ТАРИФЫ ЖКХ С 1 ИЮЛЯ СТАЛИ ВЫШЕ

НОВЫЕ ВЕСТИ
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА
№8 (38), 14 июля 2017 г. | Телефон/факс редакции: **(8692) 550219** | E-mail: **sevgazet@mail.ru** | **www.sevnovosti.ru**
18+

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ



Ряды медицинских работников города пополнят выпускники Медколледжа

80% выпускников после обучения идут работать в государственные медицинские организации Севастополя

Выпускной студентов СГБОУ ПО «Севастопольский медицинский колледж имени Жени Дерюгиной» состоялся во Дворце детского и юношеского творчества. 105 студентов по специальности «Сестринское дело» получили дипломы об образовании, из них 9 – с отличием. Право вручить один из главных документов в жизни было предоставлено заместителю руководителя Департамента здравоохранения города Наталье Вишневецкой.

«Вы выбрали благородную и нелегкую профессию. Желаю на вашем профессиональном пути терпения, выдержки, милосердия и удачи. Мы гордимся тем, что в нашем городе есть учебное учреждение, которое обеспечивает медицинские организации профессиональными кадрами», - обратилась к выпускникам Наталья Вишневецкая.

Приемная кампания-2017 на обучение в медицинском колледже открыта по трем специальностям: сестринское дело, лечебное дело, акушерское дело. Бюджетных мест – 175.

«80% наших студентов каждого выпуска идут работать в наши государственные медицинские организации. В этом году несколько десятков выпускников идут работать на Скорую помощь. Дальше ребята могут и совершенствовать себя по своей основной специальности, и поступать в высшие учебные учреждения – медицинские университеты.

Впоследствии, в работе они уже дошли до хороших должностей – до главных медсестер, то есть мы выпускаем очень хороших молодых специалистов и, на сегодняшний день, город ждет этого выпуска. Нашим всем медицинским организациям нужны средние медицинские работники», – сообщила директор СГБОУ ПО «Севастопольский медицинский колледж имени Жени Дерюгиной» Ольга Серебренникова.

В 2017 году медицинский колледж отмечает 65-й юбилей.

Пресс-служба Департамента здравоохранения города Севастополя

ВИКТОР РЕЗАНОВ: «ДАЖЕ НА ЛЬДИНЕ В АРКТИКЕ Я – СЕВАСТОПОЛЕЦ!»



На Первом канале 21 мая вышел фильм «Арктика. Возвращение», в котором непосредственное участие принял коренной севастополец заслуженный летчик-полярник, бывший командир эскадрильи, член Русского географического общества Виктор Леонидович Резанов. В фильме показано освоение Арктики начиная от легендарного севастопольца Ивана Папанина и до наших дней. Виктор Резанов отправился на Северный полюс вслед за легендарным полярником, 10 лет служил в Арктике и вернулся туда уже в 2017 году для руководства по постройке полярного лагеря.

Впервые в истории коренной севастополец Виктор Резанов установил флаг Севастополя и табличку с расстоянием от крайней северной точки Земли до родного города «Севастополь – 5055 км». Второй флаг он привез в Севастополь и подарил музею им. Ивана Папанина. О своей работе на Полюсе Виктор Резанов рассказал нашему корреспонденту.

> 4

КОРОТКО

В Севастополе введены штрафы за работу аттракционов без допуска к эксплуатации

Безопасность людей – главная поправка к Закону об административных правонарушениях, инициированная правительством Севастополя и принятая практически единогласно депутатами Законодательного собрания. По словам начальника государственной инспекции по надзору за техническим состоянием самоходных машин и других видов техники Вячеслава Сахненко, данная мера должна еще раз призвать к ответственности владельцев аттракционной техники, прежде чем возникнет непредвиденная ситуация, способная не только испортить отдых, а нанести вред здоровью и жизни посетителей аттракционов.

Теперь в Севастополе за работающие аттракционы без допуска к эксплуатации для владельцев предусмотрены штрафы: 10 тысяч рублей – с индивидуальных предпринимателей, 20 тысяч рублей – с юридических лиц.

Согласно новым нормам, рядом у входа на аттракцион обязан стоять оператор, у которого должно быть удостоверение с допуском к эксплуатации аттракциона (или его копия), а также должны быть размещены правила пользования аттракционом. По требованию посетителя оператор обязан предъявить талон-допуск на сезонную эксплуатацию, в котором указана конкретная дата его окончания. Это значит, что аттракционы проверены специализированными организациями и государственными инженерами -- инспекторами по надзору за техническим состоянием и безопасной эксплуатацией аттракционной техники.



«Карту гостя Крыма и Севастополя» можно будет использовать даже без Интернета

На днях начнёт действовать «Карта гостя Крыма и Севастополя». С ней гости полуострова могут сэкономить до 50% расходов на билеты в музеи и объекты досуга, на экскурсии, размещение в отелях и проезд в общественном транспорте.

Об этом сообщает «Интерфакс» со ссылкой на пресс-службу правительства Севастополя.

Карта – она же единый электронный билет – поможет туристическим субъектам Крымского полуострова презентовать свой продукт. К этому проекту присоединилось уже более 200 предприятий.

При этом разработчики «Карты гостя Крыма и Севастополя» сделали возможным её использование даже там, где нет Интернета и технических возможностей. Посетителю нужно будет приложить карту к считывателю и пройти на объекты показа. Там, где установка стационарного оборудования затруднена или невозможна из-за отсутствия Интернета, реализуется схема через бесплатную линию 8–800. Представитель площадки сам зарегистрирует посещение объекта через автоматизированный бесплатный колл-центр.

Карта будет распространяться через туроператоров, туристско-информационные центры, аэропорт, авто- и железнодорожный вокзалы, объекты размещения.

Вероника Карпекина, ForPost

СевГУ: скидки на обучение и специальная стипендия 10 тысяч рублей

Студентам и студенткам СевГУ стало выгодно заключать между собой браки и рожать детей во время учебы в вузе. Привилегии появились у них после введения системы скидок при оплате обучения в Севастопольском государственном университете.

Хорошие новости есть и для тех, кто будет учиться бесплатно (что само по себе хорошая новость). С ближайшего учебного года первокурсники, поступившие в СевГУ с результатом ЕГЭ по профильным предметам выше 80 баллов, смогут претендовать на стипендию в 10 тысяч рублей.

ПЕРВОПРОХОДЦЫ

В Севастополе встретили круизный лайнер «Князь Владимир»

Севастополь торжественно встретил круизный лайнер «Князь Владимир», маршрут которого запущен по поручению Президента России Владимира Путина при активной поддержке правительства Севастополя.

«Крупные организации боролись за возможность выйти на этот маршрут. Предпочтение отдано Росморпорту. Мы благодарим руководство предприятия за организацию работы и оперативное решение всех возникающих вопросов. Рады приветствовать всех гостей-первопроходцев этого маршрута. Надеемся, что они по достоинству оценят настоящую жемчужину круиза – город Севастополь», – сказал директор Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры Игорь Титов, открывая презентацию круиза.

Девятипалубное пассажирское судно выполняет шестидневные круизы по маршруту: Сочи–Новороссийск–Ялта–Севастополь–Сочи каждое воскресенье, вплоть до середины октября.



фото: Николай Буткин

«Линия востребована: с каждым круизом количество пассажиров увеличивается. На данный момент средняя загрузка лайнера составляет 40%. Отзывы отдыхающих положительные. Минимальная стоимость круиза в июле – 26 тысяч рублей на одного человека. В стоимость входят проживание и пользование практически всеми оказываемыми услугами. Предусмотрена система скидок, в том числе и сезонных. Также льготы предоставляются детям, пенсионерам, военнослужащим и сотрудникам правоохранительных органов», – отметил генеральный директор ООО «Черноморские круизы» Евгений Берков.

По его словам, маршрут также пользуется спросом среди иностранных туристов. Глава «Черноморских круизов» уточнил, что в настоящее время компанией прорабатывается возможность расширения круиза и использования судна вне курортного сезона.

Как отметил Евгений Берков, экипаж судна составляет порядка 230 человек, максимальная пассажировместимость – 850 человек. Лайнер располагает 337 каютами различного типа (внутренние – без иллюминаторов, внешние – с иллюминаторами).

Наш корр.

СОТРУДНИЧЕСТВО

Глава Минэнерго рассказал, когда могут запустить первые блоки ТЭС в Крыму

Минэнерго по-прежнему рассчитывает, что первые блоки теплоэлектростанций (ТЭС) в Крыму могут быть запущены в первом квартале 2018 года, несмотря на ситуацию с компанией Siemens, которую в Министерстве экономики ФРГ уже предупредили , что отправка продукции на полуостров нарушает санкционный режим, что может иметь негативные последствия для компании, --сообщил журналистам глава ведомства Александр Новак. .

«Насколько сегодня мы знаем о графике, первый квартал 2018 года – уже могут быть запущены первые блоки», – сообщил он. По словам министра, власти не ожидают, что проект не будет реализован, даже если турбины отзовут.

«Проект будет реализован в любом случае, потому что там необходимо строительство генерации, и компания реализует проект в соответствии с теми техническими решениями, которые были приняты, и действующим законодательством», – отметил Новак.

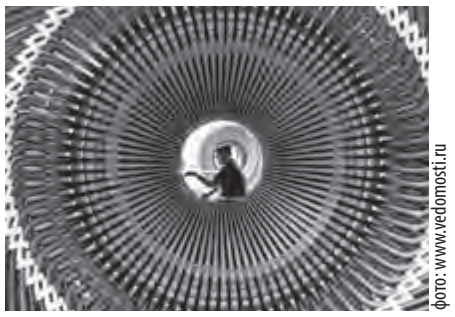


фото: www.vedomosti.ru

Агентство Рейтер со ссылкой на источники ранее сообщило, что, несмотря на санкции Евросоюза, Россия поставила в Крым турбины Siemens для электростанций, а одним из подрядчиков, занимающихся их установкой, является компания «Интеравтоматика», в которой Siemens владеет 45,7%.

По материалам РИА Новости

СевГУ борется за право программировать робота-космонавта Федора

Севастопольский госуниверситет борется за место в команде, программирующей робота для полетов в космос. Открытый конкурс по разработке софта для антропоморфного робота Федора, который полетит на Луну, проводят Фонд перспективных исследований и Министерство образования и науки РФ.

Федор (FEDOR – Final Experimental Demonstration Object Research) – первый отечественный антропоморфный робот, созданный в рамках проекта Фонда перспективных исследований. Планируется, что робот Федор отправится в космос на новом российском космическом корабле «Федерация».

От СевГУ выступят две команды в номинациях «Тонкая моторика манипуляторов и захватов», «Действия на складе» и «Полоса препятствий». Члены команд – студенты и преподаватели Института информационных технологий и управления в технических системах. Они уже получили первое задание и приступили к его выполнению. На этом этапе команды программируют движение 3D-модели Федора в среде компьютерного симулятора. В случае прохождения отборочного этапа участникам предстоит продолжить соревнование в конкурсе, финальный этап которого состоится в феврале 2018 года.

Победители получат право заключения с Фондом перспективных исследований соглашения о сотрудничестве в сфере разработки программного обеспечения для автономных робототехнических платформ.

«Результаты, полученные участниками конкурса, могут быть использованы для совершенствования алгоритмов управления Федором, который в перспективе планируется для осуществления беспилотного полета космического корабля «Федерация», а затем для доставки людей и грузов, в том числе и к Луне. Правда, произойдет это не раньше 2021 года», – говорит доцент кафедры «Информатика и управление в технических системах» Василий АЛЬЧАКОВ.



фото: sevsu.ru

В конкурсе участвуют представители 38 вузов из 28 российских регионов, включая МФТИ, Томский политехнический университет, Казанский федеральный университет, БФУ имени Иммануила Канта и другие.

Светлана Косинова

ДОРОГИ

Ремонт дорог в городе ведется в круглосуточном режиме

В Севастополе продолжается работа по ремонту дорожного покрытия на основных городских автодорогах.

«Работы ведутся во всех районах города, в том числе, в отдаленных. В частности, по просьбе жителей села Первомайка восстановлен изношенный верхний слой на ул. Ясная. Ремонт завершен на 95%. На Северной стороне оперативно производится ямочный ремонт. Продолжаются работы на участке дороги ул. Меньшикова – ул. Степаняна протяженностью 2 км. До конца месяца дорожное полотно будет полностью восстановлено и термопластиком нанесена горизонтальная дорожная разметка», – отметил главный инженер ГБУ «Севавтодор» Дмитрий Ягунов.

Кроме того, в течение месяца завершится восстановление верхнего слоя покрытия на ул. Декабристов, изношенного верхнего слоя на ул. Героев Севастополя от остановки «Памятник матросу Кошка» до ул. Загорулько, начнутся работы на ул. Косарева. В ближайшее время будет завершен ремонт участка на дороге Ялта – Севастополь.

«Севавтодором» организованы бригады по ликвидации «ямочности» струйно-инъекционным методом ремонтерами PATCHER, один из которых работает в круглосуточном режиме по графику 6 дней в неделю. Это позволяет в максимально сжатые сроки ликвидировать дефекты покрытия



фото: sevastopol.gov.ru

на улицах города и региональных дорогах. Основные работы проводятся в ночное время, чтобы не создавать на городских транспортных артериях «пробки», – подчеркнул главный инженер ГБУ.

В июне силами ГБУ «Севавтодор» на дорогах и улицах Севастополя, в рамках Государственного задания по содержанию дорог, был осуществлен ямочный ремонт классическим методом с использованием горячего асфальтобетона общей площадью 804 кв. м, устранена ямочность струйно-инъекционным методом двумя дорожными ремонтерами PATCHER на 20 километрах дорог и улиц площадью 906 кв. м, восстановлено 58 км горизонтальной разметки. Кроме того, на остановках общественного транспорта установлено 16 новых автобусных павильонов.

Пресс-служба правительства Севастополя

Общественники назвали самые «убитые» дороги в Севастополе

Жители Севастополя за пять месяцев этого года внесли в «чёрный список» 152 дороги. Две из них уже отремонтированы, ещё около десяти внесены в первоочередные планы по капитальному и ямочному ремонту на 2017–2018 годы.

Участники проекта «Карта убитых дорог» регионального отделения ОНФ провели выездное заседание и подвели итоги рейтинга самых «убитых» дорог в Севастополе. Результаты работы направлены в правительство города для внесения проблемных участков в планы по ремонту на этот и следующий годы.

По данным куратора проекта Максима Мишина, сейчас на сайте проекта размещены 132 обращения граждан о 152 «убитых» дорогах общей протяжённостью 52 километра.

«Сегодня мы пошли по обращениям активистов «Карты убитых дорог», которые обратили внимание на довольно плачевное состояние придорожной инфраструктуры: дорожные знаки, разметка, отсутствие пешеходных переходов. А также посмотрели гарантийную дорогу на улице Героев Севастополя, которая была сдана в 2015 году – её выполняла печально известная «Стройиндустрия», там асфальт дыбом и всё остальное», – рассказал Мишин.

С февраля 2017 года ОНФ запустил федеральный проект «Дорожная инспекция ОНФ / Карта убитых дорог» для вовлечения граждан в формирование дорожной политики в своих регионах.

Пресс-служба ОНФ

НОВОВВЕДЕНИЯ

МВД вводит новые правила регистрации транспортных средств

МВД России изменило правила регистрации транспортных средств в Госавтоинспекции, а также внесло корректировки в административный регламент ведомства. Обновленные правила вступают в силу 10 июля. Об этом ТАСС сообщили в Госавтоинспекции России.

«Приказом в правилах регистрации и административном регламенте уточняется порядок совершения регистрационных действий с транспортными средствами с измененными в результате естественного износа, коррозии или ремонта идентификационными номерами. При возможности идентификации таких транспортных средств с ними могут быть осуществлены регистрационные действия», – говорится в сообщении.

В ГИБДД отметили, что новыми правилами предусматривается возможность предоставления транспортного средства непосредственно в место его осмотра, минуя процедуру проверки и комплектации документов. Это допустимо, если заявление подавалось через Единый портал госуслуг. При этом из перечня документов, обязательных для регистрации транспортного средства, исключен полис ОСАГО. Получение сведений о нем предусмотрено в электронном виде.

Новые правила упрощают регистрацию транспортных средств для людей с ограниченными возможностями. «В положения административного регламента вносятся изменения в части корректировки требований к порядку информирования граждан с ограниченными физическими возможностями о предоставлении им государственной услуги и нормативного закрепления особенностей предоставления государственных услуг по регистрации транспортных средств», – отметили в ГИБДД.



фото: russian.rt.com

tass.ru

В Севастополе отсутствует необходимая градостроительная документация

Эксперт в сфере долевого строительства, новосибирский юрист Лариса Гильмутдинова считает, что Севастополь и Крым являются привлекательными регионами для застройщиков.

Об этом Лариса Гильмутдинова – член общественного совета при инспекции государственного строительного надзора Новосибирской области – рассказала в интервью РБК Новосибирск.

«Территория Крыма и Севостополя для застройщиков могла бы стать привлекательной для развития бизнеса. Здесь хорошее поле для деятельности, практически непаханое: реконструкция, строительство, капремонт жилого фонда. Жилой фонд, можно сказать, в упадке, а спрос (и не малый) есть как среди местного населения, так и среди гостей полуострова. Однако есть сложности и масса требований, в том числе по сейсмоустойчивости. Но самое важное – отсутствует, плюс много самозахватов земель, самовольных построек, конфликтов на этой почве. Нуждаемость великая, но резко браться за эти проекты нельзя», – считает Гильмутдинова.

По мнению эксперта, принятие всех необходимых градостроительных документов позволит ускорить процесс запуска инструментов развития строительства в городе.

«Подача сейчас на стороне администраций Крыма и Севастополя: чем быстрее сработают чиновники, тем быстрее получит развитие данная сфера в этих регионах», – заключила она.

Павел Истомин, ForPost

НОВОСТИ

В Севастополе почтили память жертв Холокоста

Во время оккупации Севастополя в июле 1942 года погибли более четырех тысяч евреев и крымчаков. В воскресенье, 9 июля, почтить память еврейского народа собрались те, кто из поколения в поколение передаёт историю тех страшных событий.

Молитва памяти звучит каждый раз при страшном слове «холокост». Оно означает «жертва всесожжения». Во время оккупации Севастополя, когда немцы полностью заняли город, объявили: евреи и крымчаки должны прибыть на регистрацию. Днями позже их собрали на стадионе, который сейчас носит название «Чайка». 12 июля 1942 года безжалостно расстреляли четыре тысячи двести человек. С того дня прошло 75 лет, но мысль об этой цифре до сих пор заставляет сердца людей замирать.



фото: Николай Буткин

В огне Холокоста в мире погибли около шести миллионов евреев.

По традиции в память о тысячах убиенных возложили цветы и почтили ушедших минутой молчания.

В Севастополе появятся 200 киосков для фермерской продукции

Около 200 торговых ларьков, где предприниматели смогут продавать продукцию сельского хозяйства, выращенную в регионе, должны появиться в Севастополе. Появление новых НТО должно привести к стабилизации цен на продукты.

Новые 200 НТО будут продавать фермерскую продукцию, произведённую на территории Севастополя. Для них будет предложен прозрачный механизм, который позволит продавать продукцию в киосках. Цена для конечного покупателя там должна быть ниже, чем в общегородской сети магазинов.

«Там должны быть снижены затраты и на логистику, и на хранение. Разработкой этого механизма занимается Ассоциация фермеров и земледельцев города. В этом проекте есть и создание холодильного хранилища для хранения продукции. Это должно привести к стабилизации цен, чтобы продукты не дорожали в разы», – считает руководитель группы «ЗА честные закупки» регионального штаба ОНФ Владислав Чайка.

За полгода бюджет Севастополя заработал более 8 млрд рублей

В доходную часть бюджета Севастополя в первом полугодии 2017 года поступило 8,2 млрд рублей, в том числе 5,6 млрд рублей от налоговых и неналоговых доходов, а также 2,6 млрд рублей от безвозмездных поступлений.

Такие данные привел на аппаратном совещании правительства руководитель Департамента финансов Владимир Штоп.

ВИКТОР РЕЗАНОВ: «ДАЖЕ НА ЛЬДИНЕ В АРКТИКЕ Я – СЕВАСТОПОЛЕЦ!»

СОВСЕМ НЕДАВНО для постоянного проживания в Севастополь вернулся заслуженный полярный летчик, бывший командир эскадрильи, член Российского географического общества, почетный полярник, юрист, эксперт по земельным вопросам и просто интересный человек Виктор Леонидович Резанов. Вернулся – это громко сказано. Так как многочисленная семья Виктора Леонидовича еще с царских времен проживает в Севастополе, то и, будучи в отъездах, город Резанов посещал не реже раза в год.

«Дворянские корни у нас идут с 1780 года. Если Вы помните роман Булгакова «Бег», то знаете, что революция пришла в Севастополь в 1920 году. Отсюда кораблями, пароходами уходила в Константинополь элита белой армии. Мой предок, Федор Резанов, не успел уйти и в 1920 году, потеряв свое состояние, пошел работать в порт обыкновенным докером, чтобы не висеть на столбе, а позже – сапожником. У нас до сих пор остался его инструмент, – рассказывает Виктор Резанов. – Отец тоже не успел уйти из Севастополя во время Великой Отечественной войны. Он до последнего был верен Севастополю и остался в оккупации вместе с 80 тысячами брошенными здесь жителями и частью Армии. Он прошел через гестапо во время оккупации и НКВД после освобождения города, но наши спецслужбы отпустили его через полтора месяца, выдав бумагу, что претензий к нему не имеют. Этот документ до сих пор хранится в нашем семейном архиве. После войны папа продолжил работать шофером и ушел на пенсию в 75 лет. Отец умер два года назад в возрасте 92 лет».

Мать Резанова Евгения также была коренной жительницей города. Во время оккупации, она также попала в гестапо, но по счастливой случайности ее выкрали татары, обеспечивающие заключенных гестапо продовольствием. После войны родители поженились и родился старший брат Валентин, который и направил потом Виктора в летное училище.

«Мой старший брат Валентин на момент моего поступления в летное училище уже работал в Арктике. Он меня практически заставил поступать. В то время я занимался футболом. Будучи школьником, играл за взрослую команду, которая выступала на чемпионате Советского Союза, и подавал большие надежды. Но пошел учиться в летное училище и ни минуты больше не жалел об этом. Сказалось также то, что моя бабушка жила на Корабельной стороне рядом с Иваном Папаниным и много мне рассказывала о нем», – говорит Виктор.

Работа оказалась очень интересной, опасной и засекреченной. В общем, романтики много, но и доля ответственности большая. Отлетал Резанов в общей сложности 12 лет, из них 10 во льдах. Отбор среди летчиков и механиков был серьезный. Выбирали по личным качествам, знаниям и навыкам. Нужно было выполнять экстремальные работы в экстремальных условиях. Это постоянно стесненное пространство как в самолетах, так и в условиях проживания. Никаких взлетно-посадочных площадок не было. На глаз подбирали толщину льда, полагаясь на свое чутье и интуицию.

«В 26 лет я стал руководителем эскадрильи. Это был нонсенс, так как в те времена на Севере работали «полярные волки», которым было уже за сорок, а тут я – мальчишка. Я не знаю, почему меня назначили, просто я делал свою работу. Видимо, заметили во мне качества, необходимые для этой должности, – говорит залуженный полярник. – Все, кто работал на Севере привыкли принимать решения молниеносно, и первое решение – всегда правильное. В моей авиагруппе за время моего руководства ни один самолет не потерпел аварию, все члены экипажей остались живы и здоровы. Интуиция развита очень сильно, решения я принимаю сразу и двигаюсь до конца в этом направлении».

> «Моя присяга перед Родиной осталась у меня в груди, и я не посчитал возможным здесь оставаться и работать на Украину...

Чтобы заслужить такое доверие, необходимо было обладать определенными качествами характера: твердостью, скоростью принятия верных решений, безошибочным чутьем, умением разбираться в людях. От командира эскадрильи зависят жизни всех, а дрейфующие льды – коварны и крайне опасны.



«После того, как я стал руководителем эскадрильи, я возглавил авиагруппу, обеспечивающую работу полярных станций «Северный полюс». Так вышло, что я координировал работу всей авиагруппы на всем этом огромном треугольнике, который простирается от устья реки Лены до Северного полюса и от Северного полюса до Беренгова пролива. Именно эту территорию наша страна и отстаивает сейчас в ООН. Там богатые залежи разных металлов, углеводородов и прочего», – продолжает рассказ Виктор Леонидович.

В 90-м году государство прекратило финансирование Арктики. И Виктор Резанов вернулся в Севастополь вместе с женой и детьми, оформил пенсию в 33 года и собирался продолжить работу на благо Родины. Но в 1991 году Борис Николаевич Ельцин передал Крым вместе с Севастополем Украине.

«Моя присяга перед Родиной осталась у меня в груди, и я не посчитал возможным здесь оставаться и работать на Украину, поэтому я уехал в Москву. Благодаря своему характеру, стойкости и умению принимать решения я быстро нашел себе применение в столице», – объяснил Виктор Леонидович.

Из-за того, что летчик выполнял работы под грифом секретности, ему запретили выезд за границу на 10 лет. Но с приходом к власти Ельцина «скостили срок». И он занялся инвестициями для нашей страны.

«Перестроиться из летчика в совершенно другое русло оказалось не так тяжело. Я привык общаться с людьми, особенно с умными экстремальными и целенаправленными. Они меня слышат и слушают, а я понимаю их. Всегда можно найти с человеком общий язык, когда есть цель. Инвестиции были в основном из-за границы, потому что у нас в стране на тот момент денег не было. Гайдаровская реформа, обесценивание денег. Вот в этот момент я и начал привлекать в Москву зарубежные капиталы, для того, чтобы их использовать в поднятии экономики страны. В основном эти средства использовались в текстильной промышленности», – продолжил свой рассказ Резанов.

Он получил еще два высших образования, став юристом и судебным экспертом в земельных отношениях. Уже в 2004 году бывшего полярника призвали в ФСБ, чтобы он курировал выполнение задачи Президента по обеспечению жильем военнослужащих.

«На тот момент очередь в стране была 36 000 семей. Были выделены средства, и за 5 лет мы, команда, которая работала в Центральном аппарате, эту задачу выполнили. Моя задача была курировать все строительство, которое происходило по всей стране. Это подбор и оформление участков, от желания построить до выполнения строительства – все должно быть в законной форме».

В стране процветала коррупция, но Виктор Резанов как никто другой умел чувствовать ложь и сразу выводил коррупционеров на «чистую воду». Патологической честности и обостренному чувству справедливости его также научили Севастополь и Север.

«Ничего по сути не изменилось. Это завышение сметной стоимости любого объекта строительства, какого ни возьми. Можно разложить все по составляющим и найти завышение цен. Здесь включаются разные коэффициенты, чтобы порой в два-три раза поднять задекларированную себестоимость строительства».

По словам Виктора Резанова, так уж вышло, что



ему все время доставались поручения государственной важности. Он всю жизнь занимался решением глобальных проблем и легко переходил из одной отрасли в другую. Будь то секретная работа на Севере, руководство большим предприятием, привлечение больших денег в экономику страны или строительство социального жилья. Теперь все свои знания, умения и силы он хочет отдать Севастополю.

«Сейчас в Севастополе у меня живут племянники, внуки и я в том числе. Я давно слежу за ситуацией в Севастополе. С 2014 года, когда город перешел в Россию, я стал отслеживать ситуацию еще более внимательно. Я давно знал, что я должен сюда вернуться и принести пользу своему городу. Здесь похоронены все мои предки. Земельных участков у меня в городе два: один – два на два на 5-м км, где лежат папа с мамой и второй – четыре на четыре на старом кладбище, где захоронены мои предки в три ряда. Это единственные земельные участки, которые у меня есть в городе, но именно они имеют для меня невероятную ценность», – говорит Резанов.

этот фильм, чтобы показать россиянам, насколько Арктика нужна, важна. Кроме полезных ископаемых, это еще и защита интересов России с Севера. В этом году уже туда пришли и военные экспедиционные отряды, Федеральная служба безопасности. И кроме того, что я там снимал фильм, я опять занимался руководством и организацией лагеря. Начинал его строить с прилетом первого самолета. Побывав во многих городах, могу сказать, что севастопольцев всегда видно. Я узнавал земляков и на Камчатке, и в Москве, и на Севере, в Мурманске, во Владивостоке, Северодвинске и т.д. У нас даже моряки носили особый фасон фуражки, у меня летная фуражка была сшита в Севастополе на морской лад. Ни у кого такой не было. Это особые люди. Весь мой опыт, все понимание жизни могут пригодиться именно здесь.

Я очень люблю Севастополь и не могу спокойно смотреть на то, как над ним издеваются. Люди так радовались возвращению в Россию, но в результате неумелого управления городом получили только уве-



личение уже имеющихся проблем. Как коренной севастополец я знаю и понимаю город изнутри, знаю о всех его болевых точках, о том, как важны для жителей те или иные объекты, что в первую очередь волнует население. У меня есть решения, как снизить цены в городе, как не допустить разворовывания земель и решить еще множество накипевших проблем. Да, мы вернулись в родную гавань, но нас, севастопольцев, поставили на внешний рейд», – подытожил Виктор Леонидович Резанов.

Как говорил Ломоносов: «Россия должна простираться от Северного полюса до города Севастополя». И так получилось, что основное направление руководства страны как раз направлено на Северный полюс и Севастополь. Две точки, на которые обращает свое пристальное внимание руководство страны, – это Северный полюс и Севастополь. И как ни странно, для Резанова это тоже две знаковые точки.

«В моем фильме, в котором я принимал участие и привлек 1-й канал к съемкам, это рассказано и показано. Я давно мечтал снять

Мария Крылова

Северный полюс взят!

Севастополец летчик-полярник Виктор Резанов водрузил флаг Севастополя на полярной станции

В последние несколько лет Севастопольскому отделению русского географического общества есть чем похвастаться. Одно из самых молодых (организовано 5 мая 2014 года) наше отделение регулярно устраивает экспедиции, открывает краеведческие выставки, проводит лекции с молодежью города.



Для Севастополя присоединение у полуторавековой традиции РГО стало большим шагом, ведь наши соотечественники известны по всему миру. Севастопольцы участвуют в международных экспедициях, покоряют вершины гор и заснеженный полюс, пересекают океаны и изучают экзотические племена. Для рядовых жителей города существование географического общества также небесполезно. Путешественники проводят лекции, встречаются со студентами, открывают музеи и с удовольствием делятся привезенными из разных стран знаниями и открытиями.

Совсем недавно, в апреле 2017 года, почетный полярник и наш земляк, коренной севастополец Виктор Резанов установил на Северном полюсе флаг Севастополя. Второй флаг он привез в родной город и подарил музею им. Ивана Папанина. Экспедиция была организована под эгидой Русского географического общества экспедиционным центром «Полюс» Ассоциации полярников России. За полтора месяца экспедиции полярникам необходимо было развернуть лагерь на приполюсной территории и построить взлетно-посадочную полосу.

Полярную экспедицию РГО проводит уже 6 год подряд, да и Виктор Резанов Арктику посещает не первый раз. С 1978 года, после окончания летного училища, он был отправлен в Арктику и прослужил там двенадцать лет. Потом вновь вернулся в родной Севастополь. Сейчас, после многолетней работы в Москве, Виктор Резанов вновь побывал в Арктике и установил флаг родного города, а также табличку «Севастополь – 5055 км».

После экспедиции Виктор Резанов вернулся домой в Севастополь и привез землякам второй флаг, побывавший на самой северной точке Земли. 20 апреля флаг был передан музею Ивана Папанина. Благодаря примеру Ивана Папанина Виктор Резанов увлекся Арктикой. В 1937 году Папанин руководил работой станции «Северный полюс-1», а с 1980-го по 1990 год Резанов в составе авиагруппы обеспечивал работу дрейфующей станции «Северный полюс».

Как рассказал Виктор Резанов, в те годы летчики выполняли экстремальные полеты над дрейфующими льдами для поиска площадок, на которые может приземлиться самолет. Приборы не помогали, а только мешали. Действовать приходилось «на глаз», полагаясь на свое чутье и интуицию. В 26 лет Виктор Резанов уже был заместителем командира подразделения, а затем и руководителем авиагруппы по поддержке станции «Северный полюс». В 1990 году финансирование проекта в Арктике прекратилось, и полярный летчик вернулся домой в Севастополь. Но после того, как город вошел в состав Украины, Виктор Резанов не смог этого принять и уехал в Москву. И вот теперь, когда любимый город «вернулся в родную гавань», Виктор Резанов вновь посетил Арктику и переехал в Севастополь.

В 2017 году станции «Северный полюс-1» исполнилось 80 лет. Это стало еще одной причиной, по которой Виктор Резанов решил вернуться на Север. Экспедиция длилась полтора месяца. Первая экспедиционная группа из девяти человек была сброшена на дрейфующую льдину с вертолетов. Полярники должны были подготовить полосу для посадки самолета, который привезет оборудование для станции. Виктор Резанов непосредственно участвовал в построении лагеря для экспедиции. По его словам, на Севере так заведено: кто первый прилетает, тот и делает всю основную работу, чтобы следующим было удобно работать. Лагерь в дальнейшем будет использоваться в туристических, научных и военных целях.

После развала Союза Арктика на долгие годы была потеряна, но теперь в России освоение богатых земель Севера названо приоритетным направлением. Для Российского географического общества это много значит. Теперь мальчишки, как много лет назад, вновь будут играть в полярников и гордиться героическими достижениями своих земляков-современников.

Справка:

Русское географическое общество было основано по высочайшему повелению императора Николая I в 1845 году. Это одно из старейших географических обществ мира.

Оно объединяет специалистов в области географии и смежных наук, а также энтузиастов-путешественников, экологов, общественных деятелей и всех, кто стремится узнавать новое о России, кто готов помогать сохранению её природных богатств.

Региональные отделения Общества действуют в каждом из 85 субъектов Российской Федерации.

В 2010 году создан Попечительский Совет Русского географического общества, который возглавил Президент России Владимир Путин. Совет возродил многолетние традиции меценатства и учредил гранты Общества.

С 2009 года Президентом Общества является министр обороны России Сергей Кужугетович Шойгу.

В разные годы Русским географическим обществом руководили представители Российского императорского дома, знаменитые путешественники, исследователи и государственные деятели.

Сотни экспедиций, организованных Обществом, сыграли большую роль в освоении Арктики, Сибири и Дальнего Востока, Средней и Центральной Азии, Австралии, Мирового океана.

Екатерина Туманова

Тарифы ЖКХ с 1 июля ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ СТАЛИ ВЫШЕ

НАГЛЯДНО

Коммунальные тарифы с 1 июля 2017 года для населения

ГОРЯЧАЯ ВОДА +10%

- Компонент на тепловую энергию — 1924,17 руб/Гкал (+15%)
- Компонент на холодную воду — 33,88 руб/куб.м (+6%)

Центральная аварийно-диспетчерская служба ГУПС «Севтеплоэнерго»
Адрес: ул. Гоголя,4
Режим работы: круглосуточно,
Телефон: 54-54-19, 54-54-73
Аварийная 6 ЭНР
Адрес: Северная сторона
Режим работы: круглосуточно
Телефон: 71-43-82, 71-46-19
Сайт: sevastopolteplo.ru

ОТОПЛЕНИЕ +15%

- Тариф на тепловую энергию для населения составил 1924,17 руб/Гкал.



ХОЛОДНАЯ ВОДА +9,4 %

- 56,11 руб/куб. м
В том числе:
водоснабжение
- 33,88 руб/куб.м (+6%)
- **водоотведение**
22,23 руб/куб.м (+15%)

Расчетные участки ГУПС «Водоканал»:
24-02-07, 71-41-09
Показания прибора учета передавайте с 10-го по 25-е число каждого месяца на круглосуточный телефон-автоответчик: 41-70-40 или в ГУПС «ЕИРЦ» по тел. 54-28-28 (круглосуточно).

http://sevvodokanal.org.ru

ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЯ +21%

Колл-центр:
53-05-72 (круглосуточно)
57-21-27
+7 (978) 095-40-91
+7 (978) 095-40-92
+7 (978) 095-40-93
+7 (978) 095-40-94

Сайт: sevenergosbyt.ru

- До 150 кВт • ч в месяц — 2,94 руб/кВт • ч (+21,5%)
- 150-600 кВт-ч в месяц — 3,46 руб/кВт • ч (+16,9%)
- Свыше 600 кВт • ч в месяц — 5,72 руб/кВт • ч (+6%)

ПРИРОДНЫЙ ГАЗ +6,4 %

При годовом объеме потребления менее 3500 куб.м

- 3,68 руб/куб.м

+3,3%

При годовом объеме потребления более 3500 куб.м

- 7,90 руб/куб.м

Сайт: sevgas.ru

Показания прибора учета сообщайте по тел.: 54-00-25, 44-17-41 (круглосуточно).

Абонентские отделы:
40-42-03, 44-32-83, 44-37-78.

*— указаны основные тарифы для населения. В некоторых случаях они могут отличаться, в зависимости от условий домовладения
ВСЕ ТАРИФЫ УКАЗАНЫ С НДС

С угля на газ



фото: informatio.ru

До конца 2018 года государственное унитарное предприятие «Севтеплоэнерго» планирует заменить все угольные и мазутные котельные на современные газовые.

Как рассказал директор по развитию и реализации государственных программ ГУПС «Севтеплоэнерго» Сергей Добров, одной из первоочередных задач, решением которой в настоящее время занимается предприятие «Севтеплоэнерго», является закрытие неэффективных угольных и мазутных котельных. Взамен их до конца 2018 года планируется построить современные газовые котельные.

Ряд котельных предприятия будет реконструирован за счет средств федеральной и региональной программ. В рамках федеральной целевой программы «Социально-экономическое развитие Республики Крым и г. Севастополя до 2020 года» на 2017 год планируется перевести с угля на природный газ котельные на Мекензиевых горах (ул. Энергетиков) и в с. Фронтовом (ул. 345-й дивизии). А за счет средств региональной целевой программы будут построены газовые блочно-модульные котельные взамен угольных на ул. Охотская и ул. Родионова, 9 (школа № 42).

По 17 котельным, которые не попали в федеральную и региональную целевые программы, планируется выполнить проектно-изыскательские работы за счет собственных средств предприятия.

На сегодняшний день уже готовы технические задания на проектирование ряда объектов. В ближайшие 1,5-2 недели будет объявлен тендер на выполнение работ по проектированию. «В этом году мы должны получить проекты на все угольные котельные для того, чтобы запустить процедуру по выбору подрядчика на строительно-монтажные работы с окончанием строительства объектов в следующем году», – подчеркнул С. Добров.

Строительство объектов предприятие предполагает вести с привлечением заемных средств.

Надежда ДИДЮРА

В Минобороны заявили о расширении проекта парков «Патриот» в Крыму

Открыть военно-патриотические парки «Патриот» планируется в Севастополе и Керчи, заявил первый замминистра обороны России Руслан Цаликов, сообщает «Интерфакс».

«Предлагается создание парка в городах-героях Севастополь и Керчь. Это сложная многодельная задача: в парке будут объекты боевой подготовки для Вооружённых Сил, объекты для людей, но всё должно быть объединено одной идеей, одним замыслом», – сказал Цаликов.

По словам замкомандующего Южным военным округом генерал-лейтенанта Андрея Гурулёва, расчетные показатели посещаемости каждого парка планируются от одного миллиона человек в год.

«Предлагается создание пяти кластеров в городе Севастополе. Общая площадь составляет около 240 кв.км. Также предполагается два кластера в городе Керчь», сказал Гурулёв.

Утверждена схема размещения объектов Севастопольского филиала военно-патриотического парка «Патриот» на его первой площадке – 30-й береговой батарее.

Филиал военно-патриотического парка «Патриот» в Севастополе получит крейсер, водолазную станцию и сверхсекретные объекты времён «холодной войны» – базу подводных лодок и хранилище ядерных боеприпасов, а также два исторических равелина. Общая площадь объекта – более 200 кв. км, хотя подмосковный «Патриот» не превышает 60 квадратных километров.

Безубыточный бизнес-план

22 июня Департаментом городского хозяйства г. Севастополя был утвержден скорректированный бизнес-план ГУПС «Севтеплоэнерго» на 2017 год. Он является безубыточным.

Как рассказал финансовый директор ГУПС «Севтеплоэнерго» Денис Шамшурин, при формировании бизнес-плана основной акцент был сделан на выполнение мероприятий по обновлению основных фондов, выполнение предписаний надзорных органов. Так, помимо стандартной ремонтной программы на сумму 69 млн руб. (с НДС), которая на 18% больше ремонтной программы 2016 года, в скорректированном бизнес-плане предусмотрена реализация инвестиционных мероприятий на сумму 219 миллионов рублей (с НДС), что на 181 миллион рублей больше, чем в предыдущей редакции бизнес-плана, утвержденной в конце 2016 года. В составе основных инвестиционных мероприятий запланирована разработка проектно-сметной документации по реконструкции 17 угольных и мазутных котельных, установка узлов учета газа, мероприятия по обеспечению безопасности и антитеррористической защищенности котельных, предусмотрено выполнение довольно заметного по объему плана реконструкции тепловых сетей на сумму 53 млн рублей. В 2017 году также предусмотрено проведение экспертизы промышленной безопасности производственных объектов на сумму более 32 млн рублей (без НДС).

Как отметили в «Севтеплоэнерго», расходы на выполнение наиболее затратных мероприятий, не предусмотренных в утвержденных тарифах, например, расходы по проведению мероприятий по обеспечению безопасности и антитеррористической защищенности котельных, дополнительная программа по замене сетей, будут компенсированы из бюджета города Севастополя.

У Севреестра новый руководитель

На аппаратном совещании в правительстве Севастополя 3 июля врио губернатора города Дмитрий Овсянников представил нового руководителя Управления государственной регистрации права и кадастра «Севреестр». На эту должность назначена Наталья Яковлева.

Прежде Н.Яковлева занимала должность заместителя начальника Севреестра.

По имеющейся информации, прежний руководитель данного ведомства оставила должность по результатам проведенной по инициативе врио губернатора в отношении нее проверки.

В ходе таковой был выявлен ряд фактов, свидетельствующих о нарушении антикоррупционного законодательства. В частности, связанных с конфликтом интересов.

Что есть на ужин, чтобы обеспечить себе хороший сон

Запах лаванды, тишина и покой, медитация – существует, пожалуй, бесконечное количество методик, обещающих лёгкое погружение в сон и полноценный ночной отдых. Примерно треть населения планеты хватается за эти советы в попытке побороть бессонницу. Если же верить эксперту по сну Сэмми Марго, сон будет к нам намного более благосклонен, стоит лишь правильно поужинать.

Автор книги о хорошем сне, Марго поделилась с нами своими знаниями о том, какая пища поможет нам заснуть, а какая, напротив, будет этому препятствовать. Как ни странно, для ужина неплохо подходят продукты, которые у многих ассоциируются скорее с завтраком. Итак, пять продуктов, которые предпочтительно есть на ужин:

1. Бананы

Хотя обычно их рассматривают как продукт, вызывающий всплеск энергии, бананы богаты расслабляющим мышцы магнием, а также содержат «гормон счастья» серотонин и «гормон сна» мелатонин.

2. Миндаль

Являющийся великолепным источником полезных жиров, миндаль также богат триптофаном и магнием, которые способствуют естественному снятию мышечного и нервного напряжения, а также стабилизируют сердечный ритм.



фото: ntv-msk.ru

3. Мёд

Всего лишь одной чайной ложки мёда достаточно для стимуляции выработки мелатонина и остановки производства орексина, поддерживающего в нас бодрость.

4. Овсяная крупа

Помимо того, что овёс богат витаминами, минералами и аминокислотами, способствующими выработке гормона сна мелатонина, он также стимулирует производство инсулина и естественным образом стабилизирует сахар крови.

5. Индейка

Индейка является одним из наиболее известных источников триптофана, к тому же она богата белком и поможет вам ощутить чувство сытости.

А этих продуктов следует избегать перед сном:

1. Алкоголь

Хотя многих вечерний стакан вина заставляет клевать носом, алкоголь препятствует погружению в глубокий сон.

2. Сыр

В сыре в больших количествах содержится аминокислота тирамин, заставляющая мозг быть «на взводе». Так что, как ни вкусна сырная тарелка, она лишь помешает вам уснуть.

3. Острая пища

Большое количество специй может спровоцировать проблемы с пищеварением. Кроме того, содержащийся в перце капсаицин усложняет процесс терморегуляции и ведёт к беспокойному сну.

4. Жирная пища

Жирная пища тяжела для переваривания и способна вызвать изжогу, что, безусловно, не способствует засыпанию.

5. Кофе

Очевидно, что кофеин накладывает запрет на употребление напитка перед сном – стимулятор остаётся в вашем организме на долгое время, и вы можете ощущать эффект от его употребления даже 10 часов спустя.

Итак, те продукты, что содержат специи, кофеин, жир и белок, могут изрядно подпортить сон. Острая пища способствует возникновению изжоги, а жирная и белковая медленно перевариваются, нарушая наши биоритмы. Стаканчик алкоголя вызывает дремоту, но препятствует погружению в глубокий сон, так что на следующий день вы будете чувствовать себя разбитым. Что же делать, если нам придётся убрать с вечернего стола так много продуктов? Хорошим решением может стать чашка овсянки с мёдом, бананом и миндалём. Для чувства сытости добавьте кусочек индейки, если она вам по вкусу.

Источник:
https://zelv.ru/interesnye-fakty

Анекдоты

Интернет создан для того, чтобы меня бесили люди, о которых я не знал бы без интернета.

☺ ☺ ☺

– Таня, а почему у нас бутылка коньяка наполовину пустая?

– Наверное, потому, что ты – пессимист.

☺ ☺ ☺

Раньше гуманитарием был тот, кто стихи писал, языки знал...

Сейчас – тот, кто таблицу умножения забыл.

☺ ☺ ☺

– Какой сегодня день?

– Сегодня.

– А вчера какой был?

– Вчера.

– Как быстро летит время...

☺ ☺ ☺

Хрен с ним, с алкоголем, вы лучше скажите, в течение какого времени из организма полностью выводятся холодец и оливье?

☺ ☺ ☺

С каждым годом мои потребности растут: когда-то у меня не было денег даже на велосипед, а теперь уже денег нет на виллу и яхту!

☺ ☺ ☺

– Как сделать так, чтобы мужчина в постели просто взбесился?

– Отобрать у него пульт от телевизора.

☺ ☺ ☺

Все-таки пазлы – суперская штука! Развивает все от близорукости до остеохондроза.

☺ ☺ ☺

В пивбаре.

– Вам повторить?

– Ну если не трудно.

– Повторяю: валите уже отсюда, бар закрыт.

☺ ☺ ☺

Праздник удался, если о нем и сказать стыдно, а рассказать хочется.

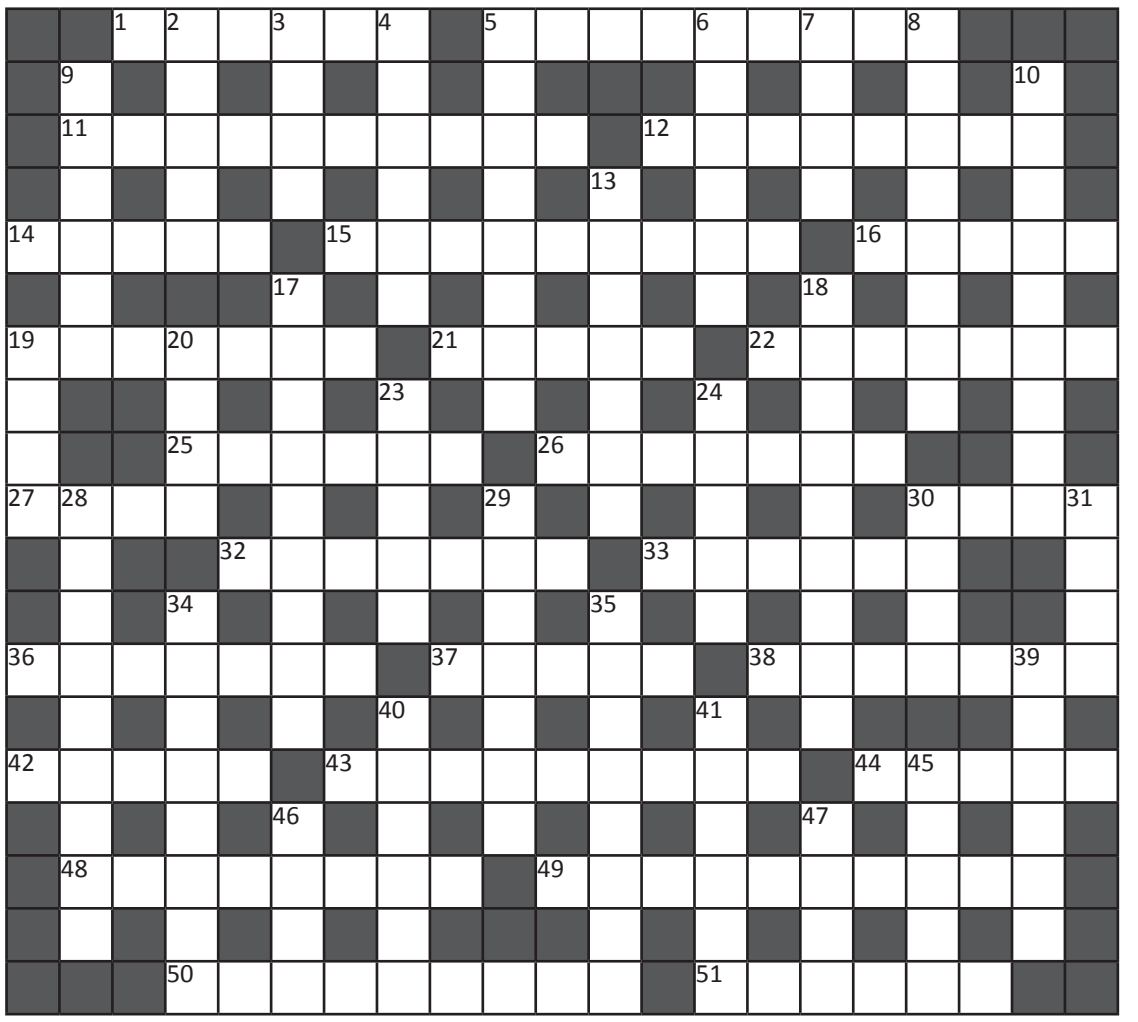
☺ ☺ ☺

Горе от ума у нас периодически сменяется эйфорией от глупости.

☺ ☺ ☺

Горела свиноферма. Сбежалась вся округа!..

Кто с кетчупом, кто с пивом, кто с водкой, кто с гармошкой...



По горизонтали: **1.** Порода собак, выведенная племенами в Южной Сахаре для охоты и сторожевой службы. **5.** Носовой платок. **11.** Сетка для защиты от гнуса. **12.** Сорт яблони. **14.** Нарушение правил в боксе. **15.** Сильный мороз. **16.** Сахарный песок желтого света, невысокого качества. **19.** Минерал, разновидность берилла. **21.** ...-излучение. **22.** Холодная закуска. **25.** Государство в Европе и Азии. **26.** Отступник, изменник, предатель. **27.** Имя нескольких царей Спарты. **30.** Скандалист. **32.** Литературная специализация. **33.** Женская длинная накидка без рукавов. **36.** Болезнь, разновидность гриппа. **37.** Священная книга у мусульман. **38.** Историческая область во Франции. **42.** Нападение на шахматную королеву. **43.** Место захоронения радиоактивных отходов. **44.** Червь, паразитирующий в теле человека и животных. **48.** Мечтатель, непрактичный человек. **49.** Трава семейства злаков. **50.** Легкий открытый безрессорный двухколесный конский экипаж для одиночной лошади. **51.** Опера Александра Спендиарова.

По вертикали: **2.** Постановление государственной власти. **3.** Женщина-... **4.** Толстая, твердая и плотная бумага. **5.** Сказка Ханса Кристиана Андерсена. **6.** Ощущение жжения в пищеводе. **7.** Узбекский, таджикский музыкальный инструмент, род цимбал. **8.** Столица азиатского государства. **9**. Спектральный ... **10.** Одна из ступеней в системе подчиненных друг другу органов, учреждений. **13.** Актер, исполняющий главные роли. **17.** Картина Николая Ярошенко. **18.** Прощальная пирушка. **19.** Рыбный деликатес. **20.** Прохладительный сладкий напиток из разбавленного водой сока ягод или плодов. **23.** Студенческий ... **24.** Старинный боевой топор. **28.** Толковый словарь устарелых и малоупотребительных слов к какому-либо тексту. **29.** Европейское государство. **30.** Морское парусное судно с косыми парусами на кормовой мачте. **31.** ... Ариадны. **34.** Периодическое издание, перепечатывающее в сокращенном виде или в виде обзора материалы из других изданий. **35.** Древний город на территории Северо-Восточной Сирии. **39.** Марка японских автомобилей. **40.** Алюминиевая руда. **41.** Лодка у индейцев. **45.** Вид гравюры. **46.** Газ желто-зеленого цвета с резким запахом. **47.** Литовский парламент.

Ответы на кроссворд:

По горизонтали: 1. Аазавк. 5. Сопливчик. 11. Накомарник. 12. Джонатан. 14. Клинч. 15. Хонодарка. 16. Бастр. 19. Изумруд. 21. Гамма. 22. Студень. 25. Россия. 26. Ренегат. 27. Агис. 30. Бузан. 32. Эссеист. 33. Талма. 36. Испанка. 37. Коран. 38. Гасконь. 42. Гарде. 43. Могильник. 44. Глист. 48. Идеалист. 49. Тимофеевка. 50. Тарантайка. 51. «Алмаст».

По вертикали: 2. Закон. 3. Вамп. 4. Картон. 5. «Синопас». 6. Изжога. 7. Чанг. 8. Катманду. 9. Анапа. 10. Инстанция. 13. Премьер. 17. «Куросиста». 18. Отвальная. 19. Икра. 20. Морс. 23. Билет. 24. Чекан. 28. Глоссарий. 29. Эстония. 30. Барк. 31. Нить. 34. Дайджест. 35. Тальмира. 39. «Ниссан». 40. Боксит. 41. Пирога. 45. Лавис. 46. Хлор. 47. Сейм.

АБРИКОС: польза и вред великого армянского фрукта

Калории, ккал: 44
Белки, г: 0.9
Жиры, г: 0.1
Углеводы, г: 9.0



фото: vsadu.ru

Не факт, кстати, что знаменитый оранжевый сладкий фрукт попал в Европу и дальше распространился по всему миру именно из Армении. Об этом до сих пор спорят ботаники и историки: слишком уж во многих странах Азии абрикос культивировался испокон веков. И Армению выделяют потому, что большинство древних летописцев так или иначе связывают название и происхождение фрукта именно с этой кавказской страной.

Но это не особо важно. Сегодня абрикос выращивают по всему миру. Даже в далёких Южной Америке и Австралии этот фрукт нашёл подходящие для себя условия и регулярно одаривает тамошних жителей богатым урожаем. А полезные свойства абрикоса и влияние его на организм достаточно интересны, если не сказать – уникальны. Многое в его составе сильно отличает его даже от ближайших родственников, и многое делает его настоящим целебным продуктом. Хотя и недостатки имеются.

Сахар в составе абрикоса

Абрикос – очень сладкий фрукт. В его соке содержится большое количество сахаров. И глюкозы – в том числе. Уже поэтому при сахарном диабете абрикосы, состав которых изобилует сладостью, желательно не употреблять вообще.

Урюк содержит косточки, а из состава кураги они удалены. И из-за того же избытка сахара они противопоказаны при нарушениях обмена веществ. А вот при отсутствии противопоказаний абрикосы – настоящий источник энергии и хорошего настроения. Особенно – крупные сочные сорта, плоды которых ещё и очень сочны и питательны.

Витамины в абрикосе

Абрикосы считаются одними из самых полезных фруктов, ведь в их составе присутствуют: бета-каротин, холин, витамины А, В3, В2, В5, В6, В9, С, Е, Н и РР, а также минеральные вещества: калий, магний, железо, йод, фосфор и натрий, пектины, инулин, пищевые волокна, сахара, крахмал, дубильные вещества и кислоты: яблочная, лимонная и винная.



Интересен тот факт, что среди других фруктовых культур, выращиваемых в средней полосе России, ни один не может сравниться с химическим составом абрикоса по содержанию бета-каротина, известного антиоксиданта и вещества, необходимого для поддержки органов зрения. Бета-каротина химический состав абрикоса содержит почти 16 мг на каждые 100 граммов, и из него в организме вырабатывается более активная форма – витамин А. С недостатком же этого витамина может быть связано множество самых разных заболеваний – от «куриной слепоты» до понижения функции щитовидной железы и болезней печени.

Однако авитаминоз А редко лечится употреблением продуктов, содержащих большие количества бета-каротина. Это связано не с недостатком того или другого в диете, а с тем, что бета-каротин по каким-либо причинам не усваивается в организме. Здесь будет эффективнее употреблять чистый витамин А.

Но и сам по себе бета-каротин выполняет много полезных функций в организме. Например, обладает свойствами защищать его от микробов, вирусов и радиации, препятствовать развитию раковых заболеваний. Эти полезные свойства абрикоса усиливаются содержанием в нём витамина С – тоже сильного онкопротектора и помощника иммунной системы.

Польза абрикосов для кровеносной системы

И ещё химический состав абрикоса содержит много калия, железа и магния. Благодаря содержанию первого эти фрукты помогают поддерживать тонус кровеносных сосудов, железо с магнием увеличивают количество гемоглобина в крови и способствуют улучшению состояния организма при выраженной анемии.

Полезные свойства абрикосов еще и в том, что в их составе содержится в большом количестве клетчатка. Благодаря ей большая часть холестерина, попадающего в кишечник с пищей, не всасывается, и количество этого врага артерий в крови уменьшается. Поэтому при интенсивном употреблении абрикос, лечебные свойства которого проявляются при регулярном употреблении, снижает риск заболевания атеросклерозом.

Кстати, тот же калий очень положительно влияет на состояние почек и мочевого пузыря, обладая полезными свойствами при мочекаменной болезни и нефритах. А польза клетчатки в том, что она очень сильно активизирует процессы переваривания и всасывания пищи в кишечнике.

Ещё одной особенностью состава абрикоса является большое содержание в нём солей йода. Кстати, больше всего их в армянских сортах. Именно благодаря этому элементу абрикос обладает лечебными свойствами для щитовидной железы: не даёт развиваться зобу и стимулирует выработку многих необходимых гормонов в организме.

Косточки абрикоса полезные свойства

Очень популярными являются также косточки абрикосов. Они, лишённые твёрдой защитной оболочки, слегка напоминают внешне миндаль и у некоторых сортов абрикоса полностью лишены горечи.

Польза косточки абрикоса в том, что в ней содержится абрикосовое масло – вещество, широко применяемое в медицине и косметике. Так, в китайской медицине ядро абрикоса, полезные свойства которого активно применяются, лечит заболевания дыхательных путей и болезни почек. В косметике же само абрикосовое масло используют в составе многих кремов и шампуней.

Да ещё и белков растительных состав абрикосовых косточек содержит достаточно много.

Вред абрикосов

Вредные свойства абрикосов связаны как раз с его косточками. Состав косточки абрикоса содержит некоторые опасные вещества. Синильная кислота, например, и амигдалин – оба весьма опасны для человека. Но количество их в косточках мало, а при употреблении их с мякотью абрикоса пектин из плодов активно способствует выводу этих веществ из организма. Поэтому, чтобы отравиться этими косточками, нужно очень сильно постараться.

Абрикос в похудении

Абрикосы – идеальный спутник диет и разгрузочных дней, при малой калорийности фрукт обладает высокой питательностью, полезен и способствует повышению настроения и общего жизненного тонуса организма, что очень важно в периоды ограничений в еде. Что выбрать – абрикосовую монодиету, разгрузочный день на абрикосах или просто съедать 5-6 плодов в сезон – этот вопрос каждый решает в индивидуальном порядке, следует только помнить, что фанатизм в любом деле не нужен.

Выбор и хранение абрикоса

Как и любой фрукт, лучше всего приобретать абрикосы в сезон их созревания, в июле-августе. Необходимо внимательно следить за целостностью и однородностью окраски плодов, их умеренной твёрдостью – слишком твёрдый абрикос бледно-жёлтого цвета с зеленоватыми пятнами явно не дозрел, вкуса и пользы в нём будет крайне мало. Аромат абрикоса должен привлечь издалека, тогда можно с уверенностью утверждать, что плоды созрели и готовы поделиться полезными свойствами и отменными вкусовыми качествами.

В холодильнике абрикосы хранятся 3-4 дня, при комнатной температуре – только 1-2. Если абрикосы чуть не дозрели (то есть вполне жёлто-оранжевые, но слегка твердоваты), то их можно довести до спелости, поместив на несколько дней в бумажный пакет и убрав в тёмное место.

Абрикос в кулинарии

Абрикосы употребляют в пищу как отдельное лакомство, их можно добавить в творог, кашу, украсить десерт или мороженое. Из абрикосов варят компоты, варенье, джем, готовят пастилу, алкогольные напитки – наливки и настойки. Хорошо сочетаются яркий вкус и аромат абрикосов с птицей и свининой, их часто запекают вместе. Выпечка с абрикосами – одна из самых душистых и вкусных, будь то слоёные конвертики или пироги с абрикосовой начинкой, маффины с абрикосом или песочный торт, залитый желе поверх абрикосовых половинок.

Уже такого беглого взгляда на вредные и полезные свойства абрикоса достаточно для того, чтобы понять, почему он так популярен. Даже несмотря на то, что он очень рано зацветает и по этой причине не каждый год может давать урожай. Таких сладких и сочных фруктов очень немного, а те деликатесы, которые они представляют в высушенном виде, не уступают по вкусу кондитерским изделиям. Поэтому если противопоказаний не имеется, смело наслаждаемся этими оранжевыми дарами природы и их пользой, а значит, быстро поправляем своё здоровье.

Материалы подготовила Галина Дмитриева

ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ

Газета «Новые Вести» • Учредитель и главный редактор Дидюра Н.Н. • Свидетельство о регистрации СМИ – ПИ № ТУ91-00042 от 07.11.2014 г., выдано Управлением Роскомнадзора по РК и г. Севастополь • Юридический адрес редакции и издателя: 299011, г. Севастополь, ул. Генерала Петрова, 21, кв.12. • Номер подписан в печать 13.07.2017 г. по графику в 16:00, фактически в 16:00. Газета отпечатана в типографии ООО «ИД «Адмирал», г. Симферополь, ул. Глухова, 34
Тираж 90 000 • Бесплатно •Заказ №171. Ответственность за точность сообщаемых фактов несут авторы, а за содержание рекламы — рекламодатели.