



ЛУЧШЕЕ ИЗДАНИЕ В МЕТАЛЛУРГИЧЕСКОЙ ОТРАСЛИ РОССИИ И СТРАН СНГ-2008

magmetall.ru

**Ипотека:
пришло
время
расплаты**



стр. 3

**Станешь
плавать –
будешь
хорошо
видеть**



стр. 7

**Магнитка –
город
«двухколесных
коней»**



стр. 8

**Для нашего
цехзавода
кризис –
время
рекордов**

стр. 2

Ключевое новоселье

В КАНУН ДНЯ МЕТАЛЛУРГА отворит двери новоселам дом № 61 по улице Труда. Его жителями станут работники ОАО «ММК» и дочерних предприятий – они приобрели жилье в жилищно-инвестиционном фонде «Ключ» по удобной и доступной системе социальной ипотеки.

На четыре подъезда здесь 146 квартир: 34 однокомнатных, 54 двухкомнатных и 58 трехкомнатных, а общая площадь дома – почти десять тысяч «квадратов». Квартиры фонда давно славятся комфортом: планировка удобная, кухни большие, окна пластиковые, балконы застеклены, предусмотрен дополнительный санузел в «двушках» и «трешках». А еще – заезжай и живи: в доме установлены сантехника, электроплита, наклеены обои, настелен линолеум.

Здание построено в виде каскада – оно семи-девяти-десятиэтажное, – рассказывает заместитель директора ЖИФ «Ключ» Александр Масальский, – чтобы в квартирах было много света. Все дома серии «Магистр» кирпичные, в них установлены импортные лифты.

Жилой комплекс в 142-м микрорайоне, который с 2006 года застраивает «Ключ», является единым архитектурным ансамблем. Здесь особое внимание уделяют благоустройству дворовой территории: есть спортивные и детские площадки, фонтаны, асфальтированные дорожки. Планируют строительство соцобъектов: детского сада и школы. Сейчас готовят к сдаче еще два дома серии «Магистр» – на 144 и 118 квартир.

Ревизоры по труду

ВЧЕРА в Магнитогорске приступила к работе делегация федеральной службы по труду и занятости Минздравсоцразвития России.

В ее составе первый заместитель начальника главного управления по труду и занятости области Александр Захаров, консультант управления надзора и контроля за предоставлением государственных услуг в сфере занятости населения Минздравсоцразвития Лариса Кузьмина и другие специалисты министерства. Цель визита – оценка эффективности работы центра занятости населения Магнитогорска, возглавляемого Вячеславом Таркиным.

По статистике напряженность на рынке труда нашего города в последние два месяца снижается, а уровень безработицы с первого мая по первое июня снизился на полпроцента и по последним данным составляет 3,5 процента. Специалисты оценили эффективность освоения бюджетных средств, направляемых областными и федеральным бюджетом для решения насущных задач на рынке труда.

Отдельный пункт программы пребывания делегации – посещение ОАО «ММК», главного работодателя города. Гости побывали с экскурсией на площадке комплекса стана «5000», в доменном и кислородно-конвертерном цехах, встретились с руководителями предприятия.

**СТОМАТОЛОГИЯ
МОШКУНОВА**

Т: 29-00-33,
8-909-095-88-60.

г. Магнитогорск
ул. Тевосяна, 27/2.

С 9.00 до 20.00.

О наличии противопоказаний проконсультируйтесь с врачом.

ТАКСИ 40р, 50р, 70р
«Плюс»

450-388 288-388

Профсоюзы – школа капитализма

В Магнитогорске Бертольд Хубер охотно говорил об инвестициях и очень неохотно – о забастовках в Германии



НА ВСТРЕЧУ с профсоюзным активом ОАО «ММК» Бертольд Хубер, председатель правления немецкого профсоюза IG Metall, объединяющего работников металлургических и автомобилестроительных компаний Германии, опоздал, за что сразу извинился перед заполненным конференц-залом ЦЛК.

Сказал, что задержался на переговорах с первым вице-президентом Управляющей компании ММК по стратегическому развитию и металлургии Рафкатом Тахаудиновым. Дружеский формат беседы не помешал лидеру крупнейшего немецкого профсоюза обсудить с топ-менеджерами комбината самые острые темы. Впрочем, также Бертольд Хубер вел себя и в кабинете премьер-министра России Владимира Путина, с которым встретился за два дня до визита в Магнитку.

– Когда еще год назад я принял решение – в течение недели познакомиться с условиями жизни и труда в России, – заметил Бертольд Хубер, – то не планировал никаких рабочих встреч. Но когда узнал, что со мной хочет встретиться премьер-министр Владимир Путин, изменил первоначальные планы. Поэтому и в Магнитогорске общался не только со своими коллегами-профсоюзниками, но и с руководителями компании.

Магнитка в программе визита делегации могущественного немецкого профсоюза возникла чуть ли не в последний момент. Бертольд Хубер, решивший всю рабочую неделю посвятить изучению условий труда в России, не мог пройти мимо грандиозного проекта – стана «5000» и под занавес, в пятницу, побывал в листопрокатном цехе № 9 ММК. Когда в условиях глобального финансово-экономического кризиса начинается работа такой объект – это дорогого стоит.

– После пуска стана «5000» мир увидит, что ММК находится на высочайшем уровне развития производства.

Хочу откровенно сказать, что это – огромное достижение, как руководства комбината, так и рядовых его работников, – не скрывал эмоций Бертольд Хубер.

Профсоюзных лидеров и активистов комбината глава могущественного немецкого профсоюза называл исключительно коллегами. Когда задававшие вопросы председатели цеховых именовали немецкого гостя господином, Бертольд Хубер недовольно морщился. В конце концов председатель ГМПР, депутат Госдумы Михаил Тарасенко и председатель профсоюзного комитета ОАО «ММК» Александр Дерунов вынуждены были озвучить желание лидера профсоюза IG Metall и волевым решением изъять слово «господин» из формата встречи.

Германские профсоюзы сейчас решают те же задачи, что и российские. Бертольд Хубер за полчаса часа общения с коллегами подчеркнул это несколько раз.

– Наша первейшая цель – не допустить массового увольнения работников в условиях кризиса, причем не только в странах Евросоюза, – сказал он в частности. – Считаю, что этот вопрос имеет моральную составляющую. В глобальном финансово-экономическом кризисе уж никак не повинны наемные работники, на плечи которых сейчас во многих странах пытаются переложить всю тяжесть вывода промышленности из стагнации. Почему за ошибки одних людей должны отвечать другие? Профсоюзы категорически против того, чтобы страдали исключительно жертвы кризиса – трудящиеся. Мы требуем справедливого распределения бремени мер по выходу из кризиса.

О нынешней роли профсоюзов лидер IG Metall сказал так:

– Самое странное сейчас: профсоюзы всех стран – США, Германии, России, других европейских государств – должны показать не слабость, а силу. Они обязаны добиваться того, чтобы к их голосу прислушались собственники, руководители предприятий, государственные структуры.

Точки соприкосновения российские и германские коллеги нашли во многих нюансах профсоюзной деятельности. Сейчас металлурги чувствуют себя увереннее, чем в декабре 2008 года, но рост безработицы и снижение доходов по-прежнему не вычеркнуты из списка наиболее актуальных угроз отрасли, подчеркнули профсоюзные активисты. В этом направлении России есть чему поучиться у Германии, где эффективно работает система фондов страхования от безработицы. В нашей же стране забота о безработных ложится на плечи государства и госбюджета, что значительно ограничивает возможности.

– Кризис вызвал необходимость перехода на сокращенный график работы, – прокомментировал злободневную тему председатель правления профсоюза IG Metall. – И в России, и в Германии. Но в нашей стране, в отличие от вашей, существуют страховые фонды, позволяющие выплатить работникам, оказавшимся в условиях незагруженности производства, почти полную заработную плату. Немецкие профсоюзы добились таких гарантий от правительства в результате долгих переговоров.

А вот «забастовочная» тема, прозвучавшая в некоторых вопросах, Бертольда Хубера явно не вдохновила. Когда его спросили, насколько часто

профсоюз IG Metall прибегает к такому методу борьбы за права трудящихся, как забастовки, он ответил:

– Когда другого выхода нет – мы бастуем. Бывает, проводим и очень крупные забастовки. Еще в семидесятые годы, например, бастовали в течение семи недель, но добились-таки сокращения рабочей недели. Но подчеркнул: для нас забастовка – это крайний довод. Надо очень осторожно использовать этот метод давления на работодателя. Если проиграешь забастовку, последствия будут гораздо более тяжелыми, чем проигрыш в простом трудовом споре или в переговорах. Поэтому IG Metall бастует только в том случае, если на сто процентов уверен в победе.

По мнению Бертольда Хубера, недальновидно поступают те топ-менеджеры предприятий, которые ограничивают влияние профсоюза. И привел красноречивый пример из российской действительности:

– Накануне визита в Магнитогорск я побывал на производственной площадке автоборочного завода «Фольксваген» в Калужской области. Несмотря на то, что с момента строительства предприятия прошло уже два с половиной года, отраслевой профсоюз лишь недавно «пришел» туда. Нишу закрыл другой профсоюз – сейчас на заводе их два. Я побеседовал с представителями обоих. Выяснил, что нерешенных проблем на предприятии столько, что они давно вошли в разряд хронических. Если бы аналогичные проблемы возникли на каком-нибудь германском заводе, я, глава профсоюза, немедленно потребовал бы отставки всех представителей менеджмента. Руководители должны отчетливо понимать: если профсоюз постоянно не занимается проблемами наемных работников, это когда-нибудь обязательно негативно отразится на работе предприятия.

Из Магнитки Бертольд Хубер увез изрядную долю оптимизма. Больше всего немецкого гостя поразила масштабная инвестиционная программа ОАО «ММК», которую не остановил даже глобальный финансово-экономический кризис. Побывав на пусковых производственных объектах комбината, лидер крупнейшего отраслевого немецкого профсоюза, сказал:

– Я впервые в Магнитогорске. Хотя вашу страну посещал неоднократно: раз пять бывал в новой России, был и в Советском Союзе более двадцати лет назад. Впечатления о комбинате – самые позитивные. Видно, что Магнитка сделала огромные инвестиции в развитие металлургического производства. Только за последние четыре года капиталовложения составили несколько миллиардов долларов – это хороший вклад в будущее комбината и города. На встрече с руководителями предприятия я понял, что масштабную инвестиционную политику менеджмент и собственники ММК намерены проводить и впредь. Это – настоящая рыночная экономика. Мне очень понравился и высочайший уровень диверсификации магнитогорского градообразующего предприятия. Вы выпускаете не только металлпродукцию широчайшего сортамента, но и изготавливаете, например, прокатные валки. Это укрепляет ваши позиции на рынке. В Германии господствует узкая специализация, что делает наши предприятия очень уязвимыми в условиях кризиса.

ВЛАДИСЛАВ РЫБАЧЕНКО
ФОТО > ДМИТРИЙ РУХМАЛЕВ

Сергей Степашин посетит ММК

В ЧЕЛЯБИНСКУЮ ОБЛАСТЬ с рабочим визитом прибыл председатель Счетной палаты Российской Федерации Сергей Степашин.

Вчера он побывал на Челябинском металлургическом комбинате, сегодня намерен посетить Челябинский трубопрокатный завод. В столице Южного Урала Сергей Степашин проведет два совещания. На первом – с руководителями предприятий металлургической промышленности региона разговор пойдет о перспективах восстановления потенциала предприятий металлургического

комплекса и их роли в укреплении доходной части бюджетов. Участниками другого совещания станут руководители контрольно-счетных органов субъектов Российской Федерации, входящих в Уральский федеральный округ.

В программе визита председателя Счетной палаты РФ приезд в Магнитогорск. Завтра Сергей Владимирович посетит Магнитогорский металлургический комбинат, встретится с председателем совета директоров ОАО «ММК» Виктором Рашниковым, примет участие в заседании Магнитогорского отделения Ассоциации юристов России.



СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
+25... +27	+33... +35	+33... +35
с 3... 5 727 мм рт. ст.	с в 1... 3 728 мм рт. ст.	з 1... 3 727 мм рт. ст.

МАГНИТНЫЕ БУРИ: 15, 19, 22, 27, 30 июля

ЧИТАЙТЕ В ЧЕТВЕРГ > В отделе прокатного производства ЦЛК знают, как «обойти» Финляндию

СТАТИСТИКА

Трудности мирят

ПО ДАННЫМ Минздравсоцразвития РФ, количество новорожденных сокращается второй месяц подряд.

Первые признаки кризиса появились в России в конце минувшего лета, когда стала дешеветь нефть, падать биржа и рубль. На рождаемости кризис сказался ровно спустя девять месяцев. В апреле количество новорожденных по сравнению с мартом уменьшилось со 151 до 142 тысяч. В мае снижение продолжилось – уже до 135,2 тысячи. Правда, за первые пять месяцев нынешнего года в России родилось на 20 тысяч детей больше, чем за тот же период прошлого.

К осени рождаемость еще уменьшится, прогнозирует «Новым известиям» старший научный сотрудник Института демографии Государственного университета – Высшей школы экономики Никита Мкртчян: «Поскольку в осенний и зимний периоды в обществе царит не самое радужное настроение, многие родители отложили рождение детей на неопределенный период в будущем».

Государственная поддержка семей с детьми снижение рождаемости не остановит. «Влияние правительственных мер, таких как материнский капитал, было слишком кратковременным, и нас ждет спад», – поясняет директор Центра этнополитических и региональных исследований Владимир Мукомель. Зато за январь–апрель 2009 года, по данным Росстата, число разводов уменьшилось на 4,1 процента. Кризис заставляет ужиться вместе тех, кто в более благополучное время давно бы развелся.

Тем временем в затронутых кризисом странах зафиксирован повышенный спрос на противозачаточные средства. Британский интернет-магазин Osado проанализировал потребительский корзину миллиона покупателей и выявил, что продажи презервативов по сравнению с прошлым годом увеличились на 60 процентов, а продажи тестов на беременность и вовсе удвоились. По России подобная статистика отсутствует, однако в четырех столичных аптеках «Новым известиям» подтвердили, что с наступлением кризиса контрацептивы стали покупать чаще.

Спаянные одной целью

Молодые умы создают себе палату

ИНИЦИАТОРЫ новой общественной структуры, презентовавшие свой проект председателю городского Собрания депутатам Александру Морозову, особо подчеркивали: обращаются за поддержкой не ради получения политических бонусов. Интерес ходяков в ином – спать воедино три десятка молодежных организаций.

Утренний визит в кабинет председателя МГСА для представителя союза молодых металлургов, «Молодой гвардии «Единой России», студенческих коллективов МГТУ и МаГУ, молодежного крыла «Справедливой России» начался с приятного известия. Бросив взгляд на календарь, хозяин апартаментов обнадежил младших коллег: вопрос по созданию молодежной общественной палаты (МОП) при депутатском корпусе включен в повестку заседания комиссии по социальной политике и связям с общественностью. Оно пройдет после каникул законодворцев – в начале сентября.

Идея, суть которой сводится к учреждению совещательного и консультативного молодежного органа при «взрослых» партфункционерах, должна сначала пройти экспертизу профильной комиссии. А далее, при благоприятном для молодежи исходе, вопрос вынесут на голосование депутатов городского Собрания, от которых зависит окончательное решение. Три года назад имели место попытки магнитогорских общественников образовать палату. Но заявленной консолидации сил не произошло. В

Год молодежи с тем же призывом к объединениям обратился председатель профкома студентов и аспирантов МГТУ Сергей Кабилов. Какой вердикт ныне вынесут депутаты – зависит от убедительности аргументов.

Дабы идущая по шагам предшественников молодежь не унаследовала «родовые болезни» пионеров-палаточников, Александр Олегович предостерег нынешних вожаков от ничем не подкрепленных амбиций.

– У меня есть разумные опасения: не будет ли деятельность палаты носить формальный, «тусовочный» характер, а стремление ее создать – голым карьеризмом. Что сейчас мешает организациям совместно принимать те или иные решения? – спросил спикер у собравшихся.

Как минимум две причины необходимости МОП назвал лидер молодых металлургов Егор Кожаев. Его не смущает рекомендательный характер молодежных инициатив, которые выдвинет палата.

– Для всех тридцати объединений, входящих в состав, предложение послужит руководством к действию, – считает он. – Обязанности и ответственность сторон закрепят положение. К тому же полученный палатой номинальный статус – это подтверждение диалога власти и молодежи.

В ходе оживленной беседы встал вопрос: почему бы предварительно не обкатать идею МОП на общественно-значимых мероприятиях? Спикер сравнил желание молодежи с поведением водителя, который сначала покупает машину, а только

потом изучает правила движения. На что лидер «Молодой гвардии» Андрей Орехов возразил:

– Мы на права уже сдали: с молодежью комбината, технического вуза находимся в постоянном контакте, проводим совместные акции. Еще бы подтянуть студентов училищ, колледжей, техникумов, внутри своих заведений они ведут интересную работу. Но мы мало знаем друг о друге, о наших возможностях. Палата и станет площадкой для общения.

С непосредственным местом для своих встреч молодежь разобрались быстро: им при желании могут стать и общественно-политический центр, и помещения городского Собрания. Как представляется, куда сложнее молодым парламентариям будет показать стопроцентную явку.

Чтобы проект МОП был прозрачным и понятным, начальник экспертного отдела городского Собрания Лариса Тихомирова рекомендовала вовлечь в его обсуждение как можно больше молодых людей, чьи интересы собираются отстаивать вожаки. Не откладывая в долгий ящик, Александр Морозов опросил приглашенных журналистов на предмет необходимости создания палаты: трое высказались за нее, один – воздержался. Какой-никакой, а результат.

«Категорическую» поддержку МОП выразил председатель Молодежного регионального собрания депутатов Челябинской области Андрей Старков. Он привел в пример положительный опыт работы Снежинска и Катав-Ивановска, отметив, что главное – самим инициаторам не лениться, а воплощать в жизнь добрые дела ☺

АНТОН СЕМЕНОВ

Двести потерянных «невозвратов»

Банкам Магнитогорска неинтересна антикризисная реструктуризация ипотечных кредитов



В НАШЕМ ГОРОДЕ за получением государственной помощи – стабилизационного займа на погашение ипотеки – обратились сто человек.

По данным местного агента федеральной программы Сервисного ипотечного агентства Магнитогорска (ООО «СИАМ»), еще двести проблемных клиентов разных банков «где-то зависли».

Скорее всего, их дела обнаружат в судах, куда банки направляют иски в отношении злостных неплательщиков по ипотечным кредитам. Как сообщил директор сервисного агентства Константин Матрюков, в местных банках портфель «невозвратов» по ипотеке составляет около трехсот кредитов. За получение стабилизационного займа, который поможет в течение года оставаться «на плаву», в ООО «СИАМ» обратились около ста заемщиков. Почему спасти свои квартиры от продажи с торгов не пытаются остальные двести человек, не совсем понятно. По мнению Матрюкова, банки по какой-то причине утаивают от проблемных клиентов информацию о возможности получения государственной помощи.

Напомним: государственная программа реструктуризации ипотечных кредитов направлена на поддержку семей, чей бюджет сильно пострадал от кризиса. Смысл помощи в том, чтобы дать заемщикам годовую отсрочку на погашение долга. В Магнитогорске правами на реструктури-

зацию кредитов за счет средств федерального Агентства по ипотечному жилищному кредитованию (АИЖК) обладает ООО «Сервисное ипотечное агентство Магнитогорска». Агентство принимает заявки на реструктуризацию от клиентов всех банков. После положительного ответа Москвы – ОАО «АРИЖК» – заемщик, по сути, берет у государства еще один кредит, средства которого автоматически идут на погашение ипотечного долга. Через год по истечении «льготного периода» к сумме ежемесячного платежа по ипотеке добавится платеж по «антикризисному» займу. То есть семья получает годовую передышку для восстановления платежеспособности.

На днях федеральное Агентство по реструктуризации ипотечных жилищных кредитов сообщило, что с начала года на реструктуризацию в России направлено миллиарда рублей. При этом генеральный директор АРИЖК Андрей Языков отметил, что «количество реальных обращений значительно меньше, чем ожидалось». Ту же странность усматривает и директор местного агентства Константин Матрюков: реструктуризацию в ООО «СИАМ» оформили пока 18 семей.

– Еще тридцать заявок одобрено. Всего на рассмотрении в нашем агентстве находится около ста заявок. Мы выступаем как агенты федерального АРИЖК, консультируем

граждан, готовим дело, – рассказывает специалист отдела экспертизы и подготовки сделок с ценными бумагами Елена Власова. – После положительного решения ОАО «АРИЖК» оформляем новое кредитное соглашение. Затем заемщик открывает счет в банке, куда ежемесячно перечисляет суммы для погашения старого ипотечного кредита.

В Магнитогорске активное участие в антикризисной госпрограмме принимает только одна кредитная организация – ЗАО «УралРегионИпотека».

Банк направляет проблемных клиентов в ООО «СИАМ» для участия в госпрограмме. Клиенты других банков Магнитогорска о возможности реструктуризации узнают, похоже, случайным образом. Или вовсе не узнают. Самостоятельно, например, в агентство обращаются клиенты банков КИТ-Финанс, Акбарс, Уралсиб, Сбербанк, Кредит Урал Банка, Русского ипотечного банка. Однако, по словам Константина Матрюкова, это единичные случаи.

Желающих воспользоваться государственной помощью все больше

В Сервисном ипотечном агентстве Магнитогорска признают, что определенная степень риска для заемщика, берущего антикризисный заем, существует. Однако чтобы выбрать из двух зол – выселение из квартиры сейчас или более тяжелое долговое бремя через год, нужно знать о возможности такого выбора.

Напоминаем адрес агента АИЖК в Магнитогорске: Грязнова, 37, телефон (3519) 29-71-35. Заявления и список необходимых для реструктуризации документов можно посмотреть на сайте www.citystar.ru и www.arhml.ru ☺

АННА СМЕРНОВА
ФОТО > АНДРЕЙ СЕРЕБРЯКОВ

Дефолтных квартир все больше

На днях во время совещания первого вице-губернатора Владимира Дятлова с главами муниципальных образований области было сказано, что 137 дел уже передано в суд для принудительной продажи жилья семей, которые оказались не в состоянии выплачивать ипотечный кредит. Мэрам рекомендовано обратить пристальное внимание на этот факт и поспособствовать реструктуризации долга.

ЭХО СОБЫТИЯ

Прощание с «восьмеркой»

ВРОДЕ БЫ еще недавно участие России в саммитах наиболее развитых экономически стран вызывало недоуменные вопросы.

Находились те, кто считал превращение «семерки» в «восьмерку» таким реверансом стране с самой большой территорией в мире. И где теперь те критики? Сейчас любая встреча сверхдержав на высшем уровне – не более чем красивая вывеска, отражающая реалии вчерашнего дня. Страны с мощными экономическими мускулами бедствуют, как и весь остальной мир, на который до поры до времени они смотрели свысока. Ничего удивительного, что восемь президентов и премьеров немного провели времени друг с другом. Через день к переговорщикам добавились руководители еще пяти стран, а спустя сутки количество участников перевалило уже за тридцать. Судя по всему, прежний миропорядок рухнет буквально на глазах. Бразилия, Индия, Китай, Мексика, ЮАР и Египет в открытую выразили недовольство статусом приглашенных, и на все более громкий стук в дверь трудно не обращать внимания. Россия, по словам ее президента Дмитрия Медведева, за расширение клуба избранных, потому что без новых стран эффективно решать вопросы уже невозможно.

Фон, на котором проходил саммит «восьмерки», вызывал не меньшей интерес, чем результат переговоров. Итальянский премьер-министр Сильвио Берлускони – большой оригинал. Незадолго до приема высоких гостей он довел дело до бракоразводного процесса, и, поговаривают, тем самым отвратил многих жен мировых лидеров от приезда в Италию. А уж приглашение на руины Аквили – города, пострадавшего от землетрясения, – вообще выглядит экзотически. С другой стороны, если вдуматься, в столь оригинальном выборе имелся смысл.

В казарме школы финансовой гвардии, где поселили лидеров стран, установили мониторы и датчики, улавливающие сейсмическую активность. При подземных толчках они бы своевременно оповещали участников саммита о грозящей опасности. В условиях глобального кризиса неплохо бы и для замера экономических землетрясений обзавестись особо чуткими приборами, которые бы давали объективные показания. Без них представления о происходящем в каждой стране разные. Россия вместе с Германией, например, предлагали задуматься над тем, каким станет мир после кризиса. Сейчас многих охватило увлечение тушить экономический пожар деньгами. Мера эта оправданная, но лишь на короткое время. Однако американцы с англичанами, как показали переговоры, о других вариантах слышать пока не хотят. Там считают, что лучше горю подавать финансовую дождь, а дальше видно будет.

«Ситуация неуверенная и рискованная, но есть признаки стабильности», – такая обнадеживающая фраза значилась в итоговом заявлении саммита. Здорово, если так, только непонятно все же: это дно, которое с прошлой осени ждали наступить, или затопить перед очередной бурей? При отсутствии достоверного прогноза каждый спасается как может. Сколько бы ни говорили о снятии защитительных барьеров в торговле, а ради интересов внутреннего рынка их устанавливают. Как бы ни пеклись о равновесии мировой финансовой системы, а плавной девальвацией собственной валюты делают обратное. Сюжет в общем-то не нов: чем дешевле в долларах товар на внешнем рынке, тем лучше отечественному производителю. Держать слово и выполнять принятые обязательства на практике, оказывается, не так просто. Но и походы упрекать руководство любой страны не повернется язык: делать что-то во благо всех и мало чего для соотечественников – в собственной же стране и не пойму.

И все-таки желание договориться глав ведущих государств не покидает. Замкнуться на собственных проблемах, значит, дать лишний козырь антиглобалистам, которые непременно бузят во время всех мировых форумов. Восемь лет назад, когда «восьмерка» последний раз собиралась в Италии, демонстранты «погуляли» от души, устроив погромы в Генуе. На этот раз к разрушенному городу их близко не подпустили, но без инцидентов не обошлось. Антиглобалисты сумели проникнуть на несколько теплоэлектростанций и даже захватить их, протестуя таким образом против загрязнения окружающей среды. Акции не удались: местные рабочие в два счета выгнали непрошенных гостей, давая понять, что не готовы жертвовать достатком ради мифических идей.

Но загрязнение окружающей среды – проблема самая что ни на есть реальная, тесно связанная с глобальным потеплением. Повышение температуры даже на два градуса грозит такими последствиями, в сравнении с которыми экономический кризис – мелкая неприятность. Без согласия бурно развивающихся Китая и Индии любые договоренности теряли смысл, но в этот раз и они одобрительно кивнули. К 2050 году сократить выбросы наполовину согласны все, европейцы готовы сделать это даже на восемьдесят процентов. Россия соглашается на сорок, утверждая, что в пору экономического спада 90-х годов вклад в очистку атмосферы уже внесла.

В умении договариваться больше руководители, как ни критику, все же преуспели. Прозаяв обещания Африке распорядились выделить двадцать миллиардов долларов на борьбу с бедностью. Бряцающей оружейной Северной Корее дали понять, что такие номера до добра не доведут. Странам Ближнего Востока посоветовали решать конфликты миром. Даже в восстановлении Аквили, на развалинах которой состоялся самый аскетичный саммит, решили поучаствовать. Быть непричастным к событиям и трагедиям, где бы они ни происходили, невозможно.

«И раньше догадывались, что все в мире взаимосвязано, – заметил по этому поводу российский президент Дмитрий Медведев. – Но после того как случился кризис, понял, насколько мы все тесно связаны. И если все рассуждения по поводу глобальной экономики были несколько абстрактными, то после того как шандарахнуло по всем, они стали абсолютно конкретными».

Теперь бы еще дожидаться абсолютно конкретных результатов...

ЮРИЙ ЛУКИН

Росту рождаемости за первые пять месяцев 2009 года помогли высокие показатели февраля и марта

Сладкая доля

> **Моя бабуся всегда энергична, полна сил и никогда не теряет присутствия духа**

МОЯ БАБУШКА – необыкновенный человек. Именно так, и никак иначе. Ей восемьдесят восемь, а она не только в здравом уме и трезвой памяти, но и ежедневно мотается по рынку, готовит нам вкуснейшие обеды и даже подметает полы. Стирать перестала всего лишь несколько лет назад.

Я ни разу не видела бабушку растрепанной или в измятом платье, не помню ее в слезах, и даже в сильном гневе голос ее ровен и спокоен, а спина – пряма и негибачема. Бабушка пережила войну, вырастила троих детей, у нее уже шесть внуков и три правнука. Одного ее сына и дочери уже нет на свете, а она вот живет нам на радость. И, дай бог, еще протянет. Строго говоря, она не бабушка мне, а прабабушка, ее старшая внучка Анна – моя мама. Но я зову ее бабусей, и она любит меня, кажется, больше всех остальных.

Несмотря на преклонный возраст, бабуся всегда энергична, полна сил и никогда не теряет присутствия духа. Любимое выражение ее – «ничего страшного». Именно так она сказала в тот день, когда пришло ей извещение.

Я тогда вернулась из института раньше обычного и застала маму заплаканной. Бабуся сидела на диване, выпрямившись, сложив руки на коленях, что бывало очень редко, руки ее всегда заняты – если не вязанием, так шитьем, если не готовкой, то утюжкой. Но в этот раз именно эти сложенные на коленях узловатые руки испугали меня.

– Баби! Что случилось? – спросила я с порога.
– Ничего страшного, Сонюшка, – как всегда, ответила бабуся.

– Повестка пришла, – все еще дрожащим голосом объяснила мама.

Мама у меня – большая трусиха. Она делает проблему из ничего и умудряется споткнуться на ровном месте. Даже удивительно, как она умудрилась жизнь прожить, двоих детей родить... Впрочем, с бабусиной помощью – а живет прабабка с нами – горы свернуть можно. А вот я, как говорят все в семье, больше похожа на бабуся, чем и горжусь немаю.

Выяснилось, что повестка эта – всего лишь извещение, вызов в учреждение с грозной аббревиатурой МВД. Дело все в том, что прадед мой, бабусин муж, – репрессированный. Несколько лет назад, когда начались пересмотры всех этих сталинских «дел», мама тайком куда-то писала, в какие-то не те архивы, не то комитеты, прося о реабилитации Валуева Сергея Михайловича, осужденного по статье 58, параграф не помню какой, в 1941 году. Тайком – потому что бабуся запретила ей делать это. И теперь, видимо, у этих «архивов» руки-таки до прадеда дошли.

Я сразу оценила ситуацию. Явиться по извещению нужно бабусе. А она идти отказывается. Да еще и маме выговаривает – зачем, мол? Вот хоть убейте, не понимаю, отчего прабабка так против реабилитации мужа. Ведь каждому ясно, что сидел, как и тысячи тогда, без вины. А она – не ходите, не пишите, все равно человека не вернуть, а скрывать его память не позволю. Я бабуся люблю, но столько же у нее упрямства! Наши с мамой уговоры ей как мертвому припарки. «Не пойду» – и все тут. И только когда я заявила, что приду туда сама и скажу: мол, не в уме бабка, я за нее, – бабуся неожиданно согласилась. Посмотрела на меня особенным своим взглядом – аж мурашки по коже, – но спорить не стала. Кивнула величественно и ушла на кухню. Загрела посуду, и вскоре донесла до нас запах булочки с корицей. Все ясно – переживает бабуся. Она, когда чем-то расстроена, всегда эти булочки печет.

– Сонюшка, – робко попросила меня мама, – иди завтра с ней. Мало ли что...

Я кивнула. Действительно, мало ли что. Разволнуется или еще что – возраст ведь. У меня завтра первые три пары – лекции, пропущу, не впервой...

Ночью я долго не могла уснуть, ворочалась. Всплывали обрывочные детские воспоминания, пересуды соседок, мамин рассказы. Прабабушка моя, Галина Александровна – женщина судьбы обычной для того времени. Она – ровесница революции, как модно было тогда говорить. Ну, и крестница ее, не без того. Коренная москвичка, рабочая косточка, дочка слесаря, вышла замуж в тридцать шестом, да так удачно – молодой преподаватель Сергей Валуев не только любил ее без памяти, но и подавал надежды в научном плане, собрался защищать диссертацию. Живи да радуйся... Они и радовались, пока Сергея не арестовали – перед самой войной. Бабка осталась с тремя детьми на руках, а через три месяца – уже военной дорогой – их выслали в эту вот зауральскую глухомань. Всю жизнь Галина проработала медсестрой, детей на ноги поставила и каждому из троих высшее образование дала, потом внуков нянчить помогала...

Что говорить – такие вот скучные строки автобиографии может написать о себе едва ли не каждая женщина, жившая в середине двадцатого века в большой стране, которая за век этот дважды меняла свое название. Впрочем, как ни назови страну, смысл от этого не меняется. И за привычным обликом невысокой сморщенной старушки часто слышится мне... скажешь – поступь истории, так слишком пафосно будет.

Но о пафосе я не думала, провозжая бабуся ранним майским утром на тенистую улицу со скромным названием Травяная. Адрес, указанный в извещении, знали в нашем городе все, кроме разве что грудных младенцев. Правда, произносили по-разному: молодежь – привычной скороговоркой, как любой другой адрес, а те, кто постарше, – оглядываясь по привычке и вжимая голову в плечи.

Бабушка – маленькая и сухонькая, в скромном темно-синем платье и белом платке – бодрым колоколом катилась по улице. Я порой с трудом за ней поспевала. Мы подошли к двухэтажному зданию в глубине двора, и я потянула на себя тяжелую дубовую дверь, пропуская бабушку вперед. Внутри было прохладно и пусто, солнечные пятна лежали на ступеньках лестницы. Я трогала пальцами дерево перил и думала о том, что, несмотря на пугающее название, здесь довольно-таки уютно. Возле нужной нам двери никакой очереди не было. Мне вообще казалось, что во всем этом большом доме мы – одни, ни души кругом, ни часового с винтовкой, как почему-то представлялось мне, ни строгих людей в форме... Фу-ты, господи, книжеч, что ли, старых начиталась?

Бабуся остановилась перед дверью и покачала головой.

– Не пойду я. Давай-ка, дорогая, обратно...

– Не дури, баб... – шепотом возмущилась я. – Иначе я одна пойду...

Мне показалось на мгновение, что у нее дрогнули уголки губ. В полутьме коридора казалась она очень бледной и какой-то непривычно растерянной. Я реши-



тельно постучала и после короткого «да-да» дернула на себя ручку двери.

Ничего такого страшного в этой комнате не было. Стол, четыре стула, молодецкий лейтенант, согнувшийся над кипой бумаг. Да, я умею разбирать воинские звания, меня брат научил. Он оказался даже везлив, этот человек в форме – встал при нашем появлении, предложил сесть и только после этого осторожно вынул из папье-бакки слегка помятое извещение. А я отошла к окну. Здесь – не мое дело. Пока лейтенант рылся в толстой папке, я пристально смотрела на бабуся. Она сидела с таким суровым видом, что на минутку мне показалось – сейчас начнет отчитывать этого молоденького парня, как нашкодившего мальчишку. Губы ее беззвучно шевелились, а взгляд был неподвижен.

Лейтенант нашел наконец нужный листок, вынул его из папки, несколько секунд вчитывался в него, словно буквы не мог различить. Потом поднял глаза на бабуся:

– Сергей Михайлович Валуев, – спросил он, – 1912 года рождения?

– Да, – строго сказала бабушка.

– Место жительства до применения репрессии – Москва?

– Да, – сказала бабушка.

Лейтенант спрашивал ее о чем-то еще, называл какие-то статьи и пункты указов – я не слушала. Отвела взгляд в окно и задумалась – до оцепенения. Солнечные лучи металась по полу, воробьи за стеклом дрались за хлебную корку. Я рассматривала эту комнату и пыталась представить – себя в ней, арестованную. Вот если бы я тогда... А потом украдкой скрестила пальцы – пронеси, господи, избавь меня от такой участи.

Лейтенант вытянул из ящика стола какие-то бумаги и заполненную квитанцию. Потом откашлялся, встал и одернул форму. И, словно робот, четко, официально и равнодушно проговорил:

– На основании статьи третьей закона Российской Федерации «О реабилитации жертв политических репрессий» от 1991 г. Валуев Сергей Михайлович, осужденный пятого мая тысяча девятьсот сорок первого года, мера наказания – расстрел, реабилитирован.

Я вздрогнула и, вынырнув из потока мыслей, посмотрела на бабуся. Лицо ее было совершенно белым, и я рванулась к ней, выдирая из кармана джинсов валидол. Лейтенант меж тем говорил что-то о какой-то компенсации, называя сумму и протягивал бабусе квитанцию, бумагу, еще что-то...

– ... Вы можете получить деньги в комнате номер три по этому ордеру...

– Компенсация, – странным, не своим, мертвым голосом сказала бабуся. – Компенсация...

Она взяла из рук лейтенанта квитанцию и пару секунд сжимала ее в ладонях. Потом отстранила меня, снова повторила, уже громче:

– Компенсация...

Резким, размахистым движением разорвала она квитанцию и кинула ее на стол. Сказала почти беззвучно:

– Сволочи...

И, не замечая меня, пошла к выходу.

Я кинулась за ней, отдирая зубами крышечку от флакона с валидолом. Но, вылетая из двери, успела услышать, как грохнул по столу лейтенант и яростно заорал:

– Да, вашу мать, я-то здесь при чем?! Меня тогда на свете не было!

«Зело парня – видно, не впервой ему такое говорят», – отчего-то с сожалением подумала я машинально, сбегая по лестнице. Догнала я бабуся только у выхода.

Мы шли молча, и я едва успевала за быстрыми бабушкиными шагами. Через пару кварталов я взмолилась:

– Баб, давай посидим. Жарко же...

Бабуся глубоко вздохнула и замедлила шаг. Огляделась, словно впервые видела эту заросшую тополями улицу. А потом посмотрела на меня и тихо-тихо попросила:

– Сонюшка... давай в церковь зайдем, а?

Я едва не упала там же, где и шла. Прабабушка моя – атеистка-безбожница – с Создателем была в отношениях очень сложных. Она, конечно, признавала, что «есть где-то что-то», но до нормальной веры этому было, как до Луны. Никогда не молилась, слова «О Боже!» произносила в минуты сильных переживаний исключительно как фразеологизм и всегда полагалась только на собственные силы. И вдруг – нате вам. Я взяла ее под руку, прижалась к ней – маленькой, сморщенной. Сказала так же тихо:

– Пойдем, ба...

А когда купол с золоченым крестом укрыл нас от солнца своей прохладной тенью, бабушка вдруг задержала меня.

– Погоди-ка... Давай-ка посидим вот тут, я тебе что скажу...

Я послушно усидела ее на скамью недалеко от входа. Она долго шевелила губами, словно не решаясь, словно не зная, с чего начать. А потом зашептала – так тихо, что я наклонилась к самым ее губам, чтобы разобрать...

– Поженились мы... в тридцать шестом. Хорошо жили, хоть и бедно. Наденька родилась... А в тридцать девятом его арестовали...

«Его – это прадеда», – догадалась я. Наденькой была моя, ныне покойная уже, бабка.

– Арестовали... а потом выпустили – прямо через три месяца. Тогда такое редкость было – даже если не виноват, все равно назад дороги не было. А Сережу выпустили. И жить стали мы лучше... ему доплачивали за что-то – говорил, на кафедре полставки взял дополнительно, вещи мы новые стали покупать. Защитился, степень получил. Коленка родился, потом Алешка. А в сорок первом, в марте месяце, снова забрали. Алешке тогда два месяца было. У них в институте скандал случился, профессор один... шпионом оказался. Сережин научный руководитель... завкафедрой или как там у них. Я думала – по этому делу и Сережу притянули. Там полкафедрой перепересажали... В июне его расстреляли... восемнадцатого. Кабы не дети – руки бы на себя наложила, так я любила его... и сейчас люблю...

Бабушка замолчала, но я не смела торопить ее. Глядела, потрясенная, – по щекам ее, впадым, морщинистым, впервые на моей памяти текли слезы.

– А потом, уже при Хрущеве, здесь мне знакомый наш встретился московский, Пантелей. Сережин друг, работал с ним вместе. Он мне и рассказал.

Она опять замолчала, передыхая.

– Сережа мой тогда... когда первый раз его взяла... В общем, его потому выпустили, что он доносчиком стать согласился. Как тогда говорили – осведомителем. Об этом один Пантелей знал, никто больше... кроме них. То ли убедили его, то ли... уломали... не знаю. А может, испугался за нас... за меня, за Наденьку. Так два года и работал на них. А потом, когда заставили его на профессора донос написать, – отказался. Пантелей мне тогда сказал: «Есть предел человеческой подлости». Профессор-то, Павел Иванович, Сереженке много добраго сделал – и с диссертацией помогал, и потом. Сережа на него едва не молилась. Вот и...

Бабушка посмотрела на меня.

– Никому не говорила об этом. И против всяких реабилитаций была. Мужа мне этими справками не вернешь, а если б вскрылось все... зачем вам такая память? И тебе бы не сказала, да, чую, умирать мне скоро. Прости ты меня, Сонюшка... Тебе решать теперь, тебе судить. А лучше – не суди. Не суди. Не понять вам, не увидите, как мы тогда жили...

Голос ее прервался.

Я схватила бабушкины ладони и стала покрывать их поцелуями. Она сидела все такая же – прямая и строгая. А потом сказала:

– Иди теперь... Домой иди. А я зайду... Помолюсь за него, окаянного, любимого. Некрещеная я, ну да Богу все равно – услышит, должен услышать. А ты иди...

Она встала и, не оглядываясь, пошла к церкви. А я сидела на скамейке и смотрела ей вслед.

Она будет рассказывать Богу о своем муже. А я подожду ее. Пусть это будет даже очень долго. Впрочем, вряд ли долго – Бог поймет ее, должен понять с полуслова. Иначе где взять ей силы? ☹

«От ответа к ответу – сомнения...»

СЕРГЕЙ БРЫКОВ, студент факультета экономики и права МГТУ им. Г. И. Носова. Стихи пишет с 16 лет. Перед вами первая публикация стихов Сергея – его литературный дебют.

*Любить – не обдумывать дважды,
Только сказанное вскользь – важно.*

*Горы, неба коснувшись, дышат,
Только то, что прекрасно – выше.*

*Нас спасет в этом мире нежность,
Только в капле мгновения – вечность.*

*Мимолетные мысли легки,
Только то, что на сердце, – стихи.*

Academia

*Пусть великое будет неназванным,
Кульминацией речи – молчание,
Равнодушие будет наказано,
В каждой мысли – любовь и страдание,
Напряженность и поиск – в несказанном,
В совокупности все это – знание.*

*Пусть ошибки не будут напрасными,
И из пепла идей между урнами
К жестой розе прибавится красная,
Тишине быть предчувствием бурного,
Из стремлений сильнее всех – к прекрасному,
Из начал самым главным – культурное.*

*Пусть в основе гигантского – малое,
От ответа к ответу – сомнения,
Не деля на «сейчас» и на «старое»
И смачнув паутину забвения,
Между сводами – вьвьсь, между залами
Пронесется: «Vivat Academia!»*

*Последний час весны. Тепло и сухо.
Огромный город, уходящий в ночь.
Мелодия слегка коснется слуха
И тут же тенью ускользает прочь.*

*Они домов, витрин, большой рекламы.
Фонтан с подсветкой. Дальний шум машин.
Обрывок не закончившейся драмы
Скрывает воздуха помятый крепдешин.*

*Живу я, от нежности сердце очистив,
Как осенью сад очищают от листьев,
Из повести дней вырывая страницы,
Забыв о друзьях, перепутав их лица.
Боюсь, что когда-нибудь я не смогу
Заметить монетки льны на снегу,
Боюсь, что в клиентке уже не сумею
Увидеть еще и прекрасную фею.
Боюсь, что пройду мимо ярких картин,
Боюсь не бояться, что буду один.
Боюсь, что пустое пространство квартиры
Прожжет в моем мнимом спокойствии дыры.
Боюсь, что уже никогда не скажу
Того, что я чувствую, чем я быщу.
Боюсь, что поток непрерывных событий
Уже из щеры не позволит мне выйти.*

Ностальгия

*Незнакомый квартал из проема
Не закрытого на ночь окна.
Дальний образ, лишающий сна:
Силуэт на веранде у дома.*

*Столько лет... Но со мной все – равно
Голоса, столько я вот не с ними.
Кто-то падает замертво в Риме,
Но допив из бокала вино.*

*И теперь уж не так далеки
От меня эти милые тени.
И последний оставшийся сеней
Где-то пишет печально стихи.*

Фильмы

*Кустурица. Хейфиц. Феллини.
Лишенные всякой надежды
Непочтены коды мира,
Того, где смачуют маршнни
И рвут дорожке одежки
Герои сердец и эфира.*

*Где хочется плакать, но слезы,
Как данное Богом прощенье,
Прошедшее мимо просящих,
Не падают. Дятля нарковзы
Желающих видеть спасенье
В придуманной жизни. И связных*

*В реальности – серой и скучной,
Ко сну прибавляющей «вещицы»,
Отвергшей иллюзию чуда.
Где из не ручной, но подручной
Материки лепятся вещи,
И схожи любовь и простуда.*

*Рутиня не советует рутиню,
До выдумки явь не дозреть –
Всех тянет к экрану, в экраны –
Им там обещали причину
Того, что причин не имеет.
Тарковский. Ханжонков. Китано.*

*Спокойствие необъяснимо,
Как если бы всего достиг,
Как будто все понято, зримо,
Как будто я уже старик.*

*Как если б штрих – последний, точный
Уже проставлен на холсте,
Как будто тихий сон полночный
Уже блуждает в пустоте.*

*Как если бы проплыли мимо
Мерцания дальних городов.
Спокойствие необъяснимо,
Как смерть или рождение слов.*

*Безлюдны парки. Улицы знакомой
Уводит в пустоту крутой изгиб.
Луна летит ракушкой невесомой,
И проплывают мимо стаи рыб.*

*Так пахнут распустившиеся сиренью
Наши татамары дворы!
И холод предан вечному забвению,
И содзались все правила стары.*

*Мир – сто дорог. Чего мы так боимся?
Когда закончит время свой отсчет,
Продлится жизнь. И мы опять продлимся,
Вновь ничего не зная наперед.*

АЛИНА ЧИНОЧИНА

> МАГНИТОГОРСКУ - 80

Рояль в бараке

МАГНИТОГОРСКУ исполнилось 80 лет. Для ровесников города возраст солидный. Но в сравнении с другими городами Магнитогорск еще очень молод.

За восемьдесят лет город приобрел не только свое лицо и свой характер, но и свою душу. И не удивительно: за короткий срок столько людей приняло участие в строительстве города и комбината, отдавая бескорыстно свой труд, свой талант, свое здоровье. В воспоминаниях бывших магнитогорцев, которых хоть на какое-то время притягивала гора Магнитная, звучат слова любви и благодарности к городу, который научил преодолевать трудности, определил их судьбу, став стартовой площадкой для дел и свершений. Вот некоторые из них, которые хранит архив:

*Я был на Кавказе, видел я Омск,
Кушал манго и гранат,
Но дорог мне больше Магнитогорск
И фламан его – комбинат!*

Эти идущие от сердца строчки написал в год 50-летия Магнитогорска москвич Михаил Павлович Артюхин. В 1930–1932 годах он работал старшим десятником на строительстве ЦЭС и там был избран секретарем первой комсомольской ячейки. По его словам, в начале тридцатых была «труднейшая из труднейших» работа. Ее он сравнивал впоследствии с боевыми действиями на фронте – для выполнения задания требовалось не меньше мужества и отваги, чем на фронтах Великой Отечественной.

Помимо бытовой неустрашенности, сорокоградусных морозов и травмы руки, примершей к железу во время устранения аварии на строительстве ЦЭС, сохранились в памяти Михаила Павловича о Магнитострое песни под гармошку вечерами у палаточного городка будущего Магнитогорска, освещенная прожекторами панорама строительства с шестисотметровой высоты горы Магнитной. И, конечно, запомнились встречи с такими замечательными людьми, как секретарь комсомольской организации Григорий Петелин, бригадир Хабидулла Галиуллин, главный энергетик Матвей Скобелев, корреспондент газеты «Комсомольская правда» Семен Нариньян. Школа жизни, полученная у подножия Магнитной, стала своеобразной путеводной звездой инженера-строителя Михаила Артюхина.

— Всегда с любовью и теплотой вспоминаю свой магнитогорский период, свое детство, свои первые шаги на сцене, — писала в 1996 году в город своей юности артистка Минского академического театра имени М. Горького, народная артистка СССР Александра Ивановна Климова.

В 1929 году восьмилетнюю девочку вместе с семьей судьба забросила в Магнитогорск. Первое, что увидела здесь маленькая Саша, барак, который произвел жуткое впечатление: она сошла его тюрьмой. Но за неказистыми стенами одного из соседних барачков играл рояль. Благодаря этому соседству Саша стала заниматься музыкой параллельно со школьными уроками. Будущей актрисе Магнитогорск запомнился выступлениями известных столичных артистов, которые нередко приезжали в строящийся город. Здесь в 1932 году Саша Климова впервые увидела выступления Московского театра Революции, где начинала свой путь великая Бабанова. Здесь же в Магнитогорске увидела знаменитую Любовь Орлову, приехавшую с концертом... А пока мечта Саши выступать на сцене воплощалась в кружке художественной самодеятельности, затем – в народном драматическом коллективе, где она постигала уроки театрального мастерства.

В годы войны на Урал эвакуировали многие театры, в их числе и московский Малый театр. В 1942 году, увидев на сцене известную актрису этого театра Веру Пашенную, народную артистку СССР, девушка решила, что станет такой же. Через три года первый «мирный» поезд учит Сашу в столицу, где она поступит в театральное училище имени М. Щепкина на курс профессора Пашенной. Мечта Александры Климовой сбылась. За годы в театре она сыграла свыше полусотни ролей, тридцать – в кино. А путевку в жизнь ей дал Магнитогорск.

«С Магнитогорском у меня связано очень много. Здесь прошла моя юность, лучшие годы... Я впервые поднялся в небо здесь, в Магнитогорске», — взволнованно говорил летчик-космонавт Павел Романович Попович, прилетев в наш город в сентябре 1965 года.

В конце сороковых будущий космонавт поступил в Магнитогорский индустриально-педагогический техникум. Как и многие юноши той поры, занимался спортом. В Магнитогорске на Зеленом поле недалеко от поселка имени Держинского обосновался аэроклуб, где готовили планеристов, парашютистов и летчиков-спортсменов. В 1951 году одновременно с техническим будущий летчик-космонавт завершил занятия и в аэроклубе.

Летчик-космонавт, дважды Герой Советского Союза Павел Романович Попович является почетным гражданином болгарского города Торговище, нескольких украинских и российских городов. В том числе и Магнитогорска. Думается, Магнитогорск навсегда останется в памяти космонавта как город юности, где ему помогли впервые подняться в небо.

ГАЛИНА МИРОНЕНКО,
ведущий архивист МУ «Городской архив»

Конни из мешка

> Гора Магнитная в судьбе ветерана Николая Коваленко



В 1942 ГОДУ после окончания школы фабрично-заводского обучения я, 17-летний мальчишка, пришел работать на рудник горы Магнитной, быстро освоил профессию машиниста экскаватора и стал грузить железную руду. Я с удовольствием работал, любил свою сложную машину и содержал ее в хорошем состоянии.

Начальником рудника был тогда Василий Николаевич Серебряков. Человек-легенда! Практически он жил на руднике, выходных не знал, за все годы войны отдыхал всего 10 дней в доме отдыха «Банное» — больше не выдержал, сбегал. Он с уважением относился к трудящимся — лишить рабочего премии для него была высшая мера наказания.

Вспоминаю, как-то я совершил аварию: порезал высоковольтный кабель. Аналогичные аварии были еще у двух машинистов экскаваторов. Их лишили премии, а меня перевели на три месяца в путевые рабочие.

Прошел месяц, Василий Николаевич подходит к мастеру службы пути и спрашивает: как работает Коваленко? Мастер говорит: «Хорошо, но вы его переведите на экскаватор. От него там пользы больше будет, он площадку под железнодорожные пути очень ровно делает».

Мне пришлось бывать на многих горных предприятиях Советского Союза, но таких карьеров, как у нас, я не видел. Некоторые писатели, не зная даже, где гора Магнитная, пишут, что ее

всю срыли. Но она стоит и будет стоять века, как памятник природе. Таких подарков, как тот, что преподнесла нам Магнитная, в мире не было и нет. Руда была расположена практически на поверхности ее западного и восточного склонов. Экскаваторщиком мне пришлось начинать разработку первого горизонта восточного месторождения. 30-40 сантиметров — растительный слой земли, а затем — чистая кристаллическая руда с высоким содержанием железа. БелАЗов в те годы не было, и руду грузили в железнодорожные вагоны.

Отдельные руководители комбината давили на В. Серебрякова, вынуждая давать его больше руды. Но он был настоящий горняк и всегда говорил, что мы должны добычу руды вести грамотно, не забывая о завтрашнем дне. Отгружая руду, одновременно у нас вывозили и горную породу. На склонах горы восточного месторождения были организованы отвалы, куда складировали бедные и промывочные руды. Богатая руда с высоким содержанием серы располагалась в отдельном отвале, затем с пуском алгофабрик ее отгружали на дальнейшую переработку.

У Василия Николаевича были прекрасные помощники по горным работам — начальники смен Фома Евстифеев, Иван Кирилов и Николай Зонов. Директор комбината Григорий Иванович Носов построил им домики у подножия Магнитной, чтобы им легче было держать связь с рудником.

Из всех начальников выделялся Иван Васильевич Кирилов, человек высокой культуры.

Специалисты жили семьями в домах, построенных рядом с рудником

Николай Коваленко, ветеран труда

> ФОТО из семейного архива автора

Брянская партизанская

> Немцы жестоко карали за связь с подпольщиками

В «МАГНИТОГОРСКОМ МЕТАЛЛЕ» прочитал, что депутаты Госдумы от Брянской области выступили с предложением утвердить 29 июня Днем партизан. Именно в этот день в 1941 году СНК СССР принял постановление о том, чтобы на территориях, оккупированных немцами, создавали партизанские отряды.

Как известно, именно в лесах Брянщины был сформирован центр партизанского движения, а численность партизан превысила 80 тысяч человек. Для меня это не просто цифры — я родился в Брянской области, войну застал семилетним мальчишкой и многое помню, в том числе противостояние немцев и подпольщиков.

...В нашей деревне Случок фашисты появились в конце августа 1941-го. На мотоциклах, велосипедах, танках, упитанные, как борзые. Был у нас магазинчик, больше похожий на ларек с продуктами и товарами для быта. Немцы окружили его, поставили в треную фотоаппарат и стали показывать, раздавая старикам товары из ларька. Когда я подошел к одному из них, на меня не обратили никакого внимания. Тогда я осторожно потянул за шнурок, который мы, мальчишки, использовали, пуская воздушных змеев, а в следующую секунду получил такой сильный удар, что летел метров пять. Ребята закричали: «Ты что делаешь?», а немец трижды выстрелил в воздух. От страха я прибежал домой и залез в погреб, но сам вылезти оттуда уже не смог — крепко побил он меня, полгода не ходил...

Вообще во многом они за людей нас не считали. Порой вели себя по-животному: могли на глазах женщины и детей опариться по-легкому, часто выпивали и вели себя несдержанно.

Как-то утром мать доила корову, сестра с братом лежали на печи, а я подбрасывал дровишки. Зашел в хату пьяный немец с ручным пулеметом на плече и сразу на меня — долго гонял по избе и смеялся...

Женщины боялись фашистов, мазались детем, чтоб к ним не приставали. Те же, в свою очередь, во всем видели скрытую угрозу жизни. Например, когда приезжали за продуктами, брали не все подряд. Очень любили молоко и делали так: ждали, когда женщина подоит корову,

процедит ценный напиток, сама выпьет кружку, даст ребенку, только потом наливали в свои фляги. Жили они в соседней деревне, к нам приезжали за продуктами и чувствовали себя хозяевами. Запросто убивали касками и пистолетами кур, отстреливали поросят. Кроме этих безобразий, были и обязательные «поборы»: каждый двор обязан был принести в магазинчик определенное количество яиц, масла, мяса, кур — все это забирала венгры, которых мы называли мадяры — они отвечали за продовольствие на немецких фронтах и в тылу. Только за кроликами немцы приезжали сами и платили марки за диетический продукт.

Когда мы оказались в оккупации, немцы по-своему поделили между селянами землю, скот и лошадей. Кто был ближе к старосте, получил больше, тем, у кого мужья воевали на фронте, вообще ничего не досталось. К приходу фашистов в Случке мало осталось мужчин. Часть молодых определили на полицейскую «службу» — в деревне был взвод полицеев из местных для контроля обстановки. Кто-то добровольно пошел на эту «работу», других, бежавших из немецкого плена, принуждал староста: «Или идешь сам, или я тебя сдаю».

Остальных мужчин постоянно подозревали в связях с партизанами. Одного без особых разбирательств вывезли на окраину деревни, заставили раскопать яму, убили и сбросили в нее. Был под подозрением и мой пожилой дядя. Его посадили в «белую камеру» — так называемую расстрельную, но знакомые охранники помогли устроить побег, и дядя не появлялся в деревне до конца войны. Другой земляк, наоборот, сумел чудом избежать смерти: поселился на окраине деревни у женщины с двумя дочерьми под видом сапожника и зятя. Раз в неделю ездил в районный центр, где останавливались немцы, вроде как на базар. Его никто не трогал, а он тем временем передавал ценную информацию партизанам. Позже выяснилось, что сапожник оказался майором из спецвойск, был женат и имел двоих детей в своей настоящей семье.

Мой отец, освобождавший Западную Белорусию, на начало оккупации тоже жил с нами — у него было серьезное ранение с финской войны. Но дома почти не ночевал. Во-первых, скрывался

и боялся немцев, во-вторых, возил партизанам продукты. А вот с братом сложилось иначе. С 1939 года он служил на Украине, попал в плен, бежал и нашел себя в партизанском движении. В 44-м году при ликвидации немецкой группировки был тяжело ранен в ногу. Командир отряда сказал тогда: «Не сдавайся в плен». Добровольно он не сдался, за что был жестоко казнен: ему выдрали ногти, обрезали уши, выкололи глаза, на спине выжгли комсомольский билет, но никакой информации о партизанах от него не добились...

Летом 42-го на Брянщине действовало 139 партизанских отрядов, под их контролем было около 500 сел и деревень. Помню, как поздним вечером в Случок пришел отряд Дмитрия Павленко из 200 человек и окружил деревню. Им нужны были продукты и одежда. Зашли в нашу хату. Свет погасили, брали все, что могли унести: картошку, сало, валенки, полушубки... Был у матери последний отрез ткани: один взял его, а другой, перед тем как уйти из избы, положил мне материю под подушку — пожалел видно.

...Первое время оккупации было относительно спокойным, потом партизаны стали минировать дороги. Мы с дедом сами видели, как поутру взорвалась немецкая колонна в пяти километрах от нашей деревни. Но и немцы оказались не промах: после взрывов объявляли каждый двор регулярно бороться дороги с пяти до 10 утра. Если не выйдешь на работу или взорвется в том месте машина — сам прощайся с жизнью.

Отступали фашисты тяжело и с ожесточением. Осенью 43-го до грамма приказали сдать зерно, а потом подожди его, чтоб никому не досталось. В каждом дворе тогда был свой блиндаж, но многие предпочитали уходить из деревень, потому что немцы сжигали все, что оставалось позади. Партизаны устраивали им засады, взрывали мосты, пускали под откос поезда... А вот об отравленной воде не смогли предупредить: впоследствии отступавшие отравили колодцы, и вся деревня слегла — заболела брюшным тифом. Я сам тогда чуть не сошел с ума от высокой температуры и еле выжил. Едва наши появились в деревне — заколотили все колодцы, и тиф стал отступать...

ИВАН РАДЧЕНКО,
ветеран труда

> БЫЛОЕ

Беженка Сара

ИЮНЬ 1941 года. Гитлеровцы бомбили наши приграничные города. Бомбы сыпались градом. К тракту подъезжали машины, мгновенно загружались людьми и ехали к железнодорожному полотну. Медленно пыли состав за составом. Люди спешно заполняли вагоны, слезы, стоны не прекращались. Сара делала легко раненным перевязки, но по вагону нельзя было протиснуться. Ехали долго, под Саратовым к каждому вагону был подвезен хлеб.

По кусочку досталось всем. Доехали до Карталов. Здесь столпотворение составов. На запад вели тяжелую технику, облепленную солдатами, на восток — беженцев. На вокзале много людей, перрон и прилегающие улицы полны народа. Часть беженцев увезли в село. Наша семья жила около станции Анненск. Смотрим: военный человек велет за собой толпу людей, зашел в избу, видит, полна детиншек, спросил маму:

— Возьмете на постой хоть одну женщину?

— Конечно, конечно, проходите!

Мама стала хлопотать у печки, а мы рассматривали и расспрашивали нового человека. Она сказала, что ее зовут Сарой, что она еврейка, но это нам ни о чем не говорило, что она бежала из-под бомбежки и что у нее двое маленьких детей. Но где они? Она горько плакала, но была удивительно красивой: черные локоны рассыпались по плечам и ото лба белая седая прядь, кажется на глазах расширяется еще больше, и это ее украшало. Таких красивых женщин мы не видели в деревне. В руках у нее был один грязный сверток — окровавленный белый халат.

Мама наварила картошки, ребятишек попросила топить баню. Сара при разговоре чуть успокаивалась — и опять рыдания.

Утром рано с мамой ушли в санаторий, нам каждому было дано задание, мы с большим усердием старались выполнить: ведь у нас теперь еще появился жилец.

Сара принесла из санатория бумажки, на которых целыми ночами писала письма, наутро треугольнички оставляла на столе, чтобы мы отнесли на почту. Сара писала запросы: куда увезли детский садик из такого-то города? Ночами она почти не спала, гладила и целовала ручонки ребятишек, но крепилась, не плакала, а утром на заре выходила во двор и давала волю своим рыданиям. Она со стоном кричала, простирая руки к небу, волосам, закручивая их на пальцы, резко опускала, и они беспомощно висели, как плети. На этот стон сходились соседи, пытались утешить, каждая женщина по-своему ее утешивала, но тщетно — опять рыдания. Потом шла к реке, она у нас протекала в огороде, долго умывалась и шла в санаторий.

Месяца через четыре ей пришел официальный пакет, она встревожилась и на утро зашла к нам. Мы, ребятишки, оббежали с этой новостью соседей, и они принесли ей в дорогу курицу, яйца, пирожки, со слезами проводили. Она обещала, что если найдет детей, напишет, но письма мы от нее не дождалась.

ВАЛЕНТИНА СКАЧКО

> За восемьдесят лет город приобрел свое лицо и душу

> ПРОПАГАНДА

Гуманный праздник

НАХОДЯСЬ на лечении в нейрохирургическом отделении медсанчасти комбината, был приглашен на празднично-конференцию по пропаганде донорства.

Организовали его медсестры отделения. В доступной форме девчата представили информацию о значимости донорского движения, в театрализованной сценке показали, как люди разных профессий откликнулись на чужую беду. Полезной информацией поделился главный врач станции переливания крови Владимир Лапун, который затем ответил на наши вопросы.

Хочется выразить благодарность персоналу нейрохирургического отделения за поиск новых форм пропаганды гуманного дела – донорства.

ВЛАДИМИР ЗАБАРОВ

> ПРОФИЛАКТИКА

Добрый совет – тоже лекарство

ПАЦИЕНТЫ медсанчасти АГ и ОАО «ММК» уже знают, что персонал стационаров профессионально подходит к профилактике заболеваний.

Уметь грамотно и корректно разъяснить больному причину его недуга, поддержать оптимизм советом – все это очень важно в процессе лечения и способствует скорейшему выздоровлению. Медсестры терапии провели для пациентов стационара профилактический день «Во славу сердца». Здесь были представлены продукты, которые нужно регулярно употреблять, чтобы поддерживать нормальную работу сердца, правила измерения артериального давления. Мы задавали вопросы ведущему терапевту и заведующей вторым терапевтическим отделением Людмиле Пятаевой. Чтобы закрепить полученные знания, медсестры раздали всем памятки о том, как сохранить здоровье сердца.

Полезно от пребывания во втором терапевтическом отделении возросла многократно. Мы получили не только хорошее лечение, но и массу рекомендаций, которым будем следовать в повседневной жизни.

Пациенты терапевтического отделения № 2 МСЧ АГ и ОАО «ММК»

Проект ММК: «Школа спины»

Ее первыми учениками станут доменщики и работники ЛПЦ-5

ПО СТАТИСТИКЕ, боли в спине, особенно в поясничном отделе, – одна из самых частых причин обращения к врачам.

Остеохондроз позвоночника давно попал в ряд самых распространенных хронических заболеваний человечества. В переводе с греческого «остео» – кость, «хондро» – хрящ. Остеохондроз – хронический дистрофический процесс, протекающий в костно-хрящевых образованиях позвоночника, влекущий за собой раздражение прилегающих к позвонкам наиболее чувствительных тканевых образований, в первую очередь нервных волокон и сосудов.

Известно, что после тридцати лет каждый пятый человек в мире страдает дисковым радикулитом, являющимся одним из синдромов остеохондроза. Среди причин временной потери трудоспособности и инвалидности это заболевание занимает одно из первых мест.

В развитии остеохондроза существует несколько периодов, первый из которых клинически проявляется болями в пораженном отделе позвоночника. Диагноз может установить только специалист – врач-невролог – после беседы с пациентом и обследования. Как правило, диагноз уточняют, проводя миелографию, томографию, при необходимости – консультацию нейрохирурга и травматолога-ортопеда.

Чтобы избежать начальной стадии остеохондроза или его обострения, каждый должен соблюдать элементарные инструкции. Вот какие рекомендации на каждый день дают врачи медико-санитарной части АГ и ОАО «ММК».

Не наклонять туловище без опоры на руку. Поднимать предметы с пола не в позе «подъемного крана»,

а согнув ноги в коленях. В этой же позе можно поднимать некоторые тяжести, но без рывка.

Часто менять положежия тела. Не стоять и не сидеть слишком долго. Сидеть за письменным столом, иммобилизовав туловище между невысокой спинкой стула и столом.

Нельзя сидеть или стоять, наклоня туловище вперед: всегда сохраняйте его вертикальное положение. Стоя за работой у кухонного стола, следует одну ногу, полусогнутую в коленном суставе, поставить вперед. Так же нужно стоять и возле умывальника.

Применять различные гимнастические упражнения – йогу, аэробику – только в адаптированном для конкретного пациента варианте.

Остерегаться местного перегрева, особенно в горячей ванне – это на два часа демобилизует мышечный корсет позвоночника.

Избегать сквозняков и переохлаждений. Борьбсь с избыточным весом, включая разгрузочную диету, сбалансированное питание, дозированную нагрузку на тренажерах, зарядку.

Существуют так называемые ортопедические методы лечения. Например, лечение положением, в том числе в остром периоде – на шите или в гамаке

с использованием валика под конечности, под небольшую область. Спать нужно, положив под голову небольшую подушку, оставляя плечо на матраце.

В профилактике остеохондроза помогают оздоровительная ходьба и бег, плавание, гребля на лодке, ходьба на лыжах, катание на коньках. Лечебная физкультура способствует укреплению мышечного корсета и воротника, улучшает кровообращение в пораженных мышечных, фиброзных и нервных элементах, уменьшает отек корешка. Упражнения определяют группы мышц, ЛФК одновременно служит средством расслабления других мышц, уменьшая общее напряжение. Поможет физиотерапия – сухое тепло, ванны, ультразвук или электрофорез с лекарственными препаратами, амплипульс, магнитотерапия. Она обеспечивает стимуляцию защитных рефлекторных реакций, создавая оптимальные условия для восстановления поврежденных тканей. Полезны массаж и самомассаж, в санаторном лечении – различные ванны и грязелечение. Специалисты утверждают: если научиться правильно ходить, стоять, сидеть, лежать, можно предупредить развитие остеохондроза или его обострения

МАРИЯ ТЕПЛОВА

Учитывая распространенность и социальную значимость этого заболевания, в ОАО «ММК» разработали широкомасштабный проект – целевую программу «Школа спины» для работников комбината, чей труд связан с вредными факторами производства. Задача программы – формирование культуры здоровья, которая начинается с информированности о причинах возникновения заболевания, способах профилактики и лечения. Для реализации программы в медсанчасть уже поступили ультразвуковые аппараты, аппараты электролечения, массажные столы. Завершен монтаж современного тренажерного комплекса Ormed relax и «Свинг-машины». Подготовлен кадровый персонал. Лечебно-профилактические мероприятия по предупреждению и развитию остеохондроза в скором времени стартуют на базе здравпунктов пятого листопркатного и доменного цехов.

Жизнь с очками или без?

> Победить близорукость можно разными способами

СМОТРЕТЬ НА МИР без очков и контактных линз врач-офтальмолог Ольга Дашкина учит многих магнитогорцев уже пятнадцать лет.

Ровно столько она работает в медсанчасти комбината после окончания Томского медицинского института. Уже шестой год ее кабинет в поликлинике № 2 оснащен самой современной аппаратурой для лечения и профилактики близорукости.

– Что такое близорукость? Несоответствие силы преломляющих сред и фокусного расстояния, в результате которого человек плохо различает предметы вдаль, – Ольга Юрьевна просвещает очередного пациента. – Как правило, недуг возникает от большой зрительной нагрузки и несоблюдения режима отдыха еще в юном возрасте, лет с десяти. Повсюду изобилие компьютеров, за которыми проводят по несколько часов на работе и дома, при неудобной позе страдает шейный отдел позвоночника, что тоже способствует развитию синдрома зрительного утомления и близорукости. Существует и наследственная предрасположенность, то есть дети родителей, страдающих близорукостью, имеют больший шанс развития этой патологии.

В числе ее пациентов немало ребят, направленных из студенческой поликлиники. На медкомиссию в учебные заведения молодежь приходит уже с нарушениями зрения. Близорукость у двадцатилетних медики диагностируют гораздо чаще, чем прежде, а наличие стопроцентного зрения при трудоустройстве на работу, напротив, становится редкостью.

Вместе с тем, все больше взрослых начинает задумываться о том, как беречь свою зеницу ока. У Ольги Дашкиной даже есть постоянные клиенты – бухгалтеры, проектировщики, наборщики текстов, словом, те, кто постоянно занят с книгами, за компьютером, с чертежами. Идеальным вариантом был бы полный отказ от работы за компьютером, но все мы понимаем, что в современном мире это невозможно. Поэтому

Беречь свою зеницу ока надо смолоду

в российском институте имени Гельмгольца разработали методики по лечению зрительного утомления и прогрессирующей близорукости, которые с успехом применяют в медсанчасти АГ и ОАО «ММК». Профилактическое лечение с помощью капель, таблеток, гелий-неонового инфракрасного лазера и специальных тренировочных программ улучшает кровоснабжение глаза, помогает снимать зрительное утомление и в отдельных случаях повышает остроту зрения.

– В нашем глазу есть специаль-



ная мышца, которая удерживает хрусталик и ответственна за настройку зрения для близи и дали. Она переутомляется, когда ее долго напрягают в одном положении, как любую мышцу тела. Если глазная мышца работает целый день в напряженном состоянии, к вечеру она уже не может сама расслабиться. А если это продолжается изо дня в день, из месяца в месяц, из года в год, то возникает зрительное переутомление, спазм аккомодации, а затем развивается близорукость, – объясняет причинно-следственную связь нездоровья Ольга Юрьевна.

Каждому пациенту доктор Дашкина напоминает об элементарном упражнении. Поставьте метку на прозрачном стекле и несколько секунд смотрите на нее с расстояния 30–40 сантиметров, а потом

– сквозь нее в самую даль. На работе не всегда получается, а дома офтальмологи рекомендуют ставить стол с компьютером возле окна, чтобы сидящий за монитором человек мог периодически поднять глаза и посмотреть далеко в небесную синь.

Те, кому лень самостоятельно заниматься специальной гимнастикой, могут прийти в кабинет поликлиники № 2, чтобы под контролем специалистов тренировать глазную мышцу, заставляя ее работать и отдыхать правильно. Курс лечения на аппаратах для

работников комбината, имеющих полисы добровольного медицинского страхования, абсолютно бесплатный. При комплексном лечении офтальмологи нередко назначают и массаж воротниковой зоны, электрофорез. И, как отмечают пациенты, это дает хороший эффект.

В этом кабинете регулярно наблюдают близоруких, при сопутствующих осложнениях направляют их в офтальмологическое отделение медсанчасти. Там можно пройти амбулаторное лечение по лазерному укреплению сетчатки. Если близорукость прогрессирует, хирурги стационара выполняют склеропластику: именно на эту операцию в последнее время приходится много молодых. Цепочка профилактики и лечения – кабинет

в поликлинике, центр обследования и амбулаторного лечения, стационар – с начала нынешнего года обрела завершающее звено. В результате сотрудничества наших офтальмологов с уфимской клиникой лазерной хирургии «Еврооптик» десятки магнитогорцев от 18 до 40 лет, страдающих близорукостью, так и дальновзоркостью, навсегда сняли свои очки или контактные линзы. Для проведения операции по новой методике с применением эксимер-лазера – на базе гериатрического центра по улице Калинина, 25/1 – в город приезжают уфимские специалисты. Направления на операцию Ольга

Юрьевна выдает после предварительных обследований и лишь при отсутствии противопоказаний.

– Профессиональная необходимость иметь стопроцентное зрение в наше время обретает все большее значение, – отмечает Ольга Дашкина. – В числе пациентов были и милиционер, и спортивный тренер, и газетчик. Кому-то надо пройти медосмотр для работы на высоте, а с возрастом возникла проблема со зрением. Но в основном шли люди, которым просто некомфортно носить очки или линзы. А избавиться от них можно всего минут за пятнадцать – примерно столько времени вместе с подготовкой занимает операция.

Но, как говорится, лучше не наживать проблем, чем пытаться от них избавиться. Ольга Дашкина поделилась советами, как сберечь зрение:

– Регулярно проходить осмотры у офтальмологов, хотя бы раз в год. Соблюдать режим труда и отдыха – если человек работает со зрительной нагрузкой, не важно, школьник это, студент или сотрудник проектного института, через каждые полтора–два часа нужно пятнадцать минут отдохнуть. И не забывайте про общеукрепляющую физкультуру, свежий воздух. Особенно полезны для зрения занятия плаванием и беговыми лыжами

МАРГАРИТА КУРБАНГАЛЕЕВА
ФОТО > АНДРЕЙ СЕРЕБРЯКОВ

> ИССЛЕДОВАНИЕ

Книга спасает от стресса

НЕЙРОФИЗИОЛОГИ Великобритании сравнили, какое занятие эффективнее всего снимает стресс, сообщают «Медицинская газета».

Оказалось, ни музыка, ни прогулка, ни видеопрыжки не расслабляли испытуемых, участвовавших в исследовании ученых из университета Сассекса, так, как обычное чтение. После сильного стресса они обрели успокоение быстрее всего за книгой. Участникам исследования после упражнений, вызывавших стресс, предлагали выбрать способ релаксации, при этом у них измеряли тонус мышц и частоту пульса. Чтение привело к улучшению состояния на 68 процентов за шесть минут. Показатель влияния на снятие стресса прослушивания музыкального произведения – 61 процент, чашки чая или кофе – 54 процента, прогулки на свежем воздухе – 42 процента. А видеопрыжки снижали стресс всего на 21 процент, не улучшая показателей частоты пульса. Исследователи отмечают: для расслабления было не важно, какой именно книгой увлекся испытуемый.

> ОПРОС

Настройся на «завтра»

А КАК Вы боретесь со стрессом и отрицательными эмоциями? С таким вопросом наш корреспондент обратился к женщинам.

Анастасия Павловна, 47 лет, кюскер:

– Борьбсь, по-моему, бесполезно – надо уметь переждать. Старюсь мысленно переключиться, занять себя физически – мою окна, стираю, изобретаю что-нибудь вкусненькое для семьи, строю планы на завтра, интуитивно настроиваясь на позитив. Во всем надо искать положительное. Хуже всего, когда человек не видит перспектив, тогда малейший стресс способен нарушить его жизнь. Улыбайтесь себе и всем вокруг, мечтайте о будущем – и никакой стресс не страшен.

Наталья ВИДОВА, 37 лет, офисный работник:

– Чтение, вязание, шитье – мои способы расслабиться после напряженного дня. Но если было сильное потрясение, то предпочитаю выговориться – бегу к лучшей подруге. С ней разбираем ситуацию на «кусочки», крутим-вертим, рассматривая с разных сторон. Человеку, да еще в волнении, свойственно ошибаться, преувеличивать влияние каких-то факторов на свою жизнь. Подруга помогает мне вновь обрести почву под ногами.

Анна ФИЛИППОВА, 60 лет, пенсионерка:

– Меня спасает земля – все плохие эмоции забирает. С детства люблю работать в саду. Внуки рады моим урожаем, и мне от этого на душе хорошо. А дома с плохим настроением борюсь так: беру кучу газет и отдаваю кроссворды – меня это занятие успокаивает, настраивает на положительную волну. Можно включить комедию, вроде «Операция «Бл»». Наш российский юмор и привычка находить выход из любого положения способны подзарядить жизненную «батарею».

Ольга ВОРОН, 19 лет, студентка:

– Старюсь не допускать негативных эмоций и стрессовых ситуаций. Вовремя получаю зачеты, готовлюсь к экзаменам, чтобы в сессию обойтись без лишнего волнения. Повысить настроение может порция мороженого, шоколад. Но злоупотреблять сладким «лекарством» не стоит, иначе стресс появится от того, какую фигуру увидишь, глядя в зеркало.

ГАЛИНА КАЛИМОВА

> БЛАГОДАРНОСТЬ

Мама снова ходит

ОТ СЕБЯ и МАМЫ хочу поблагодарить великодушных врачей, работающих у нас в городе, за мастерство.

Моей маме Евдокии Савельевне Добровольской 87 лет. Год назад в медико-санитарной части АГ и ОАО «ММК» ей успешно проведена высокотехнологичная операция по замене тазобедренного сустава. Травматолог-ортопед Борис Ашмарин и его коллеги установили немецкий эндопротез, в буквальном смысле поставила маму на ноги. Всю ленинградскую блокаду мама проработала медсестрой в военном госпитале на стрелке Васильевского острова и знает, как тяжел труд хирургов и медсестер.

Стоило только обратиться к Борису Ашмарину, как он сразу без волокиты принял у нас документы, назначил маме обследование, оперативно заменил сустав – а времени для шанса на благополучный исход лечения оставалось немного. Уже на десятый день я забрала маму из стационара. После операции все хорошо зажило. Сегодня мама может самостоятельно ходить. У Бориса Ашмарина поистине золотые руки. Спасибо ему за профессионализм, искусство проведения операций, за то, что помогает людям полноценно жить.

От себя хочу поблагодарить специалистов центра «Агат» – стоматолога Татьяну Джураеву, протезиста Татьяну Шевченко. Эти женщины преданы медицине, для них пациент на первом месте.

Пусть наших врачей сопровождает ежедневный успех в работе.

С уважением

ТАМАРА ДОБРОВольСКАЯ

Праздник встречаем на колесах

➤ «Первая палатка» видела многое, но такое количество «железных коней» – впервые



«ЧЕТЫРЕ КОЛЕСА возят тело, а два – душу». Под девизом наклейки, украшающей байк одного приятеля, в минувшую субботу подписались бы десятки участников велопробега, которые с первыми лучами солнца наводнили город, стекаясь к «Первой палатке». А достигнув места сбора, восклицали: «Как нас чертовски много!»

Накануне соревнований, которых Магнитка не видела долгие годы, точно так же диву давались организаторы пробега. Еще бы: за три дня в мандатную комиссию поступили заявки от 110 любителей велоезды. В назначенный день на марафонскую дистанцию свыше 40 километров подписались еще 68 человек за полчаса до старта! Все они – разного возраста и спортивной подготовки.

Один бы не решился ехать на такое расстояние. В прошлом году ездил на Банное по трассе – небезопасно. А в большой компании – самое то! – рассказывает поклонник велоспорта со стажем Анатолий Плотников.

В свои 75 лет он предпочитает размеренные прогулки до садового участка на «железном коне». Ровесник транспортного средства Анатолия Васильевича – многократный чемпион России по маунтинбайку Виктор Попов, – также на линии старта. Девятнадцатилетнему Виктору не раз покорялись склоны горнолыжного центра «Металлург-

Магнитогорск», но в этот день его задача – усилить дорогу до базы отдыха.

Несмотря на царивший у памятника велоажиотаж, суеты нет. Парни проверяют «двухколесных друзей» на боеспособность, работая насосом и гаечным ключом, девушки до лоска полируют яркие рамы. Кто-то из только что зарегистрировавшихся получил фирменный нагрудный номер и хвалится собрату по педалям удачным совпадением четных цифр. Радости ему добавляет объявление судьей о том, что номера остаются на память участникам уникального для нашего города состязания. На стыке двух праздничных событий – 80-летия Магнитогорска и Дня металлурга – его инициировал союз молодых металлургов. Начинание молодежной организации поддержали в ОАО «ММК» и управлении по физической культуре, спорту и туризму администрации города.

С последней поставленной в протоколе росписью звучит оповещение о предстартовой готовности, и выстроившихся в несколько рядов гонщиков приветствует почетный гость соревнований – министр промышленности и природных ресурсов Челябинской области Евгений Тефтелев: «Отрадно, что самый значимый праздник для магнитогорцев – День металлурга – город встречает не только трудовыми успехами, но и пуском новых объектов

и инвестиционных проектов, но и достижениями в спорте. Велопробег – новое слово для Магнитогорска. А главное, что среди участников – люди разных поколений.

Пожелания легкой дороги, попутного ветра, честной борьбы дают заместитель главы города Владлена Прохоренко и начальник управления информации и общественных связей ОАО «ММК» Владимир Дремов. Выстрел из ракетницы, и гонщики срываются с места.

В головке пелотона – наиболее сильные велосипедисты, призванные несколько разгнать участников по маршруту – улица Комсомольская – Советская – Вокзальная. Велосипедистов сопровождают машины Госавтоинспекции, кареты скорой, автомобиль техподдержки и изумленные жители, которые не были готовы к такому зрелищу. Вместо привычных для пешехода машин по городу со свистом сплещ неслись двухколесные.

Ближе к выезду из города стал свидетелем любопытной картины, как один гонщик со спуска обошел машину тележурналистов, пытающихся на скорости под 80 километров заснять движение колонны. Только усиленно приложившись к педали газа, водитель с оператором сумели оторваться от прыткого велосипедиста. В целом же каждый гонщик придерживался

своей тактики. Одни отбивались от общей группы, объединяясь в пары и тройки, чтобы тащить затем друга до последнего. Другие без претензий на пьедестал наслаждались процессом и не боялись потратить время на пунктах с водой. Соответственно, финишный створ спортсмены-любители пересекали также с разной степенью напряжения мышц.

Тройка лучших в возрастной категории мужчин от 18 до 30 лет определилась за одну минуту. Под номером 47 с результатом 1 час 25 минут и 11 секунд финишировал Олег Можгин, всего на четыре секунды от него отстал Артем Рычков, а еще через десять завершил пробег Петр Тихонов.

Немного отдышавшись, обладатель лучшего времени уже был готов давать комментарии. Рассказал, что ехал на модифицированном горном велосипеде со средней скоростью 35 километров, особо не играя передачами. На пути боролся со встречным ветром и рад, что удалось выжать из себя максимум.

– Увлекаюсь греблей, плаванием, лыжами – всем, что укрепляет здоровье и делает досуг насыщенным. Самое большое

расстояние, какое преодолевал, это путь до Белоречка и обратно. Поэтому к пробегу подготовился основательно: ел шоколад, запивал минералкой для восстановления солей, – делится секретами успеха серебряный призер пробега Артем Рычков.

Сильные эмоции, второе дыхание и почти два часа оставила на трассе председатель магнитогорской федерации бодибилдинга и фитнеса Лариса Денисова. Она первенствовала в одной из категорий для женщин.

– Велосипед – отличное средство общей физической подготовки. Он развивает самое главное по жизни качество – выносливость, – утверждает довольная Лариса.

Завершился пробег, как и подобает, цветочной церемонией награждения. Слова искреннего восхищения всеми, кто испытал себя на прочность в ходе марафона, выразили председатель союза молодых металлургов Егор Кожаев и начальник городского управления по физкультуре Елена Кальянова. Кому как не ей – дважды призеру Олимпийских игр в биатлоне – знать о качествах характера, необходимых в циклическом виде спорта. Вручая победителям награды, организаторы заверили всех велопоклонников: в следующем году город вновь съедет на колесах.

В подтверждение, что сил у магнитогорцев хватит и на большие расстояния, треть участников предпочла вернуться в город на своих «конях», остальные воспользовались автобусами, предоставленными профсоюзным комитетом комбината.

АНТОН СЕМЕНОВ

ФОТО > АНДРЕЙ СЕРЕБРЯКОВ

P. S. С протоколом соревнований можно познакомиться на сайте www.smm.mtk.ru.



Адрес редакции:
455038, г. Магнитогорск,
пр. Ленина, 124/1,
тел. (3519) 35-95-66,
отдел рекламы: 35-65-53.

Учредитель – открытое акционерное общество «Магнитогорский металлургический комбинат» (455002, г. Магнитогорск, ул. Кирова, 93).

Газета зарегистрирована в управлении Федеральной службы по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия по Челябинской области. ПИ № ТУ 74-00052 от 29 августа 2008 г.

Главный редактор
ФРОЛОВ О. В.

Выпускающий редактор
РУХМАЛЕВ С. А.

При воспроизведении материалов «ММ» в печатном, электронном или ином виде ссылка на «Магнитогорский металл» обязательна. Ответственность за программу телевидения, прогноз погоды редакция не несет. За достоверность фактов и сведений ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели. Авторы публикаций выражают исключительно собственную точку зрения, которая может не совпадать с мнением редакции, издателя и учредителя. Письма и рукописи не возвращаются и не рецензируются.



Подписано в печать 13.07.2009 в 19.00. Заказ № 2410. Тираж 79071. Объем 4 печатных листа. Печать офсетная. Подписной индекс 24106. Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, 69).

Тираж сертифицирован Национальной тиражной службой.