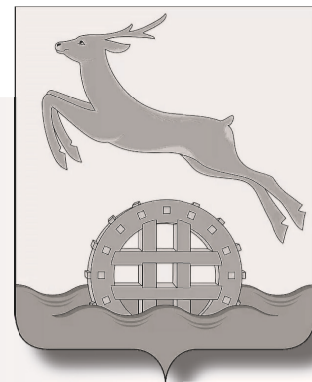


ИДРИНСКИЙ ВЕСТНИК

7 февраля 2020 года

ПЯТНИЦА, № 6 (10921)

Наш сайт: idr-vestnik.ru

«Енисейский экспресс»

посвящается Великой Победе



Сибирский мужской хор побывает с концертами в городах и районах края

Традиционный социально-культурный маршрут стартовал 27 января. Отправной точкой маршрута стал Дивногорск, завершится путешествие "Енисейского экспресса" 1 мая в Железнодорожке.

В этом году маршрут проследует по 33 территориям Красноярского края, в том числе побывает и в нынешней «Культурной столице Красноярского края» — селе Каратузском. В Минусинске «Енисейский экспресс» сделает остановку 25 февраля.

Социально-культурный проект представит жителям городов и поселков выставки, концерты, продемонстрирует фильмы, проведет мастер-классы. Вместе с «Енисейским экспрессом» в города и районы края отправится Сибирский мужской хор культурно-исторического центра "Успенский", основанный по инициативе губернатора края Александра Усса.

В этом году мероприятия «Енисейского экспресса» приурочены к 75-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов и пройдут в рамках объявленного Президентом России Года памяти и славы.

В каждой территории будет работать экспозиция, посвященная Великой Отечественной войне. Выставка расскажет о боях на Диксоне, героической гибели парохода «Александр Сибиряков», Красноярской воздушной трассе Аляска – Сибирь, трудовом подвиге хирурга Луки Войно-Ясенецкого.

На кинолекториях прозвучат рассказы о воинах-красноярцах, городах-героях, блокаде Ленинграда, будут демонстрироваться документальные ленты о Великой Отечественной войне 1941–1945 годов.

Будут проведены мастер-классы по декоратив-

но-прикладному искусству. В технике шерстяной живописи научат делать открытки и помогут изготовить «Букет для Победителя», из полимерной глины – фигурку «Голубь Мира».

Художественный руководитель Сибирского мужского хора Альберт Терещенко проведет мастер-класс «Духовно-патриотический репертуар как основа хорового коллектива».

Центральным событием в каждом пункте маршрута станет концерт Сибирского мужского хора. В программе прозвучат светские патриотические и духовные произведения. Для исполнения заключительного номера — песни «День Победы» — в каждом районе будет собран народный сводный хор.

**Подготовила
Ирина Филиппова (АП)**

**ПОПРАВКИ
В КОНСТИТУЦИЮ:
РЕШЕНИЕ ПРИМУТ ЛЮДИ**

4

**ВЫЕЗДНАЯ РЕДАКЦИЯ:
НА ПУТИ СЛЕДОВАНИЯ –
БОЛЬШОЙ ТЕЛЕК**

12

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

Случаев выявления коронавируса в Красноярском крае нет. Об этом рассказали эксперты на заседании санитарно-противоэпидемической комиссии при правительстве Красноярского края. Подписан региональный план по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции на территории края.

Правительством края утвержден список муниципалитетов, которые получат субсидии на обеспечение услугами связи малочисленных и труднодоступных населенных пунктов. Условиями получения средств являются либо полное отсутствие услуг сотовой связи в поселениях, либо предоставление таких услуг с низким качеством. Субсидии на обеспечение услугами связи получат Большекнышинский и Новотроицкий сельсоветы.

Каратузский район принял краевой проект «Культурная столица Красноярья 2020». Участником масштабного мероприятия стала делегация Идринского района.

Ситуация на рынке труда на 1.02.2020 г.: численность безработных граждан, зарегистрированных в Центре занятости населения, составила 200 человек; уровень безработицы – 3,7 %.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ В ИДРИНСКОМ РАЙОНЕ

7 ФЕВРАЛЯ -6 - 11	☁	взв 2 м/с
8 ФЕВРАЛЯ +2 - 8	☁	тум 2 м/с
9 ФЕВРАЛЯ +5 - 8	☁	тум 2 м/с
10 ФЕВРАЛЯ +3 - 5	☁	тум 1 м/с
11 ФЕВРАЛЯ -7 - 9	☁	тум 1 м/с
12 ФЕВРАЛЯ -10 - 16	☁	тум 1 м/с
13 ФЕВРАЛЯ -8 - 14	☁	тум 1 м/с

РАБОЧАЯ ПОЕЗДКА ДЕПУТАТА

Из намеченного выбирать основное

В прошлую пятницу Идринский район с рабочей поездкой посетил депутат Законодательного собрания Красноярского края от партии «Единая Россия» Виталий Дроздов.

Виталий Дроздов провел рабочее совещание в районном Совете депутатов. В совещании приняли участие председатель районного Совета депутатов Анатолий Букатов, помощник депутата в Идринском районе Виктор Епифанов, исполняющий обязанности главы района Наталья Антипова, начальник отдела образования Вадим Кононенко, глава Отрокского сельсовета Константин Москаленко.

На совещании обсуждалось решение стратегически важных для района вопросов: строительство поликлиники и жилого дома для врачей, ремонт спортзала в Стахановской сош, замена окон в Отрокском детском саду, строительство клубов в поселке Центральном и селе Большие Кныши и многое другое.

Виталий Дроздов, резюмируя работу совещания, сказал, что невозможно выполнить все, что намечено, но необходимо выбрать основное и работать над каждым вопросом, стараясь довести его до логического завершения.

К СВЕДЕНИЮ НАСЕЛЕНИЯ

19 февраля состоится прием граждан председателем районного Совета депутатов Букатовым Анатолием Гавриловичем совместно с представителем фонда социального страхования Красиковой Анной Тихоновной, время приема с 13:00 по 15:00.

Прием граждан ведут по адресу: с. Идринское, ул. Мира, 16 (здание администрации Идринского района, 3-й этаж), районный Совет депутатов. Телефоны для справок: 23-1-20, 23-4-88.

В ПРАВИТЕЛЬСТВЕ РФ

Утвержден календарь выходных на 2020 год

Согласно новому расписанию календаря, жители России будут отдыхать с 22 по 24 февраля в честь Дня защитника Отечества; в честь Международного женского дня с 7 по 9 марта. Длинные майские каникулы пройдут с 1 по 5 мая и с 9 по 11 мая, а также с 12 по 14 июня россияне отдохнут в честь празднования Дня России и 4 ноября в честь Дня народного единства.



▶ ГОД ПАМЯТИ И СЛАВЫ

Расскажем о земляках – героях Советского Союза

Красноярский край присоединился к Всероссийской акции «Памяти Героев». На протяжении всего года жителям нашего региона будут рассказывать об уроженцах Красноярского края, получивших звание Героя Советского Союза и ставших полными кавалерами ордена Славы.

Всего в нашем регионе звание Героя Советского Союза было присвоено 103 жителям, еще 29 человек стали полными кавалерами ордена Славы.

Рассказывать о каждом герое будут в месяц его рождения. Для этого в учебных заведениях, молодежных центрах и культурных учреждениях по всему краю будут размещены информационные стенды с плакатами, содержащими краткие биографии героев и QR-код, который при сканировании направляет на видеоролик с информацией о конкретном человеке. Видеоматериал размещается в YouTube-канале «Памяти Героев». Жителям края уже расска-

зали о подвигах тех, кто родился в январе. Теперь будут информировать о рожденных в феврале.

По словам организаторов акции, работа с архивными документами позволила сформировать полный реестр героев – уроженцев региона. На его основе подготовлена информация о каждом человеке, включающая личную фотографию, дату рождения, место рождения, краткую биографию и историю совершенного подвига.

В Идринском районе званием Героя Советского Союза награжден Леонид Храпов. В районном краеведческом музее имени Н. Летягина постоянно действует экспозиция «Поклонимся великим тем годам». На этой выставке имеется подробная информация о жизни и подвиге нашего земляка – героя Великой Отечественной. В честь Леонида Храпова названа улица районного центра. На одном из домов, находящемся на ней, прикреплен памятный знак с QR-кодом, который при сканировании направляет на видеоролик с ин-



формацией о Леониде Георгиевиче.

Кроме того, в рамках проекта «Памяти Героев» запущена народная эстафета. Принять участие в ней может каждый житель региона. Для этого нужно рассказать о подвиге своего родственника, который он совершил во время Великой Отечественной войны. Записанное видео необходимо разместить в социальных сетях с использованием хештега проекта #ПамятиГероев2020.

Отметим, что 2020 год был объявлен президентом России Владимиром Путиным Годом памяти и славы. Все акции в Красноярском крае проводятся региональной дирекцией Года памяти и славы.

▶ ДАТА

Союзу журналистов – 100 лет

Красноярскому Союзу журналистов 1 февраля исполнилось 100 лет. Во Дворце культуры железнодорожников в этот день прошел бал прессы.

Поздравить красноярское журналистское сообщество пришли представители власти, Законодательного собрания, депутаты Госдумы, гости из соседних республик Тыва и Хакасии. На юбилей в Красноярск приехали председатель Союза журналистов России Владимир Соловьев и его коллега из Болгарии Снежана Тодорова.

Председатель Законодательного собрания края Дмитрий Свиридов, открывая официальную часть мероприятия, отметил, что край может гордиться своим журналистским сообществом, которое следует кодексу чести и справедливости, стоит на защите интересов СМИ. А еще региональный Союз журналистов – хранитель истории и кузница кадров.

Заместитель губернатора Красноярского края Василий Нелюбин, ранее возглавлявший более 20 лет краевое отделение Союза, отметил: «Принято говорить, что журналисты пишут историю современности. Но надо сказать, что наши коллеги сами эту историю делают. Можно вспомнить последние из мероприятий, которые прошли в Союзе журналистов. Скромная, но очень знаковая выставка Юрия Бармина.

На его снимках запечатлена хроника событий Красноярского края. Как к нам приезжал Фидель Кастро, как Красноярск встречал первого космонавта Юрия Гагарина, генеральных секретарей Никиту Хрущева, Леонида Брежнева. А самое главное – там огромное количество лиц наших замечательных земляков – крестьян, рабочих, металлургов, интеллигенции. Это ли не история?»

Владимир Соловьев назвал красноярский Союз журналистов сильной организацией, со своими традициями и сильной журналистской школой.

Были подведены итоги ежегодного творческого конкурса «Красноярские перья», который проходил уже 26-й раз. Свои статуэтки в разных номинациях получили 15 человек, представляющие разные издания региона.

Главному редактору «Идринского вестника» Ирине Свиридовой вручено благодарственное письмо руководителя исполкома общероссийского народного фронта (ОНФ) М. Кузнецова, в котором он выразил коллективу редакции искреннюю благодарность за высокий профессионализм, оперативность и информационную поддержку в освещении деятельности регионального отделения ОНФ в Красноярском крае.

По традиции торжество закончилось балом прессы.

Наш корр.

▶ ПРОЕКТ

Дорога памяти

Проект «Дорога памяти» реализуется Министерством обороны Российской Федерации в рамках утвержденного Президентом РФ перечня поручений по совершенствованию мер, направленных на увековечение памяти погибших при защите Отечества.

«Дорога памяти» — это общедо-

ступная единая база данных о каждом участнике Великой Отечественной войны. Свое продолжение «Дорога памяти» найдет в виде крупнейшего памятника с именами и портретами героев Великой Отечественной войны на территории военно-патриотического парка культуры и отдыха «Патриот», где строится Главный

храм Вооруженных сил России. К храмовому комплексу будет проложена дорога памяти — мемориал, увековечивающий миллионы имен участников войны, отчаянно сражавшихся за Родину. Именные записи, дополненные портретами, навсегда останутся в сердцах соотечественников и потомков.

▶ НАЦПРОЕКТ «ОБРАЗОВАНИЕ»

Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей

Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» направлен на выполнение задачи, поставленной президентом Российской Федерации В. Путиным, по воспитанию гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей нашей страны и наших народов.

Приказом Министерства просвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 утверждена целевая модель развития региональных систем дополнительного образования, которой отведена важная роль в обновлении содержания и методов обучения, повышении доступности качественного дополнительного образования детей.

Достижение поставленных задач планируется путем увеличения охвата детей доступным и качественным дополнительным образованием; обновления содержания и методов дополнительного образования детей; развития кадрового потенциала и модернизации инфраструктуры системы дополнительного образования детей.

Внедрение целевой модели подразумевает создание и обеспечение деятельности регионального модельного центра; выравнивание доступности предоставления дополнительного образования детей с учетом региональных особенностей, соответствующего запросам, уровню подготовки и способностям детей с различными образовательными потребностями и возможно-

стями (в том числе одаренных детей, детей из сельской местности и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации); внедрение общедоступного навигатора по дополнительным общеобразовательным программам; внедрение модели персонализированного финансирования и персонализированного учета детей, посещающих организации дополнительного образования.

Каждый ребенок в возрасте от 5 до 18 лет сможет выбрать объединение дополнительного образования или спортивную секцию по своим интересам через интернет-портал Навигатор дополнительного образования, вне зависимости от места проживания и финансового положения семьи.

Более подробно об этом рассказал начальник отдела образования администрации района **Вадим Кононенко**.

– **Вадим Евгеньевич, что такое Навигатор дополнительного образования?**

– Это информационный интернет-портал, в котором содержится максимально полная информация об объединениях дополнительного образования, спортивных секциях и организациях дополнительного образования, сведения о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, оплачиваемых государством в рамках реализации проекта «Успех каждого ребенка».

С помощью Навигатора для учреждений дополнительного образования появилась возможность представить

свои дополнительные программы, а у родителей есть возможность выбирать занятия для своего ребенка в соответствии с индивидуальными запросами, уровнем подготовки ребенка и его способностями.

– **Что собой представляет сертификат дополнительного образования?**

– Сертификат – это не бумажный документ, а именная электронная запись в Навигаторе, которая представляет собой идентификационный номер из десяти цифр, сформированных электронной системой «Навигатор дополнительного образования детей». Родителям больше не придется носить пачками бумаги и документы для зачисления ребенка в объединение дополнительного образования или спортивную секцию. Организация сама проверит наличие у ребенка сертификата в системе.

Средства, которые дает сертификат, можно потратить только на дополнительное обучение детей и только через Навигатор дополнительного образования.

Деньги нельзя потратить на другие цели и нельзя обналичить. При этом в выборе занятий дети не ограничены: государственные учреждения, частные организации, ИП – все объединения и секции, размещенные в каталоге Навигатора, участвуют в программе финансирования и могут быть оплачены сертификатом.

Сумма сертификата (объем обеспечения) будет ежегодно пополняться. В зависимости от стоимости образовательной программы сер-

тификат можно будет направить на обучение по одной или нескольким программам. В случаях, если выделяемого объема финансирования будет недостаточно для оплаты обучения ребенка в объединении и секции, родители смогут доплачивать разницу.

– **Как получить сертификат дополнительного образования?**

– Получить сертификат на оплату объединений и секций смогут все жители, дети которых старше пяти и младше восемнадцати лет. Для получения нужно будет всего один раз написать заявление для предоставления документа – затем он будет сохраняться за ребенком до достижения им совершеннолетия. Чтобы на сертификат были зачислены деньги, нужно в начале каждого года (например, в январе) написать заявление – ведь год от года объем гарантий государства может меняться.

Чтобы стать участником проекта, родителям необходимо зарегистрироваться на сайте Навигатора дополнительного образования и оставить заявку на получение сертификата.

Затем в каталоге Навигатора необходимо выбрать занятия и записать ребенка на обучение. Выбор можно сделать из нескольких направлений: социально-педагогическое, естественнонаучное, художественное, физкультурно-спортивное, туристско-краеведческое и техническое.

Далее следует обратиться в выбранную образовательную организацию с паспортом родителя и свидетельством о рождении ребенка.



Оформить на месте заявление и получить подтверждение о внесении сертификата в реестр.

Детям, зачисленным на занятия, автоматически выдается сертификат персонализированного финансирования с определенной суммой денег. Далее ребенок посещает занятия, и оплата за обучение списывается со счета сертификата.

– **В чем плюс персонализированных сертификатов?**

– Подобная система финансирования дополнительных занятий откроет всем детям возможность расти и всесторонне развиваться в тех направлениях, которые им интересны.

Благодаря новой системе учиться смогут дети, ранее по семейным обстоятельствам не посещавшие объединения дополнительного образования.

В свою очередь объединения дополнительного образования и спортивные секции, чтобы быть востребованными, будут стремиться привлекать к работе лучших специалистов, повышать качество обучения и совершенствовать дополнительные программы.

Сейчас идет активная работа по наполнению Навигатора дополнительного образования. Образовательные учреждения района наполняют его сведениями о реализуемых дополнительных программах.

Ирина Филиппова (АП)

ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Развиваем ребенка вместе

«Моего ребенка отправляют на ПМПК. Но мы не пойдем! Ни за что!», «Школьный консилиум давно рекомендовал родителям обратиться с ребенком в ПМПК, но они этого так и не сделали», – такие заявления можно услышать достаточно часто.

Как правило, родители отказываются от посещения ПМПК по той причине, что плохо понимают, что это такое, чем это может быть полезно.

Об этом наш разговор с директором Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Идринский» **Галиной Золотайкиной**.

– Галина Петровна, что такое ПМПК?

– ПМПК – это психолого-педагогическая комиссия, то есть организация, в состав которой входят специалисты медицинского, педагогического и психологического профиля (как правило, это учитель-логопед, педагог-психолог, учитель-дефектолог, социальный педагог, врач-невролог и врач-психиатр). Основная задача комиссии – выявить причины проблем в обучении ребенка и рекомендовать ему образовательную программу, которую он сможет успешно освоить, а также дать рекомендации по преодолению или облегчению тех трудностей, которые у него есть (в учебе, поведении, взаимоотношениях, здоровье, развитии).

Некоторым детям нужна особая

поддержка (педагогическая, психологическая, медицинская), без которой им очень трудно в школе, да и в жизни. Можно самостоятельно проанализировать тетрадки своего ребенка, ответив на вопросы (естественно, в зависимости от того, в каком классе он учится):

1. Много ли орфографических ошибок?

2. Сколько в тетрадках работ, которые он сделал совершенно самостоятельно, без подсказок? Какое их качество?

3. Как считает ребенок – в уме, по пальцам, по линейке? В пределах 10, 20, 100 или 1000? Знает ли таблицы умножения и насколько хорошо? Может ли самостоятельно решить задачу?

4. Как читает ребенок – по буквам, по слогам или целыми словами? Часто ли допускает ошибки при чтении? Насколько хорошо понимает прочитанное? Может ли сам связно пересказать то, что прочитал?

5. Во сколько лет ребенок пошел в первый класс – было ли ему 7 лет на момент поступления в школу? Насколько он был готов к началу школьного обучения? Не говорили ли педагоги, что ему рановато учиться?

– Что представляет собой диагностическая процедура на ПМПК?

– Как правило, обследование ребенка проходит в виде беседы, в ходе которой ему предлагается ответить на ряд вопросов и выполнить ряд заданий разнообразного характера:

сложить из частей картинку или фигуру, запомнить определенное количество слов или изображений, разложить последовательно несколько картинок с единым сюжетом и так далее; а также выполнить несложные задания из школьной программы. Задания, которые на комиссии предлагаются ребенку, касаются не только школьных знаний и умений. Вся беседа обычно занимает от 30 до 50 минут в зависимости от возраста ребенка и его индивидуальных особенностей. Родители обязательно присутствуют на диагностике, но не вмешиваются в ее ход, а только наблюдают. В ходе обследования ведется протокол, в который заносятся ответы ребенка, а также краткие выводы по каждому из проверяемых показателей.

После заполнения всех документов специалисты комиссии озвучивают для родителей рекомендации по дальнейшему обучению ребенка, по оказанию ему необходимой психологической, педагогической, медицинской помощи.

– Как же подготовиться к комиссии?

– Конечно, обследование на ПМПК – это в какой-то мере стресс. По опыту могу сказать, что дети больше всего нервничают и переживают тогда, когда родители им говорят о большой важности этого, увещивают, что нужно обязательно отвечать правильно, что от ответов ребенка многое зависит и т.п. Поэтому «строжить» (заранее ругать) ребенка одно-

значно не стоит; это только повысит уровень его тревожности, а следовательно, может блокировать мыслительные процессы, и тогда ребенок просто замкнется. Соответственно, хороших результатов тогда точно не будет. Пожалуй, скажу даже так: ни в коем случае нельзя ругать дочь или сына ни до, ни после комиссии, какой бы результат они ни показали.

Поэтому родителям, решившим сходить на ПМПК, лучше сказать своему ребенку примерно следующее: «Мы с тобой сходим на комиссию, там тебе будут задавать разные вопросы, показывать разные интересные картинки и давать задания. Ты отвечай так, как знаешь. Если не знаешь, как ответить на вопрос, то так и скажи – не знаю. В этом нет ничего страшного, потому что не бывает людей, которые могут ответить на все вопросы. Я, например, тоже не всегда могу это сделать. И знай: как бы ты ни отвечал, я все равно тебя очень сильно люблю, и ты для меня – самый лучший». И после обследования непременно похвалите ребенка: он сейчас работал так напряженно, как, возможно, не работал очень давно.

– Чем может «грозить» ребенку и его родителям обращение в ПМПК?

– Тем, что могут подтвердиться опасения, касающиеся развития ребенка. Тем, что будут вслух названы существующие проблемы. Тем, что придется искать решение этих проблем и предпринимать для

этого какие-то конкретные действия, прикладывать моральные, интеллектуальные и физические усилия (а бывает, и материальные).

Иногда можно услышать: «Вот пока мы не сходили на эту комиссию, у нас все было хорошо!» Нет, хорошо не было, иначе бы никто ребенка на ПМПК не отправлял. Комиссия не могла создать тех проблем, которых не было, она могла только выявить, поднять на поверхность те, которые уже существовали, но на которые раньше не обращали внимание, закрывали глаза, старались не замечать или прятали поглубже. Так что после обследования на ПМПК стоит посмотреть на ситуацию реально и, наконец, начать что-то делать для того, чтобы ребенку было легче. Тем более, что пути решения уже показаны.

Подчеркну особо – комиссия дает рекомендации, а не приказы к исполнению. То есть право и обязанность родителей, хорошенько обдумав и взвесив все за и против, самостоятельно решать: выполнять то, что было рекомендовано, или нет. Однако мамам и папам (или другим законным представителям) стоит помнить, что ответственность за это решение, а значит, и за дальнейшую судьбу ребенка, также лежит только на них.

*Подготовила
Ирина Славянская (АП)*

МОЛОДЕЖНАЯ ПОЛИТИКА

Студент года



В России много праздников в году, среди которых одним из самых радостных и веселых является День студента. Трудно, наверное, отыскать студента, не знающего о существовании этого праздника и не отмечающего его 25 января.

В 2020 году специалисты молодежного центра «Альтаир» совместно с Идринским филиалом «Южно-аграрного техникума» провели конкурс «Студент года – 2020». В видеобрещении ребят поздравили председатель районного Совета депутатов А. Букатов и заместитель главы района по со-

циальным вопросам Л. Юрочкина.

В конкурсе приняли участие восемь студентов, обучающихся на разных курсах техникума: Дмитрий Мельник, Кирилл Синицин, Фаина Ерченко, Татьяна Шенкнехт, Алексей Шпагин, Екатерина Матвеева, Диана Леушкина, Игорь Михеев. Все участники заранее подготавливались к выступлению. Они готовили визитные карточки и творческие номера.

В «Альтаире» все участники вместе со своей группой поддержки встретились, чтобы попробовать свои силы и определить победителя. Мастера и педагоги, казалось,



переживали и волновались даже сильнее самих ребят.

Выступление участников оценивало компетентное жюри в составе Л. Евсеенко, начальника ОКСМ администрации Идринского района, Р. Кулакова, директора МЦ «Альтаир», А. Савишина, преподавателя Идринского филиала техникума.

Участники представляли презентации о своих увлечениях, спортивных и творческих достижениях; изображали и защищали плакаты по пропаганде здорового образа жизни; проявляли смекалку в испытании «Блиц-опрос», отвечая на вопросы с подвохом. В творческом конкурсе танцевали, пели песни,

читали стихи, обыгрывали театрализованный эпизод «Ожидание и реальность преподавателя».

Борьба за звание «Студент года» была напряженной. Жюри подвели итог и огласили, что почти все участники набрали одинаковое количество баллов. С небольшой лишь разницей победителем стал Игорь Михеев (на фото). Все участники награждены дипломами и памятными призами.

Хочется отметить, что данный конкурс в нашем районе проводится впервые, но надеемся, что теперь станет ежегодным.

*Ольга Лунькова,
методист МЦ «Альтаир» (АП)*

НА ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ

Развитие добровольной пожарной охраны

На протяжении нескольких лет на территории Идринского района ведется работа по созданию добровольной пожарной охраны.

На сегодняшний день создано и успешно функционируют 23 подразделения, на вооружении которых имеется четыре пожарных автомобиля и девять передвижных пожарных комплексов «Огнеборец». Общая численность добровольцев составляет 139 человек, все они стоят на защите населения от огня.

Общее количество пожаров в 2019 году – 52, из них 18 потушено с привлечением подразделений ДПО, один пожар потушен добровольцами самостоятельно. В сравнении с аналогичным периодом прошлого года, потушено 30 пожаров, из них с привлечением ДПО – пять, самостоятельно подразделениями ДПО пожары не тушились.

В рамках развития и функционирования добровольной пожарной охраны на территории Красноярского края в 2020 году ведется работа для участия в конкурсе на получение субсидии на мероприятия по развитию добровольной пожарной охраны в районе. По результатам проведенного конкурса планируется выделение субсидии из краевого бюджета для проведения капитального ремонта двух пожарных автомобилей, а также на укомплектование снаряжением и обмундированием личного состава добровольных пожарных команд Никольского, Большекнышинского, Новотроицкого и Романовского сельсоветов.

*Алексей Наумов,
начальник караула ПСЧ-51 (АП)*

▶ КЛУБ «ВИРИНЕЯ»

ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Спортивно-оздоровительный клуб «Виринея» с психологическим сопровождением является одним из самых востребованных направлений работы социально-реабилитационного отделения КГБУ СО «Комплексного центра социального обслуживания населения «Идринский». Именно здесь начинается путь к здоровью, хорошему самочувствию и восстановлению. Основной целью работы клуба является привлечение людей к ведению здорового образа жизни, поддержание и укрепление здоровья через занятия физической культурой, а также психологическое оздоровление участников клуба.

Спортивно-оздоровительный клуб «Виринея» был создан несколько лет назад для граждан пожилого возраста и инвалидов. Со временем мы расширили целевую аудиторию и разработали новые комплексы. В настоящее время в нем занимаются люди с ограниченными возможностями здоровья и пожилые, дети с сохраненным здоровьем и молодые инвалиды. Инструктор подберет любой комплекс в соответствии с уровнем физической подготовленности и заболеванием. Занятия проводятся небольшими группами под руководством инструктора два раза в неделю по 50-60 мин. Этого вполне достаточно, чтобы привести свой организм в тонус, получить заряд бодрости и бороться с последствиями каких-либо заболеваний. Зал АФК (адаптивно физическая культура) достаточно оснащен тренажерами и различным спортивным оборудованием. Здесь вы можете нагрузить свое тело работой на тренажерах, беговой дорожке или освоить комплекс упражнений на мячах, с гантелями, на шведской стенке и другими снарядами.

Если же говорить о специальных курсах гимнастики в борьбе с заболеваниями и их последствиями, то очень перспективным направлением является работа с людьми, перенесшими ишемию головного мозга (инсульт) и, как следствие, страдающих нарушением деятельности верхних конечностей, их чувствительности. Именно для таких случаев в зале АФК имеется стол-тренажер «Канавелл» для реабилитации и тренировки верхних конечностей. Методика работы на столе предусматривает комплекс упражнений, направленный на разработку глубоких мышц кисти,

запястья и предплечья с нагрузкой или без нее.

Отличным профилактическим и лечебным средством является массажное кресло. Оно благотворно влияет на состояние позвоночника, особенно в области шейного и грудного отделов. Сеанс массажа в кресле снимает напряжение мышц, ускоряет кровоток, тем самым способствуя скорейшему выздоровлению. Но помните, что любой массаж, в том числе машинный, требует рекомендаций врача.

Немаловажным направлением работы клуба является психологическое сопровождение его участников. Оно складывается из множества составляющих деятельности психолога с применением оборудования сенсорной комнаты. Сочетание разных видов диагностики и форм работы оказывает положительное воздействие, как на психологическое, так и эмоциональное состояние человека. Не менее важен и тот факт, что данная работа проходит в группе единомышленников, а потому формирует широкий и устойчивый круг общения.

Участники клуба неоднократно принимали участие в различных спартакиадах, соревнованиях и спортивно-оздоровительных мероприятиях как районных, так и межрайонных.

В теплое время года активно проводятся занятия скандинавской ходьбой по маршрутам «Тропа здоровья» и берегу реки Сыды. В сентябре прошедшего года в г. Минусинске в рамках всероссийского физкультурного спортивного комплекса ГТО прошли соревнования по скандинавской ходьбе «Давай ходить!». Команда от Комплексного центра приняла участие в соревнованиях и заняла призовые места. В зимнее время одним из самых доступных и полезных видов активного отдыха являются лыжи. Регулярные лыжные прогулки на свежем морозном воздухе заряжают энергией, придают сил, укрепляют здоровье и повышают работоспособность. Этот вид физической активности подходит людям любого возраста. Каждую пятницу участники спортивно-оздоровительного клуба «Виринея» под руководством инструктора проходят на лыжах несколько километров.

Юлия Золина, заведующая социально-реабилитационным отделением (АП)



На лыжной прогулке

▶ В МИРЕ ПРЕКРАСНОГО

Музыка формирует характер



Ольга Ольшанская с учениками

«Музыка воодушевляет весь мир, снабжает душу крыльями, способствует полету воображения; музыка придает жизнь и радость всему существующему... Ее можно назвать воплощением всего прекрасного и всего возвышенного» (Платон).

На протяжении всей жизни человека звучит музыка. Начиная с незатейливой маминной колыбельной и заканчивая современными музыкальными произведениями. Современное искусство очень переменчиво: это может быть и шедевр и нечто, лишь отдаленно напоминающее мелодию. Музыка отражает эпоху. Включив записи определенного десятилетия, можно сразу почувствовать дух времени.

Отдельной параллелью проходит классическая музыка, она актуальна во все времена, но понятна не всем. Насколько это важно – научиться понимать классику? Нужно ли музыкальное образование современным детям? Искать ответы на эти вопросы я отправилась в Идринскую детскую школу искусств.

Педагогу, проработавшему всю жизнь в музыкальной школе и считающему свою профессию счастьем, всегда есть что сказать. Знакомьтесь: Ольга Ольшанская, преподаватель сольфеджио, руководитель хора Идринской детской школы искусств.

Родилась на Дальнем Востоке. В 1975 году окончила музыкальное училище в городе Благовещенске. Сначала работала в музучилище села Ивановка, что в 30 км от Благовещенска. После замужества с супругом уехали работать в Республику Тыву, где Ольга преподавала в музыкальной школе. С 1991 года работает в Идринской ДШИ.

По сей день Ольга Сергеевна вдохновенно обучает детишек тому, что любит больше всего на свете – настоящей музыке. Когда она говорит о музыке, о детях, глаза ее буквально светятся!

– Ольга Сергеевна, как современные дети относятся к обучению?

– Современные дети интересуются очень многими вещами одновременно. Они получают постоянно много информации из смартфонов, интернета и не хотят ничего упустить, поэтому они часто отвлекаются и им трудно сосредоточиться. Наша задача – увлечь ребенка, помочь ему раскрыть свои способности.

– Есть ведь талантливые дети, с ними проще?

– Ничего подобного. Далеко не всегда сразу очевидно, что у ребенка есть талант. Это непросто, но в то же время очень интересная ра-

бота – найти в ребенке способности, помочь ему раскрыться. Бывают дети с трудным характером. Он может быть зажат, замкнут в себе, и нужно много терпения, чтобы найти к нему подход. Лучшая награда для учителя, когда в итоге он расцветает. Бывает, дар есть, но ему не хочется этим заниматься, ему это неинтересно. И, наоборот, изначально не много дано и только благодаря своей настойчивости ребенок добивается хороших результатов.

– Можете назвать имена талантливых выпускников ДШИ?

– Их много, всех не упомянешь. Ну вот, например, Игорь Андреев, работает в Новосибирске. Он прошел все три этапа – музыкальная школа, музыкальное училище, консерватория. Братья Врясовы, Николай и Максим – талантливые художники, окончили ИЗО в нашей школе. Николай продолжил свое обучение в училище им. Сурикова в Красноярске, высшее образование получил в Москве и теперь работает в Красноярске.

– В каких мероприятиях участвуют ваши ученики?

– Ездим на конкурсы, у нас есть дипломы. Раз в два года проходит конкурс «Минусинская весна». Там собираются представители школ из Курагино, Шушенского, Краснотуранска, Каратуза, Ермаковского. Самая высокая награда на данный момент у нас – лауреаты 3 степени. Моя цель – подготовить детей так, чтобы мы смогли получить более высокую награду.

– С какого возраста нужно приводить ребенка в школу искусств?

– У нас дети занимаются с 7 лет, иногда берем с 10, потому что у нас есть разные сроки обучения – четырехлетние и семилетние. Дополнительное образование – это важный этап воспитания ребенка. Формирование его отношения к правильной музыке, развитие его музыкального и художественного вкуса, творческих способностей. Мы учим детей пониманию красоты. Это важно, ведь дети – это общество будущего, то, что останется после нас. То, что мы в них заложим, это навсегда. Мы очень рады, когда родители понимают важность дополнительного образования, относятся к этому серьезно. Ведь это такой небольшой период в жизни человека, когда нужно успеть насытить душу впечатлениями, мозгом – нужными знаниями, это останется с ними на всю жизнь.

– То есть взрослому человеку уже поздно учиться, если упустил момент?

– Смотря, какую цель преследуете. Профессиональных высот, конечно, уже не достичь, так как для этого тре-

буется длительное обучение и легче всего оно дается именно в детстве. Но обучиться игре на музыкальном инструменте вполне возможно в любом возрасте. Мы не обучаем взрослых, но каждый может найти обучающие материалы для себя самостоятельно, в интернете и, при должной настойчивости, все получится.

– Чему можно обучиться в Идринской ДШИ?

– У нас есть отделение хореографии, где дети учатся танцевать. ИЗО – это все, что касается художественного творчества. Музыкальное отделение, которое включает в себя классы: фортепиано, баян, гитара, балалайка и домра. И фольклор, где дети учат русские народные песни. Очень жаль, что в нашей школе нет концертного зала, где ребята могли бы выступать, давать концерты. Это наша мечта.

– Согласна, я бы с удовольствием посещала такие концерты... Ольга Сергеевна, как вы считаете, снизилась ли популярность классического музыкального образования в наше время?

– Думаю, что нет, дети постоянно к нам новые приходят. Единственное, о чем хотелось бы напомнить родителям: не забывайте, что вы привели ребенка в школу. Это не «кружок», куда можно ходить или не ходить. Если ребенок пришел к нам, ему нужно пройти определенную программу, для того чтобы получить результат.

– Какие навыки, прежде всего, требуются начинающему музыканту?

– Трудлюбие. Без трудолюбия невозможно ничего достичь, даже имея талант. Важно иметь настойчивость, желание учиться, не бросать в трудные моменты. Музыка формирует характер. Обучаться музыкальной грамоте сложно и не всегда интересно. Никому не хочется учить ноты, играть скучные гаммы – это большой труд, но результат того стоит. Нужно до такой степени натренировать пальцы, чтобы они уже сами играли, автоматически.

– Что вас лично вдохновляет?

– Работа. Я не представляю себя без музыки и детей. Люблю слушать мелодичные детские голоса, как они звучат – нежно, трепетно.

– Бывали ли моменты выгорания?

– Нет, никогда.

– Спасибо за интервью, Ольга Сергеевна. Успехов вам в вашем нелегком и таком нужном деле и крепкого здоровья!

Текст и фото Ирины Стасенко (АП)

Вопросы о раке, которые касаются каждого



Главный врач Красноярского краевого клинического онкологического диспансера Андрей Модестов

Каждый год Всемирный день борьбы против рака (4 февраля) имеет определенную тематику. Несколько лет назад он проходил под лозунгом: «Оградите детей от табачного дыма», в 2014 году основное внимание было сосредоточено на развенчании мифов и неверных представлений о раке, в 2015 году этот день прошел под девизом «Рак. Недалеко от нас». В 2019–2021 годах Всемирный день борьбы против рака проходит под лозунгом «Я есть и я буду» (#IAmAnd IWill). Это призыв, который побуждает нас предпринять действия сейчас, чтобы повлиять на будущее. «Кем бы вы ни были, у вас есть сила, чтобы уменьшить влияние рака на себя, на людей, которых вы любите, и на весь мир. Пришло время взять на себя обязательства», – говорится на официальном сайте дня борьбы с раком.

Всемирный день борьбы против рака призван не пугать людей ужасами, связанными со страшным заболеванием, а пропагандировать здоровый образ жизни, передавать ценные знания о том, как не допустить либо снизить возможную угрозу. Мы поговорили с главным врачом Красноярского краевого клинического онкологического диспансера им. А.И. Крыжановского Андреем Модестовым о профилактике рака, которая под силу каждому из нас.

– Андрей Арсеньевич, правда ли, что из всех факторов риска самый сильный для возникновения рака – курение?

– Правда. Возникновение множества злокачественных новообразований можно было бы предотвратить только с помощью отказа от курения. Употребление табака – одна из самых значительных угроз для здоровья людей. Из 43 известных канцерогенов, присутствующих в табачном дыме, наиболее опасны угарный газ, оксид азота, смолы, радиоактивные изотопы (полоний, радий, толий, калий-40 и другие), тяжелые металлы (ртуть, кадмий, никель, кобальт), бензопирен, цианиды. Достоверно установлено,

что опасность заболеть раком значительно выше у людей, рано начавших курить и выкуривающих в день пачку и более.

– То есть если человек курил, предположим, 20 лет, то можно уже не бросать? Все равно риск уже есть...

– Бросить курить не поздно никогда! Некоторые изменения тканей и органов в результате табакокурения могут быть обратимы. Как только человек бросит курить, он сразу начнет чувствовать улучшение состояния. В течение трех дней придет в норму повышенная концентрация угарного газа, которая в крови курильщика может быть в 40 раз выше, чем у некурящего. Через 4–5 дней организм очистится от никотина, от волос и кожи не будет пахнуть табаком. Примерно через неделю начнут восстанавливаться обоняние и вкусовая чувствительность. В период от одного до девяти месяцев будет восстанавливаться ткань легких. В это время легкие будут активно очищаться. Через год после того, как человек бросит курить, вдвое уменьшится риск иметь заболевание сердечно-сосудистой системы. Через пять лет вдвое уменьшится риск возникновения рака. Улучшится общее состояние здоровья, вы почувствуете прилив энергии и сил, в крови снизится уровень холестерина, повысится иммунитет. Как видите, есть ради чего стараться!

– С курением разобрались. Какие еще есть значимые факторы риска?

– В возникновении злокачественных новообразований мы привыкли винить что угодно (наследственность, некачественные продукты питания, загрязнение окружающей среды), но только не себя. Безусловно, эти факторы влияют на возникновение онкологических заболеваний, но в гораздо меньшей степени, чем образ жизни, выбранный самим человеком.

Многие правила стары как мир, о чем-то, напротив, стали говорить лишь недавно. Так, все знают, что не стоит злоупотреблять спиртными напитками, особенно крепкими.

Доказана канцерогенность употребления более 50 граммов алкоголя в сутки в отношении развития рака полости рта, гортани, глотки, пищевода и печени, а эффект от совмещения курения и потребления алкогольных напитков носит взаимоусиливающий характер. Чем выше градус, тем больше алкогольный напиток разрушает клетки: сначала слизистый желудочно-кишечного тракта, потом предслизистого слоя, после которого постепенно травмируется мышечный слой органа, начинается атрофия клеток, что приведет в конечном счете к поломке генов клеток и превращению их в раковые.

Также необходимо придерживаться сбалансированного питания и есть меньше животных жиров, красного мяса, а больше – овощей, фруктов, клетчатки, витаминов С, А, Е, кальция. Здоровый суточный рацион должен на 60 % состоять из овощей и фруктов.

Вредно долго находиться на солнце, не прикрывая кожу: это может привести к развитию рака кожи и меланомы.

Лишний вес, ожирение и малоподвижный образ жизни – также одни из основных факторов риска развития рака молочной железы, простаты, колоректального рака, рака желчного пузыря, поджелудочной железы, рака пищевода, рака эндометрия, рака почки. Кроме того, эти факторы могут привести к инфаркту, инсульту, диабету. В целях профилактики рака важно поддерживать регулярную физическую активность не менее 30 минут в день или хотя бы 2–3 раза в неделю восполняйте недостаток движения интенсивными или более длительными физическими нагрузками.

– Об этом мы действительно слышим постоянно. Есть ли что-то не менее важное, но менее очевидное?

– Конечно. Простой пример: мы с детства привыкли есть пересоленную пищу в виде различных заготовок на зиму: соленые огурцы, помидоры и другие овощи, квашеная капуста, мы не представляем себе застолья без этих вещей. Между тем чрезмерное потребление соли – важный фактор риска возникновения различных заболеваний, среди которых ишемическая болезнь сердца и артериальная гипертония. Помимо этого соль – третий среди факторов риска развития злокачественных новообразований. Норма суточного потребления соли – не более пяти граммов. Вычитать это очень сложно, поэтому основное правило – не есть заведомо пересоленных продуктов, к которым можно отнести колбасы, соленья, копчености, вяленые продукты, соевый соус и так далее.

Еще один важный фактор риска развития раковых заболеваний – избыточное потребление сахара. Сахар, который употребляется человеком, откладывается в печени в виде гликогена. Если запасы гликогена в печени превышают обычную норму, съеденный сахар начинает откладываться в виде жировых запасов, что провоцирует ожирение. Для метаболизма сахара необходимо витамин В1: если его в пище недостаточно, то он расходуется из мышц печени, сердца и других органов – развивается слабость, недомогание, снижение зрения и другие «нездоровые» симптомы. Сахар отрицательно влияет на деятельность сердечной мышцы, вызывая кардиомиопатию. Сахар способствует вымыванию кальция из организма, что может привести к развитию рахита у детей, а у взрослых – остеопороза, мочекаменной болезни, пародонтоза и кариеса. Регулярное употребление сахара снижает иммунитет в 17 раз, способствуя развитию ряда заболеваний, в том числе онкологии. Это

такое сахар, помимо очевидного? Это все кондитерские изделия – печенье, торты, конфеты и так далее. Для начала постарайтесь хотя бы не добавлять сахар в чай и кофе и не пить соки в упаковках. Вместо сахара лучше употреблять сложные углеводы, которые содержатся в овощах и фруктах.

Еще один неочевидный фактор риска – недостаток сна. В современном ритме жизни мы забываем о том, что с помощью здорового сна очищается головной мозг. Высыпаться нужно обязательно, это один из методов профилактики рака. Доказано, что раковые клетки образуются каждый день, и каждый день отслеживаются и уничтожаются иммунной системой. Этот процесс активнее всего происходит ночью во время сна, особенно с 22:00 до 02:00. За некоторое время до сна желательно перестать смотреть телевизор, выключить компьютер и убрать гаджеты. Лучше перед сном почитать книгу. Также важно хорошо проветрить комнату. Кстати, спать необходимо в полной темноте, ведь именно в этом случае выделяется мелатонин, который регулирует артериальное давление, функцию головного мозга и ЖКТ, замедляет процессы старения, усиливает эффективность иммунной системы, обладает антиоксидантными свойствами.

Кроме прочего, нужно стараться избегать сильного стресса, а уж если он есть – избавляться от него как можно быстрее.

– Предположим, мы перестали есть слишком много соли и сахара и хорошо высыпаемся. Что еще можно сделать, чтобы не оказаться в онкологическом диспансере?

– Увеличить физическую активность, сбросить лишний вес и пить достаточное количество воды. Все слышали, что человек на 60 % состоит из воды. Однако мало кто знает, что делать с этой информацией. А ведь вода в организме человека увлажняет кислород для дыхания, регулирует температуру тела, помогает организму усваивать питательные вещества и помогает преобразовать пищу в энергию, защищает жизненно важные органы, смазывает суставы, выводит различные отходы из организма. Правильный питьевой режим подразумевает сохранение физиологического водного баланса – это уравнивание поступления и образования воды с ее выделением.

Из рекомендаций по физической активности – возьмите в привычку каждое утро делать хотя бы пятиминутную зарядку: это минимальная польза, которую мы можем предложить своему организму. Идеальное начало дня – зарядка в течение 15 минут. В спокойном темпе, без резких движений нужно поделаться упражнения на растяжку, привести мышцы в тонус. Кроме того полезно проходить в день несколько тысяч шагов. Для мужчин минимальное количество – 6000, для женщин – 5000, но регулярно. При этом у вас не только будут хорошо работать сосуды, но и ускорится метаболизм.

Нужно также содержать в порядке свой кишечник. В нем не должно быть никакого застоя, а в этом поможет правильное питание. Оно должно быть регулярным. Важная часть – завтрак, особенно для детей. Нельзя переедать, от этого растягивается желудок, что, в свою очередь, ведет к избыточному весу. Фрукты лучше есть на голодный желудок, а не после еды. Фрукты быстро проходят по кишечнику и очищают его. Воду лучше пить в промежутках между приемами пищи.

– О правильном питании говорят все, все знают, что нужно питаться правильно. А как это?

– Продукты делятся на «кислые» и «щелочные». Мы зачастую нарушаем

пропорции и употребляем больше «кислых» продуктов, чем «щелочных». «Кислые» продукты – это вся консервированная продукция: те же соленые огурцы, помидоры и другие, копченое мясо, рыба. «Щелочные» продукты – овощи, фрукты, козьи молочные продукты. Так вот, соотношение «кислых» и «щелочных» продуктов должно быть где-то 40 на 60 процентов. Соблюдение этого баланса серьезно разгружает работу кишечника, желудка и поддерживает работу иммунной системы.

Вообще в рацион питания рекомендуется включать нежирную говядину, картофель, скумбрию, сельдь, капусту, фисташки – это источник селена, обладающего свойством тормозить рост опухолей. Имбирь, в котором содержится гингерол – вещество, которое ученые из индийского центра биотехнологий объявили самым эффективным противораковым соединением. Яблоки, виноград, красная капуста – источники кверцетина, уменьшающего риск заболеть раком. Оливковое масло extravirgin – содержит олеокантал, способствующий разрушению раковых клеток. Крестоцветные овощи, а это любая капуста, в которой содержится сульфорафан, предупреждающий рак желудка, мочевого пузыря и другие. Полезна также куркума: куркумин в ее составе активен против рака толстой кишки, костей, молочных и предстательной желез. Не забывайте и о сибирских ягодах – бруснике, голубике, клюкве, калине, чернике – они содержат проантоцианидины, способствующие борьбе с раковыми клетками и предотвращающие повреждение печени после химиотерапии.

– Отлично. Питаемся правильно, не пьем и не курим, хорошо спим и всегда позитивны – к врачам можно не ходить?

– Мы поговорили только о тех мерах профилактики и факторах риска, которые человек может контролировать сам. Наблюдение у врача – тоже важный способ профилактики. Так, после 40 лет обязательно обследуйте состояние прямой кишки и сдавайте анализ кала на наличие скрытой крови. Женщины с 18 лет должны проходить ежегодный осмотр гинеколога, а с 40 лет – анализ мазка из цервикального канала и шейки матки на цитологию, а также раз в два года проходить маммографию. После 50 лет маммографию нужно делать ежегодно. Мужчины после 50 лет ежегодно должны сдавать анализ на уровень простатспецифического антигена в крови. Также важно сообщать лечащему врачу обо всех узелках, уплотнениях и других аномалиях, обнаруженных на теле, обо всех стойких необычных симптомах (нарушение со стороны органов пищеварения, длительный кашель и т.д.).

В Красноярском крае действуют регулярные медицинские осмотры, большое внимание на которых уделяют своевременному выявлению злокачественных новообразований видимых локализаций. Так, если вам от 18 до 39 лет, в поликлинике по месту прикрепления вы можете пройти ежегодный профилактический осмотр и диспансеризацию раз в три года; с 40 лет – ежегодную диспансеризацию; с 65 лет – ежегодную диспансеризацию с углубленным перечнем обследований.

– Напоследок – ваши пожелания читателям.

– Пожелание всегда одно: берегите себя! Любите себя! Не забывайте о себе!

Подготовила Мария Лапшова по материалам КГБУЗ «Красноярский краевой клинический онкологический диспансер им. А.И. Крыжановского» (АП)



На пути следования – Большой Телек

Остров знаний

**А ТАКЖЕ ЛЮБВИ, ЗАБОТЫ И
ВНИМАНИЯ**

**Именно такое впечатление
у меня сложилось после посеще-
ния школы.**

Людмила Погребняк работает директором с 2005 года, учителем – с 1985-го. Людмила Александровна – выпускница Большетелекской школы. «Я, как тот золотник: где родился, там и пригодился», – шутит она.

А если серьезно, то Большетелекская школа по всем параметрам не уступает любой городской. И это особая гордость ее и всего коллектива.

Благодаря творческому, трудолюбивому, мобильному педагогическому коллективу во главе с Людмилой Погребняк Большетелекская школа два раза выигрывала грант по миллиону рублей: в 2006 и 2007 годах. В 2006 году в стране Большетелекская школа была единственной основной школой, которая стала победителем конкурса нацпроекта «Образование». На первый миллион было заменено все оборудование, мебель, приобретена оргтехника, интерактивные доски, интерактивные проекторы. На следующий миллион – полный комплект оснащения для кабинетов физики, биологии и частично химии. Для оснащения школы полученные миллионные гранты стали отличным стартом. «Тех субвенций, которые получает образовательная организация, на переоснащение хватает», – отмечает директор. – В январе нового года заработал высокоскоростной интернет. У каждого учителя оборудовано рабочее место: принтер, сканер, компьютер, подключенный к локальной сети и интернету. В оборудованном кабинете информатики шесть рабочих мест. В каждом классе для детей есть компьютер с выходом в интернет. Для школьников 1-2 классов приобретены нетбуки (не подключены к интернету), для 3-4-х – ноутбуки (с выходом в Сеть). Уже в младшей школе ребята учатся проектной деятельности».

В школе – теплый модульный туалет, заменены система теплоснабжения и освещение, вставлены пластиковые окна. Организовано горячее питание для всех учащихся: двухразовое – для детей с ограни-



Директор школы Людмила Погребняк

ченными возможностями здоровья; установлено видеонаблюдение. В общем, тепло, светло и очень уютно.

В школе работают 13 педагогов, 39 детей обучаются с первого по девятый класс: имеются все классокомплекты.

«В планах этого года – участие в грантовой программе на создание музейной комнаты», – продолжает знакомить со школой Людмила Александровна. Начало положено, в школьной библиотеке уже есть часть экспозиций краеведческого направления. Надо отметить, что заведует библиотекой педагог с 53-летним стажем – Надежда Пригарина. Надежда Семеновна начала работать в Большетелекской школе в 1969 году, более 20 лет была в ней директором. Основы успешного современного общеобразовательного учреждения были заложены именно ею, Надеждой Пригариной.

В планах действующего директора – модернизация библиотеки и приобретение обеденных групп в школьную столовую. «Хочется сделать побольше для родной школы», – признается Людмила Погребняк.

В школе все дети охвачены дополнительным образованием. Функционируют три спортивных кружка для учащихся начальной школы и два – для старшей, а также кружки, направленные на развитие творческих способностей детей, как декоративно-прикладного искусства, так и пения и хореографии. Все концертные номера мероприятий, проходящих в школе, исполняются учениками. Яркое подтверждение

этому – юбилейное торжество в честь 110-летия школы.

Особая гордость Большетелекской школы – кружок «Авиамоделист», руководит которым педагог Виталий Иванченко. Юные авиамоделисты Максим Семенов, Дима Белоусов и Руслан Проскуряков под руководством Виталия Петровича заняли второе место в IX краевом фестивале технического творчества «Туранский техностарт», проходившем в Краснотуранске в июле 2019 года, по направлению авиа-, авто-, судомоделирование, ретро-, робототехника. На фестивале большетелекцы представляли радиоуправляемые пилотируемые модели.

Помимо радиоуправляемых моделей Виталий Петрович с ребятами изготавливает резиномоторные и стендовые, причем все они летают. Стендовые – это модели самолетов, участвовавших в Великой Отечественной войне и в других исторических событиях. О каждом педагог рассказывает удивительные хронологические факты.

Стоит отметить, что Виталий Иванченко влюблен в небо, самолеты. В молодости поступал в летное училище. Сейчас свою мечту реализует с ребятами через создание авиамodelей.

Директор школы Людмила Погребняк приглашает заинтересованных детей района в кружок «Авиамоделист». Она делает акцент на том, что оборудование для радиоуправления дорогостоящее (стоит 6-7 тысяч рублей), приобрести которое нужно будет родителям.

В минувший понедельник корреспонденты районной газеты «Идринский вестник» посетили близлежащее к районному центру село – Большой Телек. Хозяин территории, глава Большетелекской сельской администрации Александр Игнатьев, был не особо рад (если быть точнее – совсем не рад) нашему приезду: разговор с ним не состоялся. Зато очень гостеприимно встретила Большетелекская основная общеобразовательная школа и ее директор Людмила Погребняк.



Фото предоставлено Виталием Иванченко

На краевом фестивале «Туранский техностарт» в Краснотуранске



Ведет урок учитель физкультуры Надежда Синявская

«Чтобы сконструировать модель самолета, необходимо сделать чертеж. В учебном плане уроки черчения в школе были всегда. Виталий Петрович специалист и в этом. На адрес школы приходило благодарственное письмо одного из городов России, что по чертежам Руслана Проскурякова были собраны модели самолетов. Также у Виталия Иванченко золотые руки: он замечательно работает с деревом. В школе немало поделок и даже мебели, сделанных талантливым педагогом. Свое мастерство он передает ребятам на уроках ИЗО», – гордится Людмила Александровна.

В рамках дополнительного обра-

зования в школе ведутся занятия с группой малышей дошкольного возраста (от четырех до шести лет).

Людмила Погребняк благодарна всем, кто помогает школе. Например, при финансовой поддержке районной администрации, отремонтирован спортивный зал, а благодаря выпускнику школы Вячеславу Данилину имеется газонокосилка.

Хоть и отметила Большетелекская школа 110-летний юбилей, но на старушку она совсем не похожа. Долгих лет тебе, школа, и твоему замечательному коллективу!

**Текст и фото
Ирины Филипповой (АП)**

Землю солнце красит, а человека – труд



На этой неделе Марии Шадринной (на фото) исполнилось 92 года. Ей пришлось пережить многое: войну, голод, холод, тяжелые условия труда. Но Мария Федоровна всю свою жизнь доблестно трудилась, за что ей присвоено звание «Ветеран труда».

Мария родилась в 1928 году в селе Никольском Идринского района.

В школе была отличницей, имела похвальные грамоты за отличную учебу, мечтала получить высшее образование. Но жизнь – штука непредсказуемая. В итоге, после окончания шестого класса, продолжить учебу ей так и не удалось...

В 1941 году, когда Мария с родителями жила в городе Черногорске, началась Великая Отечественная война. Отца забрали на фронт, откуда он не вернулся. Это было страшное, тяжелое время, пришлось многое пережить. Чтобы как-то помочь маме сводить концы с концами, девочка устроилась работать помощницей электрика на черногорской электростанции.

После войны Мария вернулась

в родное село. Жили бедно, надо было много работать. Потом вышла замуж и переехала в с. Большой Телек, где 39 лет трудилась в колхозе. Работа была тяжелой, постоянно в сырости, в резиновых сапогах, на бетонном полу. Она сепарировала молоко для Идринского маслозавода. После закрытия маслозавода еще пять лет работала дояркой.

В настоящее время Мария Федоровна осталась в своем доме совсем одна. Муж умер 30 лет назад, дети разъехались. Сын Александр живет в Минусинске, дочь Людмила – в Железногорске. Внуки, правнуки – еще дальше, в разных городах и странах. Но она не унывает и благодарит судьбу за то, что у нее есть:

– Спасибо государству, денег хватает – дрова готовые покупаю, еда есть. Летом еще в огороде копаюсь, солонину на зиму заготавливаю. Дети не забывают – приезжают. Спасибо Алене (к сожалению, Мария Федоровна не назвала фамилию. – Прим. автора), что помогает, приходит каждый день. Она мне тоже как дочь, напечатать про нее.

Низкий поклон вам, Мария Федоровна, за ваш многолетний самоотверженный труд. Здоровья вам и обязательно отметить свой 100-летний юбилей!

**Текст и фото
Ирины Стасенко (АП)**



Новая экологическая кампания стартовала

В свой юбилейный год КГКУ «Дирекция по ООПТ» объявляет о старте краевой экологической кампании «20 лет на страже природы». Мероприятия, которые пройдут в этот период, будут направлены на максимальное освещение вопросов охраны природы – главного богатства Красноярского края.

Среди запланированного – проведение уже ставших традиционными эколого-просветительских лекций на четыре основные тематики: особо охраняемые природные территории Красноярского края, мероприятия по охране ООПТ и природных ресурсов на ООПТ (в том числе биотехнические), основные правила поведения на природе и региональная Красная книга. Кроме того, в планах на 2020 год несколько уроков в рамках всероссийского проекта «Эколята» и плотное сотрудничество с библиотеками. Яркими моментами проекта станут интеллектуальная игра «Заповедными тропами» и открытые квесты на левобережной набережной города Красноярска. Будет опробован и новый формат сотрудничества с библиотеками. Так, летом сотрудники КГКУ «Дирекция по ООПТ» проведут для работников библиотечного дела экологический квест, посвященный биоразнообразию Красноярского края, а уже в феврале для педагогов естественнонаучного направления пройдет необычный семинар. На этом семинаре работникам образования не только расскажут об особо охраняемых природных территориях, но и буквально передадут из рук в руки мощнейший инструмент экологического просвещения – компьютерную «энциклопедию» об ООПТ, разработанную специально для помощи тем, кто интересуется

охраной природы и готов беседовать о ней с остальными.

– Особо охраняемые природные территории регионального значения, находящиеся в ведении КГКУ «Дирекция по ООПТ», это не просто объекты права или сухие цифры, – говорит руководитель КГКУ «Дирекция по ООПТ» Александр Ногин. – При этом цифры, конечно, внушительные: 40 заказников, 60 памятников природы, относительно недавно появился и микрозаказник... Но за каждой из этих цифр стоит нечто большее. Во-первых, те уникальные места и их обитатели, из-за которых территории и взяты под защиту. Во-вторых, это люди, которые осуществляют эту защиту, часто – в режиме «24 на 7».

Принять участие в освещении красот нашего края и деятельности защитников природы сможет любой желающий: совсем скоро будут анонсированы творческие конкурсы, запланированные к проведению КГКУ «Дирекция по ООПТ» и организациями-партнерами. Победители и призеры этих конкурсов будут награждены в ходе праздничного осеннего концерта, который также уже стал традиционным. На этот раз концерт будет посвящен не только подведению итогов экологической кампании, но и юбилею КГКУ «Дирекция по ООПТ», приходящемуся как раз на осенние месяцы.

Мы приглашаем всех любителей природы оставаться с нами, следить за анонсами наших мероприятий и принимать в них участие! За 20 лет, проведенных на защите природы, у нас накопилось много того, о чем хочется рассказать, а значит, будет интересно!

**Дарья Лысенко, методист
отдела экологического
просвещения и рекреации КГКУ
«Дирекция по ООПТ» (АП)**

Лыжные соревнования

На лыжном стадионе молодежного центра «Альтаир» прошли районные соревнования по лыжным гонкам в рамках выполнения норм ГТО.

Все желающие выполнить норматив ГТО с первой по одиннадцатую ступень собрались в 9:00 в МЦ «Альтаир» для регистрации в гонке и получения нагрудных номеров.

В соревнованиях приняли участие 50 человек. В 10:00, после построения, был дан старт для первых участников. Все участники соревнований старались показать лучший результат, в итоге места распределились следующим образом:

на дистанции 1 км

I ступень (6–8 лет), мальчики:
1 место – Иван Мельниченко, Стахановская сош;
2 место – Кирилл Храмушин, Стахановская сош;
3 место – Святослав Суматохин, детсад «Солнышко»;

II ступень (9–10 лет), мальчики:
1 место – Артем Макаркин, Малохабынская оош;
2 место – Кирилл Рябоволов, Стахановская сош;
3 место – Артем Ленева, Малохабынская оош;

девочки:
1 место – Полина Круглова, Стахановская сош;
2 место – Ксения Денисенко, Стахановская сош;
на дистанции 2 км

III ступень (11–12 лет) мальчики:
1 место – Алексей Мельниченко, Стахановская сош;
2 место – Никита Уколов, Екатеринбургская оош;
3 место – Сергей Кузнецов, Малохабынская оош;
девочки:

1 место – Таисия Кузнецова, Малохабынская оош;
IX ступень (50–59 лет):

1 место – Светлана Керн (с.Идринское);

X ступень (60–69 лет):
1 место – Ирина Красикова (с. Идринское);
2 место – Мария Букатова (с. Идринское);
XI ступень (70 лет и старше):

1 место – Вероника Непомнящих (с. Идринское);
на дистанции 3 км

IV ступень (13–15 лет), мальчики:
1 место – Артем Северин, Стахановская сош, установивший рекорд трассы (13 минут 40 секунд);
2 место – Данил Рехлов, Стахановская сош;

3 место – Данил Миллер, Стахановская сош;
девочки:
1 место – Ирина Праздникова, Малохабынская оош;
2 место – Алина Медкова, Романовская сош;

VI ступень (30–39 лет):
1 место – Елена Фризоргер (с. Идринское);
на дистанции 5 км

V ступень (16–17 лет), юноши:
1 место – Кирилл Конопелько, Екатеринбургская оош;
2 место – Андрей Бокарев, Романовская сош;
VI ступень (18–29 лет), мужчины:
1 место – Константин Тараканов, Романовская сош.

Для подведения итогов все участники собрались в МЦ «Альтаир». Награждение проводилось ведущим специалистом ОКСМ Олегом Проскуряковым.

**Михаил Пономарев, тренер
Центра ГТО (АП)**

Фальшивые новости

В информационном интернете-пространстве периодически появляются фальшивые новости – фальшивые (поддельные, ложные) новости. Это информационная мистификация или намеренное распространение дезинформации в социальных медиа и традиционных СМИ в целях введения в заблуждение, для того чтобы получить финансовую или политическую выгоду.

Фальшивая новость определяется как новость, которая подготовлена и опубликована для обмана читателя, в целях увеличения трафика и прибыли. Авторы поддельных новостей часто используют броские заголовки, частично или полностью сфабрикованные истории для увеличения читательской аудитории и цитируемости.

Так, в 2019 году фейковой новостью, направленной на пенсионеров Красноярского края, стало сообщение о том, что специалистами Пенсионного фонда повсеместно недоплачиваются огромные суммы пенсии и что для получения «правильно рассчитанных пенсий» нужно обратиться к определенным людям, в определенную фирму по определенному телефону/адресу, представив копию пенсионного дела и расчет пенсии (от специалистов территориальных органов ПФР).

При этом первоначально сообщалось, что услуга по определению «правильного размера пенсии» оказывается безвозмездно, а в дальнейшем пенсионерам предлагалось оплатить (например, за составление и направление обращения в территориальный орган ПФР) от 15 до 80 тысяч рублей. При этом после оплаты услуги в лучшем случае пенсионер действительно получал

письмо от фирмы, с формулами и ссылками на федеральное законодательство (100 % информации в котором переписано из расчета пенсии, представленного юридической фирме самим пенсионером). Но ни одного обращения в прокуратуру или судебные органы от таких «юристов» на территории края до настоящего момента не поступало.

В декабре прошлого года такой фальшивкой стал видеоролик на YouTube о внесении изменений в Налоговый кодекс Российской Федерации, в соответствии с которым с января 2019 года НДФЛ является добровольным платежом и удерживать его (в частности из пенсий) без добровольного волеизъявления гражданина никто права не имеет. При этом автор ролика «забыл» упомянуть о том, что пенсия – это ежемесячные выплаты, служащие компенсацией утраченного дохода при наступлении пенсионного возраста, получении инвалидности или лишения кормильца, и что по своей сути пенсия является доходом гражданина, но подоходный налог (НДФЛ) с пенсии не уплачивается.

Согласно части 2 статьи 217 Налогового кодекса Российской Федерации, пенсии по государственному пенсионному обеспечению, страховые пенсии, фиксированная выплата к страховой пенсии (с учетом повышений фиксированной выплаты к страховой пенсии) и накопительная пенсия, назначаемые в порядке, установленном действующим законодательством, социальные доплаты к пенсиям, выплачиваемые в соответствии с законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации, не подлежат налогоо-

бложению налогом на доходы физических лиц (НДФЛ).

Зачем в интернете размещаются такие «новости» и видеоролики? Основная цель, как правило, заработка – причем на каждом просмотре. Как это работает: чем больше социальных групп затрагивает фейк – тем больше ее популярность, а следовательно, посещаемость. Где популярность и посещаемость – там больше репостов, а значит, больше просмотров. Посещаемость и приводит к выгоде: есть рекламные блоки – значит, заработают на каждом вашем просмотре; ну и эмоциональный компонент – интересно же посмотреть, как люди начнут нервничать и кричать в комментариях: «Какой ужас!»

Что же делать в случае, если возникают сомнения и хочется уточнить, а достоверна ли та или иная информация? Искать другие источники ее получения – в том же интернете всегда можно задать вопрос на официальном сайте того или иного ведомства (о пенсии – на сайте ПФР <http://www.pfrf.ru>), или в поисковой строке браузера напечатать волнующий вас вопрос – ответом будут, в том числе, и ссылки на действующее федеральное и региональное законодательство.

Государственное учреждение – Управление Пенсионного фонда в Курагинском районе Красноярского края (межрайонное) напоминает гражданам, что по любому вопросу, относящемуся к компетенции территориальных органов ПФР и вызывающему сомнения, можно получить бесплатную консультацию специалистов по телефону 8 /39135/ 2-26-75.

**М. Долматова, начальник
УПФР в Курагинском районе
(межрайонное)**

Причины пожаров при низких температурах

В зимний период при низких температурах окружающей среды на территории Идринского района ежегодно осложняется обстановка с пожарами, при которых гибнут люди, наносится вред здоровью, причиняется значительный материальный ущерб имуществу.

Причиной 95 % пожаров при низких температурах окружающей среды является человеческий фактор, а основной причиной гибели людей по-прежнему остается алкогольное опьянение.

Среди прочих причин возникновения возгораний – несоблюдение элементарных мер пожарной безопасности. С наступлением холодов значительно возрастает пожарная нагрузка: многие люди, спасаясь от холода, включают дополнительные обогревательные приборы, подвергая электропроводку повышенным длительным перегрузкам, которых она порой не выдерживает, что зачастую и становится причиной пожаров. Также имеет место возникновение пожаров в результате нарушения правил безопасности при эксплуатации печного отопления.

Рекомендации по соблюдению мер пожарной безопасности в быту при использовании отопительных печей:

- запрещается перекалывать печи с периодической топкой, сжигая топлива больше того количества, на которое они рассчитаны. Топку печей следует осуществлять не более двух раз в сутки;

- запрещается использовать отопительные печи с наличием трещин в кирпичной кладке, неисправных дымоходах и дымовых трубах, наличием на плитках печей сколов и трещин;

- запрещается топить печь с открытой топочной дверкой, при самопроизвольном открывании дверки следует произвести ремонт;

- запрещается переполнять топливом топливник или использовать дрова, превышающие по длине глубину топливника;

- подходы к печи со стороны топочной дверки должны быть свободными.

- мебель и другие сгораемые материалы следует размещать от отопительных аппаратов на расстоянии не менее 0,5 м. В отапливаемом помещении допускается хранение запаса твердого топлива не более чем на одну топку;

- шлак и золу необходимо удалять в специально отведенное для них безопасное место и заливать их водой;

- зольник печи должен быть закрыт со всех сторон и со стороны обслуживания иметь дверцы. Его конструкция должна предотвращать выпадение раскаленных частиц топлива или золы через отверстия подвода воздуха для горения.

Нужно помнить о том, что пожар легче предупредить, чем потушить.

**Евгений Склизов, начальник караула 51 ПСЧ 6 ПСО ФПС ГПС ГУ
МЧС России по Красноярскому краю» (АП)**

Регистрация за один день, замена паспорта – за час

Миграционный пункт отделения полиции МО МВД России «Краснотуранский» напоминает, что для удобства граждан получение государственных услуг в сфере миграции возможно посредством Единого портала государственных и муниципальных услуг (www.gosuslugi.ru).

Оформить регистрацию по месту жительства или пребывания за один день возможно при подаче электронного заявления. Срок замены паспорта гражданина РФ, при подаче электронного заявления, составляет один час с момента предоставления оригиналов документов.

В 2019 году удобство и оперативность в получении государственных услуг оценили более 450 граждан Идринского района.

Зарегистрируйтесь на сайте государственных услуг и получайте необходимые услуги без очереди.

**Алена Арнгольд, начальник
миграционного пункта
ОП МО МВД России
«Краснотуранский»,
лейтенант полиции (АП)**



Костюм для мима	Посев, засеваемый осенью	Древнерусский недруг	Питомец муз и вдохновенья	Ограда	Финский дефицит (совет.)
			Парфюмерная участь судьи	Рынок в Одессе, где раки по три	Способ добычи знаний
Что такое взброс?	Город Андропов ныне				Предохранитель гранаты
			«Строгач» плотника	Граница сварки	Имя трактора из Простоквашино
Голова на жаргоне	Кто пел про «черный Бумер»?				Помощник на «Беде»
«Не садись на ...!»	Прения	Зеленый мозговой в банке	Зимняя причуда на стекле	Жена барина в Польше	
			Струнная лебедка	Дитя для тяти	Выжигание сухой травы
Светоч в руке статуи Свободы	Ухват и жук - одним словом			Буква «В» в ОВИРе	Космодемьянская
			Канавка в стволе оружия		«Божья» способность
Ловец водоплавающих	Лучший повар			Интимная бра	
			Парень, приво- зивший кефаль		Восхва- ление в стихах
					Куда можно идти камнем?
					Вход в него стережет Цербер
					Молодая овца

Ответы на сканворд из № 5

Н	А	Т	А	У	Э	Р	Н	Д				
М	А	Р	Г	О	Д	Д	Ж	Е	Н	И	Х	
В	Н	Р	А	Д	И	О	Х	Е				
Г	О	М	Е	Р	М	П	Р	А	В	О	Т	А
З	А	Ц	Е	П	К	И	А	Б	А	К		
У	Р	В	Е	С	О	М	О	С	Т	Ь	Р	
И	О	Г	А	Н	С	Н	К	Б				
Т	А	И	С	Х	О	Д	Т	А	З	И	К	
Н	О	Р	О	В	У	Г	О	Л	Ь	А	З	У
И	И	Е	З	Д	О	К	М	У	Р	О	М	
Ю	Н	Е	Ц	О	Р	А	В	А	Я	Н	А	

Ответы на сканворд из № 6

А	Д	О	В	Т	С	О	К	А	В	Р	Я	Р
К	И	Н	Ч	О	Н	Д	О	Л	О	Г	О	Т
Р	Д	А	Р	Е	Н	А	Н	Л	Е	К	А	Ф
В			Ц	М	В	Г	О	Л	О	Р	В	
В	А	В	И	В	Е	К	Е	Н	Е	Ц		
И	Н	А	Ц	Р	О	З	У	С	Д			
М	О	Ц	К	Ш	О	Р	О	Л	О	Ц	М	О
В	Т	И	М	Ц	В	Л	О	Ц	М	К		
Л	Р	С	К	Н	И	В	Р	Я	Р	И	И	
А	К	А	Ч	К	Р	М	Л	О	М	Л	А	З
С	П	Т	О	Е	П	О	В	О	Т			

Гороскоп на неделю 10–16 февраля

Овен (21.03–20.04)

До середины недели Овнам рекомендуется быть аккуратными в финансовых вопросах. Избегайте непонятных и авантюрных предложений: нужно понимать, что бесплатный сыр бывает только известно где, и всего лишь один раз. Выполняйте обещания, которые давали ранее. Больше времени уделяйте своей физической форме. От ваших усилий сейчас мало что зависит, но руководство может поручить такие задания, при выполнении которых у вас появятся большие возможности.

Телец (21.04–21.05)

В понедельник, почувствовав вкус к новизне, некоторые из Тельцов решат для себя что-то важное. Однако не спешите объявлять об этом: во вторник окружающие могут воспользоваться полученной информацией, а вы в результате окажетесь

в щекотливом положении. Причем информация, полученная в это время, потребует внимательного изучения. В середине недели Тельцы, возможно, получат деньги за давно сделанную работу. В выходные устройте себе отдых с комфортом.

Близнецы (22.05–21.06)

Вас ожидает взаимопонимание и хороший прием, быстрое решение вопросов и вообще хорошее настроение. Особое значение в жизни Близнецов приобретут взаимоотношения с окружающими. С середины недели придется теснее сблизиться с другими людьми: на работе-с деловыми партнерами, в личной жизни – с любимыми и близкими. Последние дни недели будут затишьем и периодом накопления сил перед бурей или каким-то заметным рывком в начале будущей недели.

Рак (22.06–23.07)

На этой неделе вероятно улучшение финансового положения, но от авантюры лучше пока отказаться. Дела некоторых из Раков могут пойти не совсем так, как ожидалось, а их перспективы будут довольно туманными. Если нет уверенности в своих действиях, то лучше не спешить. Эта предусмотрительность позволит избежать многих проблем в дальнейшем. Однако не стоит ждать, что все будет подано на блюде с каемочкой известного цвета. Придется потрудиться.

Лев (24.07–23.08)

Некоторым из Львов уже с начала недели отведена роль баловня судьбы. Личная жизнь проявится всеми цветами радуги. Супружеское счастье превратится в реальность. Это время должно принести вам какое-то важное внутреннее озарение и счастливое единение с близким человеком. В середине недели, как ни странно, не стоит беспокоиться из-за не слишком хороших отношений с родственниками. Редко когда вы бываете столь открыты, внимательны и тактичны.

Дева (24.08–23.09)

В начале недели вероятны важные для Девы звонки – постарайтесь их не пропустить. Если решите изменить имидж, наполнить жизнь интересными впечатлениями, то в это время по возможности больше путешествуйте. Вам необходимо просчитывать каждый шаг и продумывать каждое слово. Пятничное полнолуние принесет некоторое напряжение, любое действие будет стоить усилий. Вместе с тем романтические чувства помогут Девам легко пережить этот период.

Весы (24.09–23.10)

В начале недели все усилия, терпение и концентрацию направьте на ранее начатые дела, особенно, если они связаны с финансовыми обязательствами. Цели и замыслы некоторых из Весов в середине недели должны быть скрыты от окружающих, тогда всё сложится наилучшим образом. Вы можете внезапно почувствовать себя совершенно свободным человеком. Воз-

можно, вы и в самом деле не связаны никакими обязательствами. Это также может означать, что вы запутались.

Скорпион (24.10–22.11)

Неделя всепрощения, обретения любви. После конфликтов в недавнем прошлом этот период можно назвать периодом примирения. Вероятно, большую часть недели Скорпионы уделят улаживанию личных дел, что потребует больших затрат душевных сил. Есть вероятность, что изменится к лучшему социальный статус многих из Скорпионов, укрепится их авторитет на службе и в семье. У Скорпиона будет больше контактов с начальством или государственными инстанциями.

Стрелец (23.11–21.12)

Начало недели благоприятно для решения особенно важных вопросов бизнеса. Вы можете рассчитывать на удачу во всех начинаниях. Стрельцы давно и терпеливо ждали удачной полосы, и близкие люди поддержат вас с большим энтузиазмом. Для некоторых из Стрельцов пришло время задумываться о воплощении в жизнь своих желаний. Судьба благосклонна ко всем Стрельцам, кто стремится достигнуть великих свершений в своей жизни. Выходные дни посвятите семье.

Козерог (22.12–20.01)

В первой половине недели денежные поступления не предвидятся, зато возможны непредвиденные траты – в понедельник и среду. В пятницу у некоторых из Козерогов может улучшиться финансовое положение. Будьте готовы к любым неожиданностям, не расслабляйтесь. Следует проявить разумную бережливость, рассчитать бюджет. В выходные сделайте приобретения для дома. Кто-то из членов семьи может подкинуть идеи или возможности для новых заработков.

Водолей (21.01–19.02)

В начале этой недели велика вероятность раскрытия некоей конфиденциальной информации вашими оппонентами, предупредить такой сценарий развития событий для Водолеев представляется маловероятным. Не обольщайтесь желанием полной свободы от всего и всех, да еще любой ценой. Это не принесет вам ничего, кроме разочарования и неприятностей. Ведь мы вольны только лишь в своем выборе, но не свободны от своих близких, и тем более от законов мироздания.

Рыбы (20.02–20.03)

Интуитивно-мистическое восприятие реальности поможет Рыбам создать замечательную базу для грядущих успехов. Только планомерно повышайте собственную самооценку. Самое слабое звено у некоторых из Рыб, за прочность которого следует серьезно беспокоиться, – здоровье. Его мощь – в духовном развитии, гармонии с природой. События окончания этой недели могут значительно улучшить благосостояние Рыб. В личной жизни вероятно обновление.