

Промплощадка



© Андрей Серебряков

## «За этой цифрой – сотни тысяч судеб...»

Сорок пять лет назад на ММК выплавляли 250-миллионную тонну стали

Утром 22 апреля 1974 года первая мартеновская печь комбината выдала юбилейную плавку, посвящённую дню рождения Ленина. В этот же день Магнитогорскому металлургическому комбинату по итогам первого квартала, как победителю социалистического соревнования среди предприятий чёрной металлургии, вручили переходящее Красное знамя Министерства чёрной металлургии СССР и ЦК профсоюза работников металлургической промышленности.

Это было значимое событие. За четыре года до этого, к столетнему юбилею вождя, предприятие прошло рубеж 200 миллионов тонн стали, в память о котором установлен памятник возле Дворца имени С. Орджоникидзе. И вот

– 250 миллионов тонн. В честь нового достижения в печи № 35 выполнена отливка в форме вертикального слитка, на лицевой стороне которого выгравирована надпись: «За право варить юбилейную плавку боролись все сталевары, и выпала эта честь лучшим!» Одновременно с бригадой первой мартеновской печи юбилейную плавку выпустили комсомольско-молодёжный коллектив 35-го двухванного агрегата, а также коллектив 21-й мартеновской печи.

С тех пор ушли в историю мартеновские печи. Им на смену пришли современные кислородно-конвертерные и электросталеплавильные агрегаты

...Владимир Степанов, с которым беседовала ваш корреспондент, в 1974 году ещё не работал на мартене, но с

гордостью рассказал, что в роли подручного сталевара был участником другого важного события на первой мартеновской печи – выплавки 350-миллионной тонны стали.

Семья Владимира приехала в Магнитогорск из Узбекистана, когда парень закончил восемь классов. В училище № 47 выучился на сварщика, до армии проработал по специальности в Уралстальконструкции. А вернувшись со службы, принял решение пойти на комбинат – престижно, стабильно. Тогда в газете печатали объявления о наборе на обучающие курсы по рабочим специальностям. Через полгода с «корочками» подручного сталевара Степанов пришёл на мартен. Высоких слов о призвании этот сдержанный, серьёзный мужчина не говорит. Просто раз и навсегда по-мужски решил: трудно не трудно, надо работать.

Продолжение на стр. 2

Коротко

• Депутаты Магнитогорского городского Собрания уточнили показатели бюджета Магнитогорска на 2019 год. Расходы увеличены на 414 миллионов рублей и составили 15,5 миллиарда. Дополнительные средства пришли из вышестоящих бюджетов. Они направлены на выполнение полномочий администрации по социальной поддержке детей-сирот, реконструкции энергосистем городского хозяйства, социальные выплаты на приобретение жилья, возмещение затрат электро-транспорта. Более 290 миллионов рублей направлено на капитальный ремонт драматического театра им. А. С. Пушкина и очередной этап строительства трамвайной линии по проспекту Карла Маркса до улицы Зелёный Лог.

• В Магнитогорске произошло ДТП с участием KIA Cerato и «ВАЗ-21140». 59-летний водитель отечественного авто скончался на месте, 38-летний владелец иномарки госпитализировали. Как сообщает отделение пропаганды ГИБДД, авария произошла вечером 18 апреля на улице Грязнова. Водитель «ВАЗа» при выполнении левого поворота столкнулся с иномаркой, после чего наехал на электроопору. Обстоятельства ДТП выясняют сотрудники Госавтоинспекции.

• Челябинская область попала в число регионов с большим количеством люксовых авто. Рейтинг опубликовало аналитическое агентство «Автостат». Аналитики агентства насчитали в Челябинской области 105 автомобилей, кото-

рые относятся к классу «люкс». Это 11-й результат в стране. В целом по России насчитывается 12,7 тысячи автомобилей сегмента Luxury. Среди наших соседей в число лидеров попала также Свердловская область (5-е место, 178 люксовых авто). Первое место занимает Москва (6800 автомобилей). Также в лидерах Московская область, Санкт-Петербург, Краснодарский край, Ростовская область, Татарстан, Самарская область, Чеченская Республика и Ставропольский край. Интересно, что ни один регион с самым большим количеством люксовых автомобилей не попал по итогам 2018 года в число регионов с самым быстрым ростом экономического развития, по данным Минэкономразвития. А ряд территорий даже показали спад.

Горсобрание

### Апрельская повестка

Сегодня депутаты МГСД рассмотрят 15 вопросов. Главным станет отчёт главы города Сергея Бердникова о работе за 2018 год. Кроме того, об исполнении бюджета за прошедший год расскажет заместитель градоначальника по экономике и финансам Александра Макарова.

Руководитель комитета по управлению имуществом и земельными отношениями Марина Хазова отчитается о деятельности администрации города по управлению муниципальным имуществом и земельными участками, а также о внесении изменений в порядок формирования перечня муниципальной собственности, предназначенного для оказания имущественной поддержки субъектам малого и среднего предпринимательства.

Подробнее о принятых МГСД решениях «ММ» расскажет в ближайших номерах. Обращаем внимание горожан, которые следят за заседанием МГСД в онлайн-режиме, что трансляция начнётся в 9.00.

Событие

### В четверг – эстафета!

Послезавтра состоится 71-я весенняя легкоатлетическая эстафета на Кубок газеты «Магнитогорский металл». В этом году традиционный старт, по многолетней традиции открывающий новый летний спортивный сезон на ММК, посвящён грядущему 90-летию нашего города.

На старт вновь выйдут более 100 команд (из них два десятка детских) – это более тысячи участников! Пожалуй, только массовые ежегодные всероссийские старты «Кросс наций» и «Лыжня России», проходящие в городе, да традиционный пробег «Азия-Европа» по масштабам могут сравниться с легкоатлетической эстафетой на призы нашей газеты.

Парад открытия для участников взрослой эстафеты состоится в 17 часов у центрального входа легкоатлетического манежа ЧУ ДО «СК «Металлург-Магнитогорск». Перед соревнованиями взрослых (и это тоже стало хорошей традицией) на старт выйдут воспитанники дошкольных образовательных учреждений. Для них одиннадцатый год подряд будет организована детская эстафета, к которой малыши готовятся не менее серьёзно и основательно, чем взрослые спортсмены.

Как сообщает пресс-служба городской администрации, в связи с проведением 71-й весенней легкоатлетической эстафеты на кубок газеты «Магнитогорский металл» 25 апреля с 17.20 по окончании мероприятия будет прекращено движение транспортных средств на трёх участках дороги.

Автомобилисты временно не смогут проехать по улице Октябрьской на участке от дома № 24 по улице Набережной до площади Октябрьской, по улице Ленинградской на участке от площади Октябрьской до улицы Набережной, по улице Набережной на участке от улицы Ленинградской до улицы Октябрьской.

Водителей просят быть внимательными и соблюдать требования дорожных знаков.



Цифра дня

45%

Столько россиян хотя бы один раз становились донорами крови, из них 14 процентов сдавали кровь два-три раза, а 19 процентов – более трёх раз, по данным ВЦИОМ.

Погода

Ср +1°...+15°  
с-з 2...6 м/с  
728 мм рт. ст.



Чт +3°...+11°  
с-з 2...4 м/с  
728 мм рт. ст.



Пт +3°...+12°  
с-з 4...6 м/с  
731 мм рт. ст.



## Компенсации

## В оперативном режиме

В пятницу состоялась очередная встреча руководства администрации города с жителями дома № 164 по проспекту Карла Маркса. В ходе обсуждений были затронуты актуальные для магнитогорцев темы и даны разъяснения по волнующим их вопросам.

На данный момент идёт выдача уведомлений жильцам, которые изъявили желание сменить место жительства до первого апреля, не дожидаясь результатов заключения госэкспертизы.

– Кроме того, на основании заявлений мы подготовили списки людей, которые решили переехать уже после первого апреля, – рассказал заместитель главы города Юлий Элбакидзе. – После утверждения списков им тоже будут вручены уведомления.

Жители сегодня вправе приобрести жильё на вторичном либо первичном рынках самостоятельно или с привлечением администрации. Постановлением Правительства Российской Федерации сумма выплаты компенсации определена в размере 31 тысячи 725 рублей за один квадратный метр.

– На сегодня администрация города приобрела три квартиры с отделкой жителям седьмого и восьмого подъездов, – уточнил Юлий Элбакидзе. – Жилплощадь была предоставлена в соцнайм. Хотелось бы ещё раз напомнить, что мы готовы пойти навстречу и оказать любое содействие в подборе жилья.

Теперь все усилия мэрии направлены на то, чтобы магнитогорцы тратили как можно меньше времени на оформление документов.

– Наши специалисты готовы в любой момент по звонку жителя подъехать и подписать необходимые заявления, – резюмировал заместитель главы города. – Также в постоянном режиме действует штаб, обратившись в который, пострадавшие могут получить необходимые консультации специалистов. Телефоны: 40-26-23, 40-50-02, 40-30-31. Все документы и актуальная информация в оперативном порядке размещаются в разделе «Карла Маркса, 164» на официальном сайте муниципалитета.

## Пожары

## Горящие выходные

В минувшие выходные в Челябинской области произошло 18 природных пожаров на площади 112,3 гектара, сообщает пресс-служба главного управления лесами региона.

Возгорания произошли на территории Брединского, Карталинского, Миасского, Кыштымского, Увельского и Чебаркульского лесничеств. На тушении были задействованы 154 человека и 51 единица техники.

Всего с начала пожароопасного сезона на территории лесного фонда области ликвидировано 48 лесных пожаров на площади 278,6 гектара.

Напомним, во время пожароопасного сезона в лесах запрещается разводить костры в хвойных молодняках, на горячих, на участках повреждённого леса, в местах рубок, не очищенных от порубочных остатков и заготовленной древесины, в местах с подсохшей травой, а также под кронами деревьев. В других местах разведение костров допускается на площадках, отделённых противопожарной минерализованной полосой (ширина – не менее 0,5 метра).

В случае обнаружения лесного пожара необходимо немедленно звонить на единый номер лесной охраны: 8-800-100-94-00 (звонок бесплатный) или в региональную диспетчерскую службу по тушению лесных пожаров по телефонам: 8-(351)-261-65-54, 261-65-55. Также южноуральцы могут оставить сообщение на интернет-портале [помоги-лесу74.рф](http://помоги-лесу74.рф).

## Исследование

## Дорого внимание

Примерно 90 процентов россиян согласны на сверхурочную работу, если работодатель будет максимально о них заботиться. Об этом сообщает РИА «Новости» со ссылкой на исследование HeadHunter.

80 процентов также готовы на этом условии делать не связанную с их обязанностями работу. В то же время 47 процентов считают, что работодатели о них плохо заботятся. Довольны отношением к ним только пять процентов опрошенных.

Меньше всего заботу замечают работники науки и образования и сферы безопасности. Выше всего оценили заботу люди, занятые в сферах управления персоналом и информационных технологий.

Больше всего россияне, как показал опрос, ценят такие аспекты рабочих отношений, как своевременную выплату зарплаты (70 процентов), удобное рабочее место (33 процента) и уютный офис (29 процентов). Достойную зарплату указали 26 процентов респондентов, а проведение корпоративных мероприятий – 25 процентов.

Апрельский опрос, проведённый сервисом Rabota.ru, показал, что россияне чаще всего на работе раздражает необоснованная критика – об этом высказалась почти половина участников опроса (44 процента). Второе место среди раздражающих факторов заняла внезапная дополнительная нагрузка. Она не устраивает более четверти опрошенных (27 процентов). Чуть меньше (26 процентов) респондентов страдают от собственных ошибок и недочётов.

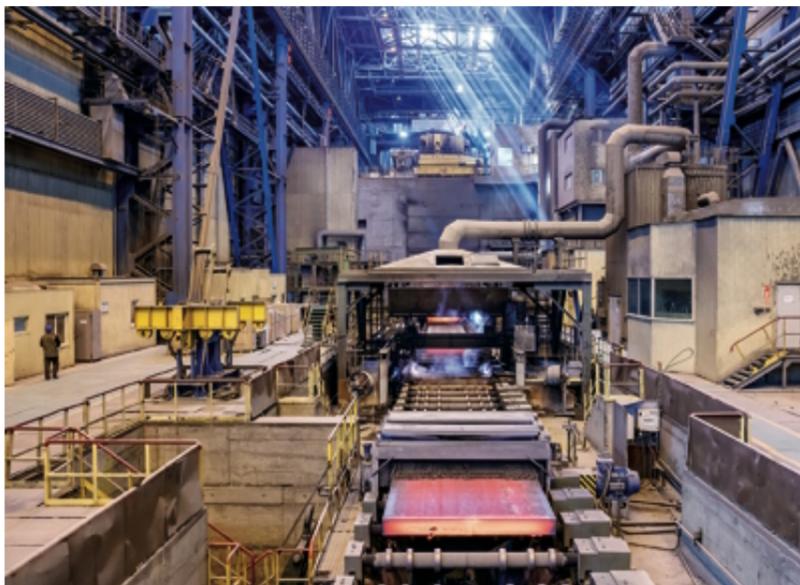
## Промплощадка

## «За этой цифрой – сотни тысяч судеб...»

Сорок пять лет назад на ММК выплавляли 250-миллионную тонну стали



Владимир Степанов



Денис Микутский, оператор МНЛЗ



Ю. Андрей Серебряков

Окончание.  
Начало на стр. 1

– Когда стали закрываться мартеновские печи, позвали в новый кислородно-конвертерный, – рассказал Владимир Степанов. – Но начальник до последнего не отпускал. И лишь перед новым 1994 годом, когда оставили второй мартен, я перешёл на ККЦ. Сначала работал подручным, потом сталеваром. Так что в этом году в январе отметил 25-летие работы на конвертере.

Развитие сталеплавильного производства заменило мартеновский способ получения стали более прогрессивными – кислородно-конвертерным и электросталеплавильным. Кислородно-конвертерному процессу присущи более высокая производительность, меньшие удельные капиталовложения и затраты по переделу, комплексная механизация производства.

Кислородно-конвертерный процесс, благодаря высоким технико-экономическим показателям, занимает ведущее место в современном сталеплавильном производстве. На конвертерах выплавляют больше 65 процентов производимой в мире стали.

Кислородно-конвертерный цех ММК вошёл в строй в 1990 году. Были выведены из эксплуатации мартеновские цехи № 2 и № 3. Мартеновский цех № 1 стал электросталеплавильным – в 2006 году здесь вошли в строй две крупнейшие в России дуговые электропечи суммарной производительностью четыре

миллиона тонн стали в год. Тогда же с пуском в электросталеплавильном цехе двух сортовых машин и машины непрерывного литья заготовок комбинат полностью отказался от разлива стали в изложницы, что позволило решить задачи уменьшения материальных и энергетических затрат, осуществить настоящий экологический прорыв.

Сегодня кислородно-конвертерный цех в составе трёх большегрузных конвертеров с годовой производительностью свыше десяти миллионов тонн в год считается самым мощным среди аналогичных цехов мира. Именно туда отправилась бригада журналистов, чтобы посмотреть, как сегодня плавят сталь.

Снаружи цеха идут строительномонтажные работы – собирают полупортальную завалочную машину для подачи металлического лома в конвертер. Её монтаж начали в прошлом году, в этом должны завершить

Вместе с ведущим инженером по организации и планированию труда Дмитрием Найдёновым на лифте поднимаемся на рабочую площадку на отметке 12 метров. Проходим мимо третьего конвертера – тишина. Агрегат на плановом ремонте: заменили футеровку, теперь специалисты настраивают оборудование перед запуском в работу. На первом и втором конвертере процесс плавки идёт полным ходом.

На отметке 9,6 метра, куда спускаемся по узкой лестнице, – разливочная площадка.

– На участке внепечной обработки сталь доводят до нужной температуры и химического состава, чтобы получить нужную марку стали, и загружают в машины непрерывного литья заготовок, – объясняет Дмитрий Найдёнов.

Вспоминаю, что на этом участке я была не так давно – снимали репортаж о разливе стали Анатолии Дубровской. Здесь же работает и его сын.

– А у нас не одна династия здесь, – с гордостью говорит Дмитрий Юрьевич. – На кислородном конвертере трудятся главы металлургических династий Анатолий Гусев, Андрей Шатров. Оба работают уже по многу лет, образно можно сказать, через их руки прошла вся конвертерная сталь.

Поданным на 17 апреля в кислородно-конвертерном цехе провели 628124 плавки. Самым продуктивным для цеха стал 2006 год, когда отмечено максимальное производство стали – выплавлено десять миллионов 249 тонн стали. В том же году, в августе, достигнут максимальный месячный показатель – 901851 тонна стали. С момента пуска цеха 2 ноября 1990 года производство конвертерной стали достигло 220 миллионов тонн – этот контрольный показатель ожидается в ближайшие дни, в конце апреля. И снова актуально зазвучат строки стихотворения Александра Павлова, написанного в честь выплавленной 250-миллионной тонны стали: «Ещё события в памяти свежи, за этой цифрой – сотни тысяч судеб. За ней уже такие рубежи, что нас потомки явно не осудят».

Ольга Балабанова

К юбилею Победы



Из архива «ММ». Андрей Серебряков

## Никто не забыт

На аппаратном совещании в администрации города говорили о ходе подготовки к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне

**В 2020 году будет отмечаться 75-летие Победы в Великой Отечественной войне. На федеральном и областном уровне приняты нормативные правовые акты, направленные на социальную поддержку ветеранов Великой Отечественной войны, а также увековечение памяти погибших и умерших ветеранов.**

– На заседании российского организационного комитета «Победа» в декабре 2018 года Владимир Путин потребовал, чтобы все обязательства со стороны государства чётко, неукоснительно выполнялись, а власти на местах знали нужды каждого ветерана и решали эти проблемы в приоритетном порядке, – напомнила начальник управления социальной защиты населения Ирина Михайленко. – На учёте в управлении социальной защиты населения состоит 4738 ветеранов войны, вдов и детей погибших участников войны.

Специалисты управления социальной защиты изучили социальное положение ветеранов, обследовали условия их жизни. С 2008 года субсидию на улучшение жилья получили 84 ветерана. Остаются в очереди четыре вдовы умерших ветеранов. На ремонт квартир выделяется единовременная выплата. За последние три года приведено в по-

рядок жильё 77 ветеранов. Нуждается в этой помощи ещё 61 человек.

С учётом пожилого возраста ветеранов Великой Отечественной войны и членов их семей для них организуется особый медицинский уход, проводится ежегодная диспансеризация участников и инвалидов войны. К тем, кто не может дойти до поликлиники, бригада медиков приезжает на дом. В каждой больнице назначен отдельный врач для ведения этих пациентов. При необходимости участники и инвалиды войны направляются в Челябинский областной клинический терапевтический госпиталь.

– В преддверии юбилея Победы в городе проводятся встречи, в которых ветераны, несмотря на возраст, активно участвуют, – рассказала Ирина Михайленко. – В мае планируется торжественный приём губернатора Челябинской области. Запланированы традиционные акции «Маршрут памяти», «Бессмертный полк», «Георгиевская лента». Состоятся парад, концерт «Симфония Победы». В этом году «Маршрут памяти» завершится поездкой лучших юнармейцев и активных ветеранов в Волгоград на Мамаев курган, а позже



Ольга Балабанова

планируется посещение Берлина. В учреждениях культуры, образования, спорта, социальной защиты планируются обширные программы с участием ветеранов, учащихся школ, воспитанников детских садов.

**Ко Дню Победы более трёхсот магнитогорских ветеранов войны получат персональные поздравления от президента страны и подарок от администрации города**

Оргкомитетом «Победа» принято решение о выпуске юбилейной медали «75 лет Победы в Великой Отечественной войне».

В рамках мемориальной работы организуется замена и установка за счёт областного бюджета памятников участникам войны, умершим до 12 июня 1990 года. Сегодня в реестре на замену памятников числятся 134 умерших.

– Как отметил президент Владимир Путин, недопустимо, чтобы День Победы, саму историю Великой Отечественной сопровождали акции «под отчёт», – резюмировала Ирина Михайленко. – Эстафету памяти принимают уже правнуки победителей, и эта память должна оставаться чистой и объединять наше общество.

Ольга Балабанова

Выборы

## Выход артиста на политическую сцену

**В минувшее воскресенье стало ясно, что украинскому шоумену Владимиру Зеленскому, по крайней мере на ближайшие пять лет, придётся поступиться своей весьма успешной актёрской карьерой.**



Популярный в России и в своей родной стране артист триумфально победил во втором туре выборов президента Украины. По данным экзитполов, 41-летний Зеленский, уроженец промышленного центра Восточной Украины – города Кривой Рог, вчистую переиграл пока ещё действующего главу государства Петра Порошенко и набрал 73,2 процента голосов против 25,3 процента у оппонента. Когда будут объявлены окончательные результаты второго тура выборов, цифры могут немного измениться, но суть уже не поменяется. Владимир Зеленский в ближайшие пять лет будет занимать пост президента Украины.

На пресс-конференции в своём штабе, состоявшейся сразу после завершения выборов, избранный глава украинского государства даже в шутку предложил переименовать собственное детище, студию «Квартал 95», в «Квартал «73» – по числу процентов голосов, набранных им во втором туре.

Итоги второго тура выборов президента Украины почти буквально совпадают с предсказаниями всех социологических служб этой страны, говоривших о троекратном превосходстве молодого кандидата над конкурентом. Иного мнения до последнего придерживались лишь «придворные» советники Порошенко, успокаивавшие заказчика двукратным отставанием.

Нового лидера Украины уже в воскресенье поздравили многие западные политики. «Победителю украинских президентских выборов Владимиру Зеленскому позвонил президент США Дональд Трамп. Телефонный разговор состоялся по инициативе американской стороны», – пишет «Украинская правда» со ссылкой на собственные источники в штабе кандидата. Ранее Зеленского также поздравили президент Франции Эммануэль Макрон, о чём сам кандидат в президенты сообщил в Facebook.

Сразу после оглашения результатов экзитполов Владимир Зеленский пообещал народу Украины, что не подведёт его, и поблагодарил жену и полицию за помощь, а Службу безопасности Украины – за то, что «держала в тонусе». В свою очередь, Порошенко признал поражение, но пообещал остаться в политике.

Пока, впрочем, Зеленский меньше всего думает о ближайшем будущем и обязательствах перед США и ЕС и просто празднует безоговорочную победу, с которой согласился и его соперник. Судя по первым высказываниям, обещание организовать Порошенко встречу с прокурором Зеленский тоже пока отложил.

Владислав Рыбаченко

Госконтракт

## Регион уточняет границы

**Определён подрядчик по описанию границ между Челябинской и Свердловской областями. Этой работой займётся чувашская компания.**

Минимущества Челябинской области заключит контракт с компанией «Земля» из города Чебоксары, которая должна выполнить землеустроительные работы по описанию границ между двумя регионами и внести эти сведения в единый государственный реестр недвижимости (ЕГРН). Итоги открытого конкурса были подведены 15 апреля, сообщает пресс-служба ведомства.

На конкурс поступили заявки от четырёх предприятий. Победителя определяли не только по предложению цены, но и по наличию опыта выполнения таких работ. С компанией «Земля» будет заключён государственный контракт, согласно которому работы по описанию границ должны быть выполнены до первого ноября этого года. Протяжённость границы между регионами составляет 310 километров.

Как напоминают в министерстве, эта работа проводится в целях улучшения инвестиционного климата в Челябинской области. В 2018 году регион определил границы с Оренбургской и Курганской областями, в 2020-м предстоит уточнить границу с Башкортостаном.

Кошелёк

## Какие продукты подешевеют после Пасхи

**Перед праздником Пасхи повышается спрос на постные продукты, а в предпраздничную неделю – на куриные яйца. Эксперты рассказали «Российской газете», какие продукты подешевеют после Пасхи, которая в этом году приходится на 28 апреля.**

– С апреля до октября-ноября стоимость яиц уходит в нижнюю часть диапазона и резко повышается к Новому году и Пасхе, – рассказала представитель Ассоциации «Руспродсоюз» Ирина Нагайцева. – Перед Пасхой, как правило, рост небольшой, в пределах 10 процентов, и краткосрочный. Причём пиковые темпы роста наблюдаются за неделю

перед праздником. Сразу после него на рынке наблюдается снижение цены.

В прошлом году рост розничных цен на яйца в среднем по стране составил три процента. Спустя неделю после Пасхи цена вернулась к предпраздничным показателям, добавляет она.

Огурцы и помидоры, хотя и постный продукт, но с середины апреля дешевеют. Это связано с ростом предложения продукции из лёгких теплиц, говорит эксперт. Эта тенденция продолжится и после Пасхи.

– Так, на прошлой неделе отпускные цены на «гладкий» огурец уже начали снижаться ввиду переизбытка предложения, в ближайшее время аналогичную динамику мы ожидаем и на рынке томата, – говорит эксперт.

Зато заметно подорожали в рознице

грибы – шампиньоны, вешенка, – рассказывает глава Грибного союза, член Ассоциации «Теплицы России» Анатолий Фирсов:

– Сейчас в пост цены несколько завышенные, примерно на 30–40 рублей, но уже в мае стоимость грибов снизится. Обычно через пару дней после окончания поста цена прилично падает, и это естественная годовая динамика.

Тем не менее, за год грибы выросли в цене. Связано это с ростом спроса на них. С годами этот продукт становится всё популярнее. К тому же стало больше вегетарианцев, добавляет Анатолий Фирсов.

А вот мясо после Пасхи подорожает. С мая начинается «шашлычный сезон», вслед за ростом спроса растёт и цена на мясо, считает Ирина Нагайцева.

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ** 

**ПО ПРОТИВОДЕЙСТВИЮ**

**МОШЕННИЧЕСТВУ**

Телефон: 24-30-30, e-mail: 24-30-30@mmk.ru

455000, г. Магнитогорск, ул. Кирова, 93, абонентский ящик 000

Персона

# Когда бумага крепче стали...

Сегодня Станислав Рухмалёв принимает поздравления с семидесятилетием



© Евгений Рухмалёв

**Писать материалы о людях незнакомых мне легко – за это и люблю свою работу. А вот о близких – невыносимое мучение: слова кажутся либо вычурными, либо пафосными, либо слишком уж ироничными. Вот и о сегодняшнем юбиляре писать трудно – ведь это для других он почти легенда, поднявший журналистику Магнитогорска на новый уровень.**

Благодаря ему вы, собственно, и читаете эту статью – когда-то именно он сделал из комбинатской многотиражки солидную городскую газету, самое тиражное подписное издание в стране. Словом, для всех он – создатель и первый главный редактор общегородской газеты «Магнитогорский металл» Станислав Александрович Рухмалёв. А для меня – второй отец, свёкор и любимый дед Слав моего сына. Поэтому не обессудьте, если материал этот получится слишком уж личным.

Свою первую статью в «Магнитогорском металле» я написала в 2001-м, только придя работать в радиоредакцию управления ММК вместо девочки, уехавшей замуж за границу – собственно, о ней и была статья. Сдала материал, занялась рабочими делами. В кабинет вошёл Станислав Александрович с распечаткой в руках – я внутренне ждала: если главный редактор и заместитель начальника управления информации ММК в одном лице сам заходит к тебе поговорить, добра не жди. «Умница! Прочитал – будто свежего воздуха глотнул», – похлопал меня по плечу, вышел.

Помню, остолбенела: а что – так бывает? У Рухмалёва только так и было: сам статьи писал, материалы журналистов вычитывал, газету верстал, беседы проводил, встречался с посетителями – а их в газету приходило десятки за день. И никого не обидит, каждому и доброе слово найдёт, и деньгами при надобности поможет. Ой, а сколько не вернули долгов – это отдельная история. Но в людях он не разочаровывался – снова наступал на грабли собственной доброты.

Сегодня уже мало кто помнит, что при активной поддержке Станислава Александровича Рухмалёва, имеющего особую любовь к книгам и писателям, в Магнитогорске появился литературный конкурс имени Константина Нефедьева. Начинающие и мастеровитые писатели, встречи и обсуждения, выездные сессии... На одной из них разгорячённая богема рассорилась: началась потасовка, Рухмалёв попытался было утихомирить мастеров пера, но – под горячую руку досталось и ему. «Ну, что делать – творческие люди, пар выпустили!» – рассматривал он потом, посмеиваясь, перед зеркалом подрехтованный зуб. Думаете, он оставил конкурс Нефедьева или обиделся на писателей? Ничуть не бывало: и публиковал их в газете, и помогал им издавать книги, и поддерживал литературное объединение «Магнит», долгое время собиравшееся потом на свои заседания в конференц-зале «Магнитогорского металла».

Станислав Александрович – тот самый случай, когда мечта становится реальностью. Он с детства знал, что будет журналистом, дебютировав в «Магнитогорском ра-

бочем» аж в седьмом классе школы с заметкой «Коммунисты, вперёд!» Статья была небольшой, но первую славу принесла: учительница торжественно прочла её перед всем классом и одобрительно покачала головой: «Станислав, у тебя большое будущее». Оттачивал остроту пера в школе юных корреспондентов, а также читая книги. В семье их не было – книги в то время были удовольствием дорогим и, если помните, очень дефицитным. Зато брат матери Виктор собрал целую библиотеку – к нему домой и бегал читать. По абонементу дяди Вити и библиотеку металлургов посещал. И, глядя на ровнёнькие полки с тысячами книг, мечтал: когда-нибудь у него в доме будет так же. Через десятилетия мечта сбылась – но кто бы знал, как её плоды будут мешать семье, которой в доме места почти нет – всё заняли книги. Но об этом чуть позже.

После школы Станислав Александрович устроился работать на городское радио, но, получив первую зарплату, понял: на журналистские доходы особо не разгуляешься, а в семье, кроме него, ещё две сестры – родителям помогать надо. И он пошёл на производство – работал в котельноремонтном цехе. С высшим образованием поначалу не сложилось: начитанный и умный парень, он с лёгкостью поступил в Магнитогорский педагогический институт, но в самом начале первого учебного года понял: не тому ему надо учиться, книги читать он и сам умеет. На заявление Рухмалёва отчислить его по собственному желанию педагоги отреагировали широко раскрытыми глазами и долго уговаривали его опомниться. Но Рухмалёв уже всё для себя решил – и пошёл в армию. Служил на Дальнем Востоке в артиллерийских частях. Сыновья говорят, об армейских буднях особо не рассказывал – разве что вспоминал неповторимые красоты тамошней природы.

Вернувшись в Магнитку, устроился в «Магнитогорский металл». Понимал ли судьбноность того шага, думаю, вряд ли. Хотя судьбу «ММ» поменял определённо.

**Молодого «дембелька» старшие товарищи обожали – пестовали, подкармливали, изгоняя армейскую худобу, и мечтали его женить – отдать, так сказать, в надёжные руки**

Владимир Каганис – старейший ветеран «Магнитогорского металла» – однажды дал Станиславу телефон «одной хорошей девочки». А Станислав, уже успевший к тому времени пережить большую и несчастную любовь, только-только нашёл новую музу. Красивая, она заходила в трамвай, в котором он ехал на работу, и читала «Финансиста» Теодора Драйзера, не обращая ни на кого внимания. А он любовался ею и не осмеливался подойти – ну как прервать чтение «Финансиста»? Потому на предложение Каганиса, подумав, согласился – и позвонил. Сначала просто разговаривали по телефону, потом договорились встретиться. Только не смейтесь: на свидание пришла... та самая красавица из трамвая. Через год женились, вместе с Альбиной Александровной они уже сорок восемь лет.

В 1973-м, когда старшему сыну

– моему мужу Евгению Рухмалёву – исполнилось восемь месяцев, на весь Союз прогремел призыв ехать на очередную комсомольскую стройку – в узбекский город Навои. Рухмалёвы решились. Там-то всё и завертелось: из рядового журналиста Станислав Александрович вырос в главного редактора республиканской газеты «Знамя дружбы», собкора всесоюзного информационного агентства ТАСС, стал большим человеком, с которым считалась вся республика. В Узбекистане получил и высшее образование – окончил Ташкентский государственный университет. В семье тоже всё было хорошо: в Навои родился второй сын Дмитрий, жена нашла любимую работу, Рухмалёвы перевезли к себе тещу с сестрой Альбиной Александровны.

Но случился развал Советского Союза – сын Евгений учился тогда на втором курсе Навоийского филиала ТашГУ. Русских гнали, обучение перешло на узбекский язык – и Женя написал письмо во все российские вузы: так, мол, и так, прошу разрешить продолжить обучение на родине. Это судьба – согласием ответила только Магнитка, и в Педагогический институт, ректором которого тогда был Валентин Романов, он и приехал. Жилось трудно: стипендия – сами знаете, какая, денежные переводы между бывшими республиками СССР прекращены, так что родители помочь не могли. Подрабатывал – вёл кружок фотографов и всё равно голодал. По своим тосковал очень, как-то на каникулах удалось купить билет на поезд в Навои: в вагонах людей, как в трамвае в час пик, по очереди сидели, спали стоя. Приехал, во дворе сел на скамейку и, не решаясь зайти, целый час со слезами глядел в горевшее окно родной кухни, где сутилась мама, батя – дети называют Станислава Александровича именно так... Через год в Магнитку вернулись и они. Спрашиваю мужа: «А если бы на твой запрос ответила Москва – они поехали бы за тобой в столицу?» Отвечает, чуть подумав: «Наверное, всё-таки вернулись бы в Магнитку – батя уж больно сюда рвался».

В Магнитогорске карьера тоже состоялась довольно быстро. Талант и работоспособность Рухмалёва заметили, росла карьера, получил квартиру. Обещали двухкомнатную – и Женя рассказывает, как, открыв дверь и увидев, что комнаты три, Станислав Александрович звонил начальнику тогда ещё отдела информации ММК Верникову: «Евгений Наумич, ты квартиру перепутал!» – «Всё нормально, заселяйся, Стас!» – засмеялся тот в ответ.

**Это немудрено: на работе Рухмалёв выкладывался полностью, обеспечивая информационную поддержку комбинату в самые трудные для предприятия времена – в середине и конце девяностых**

И даже потом, когда наступил политический и промышленный покой, буквально жил в управлении: в шесть утра уже на работе, в девять вечера – ещё в кабинете.

Все мы, родные, боялись его выхода на пенсию: привыкнув гореть на работе, опасались, что не сможет совладать с высвободившимся временем. Но он и тут продемонстриро-

вал мужской характер: ушёл – как отрезал. За четыре года не вышло ни одной его статьи, не последовало ни одного звонка с советами, как надо или не надо делать газету. А вот с днём рождения до сих пор поздравляет каждого в коллективе – он помнит все даты.

Куда девает свободное время, спросите? У него есть дача в башкирском посёлке Миндяк – это вечный строительный и хозяйственный экзамплен Станислава Александровича. Там он всё делает сам – изредка нанимаемые рабочие из трудолюбивых муравьёв сразу превращаются в сибаритов, которые у Рухмалёва не работают, а отдыхают – и семья понимает, почему: он пытается им угодить – вкусно готовит, мягко стелет, преподносит рюмочку. В итоге расстаётся – и снова делает всё сам. И давно бы доделал, кабы не книги, имя которым – легион. В каждом книжном магазине, на каждой библиоармарке Рухмалёва знают и оставляют ему многочисленные фолианты. Их он бережно отвозит в Миндяк и заполняет всё вокруг. Нет, раз в год честно делает в доме генеральную уборку – разберёт одну комнату, расставит всё по местам, перенесёт остатки в другую комнату. Потом займётся ею – перенесёт в третью, и так по кругу. А книги всё появляются и появляются. Для них на участке строится новый дом, оборуодуются комнаты...

Миндяк – это отдушина нашего отца, в нём он действует эмоционально, а не рационально. Вот проснулись утром, глядь – во дворе вырос небольшой домик. «Да дровник построил. А что, хорошее место, где дрова запастись», – хвалится работой Станислав Александрович. Ну, хорошо: умылись, позавтракали, съездили на часок в лес или на озеро, возвращаемся – нет дровника! «Да чего-то подумал: не место ему тут». Его фразы – а у Рухмалёва старшего очень тонкое чувство юмора – расходятся среди близких: «Бать, а где мой пиджак?» – «А где ты из него вылупился?» Или – если Евгений проведёт генеральную уборку в доме и не пускает туда отца с его вечными книгами: «Ты смотри, устроил тут заповедники!» Или на замечание жены: «Слава, а ты чего эту рубашку надел – она же грязная?» – «Почему грязная? Я её погладил!»

А ещё свободное время он наконец начал тратить на путешествия – то, за что боролась всю жизнь его семья, пока любому отдыху он предпочитал работу, накапливая неизрасходованный отпуск за пять и более лет. Мы, заядлые путешественники, причили его ездить с нами, и жена нарадоваться не может: он даже составляет рейтинги понравившихся стран. Тайланд, Вьетнам и Индия – не очень, грязно. До недавнего времени нравилась Турция, но теперь на первое место, кажется, выходит Европа – только что вернулись с Альбиной Александровной из Чехии.

Он может не моргнув глазом потратить несколько тысяч на книгу – и при этом складировать баночки-скляночки: вдрут понадобится – и покупать не надо. Он категорически отказался напоминать редакции о его дне рождения – не хочет досажать своим юбилеем. Но я точно знаю, что ему будет приятно читать эти строки.

Коллектив «Магнитогорского металла» от всей души поздравляет своего батю с 70-летием! Будьте здоровы, живите долго и, знаете что – пишите! Об истории становления нового комбината, который творили в том числе и вы, о новом увлечении – путешествиях... Вы ведь соскучились по перу, я точно знаю. А мы соскучились по вашим статьям.

Рита Давлетшина

## Образование



Ю. Дмитрий Рухманов

# Сделай правильный выбор

## В МГТУ прошёл день открытых дверей

**Студенты расхваливали свои институты и факультеты, танцевали, пели, предлагали гостям вуза взять на себя управление роботами. По столам ездили миниатюрные, но мощные машины, которые необходимы в производственном процессе. Можно было построить почти настоящий дом и, конечно, узнать побольше о металлургии.**

Денис Готовцев, уже изучающий в МГТУ машиностроение, привёл друзей. Пообещал, что будет интересно. Его приятель, одиннадцатиклассник Максим рассказал, что ему всё понравилось, собирается поступать именно в этот вуз. Правда, ещё не определился с факультетом, но профиль точно будет технический и непременно связанный с металлургией. А учащаяся школы 47 Виктория отметила, что её привлекает лингвистика либо педагогика с преподаванием иностранных языков. Десятиклассница планирует подавать документы сразу в несколько вузов, в том числе и в другие города России.

Алексей приехал из Верхнеуральска. Он учится в 11 классе, увлекается дизайном и волейболом. Его мама Анна Валерьевна, преподаватель школы искусств, подумывает о строительном-архитектурном будущем сына. Алексей пока не уверен.

Десятиклассник Дмитрий хочет стать программистом. Честно признался, что планирует учиться в Питере, а в МГТУ пришёл на всякий случай. Юлия Исаева и Владлена Бородина казались сёстрами, были очень похожи и отвечали на вопросы хором. Смеялись, отмечая, что это заблуждение многих, а на самом деле они очень разные. Одна подумывает о медицинском будущем, другая о химфаке. На сцену большого актового зала тем временем уже вышел хор вуза,

чтобы спеть гимн. Так что разговоры пришлось прекратить.

Проректор по учебной работе МГТУ Ольга Назарова подчеркнула, что университет – лучший в регионе, и у него всё в порядке с трудоустройством. От работодателей поступает больше заявок, чем выпускников. Другое дело, что не все хотят уезжать из города.

– МГТУ – 85 лет, и это 85 тысяч историй успеха наших выпускников, – обратилась к молодёжи Ольга Леонидовна. – Перед вами стоят очень большие задачи. Необходимо подготовиться и хорошо сдать ЕГЭ, но одновременно вы должны принять очень важное решение о вузе, форме обучения, образовательных программах. Это непросто. Надо обладать полной информацией о том, что представляет из себя то или иное направление подготовки. Нет ничего хуже, чем учиться на нелюбимой специальности и трудиться на нелюбимой работе. Сделайте правильный выбор. Надеюсь, что поможем принять решение.

Доцент управления по международной деятельности Екатерина Медведева рассказала о договорах МГТУ с несколькими десятками стран. Программа академической мобильности предполагает семестровое или годовое обучение студентов в университетах других государств. Например, со второго курса можно получать высшее образование в вузах Чехии, Италии, Франции, Болгарии, не теряя при этом стипендию и бюджетное место в МГТУ. Студенты, заканчивающие вуз, получают возможность пройти стажировку за рубежом. Многие выигрывают индивидуальные гранты на обучение. Екатерина Михайловна отметила, что для участия в программе нужно знать иностранный язык и не иметь академических задолженностей. Помочь с изучением языков могут в университете, на специальных курсах.

Школьникам рассказали об институтах МГТУ, где можно получить гумани-

тарное образование, узнать все тонкости бизнеса и управления, энергетики, электроники и программирования. По-знакомили с институтом горного дела и транспорта, а также строительства, архитектуры и искусства, естественных наук и стандартизации. В литейной лаборатории университета прошёл мастер-класс, который показали преподаватели института металлургии, машиностроения и материаловедения, а будущих физиков и тренеров пригласили во Дворец спорта МГТУ.

В вузе разыгрывались призы, и некоторые молодые люди получили сертификаты на прохождение пробного ОГЭ или ЕГЭ, профориентационного тестирования, а также билеты в кино с открытой датой. Праздник на этом закончился, но, конечно, двери МГТУ по-прежнему открыты для всех желающих.

**В этом году университет может принять две тысячи абитуриентов на бюджетной основе и столько же на коммерческой**

– В этом году на триста мест больше, – отметила ответственный секретарь приёмной комиссии МГТУ Зоя Акманова. – Поработали и над тем, чтобы появились новые образовательные программы в области электроники, педагогического образования.

Зоя Сергеевна рассказала, что в прошлом году наиболее популярными среди абитуриентов были институты гуманитарного образования, металлургии и машиностроения. Добавила, что в университете работают подготовительные курсы, которые могут повысить шансы на поступление. **Более подробную информацию можно получить на сайте МГТУ [magtu.ru](http://magtu.ru) или на страничке «ВКонтакте»: [https://vk.com/priem\\_mgtu](https://vk.com/priem_mgtu)**

Татьяна Бородина

## ЕРКЦ

## Биллинг, консультации и приём платежей

**На аппаратном совещании директор МП «ЕРКЦ» рассказал об основном функционале ведомства.**

Среди основных задач Единого расчётно-кассового центра – ведение базы данных по потребителям, или финансово-лицевых счетов. Кроме того, центр несёт ответственность за сбор и обработку данных, расчёт объёма потреблённых услуг и начислений за ЖКУ с учётом перерасчётов платы, формирование и печать платёжных документов.

– Специалисты центра проводят консультации для населения, предоставляют информацию гражданам и службам города, – рассказал директор МП «ЕРКЦ»

Александр Леднёв. – И, конечно, принимают платежи. Центр расширяет способы оплаты. К примеру, есть возможность оплатить коммунальные услуги без комиссии в любом отделении Банка «Куб». Также ЕРКЦ предоставляет информацию в УСЗН и ведёт регистрационный учёт.

Но есть ряд функций, которые центр больше не осуществляет. ЕРКЦ больше не заключает договоры социального найма и приватизации жилых помещений, потому что муниципальная услуга передана в орган местного самоуправления. Убрали информационный блок на оборотной стороне платёжного документа – реклама на квитанциях запрещена.

– ЕРКЦ хранит документы регистрационного учёта и выдаёт справки из домо-

вых книг, карточек регистрации до 1 июня 2019 года, момента окончания обмена информацией с МВД России по Магнитогорску, – напомнил Александр Леднёв. – Ситуация в этом вопросе неоднозначна из-за правового пробела в действующем законодательстве РФ. Расторгают договор по ведению учёта и отдельные управляющие компании, требуя отдалить документы регистрационного учёта. Пока управляющим компаниям отказываем, что стало причиной судебного процесса. Задача центра – передать документы регистрации в городской архив, потому что с 1 июня 2019 года информационный обмен будет прекращён, и документы регистрационного учёта перейдут в статус архивных.

Присоединяйтесь!

## Дни чистоты

**С наступлением тепла в городе началась активная работа по наведению порядка в рамках весенней санитарной уборки.**

В Магнитогорске 19 апреля прошла череда массовых субботников, в которых участвовали жители всех возрастов. Наводить порядок в сквере Трёх поколений вышли 350 человек. Среди них – учащиеся школ и лицей, представители ТОСов, работники магазинов, депутаты Магнитогорского городского Собрания, совет ветеранов. За два часа усердной работы удалось собрать 1500 мешков мусора.

Также силами школьников, ТОС и депутатского корпуса был убран сквер имени И. Х. Ромазана. В мероприятии участвовали около ста человек. Учащиеся МОУ «СОШ № 56» в составе 80 человек привели в порядок сквер имени М. Ю. Лермонтова. Наводить чистоту на проспекте Пушкина и улице Маяковского вышли специалисты администрации Орджоникидзевского района. Всего собрали 150 мешков мусора. Представители администрации Ленинского района провели субботник в сквере Ветеранов Магнитки. Сотрудники ООО «Магнитогорскгазстрой» 20 апреля убрали улицу Электросети. Сотрудники МБУ «ДСУ города Магнитогорска» провели очистку набережной.

Традиционно на весеннюю уборку выходили и работники градообразующего предприятия, которые прибрали улицу Луговую, а 21 апреля – территорию в районе десятой проходной.



Библиосумерки

## 90 минут из жизни города

**Центральная детская библиотека имени Н. Г. Кондратковской приняла участие во Всероссийской акции «Библиосумерки-2019». В этом году все события были посвящены юбилею Магнитогорска. Дети и родители совершили вечерние прогулки «90 минут из жизни города», сделав для себя много удивительных открытий.**

Праздничное настроение чувствовалось уже в фойе – работал «открытый микрофон», где гости праздника читали вслух стихотворения, посвящённые родному городу. Юные краеведы с помощью фломастеров и восковых мелков на «юбилейном плакате» дарили яркие и красочные поздравления любимому Магнитогорску.

Продолжились вечерние прогулки игровой программой. Читатели 3–5 классов стали участниками брейн-ринга «Моя Магнитка». Дошкольников и первоклассников ждали на информ-турнире «Город мой – гордость моя», посвящённом истории и современной жизни Магнитогорска.

Для всех, кто любит мастерить своими руками, открыли работу креативные мастер-классы. В будничной мастерской «Городские символы» дети сделали герб и книжные закладки с эмблемой Магнитогорска. На театральном занятии «А я хочу актёром стать?» желающие смогли испытать себя в сценическом мастерстве, прочесть по ролям пьесу о городе. Во время мастер-класса «Юбилейные сувениры» ребята разрисовали эксклюзивные тарелки, а из синельной проволоки изготовили брелоки.

А ещё на время проведения праздника библиотека превратилась в Научно-исследовательский институт чародейства «Сумасшедшая лаборатория», представленный студией детского праздника «Феерия». Дети окунулись в чудесный мир фокусов и настоящих чудес, происходящих в городе «М». Варили сказочную кашу, пробовали на вкус разноцветный туман из газировки и увидели, как изменился в пробирке цвет загадочной жидкости всего за пять секунд.

Никому не пришлось скучать в библиотеке в этот вечер, все нашли дело по душе. Восторженные эмоции и ребячий смех показали: «Библиосумерки» удалась на славу.

Гельсина Лукманова,  
главный библиотекарь  
ЦДБ имени Н. Г. Кондратковской

## Практика

Каждый определяет счастье по-своему. Многие считают, что это возможность получить то, о чём мечтаешь. Некоторым кажется, что ребёнок непременно будет успешным, если воплотит мечты родителей, а не свои, ведь они у него неправильные. Нередко папы и мамы подрывают веру маленького человека в себя, повторяя ужасные слова: ты не сможешь, у тебя не получится.

## Воспитание оптимизма

– Уверенность в себе необходима детям и взрослым, – говорит кандидат психологических наук, директор автономной некоммерческой организации содействия благополучию семьи «Открытый институт проектирования» Ирина Бузунова. – Это ощущение безопасности, способность преодолевать препятствия, стрессы, делать выбор, принимать решения, нормально учиться и жить. Не путайте уверенность с самодовольством и хамством.

Когда ребёнку не хватает чувства защищённости, то он нервничает, тревожится. Такие дети часто идут на поводу у сверстников, не чувствуют ответственности за свои действия, вина в проблемах других людей. Мальчишки и девчонки с развитым ощущением защищённости более склонны проявлять инициативу в незнакомой ситуации и способны лучше выполнять задания. Они смело задают вопросы, высказывают мнение и готовы участвовать в новой деятельности, а также отвечать за то, что сделали.

– Основа уверенности – стабильность и безопасность, – подчёркивает Ирина Владимировна. – Человек чувствует себя в безопасности, если знает, чего ожидать, понимает, что ему ничего не грозит, доверяет окружающим и способен предвидеть последствия событий. Безопасная среда начинается с дружелюбия в семье, воспитания оптимизма, безусловной любви и заботы. Создайте атмосферу теплоты, доверия и уважения. Сделайте дом надёжным убежищем – как с физической, так и с эмоциональной точки зрения.

Вместе с тем, ребёнок не будет уверенным в себе, если не развивать его самостоятельность и ответственность. Так что следует побуждать детей брать на себя больше обязательств, учиться самообслуживанию в раннем возрасте. Например, самому одеваться, готовить бутерброды, завязывать шнурки и наводить порядок в комнате. Стоит разработать план поведения в чрезвычайных ситуациях. Или хотя бы обсудить это.

– Дети любят быть полезными, – заверила Ирина Владимировна. – Когда родители и другие взрослые доверяют ребёнку и поручают ему домашние важные дела, это способствует формированию уверенности,

## Свобода выбора

Уверенность в себе делает детей более успешными



Из архива «ММ», Андрей Серебряков

повышает мотивацию, ответственность. Полезно подчёркивать вклад детей в благополучие окружающих, их помощь. А при назначении задания важно оговорить, когда оно будет считаться окончательным, как именно его нужно выполнять, какую роль оно сыграет. С маленькими детьми можно несколько раз выполнить задание вместе.

## Банка сюрпризов

Ребёнку необходимо понимать, какого поведения вы от него ждёте и чего хотите. Жизнь, по мнению Ирины Бузуновой, отлично упорядочивает режим дня и определённые требования. Всем взрослым следует договориться о единых правилах и, конечно, тоже соблюдать их. Может быть, следует составить график выполнения работы по дому, школьных заданий, отбоя и подъёма. В него можно включить всё что угодно. Только не увлекайтесь. Чрезмерно насыщенные графики, как правило, очень быстро нарушаются. А потом о них и вовсе забывают.

– Обсудите и определите правила вместе с ребёнком, – рекомендует психолог. – Не нужно жёстких схем, скорее, это общие указания. Например: «Мы пользуемся чужими вещами только с разрешения владельца, уважаем других и их собственность». Лучше использовать утверждения, а не запреты. Это более действенно и формирует хорошее представление о собственной личности. Например, «не трагич печенье» следует заменить «ты получишь печенье, когда доешь завтрак». Эффективно использовать

просьбы с местоимением «я»: «Я хочу, чтобы ты вёл себя спокойно, когда я разговариваю по телефону», «Мне нравится, когда ты закрываешь двери тихо», «Я люблю, когда ты собираешь свои игрушки».

Следует обсуждать с детьми последствия соблюдения и нарушения правил. Эффект будет большим, если удалось договориться, а не отдать приказ. И хорошо бы отмечать достижения ребёнка, его ответственное следование требованиям дополнительными привилегиями.

– Можно использовать «банку с сюрпризами» после выполнения какого-то важного дела, – предлагает Ирина Бузунова. – Сложить в неё свёрнутые бумажки, на каждой из которых указывается вознаграждение. Например, возможность выбрать на обед желаемое блюдо, съесть кусок шоколадного торта или посмотреть вечером любимый фильм. Список лучше составить самому ребёнку, и он вытягивает «фант» только в том случае, если справился с заданием в установленное время.

## Естественные последствия

Психолог рекомендует обсудить с детьми, почему родителям приходится проявлять твердость и настаивать на выполнении правил. Важно объяснить, что вы его любите и вам очень неприятно применять дисциплинарные меры, но его поведение тревожит. Лучше не заниматься воспитанием в гневе. И если ребёнок злится, есть смысл подождать, когда он остынет. При накале эмоций и детям, и взрослым лучше успокоиться, подумать, а

затем уже можно обсуждать проблемы и плохое поведение.

– Эффективнее использовать не наказание, а метод естественных последствий, – отмечает психолог. – Для этого нужно установить прямую связь между плохим поведением и его неприятным последствием, объяснить это. Например, если ребёнок не сядет за стол вовремя, то его обед остынет. Если устраивает беспорядок, придётся потратить на уборку время, которое можно было бы использовать для игры. Есть и такой вариант: «Если ты не убираешь одежду и игрушки, значит, они тебе не нужны и можно будет их спрятать на неделю».

Правда, последний метод со временем перестает работать. И родители будут вынуждены придумывать всё более жёсткие меры. Менее эффективны такие меры для воздействия на подростков.

– Если вы обычно поощряете ребёнка за хорошее поведение, то последствием плохого может быть отсутствие этого поощрения, – добавила Ирина Бузунова. – Задача метода естественных поощрений – не покарать ребёнка и заставить его страдать, а научить корректировать поведение и видеть логичные последствия собственных действий. Помните, что поощрение хорошего поведения работает эффективнее, чем наказание за плохое. Помогите детям верить в свои силы и учиться управлять собой и своей жизнью.

При всём вышперечисленном мальчишки и девчонки должны знать, что у них есть выбор в отношении того, что им надеть, сказать, куда пойти и чем заняться. Взрослые, впрочем, могут попро-

сить их оценить эти решения или действия. Если они оказались не очень удачными, то после анализа впоследствии, возможно, окажутся лучше. Специалисты полагают, что количество альтернатив следует ограничивать количеством прожитых лет. Если вам кажется, что ребёнок делает всё неправильно, не спешите бежать на выручку. Мы ведь всё ещё хотим воспитать самостоятельных и уверенных в себе людей?

## Коробка страхов

Во многих семьях пренебрегают этими правилами. В результате дети не уверены в себе, не способны на самостоятельные действия и боятся перемен, которые могут оказаться неприятными.

– Объясняйте ребёнку, что планируется и чего от этого ждать, – рекомендует психолог. – Найдите время, чтобы поговорить с детьми о проблемах, помогите преодолеть, не игнорируя и не умаляя их. Помните, что бояться темноты, животных, незнакомых людей – это не смешно. И боязнь попасть в неловкую ситуацию или выставить себя на посмешище – очень серьёзно. Страх темноты не лечится закрыванием в комнате без окон, это жестокость и ничего более. Пусть дети убедятся в том, что они способны контролировать и преодолевать свои тревоги, а не оказываться в их власти.

Может помочь «коробка со страхами». Испугался – написал, бросил в коробку. Потом поговорите. Можно попросить ребёнка составить список всего, чего он опасается. Затем следует вместе подумать, как грамотно вести себя, если такое действительно произойдёт. Подробно обсудите с ребёнком, как именно ему быть и что именно делать в данной ситуации. И разделите страхи на реальные и воображаемые.

– Расскажите о страхах, которые мучили в прошлом вас, – предлагает Ирина Бузунова. – Постарайтесь вспомнить, как вы преодолели эти проблемы. Важно привить детям ощущение, что их семья служит надёжной гаванью, безопасным местом. Страхи и тревоги уменьшаются, а доверие растёт, когда дети учатся предвидеть ситуации, исследовать возможные решения. Для ощущения безопасности необходимы уважение, бережное отношение друг к другу, возможность выбора, ясное представление, что ожидают родители. И, конечно, дети должны знать, что вы их любите, что бы ни происходило.

В заключение напомним, что Ирина Бузунова помимо открытого института руководит проектом «Родительская инициатива: мобилизация ресурсов и повышение компетентности родителей». В прошлом году этот проект выиграл грант президента. Принять участие в нём может любой, кого волнуют проблемы семьи, воспитания, образования. **Все подробности ВКонтакте: <https://vk.com/familysch>**

Татьяна Бородина

## Неделя образования

Научный руководитель института проблем образовательной политики «Эврика» Александр Адамский отметил, что в обществе и государстве есть механизмы, которые позволяют образованному человеку стать более успешным и счастливым. Тогда знания, полученные в школах и вузах, превращаются в человеческий капитал.

Научный руководитель центра мониторинга качества образования Виктор Болотов отметил, что работодатели считают более важным не заучивание формул и стихов, а формирование «мягких навыков», то есть критического мышления, креативности,

## Контроль и надзор

На Московском международном салоне образования состоялась дискуссия на тему «Как оценивать качество образования?»

умения работать в коллективе. Между тем именно предметные достижения учащихся находятся в эпицентре внимания различных проверочных. Эксперты уверены, что позитивной социализации не будет, если контроль и надзор доминируют над реальными задачами, меняют мотивацию детей и учителей на цель сдать контрольную. Впрочем, директор федерального института оценки качества

образования Сергей Станченко призвал критически отнестись к приоритету soft skills. В качестве примера он привёл Англию, которая в какой-то момент перешла на компетентностный подход, а потом вернулась к традиционной системе обучения. Он подчеркнул, что граждане страны должны знать историю, владеть информацией об окружающем мире, природе, здоровье, разбираться во многом

другом. Зубрить всё равно придётся, лёгкой прогулки вместо учёбы не получится. Нельзя отказаться от всего необходимого и получить нечто неведомое.

Оппоненты директора отметили, что ещё пятьдесят лет назад дети в России учились восемь лет. Причём даже эту школу не окончила половина населения. Сейчас школьники обучаются от 14 до 17 лет. И можно поставить более сложные

задачи: и академическую подготовку, и soft skills, и воспитательный компонент.

Эксперты говорили о том, что нельзя во всём обвинять школу и, может быть, вовсе ни к чему предъявлять ей претензии. Ведь на учащегося оказывает большое влияние социально-экономический статус семей, их окружение. Портал «Вести образования» отмечает, что главным выводом стало предложение о возможности различных систем оценки качества образования, но ни одна из них не должна быть основанием для наказания учителя, директора или школы. Следует обратить внимание и на мировой опыт, где наряду с итоговыми есть ещё формирующие оценивание, отслеживающее индивидуальный прогресс ребёнка.

Рабочий квартал

# Движущая сила

Активные участники технического баттла попадают в кадровый резерв Механоремонтного комплекса



© Дмитрий Рухмалёв

Второй год подряд молодые работники крупнейшего дочернего предприятия ПАО «ММК» – Механоремонтного комплекса – участвуют в необычном мероприятии – техническом баттле, который проходит в центре подготовки кадров «Персонал».

В некотором смысле баттл – это современная версия старой доброй научно-практической конференции. Возможно, проработка обсуждаемых тем не столь фундаментальна, но на баттле этого и не требуется, его задача – пробудить в молодых специалистах инженерную мысль, раскрыть их профессиональный и личностный потенциал. Кроме того, такой формат позволяет охватить большее число участников и рассмотреть более широкий круг вопросов. Причины, которые побуждали руководство Механоремонтного комплекса искать новые формы работы с молодёжью, обусловлены временем. Как отмечают специалисты кадровой службы, приток «свежей крови» на предприятие с каждым годом становится всё меньше. Поэтому необходимо показывать молодым работникам перспективы профессионального роста, вовлекать их в научную и производственную деятельность.

– В этом году в состязании приняли участие 50 работников в возрасте до 31 года из всех подразделений Механоремонтного комплекса, – рассказывает менеджер по персоналу ООО «МРК» и по совместительству модератор баттла Юлия Кузнецова. – В состав каждой из пяти команд вошли производственники, инженеры-технологи, конструкторы, управленцы. Задания подобраны так, чтобы все участники могли проявить и hard skills – твёрдые навыки, связанные с технической стороной деятельности, и soft skills – мягкие навыки, которые помогают налаживать коммуникации и продвигаться по карьерной лестнице, так как у современного специалиста не должно быть уклона в какую-то одну сторону.

Технический поединок начался с представления команд. Тема визитки: «МРК = мы: история любви». Уже после первого выступления стало понятно, что в Механоремонтном комплексе работают креативные и весёлые люди, подкованные технически и лингвистически. Всего за несколько минут – в песнях, стихах и видеороликах – участники рассказали о себе и объяснили, за что любят своё предприятие. Общая мысль всех выступлений звучала кратко, но доходчиво: за перспективы.

– Устроился в Механоремонтный комплекс простым рабочим, – рассказывает свою «историю любви» старший мастер участка сборки узлов

и деталей Евгений Ильин, – Постепенно стал расти профессионально и сейчас занимаю руководящую должность. Меня привлекает стабильность: даже тяжёлые экономические кризисы предприятие переживало достойно, так что можно строить долгосрочные планы и не опасаться за своё будущее. Что касается участия в техническом баттле, то считаю этот опыт очень полезным для внутреннего развития: здесь мы оказываемся в стрессовой ситуации и приходится искать нестандартные решения, мобилизовать все свои таланты, навыки и умения, чтобы победить.

Организаторы баттла формировали команды по своему усмотрению, списки объявили незадолго до мероприятия, так что на долгое знакомство времени у участников не было. Встречались после работы, общались в соцсетях, но, по большому счёту, настоящей командой почувствовали себя только во время испытаний. И в этом тоже был смысл: руководителям, которые наблюдали за происходящим, было важно понять, насколько молодёжь умеет работать в команде, прислушиваться к коллегам, находить общие решения.

Для проработки участникам предлагали вопросы, актуальные для предприятия. Один из них – внедрение в Механоремонтном комплексе новых видов продукции и услуг. Технический баттл предоставил молодым специалистам прекрасную возможность проявить себя в этом направлении.

– Предложили участникам подготовить обзор технических новинок, – объясняет Юлия Николаевна. – Для этого им пришлось изучить специальную литературу, почитать научные статьи, поработать в Интернете. Требовалось не просто выбрать интересное техническое новшество, но и показать возможность его применения в деятельности Механоремонтного комплекса. Ещё одним домашним заданием стал анализ нарушений правил охраны труда в конкретных структурных подразделениях. Этой теме руководство Механоремонтного комплекса уделяет самое пристальное внимание. Участникам необходимо было проанализировать замечания, связанные с охраной труда и промышленной безопасностью, и предложить меры воздействия, направленные на минимизацию и полное их устранение. Баттл так и назывался «Цель – нулевой травматизм».

Выступления команд оценивало компетентное жюри, в которое вошли начальник управления персоналом и социальных программ Вячеслав Иванов, начальник службы качества и инжиниринга Алексей Леонидов, начальник службы производства Виталий Подылин, эксперт по технической ча-

сти Дмитрий Войнов, начальник бюро охраны труда Евгений Панурко.

К докладам участников руководителями подходили строго, без каких-либо скидок на возраст. Имея за плечами солидный производственный опыт, все идеи и предложения рассматривали с практической и экономической точек зрения, чего зачастую не хватало молодым специалистам: предлагая техническое новшество, они не всегда продумывали экономические затраты при его внедрении. Благодаря многочисленным вопросам, в том числе и от болельщиков, докладчики совместно с аудиторией дорабатывали «сырую» тему. В этом и заключается задача баттла – всколыхнуть инженерную мысль, вызвать у людей желание думать, изобретать, творить.

– Этот формат позволяет оценить кадровый резерв, – объясняет председатель жюри Вячеслав Иванов. – Во время баттла наблюдаем за каждым участником и берём на заметку наиболее перспективных для их дальнейшего развития. Многих ребят, принимавших участие в первом состязании, включили в различные обучающие программы, в план индивидуальной подготовки и рекомендовали на замещение на руководящие должности.

К слову, члены жюри не только оценивали происходящее, но и принимали в нём самое активное участие. Накануне баттла руководители получили домашнее задание – подготовить мастер-класс по своему направлению, то есть поделиться так называемыми лайфхаками, которые молодые специалисты смогут использовать в работе. Так начальник службы качества рассказал об особенностях отработки поступающих от заказчиков претензий, а начальник бюро охраны труда провёл производственную гимнастику. Учитывая, что мероприятие длилось почти пять часов, разминка оказалась очень даже кстати. Упражнения с удовольствием выполняли и участники, и жюри, и болельщики. Выступление начальника управления персоналом и социальных программ касалось панельной дискуссии, то есть умения аргументировать и отстаивать свою точку зрения. Предложенная для обсуждения тема «Великая держава или у нас всё плохо?» не оставила равнодушными даже зрителей и вызвала жаркие споры.

Команда-победитель технического баттла-2019 получила внушительный денежный приз. Но главной ценностью для молодых специалистов стали всё же не деньги, а новое осознание своей роли на предприятии. «Мы – движущая сила Механоремонтного комплекса», – прозвучало в выступлении одной из команд, и с этим трудно поспорить.

Елена Брызгалова

Происшествие

## На Урале начальника ГИБДД обвинили в «пьяном ДТП»

В городе Чебаркуль Челябинской области выясняют обстоятельства ночного дорожно-транспортного происшествия, участником которого стал начальник городского отдела ГИБДД.

Установлено, что полицейский находился в состоянии опьянения, сообщили в понедельник в ГУ МВД региона. – ДТП с участием руководителя подразделения ГИБДД, находившегося в состоянии опьянения, произошло в ночь на 21 апреля, – сообщили в пресс-службе полицейского главка региона. – Чем именно было вызвано опьянение, пока не установлено. Возможно, это лекарства. Пострадавших нет. Механические повреждения получили только автомобили.

По факту скандального инцидента идёт служебная проверка. В случае признания виновным начальника ГИБДД ждёт увольнение из органов по отрицательным мотивам. Кроме того, его непосредственные руководители будут привлечены к строгой дисциплинарной ответственности, отметили в ГУ МВД региона.

33-летний капитан полиции был назначен начальником ГИБДД Чебаркуля в январе этого года. После совершения ДТП он был задержан местными дружинниками, снимавшими всё происходящее на камеру телефона.

Трудовое законодательство

## Прокуратура проверила школы

Сразу в нескольких образовательных учреждениях Челябинской области выявлены нарушения трудового законодательства – к административной ответственности привлечли директоров приюта и нескольких школ, сообщает пресс-служба прокуратуры региона.

Так, в социальном приюте для детей и подростков Троицка начисленные стимулирующие выплаты компенсационного характера не соответствовали размеру фактических. Двум работникам задолжали зарплату. В результате административного дела трудовые договоры с работниками привели в соответствие с требованиями закона, а сотрудникам выплатили долги. Директора приюта оштрафовали на три тысячи рублей.

Директор Степнинской СОШ Верхнеуральского района не оформила надлежащим образом с работником трудовой договор, у двоих сотрудников отсутствовали справки о наличии или отсутствии судимости. Руководителя школы оштрафовали на 11 тысяч рублей.

В образовательной организации Кусинского района работала учитель иностранного языка, которая в 2006 году привлекалась к уголовной ответственности за причинение смерти по неосторожности. Уголовное дело было прекращено в связи с примирением сторон. Ещё в одной школе работала водитель, ранее привлекавшийся к уголовной ответственности за истязание и угрозу убийством, и судимый завхоз. Руководителей учреждений также оштрафовали на три тысячи рублей каждого.

В настоящее время нарушения трудового законодательства устранены.

Экология

## Пластик: удобно, но небезопасно

Абсолютное большинство россиян высказали готовность отказаться от одноразовой пластиковой посуды. Об этом свидетельствуют результаты исследования сервиса доставки еды Delivery Club, проведенного совместно с компанией Research Me.

Отмечается, что одноразовую посуду использует 81 процент опрошенных, чаще всего – во время походов на шашлыки (64 процента) или на даче (21 процент). Около десяти процентов респондентов признались, что используют такую посуду ежедневно, а около шести процентов заявили, что предпочитают одноразовую посуду, когда к ним приходят гости.

Абсолютное большинство россиян поддерживают решение Европейского союза о полном отказе от пластиковой посуды с 2021 года. Однако четверть опрошенных (25 процентов) не верят, что аналогичные по масштабу изменения возможно осуществить в России. При этом 36 процентов уверены, что страна в конечном итоге также придёт к отказу от пластика, хоть это и займёт больше времени.

Около 71 процента опрошенных россиян признались, что готовы полностью отказаться от одноразовой пластиковой посуды даже в случае, если на неё не будет введён запрет. Причём отношение к одноразовой посуде примерно одинаковое среди всех возрастных групп и людей с разным уровнем образования.

## Вакцинирование

## Пять болезней — одна защита

**В России первая отечественная пентавакцина для профилактики сразу пяти заболеваний — дифтерии, столбняка, коклюша, гепатита В и гемофильной инфекции — получила регистрацию в Минздраве.**

Ранее это было три разных укола, а теперь одна-единственная инъекция будет меньше травмировать ребёнка. Кроме того, до сих пор отечественной вакцины для профилактики гемофильной инфекции не существовало. В ходу были зарубежные аналоги, которых не хватало, и эта вакцина не была включена в бесплатную систему ОМС.

Регистрация вакцины произведена по результатам клинических испытаний. Она объединяет в себе несколько ранее существующих препаратов, позволяя одной инъекцией привить детей в возрасте до шести месяцев от ряда серьёзных заболеваний.

Преимуществом нового препарата признано содержание в нём бесклеточного коклюшного компонента, что позволит применять её и у детей, которые имеют медотвод от прививок в связи с наличием хронических заболеваний. Эпидемиологи утверждают, что российская зарегистрированная инъекция несёт меньшую нагрузку на иммунную систему по сравнению с иностранными моновакцинами.

Российские учёные также разработали «живую» вакцину против гриппа, главный плюс которой — более долгий эффект и существенная безопасность для населения.

Создание отечественных вакцин — одна из стратегических задач для российской фармацевтики, не раз отмечала министр здравоохранения Вероника Скворцова, поскольку независимость от закупок зарубежных вакцин, по сути, — вопрос обеспечения безопасности нации. Поэтому перед российскими компаниями поставлена задача импортозамещения в иммунобиологическом секторе фарматрасла. По некоторым данным, только за два прошедших года доля отечественных вакцин на российском рынке увеличилась с 30 до более чем 50 процентов.

## Исследование

## Завтрак — себе, ужин — врагу!

**Пропуск завтрака и ужин незадолго до ночного сна приводят к худшим исходам после перенесённого инфаркта миокарда, выяснили бразильские исследователи из государственного университета Сан-Паулу. Результаты опубликованы в журнале Европейского общества кардиологов European Journal of Preventive Cardiology.**

В исследовании участвовали 113 пациентов, из которых 73 процента мужчин, средний возраст — 60 лет. При поступлении в отделение коронарной интенсивной терапии они рассказали о своих пищевых привычках. Пропуск завтрака определялся как «ничего» до обеда, за исключением кофе и воды, по крайней мере, три раза в неделю. Поздний ужин — приём пищи за два часа до сна по крайней мере три раза в неделю.

Это первое исследование, посвящённое анализу и оценке нездорового пищевого поведения у пациентов с острыми коронарными синдромами. Оказалось, что 58 процентов респондентов не завтракали, 51 процент — поздно ужинали, а 41 процент — и то и другое вместе.

Согласно полученным данным, наличие обеих привычек питания в четыре-пять раз повышало вероятность смерти, повторного инфаркта или стенокардии — боли в груди — в течение 30 дней после выписки из больницы по поводу инфаркта миокарда.

«Говорят, лучший способ жить — это завтракать как король. Хороший завтрак обычно состоит из молочных продуктов — нежирного или обезжиренного молока, йогурта и сыра, — углеводов — цельнозернового хлеба, бубликов, круп — и цельных фруктов. Он должен составлять 15–35 процентов от общего количества ежедневного потребления калорий», — рассказал автор исследования доктор Маркос Миникуччи.

## Эксперимент

## Электроомоложение памяти

**Учёные нашли способ, который сможет улучшить память пожилым людям. «Омолодить» память помогла электростимуляция.**

Методику электростимуляции сотрудники Бостонского университета опробовали на добровольцах. В молодой группе были 20-летние участники, а в пожилую вошли люди 60–70 лет. Они прошли несколько тестов на память. В одном из заданий испытуемые должны были отыскать, что изменилось на картинках. В первый раз «молодая» группа уверенно обошла «пожилую». Но потом вторая группа прошла сеанс электростимуляции.

Добровольцы продолжали проходить процедуры до тех пор, пока разница между памятью у обеих групп не стала минимальной. Эффект улучшения памяти у пожилых продлился около часа, а потом эксперимент завершился.

— Новая методика приводит в действие два важных механизма в работе памяти: синхронизация и связывание. С возрастом их процессы слабеют, а электростимуляция заставляет эти участки мозга работать с новой силой, — рассказывают британские исследователи.

Так, благодаря новой методике 70-летние люди смогли получить память 20-летних людей. Учёные также проверили эту методику на молодых людях. Эффект получился такой же.

## Профилактика

## Откажись от вредных привычек

Врачи онкологического диспансера встретились со студентами МГТУ



**Подобные беседы медики привыкли вести с людьми постарше, выступая с лекциями в различных учреждениях города. Чаще же всего делились опытом с коллегами. Оказалось, тема онкологии интересует и молодых людей.**

— Это была совместная инициатива диспансера и студенческого научного общества вуза, — пояснила студентка первого курса Института гуманитарного образования МГТУ Елизавета Иванова, активистка и волонтер. — Считаю, в любом возрасте необходимо знать о том, что вредно и полезно, как обезопасить себя и продлить жизнь.

Информации и мифов о раке много, в этом хаосе легко потеряться. Так что врачи областного диспансера № 2 считают своим долгом говорить правду. От этой болезни нельзя вылечиться травками, не верьте мошенникам. Предрасположенность к онкопатологии может передаваться по наследству, но чрезвычайно редко — до пяти процентов случаев. И это заболевание не заразно.

О многих нюансах профилактики и лечения студентам рассказали заместитель главного врача по лечебной работе, врач-радиотерапевт первой категории Дарья Волкова и онкохирург, кандидат медицинских наук, заведующий онкологическим отделением Павел Отт. Они отметили, что болезни подвержены, увы, практически все категории населения, любого рода деятельности и возраста. Тем не менее, чаще всего страдают от

заболевания люди постарше. Например, если до шестидесяти лет риск развития заболевания около девяти процентов, то после семидесяти приближается к тридцати.

Средний возраст большинства пациентов онкодиспансера — 60–65 лет. Мужчины чаще всего страдают от заболеваний лёгких и предстательной железы. У женщин преобладают заболевания молочной железы, половых органов. У сильной и слабой половин человечества нередки проблемы с кожей, желудочно-кишечным трактом.

Врачи отметили, что при обнаружении болезни на самых ранних стадиях велика вероятность излечения. К сожалению, многие пациенты попадают к специалистам на этапах, когда уже трудно помочь. Граждане не спешат за медицинской помощью даже при наличии жалоб. Бывает также скрытое течение заболевания. Некоторые виды онкопатологий очень сложны в диагностике, например, злокачественные новообразования поджелудочной железы и лимфоидной ткани. Для назначения правильного лечения крайне важно полное обследование организма.

Главная рекомендация — беречь себя. Обращаться к врачам для осмотра кожных покровов, обследования молочных желез и других органов — хотя бы раз в год, уже с 18 лет. Не игнорировать гинекологов, андрологов, делать УЗИ, сдавать анализы, проходить скрининговые исследования. Следует иметь в виду, что повышенные значения онкомаркеров ещё не означают, что у вас рак. Эти



Павел Отт

© Андрей Серебряков

показатели могут говорить о наличии различных воспалительных процессов, системных заболеваний.

Многие студенты считали, что от онкологии невозможно уберечься, но гости вуза сообщили о некоторых способах профилактики. Подчеркнули, что необходимо вести здоровый образ жизни, отказаться от вредных привычек, заниматься физкультурой, избегать стрессов. Сказали о пользе пищи с богатым содержанием растительных веществ. А также о той, что может способствовать появлению рака. Федеральный исследовательский центр уже давно опубликовал список вредных продуктов, потребление которых нужно ограничить. В нём хлеб, пирошки, майонез, кетчуп, колбасы и консервы, так как в них высокое содержание соли, сахара или трансжиров. Всемирная организация здравоохранения отмечает, что в сутки количество соли в рационе не должно превышать 5–6 граммов, сахара — 50, трансжиров — 2 грамма.

Эксперты рекомендуют ограничить потребление очень сладких и солёных продуктов питания, внимательно читать состав на упаковке и подсчитывать количество. Что касается трансжиров, то многие производители отечественных продуктов лукаво умалчивают о них и пишут просто «растительные жиры». Возможно, стратегия по формированию здорового образа жизни населения, которую разработали в Минздраве РФ, изменит ситуацию к лучшему.

✍ Татьяна Бородина

## Исследование

## Запахи здоровья

**Преднамеренное вдыхание приятного аромата уменьшает желание закурить и может стать частью эффективной стратегии по отказу от курения.**

Примерно половина взрослых курильщиков сообщают о попытках бросить курить, однако у каждого второго происходит рецидив в течение двух недель. «Даже с заменителями никотина рецидив является обычным явлением. Срочно необходимы новые вмешательства для помощи миллионам, которые хотят бросить, но не могут», — поделился ведущий автор исследования Майкл Сайетт из Питтсбургского университета.

В исследовании приняли участие 232 курильщика в возрасте от 18 до 55 лет, которые не пытались бросить курить

и не использовали никотиновые заменители, такие, как жвачка или вейпинг. Они должны были не курить в течение восьми часов до эксперимента, но взять с собой пачку предпочитаемых ими сигарет и зажигалку.

Вначале участники понюхали флаконы и оценили ряд различных запахов, которые обычно считаются приятными (например, шоколад, яблоко, мята перечная, лимон или ваниль), а также запах табака из предпочитаемых участниками сигарет, один неприятный химический запах и один пустой (без запаха). Затем их попросили зажечь сигарету и держать её в руках, но не курить. Через десять секунд участники в устной форме оценили свое желание курить по шкале от 1 до 100, прежде чем погасить сигарету и положить её в пепельницу.

В серии экспериментов выяснилось, что тяга к сигаретам уменьшилась после вдыхания приятных ароматов. Исследователи отметили способность приятных запахов отвлекать курильщиков от мыслей о собственной тяге к никотину при помощи воспоминаний или ассоциаций, связанных с этими запахами. Например, аромат перечной мяты напомнил некоторым участникам детские каникулы, проведённые в доме бабушки и дедушки.

«Использование приятных запахов для того, чтобы нарушить привычный режим курения, может оказаться особым и ранее неизвестным методом снижения тяги, и наши результаты по достижению этой цели являются многообещающими», — добавил Майкл Сайетт.

Исследование показало, что использование приятных ароматов помогает контролировать тягу к никотину у людей, пытающихся бросить курить. Однако для подтверждения этой теории необходимо провести дополнительные исследования.

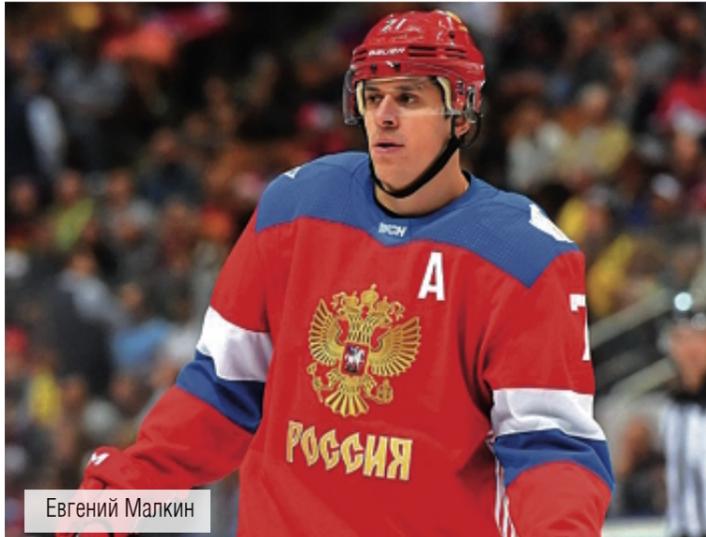
Честь флага

# «Москва вызывает»

В сборную России по хоккею приглашены двое коренных магнитогорцев



Егор Яковлев



Евгений Малкин

© che.rus.team

**Мировой хит Moscow calling («Москва вызывает») в исполнении группы «Парк Горького» на прошлой неделе стал очень актуальным для лучшего воспитанника магнитогорской хоккейной школы Евгения Малкина.**

Американский клуб «Питтсбург Пингвинз», в котором выступает российский центрфорвард – трёхкратный обладатель Кубка Стэнли, завершил сезон в Национальной хоккейной лиге. В первом же раунде плей-офф «пингвины» потерпели настоящее фиаско и всухую проиграли серию клубу «Нью-Йорк Айлендерс» – 0:4. Малкин, забросивший в этих матчах одну шайбу и сделавший два голевых паса, стал свободным от контрактных обязательств до конца сезона и тут же получил приглашение в сборную России, которая готовится к чемпионату мира – он состоится в Словакии с 10 по 26 мая.

«Если позовут на чемпионат мира – конечно, поеду, – сказал Евгений Малкин, ещё не знавший о приглашении в сборную. – Травм нет. Хочется ещё поиграть в хоккей. Давно не играл за сборную. Буду ждать звонка».

Точно не известно, дождался ли Малкин телефонного звонка от представителей штаба сборной России, но

в официальном «Твиттере» команды сообщение о том, что он вызван в главную команду страны, появилось в тот же день, когда «пингвины» выбыли из нынешнего розыгрыша Кубка Стэнли. Последний раз Евгений выступал за сборную России в розыгрыше Кубка мира 2016 года. Правда, чтобы сейчас отправиться в расположение нашей сборной, Малкину необходимо пройти медицинский осмотр в своём клубе.

На прошлой неделе национальная команда начала заключительный этап подготовки к чемпионату мира. В Сочи она провела две встречи в рамках Европейского хоккейного вызова со сборной Швейцарии и выиграла – 5:2 и 5:1.

На этой неделе наша сборная сыграет ещё два матча в рамках Еврочелленджа – 24 и 25 апреля россияне встретятся в Риге со сборной Латвии

Со 2 по 5 мая сборная России сыграет в четвертом, заключительном в этом сезоне этапе Евротура – Чешских хоккейных играх. На этом турнире наши хоккеисты поочередно сыграют со шведами (2 мая), финнами (4 мая) и чехами (5 мая).

Напомним, в число кандидатов в главную национальную команду, гото-

вящуюся к чемпионату мира, включён ещё один воспитанник магнитогорской хоккейной школы – олимпийский чемпион защитник Егор Яковлев. В этом сезоне он выступал в Национальной хоккейной лиге в американском клубе «Нью-Джерси Дэвилз». Егор уже прибыл в расположение сборной страны и принял участие в состоявшихся на прошлой неделе матчах Еврочелленджа с командой Швейцарии. Во второй из этих игр Яковлев отметился голевым пасом.

А вот игроков нынешнего состава «Металлурга» в главной команде страны сейчас нет.

Евгений Малкин прежде семь раз выступал на чемпионатах мира в составе сборной России. Дважды он завоевал золотую медаль, дважды – серебряную и дважды – бронзовую. В 2012 году, когда наша команда победила на мировом форуме в Финляндии и Швеции, чемпионат стал настоящим бенефисом Евгения: Малкин тогда был признан самым ценным игроком турнира, лучшим нападающим, лучшим бомбардиром, а также вошёл в символическую сборную.

Егор Яковлев трижды принимал участие в чемпионатах мира, завоевал одну золотую и одну серебряную медаль.

✍ Владислав Рыбаченко

Хоккей

## Эстафету от Южного Урала приняла Швеция

В этой стране в самом разгаре чемпионат мира среди юниоров

**Юниорская сборная России, в состав которой вошли выступающие за магнитогорскую молодёжную команду «Стальные лисы» форварды Егор Спиридонов и Дмитрий Шешин, из трёх своих состоявшихся на прошлой неделе матчей чемпионата мира среди хоккеистов не старше восемнадцати лет выиграла два.**

Турнир, проходящий в шведских городах Эрншёльдсвик и Умео, наши ребята начали с победы над сверстниками из Словакии – 6:3, затем уверенно обыграли и команду Латвии – 5:1. Но в третьем поединке со сборной США, которая давно является главным фаворитом мировых юниорских форумов, россияне потерпели первое поражение. Стартовые минуты сложились удачно для нашей команды, которая повела в счёте – 2:0. Однако американцы, наоборот говоря, даже бровью не повели. До конца первого периода они восстановили равновесие – 2:2, в середине встречи вышли вперёд, а в оставшееся время довели дело до победы – 6:3.

«Звёздно-полосатая» команда, одержавшая три победы в трёх встречах, возглавила турнирную таблицу в группе «В» и гарантировала себе выход в четвертьфинал с первого места в своём квинтете.

Егор Спиридонов, который второй раз участвует в чемпионате мира среди юниоров и выступает в первом звене нашей команды, отметился двумя голевыми пасами во встрече со словаками и голом в поединке с американцами. Дмитрий Шешин открыл счёт своим заброшенным шайбам на чемпионате в поединке с командой Латвии.

Сегодня российская сборная, набравшая шесть очков, сыграет свой заключительный матч на групповом этапе юниорского мирового форума. Соперниками наших ребят станут их сверстники из Швеции, у которых тоже шесть очков. Это будет матч за второе место в группе «В»

Всего в турнире принимают участие десять национальных юниорских команд. На первом этапе они разделены на две группы, по четыре лучшие сборные из которых продолжают борьбу за медали по кубковой системе. Четвертьфиналы состоятся 25 апреля, полуфиналы – 27 апреля. В последний день чемпионата, воскресенье, 28 апреля, пройдут матч за третье место и финал.

Напомним, что в прошлом году, когда чемпионат мира среди юниоров проходил в Челябинске и Магнитогорске, золотые медали завоевала команда Финляндии, серебро добыли американцы, бронзу – шведы. Российская сборная год назад прекратила своё выступление в четвертьфинале, где уступила юниорам США.

Действующий чемпион команда Финляндии на нынешнем турнире успехами явно не блистает. На старте турнира юниоры Суоми потерпели три поражения подряд. Зато удивили белорусы, выигравшие два матча – у финнов и чехов. Правда, в своей третьей встрече хоккеисты союзного с Россией государства крупно проиграли канадцам.

Поклоение next

## Домашние стены пока не помогают

**В прошлую пятницу в Магнитогорске стартовал финальный турнир первенства России среди юношей 2002 года рождения. Хоккеисты «Металлурга-2002», занявшие лишь пятое место в региональных соревнованиях в этой возрастной группе, получили право выступать в финале на правах хозяев.**

Команду, в тренерский штаб которой в финальном турнире вошли главный тренер «Металлурга-2003» Сергей Кавунов, Павел Варфоломеев-старший и опытный Анатолий Махинько, дополнили несколькими игроками 2003 года рождения, в том числе защитником Богданом Крохалевым, нападающими Данилой Юровым и Никитой Гребенкиным, недавно в составе младшей юношеской сборной России ставшими победителями турнира на Кубок четырёх наций в Альметьевске. Выступает на турнире и защитник Денис Баранов, игрок юношеской сборной страны, составленной из ребят 2002 года рождения.

В соревнованиях принимают участие представители десяти клубов.

На групповом этапе магнитогорцы пока сыграли три матча. Начала финальный турнир наша команда встречей с поражения от московского «Динамо-2002» – 2:4 (две шайбы забросил Эдгар Варагян), затем уступила победителю региона Урал – Западная Сибирь челябинскому «Трактору-2002» – 1:2 (гол на счету Егора Мошкина). В воскресенье «Металлург-2002» проиграл и третий матч, уступив хабаровскому «Амуру-2002» – 1:3 (шайбу забросил Данила Юров).

Заключительную встречу группового этапа «Металлург-2002» сыграет завтра – с командой «Смена-2002» (Северск). Только победа в этой встрече позволит нашим хоккеистам пробиться в кубковый раунд, в котором и будут разыграны медали.

26 апреля на турнире состоятся четвертьфинальные матчи.

Напомним, финальные турниры юношеского первенства России среди клубов проводятся в трёх возрастных группах. Сейчас в Магнитогорске ведут борьбу за медали ребята 2002 года рождения. Недавно «Металлург-2004» стал бронзовым призёром на соревнованиях в Сочи. Хоккеисты 2003 года рождения свой финальный турнир начали вчера в городе Искитим (Новосибирская область), но в нём магнитогорская команда не выступает.

Футбол

## Вышли в полуфинал

**Футболисты магнитогорского «Металлурга» в субботу выиграла в гостях ответный поединок у команды «Челябинск-М» со счётом 2:1 и вышли в полуфинал любительского Кубка Урала и Западной Сибири.**

Все мячи в этом матче были забиты в его концовке. Магнитогорцы Илья Берестин и Артём Шестопалов соответственно на 80-й и 84-й минутах дважды поразили ворота хозяев, челябинцы ответили одним голом престижа под самый занавес.

Напомним, первый четвертьфинальный поединок любительского Кубка Урала и Западной Сибири магнитогорские футболисты сыграли с челябинцами неделей раньше дома и выиграла со счётом 3:1.

В полуфинале наша команда встретится с ФК «Тюмень».

В следующий понедельник футбольный «Металлург» вновь встретится с командой «Челябинск-М», но это будет уже матч регионального турнира первенства России среди клубов третьего дивизиона. В соревнованиях принимают участие двенадцать любительских команд.

Пока в этом сезоне магнитогорские футболисты только побеждают. Наша команда выиграла поединок за Суперкубок региона у однолюбников из Аши, затем дважды обыграла «Челябинск-М» в рамках кубка.

Волейбол

## Финишировали пятыми

**Во втором туре финального турнира высшей лиги «Б», состоявшемся на прошлой неделе в Ижевске, мужская магнитогорская команда «Магнитка-Университет» одержала две победы в трёх матчах.**

Наши волейболисты выиграла на тай-брейке у «Динамо-МГТУ» из Майкопа – 3:2 и у ижевского «ИЖГТУ-Динамо» – 3:1. Но проиграли с одинаковым счётом 0:3 воронежскому «Кристаллу», южно-сахалинской команде «Элвари-Сахалин» и «Владимиру».

После двух туров финального турнира за первое-шестое места «Магнитка-Университет» заняла пятое место в высшей лиге «Б». В десяти матчах наша команда набрала восемь очков, одержав три победы (одну – на тай-брейке) и потерпев семь поражений.

Первое место занял «Владимир», второе – воронежский «Кристалл», третье – «Элвари-Сахалин», четвертое – «ИЖГТУ-Динамо» из Ижевска. Замкнула шестёрку сильнейших команда «Динамо-МГТУ» из Майкопа.

Сцена



Ленский и Ольга



Татьяна



Онегин



Няня и мама Татьяны



© Евгений Румялёв

# Чайковский. Пушкин. Мариинка

Вторым спектаклем XIII фестиваля «Вива опера-2019» (12+) стал «Евгений Онегин»

**Режиссёр спектакля в Магнитогорском театре оперы и балета Владимир Полторацк анонсирует при встрече: к нам приехали голоса мирового уровня, которые организаторы фестиваля подбирали очень тщательно. По словам директора театра Ильи Кожевникова, прежде всего искали Татьяну – центральный образ оперы, несмотря на то, что название посвящено другому герою. Вариантов было несколько, окончательный выбор сделал главный дирижёр Эдуард Нам: ему больше всех понравилась Анжелика Минасова.**

Красивая, молодая – певице всего 29 лет, а она уже солистка двух лучших музыкальных театров страны – Мариинского в Санкт-Петербурге и Пермского оперного, руководит которым небезызвестный всему миру Теодор Курентзис. Именно он, кстати, пригласил солистку в Пермь из Москвы, где она училась в институте музыки имени А. Шнитке. Не поверите, позвал на роль Татьяны.

– Теодор работал со мной очень тщательно, буквально по нотам разбирая образ героини, – рассказывает Анжелика Минасова. – До сих пор пользуюсь его советами. К примеру, пианиссимо в сцене письма Татьяны: «Кто ты – мой ангел ли хранитель?» – можно исполнить просто, по нотам. А можно выделить нисходящую диссонансную гармонию – и смысловое прозвучит совсем по-другому. А вообще, несмотря на то, что обожаю всех «моих девочек» – так называю своих героинь, Татьяна для меня стоит особняком – это моя первая роль, а это как первая любовь.

Для Ярослава Абаимова роль Ленского тоже своего рода первая любовь: он дебютировал ею в столичной «Новой опере», которую представлял на фестивале в Магнитогорске. У него высокий нежный голос – лирического тенора, который так несравненно подчёркивает именно образ лиричного 18-летнего поэта Ленского. Хотя, по словам Владимира Полторацка, деление голосов на лирику и драму совершенно, пожалуй, только России.

– Сколько удавалось ездить по миру, всегда отмечал, что за границей есть деление: тенор, который поёт весь теноровый репертуар, и баритон, исполняющий весь репертуар баритоновый, – говорит режиссёр «Евгения Онегина». – Это другая традиция, а в нашей принято всё-таки разделять тембр голосов и образы, с ними связанные.

– Видел запись из Большого театра, в которой Ленского пел Владимир Атлантов, – улыбается Ярослав Абаимов. – Так в сцене ссоры на балу появлялось сомнение, кто кого в итоге победит и за кого бояться – за Ленского или за Онегина: у Атлантова мощный драматический тенор.

В Магнитогорске постановка «Евгения Онегина» классическая – Владимир Полторацк смеётся: ещё Николай Андреевич Римский-Корсаков обратился к режиссёрам с просьбой ставить так, как написал автор – и это уже будет оригинально. Для Ярослава Абаимова, выдавшего разные постановки, классика ощущается привычно и комфортно.

– В Словакии, где я вводился в спектакль на роль Ленского, меня начали учить, что делать в сцене бала у Греммина, – смеётся Абаимов. – Изумился: подождите, меня же убивают ещё раньше! Режиссёр оставил Ленского в качестве призрака, который появляется на балу на слова Онегина: «Где окровавленная тень ко мне являлась каждый день».

Дирижировать фестивальным «Евгением Онегиным» доверили тоже приглашённому музыканту – дирижёру из Архангельска Владимиру Онуфриеву. Впрочем, «доверили» – не то слово: с Эдуардом Намом они учились у одного мастера и дружат по сей день. Эдуард Нам высказывается о Владимире Онуфриеве как об исключительно талантливом дири-

жёре. В ответ тот отшутился: рано хвалите, спектакля ещё не было. И не отказал себе в ответном комплименте другу.

– Здесь очень хороший, отзывчивый, тёплый – в общем, если хотите, Намовский оркестр, – говорит приглашённый дирижёр. – Люди хотят работать, впитывают и заряжены творческим настроением. Бывает, коллектив воспринимает советы и коррективы с некоторой усталостью: вот, приехал, мы сами знаем, как лучше. А здесь музыканты очень восприимчивы. Насчёт соперничества в дружбе творческих людей? У нас тот самый редкий случай, когда соперничества не наблюдается, поскольку Эдуард Вилорьевич удивительно порядочный, скромный человек, но за этой скромностью кроется очень крепкий профессионализм, более того, он готов не переставая учиться, постигать что-то новое – в том числе от своих коллег.

Себе в магнитогорской постановке Владимир Онуфриев тоже выбрал скромную роль – на журналистское, мол, разные дирижеры бывают, кто-то по-хозяйски чувствует себя за пультом... – отшутился: а я просто скромно постою. Но вот свет в зале погас – и тут уж шутки в сторону. Дирижёр был прав: он ничем не разрушил концепцию, созданную Эдуардом Намом, постаравшись лишь обогатить её. Видеть Эдуарда Вилорьевича, сидящего в зрительном зале, удаётся нечасто, потому украдкой наблюдаю. Расслабиться и получить чисто зрительское удовольствие ему, похоже, так и не удалось – руки невольно тихонечко дирижировали, показывая такт вступления того или иного инструмента.

А вот я получила истинное наслаждение от «Евгения Онегина». Во-первых, потому что голоса действительно потрясающие – несмотря на молодость каждого героя, мастерски владеющего своим голосовым аппаратом. Кстати, спросила у Анжелики Минасовой: это нам, магнитогорцам, так везёт или опера действительно молодеет? Певица подтвердила: есть такая тенденция.

– И я не всегда с этим согласна, потому что опыт есть опыт, и знаю прекрасных певцов, которые находятся в потрясающей форме и в 60, и в 70 лет, и голос звучит великолепно, – говорит певица. – Наверное, в том числе, и потому, что в молодые годы они не набрасывались на репертуар, который не тянут в силу физиологического возраста голоса. Очень люблю свой голос, дружу с ним, договариваюсь – и очень тщательно отбираю репертуар, отказываясь петь тяжёлые партии типа «Аиды», не «трогаю» Лизу из «Пиковой дамы» – хочу пока оставаться в лирическом диапазоне, хотя, уверена, голос будет развиваться и в конце концов «даст» мощное драматическое сопрано. Долго сомневалась насчёт «Мадам Баттерфляй», хотя это самая моя любимая роль, я просто с ума схожу от страстей Пуччини, от его джазовых гармоний. Подумав, решила петь её в лирической манере и постепенно разовью до драматизма.

Её Татьяна была великолепна: чуть живее, лиричнее в начале спектакля – показалось даже, что не по задумке автора, у которого она всё-таки «...грустна и молчалива, как Светлана, вошла и села у окна». Но на это у Анжелики Минасовой свои объяснения живости её героини – вполне, кстати, логичные:

– Она ведь совсем девчонка, романтическая, начитавшаяся романов – заметьте, глупых, женских бульварных романов того времени, – говорит певица. – Мне важно показать разных Татьян: в первом акте это девчонка, почти такая же, как Ольга, но чуть задумчивее. А в конце – княгиня, любящая, страдающая, но выбравшая честь и достоинство.

И это у Анжелики получилось блестяще. Как, собственно, у всех участников действия. И никого не хочется особенно выделять: зритель просто с удовольствием погрузился в музыку, голоса и игру. А это и есть показатель высшего исполнительского мастерства.

Рита Давлетшина

Психотерапия

# Тоска о будущем

Около миллиона человек в год погибают от суицидов в состоянии депрессии



**В центре медицинской профилактики прошла конференция психологов и психотерапевтов образовательных и медицинских организаций Магнитогорска. Обсуждали депрессию и стресс, а также варианты профилактики и лечения.**

## Подавленное настроение

Главный психотерапевт Магнитки Александр Матяш отметил, что всё начинается с тревоги, то есть состояния опасения, беспокойства, ожидания неопределённой опасности или неблагоприятного развития событий.

– Тревога – это тоска, направленная в будущее, – пояснил Александр Афанасьевич. – У человека появляются волнение, напряжение, беспокойство с пессимистическими опасениями, а также длительные колебания, нерешительность. Он концентрируется на том, что не смог добиться чего-то большего, неправильно поступил в прошлом и его не ждёт ничего хорошего в дальнейшем.

Очевидно, что тревожиться вполне нормально, если есть угрожающие обстоятельства, внешние причины. Случаются и нервные расстройства, когда тревога усиливается вне зависимости от того, что происходит вокруг. При этом беспокойство не связано с реальной угрозой, имеет клинические проявления и длится более четырёх недель. Симптомы бывают мышечные и соматические. Например, страх и мрачные предчувствия, раздражительность, пребывание на грани нервного срыва, быстрая

утомляемость, сухость в рту, головокружение, тремор. Тревога может привести к состоянию депрессии. Это не просто плохое настроение, как многим кажется.

– Депрессия – психическое расстройство, характеризующееся патологически сниженным настроением с негативной оценкой самого себя, своего положения в окружающей действительности и будущего, – пояснил Александр Матяш.

При этом у человека может быть подавленное настроение, не зависящее от обстоятельств, потеря интереса или удовольствия от ранее приятной деятельности, выраженная утомляемость. Дополнительные симптомы – пессимизм, чувство вины, бесполезности, тревоги и страха, неспособность концентрироваться и принимать решения. Также могут быть нестабильными аппетит и сон – плохими или чрезмерными. Депрессию сопровождают и мысли о смерти, самоубийстве.

– Депрессии бывают открытые и замаскированные, – отметил главный психотерапевт. – Скрытую депрессию очень трудно выявить. Она имитирует различные физические заболевания. Её симптомы могут напоминать, например, ревматизм, остеохондроз, радикулит, зубную боль, зуд.

**От депрессии страдают более 450 миллионов человек во всех возрастных группах и сообществах мира. Риск развития депрессии у женщин – 40 процентов, у мужчин – 14**

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно от этой болезни страдают около пяти процентов населения. Она уносит жизни почти миллиона человек ежегодно из-за совершённого суицида. Среди пациентов, получающих лечение в поликлиниках и стационарах, депрессия выявляется в 45 процентах. Среди больных неврологической патологией частота депрессий – до 70 процентов.

Депрессия плохо сказывается на работоспособности и мышлении, вызывает сложности при общении, массу проблем в жизни человека и его окружающих. Александр Матяш подчеркнул, что в случае заболевания не обойтись без антидепрессантов. Впрочем, человек и сам может частично регулировать своё состояние, повысив уровень серотонина, норадреналина или дофамина.

## Стрессовый случай

Медицинский психолог психотерапевтического кабинета первой городской больницы Елена Белова рассказала о посттравматических расстройствах.

– Многие горожане до сих пор чувствуют себя некомфортно после обрушения подъезда на Карла Маркса, 164, – отметила она. – Профессиональная помощь особенно требуется пострадавшим и членам их семей, которые уже столкнулись с тревогой, депрессией, обострением соматических заболеваний.

После стрессового события у многих людей наблюдаются симптомы посттравматического расстройства: невозможность перестать думать о том, что произошло, страх, беспокойство, гнев, депрессия, чувство вины.

**Около 78 процентов человек, подвергшихся психологической травме, справляются с эмоциями. Примерно 25 процентов испытывают последствия стресса и спустя месяцы**

У них сохраняются тревога, повышенная нервная возбудимость, плаксивость, ночные кошмары.

– Страдающие от посттравматического стресса стремятся избегать всего, что может напомнить о пережитом, – пояснила Елена Белова. – И в то же время им свойственны

навязчивое мысленное погружение в события прошлого, неприятные ощущения и воспоминания о травмирующей ситуации. У таких людей может быть изменённое восприятие самих себя и окружающих, эмоциональная холодность, трудности в общении, социальная отчуждённость, снижение реакции на события.

Создательница концепции психологической помощи умирающим больным и исследовательница околосмертных переживаний Элизабет Кюблер-Росс выделяла несколько этапов переживания потери. При стадии отрицания человек не может поверить, что это происходит с ним. Затем приходят гнев и обида: «Почему я? Почему это происходит со мной?» Третья стадия – сделки: «Я сделаю всё, я изменюсь, только не оставляй меня!» После просьб и своеобразной торговли с судьбой появляется ощущение безнадежности, отчаяния, жалости к себе, депрессия. Пятая стадия – принятие. Человек готов смириться с утратой, какой бы она ни была. И после этого начинается процесс морального исцеления, возврата к жизни.

Елена Белова отмечает, что, конечно, реакция на стресс у каждого развивается индивидуально, но существуют основные типы посттравматического синдрома. При этом выделяется группа с нервным перенапряжением, тревогой, повышенной раздражительностью, частыми сменами настроения. Другой тип – астенический, проявляется вялостью, безразличием ко всему происходящему, повышенной сонливостью, отсутствием аппетита. Больных угнетает собственная несостоятельность. Они легко соглашаются на лечение и с радостью принимают помощь близких.

– Дисфорический тип отличается чрезмерной раздражительностью, переходящей в агрессию, обидчивостью, мстительностью, подавленностью, – отметила клинический психолог. – После вспышек злости, ругани и драк больные сожалеют об этом или испытывают моральное удовлетворение. Они не считают себя нуждающимися в помощи врача и избегают лечения.

Существует и соматоформный тип, с признаками дисфункций внутренних органов и систем: головной болью, перебоями в работе сердца, расстройствами пищеварения. Больные застревают на этих симптомах и боятся умереть во время очередного приступа.

## Стереотипы мышления

– Выявление симптомов ПТСР, обращение за помощью к специалистам – это первый и главный шаг к выздоровлению, – подчеркнула Елена Белова. – Для восстановления требуется комплексное медикаментозное и психотерапевтическое воздействие. При этом происходит коррекция поведения, негативных мыслей, стереотипа мышления.

Если нельзя изменить ситуацию, то нужно изменить своё отношение к ней – общеизвестная фраза, но это работает. Есть и масса других способов. Например, частично исправить положение, оказывающееся, могут серии движений зрачков. Этот метод основан на теории, согласно которой любая травмирующая информация обрабатывается мозгом во время сна. Психологические травмы нарушают этот процесс. Движения глаз разблокируют и ускоряют процесс усвоения полученной информации и переработку травматического опыта.

Конечно, специалисты применяют и рациональную психотерапию, то есть разъясняют пациенту причину и механизмы недуга. Используется эффективное обсуждение существования проблем и болезней, способов их преодоления. А также гипноз, аутотренинги, положительные образы.

Острые формы относительно легко поддаются лечению, а хронический синдром приводит к патологическому развитию личности. И зачастую люди с подобным заболеванием «лечатся» алкоголем и наркотиками.

– Самостоятельное излечение возможно при лёгкой форме синдрома, – отметила Елена Белова. – С помощью лекарств и психотерапии уменьшается риск развития негативных последствий. Не все пациенты признают себя больными и посещают врача. К сожалению, около 30 процентов людей с запущенными формами ПТСР заканчивают жизнь самоубийством. Очень важно, чтобы сам человек, а также родственники, друзья пострадавшего смогли увидеть симптомы травматического стресса и своевременно направить его к психотерапевту, к клиническому психологу для эффективного лечения.

На конференции также обсуждались проблемы профессионального выгорания в отечественной и зарубежной практике, наркотическая зависимость и психологическая подготовка учащихся к ЕГЭ. Об этом «ММ» расскажет позже.

Татьяна Бородина

Концерт

# Оттаяли душой

**Недавно в Доме учителя в очередной раз выступил уникальный народный коллектив – хор русской народной песни «Мы – уральцы».**

Чем пленит он? Как золотое зерно драгоценное, как хрустальную вазу, бережно, красиво, душевно они доносят до нас дух, смысл, идею песни. А песня лечит, учит, радует, поднимает настроение, бодрит. Потому так ждут всегда пожилые люди этих девчат из Дома дружбы народов.

На них и смотреть приятно: сдержанные, подтянутые, с чарующей улыбкой, все, как на подбор, высокие, поднимаются они на сцену и идут, идут, заполняя её. Красота нарядов изумительная! А какое владение голосом, артистизм. Как алмаз, отшлифована мелодия. Серебро звучания, со звучие голосов растопили души

и сердца до слёз... Вот слышим «Зацвели под окошком берёзы» любимого уральского композитора Ивана Шутова, окончившего когда-то Магнитогорское музыкальное училище, а перед глазами встаёт детство: барак, родители, друзья по школе, учителя, культпоходы.

В репертуаре хора много шуточных, весёлых, задорных авторских и народных песен. Например, долги аплодисментами наградили зрители исполнителей песен: «Хорошенький, молоденький», «О вишня моя», «Утушка луговая», многие подпевали. Оттаивали душой немолодые труженики любимого города.

Популярность этого русского народного хора давно перешагнула границы Урала. У истоков хора стоял задушевный, талантливый, влюблённый раз и навсегда в русскую народную песню

патриот своего города Василий Лекарчук. Он исколесил с этими энтузиастами полстраны. Много потом было хороших, грамотных концертмейстеров – они не дали хору исчезнуть, уйти в небытие. Спасибо им за это! Сейчас в народном коллективе «Мы – уральцы» хормейстер – молодая, энергичная, но уже умудрённая опытом Лариса Никитина, а концертмейстер – лауреат международных и всероссийских конкурсов Сергей Криничский, по совместительству – и чудесный солист, если понадобится мужская партия голоса.

Участники хора часто выступают в школах, лицеях, профилактических мероприятиях, знакомят слушателя с народной культурой, духовностью, космической энергией русской песни. А слушатели благодарят певцов за их творческий труд, щедрость души, исполнительское искусство, радость общения.

Валентина Скрипай, по коллективной просьбе ветеранов ММК, учителей Магнитогорска



Имена

# Первые секретари

Магнитка стала переломным пунктом в его партийной карьере

**В июле 1932 года секретарём Магнитогорского горкома партии был избран Иван Александрович Спиридов. Правда, отчество нового секретаря по документам звучало иначе – Хрисанфович. Но такое заковыристое отчество для сурового Урала совсем не подходило. Вот и стал Хрисанфович Александровичем.**

В Магнитогорск Спиридов приехал в возрасте 46 лет, то есть с большим жизненным и партийным опытом. Родился он в 1886 году в одном из сёл Саратовской губернии. Участвовал в первой мировой войне. В рядах Рабоче-Крестьянской Красной Армии воевал в гражданскую войну. В возрасте 33-х лет вступил в партию большевиков.

В 40 лет Ивана Спиридова назначили председателем исполкома Тобольского окружного Совета. Тобольск конца XVI до XVIII века считался главным военным, административным, политическим и церковным центром Сибири, но постепенно пришёл в упадок из-за переноса Сибирского тракта и строительства железной дороги южнее города.

В Тобольске Спиридов проработал до 1928 года, причём в эти годы он избирался от Уральской области во Всероссийский центральный исполнительный комитет – высший законодательный, распорядительный и контролирующий орган государственной власти в 1917–1937 годах. В 1929 году Иван Спиридов назначен ответственным секретарём Бийского окружного комитета ВКП(б). Словом, в Магнитогорск приехал партиец с большим стажем работы на высоких должностях. До января 1933 года Иван Александрович работал в паре с Яковом Гугелем

– одним из крупнейших хозяйственных руководителей страны, ставленником наркома Серго Орджоникидзе.

Якова Гугеля направили на Магнитострой для того, чтобы он организовал пуск первой домны. В одном из выступлений нарком сказал: «Назвали какую-то дрянь Соцгородом... Социалистический город, а в нём жить нельзя». Это был укор в сторону директора Гугеля, который ради пуска чугуна забыл о людях. Но Гугеля не наказали. Орджоникидзе своих людей защищал и оберегал. В феврале 1933 года Орджоникидзе вернул Якова Гугеля на Украину начальником строительства – директором завода «Азовсталь». А на его место в Магнитку прибыл Николай Гордеевич Мышков, высоким покровителем которого был Клим Ворошилов. Мышков и Ворошилов сблизились в годы гражданской войны. Николай Гордеевич был грамотным инженером, неоднократно изучал и перенимал опыт в Америке, Германии, Франции. До Магнитки работал на строительстве Харьковского тракторного завода, где его вклад получил самую высокую оценку – орден Ленина.

Но на Магнитке Мышков «споткнулся». Отчасти он был виноват в этом сам. Спустя два месяца после приезда на Магнитострой Николай Гордеевич направил председателю Совета народных комиссаров СССР Вячеславу Молотову обстоятельное письмо с оценками положения дел на стройке. Нужно было быть достаточно уверенным в себе человеком, чтобы написать такое письмо. Несмотря на то, что доводы Мышкова были убе-

дительны, тон письма вызвал раздражение. Комиссия Наркомата тяжёлой промышленности провела экспертизу магнитогорской стройки.

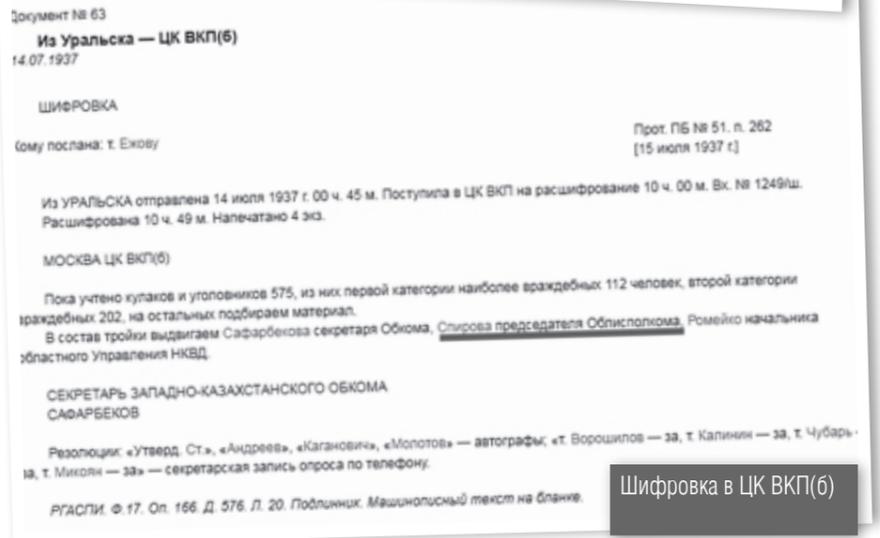
В июле 1933 года в Магнитогорск приехал железный нарком Серго Орджоникидзе. После осмотра завода и стройки он, вероятно, ожидал извинений от Мышкова за «дерзкое» письмо, но не получил тако-

вых и начал разгневно предъявлять имевшиеся факты: в городе нет ни одного законченного дома, отсутствует канализация. В бараках – запущенность и грязь, протекают крыши. В столовых – антисанитария. В магазинах обвешивают при выдаче хлебного пайка. Запущенность и грязь царят в цехах, часто происходят аварии. Судьба Мышкова была предreshена.

После детального знакомства с состоянием дел на Магнитострое Орджоникидзе издал приказ о неотложных задачах по строительству и освоению завода. Газета «Правда» опубликовала этот документ и сообщила, что берёт под особое наблюдение работу Магнитогорского завода. Когда руководящие работники Магнитогорского горсовета стали саботировать приказ Орджоникидзе, а секретарь горкома Спиридов прикрывал их действия, «Правда» выступила с корреспонденцией «Помпадуры из Магнитогорского горсовета». Почти одновременно была опубликована статья «Советские законы обязательны для всех». В ней остро критиковали директора Мышкова, установившего два плана – один для наркомата, другой – для себя, и председателя горсовета Румян-



Выписка из протокола



Шифровка в ЦК ВКП(б)

цева, который вместо выполнения приказа наркома жаловался на то, что нарушен его председательский престиж. В результате в августе 1933 года Орджоникидзе освободил Мышкова от обязанностей начальника Магнитостроя, а Уральский обком партии вынес постановление о снятии с должности Румянцева и отзыве из Магнитки секретаря горкома партии И. А. Спиридова.

В дальнейшем он был председателем Западно-Казахстанского облисполкома. Более того, в июле 1937 года он вошёл в состав особой тройки, созданной по приказу НКВД, и стал активным участником сталинских репрессий.

Но недолго Спиридов вершил судьбы арестованных, поскольку в

марте 1938 года он был арестован и приговорён к восьми годам исправительно-трудовых лагерей. Надо заметить, что из 40 членов «тройки» в Казахстане 19 было расстреляно, а 18 – приговорены к разным срокам и практически все умерли в лагерях. А самое поразительное, что все осуждённые члены «тройки» в 50-е годы были реабилитированы как пострадавшие, точно так же, как и те, кого они отправляли на расстрел или в лагерь. Среди реабилитированных членов «тройки» был и И. А. Спиридов, после лагеря отправленный на спецпоселение. Дальнейшая его судьба неизвестна.

**Продолжение следует.**

Ирина Андреева, краевед

Книга памяти

## Тема казачества высокого качества



Казачья станица Магнитной на военных сборах



Казачья станица Янгельского станицы Магнитной



Казачья станица Магнитной, 1900-е годы

**В Центральной городской библиотеке имени Бориса Ручьёва состоялась презентация монографии историка-архивариуса Андрея Савкина «Материалы к книге памяти Оренбургского казачьего войска (период локальных войн после распада СССР 1992–2017 годов)». Иначе это произведение можно было бы назвать книгой о перестройке, перешедшей в перестрелки.**

Сам Андрей Анатольевич, будучи подесаулом Оренбургского казачьего войска, в небольшом докладе сказал: «Я служил в городе Аргун Чеченской Республики с 1 января по 10 апреля 2000 года, а также в городе Макеевка Донецкой Народной Республики с 15 ноября 2014 года по 4 июня 2015-го. И на той, и на другой войне видел смерть своих боевых товарищей. В любой момент мог оказаться на их месте...»

Получился серьёзный разговор о казачестве, о его месте в истории России, дореволюционной и современной. На встрече

выступили председатель фонда сохранения исторического наследия станицы Магнитной Станислав Зайцев, оказавший прекрасным художником, вдова уральского поэта Римма Машковцева, председатель Челябинского отделения ООД «Русь православная» Александр Страшинский, ветеран станицы Магнитной подесаул Станислав Пустовит.

История казачества насчитывает не менее восьмисот лет. Казачество образовалось естественным путём: свободолюбивые русские люди, не желающие быть холопами, бежали от бояр и помещиков на Дон, откуда вернуть их было невозможно – «с Дона выдачи нет». История казачества запечатлена в пословицах и поговорках: «Казак без войны, что лошадь без овса», «Слава казачья, а жизнь собачья», «Смелей живи, скорей повесят!»

В советское время стали возрождать казачьи войсковые подразделения Советской Армии лишь в период Великой Отечественной войны, так как казаки всегда были превосходными воинами. В наши дни казаки побывали и повоевали во всех горячих точках планеты.

Вячеслав Гутников

**Акция!**  
**Теплицы**  
усиленные.  
3x4 – 11000 т. р.  
3x6 – 14000 т. р.  
**Т. 45-40-50.**

**ТЕПЛИЦЫ**  
Усиленные  
с гарантией  
от организации.  
45-68-66, 59-03-70, 49-01-46

**ТЕПЛИЦЫ** Акция  
3x4 – 11000 р., 3x6 – 14000 р.  
5 видов каркаса, 4 вида поликарбоната  
**ОФОРМЛЕНИЕ ДОГОВОРОВ**  
по адресу:  
проезд Ковыльный, 9/1  
(район Шурави) **45-14-49**

**ТЕПЛИЦЫ**  
**ЗАБОРЫ**  
**ВОРОТА**  
**НАВЕСЫ**  
Качественно.  
Пенсионерам скидки  
**Т. 45-46-35.**

**ТЕПЛИЦЫ**  
с усиленным  
каркасом  
Высокое качество  
Ремонт  
и покрытие  
старых теплиц  
**43-10-66**

**ПОЛИКАРБОНАТ**  
в ассортименте.  
29-40-18,  
8-951-243-82-04.

**ЗАБОРЫ**  
из профнастила  
и сетки рабицы  
**ВОРОТА**  
**НАВЕСЫ**  
43-12-14  
8-951-461-50-34

**НАТЯЖНЫЕ**  
**ПОТОЛКИ**  
от 190 р. за кв. м.  
**45-80-45**

**ТЕПЛИЦЫ**  
Качественно.  
Недорого.  
**Т. 43-40-24.**

официальный дилер  
ОАО «МЦОЗ»  
реализует  
**ЦЕМЕНТ**  
ШПЦ 400 – 194 руб.  
ПЦ 400 Д 20 – 202 руб.  
ПЦ 500 Д0 – 210 руб.  
Доставка.  
**Т. 45-00-99**  
цемент174.рф

**ТЕПЛИЦЫ**  
**ЗАБОРЫ**  
(профнастил, сетка рабица)  
**ВОРОТА**  
(откатные, распашные)  
**НАВЕСЫ**  
8-906-852-53-31

**ТЕПЛИЦЫ**  
усиленные  
3 x 6 – 14000 р., 3 x 4 – 11000 р.  
Гарантия качества  
**43-19-21**

**БАЛКОНЫ**  
остекление, сайдинг,  
профлист, вынос, отделка  
**43-06-94,**  
8-908-067-33-55.

**ТЕПЛИЦЫ**  
**НЕДОРОГО.**  
**Т. 454-459.**

**ПУТЁВКИ В САНАТОРИИ**  
• «Берёзки» • «Ассы» • «Карагайский бор» • «Кисегач» • «Юбилейный»  
• «Урал» • «Талкас» • «Красноусольск» • «Янган Тау» • «Якты-Куль» и др.  
**Скидки пенсионерам, детям, акции.**  
Турагентство «Вокруг света»  
ул. Сталеваров, 18 **т.: 46-10-73, 30-24-77**

**ЖАЛЮЗИ** от пенсионерам  
770р. подарок!  
Запишитесь на замер и получите подарок на 300р.  
Рулонные шторы • Надежные Европейские механизмы  
ул. 50 лет Магнитки 40 • Изделия с защитой от выгорания  
Пр. Ленина, 80, оф. 2. • Гарантия 2 года! *Звоните!*  
Автомобилистов 18а скл. 7 «Жалюзи Мастер» т. 8351945 55 14

**МОКНА** RENAU  
Остекление балконов, лоджий.  
**Т.: 8-961-576-79-97, 26-47-99,**  
пр. Ленина, 90

«Управляющая компания «ЖилСервис»  
**ВОДОМЕРЫ МОЖНО НЕ МЕНЯТЬ,**  
**ЕСЛИ ИХ ПОВЕРИТЬ!**  
Средний срок службы водомера – 12 лет. Но истечение срока – не приговор. Чтобы продолжить эксплуатацию приборов, достаточно их поверить раз в 4-6 лет.  
■ **ПОВЕРКА СЧЕТЧИКОВ НА МЕСТЕ УСТАНОВКИ БЕЗ СНЯТИЯ И НАРУШЕНИЯ ПЛОМБ, ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ЗАМЕНА.**  
■ **ПОВЕРКА ОБЩЕДОМОВЫХ ПРИБОРОВ УЧЁТА**  
Аттестат аккредитации РОСС RU.0001.310336  
**Т.: 460-230, 8-902-894-39-72**

**БАНИ**  
п. ф.  
«Миасские сауны»  
распродажа, гарантия  
**Т. 45-46-35**

ГАЛЕРЕЯ  
**ОКОН**  
**ОКНА**  
**БАЛКОНЫ**  
остекление, отделка  
**ДВЕРИ**  
**ЖАЛЮЗИ**  
ГАРАНТИЯ.  
Пенсионерам скидка 50%  
Грязнова, 30.  
**Т. 8-963-479-30-84.**

**БАЛКОНЫ** Т. 45-15-92  
любое остекление и отделка  
**ОКНА** **ВОРОТА**  
**ПВХ** **ЗАБОРЫ**  
**НАВЕСЫ**

«КЕДРОВАЯ  
ДОЛИНА»  
Бани под ключ.  
**Т. 28-99-96**

**НАТЯЖНЫЕ**  
**ПОТОЛКИ**  
от 190 р./м<sup>2</sup> **59-81-21**

**Память жива**  
24 апреля исполняется 15 лет, как ушёл из жизни дорогой, родной, любимый муж, папа, дедушка **МОСЯКИН Николай Захарович**. В наших сердцах осталась добрая, светлая память о нём. Любим, помним, скорбим.  
Жена, дети, внуки

**ЗАБОРЫ.**  
**ВОРОТА.**  
**НАВЕСЫ.**  
**Т. 59-11-09.**

**ОТКАЧКА**  
**выгребных ям**  
КамАЗ от 6 до 10 м<sup>3</sup>  
**8-912-805-04-14,**  
**45-04-14**

Для организации похорон работника или пенсионера Группы ПАО «ММК» родственнику или лицу, взявшему на себя обязательства по захоронению, необходимо обратиться по телефону **580-700** (круглосуточно) для получения частичной компенсации затрат на ритуальные услуги, оказанные через компанию «ДоЛг».

**Уничтожение**  
**клещей, клопов**  
**и тараканов.**  
**8-922-737-79-90.**

«МагРегионТур»  
**ПУТЕВКИ**  
«Карагайский бор», «Юбилейный»  
«Урал», «Берёзки», «Сосновая горка».  
пр. К. Маркса, 184/1, каб. 6  
(вход со стороны ПА-ЧИН),  
т.: 47-01-37, 8-906-852-09-79.

Коллектив и совет ветеранов отдела соцпрограмм ПАО «ММК» скорбят по поводу смерти **ЧЕРНЫШЕВА Николая Ивановича** и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

**НОВЫЕ ОКНА** **ОСТЕКЛЕНИЕ**  
Ул. Чапаева, 3, т.: 22-12-75, 43-20-31 **БАЛКОНОВ**  
**СТРОИТЕЛЬСТВО САДОВЫХ ДОМИКОВ** **НАТЯЖНЫЕ**  
и НЕЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ, ВОДОСТОЧНЫЕ СИСТЕМЫ **ПОТОЛКИ**  
**РЕМОНТ ОКОН**

Коллектив и совет ветеранов ЖДТ ГОП ПАО «ММК» скорбят по поводу смерти **МОРОЗОВОЙ Марии Ивановны** и выражают соболезнование семье и родственникам покойной.

Поможем убраться на кладбище  
**СДЕЛАЕМ БЛАГОУСТРОЙСТВО**  
**8-919-300-47-74**

Коллектив и совет ветеранов ЛПЦ-3 ПАО «ММК» скорбят по поводу смерти **КИТАЕВА Сергея Александровича** и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

**ПАМЯТНИКИ - 10 %** Беспроцентная  
**от 4000 рублей.** рассрочка  
**ВЫКЛАДКА ПЛИТКИ - 5 %** до 6 месяцев.  
**ОГРАДЫ - 5 %**  
Большевицкая, 13а (здание швейной фабрики) **8-958-062-38-61**

Коллектив и совет ветеранов коксового цеха ПАО «ММК» скорбят по поводу смерти **ГОЛОВЧИКА Михаила Степановича** и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

Объявления. Рубрики «Услуги» и «Требуются» на стр. 14

**Продам**  
\*Сад в «Горняке». Договорная. Т. 8-912-400-26-58.  
\*Сад в «Мичурина-3». Т. 8-951-792-15-04.  
\*Сад в «Коммунальщике» Т. 8-908-702-83-36.  
\*Песок, скалу, отсев, перегной, землю и другое, от 3 до 30 т. Т. 8-951-249-86-05.  
\*Песок, щебень, скала, отсев, перегной. От 3 до 30 т. Т. 8-3519-29-01-25.  
\*Поликарбонат прозрачный, цветной. Т. 45-48-48.  
\*Навоз. Чернозём. Щебень. Т. 8-951-464-79-97.  
\*Навоз, песок, чернозем, щебень, скалу, отсев. От 3 т до 30 т. Недорого. Т. 43-01-92.  
\*Доска обрезная, все виды

пиломатериала, 1 м<sup>3</sup> – 7600 р. Т. 28-99-96.  
\*Песок, щебень, отсев. Т. 8-912-805-39-40.  
\*Дрова, перегной. Т. 8-968-116-07-77.  
\*Морозильник «Атлант». Т. 8-904-803-19-90.  
\*Двухкомнатную, п. Янгельский Агаповского р. Т. 8-908-935-92-83.  
**Куплю**  
\*Ванну, батареи, холодильники, газо-, электроплиты, стиральные машины, микроволновки. Т.: 8-964-245-35-42, 45-21-02.  
\*Холодильник, ванну, машинку, утилизация. Т. 8-919-330-90-38.  
\*Ванну, холодильник. Т. 430-930.

\*Водомеры, ванну. Т. 8-909-095-25-28.  
\*Автовыкуп. Т. 8-951-817-13-99.  
**Сдам**  
\*Часы, ночь. Т. 8-906-871-17-83.  
\*Квартиру. Т. 8-902-864-10-20.  
\*Посуточно. Т. 8-952-527-36-06.  
\*По часам. Т. 8-904-975-80-85.  
**Сниму**  
\*Квартиру. Т. 49-67-77.  
**Считать недействительным**  
\*Аттестат А № 9587056 от 24.06.2003 на Князеву С. В.

www.magmetall.ru  
В ИНТЕРНЕТЕ РАШЕ, ЧЕМ В ГОРОДЕ  
ДЛЯ ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ ПО ССЫЛКЕ ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ QR-КОДОМ

**ВОВРЕМЯ НЕ ПРИНЕСЛИ ГАЗЕТУ?**  
«Магнитогорский металл»  
Служба доставки 8-800-350-26-85, 26-33-49  
Отдел подписки 39-60-87  
(пн-пт с 9.00 до 17.00)

Хозяйке на заметку

# Как появился торт

Этот сладкий десерт занимает в кулинарии особое место



**Говорят, словом *torta* в Древнем Риме называли круглую булку-плетёнку. Форма круга осталась, а вот всё остальное...**

По одной из версий, торт появился в Древней Греции. К столу там подавали пирожки из перетёртых и сваренных зёрен, украшенные рисунками и аппликациями. По другой версии, – торт прибыл с Востока, где древние кулинары готовили десерты с использованием молока, мёда и кунжута с добавлением фруктов.

Торт был праздничным блюдом. Особенно важно было подать его к свадебному столу – чтобы «заманить» для молодых сладкую жизнь. Это можно проследить в культурах разных стран. На Руси к свадьбе пекли караваи, украшая их лебедями, цветами и другими выпеченными фигурками. Тоже своего рода торт.

И всё же десерт в таком виде, как мы его привыкли видеть, пришёл к нам из европейской кухни. Именно там к королевскому столу подавались заварной крем, засахаренные фрукты, позже появились вафли, марципан и сахарная глазурь. Именно там возродилась профессия кондитера, которая ранее существовала только в античные времена. Кроме кондитера приглашались эксперты по сладостям. Это были уважаемые и образованные люди. Одно время экспертом числился даже Леонардо да Винчи. Кстати, именно да Винчи соединил в одном десерте корж, крем и фрукты, а также стал основоположником традиции готовить торт с сюрпризом. Идею подхватили во Франции. В те времена в Париже была своеобразная мода на карликов: знатные вельможи держали при себе лилипутов – так, для развлечения. В конце пиршества особым шиком было, когда из огромного, великолепно украшенного торта выскакивал маленький человечек. Когда в

торт начали добавлять алкоголь, с «сюрпризами» случались конфузы. Так, Петр I, решив повторить европейскую диковинку, приказал поместить в торт двух карликов. Когда пришло их время выскочить из десерта, бедные лилипуты сделать этого не смогли. Торт был пропитан ромом, и пьяные карлики еле-еле вылезли из него на четвереньках.

В России торт долгое время оставался блюдом только для больших приёмов. Называли этот десерт «пирог с кремом и шоколадом». А вот всем известный торт «Наполеон» тортом стал лишь в 1920-е годы. До этого были пирожные в виде треугольника, напоминающие треуголку Наполеона. Придумали их в год победы над Бонапартом.

В XIX веке столицей тортов стала Вена. Взбитые сливки, американский шоколад, пропитанные коржи и кофе стали любимым лакомством посетителей кафе Франца Захера. Главным фирменным блюдом был торт, который так и назвали «Захер». Коржи пропитывались шоколадом, промазывались абрикосовым джемом, а сверху обливались шоколадной глазурью. Казалось бы, всё просто, но повторить шедевр не удавалось никому. Рецепт торта держался в секрете, доверил его Франц лишь своему сыну.

Пытаясь разгадать секрет «Захера», в московском ресторане «Прага» в 1950-е годы неожиданно создали свой фирменный торт с одноименным названием. Три нежнейших коржа, пропитанных сливочным кремом, покрытые джемом и шоколадом, буквально таяли во рту. Постепенно «Прагу» начали делать повсюду.

Сейчас без торта не обходится ни одно торжество. Этот десерт заслужил такие почести, ведь он – не просто сладость, а символ радости и праздника.

на правах рекламы

Объявления. Рубрики «Продам», «Куплю», «Сдам», «Сниму» на стр. 13

## Услуги

\*Ремонт теплиц, сварочные работы. Т. 8-951-260-60-60.  
\*Кровельные работы. Монтаж сайдинга. Т. 8-912-805-46-35.  
**\*Кровли. Кровельные работы. Т. 8-919-117-60-50.**  
**\*Кровля крыш. Недорого. Т. 43-40-24.**  
\*Мягкая кровля. Т.: 43-42-87, 8-909-74-77-848.  
\*Ремонт крыш бикростом. Т.: 43-18-29, 8-909-747-78-52.  
\*Крыши новые, замена старой на новую. Рассрочка. Т. 8-912-793-69-23.  
\*Изготовление и монтаж кровли. Рассрочка. Т. 46-06-53.  
\*Крыши, профлист, черепица. Рассрочка. Т. 8-9000-25-46-23.  
\*Крыши. Изготовим новую, перестелем старую. Пенсионерам скидка. Рассрочка. Т. 8-3519-01-08-31.  
\*Крыши, строительно-ремонтные работы. Т. 8-9000-72-12-82.  
\*Кровля крыш. Пенсионерам льготы. Т. 8-(3519) 45-21-03.  
\*Крыши, пристройки, бани. Т. 8-912-805-21-03.  
**\*Козырьки. Заборы. Ворота. Навесы. Т.43-19-21.**  
**\*Заборы, ворота, навесы, козырьки. Дёшево. Т. 45-40-50.**  
\*Навесы, беседки, пристройки. Ворота. Заборы. Т. 8-900-026-02-00.  
\*Заборы из профнастила и сетки рабицы. Ворота откатные, распашные. Недорого. Т. 43-40-24.  
\*Каркасные вагончики. Бани. Пристройки. Заборы. Ворота. Навесы. Качество. Т. 8-912-805-46-35.  
\*Заборы (евроштакет, профлист, рабица). Ворота откатные, распашные. Навесы. Т. 8-982-332-31-57.  
\*Теплицы. Ремонт и перетяжка старых теплиц. Недорого. Т. 45-46-35.  
**\*Теплицы. Качественно. Недорого. Т. 43-40-24.**  
\*Заборы, профлист, сетка, ворота. Рассрочка. Т. 8-9000-25-46-23.  
\*Заборы, сетка-рабица, профлист, ворота (откатные, распашные). Т. 8-912-793-69-23.  
\*Ворота, заборы, сетка, профлист.

Рассрочка. Пенсионерам скидка. Т. 46-06-53.  
\*Заборы, ворота (откатные, распашные). Замеры бесплатно, рассрочка. Т. 8-9519-01-08-31.  
\*Ворота, заборы, решётки, двери, металлоконструкции. Т. 8-912-805-21-06.  
\*Бани каркасные, кровля крыш. Т. 8-912-805-21-06.  
\*Ворота (гаражные, откатные), заборы, двери, решётки, навесы, ковка, лестницы и т. д. Т. 8-900-082-94-72.  
**\*Покрытие и ремонт теплиц. Поликарбонат. Т. 8-951-461-50-34.**  
**\*Теплицы с усиленным каркасом. Т. 8-919-117-60-50.**  
**\*Поликарбонат. Доставка. Т. 29-40-18.**  
\*Покрытие теплиц поликарбонатом. Т. 45-09-80.  
**\*Теплицы дёшево. Т. 45-40-50.**  
\*Сварка. Ремонт теплиц. Ворота, заборы. Т. 8-904-801-17-72.  
\*Теплицы. Навесы. Т. 8-961-576-00-38.  
**\*Теплицы. Заборы. Т. 59-11-09.**  
\*Бани-бочки. Гарантия. Т. 8-912-805-46-35.  
**\*Благоустройство захоронений. Плитка, памятники. Без предоплаты. Т. 8-908-588-89-01.**  
\*Сайдинг. Т. 8-912-805-21-03.  
\*Отделка бань. Т. 8-912-803-21-84.  
\*Установка замков, вскрытие, гарантия. Т. 45-03-49.  
\*Вскрытие замков, установка гарантия. Т. 43-35-34.  
\*Установка замков, вскрытие, гарантия. Т. 45-07-65.  
\*Сантехника. Канализация. Разводка. Гарантия. Скидки пенсионерам. Т. 45-00-21.  
\*Реставрация ванн. Сантехника. Т. 45-20-95.  
\*Почистка канализации. Т. 28-01-05.  
**\*Водомеры. Сантехработы. Т. 8-906-854-79-79.**  
\*Садовый водопровод. Т. 8-982-288-85-60.  
\*Сантехмастер. Т. 43-05-41.  
\*Сантехработы. Водомеры. Качество. Т.: 45-11-41, 8-963-478-56-57.

\*Сантехработы. Недорого. Т. 8-908-064-53-17.  
\*Сантехремонт. Т. 491-490.  
**\*Сантехник. Т. 8-908-937-53-35.**  
\*ООО «Спец». Линолеум. Ламинат. Замена пола. Малярные работы и т. д. Т. 8-908-703-90-88.  
**\*Натяжные потолки. Т. 43-40-65.**  
\*Натяжные потолки. Т. 8-912-790-74-02.  
**\*Полы, замена. Настил покрытия. Т. 8-909-095-16-19.**  
\*Откосы окон и дверей. Т. 8-919-334-58-21.  
\*Потолки. Обои. Т. 29-09-85.  
\*Покраска помещений. Т. 8-963-094-27-28.  
**\*Натяжные потолки. Т. 8-9000-755-591.**  
\*Обои. Потолки. Т. 8-951-807-68-47.  
\*Обои. Т. 8-909-097-48-26.  
\*Домашний мастер. Т. 43-95-28.  
\*Домашний мастер. Т. 8-951-441-43-13.  
\*Домашний мастер. Т. 8-908-068-96-03.  
\*Откосы недорого. Т. 43-19-50.  
\*Сборка корпусной мебели. Т. 43-16-74.  
\*Шкафы-купе на заказ. Т. 8-982-301-22-32.  
\*Кухни, шкафы. Т. 43-15-87.  
\*Сборка, ремонт мебели. Т. 8-982-301-22-32.  
\*Электрик. Ремонт бытовой техники на дому (в т. ч. электроплиты и духовки). Т. 8-951-789-41-80.  
\*Электрик, недорого. Т. 8-906-853-71-99.  
\*Электрик. Недорого. Т. 8-904-975-47-35.  
\*Электромонтаж. Т. 8-919-333-08-91.  
\*Электрик. Недорого, надёжно. Т. 8-900-091-94-84.  
\*Ремонт холодильников. Пенсионерам скидки. Т.: 30-17-07, 8-904-803-65-05.  
\*Ремонт холодильников и «Стинол». Скидка. Гарантия. Т.: 43-11-56, 8-908-588-70-96.  
\*Ремонт любых холодильников и «Атлант», «Стинол». Т. 59-10-49.  
\*Ремонт бытовой техники. Выезд. Т. 8-9000-65-85-05.

**\*Ремонт холодильников. Т. 8-912-802-90-65.**  
\*«Рембытхолод». Т. 28-04-81.  
\*Качественный ремонт любых телевизоров. Гарантия. Выезд бесплатно. Т.: 28-17-75, 8-908-828-17-75.  
\*Ремонт телевизоров. Гарантия. Т.: 45-05-24, 8-909-096-60-27.  
\*Ремонт телевизоров. Гарантия. Т. 45-70-10.  
\*Телемастер. Гарантия. Т.: 46-00-94, 8-908-086-00-94.  
\*Ремонт телевизоров. Гарантия. Т. 45-53-95.  
\*Антенны! Ремонт. Т. 8-951-810-10-55.  
\*Цифровое ТВ. Т. 44-03-75.  
\*Ремонт компьютеров. Т. 8-951-124-64-00.  
**\*Компьютерщик. Т. 8-982-288-42-86.**  
\*Профессиональный ремонт стиральных машин и холодильников, а также другой бытовой техники. Гарантия. Вызов бесплатно! Пенсионерам скидка! Т. 8-908-066-24-29.  
\*Ремонт любых стиральных машин. Пенсионерам скидки. Выезд бесплатно. Т. 8-9000-72-84-47.  
\*Ремонт стиральных машин. Качественно, быстро, недорого. Пенсионерам скидки. Т. 8-999-585-64-95.  
\*Ремонт микроволновок, стиральных машин, холодильников на дому. Т. 8-903-090-00-95.  
\*«ГАЗели». Переезды. Доставка. Грузчики. Без выходов. Т.: 43-10-90, 8-908-587-58-50.  
\*Междугородние грузоперевозки. Т. 43-43-42.  
\*«ГАЗели», грузчики. Город, межгород, переезды. Т.: 8-963-476-84-38, 8-919-302-41-29.  
\*Грузчики – 150 р. «ГАЗель» – недорого. Т. 8-950-745-40-19.  
\*«ГАЗель». Реально недорого. Т. 46-70-80.  
\*Грузоперевозки, трезвые грузчики. Т. 8-951-439-61-51.  
\*«ГАЗели» от 300 р., грузчики. Т. 8-912-806-00-33.  
\*«ГАЗель», грузчики. Т. 45-35-02.  
\*«ГАЗель». Переезды. Т. 8-912-805-18-17.

\*«ГАЗель». Т. 8-906-899-42-21.  
\*Грузоперевозки. Профессиональные «ГАЗели» и грузчики. Т. 8-908-937-07-98.  
\*Грузоперевозки. Профессионально. Т. 8-908-587-92-33.  
\*Манипулятор. Т. 8-912-805-26-76.  
\*Вспашка мотоблоком. Т. 8-922-013-96-52.  
**Требуются**  
\*Уборщица/щик в магазин без вредных привычек. График работы 2/2. Обращаться по Т. 8-951-477-46-30.  
\*Прием звонков. Т. 8-903-090-00-76.  
\*Рекламщик. Т. 8-909-749-39-91.  
\*Ресепшеонист. Т. 59-10-78.  
\*Сортировщик документов. Т. 8-908-077-44-78.  
\*Многоemenка. Т. 8-900-025-38-72.  
\*Подработка. Т. 8-902-614-88-03.  
\*Подшивка документов. Т. 8-951-255-64-67.  
\*Допход. Т. 8-902-618-71-20.  
\*Референт. Т. 8-922-721-80-35.  
\*На постоянную работу: оператор бетононасосного узла, формовщики ЖБИ. Т.: 8-951-244-18-42, 58-03-01.  
\*Водители автобетоносмесителя. Т.: 8-909-748-39-90, 58-03-01.  
\*Уборщик территории с опытом работы с триммером для покоса травы. Т.: 8-968-117-10-95, 58-03-01.  
\*Монтажники наружных трубопроводов. Т. 8-904-974-94-76.  
\*Учетчик (инертные материалы). Т. 58-03-01.  
\*Грузчики. Смена до 850 р. Т.: 49-01-46, 49-01-47.  
\*Водитель на «ГАЗель». Т. 49-01-46, 49-01-47.  
\*Плотник. Т.: 49-01-46, 49-01-47.  
\*Водитель на грузовой самосвал и фронтальный погрузчик. Зарплата достойная. Т. 8-912-326-01-36.  
\*Продавец в магазин «Семена». Т. 8-963-476-46-46.  
\*Уборщики (цы) в «Магнит». Т. 8-952-509-39-22.  
\*Установщик памятников. Т. 8-9000-985-652.

Юридический ликбез

# Кто мешает дом построить

Дом на садовом участке теперь можно построить только с разрешения муниципальных властей



Из архива «ММ»

В прошлом году на участке я убрала покосившуюся беседку. Собралась было возводить новую, но остановилась: по новым нормам, вроде бы, строить без разрешения на участке ничего нельзя. Вопросы по этому поводу задают и соседи: что теперь законом, а что нет? Обратилась к законодательным актам и выяснила: всё, кроме жилого дома, можно строить, никого не спрашивая. О доме разговор отдельный.

Законодательные изменения вступили в силу с 1 марта 2019 года. Земля теперь делится на два типа: садовую и огородническую. Главное отличие меж-

ду ними в том, что на садовой земле дом построить можно, а на огороднической сделать этого не разрешат.

Изменения уточняют параметры жилого дома: он должен иметь не более трёх надземных этажей и не должен быть выше 20 метров. Его также нельзя будет разделить на квартиры.

Если вы не успели зарегистрировать жилое строение на садовом участке до 1 марта, с вас потребуют разрешение на строительство, что чревато бюрократической волокитой.

Теперь введён единый порядок начала и окончания строительства объектов индивидуального жилого строительства и их оформления в собственность. Для этого перед началом работ нужно обратиться в орган местного самоуправ-

ления с уведомлением о начале строительства и указать в нём все параметры дома. После этого дожидаться ответного уведомления о том, что дом соответствует всем нормам. И только потом запускать на участок работников.

Без разрешения местные власти могут признать дом самовольной постройкой. Однако для этого им потребуется решение суда, и уже в судебном порядке нужно будет доказывать право собственности на построенный дом. При этом главное, чтобы жилой дом был построен по всем нормам, а земельный участок – оформлен в собственность.

После окончания всех работ нужно будет снова отправить уведомление в муниципалитет. Сделать это нужно в течение месяца. Администрация города самостоятельно отправит документы в Росреестр для регистрации собственности. К этому уведомлению нужно будет приложить также квитанцию об оплате госпошлины за регистрацию права собственности. Если же по каким-то причинам администрация не передаст документы, можно самостоятельно направить заявление в ведомство.

Уведомление о планируемом строительстве можно отправить заказным письмом, принести лично, через МФЦ или единый портал госуслуг

Обязательные данные перечислены в Градостроительном кодексе. Введён предельный срок ответа: если в течение семи дней местная администрация не уведомила о разрешении или отказе в строительстве, это значит, что строительство согласовано и можно приступать к работам. Разрешение на строительство будет действовать в течение десяти лет.

Отказать в строительстве могут, если обнаружатся какие-то несоответствия строительным нормам. В этом случае необходимо внести изменения в строительный план, исправив указанные недочёты. А вот если ошибки обнаружатся уже после окончания строительства, то заставят перестроить или даже вовсе снести постройку.

Важно знать, что изменения касаются только жилых домов. Строить бани, сараи, беседки или будки можно без предварительного уведомления муниципалитета.

✍ Ольга Балабанова

Удобрения

## Чтобы растения улыбались

Здоровье нации зеркально отображает здоровье почвы, которая «рождает» продукты питания.



В последнем выпуске «Нескучного сада» мы рассказывали о гумификаторах – системе приготовления пищи для почвы. Тема нашла отклик у горожан. Учёный-агроном Юлия Сивоконь много лет занимается стимиксами и поделилась некоторыми наблюдениями об их применении.

– Способность рождать плоды и есть плодородие почвы. Этот термин характеризует почву как живой организм, – говорит Юлия. – Часто слышим от опытных садоводов: «Бедная почва, хилая и даже большая». А ведь ей можно помочь вернуть первоначальный вид. Ведь посмотрите: самая богатая, жирная почва – в лесу, где она сама восстанавливается, используя на все сто процентов то, что есть в ней самой. Не прекращая собирать достойный урожай, за два-три года можно восстановить землю и на садовом участке, поэтапно улучшая плодородие и повышая вкусовые и целебные качества овощей и фруктов в саду.

На помощь магнитогорским садоводам пришли микробиологические препараты стимикс и фитостим. Вот уже пять лет кандидат сельскохозяйственных наук Александр Харченко читает лекции в клубе садоводов Магнитогорска, рассказывает о применении препаратов в передаче «Зелёный остров».

– Что же за волшебное средство такое? – спрашиваю у Юлии.

– Ну взять, к примеру, «Стимикс стандарт» – это кладёшь органических биологически активных веществ и стимуляторов роста. Эффект от его применения виден сразу: на утро растение искрится изумрудной зеленью и в буквальном смысле «улыбается». А вот использование фитостимов – это задел на будущее плодородия почвы и вытеснение патогенов, разрыхление почвы и обеспечение растений питательными веществами из того, что есть в органике. Бактерии в буквальном смысле грызут гранит. Препарат позволяет отказаться от тюков минеральных удобрений и химической аптечки садовода. Для тех, кто неохотно использует химические препараты, это самое то.

Сейчас идёт активная подготовка почвы под посевы. Первый вопрос, который стоит перед огородниками: как защитить растения от болезней, которые сохранились в почве. Стимиксы позволяют не протравливать землю, убивая всё живое, а дать ей положительные бактерии, которые, занимая пространство, медленно вытесняют патогены из почвы.



Посевной календарь. Май 2019 год		
1 мая	26 лунный день. Убывающая Луна в Рыбах	Можно садить луковичные цветы, сеять редис, лук, морковь, поливать и подкармливать рассаду, бороться с вредителями и сорняками
2-3 мая	27-28 лунный день. Убывающая Луна в Овне	Рекомендованы обработка почвы, полив и подкормка, внесение минеральных удобрений, борьба с вредителями и болезнями, посадка ярового чеснока
4 мая	29 лунный день. Убывающая Луна в Тельце	Посадка луковичных и клубнелуковичных цветов в открытый грунт. Посев моркови, редиса, свеклы, петрушки, пастернака
5 мая	1 лунный день. Новолуние в Тельце	В этот день хорошо удалять больные растения, проводить прополку, обрезку, пасынкование и прищипку. Не рекомендуется сеять, сажать, рыхлить, прививать
6-7 мая	2-3 лунный день. Растущая Луна в Близнецах	Рекомендуется посев и посадка вьющихся растений, а также земляники, капусты брокколи и цветной, цветов. Посев семян или посадка рассады огурцов на гряды (с внесённым ранее навозом)
8-10 мая	4-6 лунные дни. Растущая Луна в Раке	Прекрасный день для посадки огурцов, томатов, перцев, баклажанов, зелени; полива, подкормки, прививки, черенкования
11-12 мая	7-8 лунный день. Растущая Луна во Льве	Возможна посадка декоративных деревьев и кустарников, клубники, земляники, полив и подкормка
13-14 мая	9-10 лунный день. Растущая Луна в Деве	Можно сажать декоративные деревья и кустарники, сеять и сажать цветы, поливать и подкармливать. Овощные и плодовые культуры лучше в этот день не сеять и не сажать

15-16 мая	11-12 лунный день. Растущая Луна в Весах	Посадка в открытый грунт рассады капусты. Посев гороха, бобов, зелёных культур, тыквы, кабачка, патиссона. Посадка декоративных кустарников. Посадка, пересадка и укоренение усов земляники
17-18 мая	13-14 лунный день. Растущая Луна в Скорпионе	Посев и посадка цветов. Прививка, полив, подкормка растений. Посадка рассады томатов, перцев, баклажанов, капусты, огурцов, кабачков тыкв, в открытый грунт или в парники. Посадка лука-севка
19 мая	15 лунный день. Полнолуние в Стрельце	Неблагоприятные дни для посадки растений, а также для обрезки, пасынкования и прищипывания
20 мая	16 лунный день. Убывающая Луна в Стрельце	От посевов лучше воздержаться, очень эффективно проведение прополки, борьба с болезнями и вредителями, прореживание
21-23 мая	17-19 лунный день. Убывающая Луна в Козероге	Удачные дни для посева семян корнеплодов: репы, редиса, пастернака, корневой петрушки, свеклы, брюквы, а также для посадки картофеля
24-25 мая	20-21 лунный день. Убывающая Луна в Водолее	От посевов лучше воздержаться, очень эффективно проведение прополки. В этот день хорошо очищать хранилища, погреба, полоть, вырезать сухие и больные ветви, дикую поросль
26-28 мая	22-24 лунный день. Убывающая Луна в Рыбах	Посадка картофеля, лука-севка, редиса. Высадка рассады цветов в открытый грунт. Подкормка растений комплексными удобрениями
29-30 мая	25-26 лунный день. Убывающая Луна в Овне	От посевов лучше воздержаться, очень эффективно проведение прополки, рыхление почвы
31 мая	27 лунный день. Убывающая Луна в Тельце	Можно сеять морковь, свеклу, садить луковичные цветочные растения. В это время все корнеплоды хорошо приживутся. Рекомендованы полив и подкормка растений минеральными удобрениями

Календарь «ММ»

**24** **Апреля**  
Среда

Восх. 5.04.  
Зах. 19.53.  
Долгота  
дня 14.48.

**Дата:** Международный день секретаря (административных работников). Международный день солидарности молодёжи.

**Слово дня:** *Ток-шоу* – шоу, в ходе которого участники высказывают своё мнение по какому-либо вопросу.

**Совет дня:** *Нет ничего плохого в здоровом и умеренном эгоизме.*

**25** **Апреля**  
Четверг

Восх. 5.01.  
Зах. 19.55.  
Долгота  
дня 14.54.

**Дата:** Великий (чистый) четверг.

**Слово дня:** *Тюнинг* – переделка, усовершенствование автомобиля.

**Совет дня:** *Хорошее время для принятия финансовых решений, связанных с крупными покупками или сбережениями.*

Улыбнись!

## Воспитанный человек

Человек состоит из трёх субстанций: души, тела, инн.

\*\*\*

Коротко о брюках: шорты.

\*\*\*

Проснулся с ощущением, что выспался. Первая мысль – проспал.

\*\*\*

– Доктор у меня голова сильно кружится.

– Я вижу!

\*\*\*

Николай Валуев перепутал военкомат с банкоматом, но деньги всё равно снял.

\*\*\*

– Доченька, за тобой мужчины бегают?

– Бегают, мам, но... не очень быстро.

\*\*\*

До того, как сделаешь уборку, хотя бы знаешь, что где лежит.

\*\*\*

Хорошо воспитанный человек смотрит в замочную скважину безразличным взглядом.

\*\*\*

Мужчина, который прожил с одной и той же женщиной 30 лет, – эгоист!

\*\*\*

Я говорю вам своё окончательное и бесповоротное «может быть»!

Филателия

## В память о Великой Победе

На Магнитогорском почтаме с 6 по 14 мая будет проходить гашение почтовой корреспонденции с применением специального штампа «С Днём Победы!».



Такое спецгашение в пред- и послепраздничные дни – добрая традиция для Магнитки, города самоотверженных тружеников, ковавших Победу в годы Великой Отечественной войны. Письма и открытки, погашенные оригинальным, художественно оформленным штампом, станут памятным почтовым сувениром для иногородних друзей и родственников, а также займут достойное место в домашних архивах и в собраниях филателистов.

**ВО ВРЕМЯ НЕ ПРИНЕСЛИ ГАЗЕТУ?**

Служба доставки  
8-800-350-26-85,  
26-33-49

Отдел подписки  
39-60-87

«Магнитогорский металл»

(пн–пт с 9.00 до 17.00)

Экран

# Контурсы на белой стене

Через диалог кино и живописи показан портрет человека, способного на резкие контрасты

**Завтра в кинотеатре с джазовой душой завсегдатаи киноклуба Р. S. будут смотреть и обсуждать фильм о великом мастере, знавшем и славу, и немилость владык, а в восемьдесят восемь ушедшем со словами: «Я отдаю душу Богу, тело земле, имущество родным».**

Биографический итальянский фильм «Микеланджело. Бесконечность» (12+) 2018 года Эмануэле Имбучи, созданный при поддержке музеев Ватикана, соединяет особенности документального и игрового кино и рассказывает о творческом пути великого скульптора и живописца эпохи Возрождения.

«Микеланджело. Бесконечность» – первый арт-фильм об абсолютном гении Ренессанса, оставившем вневременной след в истории мирового искусства

На экране два мастера XVI века: Микеланджело в исполнении Энрико Ло Версо и его современник, ученик, живописец и искусствовед Джорджо Вазари – его роль «в возрасте» исполнил Ивано Марескотти. Первый – мятущийся и бескомпромиссный – повествует о своих сомнениях и творческом поиске, создавая свои шедевры на глазах зрителя: вырубает мраморную глыбу из скального массива и шлифует поверхность,



прорисовывает на белой стене контуры фигур на будущей росписи и наносит последний красочный мазок на фреске, которой предстоит стать знаменитой на весь мир. Второй под классическую музыку неспешно вспоминает о временах и нравах, комментирует сказанное Микеланджело.

Перед нами – Сикстинская капелла, «Пьета», «Давид», «Моисей», «Страшный суд», Базилика святого Петра и

другие шедевры великого мастера, оживлённые цифровыми эффектами, что позволяет рассмотреть даже те детали, что невозможно увидеть в реальности. Неудивительно, что подготовка к съёмкам продолжалась восемь месяцев, а на создание спецэффектов – все десять.

Отдельного фильма заслуживают и другие дарования Микеланджело – поэтический и музыкальный.

Кроссворд

**По горизонтали:** 4. «Брат по крови» для графа Дракулы. 7. Муза «с эпическим уклоном». 8. Где спрятали роковую брошь из сериала «Охотники за бриллиантами»? 9. Профессия героини культового сериала «Просто Мария». 10. Покров сугроба. 15. Злейшие враги хоббитов. 16. В августе 2016 года голливудский актёр Джастин ... стал мужем очаровательной Дженнифер Энистон. 17. Самая полезная пряность для кормящих матерей. 18. «Коли ... пить, так до дна» (японская присказка). 22. Кто однажды заметил Иосифу Сталину: «К сожалению, меня все знают»? 23. Звезда мирового кино, чья младшая дочь появилась на свет, когда ему исполнилось 70 лет! 24. Что носил Кит Харингтон, когда только начал сниматься в «Игре престолов»? 25. В какой фантастической игре нужно забрасывать мячи в огнедышащую пасть? 26. «Наиболее сильные люди и наиболее одиноки» (норвежский классик). 27. Выпивка на яблочной основе. 28. Кто из эстрадных кумиров 90-х поднял рейтинг на плачущей в автомате девушке?

**По вертикали:** 1. Эликсир «... датского короля» попал в песню Булата Окуджавы. 2. Минутная, но не слабость. 3. У кого из лауреатов премии «Оскар» на правой руке есть татуировка «Шотландия навсегда»? 4. Общественные бани в Византии. 5. Какой сыр викинги брали с собой в плавание? 6. Актёрское творчество. 11. Телефонный. 12. «Прогулка по Луне» у экстремалов. 13. Какая страна в Вест-Индии подарила миру поющую красотку Рианну? 14. Население Китая превысило ... человек. 19. Кого считают чуть ли не лучшей белой исполнительницей блюза? 20. Откуда проповедают? 21. Обладатель знаний древних из сериала «Звёздные врата».

## Покров сугроба

	1	2	3	4	5	6			
7									
				8					
9									
				10		11		12	
13		14		15			16		
17					18	19			
			20		21	22			
23									
						24			
25							26		
27				28					

**По горизонтали:** 4. Вампир, 7. Калипсо, 8. Люстра, 9. Служанка, 10. Наст, 15. Орк, 16. Теря, 17. Анис, 18. Яд, 22. Жаров, 23. Бельмондо, 24. Парик, 25. Драконобол, 26. Ибсен, 27. Сидр, 28. Осин.

**По вертикали:** 1. Капли, 2. Блажь, 3. Конерни, 4. Валансия, 5. Мюссот, 6. Игра, 11. Террипорт, 12. Мунвокинг, 13. Барбадос, 14. Миллиард, 19. Джоплин, 20. Амвон, 21. Амбуис.

Ответы на кроссворд

magmetall.ru (16+) magmetall74 magmetall74 magmetall74

Адрес редакции, издателя: 455038, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. Ленина, д.124, корпус 1. Тел. (3519) 39-60-74, отдел подписки: 39-60-87, отдел доставки: 26-33-49, отдел рекламы: 39-60-79, e-mail: inbox@magmetall.ru сайт: magmetall.ru (16+)

Учредитель – Автономная некоммерческая организация «Редакция газеты «Магнитогорский металл».

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ТУ 74-01224 от 29 декабря 2015 г.

Главный редактор  
Фролов Олег Валерьевич

Ответственный секретарь  
Наумов Евгений Михайлович

Программа телевидения предоставлена АО «Сервис-ТВ». Ответственности за программу телевидения, прогноз погоды редакция не несёт.

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 22.04.2019 по графику в 19.00, фактически в 18.30.

Заказ № 2105. Тираж 70828. Объем 4 печатных листа. Печать офсетная.

Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, д. 69).