

Городское Собрание



Цифра дня

17,2 %

Такую часть в общем объёме перевозок на общественном транспорте в Магнитогорске составляют студенты и школьники.

Погода

Пт -7°...-3°
з 2...5 м/с
733 мм рт. ст.



Сб -9°...-4°
ю-з 2...3 м/с
738 мм рт. ст.



Вс -8°...-3°
с-з 1...2 м/с
739 мм рт. ст.



На 2020 год
1650
руб

о редакции
газеты
МЕТАЛЛ

Подписка
с любого
месяца

Пр. Ленина, 124/1. ☎ 39-60-87.
Для юр. лиц: ул. Труда, 27. ☎ 49-59-70.

© Андрей Серебряков

И количеством, и качеством

Бюджет, налоги, льготы, правила благоустройства – депутаты рассмотрели более 20 вопросов, касающихся финансовой, социальной и культурной жизни города

Так, в частности, назрела необходимость внести поправки в положение о бюджетном процессе муниципалитета, чтобы привести его в соответствие с федеральным законодательством.

Изменения в бюджет

Бюджетным законодательством расширены основные характеристики долговой политики города, внешних займов и верхнего предела внешнего долга. Уже в 2020 и 2021 годах эти приложения будут входить в состав бюджета в виде перечня кредитов, привлекаемых из федерального бюджета в иностранной валюте. Изменения коснулись пояснительной записки к отчёту

об исполнении бюджета в части дополнения сведений о выполнении муниципальных заданий. Эти изменения будут отражены в отчёте за 2019 год.

– Дополнена статья по осуществлению внутреннего финансового аудита, – объяснила начальник управления финансов Светлана Расчётова. – Уполномоченные должностные лица обязаны предоставлять руководителю распорядителя бюджетных средств информацию об исполнении бюджетных полномочий, а также готовить заключение о достоверности отчётности и предложения о повышении качества финансового менеджмента, результативности и экономности использования бюджетных средств. Внутренний финансовый аудит будет осуществляться по федеральным стан-

дартам, которые ещё разрабатываются и будут установлены Министерством финансов России.

Для обеспечения всего этого прописываются дополнительные приложения к решению о бюджете города. Более десяти изменений продиктованы семью новыми федеральными законами, в соответствии с которыми необходимо привести местные законодательные акты.

Земельный налог

С 1 января 2011 года решением МГСД введён земельный налог. С момента утверждения положения о земельном налоге было принято пятнадцать изменений, касающихся ставок, порядка расчёта, сроков уплаты. Много поправок и дополнений потребовало создание новой редакции документа.

В период разработки документа внесены поправки в Налоговый кодекс, которые были учтены. На заседании городского Собрания актуальный проект положения о земельном налоге с учётом изменений федерального законодательства представила начальник управления экономики и инвестиций Динара Хабибулина:

– Налоговые ставки и льготы сохранены в полной мере. Документ не ухудшает положение налогоплательщиков и не приводит к изменению налоговых поступлений в бюджет города.

Продолжение на стр. 2

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

8 ноября с 12.00 до 13.00 Дворец им. И. К. Ромазана, пр. Ленина, 97

внутриушные, заушные,
цифровые, бесшумные,
безбатарейные, карманные

Гарантия 2 года

Выезд на дом: 8 (961) 940-23-58

от 5000
до 14000 р.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ

ПАНЕЛИ
121 И 97 СЕРИИ

БЕСПЛАТНО*



т. 43-81-77
т. 8-904-814-70-70

*при условии самовывоза (автокран, манипулятор)

Знай наших!

Победа в конкурсе корпоративной автоматизации

ООО «ММК-УГОЛЬ» из Группы компаний Магнитогорского металлургического комбината вошло в число победителей конкурса «1С:Проект года». Компания победила в номинации «Лучший проект в отрасли» в категории «Добывающая промышленность».

В этом году на конкурс было подано более 140 проектов. Церемония награждения победителей конкурса состоялась 11 октября 2019 года в рамках VI Бизнес-форума 1С:ERP в Москве.

Высокой оценки оргкомитета

конкурса удостоился реализованный в ООО «ММК-УГОЛЬ» проект по оптимизации системы планирования, учёта и контроля за производственными и финансовыми показателями с использованием программных продуктов «1С:ERP Горнодобывающая промышленность» и «1С:Документооборот КОРП».

Решение внедрить такую систему, учитывающую особенности добычи и переработки угля в ООО «ММК-УГОЛЬ» с помощью электронной платформы «1С:ERP Горнодобывающая промышленность», было принято в компании в 2016 году. Внедрение информсистем осу-

ществлялось под контролем ООО «ММК-Информсервис» в качестве внутреннего консультанта, с привлечением стороннего подрядчика ООО «Синерго СофтСистемс», погружённого в отраслевую специфику горнодобывающей промышленности и имеющего опыт внедрения ERP-систем на базе решений 1С:Предприятие.

В ходе реализации проекта, завершённого в 2018 году, были автоматизированы бухгалтерский и налоговый учёт, оперативный учёт и управление производством по основным процессам (добыча, подготовительные работы, перевозки и транспорт, отгрузка продукции

железнодорожным транспортом); управленческий учёт; казначейство и управление денежными средствами; расчёт себестоимости продукции; документооборот; распределение накладных расходов по объектам строительства.

Результатом внедрения системы «1С:ERP Горнодобывающая промышленность 2» стала оптимизация существующих бизнес-процессов. ООО «ММК-УГОЛЬ» получило комплексную систему учёта, в которой сведены в единое информационное пространство оперативный производственный учёт, управленческий и регламентированный учёт. В ходе проекта достигнута основная цель

– быстрое «закрытие» месяца. Кроме того, была проделана большая и успешная работа по организации взаимодействия с учётными системами головной компании – ПАО «ММК» – в части централизованного управления нормативно-справочной информацией, взаиморасчётами, казначейством, бюджетированием, тендерной площадкой, электронным документооборотом. Бесшовная интеграция с решением «1С:Документооборот КОРП» обеспечила возможность быстрого внутреннего согласования заявок на расход денежных средств, заказов на внутреннее потребление и других внутренних документов.

Решение

Вне зоны доступа

Президент России Владимир Путин поручил принять меры против пропаганды наркотиков в Интернете. За неё будет предусмотрена уголовная ответственность.

Президент поручил МВД принять меры по пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров с использованием Интернета. Глава государства призвал подготовить предложения по увеличению штатной численности и объёма финансирования органов внутренних дел для совершенствования этой работы.

Комплекс дополнительных мер президент поручил принять и правительству. В частности, речь идёт об оперативном выполнении требований по внесудебному ограничению доступа к размещаемой в Интернете информации о способах, методах изготовления и использования наркотиков, психотропных веществ, новых потенциально опасных психоактивных веществ, о местах их приобретения.

Кроме того, следует установить уголовную ответственность за склонение к потреблению либо пропаганду наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов с использованием Интернета. Глава государства поручил обобщить положительный опыт регионов по профилактике незаконного потребления наркотиков, реабилитации и ресоциализации наркоманов и распространить его на всю страну. Ещё одна мера – поддержка негосударственных организаций, участвующих в профилактике незаконного потребления наркотиков, реализующих программы реабилитации. Доклад Путин поручил сделать до 10 января 2020 года.

Землепользование

Как увеличить участок

Депутаты городского Собрания внесли изменения в порядок определения платы за увеличение площади земельных участков.

По Земельному кодексу приказом министерства имущества Челябинской области установлен порядок платы за «прирезку» земли муниципалитета к частному участку.

– Внесение изменений затрагивает интересы тех, кто хочет увеличить земельный участок за счёт свободной земли, принадлежащей муниципалитету, – объяснила исполняющая обязанности председателя комитета по управлению имуществом Елена Миронова. – Вводится плата за прирезанный участок из расчёта 30 процентов кадастровой стоимости всей площади пропорционально площади присоединяемого участка.

При этом появляются три льготные категории, которых раньше не было. Один процент кадастровой стоимости будет насчитываться для благотворительных или религиозных организаций. Десять процентов определены для ведения личного подсобного хозяйства, огородничества, садоводства, дачного и индивидуального жилищного строительства, а также для пенсионеров, многодетных семей, инвалидов и семей, имеющих в своём составе детей-инвалидов. Одна тысячная процента кадастровой стоимости участка будет начислена для общедолевой собственности многоквартирных домов. При повторном распределении плата составила 50 процентов от кадастровой стоимости, но эта ставка не распространяется на благотворительные, религиозные помещения и многоквартирные дома.

Прогноз погоды

Ноябрьские капризы

Последний месяц осени в Челябинской области, по прогнозам синоптиков, обещает быть достаточно холодным и малоснежным.

По данным gismeteo, в начале ноября столбик термометра не опустится ниже минус 5 градусов, ожидаются осадки в виде мокрого снега с дождём. После 10 ноября заметно похолодает – днём температура воздуха составит минус 12–16 градусов, ночью – минус 15–20 градусов. Существенных осадков не ожидается. В конце месяца немного потеплеет – до минус 5–9 градусов в дневные часы, возможен снег.

Как сообщили в челябинском гидрометцентре, средняя температура воздуха в ноябре в Челябинской области составляет минус 6–7 градусов. В тёплые годы она достигала минус 1–3 градусов, в холодные – опускалась до минус 13–15 градусов. Абсолютный максимум температуры воздуха составляет плюс 12–17 градусов. Абсолютный минимум температуры воздуха равняется минус 36–42 градуса.

В северной половине области выпадает 40–51 мм осадков. На остальной территории количество выпавших осадков составляет 18–26 мм. В Челябинске в ноябре 1997 года выпало 207 процентов месячной нормы осадков, а в ноябре 2005 года – 7 процентов месячной нормы осадков. Обычно постоянный снежный покров в северных районах области устанавливается в начале ноября, а на остальной территории во второй декаде.

Городское Собрание



Вадим Иванов, Евгений Плотников, Олег Ширяев, Егор Кожаев

© Андрей Серебряков

И количеством, и качеством

Бюджет, налоги, льготы, правила благоустройства – депутаты рассмотрели более 20 вопросов, касающихся финансовой, социальной и культурной жизни города

**Окончание.
Начало на стр. 1**

Принимая решение о льготном налогообложении, муниципалитеты учитывают индивидуальные особенности территории.

В Магнитогорске льготы по земельному налогу предоставляются нескольким категориям граждан, владеющих гаражами и садовыми участками.

Рассматривалась поправка, предложенная налоговыми органами, – уменьшить площадь земельного участка под индивидуальное жилищное строительство, на который распространяется льгота, с 1500 до 600 квадратных метров. Однако городские власти не пошли на это, так как подобная поправка привела бы к ухудшению положения социально незащищённых категорий налогоплательщиков, для которых установлена данная льгота. Среди тех, кто пользуется этой льготой, инвалиды третьей группы, члены многодетных семей с тремя и более детьми до 18 лет, члены семей с детьми-инвалидами, потерявшими кормильца, одинокие родители, воины-интернационалисты.

Напомним, что земельный налог полностью поступает в местный бюджет и имеет удельный вес в общей структуре доходов городской казны около 15 процентов.

Гостевые маршруты

Правила благоустройства города – живой, меняющийся документ. По утверждению спикера городского Собрания Александра Морозова, в Магнитогорске этот документ один из лучших среди подобных в стране, хотя его исполнение порой усложнялось несовершенством федерального законодательства.

– Наблюдаем некоторые подвижки, в том числе в плане привлечения к ответственности нарушителей правил, – заметил Александр Олегович. – Сейчас появилась необходимость внести изменения в правила благоустройства с целью повышения туристической привлекательности. Теперь в правилах появится глава «Гостевые маршруты». Это понятие коснётся основных улиц, магистралей, значимых мест города, по которым могут следовать гости, участники различных мероприятий. Перечень гостевых маршрутов, а также требования к их благоустройству будут установлены специалистами администрации города. Решение городского Собрания о введении в правила благоустройства понятия «Гостевые маршруты» даст старт этой работе. Будет учтён опыт других городов, в том числе

в отношении облика зданий, вывесок, рекламных конструкций, памятников, пешеходных и зелёных зон.

Александр Морозов отметил, что статус гостевого маршрута может быть на руку горожанам, живущим в домах исторической застройки. Сейчас они вынуждены приводить в порядок имеющиеся ценностные элементы на фасадах за свой счёт, а в случае признания здания находящимся в зоне гостевого бюджета появится возможность содержания его с использованием бюджетных средств.

Контроль в сфере благоустройства

Институт муниципального контроля играет большую роль в деятельности органов местного самоуправления, так как считается реальным механизмом предупреждения нарушений требований правовых актов.

– Виды муниципального контроля установлены федеральным законом об общих принципах организации местного самоуправления, – напомнил заместитель главы города Виктор Нижегородцев. – Всего установлено одиннадцать видов контроля. На территории Магнитогорска действует жилищный, земельный, лесной, контроль за использованием и охраной недр, а также в сфере благоустройства территории. Муниципальный контроль в сфере благоустройства, как и в других, осуществляется, но необходим отдельный документ, регламентирующий эту деятельность. Речь идёт об исполнении организациями и предпринимателями требований муниципальных правовых актов.

В городе работают три административные комиссии, с начала года рассмотрено 918 дел. Шестидесят процентов нарушений – в сфере благоустройства: парковка на газонах, неподобающее содержание детских площадок, внутриквартальных проездов, снос зелёных насаждений.

– Подобные факты должны стать предметом интереса для должностных лиц, уполномоченных контролировать исполнение правил благоустройства, – отметил председатель городского Собрания Александр Морозов. – И раньше выявляли и старались пресечь факты нарушений, но зачастую дела разваливались в судах по формальным признакам. Вроде организация или предприниматель заслуживали наказание за бездействие или неправомерную деятельность, а из-за законодательной заковыки не получалось привлечь к ответственности. Сейчас это приводится в должное соответствие, чтобы были реальные рычаги влияния.

Сохранение льгот

За два месяца до наступления 2020 года депутаты приняли решение сохранить ряд действующих льгот для разных категорий горожан. Так, пенсионеры – муниципальные и региональные льготники – на основании пластиковой социальной карты по-прежнему будут иметь возможность бесплатного проезда в городском транспорте на тридцать поездок ежемесячно. Это касается и граждан предпенсионного возраста – женщин с 55 лет и мужчин с 60 лет. Каждый следующий разовый проезд оплачивается в половину от установленного тарифа.

По данным управления транспорта и связи в общем пассажиропотоке льготники составляют почти 68 процентов, из них пенсионеры – 50,4 процента. Больше тридцати поездок в месяц совершают лишь пять процентов жителей, пользующихся этой льготой.

Для пенсионеров и граждан предпенсионного возраста сохранится бесплатный проезд и провоз багажа по сезонным садовым маршрутам. Такой возможностью они пользуются с 16 апреля до 16 октября. Александр Морозов напомнил, что Магнитогорск – единственный в области город, где пожилые люди могут бесплатно ездить в сады. В других городах региона жители оплачивают половину стоимости проезда, то есть пользуются только областной льготой. В этом году перевозки были организованы по тринадцати сезонным маршрутам. Садоводами совершено около 830 тысяч поездок.

Продолжат пользоваться льготным проездом в общественном транспорте студенты и школьники. Всего в этой категории пассажиров в Магнитке более 74 тысяч человек. В течение года они совершают примерно 4,3 миллиона поездок. Как и раньше, в 2020 году учащиеся будут платить за проезд 50 процентов от тарифа, то есть 10 рублей.

Немалым спросом среди пожилых горожан пользуется такая услуга, как посещение бани. С начала года муниципальные банные комплексы посетили 36 тысяч пенсионеров. Планируется сохранить для них стоимость разового посещения бани в 60 процентов от тарифа. Количество льготных походов в баню останется прежним – не больше четырёх раз в месяц на одного человека. Причём помыться можно не только в муниципальных, но и в коммерческих банях по установленному там графику.

© Ольга Балабанова

Законодательство

Жизнь по новым правилам

Изменения нормативно-правовых актов с ноября 2019 года повлияют на многие сферы жизни общества

Законодательство России должно соответствовать запросам современности, оно меняется, дополняется. Депутаты Государственной Думы постоянно стремятся сформировать среду для развития и достойной жизни. Каждому гражданину полезно знать, что может повлиять на его жизнь уже в ближайшее время.

Суверенный Рунет

Государственной Думой РФ в первом чтении одобрен законопроект, регулирующий процесс отключения граждан РФ от мировой информационной сети. С 1 ноября 2019 года операторов, предоставляющих услуги связи, постепенно обяжут переходить на национальную доменную зону. Ключевым и центральным элементом законопроекта является формирование национального сервера, через который будет обеспечена самостоятельность национальной Сети и независимость от международной системы. Таким образом, речь не идёт об отключении Интернета в целом. Законодатели убеждают, что данное изменение не коснётся рядового пользователя – контент, функционал Сети не будут ограничены. Изменение будет направлено на усиление контроля за поведением пользователей. Переход на суверенный Рунет только начнется – завершится он должен будет к началу 2021 года.

Обязательная установка тахографов

Начиная с 1 ноября 2019 года все автобусы, а также грузовые машины должны быть оснащены тахографами. Это требование касается грузовиков и транспортных средств, масса которых превышает 3,5 тонны. Напомним, что тахограф – это техническое средство, позволяющее контролировать движение транспорта на пути следования, его скорость, маршрут, остановки. Таким образом, законодательно закреплён контроль за соблюдением водителем правил отдыха и труда. За отсутствие оборудования предусмотрено повышение штрафов. Так, за проезд без прибора или с неисправным устройством водитель должен будет уплатить штраф от одной до трёх тысяч



© duma.gov.ru

рублей. Для должностных лиц штрафы составят от пяти до десяти тысяч рублей. Для индивидуальных предпринимателей – от 15 до 25 тысяч, а для организаций – от 20 до 50 тысяч рублей.

Молочку – под контроль

Становится обязательной ветеринарная сертификация. Под закон попадают все молочные товары, включая мороженое – они должны иметь сопроводительные документы. Частично обязательная сертификация начала работать ещё с 1 июля. В ноябре под неё попадают товары, которые до этого были освобождены от обязательного требования о маркировке. Система «Меркурий», которая запущена для контроля за сертификацией, по сути напоминает ЕГАИС. Формально она создана для того, чтобы исключить фальсификат с рынка молока.

Чистый воздух в городах

С 1 ноября 2019 года официально стартует эксперимент по квотированию выбросов. В рамках этого проекта будут проводить особые мероприятия по охране окружающей среды. Бизнесу будут ограничивать возможности для размещения вредных производств. Эксперимент начнётся в российских городах, которые по чистоте атмосферы находятся в зоне риска: Братске, Красноярске,

Липецке, Магнитогорске, Медногорске, Нижнем Тагиле, Новокузнецке, Норильске, Омске, Челябинске, Череповце и Чите.

Борщевик вне закона

Данное нововведение относится к гражданам, имеющим земельный участок, находящийся в заброшенном состоянии, запустении. Как правило, такие участки зарастают опасными растениями-сорняками. Одним из таковых считается борщевик Сосновского. Сок и пыльца такого растения опасны для жизни и здоровья человека. Прозрачный сок, содержащийся в растении, вызывает серьёзную аллергическую реакцию в виде повреждения кожи. С целью борьбы с опасным растением-сорняком законодатель ввёл некоторые изменения. Владельцы земельных участков, на территории которых содержится большое количество сорняка, будут облагаться штрафом от двух до пяти тысяч рублей.

Электронные ПТС

С 1 ноября 2019 года запланирован переход на электронную форму документа на транспорт. На территории Европы данная форма действует с августа 2016 года. Правительство РФ одобрило и определило порядок перехода на электронные формы ПТС ещё в

октябре 2017 года. Отказ от бумажных носителей был запланирован на 1 июля 2018 года, однако в связи с невозможностью повсеместного перехода дату перенесли. Теперь нововведение коснётся всех новых автомобилей. Владельцы купленных ранее авто при желании смогут заменить бумажный документ на электронный – такой порядок прописан в специальном постановлении правительства.

Жильё не залог

Микрофинансовым организациям с 1 ноября 2019 года запрещается выдавать займы под залог недвижимости физическим лицам в целях, которые не связаны с ведением предпринимательской деятельности. Это означает, что займы нельзя будет выдавать под залог жилого помещения или под залог права на жильё по договору долевого строительства. Такая мера должна будет резко осложнить один из способов мошенничества, на котором специализировались некоторые микрофинансовые организации, когда займы выдавались под залог жилья и за малейшую просрочку отнимали квартиру.

Охрана труда на опасных участках

С 1 ноября 2019 года в законную силу вступают правила охраны

труда работников строительной отрасли. Обязательным этапом деятельности работодателя станет проведение оценки условий на объекте. В рамках проверки можно будет выявить опасные участки и спрогнозировать риски для работников. Кроме того, работодатель систематически должен проводить осмотр строительной площадки, делать всё для снижения выявленных рисков. Кроме этого, на работодателей возлагается обязанность обеспечения каждого работника средствами индивидуальной, коллективной защиты. Для сотрудников приятным бонусом будет индивидуальный подвоз к объекту стройки.

Бессрочный вид на жительство

Вид на жительство в нашей стране с 1 ноября 2019 года будет выдаваться бессрочно. По старым правилам документ выдавался на пять лет, но его можно было продлевать. Подавать заявление о получении вида на жительство в РФ можно спустя восемь месяцев легального проживания в стране и не позднее, чем за четыре месяца до истечения срока действия разрешения. Сам вид на жительство теперь будет выдаваться быстрее – за четыре месяца, раньше было полгода. Однако увеличится госпошлина за получение документа – пять тысяч вместо трёх с половиной тысяч рублей.

Закон о паломниках

В закон о религиозных объединениях добавили статью о паломниках и паломнической деятельности. Обычное туристическое агентство не может организовать паломническую поездку. Это теперь исключительное право религиозных организаций. Турагентство могут привлечь для помощи – например, чтобы нанять гида или экскурсовода. Если церковь не участвует в организации поездки, паломнической её называть нельзя. На паломнические поездки не распространяется закон о туристской деятельности. Паломник – не турист. Права и гарантии, которые есть у туристов, паломников не касаются. Церковь сможет законно зарабатывать на организации паломнических поездок. Но такой ответственности, как туроператоры и турагентства, нести не будет. Жаловаться на церковь в Роспотребнадзор вряд ли будет эффективно, а объединение туроператоров не поможет.

Подготовила Ольга Балабанова

Премия

С прицелом на Олимпиаду

Решением генерального директора ПАО «ММК» Павла Шилиева легкоатлет Василий Мизинов, завоевавший недавно серебряную медаль на чемпионате мира по лёгкой атлетике, поощрён денежной премией.

Напомним, в начале октября единственный из российских ходяков, допущенный до участия в главном старте мирового легкоатлетического сезона, в Дохе, столице арабского государства Катар, в сложнейших погодных условиях – ужасной духоте и адской жаре (плюс 35 градусов) – финишировал вторым на дистанции 20 километров. Мизинов – второй в истории городского спорта призёр чемпионата мира по лёгкой атлетике – первым был легендарный заслуженный мастер спорта, участник



Василий Мизинов

трёх Олимпиад Валерий Спицын, завоевавший бронзу на дистанции 50 километров в 1993 году на мировом форуме в немецком Штутгарте.

Коренной магнитогорец мастер спорта международного класса Василий Мизинов принят в СК «Металлург-Магнитогорск» спортсменом-инструктором в марте этого года. Сейчас он тренируется в челябинской СШОР № 2 по лёгкой атлетике имени Л.Н. Мосеева под руководством Елены Сайко, в прошлом знаменитой челябинской легкоатлетки, участницы Олимпий-

ских игр 1992 года. Первый тренер Василия – Андрей Андреев, с 2002 года работающий в МБОУ ДОД «СДЮСШОР № 1» г. Магнитогорска (в настоящий момент – МУ «СШОР № 1») сначала директором и заместителем директора учреждения, затем – тренером.

Чемпионат мира в Дохе, на котором Василий Мизинов завоевал серебро, стал достойным завершением удачного легкоатлетического сезона для южноуральского легкоатлета. До этого старта наш спортсмен в нынешнем году добился нескольких крупных успехов, став победителем командного чемпионата России, международного турнира Podbrady Walking в Чехии на 20 км, чемпионом Европы среди юниоров до 23 лет. Кроме того, Мизинов в этом году первым из российских легкоатлетов выполнил квалификационный норматив для участия в Олимпийских играх-2020.

Регион

Интеллект для муниципалитета

Проект «Умный город» может стать обязательным для муниципалитетов Челябинской области. Об этом на международном строительном форуме «100+» рассказал представитель министерства информационных технологий и связи Челябинской области.

Во вторник в Екатеринбурге стартовали Международный форум и выставка высотного и уникального строительства «100+». В мероприятии приняла участие делегация Южного Урала. Начальник управления технического развития министерства информационных технологий и связи Челябинской области Константин Макаренко рассказал, что регион с 2017 года реализует проект «Умный город».

– В настоящий момент мы сделали систему «Активный житель 74», – сообщил Макаренко. – Это система голосования по общегородским вопросам. Также мы в этом году внедрили интеллектуальный паспорт, пока на уровне Челябинска, но в дальнейшем будем тиражировать в муниципалитеты.

Кроме того, создана система учёта движения транспорта, в рамках которой работает фото- и видеофиксация. Планируется нарастить интеграцию с другими системами, которые уже существуют в муниципалитете.

Традиция

Люди интересной судьбы

В ветеранской организации горно-обогатительного производства День пожилых людей один из самых любимых праздников. По инициативе руководства ГОП на встречу приглашают пожилых горняков, а топ-менеджеры рассказывают, как сегодня живёт производство, в которое ветераны вложили свой труд и мастерство.

Вот и в этом году в левобережном Дворце культуры металлургов почти двести горняков-пенсионеров отпраздновали День пожилых людей в тёплой, дружеской обстановке. Как всегда, было много добрых воспоминаний: ведь большинство тружеников отработали на промплощадке десятилетия. Например, рудничанин Александр Филимонов встретил на празднике своего наставника, машиниста экскаватора Бориса Кулакова – ему уже за восемьдесят. Александр Николаевич, прошедший на производстве большую профессиональную школу, вспоминает: «Борис Иванович – человек интересной судьбы, был бригадиром, помогал разрабатывать гору. Всегда отстаивал свою точку зрения, какой бы ни был перед ним начальник, потому что исходил из интересов производства. И если случались расхождения во взглядах, его суждение рассматривали на равных с мнением руководителей – частенько принимали именно его предложения».

Другой участник праздника – Сергей Леушин из дробильно-обжигового цеха – отработал на горном производстве без малого полвека, прошёл все участки, помнит историю многих объектов. Рассказывает, как Иван Ромазан, глядя на дымные шахтные печи в Агаповке, сетовал: не могу, мол, смотреть на этих крокодилов – тогда и созрело решение заменить их на возвращающиеся.

– Встречаться ветеранам надо, – говорит Сергей Дмитриевич. – Это не только для пенсионеров важно: такие встречи дают молодёжи пример дружбы, крепкого профессионального братства.

В самом деле, праздник был наполнен душевной атмосферой: пели, танцевали, приглашали в гости на семейные торжества, советовались – горняцкая дружба с годами не гаснет. Всё минувшее лето было насыщенным: встречи, поездки, праздники. В рамках программы профсоюза ММК «Активное долголетие» побывали в Еткуле, Елабуге, Набережных Челнах. А ведь каждое такое мероприятие требует основательной подготовки. К Дню пожилых людей, например, готовились два месяца, и поддержку оказали профсоюз, производство и цехи.

Как всегда, горняки-ветераны будут с нетерпением ждать новой встречи.

Татьяна Башкурова,
председатель ветеранской организации
горно-обогатительного производства

Надежда

Вернуться к жизни

Специалисты центра занятости населения разъяснили бездомным гражданам их трудовые права.

В Челябинской области прошла оперативно-профилактическая операция «БОМЖ».

– На территории Магнитогорска есть учреждение, где принимают «на постоянной» людей, потерявших кров, – комплекс социальной адаптации граждан, – напомнила ведущий специалист центра занятости Анна Шарипова. – В течение трёх дней разъяснительную работу с его постояльцами проводили ведущий инспектор отдела профориентации и профессионального переобучения Оксана Бабушкина и ведущий инспектор отдела специальных программ Марина Ефремова. Специалисты общались с каждым индивидуально, выслушивали непростые судьбы, рассказывали о возможностях трудовой реабилитации.

Основная проблема граждан без определённого места жительства – потеря документов: паспорта, СНИЛС, трудовой книжки. Без них официально трудоустроиться невозможно. В комплексе социальной адаптации людям не только дают крышу над головой, но и помогают с восстановлением документов. После этого можно обратиться в центр занятости и претендовать на получение статуса безработного, пройти обучение на востребованную профессию и подобрать подходящую вакансию.

Сороклетний Юрий совсем недавно попал в социальное учреждение. По его словам, мужчина – сантехник-самоучка, но с большим опытом работы, хотел бы начать жить нормально и стабильно работать. Для этого Юрию нужно отказаться от вредных привычек и восстановить документы.

– Нам удалось пообщаться с гражданами, попавшими в тяжелейшую ситуацию, – поделилась итогами проведённой операции Оксана Бабушкина. – Услышали много действительно грустных историй о судьбах наших горожан. Постарались донести до каждого – жизнь заново можно начать в любой момент. Нужно просто проявить волю, взять себя в руки, настроиться на лучшее. А центр занятости каждому гражданину окажет всестороннюю поддержку – и психологическую, и в плане трудоустройства.

Ситуация

Соломинка законодательной власти

В приёмной Виталия Бахметьева боролись за жизнь, семейный очаг и справедливость



Андрей Серебряков

К депутату Государственной Думы обращаются в тех случаях, когда иного выхода нет. Люди обивали пороги служб и инстанций, получали отказы, однако сдаваться не намерены – и помощь народного избранника становится последней спасительной соломинкой.

У мужа Валентины Евдокимовны слабое сердце, он перенёс два инфаркта и операцию, однако требуется ещё одно хирургическое вмешательство, и это обойдётся чете пенсионеров в 25 тысяч рублей. Мужчина долгие годы работал на ремонтном предприятии, а когда потребовались деньги на операцию, нехотя на бывшем месте работы согласились выделить не больше восьми тысяч рублей – если, конечно, вопрос решат положительно на совещании в 2020 году.

– Первую операцию на сердце сами потянули, но вот потребовалась вторая, – рассказала женщина Виталию Бахметьеву. – А если лекарства и консультации учитывать, то тысяч 30, наверное, стоит будет. К нам отнесли на его бывшей работе как к попрошайкам. Муж сказал, что лучше умрёт, чем ещё раз с этими людьми встретится.

А у Галины Николаевны родился четвёртый внук, но банк отказывает её сыну в специальной поддержке, предусмотренной многодетным семьям, и 450 тысяч рублей, чтобы погасить ипотеку, пока только снятся. Обстоятельства, которые сложились у сына Галины Николаевны, депутат Госдумы при всех своих полномочиях исправить, скорее всего, не сможет. Сын женился второй раз, теперь у него есть падчерица, но родились ещё двое детей. Мужчина взял ипотеку, а вторая жена стала поручителем – из-за статуса по-

ручительницы, а не созаёмщицы, банк теперь отказывает в дополнительных мерах поддержки на погашение ипотечного кредита. Правда, у мужчины есть дочь и от первого брака, и она могла бы помочь отцу в бюрократическом вопросе.

– На руках удостоверение многодетной семьи, но дочери от первого брака исполнилось 16 лет, и в банке, кроме свидетельства о рождении, требуют её паспорт, – объяснила Галина Николаевна. – Вот только мать девочки, первая супруга сына, категорически не даёт своего согласия. Он исправно платит алименты, всё задокументировано, однако для банка это не подтверждение – что у человека трое детей. При этом вторая супруга ведь тоже многодетная мама: и у неё дочь от первого брака, а двоих детей родила во втором. Единственный выход здесь, наверное, из поручительницы перевести её в созаёмщицы, но банк опять же отказывается.

В 2004 году Николай Михайлович доверил 190 тысяч под 26 процентов годовых кредитно-потребительскому кооперативу. Мужчина рискнул сбережениями, потому что ему обещали приумножить сумму на 23, а то и на все 26 процентов годовых. Затем КПК вдруг сменил адрес, а вскоре и вовсе закрылся.

– Если учитывать проценты, то у меня скопилось бы 236 тысяч рублей с копеечками, – вздохнул пенсионер. – На собрании вкладчиков управляющий кооператива сказал, что срок его полномочий закончился – мол, до свидания. Всегда думал, что у мошенников офисы в подвалах, но у этих-то солидный, с красивой вывеской был. Перед тем как сделать вклад, вручили мне какие-то документы, я глазами пробежал – не будешь же всё читать! – и расписался.

Обращался потом в полицию и прокуратуру, но бесполезно.

Выслушав пришедших на приём, Виталий Бахметьев подытожил: чтобы помочь мужу Валентины Евдокимовны, он обратится к руководству предприятия, на котором человек проработал всю жизнь: депутат уверен, что выделит не «максимум восемь тысяч», а сколько надо.

С сыном Галины Николаевны сложнее, но попробует сделать запрос к руководству банка, и если это клиентоориентированная организация, ипотечнику, у которого нет просрочек, должны пойти навстречу.

Николаю Михайловичу же Виталий Бахметьев посоветовал не расчитывать на возврат денег, по крайней мере, в ближайшее время – потому что у той конторы, как узнали помощники народного избранника, на балансе вообще ничего нет. Однако депутат свяжется с УВД, чтобы выяснить, почему отказались возбудить уголовное дело или хотя бы разобраться, имел ли место быть в этом случае факт мошенничества.

– Частный финансовый вопрос преобладает во время обращений магнитогорцев и жителей сельской местности, причём как пенсионеров, так и молодёжи, – рассказал журналистам Виталий Бахметьев. – Думаю, ответа на этот вопрос нет. И потери, увы, не вернуть. Это проблема федерального уровня, которой необходимо уделить пристальное внимание.

Общественная приёмная депутата Государственной Думы – на проспекте Ленина, 61. Предварительная запись по телефону 8 (3519) 49-59-68. Интернет-приёмная на сайте deputatbahmetiev.ru.

Максим Юлин

Трудоустройство

На работу – с обмана

Почти 90 процентов работодателей сталкивались с ложью в резюме. Чаще всего соискатели скрывают отсутствие необходимых для должности навыков, говорится в материалах компании HeadHunter.

Недостовверная информация в резюме обнаруживалась либо в ходе собеседований, либо после сверки резюме с

трудовой книжкой, либо после запроса информации о кандидате с прежних мест работы, рассказали рекрутеры.

Чаще всего (74 процента случаев) предоставление неправдивой информации было связано с тем, что кандидаты хотели заполучить должность, не обладая нужными компетенциями. В 53 процентах случаев соискатели скрывали некоторые места прежней работы, в 27 процентах случаев – стаж работы, в 20 процентах случаев – свой

возраст. Также соискатели скрывали свои вредные привычки, уровень знания иностранных языков, достижения и причины увольнения с прежних мест работы, выяснили аналитики HeadHunter.

Большинство опрошенных представителей компаний (69 процентов) считают, что недостоверная информация в резюме – достаточный повод, чтобы отказать кандидату в приёме на работу.

В пресс-службе HeadHunter уточнили, что опрос проводился с 8 по 14 октября среди 232 представителей российских компаний.

Дискуссия

В Москве с 2002 года коммунальщикам запрещено собирать листву в парках и скверах, причём за непослушание выписывают штрафы до 300 тысяч рублей. А в Магнитогорске до сих пор поступают ровно наоборот. Возможно, и у нас будут внесены изменения в правила благоустройства.

В столице озаботились состоянием газонов в осенний период по экологической и финансовой причинам. Московский департамент природопользования и охраны окружающей среды, как сообщали «Известия», предупредил, что сбор листвы ведёт к деградации почвы и, как следствие, дополнительным расходам из бюджета на её содержание.

– Листья разлагаются и образуют гумус – питательное вещество, – об этом рассказал в интервью «ММ» автор и ведущий программы «Зелёный остров» телекомпании «ТВ-ИН» Александр Сидельников. – Если собирать листву, деревьям и кустарникам потребуются гумусовые удобрения, но в масштабах города на них придётся выделить приличные деньги. Кроме того, листья служат пищей для дождевых червей, которые разрыхляют землю, помогая обогащать её кислородом. Впрочем, по вопросу сбора палой листвы единой рекомендации не дашь. К примеру, когда на полях Красной Башкирии содержание гумуса стало меньше двух процентов, перестали убирать солому. В итоге увеличилась плодородность. Но если листва разлагается на газоне где-нибудь в центре города, выглядит это не очень эстетично. Думаю, целесообразно составить некий реестр городских территорий, где листва трогать нежелательно или вообще нельзя. Пусть лежат в скверах и палисадниках между деревьями и кустами – никого не потревожат.

Недавно магнитогорец Дмитрий Сергеев обратился на официальной странице муниципалитета в социальной сети с просьбой к чиновникам, чтобы разъяснили: какой на данный момент регламент уборки опавшей листвы на газонах жилых кварталов?

По мнению мужчины, убирать листву необходимо только под кронами деревьев, поражённых болезнями или заселённых вредителями, а также вдоль проезжей части, где листва не только загрязнена выхлопными газами, но и засоряет ливневую канализацию.

– В прошлом году видел, как дворники осенью убрали всю опавшую листву в палисадниках внутриквартальных территорий. Хотелось бы, чтобы эта порочная практика прекратилась, – надеется магнитогорец.

Листве на помойке не место

Магнитогорцы недоумевают: зачем осенью оголять газоны?



© Дмитрий Рухмапов

В городах России всё чаще переходят на систему, которую уже много лет используют в Москве, Санкт-Петербурге и других мегаполисах

В Магнитогорске уборку листвы регламентируют правила благоустройства, утверждённые решением Собрания депутатов. Читаем: «Лица, обеспечивающие уборку территории благоустройства, обязаны сгребать опавшую листву в кучи и вывозить в специально отведенные для этого места...». При этом нет чёткого определения, где нужно, а где нельзя убирать листву.

– Не стоит собирать осеннюю листву с фанатизмом, – считает спикер городского Собрания Александр Морозов. – Работать граблями, чтобы на газоне осталась лишь голая земля, – излишне. Но именно так поступают студенты и школьники, выполняя задания взрослых. Большое количество ребят, закреплённых за маленьким

участком, буквально выскребают его. На мой взгляд, уборка старой листвы целесообразна весной, когда она уже послужила «тёплым одеялом» и естественным удобрением для почвы.

Споры вокруг этого продолжаются. Одни эксперты говорят о полезных качествах опавшей лиственной массы. Она утепляет землю в зимние холода. Разлагаясь, питает почву. Защищает её от вредных и опасных для деревьев организмов. Другие, наоборот, утверждают, что убирать листву необходимо. Аргументируют, что в городской среде в листьях собирается целый комплекс загрязняющих веществ, например от автотранспорта. В опавшей листве очень быстро накапливается бытовой мусор, собачьи экскременты...

Как нам стало известно, работа над правилами благоустройства идёт постоянно. В рабочую группу входят экологи, озеленители, юристы... И мнения специалистов в вопросе уборки опавшей листвы будут обязательно учтены.

✍ Сергей Нарбеков

Новая форма

Упрощение процедуры

Депутаты МГСД внесли изменения в положение о наружной рекламе в городе.

В июле 2018 года в федеральный закон внесены изменения, предусматривающие подачу заявлений о выдаче разрешений на установку рекламных конструкций в электронном виде. Это требует приведения в соответствие законодательных актов «местного значения».

– Это облегчит работу предпринимателям, – объяснила исполняющая обязанности председателя комитета управления имуществом Елена Миронова. – Теперь подать заявление на установку и эксплуатацию рекламной конструкции можно через портал государственных и муниципальных услуг Челябинской области. Комитет по управлению имуществом систему подачи заявления в электронном виде протестировал и готов к такой работе.

Событие

Поиграем!

Союз молодых металлургов 16 ноября планирует проведение киберчемпионата ПАО «ММК» (12+).

Турнир среди молодых работников комбината и Группы ПАО «ММК», ставший одним из самых любимых мероприятий для молодёжи, пройдёт третий раз. Начало в 10.00 в интернет-кафе Gamma Gaming.

Участники киберчемпионата ПАО «ММК» будут соревноваться в нескольких дисциплинах. В индивидуальном зачёте победители будут определены в таких дисциплинах, как Mortal Combat XII, NHL 20, UFC, FIFA 20, в командном – World of Tanks и CS-GO. В команде может быть пять игроков плюс один запасной.

Целями киберчемпионата ПАО «ММК» являются как популяризация киберспорта среди работников Группы ПАО «ММК», так и развитие социального и творческого потенциала активности участников, освоение ими современных технологий.

Память

Почётные захоронения

Депутаты МГСД приняли решение об организации ритуальных услуг и мест захоронения граждан, которые внесли большой вклад в развитие города.

По положению, принятому городским Собранием ещё в 2014 году, в местах, предназначенных для почётных захоронений, могут быть погребены горожане, удостоенные государственных наград СССР и РФ, почётные граждане города и заслуженные работники разных отраслей.

– Предлагаем откорректировать перечень лиц, имеющих право быть похороненными с почестями, – рассказала директор комбината похоронно-ритуальных услуг Ольга Самосуева. – С учётом мнения попечительского совета по вопросам похоронного дела администрация города может принять решение о погребении в местах почётного захоронения лиц, имеющих достижения и заслуги, внесших значительный вклад в развитие города, а также совершивших мужественный поступок на благо жителей. Проект решения рассмотрен и одобрен на двух комиссиях – по городскому хозяйству и охране окружающей среды и по законодательству местного самоуправления.

Обязательства

Сообщение об обеспечении поступлений имущественных налогов с физических лиц начальник отдела камеральных проверок № 3 Межрайонной ИФНС России № 17 по Челябинской области Наталья Богданова начала с результатов налоговых сборов прошлого год.

Уровень собираемости имущественных налогов по инспекции составил 69,3 процента, что выше среднеобластного показателя на три процента и выше среднероссийского показателя на один процент. Задача на этот год – собрать 72 процента от начисленных платежей.

Сумма исчисленных инспекцией имущественных налогов за 2018 год составила 269,3 миллиона рублей, что на 27,6 миллиона меньше, чем за 2017 год.

Налоговые льготы

Начиная с налогового периода 2018 года в качестве дополни-

Время платить налоги

Второе декабря – срок уплаты имущественных налогов и налога на доходы по налоговому уведомлению

тельных мер социальной поддержки для многодетных семей на федеральном уровне к числу льготников отнесены физические лица, имеющие трёх и более несовершеннолетних детей. Они имеют право на налоговый вычет в размере кадастровой стоимости 600 квадратных метров в отношении одного земельного участка. Увеличен размер налоговых вычетов для жилых помещений многодетных. В частности, налоговая база в отношении объектов собственности уменьшается на величину кадастровой стоимости пяти квадратных метров квартиры, части квартиры, комнаты и семи квадратных метров жилого дома, части жилого дома в расчёте на каждого несовершеннолетнего

ребёнка. Вычет предоставляется по одному объекту налогообложения каждого вида.

Изменения коснулись и транспортного налога: с 2018 года пенсионеры и многодетные семьи, в собственности которых находятся легковые автомобили с мощностью двигателя до 180 лошадиных сил включительно, уплачивают налог по ставке один рубль с каждой лошадиной силы только в отношении одного транспортного средства по выбору налогоплательщика.

Новое в уведомлении

Массовую печать и рассылку налоговых уведомлений на бумажном носителе в этом году производят Филиалы ФКУ «Налог-Сервис» ФНС

России в республике Башкортостан, Волгоградской и Кемеровской областях. Получившим налоговые уведомления по почте не следует заострять внимание на отправителе корреспонденции, указанном на почтовом конверте. Информация о налоговом органе, сформировавшем и направившем налоговое уведомление, содержится в самом документе. Именно в этот налоговый орган и стоит обращаться при возникновении вопросов по содержанию уведомления.

С этого года изменилась форма налогового уведомления. Информация о реквизитах для оплаты начисленных налогов содержится теперь в самом уведомлении, отдельный платёжный документ направляться больше не будет. Кроме

того, в налоговое уведомление включены объекты собственности, по которым начислен налог.

Сборы и долги

На сегодня собираемость имущественных налогов составляет 54,5 миллиона рублей, что составляет 20,2 процента от начисленных сумм. Большую работу специалисты налоговой инспекции проводят по сокращению задолженности за предыдущие периоды. На начало 2019 года задолженность по имущественным налогам составила 192 миллиона рублей. На начало октября удалось сократить задолженность до 131 миллиона.

Нет необходимости ждать наступления 2 декабря 2019 года, можно уже сейчас обращаться в инспекции для получения налоговых уведомлений и заранее уплатить налоги. Информацию о своей задолженности можно получить в личном кабинете на сайте nalog.ru.

✍ Ольга Балабанова

Экономика

Пенсионный план

Гарантированный пенсионный план (ГПП) – новая концепция пенсионной системы, представленная Центробанком и Минфином, – будет распространяться не только на наёмных работников, но и на самозанятых, с 2019 года уплачивающих специальный налог; сообщает РБК.

Издание получило комментарий Минфина, из которого следует, что концепция ГПП не предусматривает запрета на участие самозанятых. Особенности применения налоговых льгот в отношении них будут обсуждаться позднее.

По словам замминистра финансов Алексея Моисеева, принимать участие в ГПП смогут даже никогда не работавшие граждане. Уплачивать взносы за них смогут родственники.

29 октября Минфин и ЦБ презентовали концепцию ГПП, которая должна прийти на смену разрабатывавшейся последние несколько лет программе Индивидуального пенсионного капитала. Участвовать в ГПП граждане будут добровольно, самостоятельно перечисляя взносы в любом размере. Отчисления в пределах шести процентов от размера зарплаты будут освобождаться от уплаты налога на доходы физических лиц.

Система ГПП должна будет объединить накопительную часть государственной пенсии с негосударственным пенсионным обеспечением, которое сейчас осуществляется посредством добровольных взносов граждан в негосударственные пенсионные фонды (НПФ). Таким образом, в ведении Пенсионного фонда России останутся только страховые пенсии россиян.

Профилактика

Вакцинация продолжается

Более 770 тысяч жителей Челябинской области поставили прививку от гриппа. Всего планируют вакцинировать 45 процентов южноуральцев.

По данным на 25 октября, прививку от гриппа поставили 773095 жителей региона. Всю осень вакцинация проходит в поликлиниках, на предприятиях и в торговоразвлекательных центрах в Челябинске, Магнитогорске, Миассе, Златоусте и Чебаркуле. Постпрививочный иммунитет формируется в течение двух недель, поэтому вакцинироваться лучше до начала эпидемии ОРВИ и гриппа.

Сейчас ситуация по ОРВИ в регионе оценивается как неэпидемическая. Заболеваемость ниже эпидпорога на 16 процентов по области. За предыдущую неделю на Южном Урале зарегистрировано 19580 случаев ОРВИ. Гриппа пока нет. По данным лабораторных исследований, циркулируют, в основном, риновирусы и парагрипп.

Продолжается рост случаев пневмонии. По информации на 29 октября, на карантин по инфекции был закрыт один класс в Челябинске. Распространение пневмонии среди школьников частично сдержат осенние каникулы, которые продлятся до следующей недели.

Исследование

Накопить — и жить

Россияне в среднем восемь лет копят деньги на покупку дома.

Жителям Чукотки необходимо только два года, чтобы накопить деньги на покупку частного дома, выяснили эксперты портала «Мир квартир», которые сопоставили зарплаты в конкретном регионе со стоимостью жилья. Это самый короткий срок сбора денег на коттедж в России. Как уточняется, при годовом доходе больше миллиона рублей жители этого региона могут купить дом ценой примерно 2 миллиона рублей.

Люди в Магаданской области накопят на коттедж за три года, жители Ханты-Мансийского и Ямало-Ненецкого АО, Тюменской области – за четыре года. Столько же времени будет откладывать деньги люди, живущие в Еврейском АО, Кемеровской области и республике Коми – но уже не за счёт высоких зарплат, а за счёт низкой стоимости недвижимости.

Что касается Москвы и Северной столицы, время накопления сводится к 15 и 19 годам соответственно. А вот в Крыму сроки сбора денег на покупку коттеджа куда больше. Зарплаты там невелики, а цены на дома заоблачные из-за популярности местных курортов. В результате на собственный дом людям придётся копить целых 24 года. Почти такой же срок в Севастополе (21 год) и на побережье Краснодарского края и Калининградской области (по 18 лет).

Примерно 21 год будут копить жители Чечни и Карачаево-Черкесии, 19 лет – дагестанцы, 17 лет – кардинцы и балкарцы.

«Во всех кавказских республиках цены на дома необыкновенно высокие. Большая часть населения живет именно в частных строениях, большими семьями, и поэтому они стоят дорого. К тому же цены предложений обычно специально сильно завышают в расчёте на торг: восточные традиции никто не отменял», – рассказал генеральный директор федерального портала «Мир квартир» Павел Луценко.

Средний российский дом стоит на данный момент 4,56 миллиона рублей, средняя официальная зарплата составляет 49 тысяч рублей. Средний же срок накопления на дом по России оказался восемь лет.

К 90-летию комсомола Магнитки

Под знаменем Ленина

Комсомольский значок ветеран-фронтовик бережно хранит вот уже более 80 лет



Степан Фёдорович Колесниченко родился в 1926 году в Оренбургской области. Рассказывая о детстве и юности, уточняет: его год был последним, который попадал под военный призыв. До войны Степан успел окончить восемь классов и выучиться «на шофера». Правда, за баранкой посидеть не удалось: водительские права получил одновременно с повесткой из военкомата.

– В военкомат надлежало явиться первого января 1944 года, – рассказывает ветеран. – Но решил, что ничего страшного не случится, если приеду второго: всё-таки Новый год. Мальчишка же совсем был, едва 17 лет исполнилось. В общем, отметил праздник с семьёй и прибыл на день позже. От суда спасло то, что присягу ещё не принимали. Во время постановки на воинский учёт меня определили в танковую школу, но в наказание за «прогул» отправили в пехоту.

Сборы на фронт были короткими, признаётся ветеран. Взял кое-какую провизию, штопаную одежку и водительские права. Самой большой ценностью были комсомольский значок и билет, в который старшая сестра Клава вложила молитву. Не расставался с ними ни в боях, ни в госпитале.

– В третьем-четвёртом классе мы мечтали, что подрастём и вступим в комсомол, сменим красный галстук и комсомольский билет, – вспоминает Степан Фёдорович. – И вот, отметив 14-летие, всем классом написали заявления с просьбой принять нас в ряды ВЛКСМ. Выучили устав и клятву, которую давали юные ленинцы. До сих пор помню, как вместе с товарищами клялся любить и защищать свою Родину! Мы знали, что комсомольцы всегда на переднем крае, там, где труднее. В годы войны у всех на слуху были подвиги Александра Матросова, Зои Космодемьянской, молодогвардейцев из Краснодона. И мы готовили себя к тому, чтобы в случае необходимости быть столь же сильными духом, как они.

Крепость духа пришлось проверить уже в учебной части под Уфой. Нары в три яруса, маты, набитые камышом, из обмундирования – будёновка, старая шинель и ботинки с обмотками. Доводили холод и голод. Хлеба выдавали 400 граммов в день, рацион дополняли мёрзлая картошка и каша. В таких условиях занимались боевой, огневой и тактической подготовкой. Но не роптали. Во-первых, комсомольцам к трудностям не привыкать, а во-вторых, понимали: на фронте их ждут более серьёзные испытания.

тов. В апреле 1945 года 22-ю армию, в составе которой он воевал, перебросили в Румынию, где младший лейтенант Колесниченко и встретил победу. В одном из стрелковых полков он был назначен командиром взвода.

– В сентябре 1945 года приехал домой, в родное село. С фронта уже вернулись отец и старший брат, только они насовсем, а я на несколько дней, – рассказывает Степан Фёдорович. – Так вышло, что решил связать свою дальнейшую судьбу с армией. В Карпатах со своим взводом воевал с бандеровцами, служил в Одесском военном округе, в Польше, в Северной группе войск. Из пехоты попал в авиацию, командовал взводом в школе младших авиационных специалистов. И всё это время со мной был комсомольский билет.

Родине Степан Фёдорович Колесниченко прослужил 33 года. Отмечен орденом Великой Отечественной войны второй степени, орденом Красной Звезды, 28 медалями, среди которых две – «За боевые заслуги»

В запас уволился в 1976 году. Тогда же приехал в Магнитогорск.

– В Ленинском райвоенкомате предложили поработать военруком в средней школе № 26, – говорит фронтовик. – Думал, ненадолго, но задержался на 36 лет. В школе и супругу свою встретил Лидию Семёновну, она математику преподавала. До сих пор помню своих многочисленных учеников – кого в лицо, кого по имени. И, что приятно, они меня тоже помнят. Дня не было, чтобы в магазине или на улице кто-то не окликнул и не поздоровался.

В этом году Степан Фёдорович Колесниченко отметит свой девяносто третий день рождения. Но выглядит он лет на двадцать моложе. А то и на все тридцать. Подтянутый, активный, спортивный. Да и образ жизни ведёт не пенсионерский: бассейн, настольный теннис, лыжи. В прошлом году прошёл по лыжне 675 километров и говорит, что это вовсе не предел. Утро бывший фронтовик начинает с гимнастики и самомассажа, и ещё недавно в сад предпочитал ездить только на велосипеде.

Вместе с супругой Лидией Семёновной они любят петь песни под баян, а летом с удовольствием танцуют в парках под оркестровую музыку. И, конечно, любят вспоминать. Он рассказывает ей о военных путях-дорогах, а она читает ему стихи собственного сочинения.

В этом году ветеран вместе с участниками общественного движения «Маршрут памяти» побывал в Волгограде, который он по привычке называет Сталинградом. Словно ненадолго вернулся в юность, в те времена, когда на груди адел комсомольский значок, признаётся Степан Фёдорович.

Елена Брызгалина



Образование



Олег Тулупов

Профессии будущего

МГТУ открыл двери для потенциальных студентов, представив востребованные на рынке труда специальности

Университетское фойе встречало будущих абитуриентов оглушительной музыкой, зажигательным чирлидингом, огромными баннерами с названиями институтов и факультетов. На столах брошюры, буклеты, красочные проспекты с информацией о лучших и самых востребованных профессиях современности. Бодрая мелодия, многолюдие, атмосфера радостного возбуждения отсылали к аналогии с ярмаркой. По сути, это и есть ярмарка, на которой презентуют различные специальности. Талант, выдумка «зазывал» способны обеспечить востребованность и рейтинг факультета.

Невозможно пройти мимо сверкающего неоновыми огоньками прозрачного куба и не узнать, где обучаются его создатели?

– Это неологический куб, – объясняет студент Кирилл, – главное, не огоньки, а очередность их включения, то есть создание определённого режима программирования.

Неологический куб привлёк внимание и старшеклассников. Игорь и Вадим приехали из Сибя. Они давно выбрали факультет – мечтают поступить на прикладную информатику и не сомневаются,

что в 2020 году станут студентами опорного вуза региона. Для воплощения мечты штудируют учебники, получая отличные оценки по профильным предметам.

Проверить свои знания приглашала симпатичная студентка, обещая наградить конфетой за правильный ответ. Вопросы с юмором, но, чтобы получить сладкий приз, надо быть не только «технарём», а и знатоком истории.

– Какой металл вызывает болезнь?
– Ртуть?
– вспомните лихорадку, – подсказывает умница.
– Золото!

Неловко попасть впросак, хотя слово использовано в переносном значении.

Был вопрос из прошлого химической науки: требовалось назвать камень, который искали алхимики, якобы превращавший металл в золото, а ещё вспомнить самый лёгкий газ. Все вопросы в рамках школьной программы, а значит, должны быть как семечки для успешных учеников, желающих влиться в дружную студенческую семью.

Бонусом для абитуриентов станет «Дневник профориентационных мероприятий». Самые активные участники, набравшие 50 баллов, смогут стать студентами, правда, лишь на день: посещать лекции и семинары со студентами выбранного факультета. Как наби-

рать бонусы и на что кроме учёбы потратить баллы, разъясняется на сайте МГТУ в разделе «Абитуриенту» или в социальной группе «ВКонтакте».

Звуки фанфар приглашают в актовый зал, где яблоку негде упасть. Ведущие напоминают, что 2019 год – юбилейный не только для города, но и для университета, отпраздновавшего в апреле 85 лет со дня образования. В формате дайджеста рассказали о достижениях МГТУ имени Г. И. Носова. Абитуриенты обязаны знать славную историю университета, где главный критерий – успешность выпускников, востребованность в таких сферах деятельности, как металлургия, горное дело, экономика, строительство, энергетика, педагогика, спорт.

Ежегодно в адрес вуза поступает более тысячи заявок от работодателей. Среди выпускников МГТУ руководители министерств, крупнейших горно-металлургических, машиностроительных, химических компаний, депутаты, лауреаты государственных и премий правительства России. В университете обучаются 14 тысяч студентов, среди преподавателей свыше 100 человек имеют степень доктора и более 500 – кандидата наук.

Два года назад МГТУ вошёл в число 33-х опорных университетов страны

В презентационный день вуз знакомит будущих студентов не только с разнопрофильными программами образования, их в университете 328, но и с общественной, культурной жизнью факультетов. Кружки, секции, ансамбли открывают и развивают таланты молодых. Иллюстрацией творческой наполненности студенческой жизни стали выступления хореографического коллектива «Проект X» и вокального ансамбля «Диамандс».

Предварительно среди потенциальных абитуриентов был объявлен конкурс «Я поступаю в МГТУ имени Г. И. Носова», и во время торжества победителям вручили подарки, обладателями которых стали Никита Ваняев, Наталья Кислякова, Вазира Абдуллина.

Для приветствия абитуриентов на сцену поднялся проректор по научной и инновационной работе, профессор, доктор технических наук Олег Тулупов, при первых словах которого зал разразился аплодисментами.

– Приветствую сообщество абитуриентов-2020! Прежде чем сделать выбор, важно знать, какие возможности открываются в МГТУ. Это университет, который первый среди вузов запустил в космос робота, разработал новый тип платёжных систем MobiCash, которым пользуются во всем мире. Наши студенты выигрывают в российских и международных соревнованиях по гребле. МГТУ известен не только в регионе, стране, но и за рубежом. Поток иностранных студентов с каждым годом увеличивается. В вузе учат не только традиционным специальностям, связанным с металлургией, машиностроением, горным делом, но и новым умениям. Вслед за мировыми изменениями в науке

трансформируется обучение, отвечающее требованиям индустрии «четыре» (четвёртой промышленной революции – Прим. авт.). Это робототехнические комплексы, IT-технологии – именно в этих сферах формируются новые решения, которые определяют основные тенденции для страны и мира. Хотелось бы, чтобы абитуриенты увидели в нашем вузе возможности профессионального роста. Именно в наших стенах зарождаются не только новые идеи, но и компании, которые первыми в мире стали производить промышленные экзоскелеты.

Демонстрационный ролик стал подробнейшей инструкцией для будущих студентов, своеобразной дорожной картой, путеводителем, начиная с подачи документов, заканчивая процедурой зачисления в вуз. Для знакомства с будущей профессией организаторы пригласили школьников в аудитории, где состоялась мастер-классы. Так, институт гуманитарного образования предлагал взойти к вершинам знаний, институт экономики и управления обещал указать путь к успеху и богатству, научить осваивать недра гарантировали в институте горного дела, а в институте строительства и архитектуры – подготовить специалистов, возводящих города будущего. Каждый из девяти вузов разработал программу для потенциальных студентов не только в обзорном формате. Мастер-классы погружали в профессию, демонстрируя примеры прикладного применения специальности, перспектив и востребованности на рынке труда.

Ирина Коротких

Фоторепортаж смотрите на сайте magmetall.ru (16+)



Андрей Сербряков

Народная мудрость

Семь средств от простуды

Настала невесёлая пора гриппа и ОРВИ. Что делать, если вы уже заболели? Разумеется, обратиться к врачу! А народная медицина подскажет, как скорректировать рацион, чтобы организм эффективнее боролся с болезнью.

Куриный бульон. В его составе много минеральных веществ и белка, а главное, бульон содержит электролиты, которые помогают избежать обезвоживания. Кроме того, куриный бульон облегчает носовое дыхание, признан противоотечным, противовоспалительным и противовирусным средством.

Горячий чай действует во многом так же, как и куриный бульон. Он избавит от заложенности носа, поможет при обезвоживании. А ещё в чае есть полифенолы и дубильные вещества, которые обладают антиоксидантными, противовоспалительными и противоопухолевыми свойствами. К тому же дубильная кислота в напитке поможет снизить общее число вредных бактерий.

Бузина. Сироп из этого растения станет эффективным средством от простуды. В ягоде содержатся антиоксиданты – полифенолы, которые подавляют активность вирусов в организме.

Чеснок и лук обладают антибактериальным, противовирусным и противогрибковым свойствами. Благодаря употреблению их в пищу улучшатся защитные свойства организма, укрепится иммунитет.

Мёд издавна считался лечебным средством. Он помогает вылечить кашель, поэтому считается незаменимым помощником в лечении простудных заболеваний.

Цитрусовые. Апельсины, лимоны, лайм, грейпфрут, богатые витамином С, позволят укрепить иммунитет.

Эхинацея – признанное средство от простуды. Траву и корень этого растения используют более четырёх веков. За счёт содержания флавоноидов средство укрепляет иммунную систему, уменьшает воспаления.

Сезонное

Осенние обострения

Осенью и весной новостные сводки переполнены рассказами о странных поступках людей и особо жестоких преступлениях. Как правило, зимой и летом период таких историй меньше. Дело в том, что организм психически нездорового человека по-особенному реагирует на осень и весну.

В межсезонье в организме происходит огромная перестройка. Человеку нужно адаптироваться к изменениям давления, влажности воздуха, температуры и длительности светового дня. Чаще всего в период осеннего равноденствия и позже обостряются маниакальные симптомы. Главный совет, который специалисты дают людям, страдающим от тяжёлых психических заболеваний, которые внезапно обострились, – немедленно обратиться к врачу. Банально, но только так можно уберечь и себя, и своих близких.

Таким образом, выражение «осеннее обострение» – не красивая фигура речи и не преувеличение. Пока не начнётся зима, лучше не ввязываться в конфликты и не спорить с незнакомцами... Впрочем, этот совет верен для любого времени года.

Аттракционы

Опасный адреналин

Для одних развлекательные аттракционы связаны с приятным отдыхом и адреналином, а для других – с головокружением, тошнотой и неоправданными ожиданиями. Врач-кардиолог Юлия Маршинцева в эфире сетевого вещания «Вечерней Москвы» рассказала, кому противопоказано кататься на аттракционах.

– Люди, у которых есть проблемы с артериальным давлением, должны быть осторожны. Перенесённый инфаркт, инсульт – абсолютное противопоказание для центрифуг, а также тех аттракционов, где идёт смещение центра тяжести. Аневризма головного мозга может быть в зачаточном состоянии и вроде бы не представлять опасности, но если есть давление в центрифуге, можно не успеть спасти человека.

Если же после карусели появляется тошнота, значит, повышается давление. Алкоголь – тоже фактор риска, который усугубляет неприятные последствия от катания на аттракционах. По словам врача, самыми вредными для здоровья человека считаются карусели-центрифуги.

Первый вице-президент Российской ассоциации парков и производителей аттракционов Игорь Родионов заявил, что есть серьёзные стандарты, по которым разрабатываются карусели:

– Эта отрасль строго контролируется. Перегрузка и степень нагрузки на человека нормированы. Аттракционы рассчитаны на здорового человека, которого не укачивает в транспорте. Аттракционы испытывают каждый день – перед запуском проводится проверка. За границей требования менее жёсткие, чем в России.

Таким образом, каждый посетитель аттракциона оценивает риск для своего здоровья и решает, стоит ли адреналин этого риска.

Здоровье

Противодиванный проект

Программа «Движение без боли» благотворительного фонда «Металлург» успешно завершила второй сезон соревнованиями



Вторично выиграв субсидию областного министерства социальных отношений под реализацию программы, фонд с лета до середины осени объединил под флагом сопротивления суставным заболеваниям шестьдесят человек: шесть заездов, по десять пенсионеров в каждом.

Субсидия позволила обеспечить им консультацию хирурга-ортопеда, пятнадцатидневное лечение в медицинском центре фонда, приобретение лекарств для лечения суставов, оплатить три занятия аквааэробикой и столько же самостоятельных посещений по абонементу.

А ещё участникам подарили палки для скандинавской ходьбы

Кроме того, за счёт субсидии удалось приобрести два современных массажных стола на электроприводе, кресло для процедурного кабинета и матричную головку для лазера – всё это расширит потенциал фонда для реализации новых проектов.

Для участия в программе «Движение без боли» ветеранам городских предприятий, учреждений и организаций нужно было просто заявить о своём желании, предоставить санаторно-курортную карту с диагнозом в области заболеваний суставов и – вперёд!

Руководитель ветеранской организации цеха КИПиА ОСК Надежда Каткова, на которой лежит забота о трёхстах десяти пенсионерах, к диванному отдыху не привыкла. Смеётся: ещё в пору работы мастером на весовом участке изучила все тропки на ММК, быстро могла добраться, к примеру, из доменного цеха на коксохимическое производство. Вот и узнав о возможности укрепить здоровье, подлечить суставы, записалась в группу – и не пропустила ни одного занятия. Вот так мало-помалу и добралась вместе с другими участниками программы до заключительной встречи в легкоатлетическом манеже. На соревнованиях по дартсу, скандинавской ходьбе и в групповых состязаниях она в команде «Лютики» – по уже сложившейся традиции, команды носят названия полевых цветов. Но несмотря на самостоятельную атмосферу, побеждают все – и потому что результаты суммируются, и потому что заниматься своим здоровьем, значит, уже быть в выигрыше. Это подтверждает и другая участница «Лютиков» – бывший оператор загрузки конвертера кислородно-конвертерного цеха ПАО «ММК» Валентина Соснова. Скандинавская ходьба, аквааэробика придали не только жизненный импульс, но и зародили интерес к современным техникам укрепления здоровья. Так в Магнитке стало на шестьдесят поздравленных ветеранов больше.

Алла Канышина



Андрей Серебряков

Рацион

Полезная сыворотка

Молочная сыворотка является одним из самых ценных так называемых побочных продуктов переработки молока.

И в этом нет ничего удивительного, ведь в процессе производства ей удаётся сохранить все полезные свойства самого молока. В целом молочная сыворотка имеет в своём составе около двухсот жизненно необходимых биологически активных и питательных компонентов. Поэтому полезные свойства молочной сыворотки могут использоваться при лечении болезней.

Отдельного разговора заслуживает минеральный состав.

Здесь вы можете отыскать практически все витамины и микроэлементы, которыми так богато коровье молоко. Речь идёт о калии и магнии, кальции и фосфоре, витаминах групп С, Е, А и В.

Употребляя один литр молочной сыворотки ежедневно, вы сможете удовлетворить суточную потребность своего организма в кальции на сто процентов, в витамине В2 – на восемьдесят процентов, В12, В6 и В1 – на тридцать процентов, в калии – на сорок процентов.

Наиболее ценные полезные свойства, которыми славится молочная сыворотка, состоят в том, что она самым активным образом стимулирует работу кишечника, улучшает функции печени и нормализует работу почек. Если вас беспокоит лишний вес, то лучшего и более щадящего полезного средства для того, чтобы с ним бороться, вам просто не найти.

Помимо всего вышеперечисленного, молочная сыворотка способствует мягкому выведению токсинов и шлаков из организма, а также лишней жидкости.

Если вы страдаете от гипертонии или ревматизма, то включить этот полезнейший продукт в свой ежедневный рацион просто необходимо. Так же, как и в том случае, если вы хотите предотвратить развитие атеросклероза и улучшить кровообращение.

В центре внимания

Октябрьский переворот



© hcbarys.kz

После неудачного старта хоккейная Магнитка идёт по турнирной дистанции по графику лидера

Начав второй месяц регулярно чемпионата КХЛ на победной ноте, «Металлург» на ней же его и завершил. Во вторник Магнитка в столице Казахстана Нур-Султане выиграла у «Барыса» со счётом 2:1.

В двенадцати октябрьских матчах наша команда одержала восемь побед и набрала девятнадцать очков. Причём лишь однажды она проиграла в основное время. Для сравнения: в двенадцати встречах в сентябре Магнитка победила только дважды и набрала всего шесть очков. А в основное время проиграла восемь раз.

Дождались магнитогорские любители хоккея и ещё одного значимого события

Лишь по итогам восьмой игровой недели регулярного чемпионата КХЛ хоккеист «Металлурга» оказался в числе лауреатов лиги. Лучшим вратарём был назван Василий Кошечкин, продемонстрировавший прямо-таки чудеса стойкости. Основной голкипер просто «вытащил» «Металлург» в нескольких матчах кряду, не пропуская шайбы ни в основное время, ни в овертайме, ни в серии

буллитов и установив новый клубный рекорд – 242 минуты 34 секунды ворота Кошечкина оставались «сухими». Когда в воскресенье в Новосибирске местная «Сибирь» всё-таки «расколдовала» магнитогорского голкипера, забросив ему две шайбы в третьем периоде и одну – в овертайме, полевые игроки «Металлурга» даже почувствовали угрызения совести. «Кошечкин нас выручает, а мы его подставили», – сказал, например, после матча с «Сибирью» нападающий команды Роман Любимов.

По этой ли причине или по какой другой, но на поединок в Нур-Султане тренерский штаб нашего клуба отрядил в ворота Станислава Галимова. И он тоже не подвёл. 37 бросков из 38-ми отразил второй вратарь «Металлурга» и стал героем встречи.

Помогла своему голкиперу и команда. Учтя урок, преподнесённый в предыдущем матче в Новосибирске с «Сибирью», наши хоккеисты в третьем периоде при счёте 2:1 в свою пользу сыграли тактически грамотно и хладнокровно, образно говоря, «засушив» игру. «Барыс» предпринял отчаянные усилия, чтобы отыграться, но его попытки разбились об оборонительные редуты гостей. Не смогли хозяева спастись от поражения и в концовке встречи, когда «Металлург» играл в меньшинстве.

Денис Паршин, открывший счёт на шестой минуте, вышел на «чистое» первое место в списке снайперов нашего клуба. В активе этого форварда семь голов. А вот «реестр» бомбардиров команды возглавляют легионеры – на первой строчке канадец Брэндон Козун, на второй – швед Деннис Расмуссен. Лучший показатель полезности – у защитника Григория Дронова – плюс шесть.

Последние перед ноябрьским антрактом в чемпионате матчи наши хоккеисты сыграют на своей арене. В пятницу «Металлург» встретится с минским «Динамо», в воскресенье – с новосибирской «Сибирью». А после традиционного перерыва, вызванного участием сборной России в первом в этом сезоне этапе Евротура, Магнитка продолжит домашний сериал и сыграет с челябинским «Трактором» (12 ноября) и ХК «Сочи» (15 ноября). У команды есть отличный шанс не только закрепиться в «зоне плей-офф», то есть в восьмёрке сильнейших клубов Востока, но и устремиться в погоню за лидерами.

✍ Владислав Рыбаченко

Бомбардиры «Металлурга»

Брэндон Козун – 13 очков (6 голов плюс 7 передач), Деннис Расмуссен – 13 (4+9), Денис Паршин – 12 (7+5), Сергей Мозякин – 12 (5+7).

полузащитники Алексей Гусев, Олег Овечкин, Вадим Пикун, Евгений Золявин, нападающие Владимир Пресняков, Пётр Пилихоца, Владимир Сидоркин, Владимир Шелгунов. Старшим тренером команды был Феликс Мирский, тренером – Владимир Турлыгин.

Всего состоялось шестнадцать розыгрышей Кубка РСФСР по футболу для команд второй лиги. Турнир был настолько массовым, что побеждали в нём, говоря словами советской песни, команды «от Москвы до самых до окраин». Но ни одному из клубов не удалось завоевать трофей более одного раза, что свидетельствует о серьёзной конкуренции среди участников. Первым обладателем стал «Вулкан» из Петропавловска-Камчатского, магнитогорский «Металлург» был вторым победителем в истории турнира, в последующие годы кубок завоёвывали: «Волга» (Калинин), «Амур» (Благовещенск), «Факел» (Воронеж), «Торпедо» (Тольятти), «Иртыш» (Омск), «Динамо» (Ставрополь), «Геолог» (Тюмень), «Красная Пресня» (Москва), «Текстильщик» (Иваново), «Звезда» (Пермь), «Зенит» (Ижевск), «Океан» (Находка), АПК (Азов) и «Сибирь» (Курган).

Дата

Овечкин забивал в составе «Металлурга»

На этой неделе магнитогорский футбол отмечает памятную дату. В субботу исполняется 45 лет, как команда «Металлург» стала обладателем Кубка РСФСР.

Второго ноября 1974 года на Центральном стадионе металлургов имени 50-летия Великого Октября (такое официальное название носило тогда главное спортивное сооружение города) магнитогорские футболисты в финале популярного в те годы турнира выиграли у «Локомотива» из Калуги со счётом 2:1 и стали обладателями трофея, который разыгрывали клубы второй всесоюзной лиги с небольшими перерывами. Согласно протоколу встречи, на игре присутствовали десять тысяч зрителей – такую аудиторию собирали в те годы футбольные поединки в Магнитогорске.

На пути к одному из самых значимых

матчей в истории городского футбола «Металлург» обыграл «Спартак» из Йошкар-Олы (2:0), казанский «Рубин» (2:0), «Ревтруд» из Тамбова (2:1) и «Зауралье» из Кургана (4:2). Финал Кубка РСФСР 1974 года, как и подбаивает решающему поединку, в котором разыгрывается трофей, получился очень упорным. Счёт открыли гости на 61-й минуте. Но в оставшиеся полчаса игры магнитогорцы сумели не только отыграться (на 77-й минуте ответный мяч забил Олег Овечкин), но и вырвать победу. Автором решающего гола на 88-й минуте стал Владимир Шелгунов, вышедший на замену вместо Вадима Пикун. Любопытно, что при счёте 1:1 хозяева не реализовали пенальти.

В финале Кубка РСФСР в составе «Металлурга» 45 лет назад выступали: вратарь Владимир Голубев, защитники Вячеслав Уржумцев, Юрий Худяков, Владимир Цветков, Евгений Смирнов,

Заграница

Чудесное преображение

Воспитанник магнитогорской хоккейной школы Илья Самсонов продолжает покорять заокеанскую Национальную хоккейную лигу.

В ночь на субботу (по российскому времени) он сыграл, наверное, один из самых потрясающих матчей в своей карьере. Клуб «Вашингтон Кэпиталз», где выступает Илья, в гостях одолел «Ванкувер Кэнакс» в серии буллитов – 6:5. Несмотря на то, что Самсонов пропустил пять шайб, «столичные» признали своего голкипера лучшим игроком матча, вручив ему в раздевалке бейсбольный шлем.

По ходу встречи гости, казалось бы, безнадежно проигрывали – на 35-й минуте счёт стал 5:1 в пользу «Ванкувера». Но «Вашингтон» не дрогнул и совершил по-настоящему чудесное преображение. К середине третьего периода «столичные» отыгрались – 5:5, а в серии буллитов вырвали победу. Илья Самсонов отразил 29 бросков из 34-х и впервые в карьере выиграл серию буллитов в НХЛ. Магнитогорский голкипер провёл пятый матч в нынешнем сезоне и одержал четвёртую победу.

«Классная командная победа, мы отыграли четыре шайбы. На серии буллитов не волновался, чувствовал себя комфортно. Понятно, что это НХЛ – непростая лига, но я не сомневался, что мы постараемся вернуться в игру даже при счёте 1:5», – приводит слова Самсонова официальный сайт «Вашингтона».

Молодёжка

Бомбардира позвали в сборную

«Стальные лисы» немного сбавили взятый высокий темп в регулярном чемпионате Молодёжной хоккейной лиги.

На прошлой неделе магнитогорская молодёжка разделила очки в домашних матчах с «Мамонтами Югры» из Ханты-Мансийска. Проиграв первый поединок – 1:2, «Лисы» взяли реванш во втором – 4:2.

После двадцати встреч команда набрала 28 очков, немного отстав от группы лидеров.

Лучший бомбардир «Лисов» в нынешнем регулярном чемпионате МХЛ Дмитрий Шешин вызван в молодёжную сборную России, которая с 8 по 10 ноября сыграет в столице Финляндии Хельсинки на турнире на Кубок четырёх наций. В эту команду вместе с Дмитрием также получили приглашения двое хоккеистов «Металлурга» – Павел Дорофеев и Никита Рожков. В субботу этот состав молодёжки (другой сыграет в традиционном турне по Канаде) начинает в УТЦ «Новогорск» учебно-тренировочный сбор.

Дмитрий Шешин в этом сезоне в двадцати матчах за «Лисов» в МХЛ набрал 26 очков по системе «гол плюс пас» – 11 шайб и 15 передач.

Следующие матчи «Стальные лисы» сыграют 4 и 5 ноября в Нижнекамске с местным «Реактором».

Щит и мяч

Баскетбольные сердца

Второй выезд в новом чемпионате Студенческой лиги ВТБ прошёл не так успешно для команды «Стальные сердца», как первый.

Баскетболисты МГТУ имени Г. И. Носова в Кирове дважды уступили соперникам из Вятского госуниверситета – 69:78 и 78:81. Напомним, что ранее «Стальные сердца» в Орле выиграли у команд Орловского госуниверситета (77:75) и «Сибирских медведей» из Иркутска (71:65), уступив лишь безусловному фавориту турнира – команде МГАФК из Малаховки (45:113).

У баскетболистов МГТУ имени Г. И. Носова запланированы матчи 21 и 22 ноября в Тюмени с местной командой «Гвардия» (Тюменский индустриальный университет). А потом «Стальные сердца» проведут серию домашних матчей.

В Студенческой лиге ВТБ, элитном дивизионе Ассоциации студенческого баскетбола, в этом сезоне, четвёртом по счёту, выступают четырнадцать вузовских команд.

На Урале – первые

Юношеская баскетбольная команда магнитогорской СШОР «Динамо» стала победителем межрегионального раунда первенства страны среди юношей 2005 года рождения и моложе.

Наша команда (тренеры Игорь Щербаков, Эдуард Жердев) заняла первое место на соревнованиях, прошедших в Челябинске. На групповом этапе турнира динамовцы обыграли соперников из челябинской БШ «Пионер» (65:53), екатеринбургской СШ имени А. Канделя (51:45), но уступили нижевартовскому «Самотлору» (67:74). Тем не менее в четвёрку сильнейших магнитогорцы проблись и там, одержав победы над екатеринбургской СШ № 3 имени А. Мышкина (78:48) и командой «Темп-СУМЗ-УГМК» из Ревды (96:40), вышли на итоговое первое место.

Вторым стал нижевартовский «Самотлор», третьей – команда екатеринбургской СШ № 3 имени А. Мышкина.

Турниры межрегионального раунда первенства страны среди юношей 2005 года рождения прошли также в Новосибирске, Курске, Нижнем Новгороде и Великом Новгороде и Воронеже.

Музикл

Вневременной и современный «Дубровский»



Валентин Фёдоров, Валерия Брейтбург, Ким Брейтбург, Илья Кожевников



© Дмитрий Рухманов



Фоторепортаж смотрите на сайте magmetall.ru (16+)

В Магнитогорском театре оперы и балета состоялась премьера мюзикла Кима Брейтбурга «Дубровский» (12+), триумфально идущего по театрам России с 2010 года. Несколько лет назад горожане восхищались мюзиклом Брейтбурга «Голубая камешка» (16+), представленным Государственным академическим русским драматическим театром Республики Башкортостан. Тогда было немисливо вообразить, что нечто подобное будет поставлено здесь, в Магнитке. Свершиться этому чуду помог грант главы города в сфере культуры «Вдохновение», в 2018 году выигранный театром оперы и балета.

Долгожданная премьера

Работа над мюзиклом шла с конца марта. Магнитогорцы с нетерпением ждали возможности увидеть долгожданный спектакль. И, чего греха таить, были опасения: сможет ли наш молодой театр, с его маленькой сценой и далеко не сверхъестественными техническими возможностями, вытянуть столь грандиозный проект. Признаться, мы уже привыкли фразу «хорошо для Магнитогорска» путать с обычным «хорошо». Тем приятнее было осознать: справились на отлично, без каких-либо скидок на местные реалии и ограниченные ресурсы. Предпремьерный показ – по сути генеральный прогон на публику – предварялся обращением к залу режиссёра и хореографа-постановщика, заслуженного деятеля искусств России Николая Андросова, предупредившего: это ещё только репетиция, в любой момент возможны сбои, могут потребоваться вмешательства постановочной группы, коррективы... Забегая вперёд, скажу: этого не понадобилось. Было полное ощущение полноцен-

Если музыка проникает в сердце, она должна звучать

ного премьерного показа. К слову, в первый день показов «на широкую публику» актёрский состав был тот же. Греет душу мысль о том, что присутствовала при первых шагах спектакля, у которого есть все шансы стать знаковым для культуры Магнитки.

Николай Андросов во вступительном слове также попросил собравшихся на показ друзей театра не стесняться и живо реагировать на происходящее, чтобы артисты получили обратную связь. Надо сказать, публика в Магнитке добрая и отзывчивая – прозвучавшую арию всегда награждают аплодисментами. Но бурные овации и крики bravo, которыми завершался каждый вокальный или хореографический номер, и ту удивительную атмосферу, когда зал дышит в такт с актёрами, ни с чем не перепутаешь. А на финальном поклоне зал единодушно скандировал: «Молодцы!». В этот момент уже не помнишь о том, что с точки зрения «ортодоксов» мюзиклу в «опере» не место.

Смелое решение

Решение ставить в театре оперы и балета мюзикл, предполагающий синтез разных жанров, а не классику, вызвало споры среди меломанов. На состоявшейся после спектакля пресс-конференции директор театра Илья Кожевников напомнил, что оперное искусство в репертуаре тоже не забыто – так, постановка «Пиковой дамы» (18+) Чайковского также приурочена к 220-летию со дня рождения Александра Сергеевича Пушкина. О «Дубровском» же сказал:

– Это, безусловно, сложная для нас работа, вызов. Стало делом чести пройти через многие препятствия. Когда начинали ставить спектакль, не было большей части оборудования – в том числе проектора, который стоит два миллиона рублей. Я сам классический музыкант, но с таким же удовольствием

присутствовал на этом спектакле и считаю, что нет «высокой» и «низкой» музыки – если музыка талантлива и проникает в сердце, значит, она должна звучать.

Вспоминала эти слова Ильи Сергеевича, размышляя об увиденном. С одной стороны, у театра, тем более музыкального, свои законы. Для создателей мюзиклов вольное обращение с первоисточником – скорее норма, чем исключение. Но, сколько несовпадений с повестью Пушкина ни найди, а главное – передана сама суть истории, рассказанной в повести. Дружба, разрушенная вспыльчивостью высокомерием. Любовь, сумевшая преодолеть жажду мести. Честь, оказавшаяся сильнее страсти.

Автор либретто Карен Кавалерян дополнил пушкинскую фабулу более сильной «народной» линией. Потому один из самых сильных образов мюзикла – Егоровна, блистательно исполненная Галией Чаваниной-Валеевой. Как ни удивительно, но во втором составе предводительницу бывших крестьян, а ныне – разбойников играет исполнительница чистой и трепетной Маши Троекуровой Мария Менщикова. А вот Дмитрий Григорьев исполняет две разноплановые роли – Спицына и Дефоржа – в одном и том же спектакле, в помощь его яркому актёрскому дару – креативные костюмы, созданные заслуженным художником Республики Чувашия Валентином Фёдоровым. «Усилил» Кавалерян и «полицейскую» линию. Судебные приставы и полицейские, у Пушкина – фигуры эпизодические, в мюзикле обрели голоса – во многом именно угнетаемый народ, гнев которого так опасен, и полиция, у которой «закон что дышло», и придают спектаклю интонации, «цепляющие» современную публику. А истории любви интересны людям во все времена. По большому счёту, Дубровский – мозаика ситуаций, когда любовь смогла победить тёмные стороны человеческой на-

туры, и когда, увы, не сумела этого сделать, что привело к трагическим последствиям. Карен Кавалерян и Ким Брейтбург убедительно доказали: Пушкин актуален и востребован и в XXI веке.

Успех команды Брейтбургов

Композитор, художественный руководитель, продюсер мюзикла «Дубровский» Ким Брейтбург в самом начале переговоров с директором Магнитогорского театра оперы и балета Ильёй Кожевниковым посоветовал ставить не своими силами, а для лучшего результата обратиться к нему и его команде. Действительно, во многом это обусловило высокий уровень спектакля. Так, музыкальный руководитель постановки, кандидат искусствоведения, доцент Российской академии музыки имени Гнесиных Валерия Брейтбург занималась струнной группой в собственной системе, где важны все три главных составляющие: вокал, движение и актёрское мастерство. Петля в ходе танцевального номера без сбоев дыхания непросто. В зале сначала даже перешёптывались: сами ли поют, не фонограмма ли. На самом же деле всё было вживую – разве что вместе с оркестром театра под управлением Сергея Воробьёва звучали эстрадные и роковые минусовки, предоставленные Кимом Брейтбургом.

Спрашивая Марию Менщикову и исполнителя роли Дубровского Виталия Лоя:

– Сколько кило вы потеряли за время репетиций?

– Кто десять, а кто и пятнадцать. На пресс-конференции зашла речь и о том, насколько тяжело академическим вокалистам перестроиться на эстрадную манеру пения.

– Мне трудно не было, – с улыбкой сказала Валерия Брейтбург, – система отработана, а вот артистам пришлось потрудиться.

Для меня в «Дубровском» совершенно по-новому звучал вокал

Ларисы Цыпиной. Песню Машиной няни Арины «Иволга и Волга» она исполнила так, что слёзы наворачивались на глаза. И настолько непривычно, не по-оперному и при этом удивительно красиво это было, что я специально посмотрела на сцену в бинокль: точно ли это оперная дива Цыпина или кто-то похожий.

Маэстро Брейтбург резюмировал:

– Постановочная группа в целом справилась. Для ребят это было преодоление, пришлось много трудиться. То же самое можно сказать о постановщиках – для них работа над мюзиклом в оперном театре также проходила впервые. Обычно такие спектакли ставятся или кастингом, или в музыкальных театрах, театрах музыкальной комедии.

Теперь важно сохранить «тонус» спектакля. Ким Александрович и его команда будут следить за его судьбой. Валерия Брейтбург сделала акцент на мощной энергетике спектакля, которую ощущает зритель и потому не видит недоучётов – «а они есть». Наутро после предпремьеры труппу ждали «разбор полётов» и новые репетиции. «Официальная» премьера прошла при аншлаге и бешеном успехе. Причина – гармоничность спектакля, идеально вписавшегося в условия Магнитогорского театра оперы и балета с его маленькой сценой и камерным, по столичным масштабам, залом. Мюзикл «Дубровский» в Магнитке и, скажем, в Минске – две разные постановки. Но их объединяют искренность, самоотдача, профессионализм артистов – у команды Брейтбурга иначе не бывает, – благодатный музыкально-поэтический материал и, конечно, магия сюжета, заставляющего радоваться, огорчаться, спорить. Едва затихли овации и закрылся занавес, захотелось перечитать повесть Пушкина.

Ближайшие показы мюзикла «Дубровский» состоятся 2 и 3 ноября в 18.00.

✉ Елена Лещинская
ответит на ваши вопросы
на сайте magmetall.ru (16+)



Практика



Алина Кондратьева

Наказание – это не воспитание

Противостояния отцов и детей на самом деле не существует

Обозреватель «ММ» Татьяна Бородина стала финалистом всероссийского конкурса «Семья и будущее России» и побывала на встрече со столичным психологом, мамой пятерых детей, автором 18 книг, кандидатом наук и блогером с двумя миллионами подписчиков Ларисой Сурковой.

Адвокат детских душ

Многим кажется, что вся жизнь известного психолога проходит в соцсетях, но на самом деле она тратит на это полтора часа в день.



Татьяна Бородина

Говорит, что самые популярные темы – грудное вскармливание и приучение ребёнка к горшку. Удивляется, что на тренинги легко собрать множество родителей малышей, в то время как гораздо больше проблем должно быть у тех, чьи дети достигли подросткового возраста.

Ларису Суркову спрашивают и об этом сложном периоде, но чаще это связано с опасностью суицидальных настроений. Кстати, она категорически против освещения в СМИ происшествий, связанных с юными террористами, и подробностей из жизни самоубийц. Поясняет, что психика подростков слишком подвижна, можно подтолкнуть их к подобному поведению.

– Надо иметь в виду, что у детей другое отношение к смерти, – отметила психолог. – Они зачастую не понимают, что это навсегда, сейчас я кое-что сделаю, а потом буду лежать в гробу, и все пожалеют, что так со мною поступали, поменяют своё мнение. А никакого «будет» после этого не станет, компенсации и морального удовлетворения ребёнок не получит. Не игнорируйте подобные угрозы или намёки подростков. Поговорите спокойно, объяснив, что смерть непоправима, что-то изменить можно, лишь пока все живы. Обратите внимание на то, что такой выход из положения – глупость, он не решает никаких вопросов. И чаще напоминайте, что любите, всегда рядом и готовы помочь.

– Одна из самых сложных тем – физическое насилие, – рассказала Лариса Суркова. – Многие родители уверены, что в этом нет ничего страшного. Ещё и уточняют: «А если я только по попе? А

если подзатыльник – так, просто, чтобы было унизительно?» Постоянно говорю об этом и подчёркиваю – детей бить нельзя. Унижать, лишать еды, сна – табу. Из-за этого бывает очень много трагических происшествий, сломанных судеб. Меня называют адвокатом детских душ. Регулярно поднимаю эту тему и убеждаюсь, что люди начинают менять свою позицию. Значит, всё не зря.

Лариса Михайловна рекомендует взрослым сбрасывать агрессию иными способами, не пугая детей и не причиняя им душевных и физических страданий. Включите воду в ванной комнате и покричите там, пните подушку, щёлкните резинкой по руке, умойтесь, попейте. Психолог отмечает, что причина агрессивного поведения родителей зачастую не в детских проступках, а во взаимоотношениях на работе, со второй половиной. Хорошо бы найти причину и устранить её. Зачастую агрессия формируется просто потому, что люди не умеют высказываться, доносить свои беды и мысли до других. При этом чувствуют себя несчастными.

Спекуляция запретами

– Наказание – не вид воспитания, – подчеркнула психолог. – Это способ отдалиться друг от друга. Идеальная семья, где насилие не востребовано. Я вообще против наказаний, хотя иногда и хочется это сделать. Но мои дети быстро успевают признать вину, извиниться или предложить свои способы, как исправить ситуацию. Впрочем, бывает, срываюсь, кричу, могу расплакаться, попросить меня не трогать. В этом нет ничего страшного. Все иногда перегреваются. Единственное, чего никогда не делаю, так это не обижаюсь на детей. Поступки нужно анализировать, обсуждать. Обида – это всегда проблема того, кто обижаётся.

Запреты пользоваться компьютером, телевизором или другими ценными для ребёнка вещами Лариса Суркова называет спекуляцией. Кроме того, она считает, что современные дети умнее любой суперзащиты. Они найдут как её обойти. Действовать лучше не через запреты, а давая возможность самому принимать решения.

– Я сторонник диалога, – призналась Лариса Михайловна. – Для меня важно взаимное уважение. Ребёнок – личность с рождения, и это необходимо учитывать.

Заговорив об уважении, психолог отметила, что в школах зачастую его нет. И это может проявляться, например, в том, что в туалетах отсутствуют двери. Лариса Суркова посвятила этой теме целую кампанию, убеждая, что даже маленькому человеку иногда непременно нужно остаться одному.

Психолог также напомнила, что у

маленьких детей ведущая деятельность – игровая, поэтому не нужно заставлять их часами сидеть в школах раннего развития, находите разумный баланс. Не стоит забивать голову малышей шаблонами, это тормозит развитие творческого потенциала и личности в целом. Не говорите, как надо рисовать, лепить, собирать кубики.

– Выделите для игр и общения с ребёнком хотя бы час, – посоветовала психолог. – Бросьте грязную посуду или немый пол. Дети важнее. Понятно, что вам тяжело и много работы, но через несколько минут интенсивных игр ребёнок и сам попросит маму или папу пойти заняться своими делами. Он ведь тоже устаёт.

Мужское воспитание

На встрече в Московском государственном университете зашла речь и о гендерных стереотипах.

– Многие взрослые, увидев трёхлетнего мальчика с куклой, ужасаются, начинают отбирать, говорить о том, что пацан должен играть только с автоматами и машинками, – отметила Лариса Суркова. – Чем больше вы акцентируете на этом внимание, тем хуже. И потом не удивляйтесь, что уже взрослый человек не хочет заниматься детьми. Ведь его научили, что это не мужское дело. Родители говорят, что он не должен жаловаться, решать свои проблемы сам, давать сдачу. Ему постоянно объясняют, что главное – дать кому-то в лоб. Если ты проявил агрессию, то мужик. И потом вырастает папа, который говорит рыдающему двухлетнему малышу: «Ты что, не мужик? Возьми себя в руки!» А мальчик одет в тёплую куртку, шапку, ему элементарно жарко, плохо. В некоторых семьях учат, что уборка и мытьё посуды дело не мужское, мальчики не плачут. Зато бабушка может носить портфель пятикласснику, ведь ему тяжело. Определитесь, кого вы воспитываете и что хотите получить. В два, четыре года, в семь лет дети ищут идеальный ориентир своего пола, а выбирать им зачастую не из кого. Это большая проблема для психики, когда нет ориентира, а есть диссонанс.

Психолог рекомендует дать мальчику возможность проявить мужественность. И она выражается не в физическом насилии. Например, мама может попросить трёхлетнего малыша донести хлеб, а потом похвалить за помощь. Подогнать ребёнка под какие-либо стереотипы, навязать ему что-то не сложно. Но поступать так опасно: это может привести к травмам, с которыми потом будет трудно справиться не только родителям, но даже психотерапевту.

Высказывания Ларисы Сурковой – не только теория. Все её дети успешны. Кстати, одна из дочерей во время встречи вела запись прямого эфира для «Инстаграма».

В заключение психолог отметила, что взрослым неплохо бы поработать над самооценкой – собственной и ребёнка. Тогда не будет ситуаций, когда двое родителей, считающих обязательным получение пятёрок, заставляют нервничать и впадать в психоз целый класс. Ну и надо помнить, что никакой войны отцов и детей на самом деле нет. Ребёнок даже в кризисный период вам не враг и не соперник. Не надо его побеждать.

Экзамены

Пороговые значения

Минимальные проходные баллы ЕГЭ увеличены в 252 университетах страны.

Замминистра науки и высшего образования Мария Боровская в интервью «Российской газете» объяснила это возможностями, которые даёт федеральный закон. Согласно документу учредитель вправе самостоятельно устанавливать «пороговые» значения баллов единого госэкзамена. Она подчеркнула, что школы при выдаче аттестатов по-прежнему будут ориентироваться на баллы, установленные Рособрнадзором, и на 2020 год эти значения уже известны. Русский язык – 36, профильная математика – 27, физика, химия – 36, литература – 32, обществознание – 42 и так далее.

При этом минимальные баллы, которые установило Минобрнауки, оказались значительно выше. Кроме того, для каждого высшего учебного заведения разработали отдельную сетку баллов по всем специальностям.

Замминистра напомнила, что ранее была сформирована группа ведущих вузов, где уже использовали более высокие проходные баллы, которые выступили в роли критерия отбора наиболее способных абитуриентов. Теперь же новые правила будут распространяться на всю систему вузов, подведомственных министерству. Они для всех абитуриентов, поступающих на программы бакалавриата и специалитета. То есть поступить даже на платное отделение, не набрав нужного минимума, не получится.

По словам Марии Боровской, нововведение затронет 10–12 процентов абитуриентов.

Инициатива

Школы полного дня

Губернатор Белгородской области Евгений Савченко предложил отменить домашние задания.

Глава регионе выложил своё обращение на странице «ВКонтакте», пояснив, что домашние задания – это плохая многолетняя привычка, которая травмирует и ученика, и родителя. Евгений Савченко считает, что все домашние задания необходимо выполнять в стенах образовательной организации. Он добавил, что подобная схема реализована в школах полного дня, действующих Белгородской области. Губернатор поручил департаменту образования изучить вопрос и внести кардинальные изменения в систему.

Портал Activityedu.ru сообщает, что к концу 2021 года 40 процентов школ Белгородской области должны перейти на десятичасовой режим работы, при котором дети находятся в учреждении с 8.00 до 18.00. Сейчас в регионе действуют десять таких школ.

Проект

Мальчики не для битвы

В Подмоскovie начали реализацию проекта «Бесконфликтная школа», который инициировала уполномоченный по правам ребенка Ксения Мишонова.

«Российская газета» сообщает, что на школьном портале Московской области запустили опрос о буллинге (травле), в котором предлагается принять участие и педагогам, и ученикам. Опрос анонимный, нужно лишь указать город и номер школы.

На сегодня на вопросы ответили более 15 тысяч человек. На основе ответов будут отобраны учебные заведения с наивысшим уровнем конфликтности. С учителями и директорами этих школ проведут тренинги и мастер-классы о том, как распознать буллинг на самых начальных этапах, пока он не привёл к каким-то тяжёлым последствиям. Кстати, уже были случаи, когда затравленные одноклассниками дети прыгали из окон и оставались калеками.

У школьников будут свои занятия, во время которых их научат обходить конфликтные ситуации, но главное – вовремя сигнализировать, если начинается травля. С детьми поработают специалисты, которые объяснят, что рассказать учителям и родителям об агрессии со стороны одноклассников – не стыдно. Отдельные встречи на эту тему проведут и с родителями.

По статистике федерального аппарата уполномоченного по правам ребёнка, каждое десятое обращение, касающееся сферы образования, связано с буллингом. Эта статистика с каждым годом растёт. Причем элитарные признаки учебного заведения не гарантируют того, что в его стенах не процветает школьная травля, которую педагоги предпочитают не замечать.

Проект рассчитан примерно на год. После этого на школьном портале будет проведён ещё один опрос на ту же самую тему, который покажет, изменилась ли ситуация.

История в лицах

Первые секретари

За свою долгую трудовую биографию он успел поработать в самых разных областях, порой далёких друг от друга

Продолжение.
Начало в № 33, 37, 39, 45, 84, 85, 94, 96, 97, 102, 105, 108, 117, 118

Василий Иванович Антипин занял пост первого секретаря Магнитогорского горкома КПСС в 1960 году, сменив Павла Щербакова.



Василий Антипин

Его бригада была награждена орденом Суворова и получила 17 благодарностей от Верховного Главнокомандующего Иосифа Сталина.

В 1946 году, после выписки из госпиталя, Василий вновь вернулся в Магнитку и два года возглавлял один из цехов треста «Магнитострой», а следующие два года работал инструктором горкома КПСС. Затем Василий Антипин вновь вернулся на производство и в течение четырёх лет работал горным мастером на ММК.

В 1954 году Антипин второй раз попрощался с Магниткой и два года занимал должность директора Карагайской машинно-тракторной станции. Эта работа дала Антипину знание сельской жизни, её проблем, что очень пригодилось ему во время работы заместителем начальника Челябинского областного сельскохозяйственного управления.

В 1959 году Василий Антипин

третий раз возвратился в Магнитогорск: занимал должность председателя горисполкома, а в 1960 году был избран первым секретарём горкома КПСС. Следующий 1961 год выдался особенно непростым для горкома. В городе, как и по всей стране, шло активное обсуждение проекта новой программы и устава КПСС. В прениях приняли участие более 100 тысяч магнитогорцев.

В октябре того же года состоялся XXII съезд партии. На нём были приняты устав и третья программа КПСС, текст которой завершала знаменитая фраза: «Партия торжественно провозглашает: нынешнее поколение советских людей будет жить при коммунизме!» А Никита Хрущёв даже назвал точную дату наступления коммунизма – 1980 год.

Кроме того, съезд усилил меры борьбы с культом личности Сталина, начатые в 1956 году. Впервые в радиорепортажах и на страницах газет прозвучали слова о «чудовищных преступлениях» и необходимости восстановления «исторической справедливости», а также появились рассказы об арестах, пытках и убийствах, происшедших во время правления

Сталина. Именно после XX съезда были переименованы города и объекты, названные в честь Сталина, сняты памятники «отцу народов», а его тело вынесено из Мавзолея.

Свидетелями всех этих событий на съезде были и делегаты от Магнитки: управляющий трестом «Магнитострой» Л. Г. Анкудинов, директор ММК Ф. Д. Воронин, мастер доменного цеха ММК А. Ф. Базулев, бригадир метизно-металлургического завода З. М. Туралина и первый секретарь горкома В. И. Антипин.

Вернувшись из Москвы, Антипин и его коллеги начали претворять в жизнь решения съезда: в ноябре 1961 года были переименованы проспект Сталина и улица Сталинградская, получившие новые названия: проспект Ленина и улица Советская. В ночь с шестого на седьмое ноября в срочном порядке были демонтированы памятник Сталину на Комсомольской площади, установленный ещё в 1938 году. Утром седьмого ноября демонстранты были поражены: вместо внушительной скульптуры Сталина на постаменте стояла небольшая статуя Ленина.

В апреле 1962 года состоялся XIV съезд ВЛКСМ, подготовка к нему проходила под руководством горкома партии. В мае того же года газета «Правда» – главное издание страны – отметила золотой юбилей. Это стало важным событием в идейной жизни партии и советского народа, в развитии советской печати. В Магнитогорске состоялось много мероприятий, посвящённых

этой дате, в их организации принял участие горком КПСС и лично товарищ Антипин.

Но своё подлинное призвание он нашёл в профсоюзной деятельности

Начиная с 1962 года, в течение семнадцати лет Василий Антипин был председателем Челябинского областного совета профсоюзов. Работая в этой должности, он сумел внести значительный вклад в развитие материальной базы отдыха и оздоровления трудящихся Челябинской области. Он курировал реконструкцию курортов «Увильды», «Кисегач», «Еловое», строительство санатория «Урал», пансионата «Карагайский бор».

В 1975 году Антипин стал основателем Уральского социально-экономического института – в то время филиала высшей школы профсоюзного движения. В институте его вспоминают как человека с незаурядными организаторскими способностями, которые сочетались с редкими личностными качествами. Он был внимателен к окружающим, ненавязчиво направлял работу коллег, добываясь при этом высоких результатов. Его называют «легендой» и «брендом» УрСЭИ.

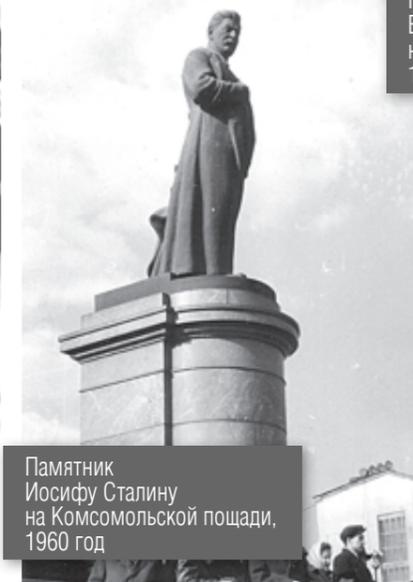
В 1984 году Василий Иванович Антипин вышел на пенсию, но продолжал активно заниматься общественной работой. Умер он в декабре 1995 года.

Ирина Андреева, краевед

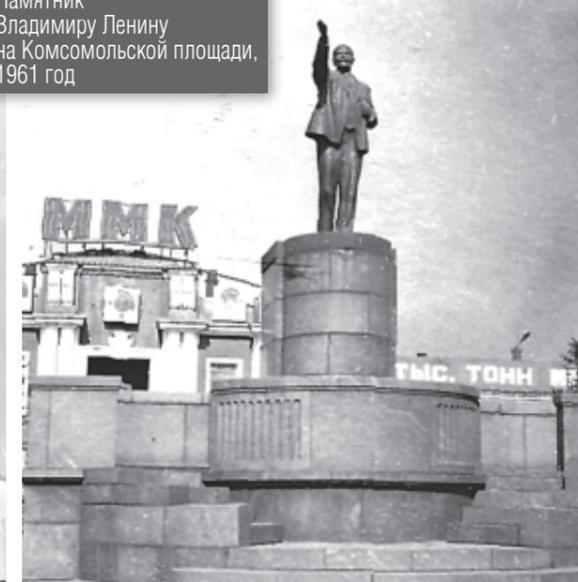
Василий Антипин открывает учебный корпус Уральского социально-экономического института



Памятник Владимиру Ленину на Комсомольской площади, 1961 год



Памятник Иосифу Сталину на Комсомольской площади, 1960 год



Кошелёк

Около десяти тысяч заёмщиков подали заявки на «ипотечные каникулы» менее чем за три месяца с начала действия этой программы, позволяющей на срок до полугода сократить или приостановить выплаты по жилищному кредиту.

Абсолютное большинство клиентов выбирают максимальную отсрочку. Об этом «Российской газете» сообщили в ЦБ и крупных банках. У последних, впрочем, есть вопросы по белым пятнам закона об «ипотечных каникулах», решение которых предстоит либо обсуждать с ЦБ, либо дожидаться формирования судебной практики.

С момента вступления в силу закона и до конца сентября кредитные организации получили более девяти тысяч заявлений заёмщиков о предоставлении «ипотечных каникул», указывает Банк России, сославшись на данные 13 крупных ипотечных банков. Более свежей статистики нет, но

Не бросают деньги на метр

сейчас, очевидно, число таких клиентов должно было вырасти ещё. По 60 процентам заявлений банки приняли положительные решения, отмечают в ЦБ.

Крупнейший российский банк (в том числе и на рынке жилищного кредитования) – Сбербанк – к концу октября получил более четырёх тысяч заявок на «ипотечные каникулы». Спрос на них стабилен, самая частая причина обращений – снижение доходов заёмщика, рассказал директор дивизиона «Розничное взыскание и урегулирование» департамента по работе с проблемными активами Сбербанка Денис Кузнецов. По его словам, банк обычно отказывает в «каникулах» либо из-за неполного пакета документов у заёмщика, либо из-за несоответствия его жизненной ситуации критериям закона. Бывает, причина отказа кроется и в том, что по результа-

там анализа у клиентов на самом деле не выявляется реального снижения доходов.

При этом либо все, либо абсолютное большинство заявок на «каникулы» запрашиваются на максимальный по закону срок – полгода. Это связано с тем, что клиенты не могут спрогнозировать длительность периода поиска работы при её потере, а при временной нетрудоспособности более двух месяцев подряд закладывают срок лечения и реабилитации, указывает директор департамента ипотечного кредитования СМП-банка Наталья Коняхина.

Помимо потери работы и снижения уровня дохода, одна из частых причин обращения за отсрочкой – увеличение числа иждивенцев

При этом во время действия «каникул» клиенты имеют право либо уменьшить сумму платежа по кредиту, либо полностью приостановить выплаты – как правило, заёмщики выбирают второй вариант, рассказывает директор департамента кредитования розничного бизнеса Абсолют-банка Елена Ковырзина.

При этом в законе об «ипотечных каникулах» есть ряд белых пятен – некоторые механизмы не прописаны там напрямую, подчёркивает собеседник «РГ» в одном из крупных банков. Так, по его словам, в нём отсутствуют нормы, позволяющие банку запросить документы, которые подтверждали бы снижение дохода заёмщиков – индивидуальных предпринимателей. Кроме того, не указаны правила рассмотрения документов в случае, если заёмщиком по договору выступают несколько

лиц. Также отсутствуют нормы, регулирующие рассмотрение требований заёмщиков, чьё снижение дохода связано с выходом на пенсию или в отпуск по уходу за ребёнком. По словам экспертов, для универсализации процесса нужно дождаться формирования судебной практики.

Воспользоваться «каникулами» можно только по одному ипотечному договору, величина кредита не может превышать 15 миллионов рублей и в залоге должно быть единственное жильё. Запросить «каникулы» можно только в трудной жизненной ситуации – это регистрация безработным, инвалидность (в том числе и у члена семьи заёмщика), временная нетрудоспособность, снижение среднемесячного дохода за два последних полных месяца более чем на 30 процентов к предшествующим подаче требования 12 месяцев, а также рождение/усыновление детей. Каждое из этих обстоятельств придётся подтвердить документально.

ЗАБОРЫ из профнастила
ВОРОТА НАВЕСЫ и сетки рабицы
КРОВЛИ ремонт кровли
любой сложности
43-12-14, ПЕНСИОНЕРАМ
8-951-461-50-34 СКИДКИ

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

ПАМЯТНИКИ - 15 % Беспроцентная
от 4000 рублей. рассрочка
ОГРАДЫ - 5 % до 6 месяцев.
ВЫКЛАДКА ПЛИТКИ - 10 %
Большевицкая, 13а
8-958-062-38-61
Чкалова, 62
8-960-393-46-76

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

**ЭЛЕКТРО-
МОНТАЖ**
Т. 59-81-21

**ВОССТАНОВЛЕНИЕ
ВАНН НАЛИВОМ!**
Т. 45-11-70
www.ALRom.ru

**ЗАБОРЫ
ВОРОТА
НАВЕСЫ
КОЗЫРЬКИ** С
45-09-80 КИДКИ

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

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

kiosk.magmetall.ru
Электронный сервис
КИОСК

ТЕПЛИЦЫ
3x4 - 11000 р., 3x6 - 14000 р.
45-14-49

Поздравляем!
Работников ЦЭСИП:
Юлию Гавриловну КАРНАЦКУЮ,
Татьяну Владимировну ГОРБУНОВУ,
Тимофея Александровича ИКОННИКОВА -
с юбилеем!
Желаем огромного счастья и долгих лет, успехов и побед на жизненных дорогах.
Администрация, профком и коллектив ЦЭСИП

Бывших работников ЦЭСИП:
Нину Алексеевну ЛЬБОВУ,
Ирину Юрьевну АХМЕТШИНУ,
Зинаиду Александровну ЕЛХОВСКУЮ,
Николая Валерьевича КОСТЕРИНА -
с юбилеем!
Желаем здоровья, больше поводов для радости и долгих лет жизни.
Администрация, совет ветеранов, профком и коллектив ЦЭСИП

На 2020 год в редакции **МЕТАЛЛ**
1650 руб газет
Подписка с любого
месяца
Пр. Ленина, 124/1, ☎ 39-60-87.
Для юр. лиц: ул. Труда, 27, ☎ 49-59-70.

Память жива

1 ноября исполняется полгода, как ушла из жизни наша дорогая и любимая жена, мама, бабушка КУЧЕРЮК Венера Хамзюва. Память о ней будет вечно в наших сердцах. Любим, помним, скорбим.
Муж, дети, внуки

Память жива

1 ноября исполняется 3 года, как ушла из жизни любимая жена, мама, бабушка ВЯЗОВЦЕВА Надежда Алексеевна. Боль утраты не утихает. Вечная ей память. Любим, скорбим. Все, кто знал её, помяните вместе с нами.
Дочь, муж, внуки, зять

Друзья, соседи скорбят по поводу смерти ветерана Магнитки, ветерана труда, педагога иностранных языков школы № 26 **НОВИКОВОЙ Марины Фёдоровны** и выражают соболезнование её семье.

Коллектив и руководство ЦРМП ООО «ОСК» скорбят по поводу смерти **ЗУБАИРОВА Валерия Рамзиловича** и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

Коллектив и руководство цеха вентиляции ООО «ОСК» скорбят по поводу смерти **ШИБАНОВА Семёна Александровича** и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

Коллектив и совет ветеранов МССР ООО «ОСК» скорбят по поводу смерти **МАРЕНКОВОЙ Марины Леонтьевны** и выражают соболезнование семье и родственникам покойной.

Коллектив и совет ветеранов МССР ООО «ОСК» скорбят по поводу смерти **КЛЕЦКО Екатерины Алексеевны** и выражают соболезнование семье и родственникам покойной.

Коллектив и совет ветеранов Группы ПАО «ММК» скорбят по поводу смерти **МИХАЙЛОВОЙ Прасковьи Семёновны** и выражают соболезнование семье и родственникам покойной.

Коллектив и совет ветеранов ЛПЦ-10 ПАО «ММК» скорбят по поводу смерти **ПРЕСНЯКОВА Владимира Васильевича** и выражают соболезнование семье и родственникам покойного.

Объявления

Продам

*2к. в Ленинском р. Т. 8-951-819-03-20.
*Песок, щебень, отсев, уголь. Доставка. Т. 8-904-305-12-12.
*Поликарбонат прозрачный, цветной. Т. 45-48-48.
*Тротуарная плитка. Доставка. Т. 8-912-805-10-16.
*Песок, щебень, скалу, отсев, навоз, землю и др. Недорого. От 3 т до 30 т. Т. 43-01-92.
*Евровагонка, доска, брус. Т. 8-904-973-41-43.

*Дрова. Т. 8-964-245-33-99.
*Перегонной, земля, песок, отсев, скала. Т. 8-951-249-86-05.
*Распродажа мягкой, корпусной, кухонной мебели и т. д. Труда, 32а, 2 этаж. Т. 8-909-099-42-47.
*Дрова, горбыль, опилки. Т. 43-33-99.
*Кольца железобетонные для колодцев и выгребных ям, диаметр 2; 1,5; 1 м, крышки, днища. Т. 8-919-304-32-58.

Куплю

*Ванну, батареи, холодильники, газо-, электроплиты, стиральные машины, микроволновки. Выезжаем в сады и гаражи. Т.: 8-964-245-35-42, 45-21-02.
*Холодильник, стиральную машину, ванну, батарею, электро-, газовую плиту. Т. 8-909-094-26-39.
*Холодильник, ванну, машинку, утилизация. Т. 8-919-330-90-38.
*Ванну, холодильник. Т. 43-09-30.
*Неисправную микроволновку и кофемашину. Т. 8-906-898-06-96.

Сдам

*Часы, ночь. Т. 8-906-871-17-83.
*Посуточно. Т. 8-952-527-36-06.
*Часы. Т. 8-919-304-87-10.
*Стоянка для малых грузовых авто и спецтехники. Левый берег. Т. 8-982-338-50-70.

Сниму

*Квартиру. Т. 49-67-77.

Услуги

*Кровли. Кровельные работы. Недорого. Т. 8-919-117-60-50.
*Крыши, отделка. Бани. Т. 8-919-405-37-15.
*Заборы из профнастила и сетки-рабицы. Т. 43-10-66.
*Козырьки. Заборы. Ворота. Навесы. Т. 43-19-21.
*Заборы и ворота из профнастила и сетки рабицы. Т. 8-919-117-60-50.

*Заборы, ворота, навесы, козырьки. Дёшево. Т. 45-09-80.

*Ворота, заборы, решётки. Т. 8-912-805-21-06.

*Теплицы. Дёшево. Т. 45-40-50.

*Ремонт теплиц. Т. 45-04-09.

*Установка балконов под ключ. Ремонт окон. Т. 47-46-00.

*Отделка балконов. Полы. Бани. Т. 28-10-28.

*Отделка балконов евровагонкой. Т. 8-912-805-08-46.

*Отделка балконов. Т. 8-951-128-76-26.

*Установка, вскрытие замков. Т. 43-35-34.

*Сантехника. Канализация. Разводка. Скидки пенсионерам. Т. 45-00-21.

*Прочистка канализации. Т. 28-01-05.

*Сантехника. Реставрация ванн. Т. 45-20-95.

*Водомеры. Сантехработы. Т. 8-906-854-79-79.

*Сантехмастер. Т. 43-05-41.

*Сантехработы. Недорого. Т. 8-908-064-53-17.

*Сантехремонт. Т. 491-490.

*Сантехработы. Т. 8-908-936-30-50.

*Сантехник. Т. 8-908-937-53-35.

*Внутренняя отделочная работа. Пластиковые панели, вагонка, гипсокартон, полы и т. д. Работаю один. Т. 8-964-245-14-32.

*Панели, линолеум. Т. 8-909-747-15-98.

*Натяжные потолки. Т. 8-912-790-74-02.

*Натяжные потолки. Т. 43-40-65.

*Полы, замена. Настил покрытий. Т. 8-909-095-16-19.

*Панели, линолеум. Т. 43-20-95.

*Откосы. Т. 43-95-28.

*Ремонт квартир. Т. 8-982-320-79-51.

*Обои. Т. 8-909-097-48-26.

*Уничтожение насекомых. Т. 8-912-773-63-05.

*Домашний мастер. Т. 8-951-441-43-13.

*Утепление и ремонт пл. окон, тепловые откосы, стеклопакеты, фурнитура. Остекление балконов. Т. 43-08-48.

*Кухни, шкафы-купе на заказ. Т. 8-908-828-88-88.

*Кухни, шкафы. Т. 43-15-87.

*Электрик. Ремонт электроплит, духовок и т. п. Т. 8-951-789-41-80.

*Электрик, недорого. Т. 8-906-853-71-99.

*Электропроводка. Т. 8-902-861-77-02.

*Электрик. Недорого. Т. 8-951-245-62-06.

*«Стинол». Ремонт любых холодильников. Гарантия. Т.: 44-94-51, 8-904-819-24-51.

*Ремонт холодильников и «Стинол». Скидка. Гарантия. Т.: 43-11-56, 8-908-588-70-96.

*Ремонт любых холодильников и «Атлант». Т. 59-10-49.

*Ремонт холодильников, стиральных машин. Т. 8-912-802-90-64.

*«Рембытхолод». Т. 28-04-81.

*Ремонт телевизоров. Гарантия. Скидки. Т.: 23-99-09, 8-904-800-59-77.

*Ремонт телевизоров. Качественно с гарантией. Выезд бесплатно. Т.: 28-17-75, 8-908-828-17-75.

*Ремонт телевизоров. Гарантия. Т. 45-70-10.

*Цифровое ТВ. Т. 8-951-810-10-55.

*Цифровые антенны! Т. 8-902-892-05-75.

*Цифровое ТВ, телеприставки, подключение, антенны. Т. 8-908-589-50-40.

*«РемБытМастер». Ремонт стиральных машин и холодильников. Т.: 43-42-87, 8-908-042-41-90.

*Стиральные машины. Ремонт. Гарантия. Скидка. Т. 8-952-518-03-56.

*Ремонт стиральных машин. Гарантия. Покупка б/у. Т. 8-922-759-12-45.

*Ремонт стиральных машин. Гарантия. Т. 8-922-735-85-40.

*Ремшвеймаш. Т. 8-904-804-69-93.

*Ремонт швейных машин, оверлоков. Т.: 8-912-794-24-70, 8-906-898-94-30.

*Ремонт стиралок, холодильников на дому. Т. 8-903-090-00-95.

*«ГАЗели». Грузчики. Ящики для переезда. Т. 45-61-80.

*Грузоперевозки. Профессиональные «ГАЗели» и грузчики. Т. 8-908-937-07-98.

*Грузоперевозки. Профессионально. Т. 8-908-587-92-33.

*«ГАЗель». Т. 8-906-899-42-21.

*«ГАЗель». Т. 8-912-805-31-32.

*«ГАЗели», грузчики. Город, межгород, переезды. Т.: 8-963-476-84-38, 8-919-302-41-29.

*Грузчики - 140 р. «ГАЗель» - недорого. Т. 8-950-745-40-19.

*«ГАЗели», от 180 р. грузчики. Т. 8-904-817-80-74.

*Грузоперевозки. Т. 8-904-977-16-60.

*Кран-манипулятор. Т. 8-912-805-75-44.

*«ГАЗели». Любое время. Т.: 43-15-38, 8-951-444-70-52.

*Манипулятор. Т. 8-912-805-26-76.

Требуются

*Для работы на территории ПАО «ММК» - электрогазосварщики, слесари, монтажники. Т.: 45-53-25, 55-01-84.

*На постоянную работу отделочники-универсалы, маляры-штукатуры. Т.: 8-922-019-09-73, 58-03-01.

*Монтажники наружных трубопроводов. Т.: 9-904-974-94-76, 58-03-01.

*Уборщики/-цы, грузчики. Возможна подработка и ежедневная оплата. Т.: 8-952-521-95-25, 8-982-288-43-02.

*В управляющую компанию касир. Опыт работы 1с 8.3. Т. 58-03-01.

*Уборщик/-ца. Т. 8-927-118-68-88.

*Для целеустремленных, можно без образования - сотрудники на склад «Пиломатериалы». Т. 8-912-327-17-20.

*Техник видеонаблюдения, подробности по телефонам: 8-951-473-80-84, 8-982-365-09-53.

*Продавец в магазин «Семена». Т. 8-963-476-46-46.

*Сторож-охранник. Т. 49-01-46.

*Грузчики, прессовщики по переработке вторсырья, до 30000 р. Т. 8-912-809-50-60.

*Автомойщики. Т. 8-951-237-44-55.

*Кочегары. Посуточно. Т. 8-919-124-33-24.

*Уборщики (цы) в «Магнит». Т. 8-952-509-39-22.

*Дежурный на полдня. Т. 8-951-255-64-67.

*Сварщики с опытом работы на полуавтомате, умение читать чертежи, опыт работы от 5 лет. Т. 8-968-118-86-50.

*Металлообрабатывающему предприятию операторы станков с ПУ (токарь, фрезеровщик). Т.: 33-09-59, 8-909-749-10-55.

*В офис. Т. 8-950-726-78-39.

Считать недействительным
*Утерянный диплом, выданный ТУ № 17 г. Магнитогорска Валишиной Гульфии Галеевны в 1984 г.

30Ж



Работа и питание

Жизнь диктует свои правила: чтобы стать успешнее, богаче и пользоваться всеми атрибутами жизни, необходимо работать и получить финансовое благополучие, поэтому на правильное питание во время рабочего дня остаётся всё меньше и меньше времени.

В результате – нарушение работы органов желудочно-кишечного тракта, ухудшение фигуры и внешнего вида. Есть ли решение данных проблем? Оказывается, всё просто, необходимо только желание уделять себе время для правильного питания.

Не полезные привычки на работе

Когда остаётся мало свободного времени на работе, автоматически вырабатываются не полезные привычки.

1. При долгом сидении вырабатывается синдром «офиса», питание проходит на рабочем месте, всё это ухудшает состояние осанки и позвоночника.

2. Питание в большинстве случаев всухомятку, перерывы между

приёмами пищи рваные, а если работа затягивается допоздна, то, чтобы утолить голод, едят на ночь глядя.

3. На рабочем месте употребляются в большом количестве чай, кофе, сладкие напитки, они содержат большое количество сахара, который обладает высоким гликемическим индексом, а так как при употреблении сахара энергия высвобождается в организм быстро, а сжечь её нет возможности, часть калорий постепенно откладывается в подкожный жир.

4. Перекусы всухомятку печеньками, чипсами и другими фастфудами, содержащими много углеводов, жиров, которые не лучшим образом скажутся на фигуре.

5. Малое количество овощей и фруктов, это вызовет дефицит в организме клетчатки, витаминов и микроэлементов.

6. Малое количество воды, вследствие чего замедляется обмен веществ и нарушаются биохимические процессы в организме.

7. Из-за постоянного недостатка солнечных лучей проявляется дефицит витамина D.

Режим питания

Распределите свой дневной рацион пропорционально, согласно

нормам каждого приёма пищи. Наиболее оптимальное распределение продуктов питания в процентном соотношении следующее:

Завтрак (20–25 процентов)

Обязательный приём пищи, который ни в коем случае нельзя пропускать. Он не обязательно должен быть в 7.00, вы можете взять с собой еду в офис. Оптимальное время для завтрака – до 9.00.

Обед (40–45 процентов)

На основные приёмы пищи лучше использовать мясо, рыбу, птицу, яйца, бобовые, добавив овощи и крупы. Лучшее время обеда – между 12 и 13 часами.

Перекусы (5–20 процентов)

Между основными приёмами пищи нужно сделать один–два перекуса. Прекрасно подойдут фрукты и кисломолочные продукты. Но это всё должно быть продумано и распределено так, как вам удобно. Одной формулы для всех не существует. Перекусы, например, могут быть разными. Фрукты или лаваш с салатом, сыром и томатным соком. Перекус зависит от того, как вы поели в основной приём пищи и сколько времени у вас до следующего. Чем позже вы едите, тем легче должна быть еда.

Ужин (20–25 процентов)

Это приём пищи, который должен быть максимально лёгким и на приготовление которого не должно уходить много времени.

Ужинать желательно не позже 19.00 (за четыре часа до сна), чтобы пища достаточно переварилась и не было чувства дискомфорта.

И не забывайте пить воду в течение всего дня – она важна для метаболизма.

Составьте свой индивидуальный рацион из продуктов

Каждый приём пищи является важной составляющей рациона целого дня. Поэтому правильное распределение поможет избежать перенасыщения одними элементами, дефицита других, а также усвоить всё максимально эффективно.

Не существует универсальных решений – каждый решает сам, каким будет его рацион, важно лишь принимать во внимание основные принципы его составления и ориентироваться на них.

Всегда имейте под рукой правильные варианты перекусов

Эти легкодоступные и не требующие приготовления «выручалки» можно купить заранее.

Тёмный шоколад – прекрасный «энергетик» и антиоксидант, который предаст бодрости и сил. Одна–две дольки достаточны для

перекуса. Не стоит им злоупотреблять.

Протеиновые батончики разных вкусов – поддержат энергией длительный промежуток времени. Смесь орехов, семена льна – в небольшом количестве насытят организм и помогут взбодриться.

Любые фрукты, включая бананы и яблоки, наполнены клетчаткой и витаминами, дают чувство сытости. Достаточно одной порции того или иного фрукта.

Натуральный творожок или йогурт – низкокалорийные и очень вкусные продукты, содержащие полезные бифидумбактерии и кальций.

Во всём хороша мера

Немного самоконтроля всегда не помешает. Иногда увлекшись перекусом, не стоит забывать о калориях, содержащихся даже в правильно подобранных перекусах. Не стоит за раз съедать всю плитку тёмного шоколада просто потому, что он такой вкусный. Достаточно одной или двух долек. Это касается и всего остального из полезных перекусов.

Выбираем из вариантов

Несколько вариантов правильного питания, которые можно видоизменять на похожие продукты, исходя из вкуса и личных предпочтений:

Вариант № 1

Завтрак: омлет с овощами, рис нешлифованный.

Перекус: творог с овощами.

Обед: птица с тушёными овощами (или с салатом из свежих овощей), хлеб.

Перекус: фрукты, йогурт, орехи.

Ужин: овощи с рыбой, гречневая каша.

Вариант № 2

Завтрак: каша на молоке с сухофруктами и орехами.

Перекус: печёные яблоки, творог.

Обед: телятина или куриная грудка с овощным гарниром, печёный картофель.

Перекус: овощи, яйцо.

Ужин: овощи с чечевицей, грибами и сыром.

Вариант № 3

Завтрак: каша овсяная с сухофруктами, ягоды, белый сыр.

Перекус: яйцо всмятку, салат из свежих листовых овощей (капуста, брокколи, шпинат, фенхель, укроп и т. д.), хлеб.

Обед: фасоль с тушёными овощами и грибами.

Перекус: творог с укропом, огурцом, орехами и кефиром, хлебец.

Ужин: овощи с белым куриным мясом, гречка.

Тест

Будьте в форме!

Устраивает ли вас здоровье и работоспособность? Давайте проверим!

1. Возраст.

Каждый год даёт один балл. Если вам 40 лет, значит, вы имеете 40 баллов.

2. Вес.

Нормальный вес равен росту в сантиметрах минус 100. За каждый килограмм сверх нормы вычитается 5 баллов. Допустим, при росте 176 сантиметров вы весите 85 килограммов. Значит, по второму показателю вы имеете минус 45 очков. За каждый килограмм ниже

нормы добавляется 5 очков.

3. Курение.

Некурящий получает 30 очков. За каждую выкуренную сигарету вычитается одно очко. Если вы выкуриваете за день 20 сигарет, то из вашей суммы вычитается 20 очков.

4. Выносливость.

Если вы ежедневно в течение (не менее) 12 минут выполняете упражнения на развитие выносливости (в равномерном темпе

плавание, лыжи, велосипед, тренажёры, то есть то, что наиболее эффективно укрепляет сердечно-сосудистую систему), то получаете 30 баллов.

Если вы проделываете эти упражнения четыре раза в неделю, то получаете 25 баллов, три раза в неделю – 20, два раза в неделю – 10, один раз – 5 баллов.

За иные упражнения (утренняя зарядка, прогулка, всевозможные игры) очки не начисляются.

Если вы не выполняете никаких упражнений на выносливость, то имеете минус 10 очков.

Если к тому же вы ведёте малоподвижный образ жизни, то из вашей суммы вычитается ещё 20 очков.

5. Пульс в покое.

Если ваш пульс в покое меньше

90, то за каждый удар вы получаете одно очко. Например, при частоте пульса 72 удара в минуту вы получаете 18 очков.

6. Восстановление пульса.

Так же, как и частота пульса, очень важным показателем здоровья является скорость восстановления пульса после нагрузки.

Измерить реакцию восстановления пульса можно следующим образом. После двухминутного, лёгкого бега отдохните лёжа в течение 4 минут. Если после этого частота пульса равна исходной, вы получаете 30 баллов, если выше исходной всего лишь на 10 ударов, – 20 баллов. При частоте, превышающей исходную на 15 ударов, – 103 балла; на 20 и более ударов – ноль баллов.

Если сумма набранных вами бал-

лов не превышает 20, то состояние вашего здоровья угрожающее.

Необходимо обратиться к врачу, принять меры для уменьшения лишнего веса, ограничить себя в курении и начать лёгкие пробежки.

Результат

21–60 баллов – надо уделять серьёзное внимание борьбе с имеющимися у вас факторами риска: лишним весом, курением или малой физической активностью.

61–100 баллов – следует больше времени уделять физическим упражнениям на развитие выносливости.

Свыше 100 баллов – состояние здоровья хорошее. Регулярные занятия бегом, плаванием, лыжами могут дать высокие спортивные результаты.

Благоустройство

Детей встречает красота



Тематические зоны с достопримечательностями города, комбината, региона в детском саду № 66

На большом аппаратном совещании глава города наградил руководителей детских садов и школ, чья территория признана самой лучшей



Немалую часть своей жизни ребёнок проводит в образовательном учреждении. Кроме того, что с ним занимаются, за ним присматривают, учат дружить, важно, чтобы малыш и подросток жил в комфортной атмосфере и красоте. Поэтому каждый детский сад и школа стараются, чтобы их территория была функциональной, эстетичной, удобной.

— Большое внимание образовательные учреждения уделяют конкурсному движению, что позволяет не только стать лучшим по разным направлениям деятельности, но и тиражировать опыт, — заявила начальник управления образования Наталья Сафонова. — Конкурс на лучшую территорию определяет коллективы, эффективно работающие на комплексное благоустройство, включающее безопасность пребывания детей на игровых, спортивных площадках, качественное озеленение, тематическое наполнение.

Конкурс проходит в двух номинациях — среди детских садов и школ. В номинации «Лучшая территория детского сада» участвовали 199 дошкольных образовательных учреждений, так что конкуренция была серьёзная. Но у жюри были определённые критерии,

по которым определяли самых-самых.

Первое место занял детский сад № 157, территория которого представляет собой парк для прогулки маленьких горожан. Каждая из пятнадцати игровых площадок оснащена ярким игровым оборудованием, в спортивном кластере предусмотрена зона для сдачи норм ГТО, есть площадка с мягким покрытием, футбольное поле, тренажёрный комплекс. На территории высажено больше сорока видов деревьев и кустарников, оборудована метеоплощадка, разбиты рокарии с фонтаном и альпийской горкой, сад и огород. В рамках проектной деятельности оборудованы шахматно-шашечное поле, зона для изучения правил дорожного движения, деревенское подворье.

Второе место в конкурсе жюри по праву отдало детскому саду № 66, на территории которого оборудованы тематические зоны с достопримечательностями города, комбината, региона.

Третье место у детского сада № 107, отличительной особенностью которого можно назвать наличие летнего театра, городка для изучения безопасности дорожного движения (со схемами микрорайона, автошколой, тренажёром для закрепления ПДД), а также центра по опытно-экспериментальной деятельности.

В номинации «Лучшая территория школы» были заявлены 60 средних образовательных учреждений. Абсо-

лютным победителем названа школа № 63, где организован комплекс тематических площадок для игровой, познавательной деятельности и патриотического воспитания. Фасад здания украшен росписью, посвящённой Магнитогорску. Зелёная зона и декоративные светильники позволяют территории выглядеть красиво и в тёмное время суток. Привлекательна центральная клумба, отсыпанная белой мраморной крошкой. Более тридцати видов деревьев и кустарников высажены вокруг школы. Есть шахматная зона, комплекс для изучения правил дорожного движения, беседка для проведения внеклассных мероприятий.

Первое место среди школ заняла школа-интернат № 3 для детей с ограниченными возможностями здоровья. Особые дети требуют особых условий, которые педагоги успешно для них создают. Эстетическим оформлением и озеленением здесь занимаются много лет. Пятнадцать клумб разной геометрической формы со сказочными композициями — достойное украшение пришкольного участка. Продуманы зоны для отдыха и спортивных занятий.

Второе место заняла школа № 55, чья центральная клумба считается гордостью микрорайона. С южной стороны здания за последние годы полностью обновлены деревья: вместо старых аварийных тополей высажены клёны, ели, рябины. Красивый фасад и обновлённая входная группа — достойная демонстрация сохранения архитектурного наследия Ленинского района.

Третье место в конкурсе на лучшую территорию присуждено школе № 36. Пришкольный участок украшен несколькими клумбами с традиционными уральскими культурами и необычными кустарниками. Несмотря на то, что на территории есть перепады высот, нет никаких ограничений при движении людей с ограниченными возможностями.

Дипломы, сертификаты и ценные призы победителям вручил глава города Сергей Бердников. Он отметил, что любой вклад в благоустройство города достоин внимания и поощрения. А на такие коллективы, которые трудятся, чтобы детей встречали в детском саду и школе комфорт и красота, нужно равняться и другим.

Ольга Балабанова

Детство

Станем родными

Они надеются, что для них найдутся мамы и папы

Под рубрикой «Территория добра» мы публикуем информацию о детях-сиротах и детях, оставшихся без попечения родителей. Каждое из этих маленьких сердец надеется найти свой собственный дом и любящую семью.

Опека (попечительство) — форма безвозмездного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в целях их содержания, воспитания и образования, а также для защиты их прав и интересов. Опека устанавливается над детьми, не достигшими возраста 14 лет; попечительство устанавливается в возрасте от 14 до 18 лет.

Приёмной семьёй признаётся опека или попечительство над ребёнком или детьми, переданными из детского дома, осуществляемые по договору о приёмной семье, заключённому между органом опеки и попечительства и приёмными родителями на срок до достижения ребёнком совершеннолетия.

Усыновление — это приоритетная форма устройства детей, оставшихся без попечения родителей, на воспитание в семью, при которой между усыновителями и усыновлённым возникают такие же юридические отношения, как между родителями и родными детьми и другими родственниками по происхождению.

Всем, кто захочет принять участие в судьбе этих детей, обращаться к главному специалисту по формированию банка данных отдела опеки и попечительства управления социальной защиты населения администрации города Кристине Владимировне Бородай — тел. 26-04-51, отдел опеки: пр. Ленина, 86, каб. 9.



Два брата
Алексей Е., (февраль 2017 г. р.)

Возможные формы устройства: опека, попечительство.

Алексей коммуникабельный, ласковый мальчик. Знает своё имя. Культурно-гигиенические навыки сформированы. Сам себя обслуживает. Аппетит хороший, сон спокойный и продолжительный. Любит подвижные игры, в речи — лепетные слова.

Андрей Е., (январь 2016 г. р.)

Возможные формы устройства: опека, попечительство.

Андрей знает и называет своё имя, имена своих друзей в группе. Ориентирован в частях лица и тела, знает шесть цветов, умеет считать. Кушает самостоятельно. Культурно-гигиенические навыки сформированы. Общительный, ласковый ребёнок. Любит подвижные игры, посещает творческие и музыкальные занятия. В активной речи — фразы.



Два брата
Артём К., (ноябрь 2018 г. р.)

Возможные формы устройства: опека, попечительство.

Артём общительный, ласковый, требует к себе внимания взрослых, при общении улыбается. Наблюдает за действиями других людей. Самостоятельно сидит и стоит у опоры. Научился сам держать ложку. Сон спокойный и продолжительный. Режимные моменты выдерживает.

Денис К., (июнь 2012 г. р.)

Возможные формы устройства: опека, попечительство.

Денис к окружающим относится с осторожностью. Проявляет интерес ко всему новому. Малообщительный ребёнок, любит играть в одиночестве. Выдержанный, немногословный, застенчивый. В конфликты старается не вступать, всевозможными способами избегает споров и ссор.

Календарь «ММ»

1 **Ноября**
Пятница

☉ Восх. 7.34.
Зах. 16.50
Долгота
дня 9.15

Дата: День судебного пристава. Международный день вегана.

Слово дня: Грумер – специалист по уходу за шерстью домашних животных.

Совет дня: Желательно больше времени проводить с детьми.

2 **Ноября**
Суббота

☉ Восх. 7.36.
Зах. 16.48.
Долгота
дня 9.12.

Дата: День международного признания Санкт-Петербурга. Декларация прав народов России (102 года). Всемирный день мужчин.

Слово дня: Дефилировать – торжественно проходить, шествовать.

Совет дня: Пересмотрите своё отношение к финансам.

Кроссворд

«Продукт будущего»

По горизонтали: 1. Нота из алфавита. 5. Из какой пьесы «удалили» Фаину Раневскую «за избыток таланта»? 8. Азиатская страна, где правит коммунистическая партия. 9. Что движет героем криминального боевика «Джон Уик»? 10. Самый ценный лазурит. 11. Свистун на палубе. 12. Какая певица надолго исчезла со сцены после смерти Игоря Талькова? 17. С каким музыкальным жанром связан убийца из сериала «Мосгаз»? 18. Любимая пианистка Иосифа Сталина, пожертвовавшая свою Государственную премию православной церкви «на покрытие бесконечных грехов» «вождя всех времён и народов». 20. Первый большой успех телеведущему Андрею Малахову принесло ток-шоу «Большая ...». 21. «Постигло страшное ... любви». 22. «Адрес» шахматной фигуры. 23. «Вот так принцессу с королём опозорил бывший лучший, но опальный...». 25. Президент на американских монетах. 26. Какой мультяшный пёс вместе с Пенни противостоит доктору Калико?

По вертикали: 1. Что убило канадского премьера из боевика «Падение Лондона»? 2. Какой детективный сериал наполнили содержанием книги Кэти Райке о докторе Бреннан? 3. Жанр рыцарской поэзии. 4. «Продукт будущего». 6. Какую пряность часто путают с укропом? 7. «Актеру должно быть что сказать, даже если он играет ... без слов». 10. Из-за своих рекордных гонораров теннисистка Мартина ... попала в Книгу рекордов Гиннесса. 13. Стезя архитектора. 14. Рубанок для изготовления фальцев. 15. Добытчик золота. 16. Убийца зрения. 19. Печальные ноты. 24. Чёрная комедия «Большой ...».

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												

бел. 15. Старатель. 16. Катакста. 19. Минор. 24. Куш.
6. Тмин. 7. Роль. 10. Наваррилова. 13. Зодчество. 14. Зенз-
По вертикали: 1. Бомба. 2. «Кости». 3. Альба. 4. Концепт.
Ружье. 26. Волыт.
на. 20. Стирка. 21. Безумие. 22. Клетка. 23. Стрелок. 25.
10. Ниния. 11. Бопка. 12. Аиза. 17. Оперета. 18. Юд-
По горизонтали: 1. Буква. 5. «Шторм». 8. Ласос. 9. Мест.
ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД

Домашний очаг

Семейные ритуалы: вред или польза?

Как определить, когда родственные традиции нужны, а когда от них пора отказаться



© Дмитрий Рухманов

Праздничное застолье, шашлыки на даче, традиционные пироги у бабушки – кажется, такие ритуалы объединяют семью. Но что, если они изжили себя? Если за ними больше нет близости? Разбираемся вместе с экспертом портала psychologies.ru семейным психотерапевтом Александрой Кабалеравой.

Что мы представляем, когда слышим словосочетание «идеальная семья»? Папа, мама, дети и бабушка за одним столом, улыбки, разговоры, подарки, праздник. Шарик или ёлка, пироги, счастливые лица и яркие наряды. Однако не всегда традиционные посиделки в кругу семьи сопровождаются радостным смехом и всеобъемлющей любовью. Часто единение членов семьи – только видимость. Так как же понять, отказаться от ритуала или и дальше собираться вместе?

Пять признаков полезных ритуалов

- 1. Радость.** Главный признак, что семейный ритуал нужен и полезен всей семье. При условии, конечно, что радость испытывает не только организатор и вдохновитель, но и другие родственники. Идёт ли речь о совместном ежедневном ужине или осенних поделках из листьев – это действие должно быть желанным для всех его участников. Если же мама радостно одна клеит аппликацию, а дети и папа с тоской поглядывают на часы, то речь идёт не о ритуале, а о приятном хобби мамы, в которое поневоле включены остальные.
- 2. Подлинность.** Ритуал полезен тогда, когда подходит конкретной семье. Когда главное – не яркая картинка в социальных сетях, не общественное одобрение, а искреннее желание делать что-то вместе. Очень важно не гнаться за ритуалами ради красивых фотографий или отметки «сделано» в ежедневнике. Полезными ритуалы становятся тогда, когда вся семья верит в них, когда они

- нравятся и близки всем. И тут важно быть честным с собой.
- Например, мужчина, создав семью, мечтал, что вскоре у него будет сын, с которым они вместе будут пилить, строгать и сплавляться на байдарках. Но на свет появилась девочка, и он неожиданно обнаружил, что пилить и строгать на самом деле не любит.
- 3. Своевременность.** Семейный ритуал не может быть оторван от практической жизни семьи и должен соответствовать тому этапу, на котором семья находится в данный момент. Например, когда-то давно молодые бездетные супруги каждую пятницу ездили в гости к друзьям, чтобы до утра играть в мафию и другие настольные игры. А потом у них родились близнецы, и от традиции пришлось отказаться. Но, чтобы не терять близости, чувства единения, юности и свободы, они нашли возможность устраивать совместные завтраки с теми же друзьями в центре города, но без детей, с которыми соглашались пару часов посидеть бабушка или няня.
- 4. Гибкость.** Ритуалы имеют полезное свойство обогащать жизнь семьи, могут дарить чувство эмоциональной близости. Но для этого они должны быть вплетены в семейную жизнь. Например, сын сломал ногу и не получилось пойти наблюдать звездопад. Такая неприятность не станет трагедией, если вы практикуете гибкий подход к ритуалам. Ведь можно устроить на потолке проекцию звездного неба, расстелить на полу одеяла и рассказывать друг другу страшные истории. Важно помнить, для чего семье нужен именно этот ритуал, чтобы уметь в случае необходимости придумать вместо него что-то другое, но не менее интересное.
- 5. Предвкушение.** Пожалуй, это один из главных показателей полезного для семьи ритуала – его ждут всей семьёй, он ценен и значим для всех. Если его ждут, значит, скорее всего, он не подменяет собой другие задачи и несёт пользу, работая на эмоциональную близость семьи и её развитие на текущем этапе. Так что, если нужно проверить ритуал на

полезность, спросите у себя и у членов своей семьи, чего вы ждёте с особенным удовольствием.

Пять признаков вредных ритуалов

- 1. Необходимость.** Одно дело – радостно мчаться к бабушке на блины по воскресеньям, совсем другое – отправляться к ней, потому что надо. В итоге за столом собираются родственники, которые терпеть друг друга не могут, но обязаны посещать свою маленькую Голгофу. Они ругаются, припоминают друг другу накопившиеся претензии, с трудом дожидаются, когда мучение закончится и можно будет пойти домой. Что делать? Если без визитов к бабушке не обойтись, можно сменить состав и, например, ездить в гости в разные дни.
- 2. Подмена.** Если в семье существуют ритуалы на все случаи жизни и отмена любого из них равна катастрофе, это тревожный знак. Не исключено, что семья цепляется за ритуалы, потому что они – единственное, что удерживает всех вместе. Что делать? Провести ревизию ритуалов, увеличить время свободного досуга, а в некоторых случаях можно отправиться на встречу с психологом, чтобы узнать, какие дыры в отношениях вы пытаетесь залатать ритуалами.
- 3. Мифологизация.** Бывает, что ритуалы работают не на традиции и ценности семьи, а на создание какого-то образа или легенды о вас. Например, обязательная новогодняя фотосессия, на которую половина семьи идет как на казнь, а другая половина успевает переругаться на предмет того, кто где должен стоять и как улыбаться, и «почему Пётр опять не в клетчатом, как договаривались».
- Если ритуальная фотосессия делается только для того, чтобы разместить картинку в социальных сетях и убедить всех и себя в том, что у вас всё как у людей, то такой ритуал вреден. Что делать? Проверить себя на радость – делали бы вы эту фотосессию, если бы не нужно было демонстрировать результат широкой общественности? И кто в таком случае получатель ритуала – вы или неизвестный внешний цензор?
- 4. Репрессии.** Ритуал – дело добровольное. Поэтому карательные меры, обиды и скандалы за невяку – это не лучший способ сохранить традицию. Если взрослая дочь уезжает праздновать Новый год с друзьями, вместо того чтобы всю ночь есть оливье и смотреть телевизор с родителями, – это не значит, что она протестует против чего-то или больше не любит маму и папу. Скорее всего, это знак, что прежний ритуал подходит не всем.
- 5. Косность.** Не стоит цепляться за привычные ритуалы только ради того, чтобы их сохранить. Если пятилетние дети с удовольствием будут клеить гирлянды вместе с родителями по разным поводам, то дети в 18 лет редко делают это с таким же задором.
- Таким образом, сохранять надо не сам ритуал, а ту идею, которую он в себе несёт. Если главное – провести вместе время, то можно заменить создание гирлянд катанием на лыжах. Или вовсе отпустить членов семьи в свободное плавание, а через некоторое время, соскучившись, с удовольствием собраться вместе и с интересом рассказать друг другу, кто и как провёл время.