

ХРОНОМЕТР

Сложившим головы
за Родину

НА 77-М КИЛОМЕТРЕ автодороги Челябинск–Магнитогорск, рядом с селом Степное, вырос каменный обелиск, сооруженный частным лицом.

Его построил на собственные деньги житель села Сергей Подоплеков, работающий заместителем начальника горотдела милиции Пласти. Он установил обелиск в память бойцов, сложивших головы за Родину в «горячих точках»: Чечне и Афганистане. Сергей Петрович – участник событий в Чеченской республике, в составе отряда челябинских милиционеров полгода восстанавливал в Аргуне правопорядок, был контужен и ранен. При нем погиб подчиненный, челябинец Сергей Кузнецов. Как сказал Сергей Подоплеков, минувшие боевые события давили на душу, не отпуская ни на день, пока не решил поставить обелиск в память о тех, кто сложил голову за Родину, пишет «Челябинский рабочий».

Герои еще есть

В Челябинской области проживают три Героя России. Это участник Великой Отечественной войны Виктор Самойлин, председатель совета региональной организации участников боевых действий «Родина» Александр Хамитов и депутат Законодательного собрания области Сергей Язблов.

Двое последних получили столь высокое звание в Чечне. А вот Героев Советского Союза в Челябинской области уже не осталось. В свое время их насчитывалось более 300 человек, но годы взяли свое – в живых их нет.

Социальные болезни

76 МЛРД. РУБЛЕЙ решил потратить кабинет министров на борьбу с социально значимыми болезнями.

Эта сумма выделяется на 2007–2011 годы. В новый документ включены подпрограммы: «Сахарный диабет», «Туберкулез», «ВИЧ-инфекция», «Онкология», «Инфекции, передаваемые половым путем», «Вирусные гепатиты», «Психические расстройства», «Артериальная гипертензия» и «Вакцинопрофилактика». Алкоголизм отдельно выделен не был.

Реформа высшего образования

С 1 СЕНТЯБРЯ в России планируется официально ввести европейскую двухуровневую систему высшего образования, сообщает РИА «Новости».

Согласно законопроекту, одобренному правительством РФ, оно будет состоять из бакалавриата и магистратуры, при сохранении в некоторых вузах 5–6-летнего специального образования. Как пояснил глава Минобрнауки Андрей Фурсенко, все три уровня будут самостоятельными, со своими госстандартами и итоговой аттестацией. Фурсенко выразил надежду, что эта реформа поможет устранить структурные диспропорции между спросом и предложением квалифицированных специалистов на рынке труда. Идея реформы высшего образования, включая двухуровневую систему, активно разрабатывалась в ведомстве Фурсенко с 2005 года. Она, в частности, предусматривает отказ от системы зачетов учебных программ по часам и введение единой системы зачетных единиц, принятой в Европе.

В СОЮЗЕ ПИСАТЕЛЕЙ РФ состоялась презентация журнала, который выходит благодаря энтузиастам из Москвы и Магнитогорска.

Открыв вечер, главный редактор «Вестника Российской литературы» Николай Воронов рассказал об истории создания журнала, о духовной и экономической поддержке его Магнитогорском и Москвой.

Журнал публикует авторов, которые предлагают новые концепции. Зачастую мы печатаем самых безымянных наряду с писателями и профессорами, имеющими известное имя. Журнал наш разнообразен, многозначен, никаких препятствий для новых авторов нет, – заявил он. – Мы денег не получаем и не платим гонорары.

Первое слово он предоставил постоянному автору, нашему земляку, прозаику и поэту Валентину Сорокину. Говоря о тяжелых условиях для издания журналов в наши времена, он подчеркнул, что сейчас уничтожена «тропа книг».

– Молодежь другая, не доходит до нее энергия, которую мы еще несем, сберегаем, она растворяется. Поэтому издание журнала – это просто подвиг, и мы все должны помогать, где только можно говорить о перипетии. Николай Павлович – опытный человек, прекрасно, что он дал слово такому мощному поэту, как В. Федоров, Б. Ручьев, Л. Татьяничева. Мы ведь даже Луговского забыли, Кедрина, Недогонова – поколение, которое за Есениным восходило, ту культуру слова, ту совесть слова в сердце своем, которое оно несло через войну, – заявил он, – а Воронов не забыл. Я считаю: и поэзия и проза в журнале состоялась. И еще о журнале: мы все должны помогать ему, помогать мудрому, талантливому старшему брату Николаю Воронову, который никогда нас не предавал, не боялся нас защищать. Он прекрасный писатель, один из самых ярких, совестных, очень много



ФОТО АЛЕКСАНДРА РУДНИКОВА

делал для нашего поколения. А посмотрите на его романы, ранние повести, поэзию. Только человек, слышавший колыбельные песни, может так написать: «Люли, люли, люли, вон летают гули. Гули белые, гули смелые, гули чистые, ворковитые...»

Николай Воронов рассказал о номере «Вестника», посвященного 60-летию Победы, где на первой странице помещены снимки маршала Жукова и Твардовского. Он присутствовал на конференции, где были итальянцы, переводившие Маяковского и Твардовского. Маяковский им переводить легче. «А по-

чему?» – спросил писатель. – «А потому, что Твардовский очень национален. А национальное очень самобытно. Самобытное переводить трудно. Маяковский общедоступен при всей своей оригинальности». Это великодушное высказывание восхитило и удивило главного редактора «Вестника». Дочерям Александра Твардовского Валентины и Ольге он вручил все номера журнала. Валентин Сорокин сказал, что очень рад видеть дочерей поэта: «Твардовский самый мой дорогой поэт, родственный, я люблю его, знаю много стихов наизусть – не забуду его до самых последних

дней жизни!» Воронов добавил, что знает Валентину как автора: она многое делает для памяти отца, тогда как порой писательские дети и родственники пользуются популярностью и величием отцов, не знают их творчества, не продолжают памяти о них. Такое наблюдение сделал Воронов, когда проводил творческие вечера больших писателей.

Елена Кулакова-Евгеньева сказала, что «Вестник российской литературы» предоставляет возможность выступать и столбным, и станционным авторам. Критик Ирина Шевелева вспомнила классический роман Н. Воро-

ва «Юность в Железнодорожске», какая борьба шла за его публикацию – А. Твардовский просто пробил этот роман в «Новом мире». Так каждый журнал обретает свое лицо. Писатели уральского землячества Евгений Сухов и Петр Федун из Белорецка рассказали об Уральском крае и исполнили песни, посвященные Николаю Воронову. Причем, говоря о рассказе Сухова «Помочь», с горечью сказал, что у нас есть великие утраты – исчезновение совместного труда.

Чингиз Гусейнов – профессор, прозаик, переводчик Корана, говорил, что нельзя разде-

лить людей верой – они все входят к Богу. В журнале собрались писатели со всей России, пусть пока мал его тираж, но на его страницах – огромная страна.

– Мне довелось в начале 80-х годов читать роман Воронова «Сам»: в нем писатель далеко предвидел и предсказал негатив, вскоре обрушившийся на страну. Надо, чтобы Россия была моделью для всего человечества – тут много религий, национальностей. Нельзя о России судить по Москве, – закончил свое выступление Чингиз Гусейнов.

В заключение хочется сказать о публицистическом выступлении на страницах «Вестника» Валентина Романова – ректора Магнитогорского государственного университета. Так же, как и в предыдущих номерах журнала, Валентин Романов говорит не только о волнующих его проблемах, но сразу вносит существенные предложения. Он считает, что забота в разумных пределах о чиновниках «сузит масштабы должностных злоупотреблений», совесть и мера гарантируют служебное долголетие. Контроль снизу в виде общественных приемных губернатора предлагает государственный Романов – это будут профилактические центры, ведь об общественных палатах говорил и наш президент. Петр Сумин, губернатор Челябинской области, получил звание «Лучший губернатор России» в 2001 году. «А что сейчас, какой нужен губернатор?» – эта глава – целая поэма об эпохе губернатора Сумина. «Мои земляки – удивительный народ» – таково похвальное слово южноуральцам государственника В. Романова, заключительная глава поэмы о сохранившихся на Южном Урале общечеловеческих ценностей.

Критику о критике писать бесполезно, скажу только, что ее представители в журнале – крупные мастера русского слова.

ЕКАТЕРИНА КОЗЫРЕВА.

МАГНИТОГОРСКИЙ

Металл

совместный проект

ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ

"ПРАВО РОСТ"

охранное предприятие

ПРАВО РОСТ

13 марта 2007

МАГНИТОГОРСКОЕ

ВРЕМЯ

Съел – и порядок. Часть первая

Спорить о том, какие продукты полезны, а какие вредны человеку, можно сколь угодно долго. Vegetарианцы воруют нос от мяса, а диетологи утверждают, что животный белок – неотъемлемая часть сбалансированной диеты. Кто-то не может прожить без жареной картошки, для других салат из сырой капусты с морковью – верш кулинарного совершенства. Владельцы в эти споры не станем: пусть каждый выберет для себя подходящую систему питания. А вот предупредить горожан об опасностях считаем своим долгом.

Есть, чтобы жить, а не жить, чтобы есть...

Как ни крути, именно питание является одним из важнейших факторов, определяющих состояние человека. Последние успехи биохимии, клеточной биологии и физиологии подтверждают гипотезу о том, что пища контролирует и моделирует различные функции в организме и, как следствие, участвует в поддержании здоровья и снижает риск возникновения ряда заболеваний. Неправильный подбор продуктов: дефицит белка, витаминов, макро- и микроэлементов (кальция, железа, фтора, йода), недостаток пищевых и растительных волокон, недоедание – оказывают влияние на распространение гипертонической болезни, анемии, ишемии сердца, болезни эндокринной системы и системы пищеварения.

Недостаточность питания современного человека обусловлена не только низкой питательной ценностью пищевых продуктов и несбалансированностью рациона, но и низкой покупательной способностью населения, слабым уровнем знаний о питании и вредных привычках. Далеко не каждый потребитель удосуживается перед покупкой прочитать надписи на этикетке товара. Многие предприниматели этим бесовесно пользуются и в открытую продают несертифицированные и просроченные продукты. Из 3294 пищевых предприятий, находящихся на учете ТО Роспотребнадзора в Магнитогорске,

более 45 процентов не отвечают санитарным требованиям. По мере движения пищевых продуктов от производителя к покупателю они становятся все более опасными для здоровья. Наиболее опасными в плане бактериологического загрязнения специалисты называют овощи (18,7 процента), молочные продукты (13,8), мясные продукты (12,2), птицу и рыбопродукты. Причиной резкого ухудшения качества пищевых продуктов является не только их низкое качество, но и несоблюдение условий транспортировки и хранения. Практически в каждом магазине обнаружены замороженную рыбу, окорочка или овощи со льдом. Если в упаковке лед, значит, продукт разморозили, а потом снова отправили в холодильный шкаф. А ведь на любой упаковке с мороженой продукцией производитель пишет: «Повторно не замораживать». Другой пример: если вы видите, что срок годности майонеза 45 дней при температуре до +15 градусов, а в торговом зале +20, то ваши шансы купить вкусный и полезный продукт сведены к нулю.

Все полезно, что в рот полезло?

Пищевые отравления могут быть вызваны не только микроорганизмами, но и несъедобными продуктами. Опасность представляют ядовитые грибы и растения, при определенных условиях ставшие ядовитыми: просроченный картофель, икра некоторых рыб во время нереста. Не ешьте горький миндаль, ядра косточек абрикосов, пер-

сиков, слив, они содержат амигдалин, при расщеплении которого в желудке человека выделяется синильная кислота. Не храните квашеную капусту и другие содержащие кислоты продукты в глиняной, медной, оцинкованной или поврежденной эмалью посуде.

По словам инструктора школы безопасности «ПРАВО РОСТ» Константина Кудряшева, даже вполне привычные продукты растительного происхождения могут нести скрытую угрозу. К примеру, когда картофель подвергается воздействию света, его поверхность, его кожура, зеленеет в результате выделения в нем хлорофилла. Полезен ли такой картофель? Зеленение сопровождается образованием соланина – токсина, который может стать причиной желудочно-кишечных расстройств, а также проблем, связанных с работой дыхательных органов. Если срезать «зеленый» картофель, можно избежать попадания в организм больших количеств соланина. Снижает уровень соланина приготовление овощей на пару или в кипящей воде.

Редис, сельдерей, брюква, капуста и некоторые другие овощи содержат цианогенные гликозиды. Несмотря на то, что эти продукты питания являются хорошим профилактическим средством раковых заболеваний, при употреблении в сыром виде они негативно сказываются на работе щитовидной железы, приводят к образованию зоба. Если же перед употреблением их отварить, то они не будут представлять для здоровья никакой опасности.

Микротоксины – одна из наиболее опасных для здоровья групп вредных химических веществ, содержащихся в продуктах питания. Причиной их образования являются грибковые образования, в том числе и плесень. Наиболее часто микротоксины встречаются в продуктах из зерновых культур и орехах. Эти вредные вещества могут являться причиной раковых заболеваний, цирроза печени, ослабления иммунитета.

Нитраты не относятся к канцерогенам, однако нитрозамины, которые формируются из нитратов и нитритов в желудке, приводят к появлению и развитию раковых заболеваний. Нитраты обычно добавляются в мясо, чтобы увеличить срок его хранения. Однако они могут встречаться и в шпинате, свекле, зерновых культурах и редисе. Эти продукты питания не рекомендуют в больших количествах употреблять детям, поскольку кислотность в их желудке пониженная, и организм может не справиться с большим количеством нитратов.

Избегайте пищевых продуктов, содержащих соли тяжелых металлов, остаточное количество нитратов, пестицидов, запрещенные красители и ароматизаторы.

Приказано выжить, или Знание – сила...

Как сделать, чтобы продукт долго хранился, красиво выглядел, дешево стоил и мгновенно покорял потребителя вкусом и запахом? Легко! Всего то и надо – использовать соответствующие пищевые добавки. Потребитель вряд ли станет выяснять у продавца, что означает Е-128 в составе томатной пасты. А зря! Запоминайте.

Добавки с кодами Е100 – Е182 обозначают красители, Кро-



которые устанавливают или восстанавливают цвет продукта. Е200–Е299 – консерванты, повышающие срок хранения продуктов. Добавки Е300–Е399 защищают продукты от окисления, например, от прогоркания жиров и изменения цвета. Е400–Е499 не что иное, как стабилизаторы, сохраняющие заданную консистенцию, и загустители, повышающие вязкость. Е500–Е599 – эмульгаторы, создающие однородную смесь несмешиваемых продуктов, например, воды и масла. Добавки Е600–Е699 усиливают вкус и аромат продуктов. Е700–Е899 – запасные индексы. А Е900–Е999 относятся к пеногасителям, которые предупреждают или снижают образование пены.

В России официально запрещены семь кодифицированных пищевых добавок: красители Е121 – цитрусовый красный, Е123 – амагант; консерванты Е240 – формальдегид, Е216 – пропиловый эфир парогидросибензойной кислоты, Е217 – натриевая соль пропилового эфира парогидросибензойной кислоты; улучшители муки и хлеба: Е924а – бромат калия; Е924б – бромат кальция. Кро-

ЕВГЕНИЙ НАУМОВ.
Продолжение следует.

● ИЗ НАШЕЙ ПОЧТЫ

В ритме «Родничка»

ЦЕНТР НАЦИОНАЛЬНЫХ КУЛЬТУР начал календарный год с торжеств по случаю победы двух его коллективов на Всероссийском конкурсе-фестивале юных дарований в Санкт-Петербурге.

Оба коллектива – детский ансамбль народного танца «Родничок» и ансамбль бального танца «Ритмы молодости» – выступили успешно. И если «Родничок», в котором танцуют очаровательные юные создания, одержал одну из первых своих побед в номинации «Народный танец» и стал дипломантом второй степени, то старшие товарищи – уже именитый народный коллектив «Ритмы молодости» – одержали не первую победу и в очередной раз стали лауреатами второй степени. Это, бесспорно, заслуга как танцовщиков, так и их наставников Светланы Смоляковой, Елены Баландин и Елены Мосеевской, которые подготовили своих подопечных к победе.

Ребята выступили в двух турах фестиваля и в заключительном гала-концерте были встречены изобавованной петербургской публикой горячими овациями. Они получили заслуженные призы, благодарны устроителям конкурса за хорошую организацию и теплый прием.

В наше трудное время не обойтись без финансовой помощи спонсоров, в качестве которых выступили депутат городского Собрания С. Морозов, руководство ОАО «Прокатмонтаж» – гендиректор А. Сапегин и председатель профкома В. Лосев, руководитель управления механизации треста «Магнитострой» Б. Крючков, директор ОАО «Огнеупор» В. Осипов, директор «Зеленой базы» Г. Мочалов, директор ООО «ММК-МЕТИЗ» Е. Гусев и председатель профкома этой организации З. Катасонова. Огромное им спасибо от наших ребят и всех магнитогорцев, неравнодушных к достижениям культуры. Коллективы благодарят бывшего художественного руководителя В. Прокопьеву, приложившую много усилий к подготовке коллективов.

Воодушевленные по возвращении домой танцоры готовы к новым выступлениям. «Хочется еще!» – заявляют они. На недавнем смотре коллективов центра национальных культур они показали, на что способны, подтвердив авторитет лауреатов. Теперь дело «за малым»: чтобы в городе находились спонсоры, готовые помочь нашим талантам преодолевать расстояния до мест проведения фестивалей и конкурсов.

ВИКТОР ГРИМАЕР,
заведующий информационно-методическим отделом ЦНКУ.

Помогают ветеранам

От всей души благодарим директора ООО «Автотранспортное управление» Александра Крупнова, председателя совета ветеранов Людмилу Конопатскую, ее помощницу Валентину Горваль за помощь и поддержку.

НИНА ПОПОВА, ВАЛЕНТИНА ТЕКОВА,
ВАЛЕНТИНА НЕЖЕЛЬСКАЯ, пенсионеры.

За труд и заботу

Сердечно благодарю совет ветеранов рудообогатительных фабрик горно-обогатительного производства за огромное внимание к пенсионерам. Спасибо Галине Рассовской и Светлане Горшалаевой за их труд и заботу.

ВАЛЕНТИНА ИЗГАГИНА,
пенсионерка.