

Св-во сер. 66 №006841121 от 18.04.11

## КОМПАНИЯ РАССВЕТ

▲ **УСТАНОВКА ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН** от 9.200р под ключ

▲ **ОСТЕКЛЕНИЕ И ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ** от 2.500р за м<sup>2</sup>

▲ **СЕЙФ-ДВЕРИ «АРГУС»** от 12.600р

▲ **НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ** 7.800р за 18 м<sup>2</sup>

▲ **МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ** от 2.000р



7-46-19, 51-9-51

МИЧУРИНА, 1А, 1-й ЭТАЖ, ОФ. 3

## ДЕНЬГИ

**КРАТКОСРОЧНЫЕ ЗАЙМЫ** от 0.5% в день

**РЕФИНАНСИРОВАНИЕ ЗАЙМОВ**

Погашение задолженностей, имеющихся у вас в других местах

**ДЕНЬГИ БИЗНЕСУ**

ПОДДЕРЖКА ИДЕЙ И БИЗНЕС-ПРОЕКТОВ

ДЕЙСТВУЮЩИЙ БИЗНЕС:

ОТ 100.000 РУБЛЕЙ под 10% в месяц

ОТ 300.000 РУБЛЕЙ - индивидуальный %

**ЛЕНИНА 26**

7-51-39 / +7 (912) 230-50-65

Мебельная компания

*РусСтильМебель*

**8 лет лучшие ...**

*Шкафы-купе*

*Кухни*

*Гостиные*

*Спальни*

*Детские*

*Прихожие*

Скидки. Рассрочки.

Любая форма оплаты.

Кредит на месте

ул. Ленина, 70 т. 9-30-00



**АвтоПартнер**  
компания

**ПОКУПКА  
ПРОДАЖА  
ОБМЕН  
АВТОМОБИЛЕЙ**

**7-53-55 ☎ 7-53-56**

Автосалон: Заречная, 2а

[www.автопартнер96.рф](http://www.автопартнер96.рф)

## Надеются на ТОСЭР

**В Новоуральске 3-5 марта прошёл Форум атомградов. Участие в нём приняли представители властей всех уровней и руководители госкорпорации «Росатом».**

Одной из ключевых на Форуме стала тема создания территорий опережающего социально-экономического развития (ТОСЭР или ТОР), территорий с особым правовым режимом осуществления предпринимательской деятельности: с льготными ставками арендной платы и особым режимом налогообложения. Соответствующий закон, напомним, был подписан Президентом Российской Федерации в конце декабря.

В планах Росатома – начать открывать ТОРы в атомградах уже с 2016 года. Об этом на Форуме заявил начальник Управления по работе с регионами госкорпорации «Росатом» **Александр Харичев**.

На ТОРы возлагают большие надежды, но... «Чтобы активировать весь научно-технический и кадровый потенциал атомных городов, закон о ТОРах нужно дорабатывать», – обратил внимание депутат Государственной Думы **Валерий Язев**.

В своём выступлении Валерий Афанасьевич остановился и на законе о ЗАТО. Он, по его мнению, концептуально устарел. «Закон, – отметил Валерий Язев, – не учитывает многих аспектов проведённых в стране реформ государственного и муниципального управления, бюджетного процесса, преобразования атомного научно-технического комплекса. Не учитывает естественного демографического развития поселений, естественного технологического цикла промышленных предприятий. Не соответствует требованиям перехода к инновационному развитию». Росатом, заключил Валерий Афанасьевич, должен выступить инициатором корректировки закона.

Ещё один документ, на который обратили внимание участники Форума, это Федеральный закон № 8, подписанный Президентом Российской Федерации 3 февраля, – о внесении изменений в ФЗ № 67 от 12.06.2002 г. «Об основных гарантиях избирательных прав...» и ФЗ № 131 от 6.10.2003 г. «Об общих принципах организации местного самоуправления...». Наряду с прямыми выборами глав и выборами глав представительным органом из числа депутатов законодатели предусмотрели третий вариант (в этом случае глава возглавляет и местную администрацию) – избрание глав муниципальных районов, а также глав городских и сельских поселений представительным органом из числа кандидатов, названных специально созданной комиссией.

«Закон, – пояснил вице-губернатор Челябинской области **Николай Сандаков**, – даёт нам право сформировать систему органов управления с участием губернатора и Росатома, предложив депутатам проголосовать за руководителей, которые, по нашему мнению, понимают стратегию развития городов». Портрет таких руководителей, со слов Николая Дмитриевича: они эффективны, у них есть эффективная команда; готовы много трудиться, и у них есть понимание, как работать с людьми.

Затронули на Форуме и тему капитального строительства. Так, Александр Харичев сообщил о намерении руководства госкорпорации провести через Госдуму поправку относительно фондов кастроительства: чтобы можно было создавать подобные фонды в городах присутствия Росатома, а не отдавать деньги в субъект.

Сказали и о взаимодействии с населением. «Мы по-прежнему, – заверил Александр Дмитриевич, – будем много времени уделять работе с общественностью. В каждом

## Уважаемые новоуральцы!

**От имени органов местного самоуправления поздравляем вас с Днем рождения Новоуральска!**



61 год для города – период совсем небольшой. Но каждый прожитый день неповторим и значим своими событиями. Судьба Новоуральска не складывалась сама по себе, её определяли государственная стратегия и люди. Все мы по праву гордимся своим городом, его историей, славными традициями, достижениями, а главное – жителями.

Сегодня хочется высказать слова огромной благодарности всем, кто своим талантом, трудом, энергией внес неоценимый вклад в создание материального и интеллектуального потенциала города: ветеранам, трудовым коллективам предприятий, работникам образования, здравоохранения, культуры, спорта, специалистам других отраслей городского хозяйства, предпринимателям.

И будущее Новоуральска зависит от всех нас! Сегодня перед нами стоят сугубо практические задачи, которые подчинены очень важной цели – сделать все, от нас зависящее, чтобы город на долгие годы вперед получил динамику развития. Нам необходимо находить новые нестандартные решения современных проблем и не бояться реализовывать их на практике. Отрадно, что и сами жители принимают активное участие в определении путей развития городского округа.

Поздравляем каждого новоуральца с наступающим праздником! Желаем всем спокойной, уверенной и достойной жизни в нашем городе, здоровья, благополучия и успехов во всех делах и начинаниях! Благодарим каждого из вас за любовь к родному городу!

**Владимир МАШКОВ**, глава НГО

**Валерий ПОПОВ**, глава администрации НГО

городе мы по конкурсу отберём одну школу и один детский сад и будем активно их поддерживать. В детском саду детей будут учить сразу двум языкам: русскому и английскому. Мы хотим, чтобы детсад и школа, которые поддерживает Росатом, были лучшими в городе».

Говорили на Форуме, кроме того, о специфике ЗАТО, о выборах, о participatory бюджетировании (это распределение части бюджета города при помощи комиссии, состоящей из горожан), об импортозамещении, о развитии бизнес-среды и многом другом.

Гостям города показали завод «Медсинтез», Театр музыки, драмы и комедии, Детскую художественную школу, детский сад № 15 «Жемчужина» и лицей № 58.

**Екатерина ГИЛЯЗОВА**

16+

«Наша городская газета», ООО. Директор – В. С. ЛЕНДЕНЕВ.

Главный редактор – Диана СТРЕЛЯЕВА, тел.: 9-39-59, e-mail: redactor-ngg@mail.ru. Журналисты: 9-99-55.

Рекламный отдел: 9-62-47, ngg\_reclama@mail.ru

Учредитель: ООО «Наша городская газета». Газета зарегистрирована в Уральском окружном межрегиональном территориальном управлении Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № 11-0534 от 29 января 2001 года.

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 624130, г.Новоуральск, ул.Фрунзе, 5, 3-й этаж. ПОЧТОВЫЙ АДРЕС: 624130, г.Новоуральск, главпочтамт, а/я 76. АДРЕС ТИПОГРАФИИ: г.Первоуральск, ул.Ильича, 26 а.

В соответствии с законом РФ «О СМИ» редакция не обязана отвечать на письма и пересылать их в инстанции. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

Редакция не несет ответственности за содержание и достоверность частных объявлений и рекламы.

Отпечатано в ГУПСО «Первоуральская типография». Цена свободная. Тираж 10000. Заказ №

Время подписания в печать по графику и фактически – 16.00 10.03.2015 г.



## «От маршала до рядового» –

так называлась вторая игра викторины «Этих дней не смолкнет слава», посвящённой 70-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне. В ней приняли участие команды старшеклассников из городской гимназии, гимназии 41, школ № 48 и № 54. Игра началась с награждения команды городской гимназии, занявшей первое место в первой игре, прошедшей в декабре.



Конкурсантам предстояло узнать по фотографиям и назвать имена командующих армий и фронтов, снайперов и лётчиков, наших земляков-уральцев, внёсших вклад в общую Победу.

В рубрике «Всё для фронта, всё для победы. Урал в годы войны» школьники отвечали на вопросы о вкладе нашего региона в создание боевой техники и в подготовку резервов. Говорили и о городах воинской славы, и о том, с каким уважением восприняли в Европе нашу победу под Сталинградом. Меч, вручённый Сталину от имени короля Великобритании, имел такую надпись: «Гражданам Сталинграда, крепким как сталь, от короля Георга VI в знак глубокого восхищения британского народа».

Но не на все вопросы были даны ответы. Например, школьники, не смотревшие фильм «Тегеран-43», не смогли ответить на вопрос о связи образов героев этого фильма с реальными людьми и событиями, а имя легендарного контрразведчика

Г. Вартаняна многие услышали впервые. Также впервые узнали, что первый «Оскар» советское кино получило в 1943 году за документальный фильм «Разгром немецко-фашистских войск под Москвой».

Организаторы викторины – учителя истории школы 54 считают, что сложные вопросы помогут ребятам не только расширить свои знания по истории Великой Отечественной войны, но и заставить по-иному взглянуть на наше прошлое.

Члены жюри, а ими в этот раз были не только преподаватели, но и студенты (М. Щекалёв), и бывшие ученики школы (В. Абашев и И. Закиров), отметили, что такие викторины требуют очень большой подготовки и организаторов, и участников. Но это то время и те силы, которые потрачены не зря, потому что именно так воспитывается уважение к своей стране, великому подвигу нашего народа.



В этой игре вновь победителями стали старшеклассники городской гимназии – команда «Фронтовики». Третья, заключительная игра состоится в апреле. Её тема – «1944-1945: события, герои, мифы».

**Ирина ФЕДОТОВА**, учитель истории школы 54

**Официально**

## Подтвердите вид деятельности

**Фонд социального страхования РФ напоминает: до 15 апреля работодателям – юридическим лицам следует подтвердить основной вид экономической деятельности. Это необходимо для установления страхового тарифа на обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний на 2015 год.**

Если вовремя не подтвердить вид деятельности, территориальный орган Фонда социального страхования относит страхователя к тому виду, который имеет наиболее высокий класс профессионального риска. В таком случае устанавливается и максимальный размер тарифа по уплате взносов на обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний. В течение года изменить его компания уже не сможет.

Для подтверждения основного вида экономической деятельности необхо-

димо предоставить в новоуральское представительство филиала ФСС РФ следующие документы:

- заявление на подтверждение основного вида экономической деятельности;
- справку-подтверждение основного вида экономической деятельности;
- копию пояснительной записки к бухгалтерскому балансу за предыдущий год (кроме страхователей – субъектов малого предпринимательства);
- копию лицензии (для страхователей, осуществляющих виды деятель-



ности, подлежащие обязательному лицензированию).

Индивидуальные предприниматели проходят процедуру подтверждения основного вида экономической деятельности только в случае, если в предыдущем календарном году они изменили свой основной вид деятельности.

Образцы документов можно найти на сайте Свердловского регионального отделения [www.fss66.ru](http://www.fss66.ru). Задать интересующие вас вопросы вы можете в разделе сайта «Вопрос-ответ» или по телефону «горячей линии» филиала № 13: (343) 371-36-95.

**Управление СРО ФСС РФ**

# Избиратели не ошиблись

**Сегодня, по прошествии нескольких месяцев после выборов в Молодежную думу НГО, это смело можно утверждать, если речь заходит о юрисконсульте «Инвестжилстроа» Максиме БОБОШИНЕ. Свои предвыборные обещания он выполняет – помогает молодым новоуральцам решать их насущные проблемы, чтобы не уезжали из города, чтобы с Новоуральском были связаны их жизненные планы.**

**В чем помощь заключается? Об этом наш разговор с молодым депутатом.**

– Осенью прошлого года я обещал бесплатно оказывать юридическую помощь. В наше время в ней нуждаются очень многие. Я запустил проект 3 декабря. В чем его принцип? Любой человек может проконсультироваться по электронной почте или через социальные сети, отправив мне свой вопрос. Я в кратчайшие сроки делаю анализ правовой базы и отвечаю ему. За два с половиной месяца вопросов 10 поступало.

**– Чем продиктован такой альянзизм?**

– Желанием помочь людям разобраться в юридических вопросах. И не потерять навык, приобрести опыт. У меня сейчас узкая специализация. Но все течет, все изменяется. Надо быть готовым к любым ситуациям и переменам.

**– Перед выборами вы говорили, что местные нормативно-правовые акты, на основании которых молодежь может приобрести жилье, устарели и не учитывают интересов молодых людей. Вы готовы работать над новыми документами?**

– Готов, и сейчас работаю над ними. Но не только я – администрация города, депутаты, общественные организации. В настоящее время собираются предложения, которые затем будут обобщены и учтены при создании нового документа. Разрабатывается Положение о выдаче

«Инвестжилстроом» займов на покупку жилья.

**– Вариант социального жилья для молодежи рассматривается?**

– Комиссией по социальной, молодежной политике и улучшению жилищных условий Молодежной думы, в состав которой я вхожу, было проведено анкетирование, чтобы выяснить, какое жилье молодежь хотела бы иметь: социальное, по коммерческому найму или собственное. Процентом 90 из числа опрошенных высказались за собственное жилье. Они готовы вкладывать свои деньги, брать кредиты, займы для того, чтобы иметь собственное жилье.

**– Когда Положение будет готово?**

– Думаю, к осени этого года.

**– Какие проблемы молодежи, кроме жилья, сегодня еще требуют решения?**

– В первую очередь, это родительская плата за детские сады. Молодежная дума провела по этому вопросу круглый стол совместно с Управлением образования и администрацией округа. Результатом обсуждения стала Резолюция, на основе которой Управление образова-

ния разработало план мероприятий по оптимизации платы за содержание детей в детских садах НГО, который пошагово выполняется.

**– Можно сказать, что Молодежная дума сегодня – рабочий орган?**

– Можно, потому что созданы и работают комиссии, запускаются проекты, нас привлекают к изучению и решению актуальных для города проблем, качества медицинских услуг, например. Но наши решения носят рекомендательный характер: их могут принять к сведению либо нет.

**– То есть: вы не так себе работу в Думе-дублере представляли?**

– Да, это не совсем тот орган, который я себе представлял. Но все равно

есть ощущение, что и ты тоже в какой-то мере начинаешь влиять на жизнь граждан нашего города, твоя деятельность не остается без внимания и результата.

**– Молодежную думу кто-то курирует из представительного органа НГО?**

– Наши взаимоотношения с основной Думой пока на стадии выстраивания. В ближайшем будущем мы будем проводить совместные приемы граждан с депутатами городской Думы. Планируется это делать в рамках округов, по которым мы избирались. Из депутатов нам активно помогает, присутствует на заседаниях, что-то подсказывает Сергей Владимирович Яценко.

**– Ваша сегодняшняя общественная деятельность – репетиция будущего депутатства?**

– Я бы так не сказал. Просто я использовал возможность показать, как, на мой взгляд, должны проходить выборы. Я встречался со старшеклассниками, обменивался с ними мнением по различным направлениям жизни общества, по решению молодежных проблем. Объяснял, что хочу помочь им реализовать свои права. Кроме того, я хотел понять: депутатство – это мое или не мое, смогу ли я?

**– И что поняли?**

– Пока определяюсь...

**– Говорят, жажда власти больше, чем жажда денег...**

– Это не обо мне. У меня довольно скромные запросы, пиар во имя публичности мне не интересен. Я не считаю себя выше остальных – ни по образованию, ни по статусу. Я один из многих...

**Надежда СТАХЕЕВА**

## В ТЕМУ!

Как вы уже знаете, участие депутатов из Думы-дублера в заседании круглого стола по вопросам оптимизации родительской платы за содержание детей в детских садах было продуктивным. Уже реализуются мероприятия плана Управления образования, составленного на основе Резолюции круглого стола. Так, во всех дошкольных учреждениях НГО проводятся родительские собрания «по вопросу использования средств родительской платы за содержание детей в 2014 году». Отрабатывается система информирования родителей о наличии свободных мест. Летом во всех МАДОУ будут открыты в качестве дополнительной платной услуги группы раннего возраста. Выполняются и другие мероприятия плана УО.

Это только первые шаги Молодежной думы. Чем решительнее, грамотнее будут следующие попытки реально повлиять на жизнь в Новоуральске, тем выше будет авторитет этого общественного органа, ведь народное признание приходит тогда, когда свою энергию и знания направляешь на благо общества.



**Однажды, в последние дни февраля, когда почувствовались первые запахи весны, в клубе «Альфа», славящимся тем, что здесь проходит множество творческих встреч, форумов и фестивалей, состоялся слёт молодежных СМИ под названием «PRO-Медиа». Около 70 школьников и студентов города приняли в нём участие. И, как оказалось, совсем не зря. Интересно было всем – и начинающим газетчикам, и телевизионщикам, и тем, кто планирует развивать свои проекты в Интернете.**

### Научить основам

В первый день слёта юнкоры презентовали свои СМИ и рассказали о редакционной работе внутри коллективов: школьного радио, газеты, телевидения или всего сразу (понятие «конвергентная журналистика» теперь знакомо даже пятиклашкам). Затем – познавательная деятельность.

Организаторы подключили к этому событию профессионалов: мастер-классы для детей проводили журналист газеты «Нейва» Евгений Серебряков, выпускающий редактор Новоуральской вещательной компании Анна Акрамова, IT-специалист Алексей Сметанин. Самой посещаемой стала лекция Евгения Серебрякова, несмотря на то, что печатные СМИ, по его мнению, вымирают.

Специалисты рассказывали о том, как нелегко их труд, к чему нужно подготовиться, посвящая себя журналистике, как бороться с творческим кризисом (который у нас, кстати, явление нередкое), и разбавляли этот коктейль из секретов профессии полезной информацией о газетных жанрах, об основах сайтостроения, специфике радиовещания и создания новостного телерепортажа.

Конечно, с первого раза освоить теорию сложно, поэтому она закреплялась практическими занятиями, такими как фотокросс или телепробы.



## «Как космос, только убойнее»



### Первые в очереди на вымирание

Вымирание печатных СМИ ни для кого не секрет. Вот вам наглядный пример: молодежную газету «5 углов-Новоуральск», выходившую ежемесячно с 2000 года и вырастившую не одно поколение юных журналистов, в печатном виде мы больше не увидим. Об этом сообщили на круглом столе «Проблемы и перспективы молодежных СМИ», проходившем в рамках слёта, сотрудники молодежного медиацентра.

Переходить полностью на электронную версию, считают педагоги, собравшиеся на круглом столе, не стоит, надо продолжать выпуск именно печатных «Пяти углов». С другой стороны, у каждого уважающего себя издания уже есть сайты и странички в социальных сетях. А поскольку подростков и молодежь сейчас оттуда не вытащишь, то всю информацию она, естественно, черпает из Интернета, и выкладывать там материалы в электронном виде – вполне современное и неплохое решение. Но получит ли редакция нужный эффект от публикаций, ведь сейчас каждый писак в Интернете – умник и журналист. А статья в печатном, тактильно ощущаемом издании – это солидно. Это не уйдет с лентой новостей

в большое сетевое небытие, это будет храниться в личной подшивке, а может, станет музейным экспонатом или увековечится в архивах библиотеки – в зависимости от ценности написанного материала.

Кроме вопроса вымирания единственного в городе молодежного печатного издания, на круглом столе обсуждалось решение создать реестр городских молодежных СМИ и проводить сборы юных корреспондентов и педагогов с представителями администрации города.

– То есть слёту «PRO-Медиа» быть? – спросила у организатора мероприятия, руководителя клуба «Альфа» Ольги Бабушкиной.

– Безусловно, – с оптимизмом ответила она. – Более того, у нас скоро пройдет очередной молодежный медиафестиваль, а в июне уже по сложившейся традиции – «Медиалето».

### Итоги

Результатом слёта стали новостной сюжет на ТВ и газета, созданные ребятами всего за несколько часов в формате «здесь и сейчас». После долгого труда – суровый «разбор полётов», ведь теория теорией, а применять полученные знания – вдвойне сложнее, особенно когда на выходе оценивающие творчество начинающих журналистов не скупятся на критику.

Полистав свежеепеченную газету, которую создатели назвали почему-то «Срасе» под девизом «Мы – как космос, только убойнее», я с улыбкой подумала: «Эх, ребята! Оставайтесь лучше ребятами и не суйтесь в эту взрослую жизнь, полную цинизма и лжи». В творчестве (читать: в головах) у молодых – позитив и счастье, яркие впечатления и добрые люди вокруг. От этого и интервью беспечные и с юмором, и фотографии с улыбающимися лицами. И не хотелось приземлять школьников, говоря о том, что люди уже такое не читают, а скептический начальник будет требовать «чего-нибудь остренького». Точить зубки для того, чтобы это остренькое преподнести, – тоже труд не из легких. Захочется ли этого в дальнейшем нашим юнкорам? Судя по настрою, пока они готовы ко всему.

Каждому участнику на финише слёта вручили сертификат, а организаторы, проведя опрос, сделали вывод: в следующем году обязательно надо устроить «PRO-Медиа», только с учетом всех пожеланий и предложений. А желают ребята больше практических занятий, в том числе и мастер-классы по фотоделу.

**Евгения СТЕПАНОВА**

# ИГОРЬ БОРОДАВКО:

## «Предприниматели – это люди, которые должны уметь считать свои деньги»

**На сегодняшний день в городе числится около 800 индивидуальных предпринимателей, которые не платят страховые взносы много лет, некоторые – с 2002 года. Что ждет этих ИП по достижении пенсионного возраста? Об этом и многом другом рассказывает заместитель начальника Управления Пенсионного фонда по г. Новоуральску Игорь Валерьевич БОРОДАВКО.**



сдавали только в налоговую службу, которая уже в дальнейшем передает всю необходимую информацию в Пенсионный фонд. Но у нас есть особая категория предпринимателей, порядка 800 человек, которые официально зарегистрированы в качестве ИП, но не предоставляют о своей деятельности никаких данных и соответственно не платят страховые взносы. У некоторых из них долги тянутся с 2002 года. На сегодняшний день у судебных приставов на исполнении находится около пяти тысяч

– На 1 января 2015 года в городе насчитывалось 2300 индивидуальных предпринимателей. Порядок уплаты ими страховых взносов существенно изменился еще в прошлом году. Теперь сумма, которая причитается к уплате каждым индивидуальным предпринимателем, зависит от величины дохода: если он меньше 300 тысяч рублей в год, то взносы уплачиваются исходя из одного минимального размера оплаты труда. Это все равно что данный гражданин получал бы ежемесячную официальную заработную плату в размере 5554 рубля. Если доход ИП превышает 300 тысяч рублей, то страховые взносы выплачиваются исходя из расчета одного процента с суммы дохода, превышающей 300 тысяч, грубо говоря, предприниматель должен заплатить еще по одной тысяче рублей с каждых ста тысяч, идущих сверху 300 тысяч рублей.

– То есть если у предпринимателя доход до 300 тысяч рублей и он платит взносы исходя из одного минимального размера оплаты труда, то за год зарабатывает всего один пенсионный балл. Получается, чтобы заработать необходимые для назначения пенсии 30 баллов, ему нужно будет заниматься своей индивидуальной деятельностью минимум 30 лет?

– Получается именно так. У нас было и такое, что до 2007 года предприниматели вообще платили минимальный взнос – 1800 рублей в год, и это в то время, когда за каждого своего сотрудника работодатели перечисляли по 56 тысяч рублей. В итоге, когда предприниматель выходил на пенсию, она была у него соот-

ветствующего минимального размера. В 2013 году данную систему поменяли и, чтобы повысить размер будущей пенсии, страховые взносы стали взимать исходя из двух МРОТ. В результате предприниматели начали массово закрываться. Жалобы дошли до Президента, и в 2014 году был введен новый порядок уплаты – исходя из размера дохода. Таким образом, если в 2013 году индивидуальный предприниматель платил страховые взносы в размере 38 тысяч рублей, то с 2014 года – около 19 тысяч при доходе до 300 тысяч и порядка 138 тысяч при доходе свыше 12 миллионов рублей. Надо понимать, что чем выше сумма страховых взносов, тем выше будет размер пенсии.

– Что можете сказать о размере доходов новоуральских предпринимателей, в основном он до 300 тысяч рублей или выше?

**Если предприниматель не предоставляет в налоговые органы хотя бы нулевую декларацию за прошедший год, то мы будем вынуждены рассчитывать сумму страхового взноса исходя из максимума, то есть 8 МРОТ, 138 тысяч рублей, соответствующее постановление по этому поводу передается в службу приставов.**

– Так как мы работаем по такой схеме первый год, отчетность еще не получали. Дело в том, что сами предприниматели никакой информации нам не предоставляют. Для их же удобства сделано так, чтобы всю отчетность они

исполнительных производств в отношении ИП, сумма общей задолженности на 1 января 2015 года составляет около 60 миллионов рублей. В связи с этим хотелось бы напомнить предпринимателям, что их статус обязывает уплачивать страховые взносы независимо от того, осуществляют они деятельность или нет. В 2005 году эти вопросы были предметом рассмотрения в Конституционном суде РФ, и тогда был сделан однозначный вывод, что ИП должен уплачивать страховые взносы независимо ни от каких условий и ситуаций. Это гарантирует право предпринимателя на получение в будущем пенсии. Если предприниматель не предоставляет в налоговые органы хотя бы нулевую декларацию за прошедший год, то мы будем вынуждены рассчитывать сумму страхового взноса исходя из максимума, то есть 8 МРОТ, 138 тысяч рублей, соответствующее постановление по этому поводу передается в службу приставов. Поэтому еще раз хотелось бы акцентировать внимание предпринимателей на том моменте, что если за прошлый год доход составил до 300 тысяч рублей, то все выплаты необходимо было сделать до 31 декабря 2014 года, в ином случае на сумму долга еще накручиваются пени. А тем, у кого доход превысил 300 тысяч рублей, требуется произвести окончательные расчеты и доплатить страховые взносы.

**– Есть ли долги в отношении выплат страховых взносов, осуществленных до 31 декабря?**

– Да, с января текущего года мы начали считать сумму задолженности и уже направили в адрес индивидуальных предпринимателей более 1600 требований на 26 миллионов рублей. Как пример, могу озвучить тот факт, что в прошлом году нам удалось собрать всего чуть больше 45 миллионов рублей долга. Также по итогам прошлого года мы направили в мировой суд 355 заявлений о взыскании задолженности на сумму более четырех миллионов

выясняется, что они действительно сменили место жительства или ездят работать в другой город или даже регион. Тогда мы связываемся с судебными приставами соответствующего города и передаем им данные по долгам предпринимателей, работающих на их территории. Нередко бывают ситуации, когда неплательщик, достигнув пенсионного возраста, обращается к нам за пенсией. Мы также сообщаем о таких фактах судебным приставам и начинаем взыскивать долг за счет той пенсии, которую выплачиваем. Но при этом делается перерасчет, в результате которого в дальнейшем пенсия данного гражданина увеличится за счет уплаченных страховых взносов.

**– Как часто удается находить неплательщиков и чем они объясняют свое бездействие в отношении будущей пенсии?**

– В прошлом году мы неплохо поработали в этом направлении как самостоятельно, так и через судебных приставов. Разыскивали порядка 100-150 предпринимателей, они снялись с учета, погасили долги. Многие из этих ИП считали, что если они не занимаются индивидуальной деятельностью, то и не должны отчитываться перед налоговой службой и осуществлять выплаты в Пенсионный фонд. А некоторые предполагали, что не смогут сняться с учета из-за долгов по страховым выплатам. Это ошибочная точка зрения. Наличие долгов ИП по налогам и страховым выплатам не явля-

ется основанием для того, чтобы налоговые органы прекратили его деятельность в качестве предпринимателя, и это не препятствие, чтобы сняться с учета. Кстати, процедура снятия довольно простая, поэтому лучше это сделать, по крайней мере, чтобы не накапливать новых долгов, ведь в ином случае все процедуры по взиманию выплат будут продолжаться. Предприниматели – это те люди, которые должны уметь считать свои деньги, а своевременная выплата страховых взносов дает много денежных плюсов. Во-первых, нет пеней. Во-вторых, большинство предпринимателей занимается торговлей, в этом случае в основном применяется единый налог на вмененный доход, а если ИП выплачивает страховые взносы поквартально, то он тем самым уменьшает сумму налога на сумму уплаченных взносов. Получается, налог он заплатит в любом случае, но если сделает это своевременно, то только выиграет в деньгах. В-третьих, страховые взносы, которые уплачиваются на страховую

часть, ежегодно индексируются. Причем индексируется та сумма, которая была учтена на лицевом счете по состоянию на 31 декабря. С 1-го апреля суммы взносов увеличиваются на индекс инфляции. Если речь идет о накопительной части, то в случае своевременной уплаты эти денежные средства по выбору гражданина переводятся либо в управляющую компанию, либо в негосударственный фонд, где приносят ему свой инвестиционный доход.

**– А если предприниматель прекратил свою деятельность, но с учета не снялся и устроился куда-нибудь работать как физическое лицо. Получается, он будет платить двойные страховые взносы?**

– Он должен продолжать платить страховые взносы за себя как за ИП, и его работодатель должен платить за него как за работника. Но опять-таки в этом случае и размер пенсии будет выше. В 2005 году в Конституционном суде решался ряд аналогичных вопросов, в итоге было определено, что, во-первых, ИП обязан платить страховые взносы независимо от того, занимается он деятельностью или нет. Во-вторых, работающий гражданин, имеющий статус ИП, также должен осуществлять выплаты. И, в-третьих, если гражданин одновременно является ИП и получателем пенсии, он тоже должен платить страховые взносы, но при этом ему будет делаться перерасчет по дополнительно поступающей сумме страховых взносов.

**– Где и как предприниматели могут получить информацию о своих долгах перед Пенсионным фондом?**

**В 2005 году в Конституционном суде решался ряд аналогичных вопросов, в итоге было определено, что, во-первых, ИП обязан платить страховые взносы независимо от того, занимается он деятельностью или нет. Во-вторых, работающий гражданин, имеющий статус ИП, также должен осуществлять выплаты. И, в-третьих, если гражданин одновременно является ИП и получателем пенсии, он тоже должен платить страховые взносы, но при этом ему будет делаться перерасчет по дополнительно поступающей сумме страховых взносов.**

– На сайте Пенсионного фонда, в «Личном кабинете плательщика». Для доступа требуются учетные данные, которые можно получить в отделе Пенсионного фонда по ул. Ленина, 94. В «Личном кабинете» в режиме реального времени есть возможность контролировать прохождение всех своих взносов, формировать платежные документы, а если предприниматель собирается в ближайшее время сняться с учета, он может прямо здесь произвести расчеты подлежащих выплате страховых взносов.

**Жанна ОБЛОМКИНА**

**Если мы располагаем информацией о счетах предпринимателя в кредитных учреждениях, то имеем право взыскать сумму долга прямо с этих счетов. Если такой информации у нас нет либо денежных средств на счетах недостаточно, то выносим постановление о взыскании задолженности за счет имущества и направляем его судебным приставам.**

рублей с ИП, которые снялись с учета в качестве предпринимателей, но при этом имели долги перед Пенсионным фондом.

**– Какими вы обладаете полномочиями в вопросе взыскания долгов по страховым выплатам?**

– В суд мы обращаемся только в том случае, если предприниматель снялся с учета, но при этом у него есть долги, причем в суд подаем на него уже как на физическое лицо. В отношении действующих ИП несколько иной порядок взыскания: если мы располагаем информацией о счетах предпринимателя в кредитных учреждениях, то имеем право взыскать сумму долга прямо с этих счетов. Если такой информации у нас нет либо денежных средств на счетах недостаточно, то выносим постановление о взыскании задолженности за счет имущества и направляем его судебным приставам. А если долги достаточно большие, свыше 50 тысяч, то еще обращаемся в отношении данного предпринимателя в суд с иском об ограничении выезда за пределы страны.

**– В каком размере берутся пени?**

– Одна трехсотая ставки рефинансирования Центробанка за каждый день просрочки. Я уже говорил, что у нас есть около 800 предпринимателей, у которых долги тянутся уже не один год, у многих из них сумма долга превышает более 100 тысяч рублей, в этом случае пени составляют более 5 тысяч рублей. У нас в прошлом году порядка пяти тысяч исполнительных производств было окончено судебными приставами с актами невозможности взыскания, в основном в связи со сменой места работы или жительства. В этом случае, обладая базой данных обо всех работающих на территории России гражданах, мы начинаем искать информацию об этих неплательщиках. Зачастую



# Большой праздник зимнего плавания

Именно так можно назвать два спортивных мероприятия, прошедших в последний день зимы и первый день весны в районе городского пляжа.

В субботу, 28 февраля, спортсмены новоуральских клубов зимнего плавания «НАИС Спорт», «Белый медведь» и «Экстрим» провели эстафету (непрерывное плавание) в течение 70 минут в честь 70-летия Победы. Этой акцией новоуральцы присоединились к Всероссийской суточной эстафете «Доплыть до Победы», которая проводилась во многих городах страны с 12 часов местного времени 28 февраля до 12 часов 1 марта. Двадцать восьмое февраля было выбрано потому, что с этого дня до 9 Мая остаётся ровно 70 дней. Девиз эстафеты – «Защитим прошлое, чтобы спасти будущее!».

Стартовать новоуральские моржи решили одновременно с суточной эстафетой – в полдень, но при этом в разных прорубях. «НАИС Спорт» – напротив здания водной станции, а «Белый медведь» и «Экстрим» – по другую сторону городского пляжа, в зоне отдыха «Казантип».

Перед стартом «НАИС Спорт» провёл торжественное построение, на котором к спортсменам обратился участник Великой Отечественной войны Фёдор Петрович Поплавский. Он рассказал, что хоть и попал на фронт в самом конце войны, но прошёл с боями несколько европейских стран, многое повидал и укрепился во мнении: «Лучше наших людей, красивей нашей страны нет нигде. Берегите её!». Под звуки гимна Фёдор Петрович поднял флаг Российской Федерации и затем «найсовцы» поплыли, сменяя друг друга, «70 победных минут». Эстафету передавали со словами: «За Победу!».

От клуба «НАИС Спорт» в эстафете участвовали 15 спортсменов, и, чтобы «закрыть» 70 минут непрерывного плавания, каждому пришлось окунуться в ледяную воду по 3-4 раза. К слову, температура воды была плюс 1,8 градуса, воздуха – минус 5. Завершать эстафету «НАИС Спорт» выпало Гайнану Габбасову, и он проплыл заключительный этап с российским флагом в руке.



Спортсмены клубов «Белый медведь» и «Экстрим» перед началом эстафеты тоже провели у своей проруби торжественное построение, на котором также заявили о своей поддержке Всероссийской акции «Доплыть до Победы» и участия в ней в форме эстафеты «70 победных минут». От клубов «Белый медведь» и «Экстрим» в ней приняли участие 30 человек.

А на следующий день, 1 марта, на проруби «НАИС Спорта» прошло открытое первенство Свердловской области по зимнему плаванию. Следует отметить, что такие соревнования проводились впервые не только в Новоуральске, но и вообще в регионе. Дело в том, что областная федерация зимнего плавания очень молода – она была зарегистрирована в июле прошлого года, и нынешний зимний сезон – первый в её

истории. Таким образом, новоуральцам было предоставлено, можно сказать, почётное право провести первое официальное первенство области по зимнему плаванию. Проведение соревнований было поручено клубу «НАИС Спорт». Существенную поддержку и помощь ему оказали администрация НГО, спортивный клуб «Кедр» и его структурное подразделение – клуб туристов «Кедр», а также войсковая часть 3280.

К нам приехали моржи из Нижнего Тагила, Верхней Салды, Тюмени и даже из Омска. Из Екатеринбурга прибыл целый десант, вместе со спортсменами клубов «АКВАЙС Спорт» и «Спарта» – ещё танцевальный коллектив «Энергия» и группа поддержки в лице 5 «Г» класса школы №85 (в этом классе учится дочь президента федерации зимнего плавания Свердловской области Василия Ястребова – Аня).

На торжественном построении участников соревнований приветствовали: председатель клуба «НАИС Спорт» Владимир Семяников, ведущий специалист отдела по спорту и туризму комитета по делам молодежи, семьи, спорту и социальным программам администрации НГО Ирина Кожаккина и президент областной федерации Василий Ястребов. Во время поднятия флага соревнований участники хором спели гимн России. А затем группа «Энергия» исполнила на снегу зажигательный танец.

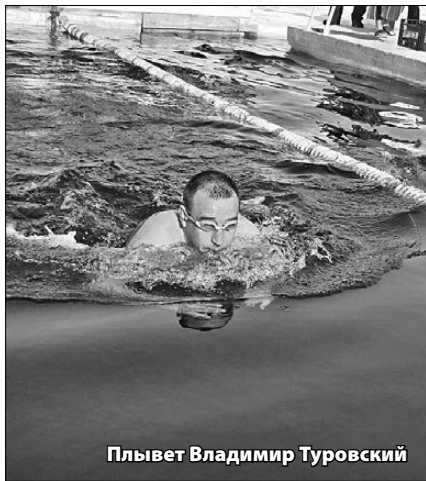
Моржи соревновались в традиционных дисциплинах: на дистанциях 25 и 50 м вольным стилем и брассом, в марафонских заплывах на 100 и 200 м и эстафете 4х25 м. Среди участников был инвалид из Тюмени Владимир Туровский. Отсутствие ног не мешает ему заниматься зимним плаванием. На старте друзья уже отработанным приемом помогли Владимиру спуститься из инвалидной коляски в прорубь, и пока он плыл дистанцию, болельщики скандировали: «Мо-ло-дец! Мо-ло-дец!».

Из-за большого количества участников и номеров программы заплывы продолжались довольно долго. Чтобы зрители не скучали, организаторы предусмотрели для них развлечение: на Черном мысу волонтеры из турклуба «Кедр» оборудовали спуски, подъемы и переправы по веревкам, разожгли костер и вскипятили чай. Две группы болельщиков (в том числе и пятиклассники из Екатеринбурга) побывали на этой поляне развлечения. Все, особенно дети, были в восторге.



А рядом с прорубью публику развлекала танцевальная группа «Энергия». Интересно, что две девушки из группы долго наблюдали за пловцами, а потом и сами окунулись в прорубь. Кстати, в этот день еще несколько человек из числа зрителей, видимо, заразившись энтузиазмом спортсменов, впервые искупались в ледяной воде, причем некоторые даже не по разу – вот как понравилось! Возможно, к этому подтолкнула и погода: яркое солнце, плюсовая температура – в общем, настоящая весна.

Поскольку количество победителей в этих соревнованиях оказалось весьма значительным, назову только отличившихся новоуральцев. На высшую ступень пьедестала почета поднимались: Елизавета Белых, Наталия Пеганова, Денис Байнов, Людмила Суворова (все из клуба «НАИС Спорт»), Анастасия Кузнецова и Валентин Чехомов (оба из клуба «Экстрим»).



Плывет Владимир Туровский

Эстафету выиграла тюменская команда «Кристалл-1», а второе и третье места заняли новоуральские «НАИС Спорт-1» и «Экстрим».

Вот как оценил прошедшие соревнования **Василий Ястребов**:

– По пятибалльной системе я бы поставил четыре с плюсом. На пятерку пока не получилось. Поскольку проводим такие соревнования впервые, не все организационные моменты учли, не всё смогли предвидеть. Но сама площадка здесь, в Новоуральске, нам очень нравится. И о том, что выбрали именно ее для проведения соревнований, нисколько не жалею. Потому что команда клуба «НАИС Спорт» молодая, развивающаяся, в ней много талантливых спортсменов. Принцип федерации – проводить соревнования на разных площадках, и вот решили начать с Новоуральска, потому что здесь молодой, дружный коллектив, амбициозные ребята, которые с желанием берутся за дело и стремятся к хорошему результату.

**Владимир ПАВЛОВ,**

фото автора

## КОШАЧЬИ СТРАСТИ

Знаете, а ведь март неспроста называют кошачьим месяцем. А коты – мартовскими. В самый первый день весны мир отмечает День кошек. Вот и наш городской историко-краеведческий музей не остался в стороне и завез к нам выставку «Котомарт», на открытии которой 3 марта посетители познакомились и с частным музеем кошек, и с его владелицей Светланой Долгановой, даже сами в них превратились. Молока, сметанки и прочих радостей хватило на всех! Конечно, не деревенских, а местного производства – нашего молочного завода, но всё же!

Однако не столько о кошачьем проекте хочется рассказать, сколько о его создателе. **Светлана Долганова**, директор арт-галереи «Окно» и руководитель собственного музея – знатная кошатница. В её музее в Екатеринбурге – более 4000 экспонатов. То, что переключалось на месяц к нам в музей, составляет лишь десятую его часть. Подобные кошачьи музеи – редкость не только для России, для всего мира. В нашей стране они находятся в Москве и Санкт-Петербурге. В Екатеринбурге музей кошек появился в 2008 году.

– Музей кошек – это то, что понятно всем, – рассказывает Светлана Валерьевна. – Всё началось с моего кота. Он был очень красивый. Так как я галерист и искусствовед, меня всегда окружают художники, и получилось так, что моего кота начали портретировать. Художники приносили ему в дар свои картины, и он благосклонно принимал подарки. Когда



портретов и керамических изделий накопилось больше двухсот и они перестали помещаться в доме, я подумала о выставках. На одной из них кошатники посоветовали создать свой музей. Для меня это оказалось нетрудным делом. Теперь он есть и практически весь состоит из подарков. Сопределенного момента люди сами начали приносить в дар музею творческие работы из разных уголков мира...

Среди экспонатов музея Светланы Долгановой – статуэтки, картины, различные поделки, сделанные своими руками или привезенные из заморских стран. Еще одним «кошачьим» увлечением владелицы музея стало издание юмористического сборника «Мои котэ и другие звери». Первый том уже находится в нашем музее, и все интересующиеся могут его приобрести, а в планах – издание второй книги с не менее интересными стихотворениями, анекдотами и рассказами о пушистых, усатых и хвостатых.

Светлана Валерьевна зачитала одно из своих любимых стихотворений о кошках, вошедшее в первый сборник. Автор этих строк – Наталья Михайлова.

– Рано или поздно все находят своего кота. Кошек не любит только тот, кто еще не встретил свою, – утверждает наша гостья. – На самом деле это странные и удивительные существа, которые вместе с нами идут по жизни, помогают нам в болезнях, горестях и печали. Это символ счастья. Многие говорят о девяти кошачьих жизнях, о том, что эти животные путешествуют между мирами. Мы до сих пор не знаем всех их возможностей...

**Евгения СТЕПАНОВА**

Кошки не ходят строем, у кошек нет документов. Им не нужна прописка и даже билеты в кино. Они сидят без работы или служат в числе агентов Высших цивилизаций, но чаще им все равно.

Кошки не голосуют, рекламе они не верят, Лукьяненко и Донцова для них не авторитет. Кошки – это не люди, но кошки – это не звери, Они – разумные монстры с весьма далеких планет.

Кошки масс не боятся и мыслят вполне свободно, С корпоративной культурой кошкам не по пути. Кошки всегда одеты, как кошки, а не как модно. Навесьте ярлык на кошку – и кошка вам не простит.

Кошки не верят в Бога, а если верят – то тайно, И не в такого Бога, в которого верим мы. Все, что мы знаем о кошках, узнать удалось случайно, Их мифы упоминают про ядерный свет зимы.

Но есть и у кошек слабость: им нравится чай в стакане – Не пить чтоб, а любоваться, – заваренный крепко чай. Они стучат телеграммы о стороже-ветеране, Работающем на стройке: «Рекомендован в рай».

# «АЛЛЕГРИ» — посланец культуры Новоуральска

Учащиеся Детской школы искусств  
показали культурное лицо Новоуральска  
на II детско-юношеском хоровом чемпионате мира,  
прошедшем в Санкт-Петербурге.



Руководитель «Аллегри»  
Ольга Дмитриевна Лапп (справа)  
и концертмейстер  
Татьяна Борисовна Савина

Мне посчастливилось сопровождать свою внучку Алёну Бутырину, самую младшую участницу хора «Аллегри», и быть свидетелем нарастающих успехов этого коллектива, который завоевал 2-е место в детско-юношеском хоровом чемпионате мира.

Да! Этот чемпионат показал талантливость наших детей. Их всего 23 человека, «Аллегри» — один из двух самых малочисленных хоров, выступавших на конкурсе. Меня охватили радость и гордость за детей, которые проявили упорство, умение самовыразиться и слиться красивыми голосами в единый слаженно звучащий хор. Всё это характеризует лучшие качества юных вокалистов, умение чувствовать и поддерживать друг друга. Я испытала радость до слез и благодарность нашим юным хористам.

В лучших концертных залах Санкт-Петербурга: соборе святых Петра и Павла, Санкт-Петербургской государственной консерватории, Государственной академической Капелле прозвучали ласкающие душу песни: белорусская «Беловежская пуща», украинская народная «Щедрик», еврейская «Хава нагила», русская «Ходят кони», «Неаполитанская тарантелла». Многоголосное звучание то затихало, то набирало силу, как поток горной реки, летящий с высоты и замирающий внизу, чтобы с новой силой устремиться дальше, вызывая восторг у окружающего мира. И зал уже ликует овациями и возгласами «браво!», что является высшей наградой для артистов.

А почему эти песни заворожали всех слушателей до трепета внутри? Всегда ли так бывает? Конечно, нет! Высокого исполнительского мастерства коллектив «Аллегри» достиг только благодаря необычайному умению своего руководителя организовать, объединить и передать всю свою энергию любимому детищу — детскому хору. Ольга Дмитриевна Лапп — дирижёр, вдохновитель, воспитатель детей. Это не просто слова — надо видеть её в деле. Талантливая, деловая, требовательная, но в тоже время заботливая и внимательная к детям. Поэтому она заслужила у них авторитет. С необычайной лёгкостью в экстренных ситуациях она находила быстрые решения. В результате всё шло как по маслу.



«Аллегри» выступает на сцене Санкт-Петербургской  
государственной консерватории

Хор «Аллегри» в детско-юношеском хоровом чемпионате мира прошел одну восьмую, одну четвертую и вышел в полуфинал, где получил серебряную награду: Диплом II степени и кубок. Кроме этого, Диплом I степени был вручен Екатерине Зыряновой как лучшей солистке чемпионата.

Надо было видеть обоюдную радость детей и их руководителя (со слезами и объятиями) после завоеванной победы. Хористы преподнесли Ольге Дмитриевне букет из полусотни роз, она была с ним просто очаровательна. Цветы настолько ей понравились, что она не расставалась с ними до самого возвращения в Новоуральск. Признательность коллектива «Аллегри» является для нее высшей наградой и не сравнима ни с чем.

Несмотря на плотность программы чемпионата, Ольга Дмитриевна сумела отлично организовать досуг детей. Благодаря обзорной экскурсии они познакомились с историей города и увидели красоты Петербурга, посетили Храм Спаса на Крови, Эрмитаж, посмотрели оперу «Трубадур» в Мариинском театре и приобрели сувениры на память.

Что ещё сказать об Ольге Дмитриевне? Я желаю ей дальнейших успехов в её творческом труде и хочу сказать от души: «Спасибо за такое внимательное отношение к нашим детям. И пусть хранит вас Господь!».

Было очень приятно, когда в день нашего отъезда на чемпионат мира на железнодорожный вокзал пришёл сам директор ДШИ Никита Геннадьевич Мерзлов с хорошими вдохновляющими напутствиями хору «Аллегри». Но ещё большей неожиданностью стала организованная им торжественная встреча хора с наградами чемпионата. На перроне нас обступили корреспонденты телевидения, представители администрации НГО, преподаватели школы искусств. Это был настоящий фейерверк радостных эмоций!

Большое спасибо (не ошибусь — от всех родителей) администрации ДШИ, коллегам Ольги Дмитриевны: концертмейстерам Татьяне Борисовне Савиной, Стелле Серафимовне Слесаревой за их профессиональное мастерство, которое помогло нашим конкурсантам. стать серебряными призерами детско-юношеского хорового чемпионата мира.

Хочется поблагодарить всех, кто принимал активное участие в организации поездки наших новоуральских звёзд.

Мы, родители участников хора «Аллегри», благодарны администрации НГО за великолепные условия, созданные в Детской школе искусств для творческого развития и воспитания наших детей.

**Надежда ЧЕРКАШИНА,**

фото автора, к публикации подготовил  
Владимир ПАВЛОВ



**Р**аботники будущего СМУ забили первый колышек в основание «флагмана атомной энергетики» и десятки лет самоотверженно трудились, чтобы УЭХК был и оставался мировым лидером в своей отрасли. После завершения строительных работ, связанных с вводом в эксплуатацию основного технологического производства УЭХК в 1964-1966 гг., работников СМУ направили в командировку в Оренбургскую область и Казахстан, на строительство подземных шахт для пусковых комплексов межконтинентальных баллистических ракет, где создавался ракетный щит Советского Союза.

В 70-е годы прошлого века перед коллективом СУУС была поставлена задача обеспечить модернизацию основного технологического оборудования УЭХК в существующих и вновь возводимых зданиях комбината. Эта работа была поручена коллективу СМУ-1, возглавлял который опытный инженер-строитель М. С. Любимов.

Вспоминает бывший прораб СМУ В. Колодко:

– В 1968 г. после учебы в Киеве нас, молодых специалистов, направили в Свердловск-44. Н. Семененко, В. Кротюк, В. Мельничук, А. Тимошенко, Т. Сенченко, Н. Чигуй и я были направлены в СМУ-1. С первых дней работы мы были окружены поистине отеческой заботой и вниманием со стороны старших руководителей Управления. Это были лучшие годы нашей жизни. Нас учили, как нужно в условиях действующего предприятия возводить промышленные объекты: в жесткие сроки с отличным качеством работ. И если впоследствии состоялся как инженер-строитель, то только благодаря школе профессионального мастерства СМУ-1. С большим уважением я и мои товарищи по учебе вспоминаем своих наставников: М. С. Любимова, Б. М. Берюхова, П. Суконкина, В. Н. Григорьева, Г. И. Наслунгу, А. Н. Серебренникова, А. И. Морунова, С. И. Окинчица. Я и сегодня без колебаний вернулся бы с Украины в Россию, чтобы еще поработать в СМУ-1...

По мнению бывшего прораба А. Федюнина, специфика работы в СМУ-1 заключалась в том, что работы производились в уже отстроенных зданиях, большие объемы выполнялись руками военных строителей – солдат срочной службы. Призывались в эти части в основном из республик Средней Азии, и далеко не все военные

## «Это были лучшие годы нашей жизни»

**С первых дней образования Управления строительства № 865 в 1945 г. на промышленных объектах завода по обогащению урана создавался, расширялся, увеличивался коллектив строителей, впоследствии названный строительно-монтажным управлением № 1.**

строители понимали русский язык. Общение с ними происходило через сослуживцев-переводчиков. Многие из них после демобилизации вливались в коллектив СМУ, становились впоследствии хорошими руководителями. Это прораб Т. И. Наслунга, старший прораб Ю. И. Лопата, начальник участка Ю. Е. Лобанов, бригадир каменщиков-монтажников В. С. Бородич, бригадир плотников-бетонщиков С. Н. Веселов.

Возведение сложных уникальных зданий и сооружений было бы невозможно без слаженной, четкой совместной работы субподрядных организаций, выполняющих механомонтажные, сантехнические, электромонтажные, наладочные, отделочные работы.

За успешную сдачу в эксплуатацию строительных объектов в срок и досрочно сотрудники СМУ-1 постоянно награждались высокими правительственными наградами. Своим отношением к работе они являлись примером для сыновей. По стопам отцов выбрали нелегкую профессию строителя А. Любимов, Е. Любимова, А. Боков, Н. Бородич, В. Берюхов, А. Лобанов, В. Семененко, С. Федюнин и др.

Отдельные слова благодарности необходимо сказать женам работников СМУ-1. Когда их мужья без выходных дней сутками не бывали дома, все заботы по воспитанию детей, ведению домашнего хозяйства ложились на их хрупкие женские плечи.

Кроме зданий на территории УЭХК, коллектив СМУ-1 успешно возводил и другие объекты. В предельно сжатые сроки было построено здание 75, где разрабатывалось и создавалось оборудование для советского космолета «Буран». Был построен в нашем городе молокозавод с импортным оборудованием, продукция которого пользуется повышенным спросом и в настоящее время. Проводились работы по реконструкции городских очистных сооружений, расширению ТЭЦ, строительству комплекса для химической очистки вод, по реконструкции и строительству зданий на Кировградской птицефабрике.

Первый в городе многоэтажный жилой дом в монолитном варианте тоже был построен работниками нашего подразделения. Работники СМУ успешно трудились и на объектах Белоярской атомной электростанции в г. Заречный.

**Николай СЕМЕНЕНКО**

Коллектив СМУ-1 в начале 90-х годов





# Числится пропавшим без вести

В апреле прошлого года учительница моей дочки (она учится в 3 «В» классе лицея №56) Татьяна Сабировна Галимова принесла в класс листовку. В ней активисты нашего города приглашали всех горожан присоединиться к Всероссийской акции «Бессмертный полк». Нужно было 9 мая на городском параде Победы пройти в специальной колонне с фотографией своего родственника, который принимал участие в Великой Отечественной войне, но, к сожалению, не дожил до наших дней.

Руслана пришла домой, показала мне эту листовку и сказала: «Мама, мне бы очень хотелось принять участие в такой акции. Жалко только, что в нашей семье нет таких людей, чьи имена можно было бы записать в Бессмертный полк и пройти на параде с их фотографиями». Я ответила: «В нашей семье есть такие люди». Дочка очень удивилась. О том, что ее родные воевали с фашистами, она не знала. И я рассказала ей об одном из них, ведь память о тех, кто отстоял для нас мир, должна жить в веках.

Бари Кадырович Валиев – самый старший брат моего отца, Валиева Ульфата Кадыровича, который был совсем маленьким, когда Бари ушел на фронт.

Родился Бари Валиев в 1921 году в с. Куштово Татарской АССР. По окончании школы-семилетки и курсов бухгалтеров работал бухгалтером в колхозе.



**«Я призываю всех сделать так, чтобы ушедшие навсегда солдаты вернулись 9 Мая к нам. Для этого каждый может встать в Бессмертный полк и пронести в колонне транспарант (фотографию) своего солдата – ветерана войны, который уже никогда сам не сможет пройти на параде».**

Он хромал на одну ногу, поэтому в ряды Красной Армии его с самого начала войны не призвали, а в 1942 году он сам добровольцем попросился на фронт. Это говорит о том, что Бари был патриотом, смелым человеком.

По окончании курсов снайперов в учебном лагере в Марийской АССР он был отправлен на Сталинградский фронт.

По рассказам моего отца, в августе 1942 года в одном из боёв Бари Валиев был тяжело ранен. С поля боя раненых красноармейцев увозили на повозках, запряжённых лошадьми. По дороге обоз попал под бомбёжку. В одной из повозок находился Бари...

С августа 1942 года и по сегодняшний день он числится пропавшим без вести...

К сожалению, сохранилась одна-единственная фотография самого старшего брата моего отца... Специалисты полиграфического центра «Диалог» помогли нам увеличить эту маленькую и не очень чёткую фотографию, получился замечательный портрет. С этим портретом Руслана прошла в колонне Бессмертного полка 9 Мая 2014 года.

И в этом году 9 Мая дочка встанет в строй Бессмертного полка, чтобы с гордостью пронести фотографии своих родных и на праздновании юбилея Великой Победы.

**Елена МУБАРАКШИНА**

## Их помнит мир спасенный

**Всего четыре фронтовика осталось в Тарасково в живых к 70-летию Великой Победы, 50 лет назад было 98. Чтобы помнил о них мир спасенный, чтобы вклад каждого в разгром фашизма не затерялся в веках, Вера КОРБАН – зав. культмассовым сектором клуба «Юбилейный» решила стать в родном селе координатором Бессмертного полка.**

Почти всех участников войны она хорошо знала. Дело в том, что еще в год 20-летия Победы (она тогда работала учительницей начальных классов тарасковской школы) они с ребятами обошли всех, составили списки: кто где воевал, какие награды имеет. А если нужна была помощь, то и дрова кололи, и воду

приносили. Они и прибывали к воротам фронтовиков красные звездочки. Кое-где эти отличительные знаки до сих пор сохранились, хотя самих фронтовиков уже нет.

В этом году, достав из своего архива эти старые списки, Вера Васильевна вновь пошла по домам односельчан. Про Бессмертный полк рассказывала, про то, как фотографии родственников увеличить. Чтобы 9 Мая пронести их на параде. Фотокарточки многих пришлось искать через родственников, внуков, правнуков.

Поначалу эту ее инициативу в Тарасково восприняли без особого энтузиазма – ну раз надо на дело, так чего не дать старое фото. А когда село заговорило

о Всесоюзной акции, сами начали звонить – спрашивать, почему их-то дом она обошла.

Работы, сами понимаете, хватает, ведь Вера Васильевна централизованно хочет сделать хорошие портреты, и не на один год. Тут без помощников трудно обойтись. Преподаватель истории местной школы, она же заведующая краеведческим школьным музеем Ирина Григорьевна Щекалева тоже прониклась благородной идеей. Вместе с потомками бойцов Великой Отечественной они выстраивают свой Бессмертный полк, вспоминая всех поименно, чтобы 9 Мая, в день Великой Победы, и фронтовики вышли на парад.

**Надежда СТАХЕЕВА**



**Начало марта ознаменовалось Международным днем борьбы с наркоманией и наркобизнесом. Но любую борьбу всегда должна предварять профилактика, именно ею в системе образования НГО занимается Центр диагностики и консультирования. Целый ряд специалистов работает на предупреждение различных видов зависимости среди несовершеннолетних жителей города, в том числе и наркомании.**

замечают в школе, ведь ребенок проводит там много времени. И если он начинает пропускать занятия, хуже учиться, у него меняется круг знакомых – это не останется незамеченным. А родителям следует чаще общаться со своим ребенком дома, и если его состояние или действия вызывают хоть малейшее подозрение, лучше сразу обратиться к специалистам, в частности, к психологу наркологии...

# Родители – пример своему ребенку

## Когда хочется казаться взрослым

– Дело в том, что у детей нет понятия ценности здоровья, поэтому наша цель – донести до них эту информацию, – рассказывает заместитель директора Центра **Лариса Лунегова**. – Если ребенок ее усвоит, у него сформируется внутренний самоконтроль, будет своя позиция, личные убеждения, тогда, вероятно, он сможет сказать «нет» в тот момент, когда ему предложат наркотики. Если в результате профилактики хотя бы один ребенок из ста понимает важность того, что мы пытаемся донести, это уже большой плюс. Все знают, как сладок запретный плод, да и особенность подросткового возраста такова, что хочется казаться взрослым, попробовать что-то новое, быть круче сверстников. Сегодня родителям приходится много работать, чтобы обеспечить семью, поэтому часть детей оказывается без контроля, а это расширяет их круг дозволенного.

Одной из форм профилактики является тестирование, которое проводится во всех школах города. В этом учебном году оно состоит из двух этапов, первый – социально-психологическое тестирование – уже прошел. По его результатам можно будет сделать выводы о факторах риска у старших подростков. Если будут выявлены школьники из группы риска, весь класс перейдет на второй этап – медицинское тестирование...

## Как разобраться?

– Некоторые подростки считают, что должны попробовать в жизни все, для них это настоящий девиз, – констатирует социальный педагог **Майя Черкасова**. – И кто-то действительно пробует, но вовремя останавливается, а другие продолжают экспериментировать. Поэтому мы занимаемся профилактикой двух видов: в отношении тех, кто не пробовал психоактивные вещества, и тех, кто уже пробовал, но еще не имеет признаков зависимости.

Есть специальная профилактика, когда мы говорим о том, что в жизни существует такое понятие, как наркотики,



Специалисты решают вопросы профилактики

почему люди начинают их употреблять и чем это грозит, объясняем, что такое зависимость и как разбираться, есть она у тебя или нет. Но предупреждение заключается не только в том, чтобы рассказывать, что не надо делать. В первую очередь сами взрослые должны быть примером для своих детей...

## Не останется не замеченным

– По стране прокатилась волна потребления спайсов и солей, – рассказывает педагог-психолог **Марина Мизгулина**. – Это было связано с их доступностью. Спайс – на первый взгляд, обычный табак, но обработанный веществом, вызывающим наркотическую зависимость, продавался в торговых точках, занимающихся реализацией сигарет и через Интернет. Тогда эти вещества не были приравнены к наркотическим средствам, но сейчас введена уголовная и административная ответственность за их распространение и употребление. У полиции есть законные основания бороться с этой проблемой.

В Новоуральске, по крайней мере, официально нет наркоманов-подростков. Но есть ребята, которые пробовали наркотики, и есть те, у кого уже формируется зависимое поведение. Дело в том, что спайсы и соли имеют кратковременное, но очень мощное воздействие и вызывают практически моментальное привыкание, нарушение памяти, саморегуляции. Применение наркотиков ведет к изменениям в поведении, поэтому в первую очередь это

## Если ребенку интересно

Первую дозу часто предлагают бесплатно, чтобы было кому сбывать наркотики в дальнейшем. И если подросток согласился на такое предложение один раз, то, возможно, не откажется и во второй. Поэтому одна из целей образовательных учреждений – дать детям дополнительные занятия, сделать их жизнь насыщенной. Ведь когда ребенку интересно заниматься чем-то конкретным, он никогда не будет отвлекаться на какие-то негативные моменты, а родители могут помогать ему, создавая условия для посещения секций, кружков.

Любовь и забота взрослых – это защита от негативного воздействия среды. Дети чувствуют себя нужными и важными, когда родители их любят, открывают им жизненные горизонты, четко обозначая свою негативную позицию по отношению к наркотикам. Ранняя профилактика всегда начинается в семье, а уже в дальнейшем в этот процесс включается государство и школа.

Если у ребенка есть цель, уверенность в возможности ее реализовать и рядом находятся взрослые, которые его в этом поддерживают, то много негатива просто пройдет мимо. Профилактика может начинаться с любого человека: если меняется поведение взрослых – будет меняться и поведение детей. Поэтому родители всегда должны служить своему ребенку примером.

**Жанна ОБЛОМКИНА**

## Помощь от чистого сердца

Люди старшего поколения нередко ругают молодежь: мол, они совсем на нас не похожи. Частенько от пенсионеров можно услышать: вот мы в свое время... А я всегда придерживаюсь мнения, что не стоит сравнивать конкретных людей или целые поколения. Времена и обстоятельства у всех разные. Плохой человек или хороший, ответственный или безответственный, умелый или нет – зачастую от возраста и поколения не зависит.

Поводом для написания данной заметки стал конкретный молодой человек, который всегда готов прийти на помощь – десятиклассник лицея № 58 Никита ШИШКИН, волонтер, член Новоуральского отделения Всероссийской общественной организации «Молодая гвардия Единой России», молодежной избирательной комиссии.

Но обо всем по порядку. Не секрет, что технологии сегодня развиваются с бешеной скоростью. И если молодежь идет в ногу со временем и ловит все на лету, то для людей солидного возраста освоить новации не всегда просто. Но многие стараются, осваивают, например, ком-

пьютерную грамотность. Сегодня без навыков владения компьютерами даже старшему поколению – никуда.

Через меня, как руководителя секции инвалидов профсоюзной организации неработающих пенсионеров УЭХК, проходит достаточно большой поток документов. Компьютером я пользуюсь не столько в личных целях, сколько в рабочих. Но иногда он требует ремонта, и не каждый специалист сегодня возьмется сделать это безвозмездно.

Никита – скромный молодой человек, абсолютно безвозмездно мне все чинит, настраивает и не просит за свою работу ни копейки (а ведь это действительно работа!). Он делает это по велению сердца, чтобы просто-напросто помочь!

Такие качества, как скромность, ответственность, готовность прийти на помощь, безвозмездно поспособствовать



нуждающимся людям в решении вопросов, говорят о том, что этот человек – настоящий! И вдвойне приятно, что Никита уже в таком юном возрасте выбирает честность, справедливость, равнодушие к чужим проблемам.

Он ведет активную волонтерскую деятельность, участвует в различных социальных мероприятиях, имеет благодарности главы города, Новоуральского отделения «Молодая гвардия Единой России» и комитета по делам молодежи администрации НГО.

Уверена, что во многом это, конечно, зависит от воспитания. От того, какие жизненные принципы привиты с детства. Но большую роль играет и личная активная гражданская позиция молодого поколения. Никита из таких.

Отрадно осознавать, что в Новоуральске есть активная, неравнодушная молодежь, четко осознающая свои жизненные цели, готовая прийти на помощь и сделать это от души.

**Галина МИХЕЕВА,**

руководитель общества инвалидов ПОНП УЭХК

### Ликбез по ЖКХ

## КАК ЗАСТАВИТЬ УПРАВЛЯЮЩУЮ КОМПАНИЮ РАБОТАТЬ?

Главным документом, регулирующим ваши отношения с УК, должен быть договор. Он должен содержать перечень услуг и работ по содержанию и ремонту общего имущества в доме, порядок изменения этого перечня, перечень коммунальных услуг, которые предоставляет управляющая организация, порядок определения стоимости услуг, способы контроля за работой УК.

Однако договоры зачастую составляют в усеченном виде, на условиях, предложенных УК. В результате они не содержат многих обязательных требований, определенных Правилами и нормами технической эксплуатации жилищного фонда, которые утверждены постановлением Госстроя № 170 от 27.09.2003. В Правилах, в частности, говорится, что заявки на неисправность инженерного оборудования или конструкций должны рассматриваться в день их поступления и должны быть устранены не позднее, чем на следующий день. Ремонтировать подъезды Правила предписывают один раз в три-пять лет. Принимать ремонт должны жильцы.

В управляющую компанию лучше обращаться не по телефону, а письменно, поскольку диспетчеры нередко «теряют» телефонные заявки. Заявку на устранение неисправностей нужно отнести секретарю УК или отправить заказным письмом. В ней желательно сослаться на Правила и нормы эксплуатации жилищного фонда.

Если УК не обращает внимания на вашу заявку, советуем записаться на личный приём к руководителю компании. Покажите ему фотографии протекающей крыши, разбитых ступенек, некачественной уборки внутридомовой территории. Фотографии могут стать документальным подтверждением для проверяющих органов. К снимкам приложите заявление, в котором укажите, что именно в вашем доме находится в неудовлетворительном состоянии. В заявлении попросите про-

вести комиссионно-технический осмотр дома и потребуйте устранить неисправность, сославшись на соответствующий пункт Правил технической эксплуатации дома. В заключение напомним о том, что ответ УК должна прислать в течение 30 дней. На втором экземпляре заявления попросите секретаря расписаться в получении.

**Если всё вышеперечисленное не помогло, обращайтесь:**

1. В администрацию НГО – для организации выездной проверки изложенных фактов с просьбой возбудить административное производство, установить виновных лиц и привлечь их к административной ответственности (нарушение лицами, ответственными за содержание жилых домов, правил содержания и ремонта жилых домов и жилых помещений образует состав административного правонарушения, ответственность за которое предусмотрена Законом Свердловской области N 52-ОЗ от 14 июня 2005 года).

2. В Государственную жилищную инспекцию Свердловской области – орган, принимающий непосредственное участие в содержании жилищного фонда и ведущий аналитическую работу по результатам проводимых обследований.

3. В прокуратуру, которая призвана следить за соблюдением законодательства, а Правила эксплуатации жилого фонда можно считать частью жилищного законодательства. В заявлениях в инспекцию и прокуратуру нужно изложить то же, что и в заявлении в УК. Приложите к заявлению фотографии. Если управляющая компания прислала вам ответ, приложите и его. Прокуратура может направить УК предписание, а Жилищная инспекция – оформить протоколы об административных правонарушениях по статье 7.22 Кодекса об административных правонарушениях «Нарушение правил содержания и ремонта жилых домов и (или) жилых помещений».

**Маннур ГИЛЬМИЯРОВ,** депутат Думы НГО



## Грипп спорту не помеха

Даже свирепствовавший в Свердловской области грипп не помешал новоуральским спортсменам отделения прыжков на батуте ДЮСШ №2 вновь привезти с серьезных соревнований призовые места – в середине февраля в Тюмени прошли лично-командный чемпионат и первенство Уральского федерального округа России. В первенстве (13-14 февраля) свое мастерство показали 20 наших спортсменов. По сложившейся уже традиции, самая многочисленная команда новоуральцев была на двойном мини-трампе. На акробатической дорожке выступили три спортсмена. На батуте – восемь, из них три девочки отстаивали честь команды и заняли первое место в составе сборной Свердловской области. Первое место также заняла в личном первенстве Эльвира Рунченёк (программа кмс).

В синхронных прыжках на батуте работали восемь человек. Три пары были составлены только из новоуральских спортсменов. Их места распределились так: Зубенко Екатерина и Гоштонар Карина (программа мс), Войнакова Анна и Рунченёк Эльвира (программа кмс) заняли второе место, третье – у Рогановой Варвары и Навойчик Арины (программа кмс). Два человека выступили в синхронных прыжках в парах со спортсменами Екатеринбургa и поднялись на пьедестале почета на первое место, это Ронжина Алина (программа 1 разряда) и Бут Тимофеев (программа кмс).

В прыжках на двойном мини-трампе первое место в первом разряде у Алины Ронжиной. Второе (программа кмс) у Анны Войнаковой. Третье (программа мс) – у Карины Гоштонар. По результатам командного первенства и у юношей, и у девушек – третьи места. Мужской команде не хватило всего одной десятой, а девушки вообще набрали ту же сумму баллов, что и команда Ямало-ненецкого автономного округа. Правила соревнований предусматривают при одинаковой сумме баллов отдавать преимущество технике выполнения упражнений. По словам Галины Анатольевны Бурцевой, инструктора-методиста ДЮСШ №2, «наши девочки выполнили более сложные упражнения, но техника у них была чуть хуже, а у соперников упражнения были попроще, а техника чуть получше, в итоге – у девушек, как и у юношей, почетное третье место».

В лично-командном чемпионате УрФО, проходившем



Победители и призеры в командном первенстве УрФО

14-15 февраля, приняли участие четыре человека: Патрина Екатерина (мс), Князева Анастасия (мс), Нуркенов Андрей (мс), Бакулин Максим (мс). На двойном мини-трампе в составе команд Свердловской области новоуральские девушки и юноши заняли второе место. В командном первенстве на батуте у девушек – первое место. В синхроне у пары Патрина Екатерина и Князева Анастасия – первое место. И на дорожке в командном первенстве второе место у Нуркенова Андрея.

Участники отметили, что первенство и чемпионат прошли в хороших условиях: снаряды были отличными, акробатическая дорожка – стандартная, два первоклассных батута и очень хороший трамп. К тому же по количеству выступлений соревнования – впечатляющие: более 400 стартов.

Немного был изменен ход соревнований. Обычно командные соревнования проходят параллельно с личными. Результаты выступлений участников идут в зачет команде. В Тюмени же результаты засчитывались как предварительные и влияли только на очередность старта в командном финале, где каждый спортсмен дополнительно прыгал ещё одну комбинацию. Это было очень напряженно и ответственно: ошибка одного влияла на результат всей команды. Но новоуральцы, как всегда, оказались на высоте.

Светлана МИХАЛЕВА

## Юные пианисты покоряют малые города



Алевтина Мерзлова и инструментальный дуэт Алексея Плаксина и Максима Таланкина.

В Екатеринбург победителями уехали Георгий Черкасов и Василий Курбатов, а в Верхний Тагил – Юлия Остапенко.

Собств. инф.

## Спасибо за добро

Новоуральская городская организация Общероссийской общественной организации инвалидов (НГО ООО ВОИ) благодарит за оказанную благотворительную помощь в проведении праздничного мероприятия ко Дню защитника Отечества для инвалидов и участников ВОВ: директора ООО «НОР» Владимира Горбунова, директора «Новоуральского мясного двора» Игоря Маруняка, директора Новоуральского молочного завода Александра Блинова, директора кафе «Юта» Ольгу Волкову, директора ООО «Наш хлеб» Василия Москвина, индивидуального предпринимателя Ольгу Чернобровкину, директора школы №48 Михаила Загоскина и учителя Евгения Карманова.

За помощь в проведении концерта также благодарим ансамбль «Ивушка» (пос. Верх-Нейвинский) и постоянных ведущих – специалистов НКЦ СОИ.

Огромное спасибо всем, кто принял участие в организации замечательного праздника, который состоялся 26 февраля в Центре общественных организаций!

Нина БЕРЕСТОВА, зам.председателя НГО ООО ВОИ

К сожалению, те привычки, которые массово распространены среди населения, во многом являются вредными для здоровья. В первую очередь это касается количества съедаемой пищи, ее вида и сочетания продуктов при их одновременном приеме.

### Самая распространённая ошибка – это переедание,

то есть потребление большего количества пищи, чем это требуется, поэтому многие имеют избыточную массу тела с серьёзными отрицательными последствиями для здоровья. Результаты американских статистических исследований различных заболеваний показали, что каждый фунт (примерно полкилограмма) сверх нормального веса укорачивает жизнь человека на полгода, а человека старше 50 лет – на целый год. Люди с самой большой избыточной массой значительно чаще, чем остальные, заболевали раком различных органов (Б. Готтлиб, пер. с англ., «Продли свою жизнь», 1995 г.).

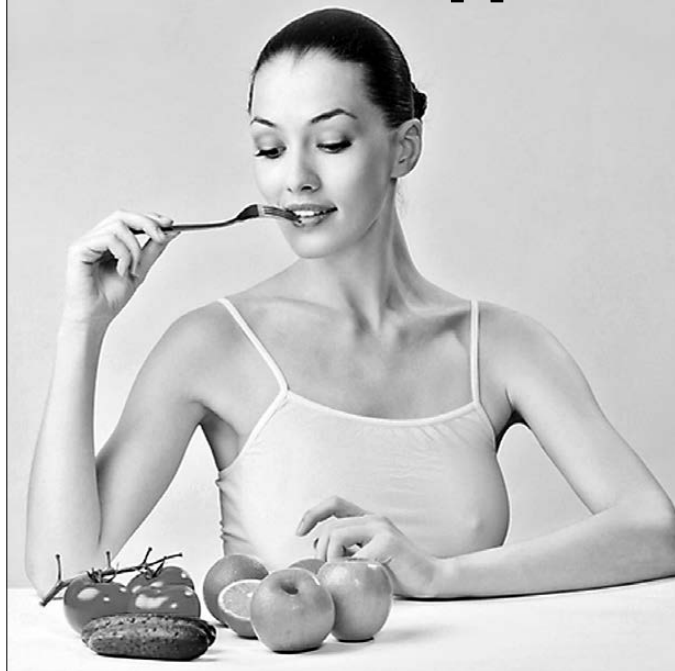
В «Кодексе здоровья и долголетия», подготовленном группой российских учёных, утверждается, что увеличение массы тела сверх нормальной на 1 кг повышает кровяное давление на 1 мм.рт.ст. Поэтому на протяжении всей своей жизни надо следить за весом, не делая скидку ни на возраст, ни на наследственную предрасположенность.

Нормальную массу тела можно определить, если вычесть из своего роста в сантиметрах число 106. Для широкоплечих людей к полученному результату можно добавить 3-10 кг, для узкоплечих – столько же вычесть. Можно также массу тела в килограммах поделить на квадрат роста в метрах. Число в диапазоне 19-25 означает нормальную массу тела, 26-30 – избыточную, 30-40 – ожирение.

Проблема поддержания нормальной массы тела имеет определенную сложность, поскольку обмен веществ у всех разный. Кроме того, привычка много есть со временем переходит в пищевую зависимость, похожую на алкогольную или наркотическую, и организм требует всё больше пищи, хотя это и вредно.

Известно, что для улучшения здоровья полезны различные посты и разумное голодание, которые, как и

# Мы – то, что мы едим



**Питание является одним из основных факторов, влияющих на наше здоровье и продолжительность жизни. Мы за свою жизнь съедаем пищи примерно в 500 раз больше собственного веса. Поэтому не зря говорят, что человек есть то, что он ест.**

оптимальные физические нагрузки, стимулируют организм к самооздоровлению. Поэтому необходимо мобилизовать свою волю, чтобы держать массу тела в норме, сохраняя баланс между количеством потребляемых калорий и их расходом при физических и умственных упражнениях. Умственная деятельность тоже требует расхода энергии и к тому же долгие сохраняет мозг в работоспособном состоянии.

### Какую же пищу есть всего полезней?

С развитием цивилизации технический прогресс затронул и пищевую промышленность. Стало модным производить такие продукты питания, которые сэкономили бы человеку время на их приготовление, были бы высококалорийными, чтобы «заправиться» меньшим объемом пищи, и «быстроглотаемыми», поскольку долго жевать стало всем некогда. Откусил, запил, проглотил – и дальше.

В соответствии с этими принципами мясо имеет преимущество перед овощами, белый хлеб легче жуётся, чем чёрный, очищенный рис быстрее усваивается, чем цельный, замороженные продукты удобнее свежих. Казалось бы, всё удобно и хорошо. Но, к сожалению, питание такими современными продуктами причиняет большой вред даже весьма здоровым людям.

Дело в том, что очищение, рафинирование, обработка химикалиями, термообработка пищевых продуктов приводят к значительной потере в них самых ценных ингредиентов, жизненно важных для организма: витаминов, микроэлементов, минеральных солей. Как об этом догадались?

В конце XIX века в Азии распространилась эпидемия болезни под названием «бери-бери» (по-малайски – «слабость»). Раньше эта болезнь считалась уделом самых бедных людей. И вдруг распространилась и на богатые слои населения. Причину этой болезни долго не могли отыскать. Помог случай. На острове Ява жил тюремный врач д-р Хейман, разводивший на своей ферме кур, которых он кормил остатками пищи из тюремной кухни.

Д-р Хейман долго добивался, чтобы заключённых кормили очищенным рисом, считая, что это улучшит их питание. И добился. Но вскоре увидел, что его куры стали болеть идохнуть.

Сообразив в чем дело, он вместе с рисом стал давать курам и шелуху от него. Куры стали клевать только шелуху, не трогая рис, и все больные выздоровели. Оказалось, что в шелухе находится витамин B1, при недостатке которого организм становится больным, наиболее ценное вещество – в той части растения, которая менее калорийна, менее вкусна и поэтому шла в отходы.

А что происходит при получении белой муки? После многократного размола и просеивания из муки полностью удаляются оболочки зёрен – отруби, которые содержат все витамины и минеральные соли исходного зерна. Полученный из такой муки белый хлеб – дорогой, высококалорийный, вкусный, хорошо усваивается организмом, но практически бесполезный – кроме калорий, там ничего больше нет.



Аналогичный результат дает очищение сахара, консервирование, замораживание и долгое хранение продуктов. Получается, что современная пищевая промышленность выхолащивает из начальных продуктов жизненно важные для человека вещества и выдаёт это за большое достижение. А в результате потребления таких «улучшенных» продуктов у людей развиваются различные болезни.

Серьёзной ошибкой в питании большинства людей является смешение в одном приёме пищи различных продуктов питания, которые требуют разных условий для своего переваривания в желудочно-кишечном тракте.

Все пищевые продукты можно разделить на три основные группы: белки, жиры и углеводы. Разные белки, как и разные жиры и углеводы, имеют свой, индивидуальный молекулярный состав. Для эффективного усвоения каждого вида продукта в желудочно-кишечном тракте вырабатывается сок определённого состава. Кислотность сока, его объём, набор ферментов (ускорителей реакции переваривания) и их концентрация – всё индивидуально для каждого продукта. Кроме того, время переваривания каждого продукта тоже разное.

### Для правильной организации своего питания

нужно знать следующее. Переваривание углеводов начинается во рту, переваривание белков и жиров – в желудке, завершается переваривание всех видов пищи в кишечнике.

Самое большое отличие в условиях эффективного переваривания пищи – у белков и углеводов. Для усвоения белков организм вырабатывает пищеварительный сок кислой реакции и один набор ферментов. А для переваривания углеводов – сок щелочной реакции и свои, другие ферменты. Переваривание белков может продолжаться несколько часов, а углеводов – не более часа.

А теперь давайте пообедаем. Возьмём овощной или мясной салат, суп-лапшу с курицей, рыбу с макаронами, булочку и компот. Примерно так едят многие, независимо от образования, должности, пола и возраста.

И что получилось? В желудок в перемешанном состоянии попали разные белки, разные жиры, разные углеводы. И организм в недоумении – почему в него забросили такой пищевой коктейль? Желудок не способен эффективно переварить эту смесь. В результате вся эта пищевая масса в почти непереваренном виде отправится из желудка в кишечник, где будет бродить и гнить, отравляя организм, поскольку в кишечнике оптимальных условий для переваривания такой пищевой смеси организм создать не сможет.

Если организм молодой и здоровый, то с таким питанием он какое-то время будет более или менее успешно справляться без ощутимых отрицательных последствий. Но со временем такое питание приведёт к различным болезням.

Ещё одной ошибкой в питании людей является неправильное соотношение в рационе питания пищи животного и растительного происхождения.

Наиболее полезной для организма человека является пища растительного происхождения: овощи, фрукты, злаки, орехи, травы. Они являются главным источником витаминов и микроэлементов. Кроме того, пищевые волокна, содержащиеся в них, способствуют более эффективному усвоению трудноперевариваемой пищи, к которой относятся белки.

Животные белки после усвоения дают большее количество отходов, чем растительные, что увеличивает нагрузку на печень, почки и постепенно отравляет организм.

В литературе о питании приводятся многочисленные доказательства того, что избыточное потребление белков животного происхождения и насыщенных жиров приводит, в частности, к раку желудка. Поэтому необходимо снабжать организм преимущественно белками самой разнообразной растительной пищи. Пища растительного происхождения, как сырая, так и варёная, должна составлять не менее 70% пищевого рациона человека. Это не только гарантирует поступление в организм всех необходимых ему витаминов, минеральных солей, микроэлементов, клетчатки, белков и углеводов, но и нормализует деятельность желудочно-кишечного тракта, что уменьшает вероятность возникновения различных заболеваний.

Но полностью отказываться от потребления животных белков не следует, поскольку организовать полноценное

питание белками растительного происхождения непросто. Из животных белков следует отдавать предпочтение морской рыбе, мясу кур, яйцам, нежирным сортам говядины. А жиры наиболее полезны те, в которых больше содержится ненасыщенных жиров (рыбий жир, жирная морская рыба, оливковое, льняное и другие растительные масла).

Следует меньше употреблять торты, пирожные и другие кондитерские изделия, поскольку избыточные углеводы превращаются в организме в жиры. Не следует употреблять консервированные продукты, соки и напитки заводского изготовления. Уменьшить потребление кофе, чая, заменить их травяными чаями и свежими соками.

Не стоит увлекаться потреблением чипсов, сухариков, хлопьев и других крахмалсодержащих продуктов, прошедших высокотемпературную обработку. Шведские учёные в качестве эксперимента кормили этими продуктами мышей, и у них возникал рак.

### Советы по здоровому питанию

1. В любом возрасте поддерживать нормальную массу тела.
2. Употреблять преимущественно растительную пищу, которой в рационе питания должно быть не менее 70%.
3. Белковую и жирную пищу есть только с овощами.
4. Питаться преимущественно простой пищей и небольшими порциями, что обеспечит наиболее эффективное её усвоение.
5. Не употреблять колбасу, консервированные продукты заводского изготовления, крахмалистые продукты, прошедшие высокотемпературную обработку, составные продукты типа «фаст-фуд», где мясо приложено к мучному изделию, сложные продукты типа торта.
6. Любую пищу тщательно пережёвывать.

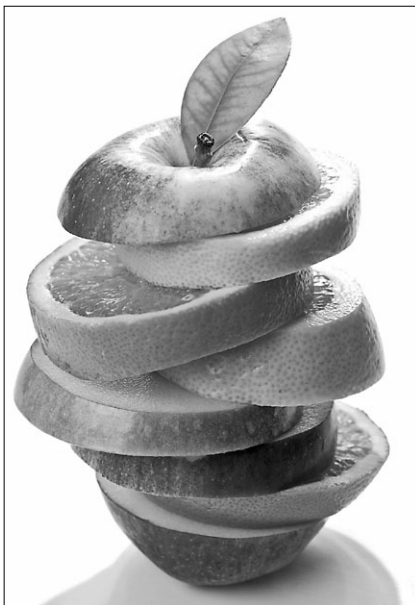
Конечно, точно следовать этим советам довольно сложно. Всегда хочется поест чего-нибудь вкусенького. Выход один – настраивать себя на правильное питание и постепенно менять его в соответствии с указанными советами.

Следовать этим советам организм поможет и сам, если он подвергается физическим нагрузкам. Он будет отказываться от вредных продуктов, отдавая предпочтение полезным, поскольку при здоровом питании ему легче будет переносить нагрузки.

И наоборот, если организм привык к правильному питанию, он будет здоровее и с большей вероятностью захочет подвергать себя физическим нагрузкам.

**Владимир ФЕДОРОВСКИЙ**

(Продолжение следует)



## КИНОЦЕНТР «НЕЙВА»

По 18 марта – драма **«ДУХLESS»**, 2D (Россия.16+); фантастика, боевик **«РОБОТ ПО ИМЕНИ ЧАППИ»**, 2D (США, Мексика 16+).

По 25 марта – фантастика, семейный **«ЗОЛУШКА»**, 2D (США. 6+).

С 12 марта – научно-популярный фильм **«ЗЕЛЕНАЯ ПЛАНЕТА»**, 2D (Германия. 0+).

Открыта продажа семейного киноабонемена **«В дни весенних каникул»**. Три весенних премьеры: мультфильмы **«Дом»**, 3D (США), **«Снежные приключения Солана и Людвига»**, 2D (Норвегия), **«Барашек Шон»**, 2D (Великобритания). Стоимость – 300 рублей.

Открыта продажа льготного абонемена **«Королевские оперы и балеты»**, 2D (7 посещений). Цена – 360 рублей.

В фойе киноцентра – выставка фотографий Надежды Ониш-ко (г. Новоуральск) **«Байкал. Голубая жемчужина России»**.

Тел.: 6-01-60, 6-24-24. Сайт: [www.kinoneiva.ru](http://www.kinoneiva.ru)

## ТЕАТР МУЗЫКИ, ДРАМЫ И КОМЕДИИ

13 марта, в 18.00 – спектакль-бенефис Е. Ливенцовой **«КАКАЯ, К ЧЕРТУ, СТАРОСТЬ?!»**. 12+

14 марта, в 18.00 – **«А НЕ ПРИШИТЬ ЛИ НАМ СТАРУШКУ?!»**. 16+

15 марта, в 11.00 – музыкальная сказка **«ЧИПОЛЛИНО»**. 3+  
Справки – по телефонам: 4-40-10, 4-83-88.

## ТЕАТР КУКОЛ «СКАЗ»

15 марта, в 11.00, 13.00 – **«ДЕД ПОИГРАЙ И ВСЕ, ВСЕ, ВСЕ»** (для детей с 3 лет).

22 марта, в 11.00, 13.00 – **«СКАЗКИ В ЧЕМОДАНЕ»** (для детей с 4 лет).

29 марта, в 11.00, 13.00 – **«РЫЖИЙ ОСЛИК, ИЛИ ПУТЕШЕСТВИЕ ВО ФРАНЦИЮ»** (для детей с 3 лет).

## ПУБЛИЧНАЯ БИБЛИОТЕКА НГО

15 марта, в 12.00 – семейный час выходного дня. **«Зарубежная бабушка»** (5+), в 14.00 – творческая встреча с **Анной Петровной Игнатъевой**, автором книг, стихов и рассказов. (6+)

16 марта, в 14.00 – **«Открывая тайны природы»** – литературный час по творчеству Н. И. Сладкова. (6+)

17 марта, 11.00-19.00 – **День защиты прав потребителей** – обзор сайтов, посвященных вопросам защиты прав потребителей, просмотр информационных роликов по выбору в магазинах качественных продуктов питания, образцы документов для обращения в официальные структуры (12+); в 13.00 – **«Тайна сокровищ»** – литературная игра-поиск по произведениям писателей-юбиляров. (6+)

## КОНКУРСЫ

- Городской конкурс исполнителей поэтического слова для дошкольников и учащихся 1-7 классов «Весной наваянные строки» (русская классика). (6+)
- «Спасибо городам-героям!» – конкурс рисунков. (0+)
- «Раз кусочек, два кусочек...» – конкурс детских творческих работ в технике аппликации. (0+)
- «Книга ведёт по дорогам войны» – конкурс мультимедийных презентаций в рамках Большого смотра творчества НГО. (0+)
- «Живая классика» – отборочный тур областного конкурса чтецов татарской прозы и поэзии. (7+)
- «Сказка в гости к нам пришла» – семейный творческий конкурс (по русским народным сказкам).
- «Помнит мир спасенный...» – конкурс инсценировки военно-патриотической песни для учащихся 1-11 классов в рамках Большого смотра творчества НГО.

## ВЫСТАВКИ

- «Люди города N» – фотовыставка работ Елены и Михаила Клещевниковых (10+).
- «Мудрость обретаема от словес книжных» – ко Дню православной книги (7+).

Адрес: ул. Фрунзе, 13, телефоны: 9-10-70, 9-05-80.

## ФИЛИАЛ «ДЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА»

12 марта, в 16.00 – **«Мы всё можем!»** – конкурс чтецов, этап областного фестиваля творчества детей с ограниченными возможностями здоровья. (6+)

13 марта, в 17.00 – детская творческая студия «Тяп-ляп»: **«Весёлые червячки»** – мастер-класс по изготовлению поделки из бумаги. (6+)

16 марта, в 10.00 – сеанс игрового чтения **«Цветные истории»**. Читаем книгу О. Колпаковой **«Жил – был Зелёный»** (4+),

в 17.00 – **«Цветной город в детских рисунках»** – выставка иллюстраций книги О. Колпаковой. (4+)

17 марта, в 15.00 – **«Ребенок-покупатель. Права и обязанности»** – беседа-игра (7+); **«Грамотный потребитель»** – консультации о правах потребителей с помощью СПС «Консультант+» (12+).

## Библио Time

12 марта, в 18.30 – бизнес-тренинг от Центра развития предпринимательства. (16+)

13 марта, в 18.00 – клуб вязальщиц **«Кружели»**, руководитель – А. Зиновьева (14+),

в 18.30 – **«Пятница, 13»** – День рождения проекта (16+).

14 марта, в 18.30 – **«Арт-терапия»**. (12+)

19 марта, в 18.30 – клуб документального кино: **«Женщина – восьмое чудо света»**, просмотр и обсуждение фильма (16+).

Адрес: ул. Первомайская, 11, телефоны: 4-75-42, 4-75-39.

## ФИЛИАЛ «ЧИТАЙ-ГОРОД»

17 марта, в 13.00 – **«Тайна сокровищ»** – литературная квест-игра по произведениям писателей-юбиляров. (10+)

18 марта, в 15.00 – творческая студия «Самоделки и поделки»: **«Зов джунглей»** – час творчества. (6+)

19 марта, в 13.00 – **«Гимнастика для головастика»** – викторина для любознательных. (6+)

С 14.00 до 17.00 – День настольных игр. (6+)

## КОНКУРСЫ:

- «С войной мы через вас знакомы, солдаты, деды и отцы» – литературный конкурс на лучший рассказ о герое Великой Отечественной войны. (6+)
- «Я говорю с тобой под свист снаряда» – конкурс военного письма. (6+)

Адрес: ул. Октябрьская, 66. Тел.: 3-01-51.

## ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ

12 марта, в 14.00 – творческая встреча-концерт ансамбля **«Classics-art Ensemble»** (Москва). Цена билетов: обычный – 150 руб., льготный – 100 руб.;

в 18.00 – музыкальный спектакль **«Оживший ветер»**. Цена билета – 400 рублей.

Тел.: 9-43-69, 9-43-66.

## НОВОУРАЛЬСКИЙ ИСТОРИКО-КРАЕВЕДЧЕСКИЙ МУЗЕЙ

Выставка музея кошек **«КотоМарт»** (г. Екатеринбург): картины, книги, скульптуры, сувениры. + 0

Выставка **«Стихи живут, чтобы их читали»**, посвященная Году литературы. +6

Телефон для справок 4-72-62. Сайт: [nmuseum.ru](http://nmuseum.ru)

## АНТИКАФЕ «ДРУЗЬЯ»

11 марта – мастер-класс по украшениям из камней (в 19.00).

12 марта – школьникам и студентам – 150 руб. весь день.

13 марта – Всемирный день сна.

15 марта – мастер-класс по каллиграфии (в 17.00).

17 марта – День святого Патрика. Зеленая вечеринка.

19 марта – школьникам и студентам – 150 руб. весь день.

20 марта – Международный день счастья.

22 марта – Всемирный день водных ресурсов. Обстрел водными пистолетами.

Адрес: ул. Ленина, 96.



## АСТРОПРОГНОЗ

на неделю, с 16 по 22 марта



**ОВЕН.** Сейчас вы хозяин положения, захотите – казните, захотите – милуете. Вы притягиваете и завораживаете окружающих, вас невозможно не заметить, в настоящее время удача на вашей стороне. Вы внутренне настроены на преобразование и духовное обновление. Важно только не заикливаться на себе, уделите внимание близким. Помните, что своим безразличием вы можете оттолкнуть от себя любимого человека, поэтому желательно уделить ему хоть немного внимания не только в выходные, но и посередине рабочей недели. А на субботу и воскресенье можете куда-нибудь уехать вместе.



**ТЕЛЕЦ.** Вам просто необходимо сейчас твердо стоять на земле, не витать в облаках и избегать неясных ситуаций. Если вы что-то обещаете, то обязательно выполняйте, иначе вам просто перестанут верить. Сейчас хорошее время для новых знакомств. Вы с легкостью сможете налаживать контакты, располагать к себе нужных и интересных людей. Больше доверяйте своей интуиции. Но будьте осторожны в разговорах, велика опасность наговорить лишнего и устроить ссору на пустом месте. Лучший день для свиданий – суббота. В воскресенье приготовьте праздничный ужин.



**БЛИЗНЕЦЫ.** Благоприятное время для улучшения и укрепления близких отношений. Раскованность придаст вам уверенности в себе и привлекательности. Помните, что в разговоре с любимым человеком нет запретных тем. Постарайтесь меньше отдаваться работе. Занимайтесь только необходимыми делами, а все остальное постарайтесь передвинуть на будущее, отложить. Начинать планировать долги выходные уже в среду. Рекомендуется съездить за город, снять домик в каком-нибудь тихом и приятном месте. Если нет возможности уехать, сходите в гости к друзьям, навестите родственников, получите удовольствие от встречи с хорошими людьми. Дети порадуют успехами в учебе.



**РАК.** Не опережайте события, не пытайтесь добиться своего любой ценой. Вам нужно уступить вашей второй половинке сегодня, чтобы получить желаемое завтра. Гораздо приятнее на этой неделе будет просто плыть по волнам, ведь удача обещает быть к вам благосклонной. Результаты вашей работы смогут вас порадовать и принести моральное и даже материальное удовлетворение. Только постарайтесь не выяснять отношения с деловыми партнерами и начальством. В воскресенье воздержитесь от крупных покупок, но не сидите в четырех стенах, обязательно отправляйтесь в кино или на концерт.



**ЛЕВ.** На этой неделе придется воспользоваться резервами. Но о чем речь – об отложенных деньгах или о психологической помощи друзей, звезды не уточняют. Во вторник и среду вам придется много общаться, разговаривать на самые разные темы. Постарайтесь держаться уверенно, даже если вы и не крупный специалист в какой-либо области. Начало недели в целом будет довольно хлопотным, зато к выходным суета утрясется и вы предадитесь полноценному отдыху в хорошей компании. На этой неделе возможны положительные изменения в вашей личной жизни. На горизонте появился человек, который заставляет ваше сердце трепетать. Очень скоро вы будете не одиноки, а любимы и желанны.



**ДЕВА.** Всю первую половину недели вы можете долго и бурно выяснять отношения с любимым человеком: будет ссоры и расставания с последующими примирениями. Лишь в выходные кипение страстей утихнет. И вы просто будете наслаждаться обществом друг друга. Вы ощутите прилив сил, почувствуете себя лидером. Правда, придется брать на себя и больше ответственности. На работе эти проявления совершенно естественны, а дома лучше проявить терпение и мягкость с близкими людьми.



**ВЕСЫ.** Если вы решились на серьезный шаг, то узаконивать отношения желательно уже на этой неделе. Можете знакомиться с родителями и подавать заявление. Звезды выстроились весьма благоприятно. На этой неделе вас ожидают прилив сил и хорошая работоспособность, однако есть риск слишком закопаться в делах и забыть про личную жизнь. А этого близкий человек вам может не простить. Семья не должна пострадать от вашего стремления все время отдавать работе. Вам стоит проявить выдержку и терпение. В выходные постарайтесь навестить родителей и сделать подарок маме.



**СКОРПИОН.** Не упустите возможности понравиться представителю противоположного пола. Вы будете милы и хороши как никогда, и вся неделя может превратиться в одно непрекращающееся свидание. На этой неделе вам не стоит держаться слишком официально, в неформальной обстановке вы сможете решить множество вопросов, включая и весьма значительные проблемы. Перед вами могут открыться новые возможности. В конце недели не афишируйте свои планы, действуйте тайно, и удача будет на вашей стороне.



**СТРЕЛЕЦ.** В начале недели возможно некоторое недопонимание между влюбленными, однако не придавайте размовкам большого значения, все решится само собой и достаточно быстро. В воскресенье устройте романтический ужин при свечах. Неплохо бы навести порядок в бумагах, в голове и в личных отношениях. Разложите все по полочкам и проанализируйте, не отдавайтесь во власть чувств и эмоций. В среду у вас может появиться возможность для восхождения по карьерной лестнице.



**КОЗЕРОГ.** В начале недели ощущение одиночества может внутренне угнетать и раздражать вас. Но уже к пятнице вы поймете, что кому-то нужны и даже необходимы. Не исключено, что у вас зреет служебный роман. Вы сейчас в центре внимания, полны сил и энергии. Однако дела почему-то складываются не лучшим образом. Такое бывает. Нужно просто довериться течению времени и подождать позитивных перемен. Не задавайте начальству слишком много вопросов, так как чем больше их окажется, тем большим объемом работы вас могут нагрузить. Позвольте себе отдых в выходные. Отключите телефон и не стойте у плиты, лучше сходите с любимым человеком в ресторан.



**ВОДОЛЕЙ.** Постарайтесь не расширять сейчас круг знакомств, особенно с лицами противоположного пола. Иначе сцен ревности вам не избежать. Такое выяснение отношений вряд ли доставит вам удовольствие. На этой неделе вы можете получить заманчивое предложение, которое изменит вашу жизнь: или профессиональную, или личную. Во вторник вероятны знакомства с полезными людьми. Появится шанс найти источник дополнительного заработка. В общении с близкими людьми будьте максимально тактичны, семейные проблемы будут совершенно излишни. Намекните вашему избраннику, чем он мог бы вас порадовать.



**РЫБЫ.** Неопределенность и запутанность в отношениях могут вызвать у вас недоумение: что это, любовь или дружба? Постарайтесь разобраться в своих чувствах и принять верное решение. Звезды намекают, что любимый человек вам сейчас нужнее друга. На этой неделе возможно множество важных дел и неожиданных заданий, от вас потребуются масса усилий, чтобы справиться с ними. Зато и отдача будет немаленькой, можно рассчитывать на большую премию. В воскресенье отдыхайте и веселитесь от души.