу родителям, что в туалете, родители выключают не свет, а Wi-Fi. ☺ ☺ ☺
- Ритуальная компания «Аист»: мы вас принесли — мы и унесем!
☺ ☺ ☺
- Сын поварахи, чтобы уснуть, считает мамы подбородки.

Называть баклажаны синенькими не совсем верно, т.к. цвет плодов меняется в зависимости от сорта и степени зрелости от молочно-белого до золотисто-белого, от светло-лилового до темно-фиолетового, а перезрелый плод приобретает серо-зеленую или буровато-желтую окраску. Самые вкусные — иссиня-черные продолговатые незрелые плоды. В них обычно мало семян, и на вкус ягоды (а ведь так правильно называется плод баклажана) нежные и полезные.

Баклажан — овощ южный. Поэтому народам Средиземноморья он знаком с древних времен. Очень любят баклажаны народности Закавказья и Средней Азии. Да и вряд ли найдешь человека, которому не по вкусу были бы «синенькие».

В Россию баклажан попал лишь в 17-18 веках. Не сразу, постепенно, а точнее, несколько столетий спустя, «демьянки», «пакистаны», «бадаржаны», «баглажаны», «подлижаны» и, наконец, «синенькие», как называли в России баклажаны, стали достаточно распространенным овощем, особенно в южнорусских губерниях.

О питательных свойствах баклажанов следует сказать особо. Многие считают, что баклажаны ничем не отличаются от кабачков. Но они гораздо острее, пикантнее. Кавказцы считают, что съесть блюдо из баклажанов все равно, что съесть мясное блюдо.

Баклажаны варят, жарят, консервируют, солят, маринуют, сушат и даже варят из них варенье (!). Во все времена эти овощи славилась своими диетическими качествами.

Главное и самое важное достоинство баклажана — способность выводить из организма холестерин. Именно поэтому диетологи советуют включать

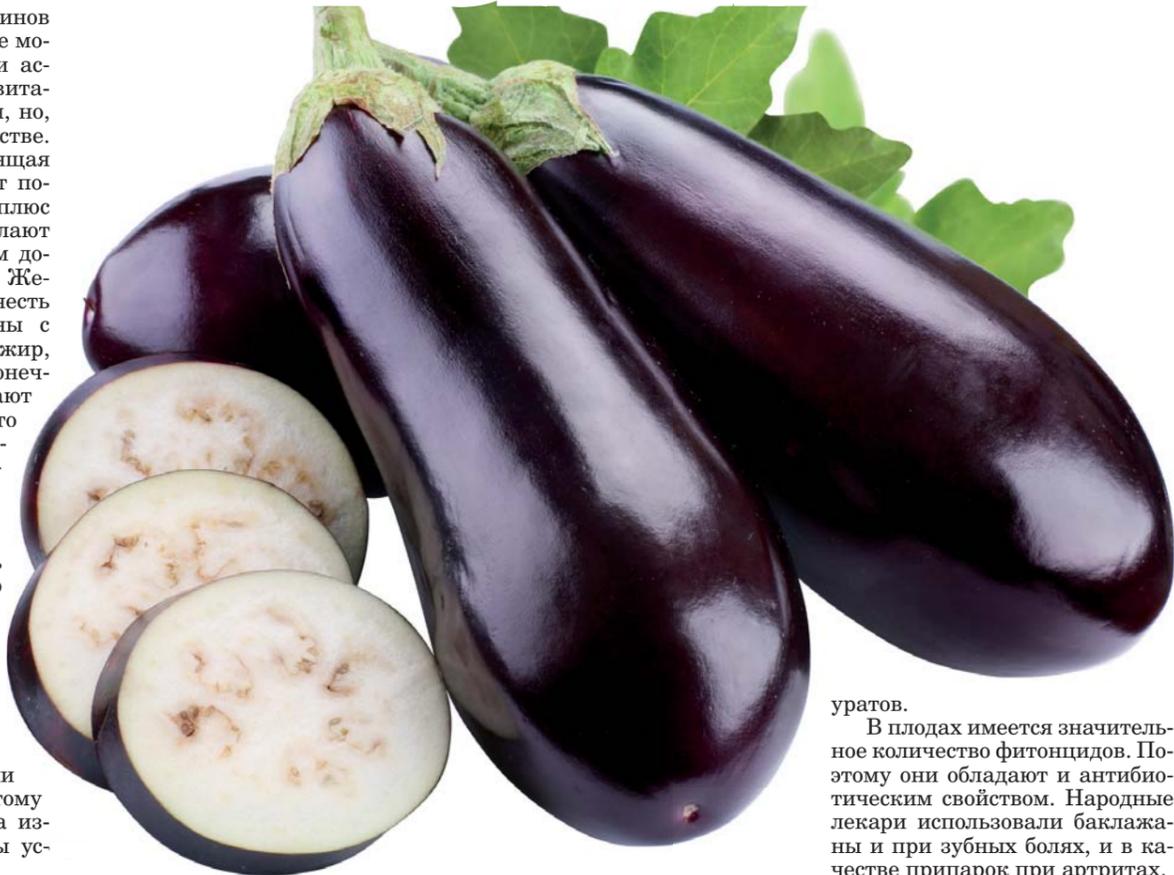
в рацион этот овощ людям, склонным к сердечно-сосудистым заболеваниям. Баклажаны богаты и минеральными веществами, прежде всего калием, который нормализует сердечную деятельность. Кроме того, плоды содержат много железа и меди, а значит, благотворно влияют на состав крови и улучшают цвет лица.

А вот обилием витаминов баклажаны похвастаться не могут. В них присутствуют и аскорбиновая кислота, и витамины группы В, и каротин, но, увы, в небольшом количестве. Зато баклажаны — настоящая находка для тех, кто хочет похудеть. Обилие клетчатки плюс низкая калорийность делают баклажаны замечательным дополнением к любой диете. Желая похудеть стоит учесть только одно — баклажаны с удовольствием впитывают жир, в котором жарятся, и, конечно же, после этого перестают быть диетическими. Но это вовсе не значит, что жареные баклажаны под запретом у худеющих: баклажаны будут вбирать в себя меньше масла, если нарезанные кружочки опустить на 10 минут в холодную воду.

Сок баклажана обладает высокими бактерицидными свойствами, поэтому он своего рода «природный антибиотик», который помогает организму справиться с различными инфекциями. Благодаря этому свойству баклажана издавна использовали, чтобы ускорить заживление ран.

Содержащиеся в плодах соли марганца и других элементов активизируют обмен жиров в организме и препятствуют ожирению печени. Потребление

Эти любимые «синенькие»



баклажанов способствует снижению уровня сахара в крови и активизирует инсулин.

Баклажаны рекомендуются

и лицам, страдающим гипертонической и ишемической болезнями, аритмией сердца. Они стимулируют выделение желчи и выделение с мочой

уратов.

В плодах имеется значительное количество фитонцидов. Поэтому они обладают и антибиотическим свойством. Народные лекари использовали баклажаны и при зубных болях, и в качестве припарок при артритах.

Содержащиеся в баклажанах клетчатка и пектины способствуют выведению из организма солей тяжелых металлов и радионуклеидов.

БЛЮДА ИЗ БАКЛАЖАНОВ

З апомним, что подсолненные нарезанные баклажаны необходимо выдержать от 1 до 3 часов, а потом отжать, чтобы избавиться от неприятной горечи, которую они выделяют.

Баклажаны, фаршированные рисом

Отберите одинаковые по величине баклажаны. Отрежьте плодоножки и выньте сердцевину, посолите изнутри, немного отцедите, пожарьте в растительном масле. В этом же масле поджарьте мелко нарезанные лук, морковь и сельдерей вместе с мякотью, вынутой из баклажанов. Добавьте рис (3 ст. ложки), еще немного поджарьте, добавьте мелко нарезанные помидоры и 1 стакан воды. Когда рис разбухнет, снимите смесь с огня, посолите, поперчите и посыпьте зеленью петрушки. Наполненные этой смесью баклажаны уложите на противень, дно которого должно быть покрыто дольками помидоров. Запекайте в духовке до выпаривания жидкости. Это блюдо подают к столу холодным.

Калама из баклажанов

Баклажаны нарежьте кружочками, посолите и дайте соку стечь. Чуть-чуть обжарьте, но не до золотистого цвета. То же сделайте и с кабачками. Испеките перец и нарежьте его крупными кусками, предварительно очис-

тив от семян. Помидоры нарежьте дольками. Подготовленные овощи уложите пластами в неглубокую кастрюлю, пересыпая черным перцем горошком, чесноком, лавровым листом. Мелко нарезанный репчатый лук обжарьте в растительном масле, добавьте к нему муку, красный молотый перец и разбавьте 1/4 стакана воды. Полейте этим соусом уложенные в кастрюлю овощи. Тушите в плотно закрытой кастрюле на тихом огне до тех пор, пока не выкипит жидкость. Это блюдо также подают холодным.

Салат из печеных баклажанов

Испеките баклажаны в духовке, очистите их от кожицы и нарежьте по длине на 6-8 полосок. Положите их на тарелку, поперчите, полейте уксусом и маслом. Украсьте кружочками помидоров и посыпьте мелко нарезанной петрушкой.

Печеные баклажаны на зиму

Испеките баклажаны в ду-

ховке, очистите от кожицы и сложите их в подготовленные банки, на дне которых несколько долек чеснока, лавровый лист, перец горошком. Залейте баклажаны томатом (на 1 л томата - 1 ст. ложка



соли с верхом). Стерилизовать 10 минут.

Фондю

Вымытые баклажаны нарежьте кружочками, обжарьте с двух сторон до румяного цвета. В мисочке подготовьте толченый чеснок с солью и зеленью петрушки. Каждый кружочек с двух сторон обмакните в приготовленной смеси и складывайте в банки слоями. Сверху залейте подсолнечным маслом, закройте пластмассо-

выми крышками. Поставьте в прохладное темное место.

Фондю можно есть и сразу после приготовления, только дать немного времени, чтобы баклажаны хорошо пропитались приправой.

Почти во всех вышеперечисленных рецептах количество продуктов произвольное.

Баклажаны тушеные с сыром

Для этого блюда потребуется 4 баклажана среднего размера, 4 небольших кабачка, 4 стручка сладкого перца, 4 помидора, 5 ст. ложек растительного масла, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 200 г сыра, 1 пучок петрушки, соль по вкусу.

Очищенные баклажаны нарежьте кубиками. Подготовленные перцы порежьте кольцами, очищенные кабачки нарежьте поперек, а помидоры — на дольки. Мелко нарезанный лук смешайте с измельченным чесноком и поджарьте на растительном масле. Сюда же добавьте все подготовленные овощи и тушите на слабом огне. Готовую массу посыпьте тертым сыром, полейте маслом и запекайте в духовке. Сверху украсьте измельченной зеленью.

Газета издается при поддержке ООО «Управляющая компания «Водопад холдинг»

Кому не следует употреблять баклажаны

Несмотря на то, что баклажаны весьма полезны, некоторым людям стоит от них отказаться. Если у вас язвенная болезнь, обострение гастрита или склонность к расстройству желудка, лучше исключить баклажаны из своего меню. Дело в том, что они содержат довольно много клетчатки и трудноперевариваемых волокон и могут вызывать ухудшение самочувствия у людей с большим желудком.

Несколько способов приготовления баклажанной икры

№1. Нам потребуется 2 баклажана, 4 помидора, 100 г орехов, 1 луковица, растительное масло для заправки, соль по вкусу.

Испеченные баклажаны мелко порубите, смешайте с протертыми сырыми помидорами, толчеными грецкими орехами, тертым луком. Посолите и заправьте растительным маслом.

№2. Подготовьте 5 баклажанов среднего размера, 3 зубчика чеснока, 1 луковицу, растительное масло, соль по вкусу.

Баклажаны испеките, очистите от кожуры, натрите на мелкой терке, добавьте измельченный чеснок, натертый на терке репчатый лук. Посолите, перемешайте и заправьте растительным маслом.

№3. Для этой икры подготовьте 1 крупный спелый баклажан, 1 луковицу, 1 спелый помидор, 3 зубчика чеснока, 1 ст. ложку растительного масла, зеленый лук, соль, молотый черный перец по вкусу.

Баклажан испечь в духовке, очистить от кожицы, мелко порубить. Лук и помидор мелко порезать и спассеровать в масле. Добавить баклажаны и тушить, пока масса не загустеет. Остудить, смешать с толченым чесноком, посолить, поперчить и посыпать рубленым зеленым луком.

ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ