

**Свердловск:
что с вывозом
мусора** с. 5

**Как у нас
чищают
дороги** с. 3

«А где учился ты?»
«ДВ» побывал в гостях
в Свердловской гимназии №1 с. 16



Цена свободная

ВОСТОЧНЫЙ ДОНБАСС

Свердловский
городской
еженедельник

№4
(9010)

СРЕДА,
23 января
2019 года

С праздником!



Поздравление Главы ЛНР Леонида Пасечника с Днем студента

От всей души поздравляю инициативную и яркую молодежь Республики с Днем студента!

Сейчас перед молодыми людьми открыты все дороги, и каждый самостоятельно выбирает, какое будущее ждет впереди, какой путь станет призванием.

Несмотря на существующие сложности, Республика обеспечивает необходимые условия для обучения. Именно от упорства и старания, от знаний и навыков сегодняшних студентов зависит будущее нашего государства. Используя эти возможности, вы достойно защищаете честь своих учебных заведений и Луганской Народной Республики далеко за ее пределами.

Желаю вам как можно больше счастливых, незабываемых моментов в эти увлекательные годы! Учитесь, творите, влюбляйтесь и всегда оставайтесь самими собой!

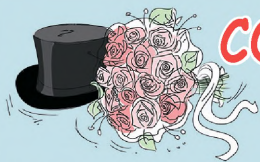
Леонид ПАСЕЧНИК,
Глава Луганской Народной Республики

В Крещенскую купель!



Фото Ольги Яковенко

с. 17



СОВЕТ ДА ЛЮБОВЬ

Количество браков,
зарегистрированных
в Луганской
Народной
Республике

2018 2922
брака

2017 2917
браков

2016 2370
браков



**Сосульки:
смотрим
не только
под ноги**

с. 5

**Любовь
в интернете**



с. 6

**Как Украина
борется с
переселенцами-
пенсионерами**

с. 7



**Хлеба в
Республике
достаточно.
Цена
повышаться
не будет**

с. 2



Назначены руководители Минпромторга и Минтопэнерго

Глава ЛНР Леонид Пасечник своим указом назначил руководителей двух министерств Республики: Дмитрия Викторовича Божича – министром промышленности и торговли ЛНР, Павла Владимировича Мальгина – министром топлива, энергетики и угольной промышленности ЛНР. Указ вступил в силу со дня его подписания – 17 января.

Прямая речь

Член комитета Госдумы РФ по федельному устройству и вопросам местного самоуправления **Денис Парфенов**



Если политический режим Украины имеет явный националистический и террористический характер, если он такими методами управляет собственным населением, то не стоит удивляться тому, что используется тактика выжженной земли... Нам с вами нужно отвечать. Я считаю, что Россия обязана взять на себя защиту тех людей, которые находятся в Донецке и Луганске, и признать, наконец, их независимость.

Штрафы за невыплату зарплаты увеличены

Депутаты Народного Совета 21 января приняли закон, которым увеличены размеры штрафов при уклонении от выплаты заработной платы, пенсий, стипендий, пособий и иных установленных законом выплат. Размеры штрафов устанавливаются с учетом социально-экономического положения Луганской Народной Республики.

Заявление Главы Республики

Вооруженные силы Украины регулярно нарушают «рождественское перемирие», обстреливая территорию Луганской Народной Республики.

Мы рассчитываем, что киевские власти все же одумаются и прекратят свои попытки решить конфликт военным путем. Я по-прежнему считаю, что единственный способ прекратить конфликт – это Минский процесс. Но мы должны быть готовы, в случае необходимости, к отражению агрессии со стороны Киева.

В связи с чем мы считаем логичным проведение на нашей территории плановых военных учений. Они будут носить исключительно оборонительный характер.

Леонид ПАСЕЧНИК,
Глава Луганской Народной Республики



Официально

Пасечник: считаю неудовлетворительной работу по расчистке автодорог

Глава ЛНР Леонид Пасечник не исключает проведения кадровых изменений из-за критической ситуации, сложившейся в Республике с расчисткой дорог от снега.

«Несмотря на готовность к количеству выпавших осадков, считаю неудовлетворительным выполнение работ по расчистке автодорог ответственными службами и ведомствами Республики. Сделав вывод по оперативно посту-

пающей информации о борьбе с последствиями стихии, я не исключаю кадровых изменений», – сказал Пасечник.

«Важно понимать, что сейчас только середина зимы, и мы обязаны наладить взаимодействие между профильными службами с целью улучшения ситуации на дорогах и обеспечения гражданам безопасного передвижения по территории Республики», – отметил Глава ЛНР.

Хорошая новость

■ ЛНР располагает необходимым запасом продовольственного зерна, что позволит сохранить действующие цены на хлеб как минимум до нового урожая. Об этом заявил председатель Совета министров Республики Сергей Козлов в ходе посещения двух крупнейших хлебокомбинатов ЛНР

В частности, Козлов ознакомился с работой ООО «Золотой урожай» ТМ «Каравай» и ПАО «Луганск-Нива». «Золотой урожай» посетил также и.о. министра промышленности и торговли ЛНР Дмитрий Божич.

«Предприятия работают стабильно, о чем го-

Хлеба в Республике достаточно. Цена повышаться не будет



ворят и их руководители. Это вселяет уверенность в том, что мы не только

будем с хлебом, но и цена на хлеб повышаться не будет до следующего уро-

жая», – заявил руководитель правительства.

При этом он отметил, что и после оценки будущего урожая 2019 года власти Республики будут прилагать все усилия, чтобы не повышать цены на хлебобулочные изделия.

Кстати, Луганский хлебокомбинат ООО «Золотой урожай» ТМ «Каравай» начал подготовку к запуску новой линии по производству кондитерских изделий из слоено-дрожжевого теста. Открытие новой линии позволит дополнительно трудоустроить около 100 человек. Сейчас на предприятии работают порядка 500 сотрудников.

В России отказаться от украинского гражданства будет проще

■ На заседании депутатов Госдумы 15 января в первом чтении были одобрены поправки к закону «О гражданстве Российской Федерации»

Этот закон позволит бывшим украинцам, которые желают работать в государственных органах России, в упрощенном порядке отказаться от украинского гражданства. Ранее гражданин, который отказался от украинского гражданства и вступил в российское для того, чтобы поступить на муниципальную службу и государственную

службу РФ, должен был предоставить письменное подтверждение от украинских властей о выходе из украинского гражданства. Как правило, украинские власти не подтверждают выход из гражданства, и специалисты не могут устроиться на госслужбу в России. Как пояснил председатель Комитета по развитию гражданского общества, вопросам общественных и религиозных объединений Сергей Гаврилов, законопроект предлагает решить эту проблему путем признания отказа от гражданства Украины, оформленного в простой письменной форме, без подтверждения с украинской стороны.

Из первых уст

Автокефалия на Украине:

ни о какой духовной жизни речь здесь не идет

■ В интервью сербскому изданию «Вечерние новости» президент РФ Владимир Путин заявил, что Россия не намерена вмешиваться в церковные процессы, которые происходят на Украине

Главная цель недавно созданной «Православной церкви Украины» – разделить народы России и Украины, посеять не только национальную, но и религиозную рознь. Но мы видим, какую опасность, в том числе и для мирового православия, представляют подобные эксперименты и грубое вмешательство государства в религиозную деятельность, – добавил Владимир Путин.

За неделю

Дорожники просят отнестись к их трудностям с пониманием

Сотрудники государственного унитарного предприятия ЛНР «Луганский автодор» с начала января использовали 2,5 тыс. тонн противогололедных материалов для обработки трасс Республики.

Это смесь песка, шлаков, гранулированных шлаков с солью в процентном соотношении от 5 до 20%. В связи с тяжелыми погодными условиями дорожники за-

действовали для очистки трасс ЛНР максимально возможное количество техники.

Поэтому руководство предприятия просит жителей Республики отнестись к их трудностям с пониманием. Работы ведутся планомерно, согласно утвержденным графикам и в зависимости от важности маршрутных направлений.

В Республике стали производить больше продуктов питания, чем в 2017 году

Предприятия пищевой и перерабатывающей промышленности ЛНР в 2018 году нарастили объемы производства продуктов питания по сравнению с 2017 годом. Об этом сообщили в Министерстве сельского хозяйства и продовольствия ЛНР.

Так, за 2018 год по сравнению с 2017 годом увеличилось производство колбасных изделий – на 5,3%, муки – на

2,2%, макаронных изделий – на 45,1%, печенья сладкого и вафель – на 9,3%, масла подсолнечного нерафинированного – на 20,4%, безалкогольных напитков – на 12,6%. «Выпуск остальных видов продукции сохранился на прежнем уровне, что в полной мере удовлетворяет потребительский спрос населения Республики», – считают в министерстве.

Годовщину Переяславской Рады – праздновать каждый год?

Культурно-образовательный форум «365-я годовщина Переяславской Рады» состоялся в ЛНУ им. Шевченко. В форуме приняли участие студенты, преподаватели образовательных учреждений ЛНР и ДНР, представители властей Республики. Форум посвящен освобождению 1648-1654 годов, Переяславской Раде, по итогам которой гетман запорожского

казачества Богдан Хмельницкий подписал исторический документ о переходе Украины под покровительство царя всея Руси Алексея Михайловича.

В завершении его участники выступили с предложением придать празднованию годовщины Переяславской Рады статус ежегодного республиканского мероприятия.

Где записаться на прием

Запись на прием граждан, оказавшихся в сложных жизненных обстоятельствах для подачи необходимых документов на оказание материальной помощи в денежном выражении осуществляется в УТСЗН с 27 числа каждого месяца. Если 27 число является выходным днем, то записываться на прием будут со следующего рабочего дня.

Запись на прием для предоставления документов в феврале 2019 г. будет осуществляться с 28 января 2019 г. по адресу: ул. Пирогова, 9, каб. 101.

22

тыс. **продуктовых наборов**

за 2018 год получили семьи, в которых воспитываются дети до трех лет, что больше чем в 2017 году на 10% (выдано 20 тыс. продуктовых наборов).

Цифра

Спросите у руководства

30 января в 10.00 в управлении по обеспечению жизнедеятельности Червонопартизанска (г.Червонопартизанск, ул. Комсомольская, 1) состоится выездной прием руководством управления Пенсионного Фонда ЛНР в г. Свердловске, управления труда и социальной защиты населения администрации г. Свердловска и района, Свердловского территориального отделения Фонда социального страхования на случай безработицы ЛНР, Фонда социального страхования от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний ЛНР, Фонда социального страхования по временной потере трудоспособности и в связи с материнством ЛНР.

Как платят пенсии

По состоянию на 22 января Пенсионным фондом Луганской Народной Республики пенсии пенсионерам Свердловска и района профинансированы по почтовым отделениям – по 25 января, по отделениям Государственного банка ЛНР – по 24 января.

За неделю

Заболели:



4 острыми
кишечными
инфекциями

141

(72 РЕБЕНКА) ОРВИ

50

48 ДЕТЕЙ
ветряной оспой



1

туберкулезом
органов дыхания

Обратились:



4 пострадавших от укусов
животными

Зарегистрировано:



483

вызова
скорой помощи

Показания счетчиков

электроэнергии – теперь через интернет

Свердловский РЭС информирует потребителей электрической энергии (население), что введена в работу услуга для передачи показаний электросчетчиков через VIBER и WHATSAPP.

Эта услуга дает возможность потребителям, у которых отсутствует возможность явиться на сверку в абонентский отдел, своевременно предоставлять показания приборов учета электроэнергии. Для передачи данных необходимо:

1. Добавить в список контактов номер телефона (+38) 095-378-93-58.
2. Сделать несколько четких фотографий прибора учета (показания, пломбы энергопоставщика).
3. Отправить фото с комментарием-подписью (ФИО, адрес, лицевой счет).
4. После отправки сообщения потребителю будет выслан сальдовый остаток по указанному лицевому счету.

В городе появятся девять новых автобусных остановок

В Свердловске появятся девять новых остановок общественного транспорта, строительство которых финансируют частные предприниматели города. Об этом сообщили на телеканале «Луганск 24». За счет частных предпринимателей в Свердловске рестав-

рируют остановки общественного транспорта. После проведения строительных работ на месте старых конструкций появятся девять новых остановочных комплексов. Они будут состоять из небольших торговых павильонов и прилегающих к ним крытых остановок.

Международный рейс возобновит работу

Читательница Наталья Ивановна обратилась в редакцию с вопросом: «Почему не ходит автобус через МАПП «Червонопартизанск» в Гуково? Будет ли возобновлен этот маршрут?»

«По информации из министерства, по техническим причинам этот международный рейс был временно приостановлен. Думаю, до конца месяца рейс

возобновится», – ответила на вопрос читательницы начальник отдела транспорта администрации города Свердловска и района Людмила Шкред.

Сезон

■ В четверг, 17 января, первый заместитель и временно исполняющий обязанности главы горрайадминистрации Анатолий Мартынюк провел заседание штаба по расчистке автомобильных дорог города и района от снега

В заседании приняли участие: заместитель главы горрайадминистрации Игорь Ковальчук, начальники: управления ЖКХ Виталий Титов, отдела транспорта Людмила Шкред, управления агропромышленного развития и земельных отношений Юрий Юдин, управления чрезвычайных ситуаций, охраны окружающей среды Дмитрий Деренко, КП «Комбинат коммунальных предприятий» Богдан Стеценко. Было отмечено, что после очистки основных автомобильных дорог по Свердловску и району коммунальщики приступили к очистке межквартальных проездов.

Богдан Стеценко рассказал: «15 января расчищали улицы Водопьянова, Гвардейскую, Слепнева, Осипенко (до лесного склада), пос. ш. 42. После 15.00 – пос. ш. 70 и пос. ш. 71, ул. М. Брыксина».

Богдан Владимирович отметил, что 15 и 16 января убирали снег на улицах: Артема, Тимирязева, Дзержинского, Косиора, Пирогова, Свердловла, Попова, Чичерина, 203 стрелковой дивизии, Лутугина, Орджоникидзе, Сакко и Ванцетти, Гагарина. Ночью с 16 на 17 ян-

Как чистят дороги

варя – в районе пос. ш. 70 и пос. ш. 71, элеватора, лесного склада (у разворота), полиции (возле ставка Марс), ул. Заводская (до кладбища).

Утром 17 января сотрудники КП «ККП» чистили Должик, ул. М. Брыксина, дорогу до профилактория, а в течение

дня коммунальщики работали на дороге с пл. Куйбышева на ул. Ворошилова (район бывшей почты), возле лесного склада (у разворота), на улицах: Водопьянова, Гвардейская, Чубаря, Ново-Пионерская, Транспортная, Грабовского, Папанина.

Анатолий Мартынюк поставил задачу в кратчайшие сроки расчистить подъездные пути к площадкам по вывозу ТБО и устранить проблему с накоплением больших объемов мусора на территории кварталов города.

Роман ГРИЩЕНКО, отдел по вопросам внутренней политики горрайадминистрации



Спасибо вам, Павел Иванович

В этом году природа подарила волшебную снежную сказку всем жителям города Свердловска, но вместе с тем, щедро преподнесла заносы, сугробы, снежный плен для отдаленных улиц и поселков. И сказка превратилась в бль: дорога и подъездные пути сравнялись с чистым полем и огородами, машины буксуют, люди откапывают калитки, которые предательски занесло.

Но Донбасс и наш родной город отличали и отличают всегда люди своим мужеством,

самоотверженностью, щедростью и открытостью. Именно к такой категории принадлежит частный предприниматель Павел Грива, который сразу откликнулся на просьбы жителей города Червонопартизанска, сел Александровка, Дарьино-Ермаковка, Карпово-Крепенское, Зимовники и родного поселка шахты 63. Такую заботу жители поселка и сел давно не ощущали. Безвозмездно расчищены сотни километров городских и сельских улиц, подъездных путей к школе и магазинам, выезды на

трассу и в город. Тысячи кубов снега сброшены на обочины.

Так уж повелось, что в семье Павла Ивановича чужой беды не бывает, поэтому вместе с отцом в трудных ситуациях всегда его сын Иван, который ловко справляется с техникой и всегда знает, где и кому нужно помочь.

Пока у нас в Луганской Народной Республике есть такие неравнодушные и щедрые люди – она жива и работоспособна. Спасибо вам, Павел Иванович, за заботу и помощь!

Жители города Червонопартизанска

Итоги

Мы – вторые по количеству малышей в 2018 г.

■ ЗАГСы ЛНР в 2018 году зарегистрировали более 2,9 тыс. браков и 6,4 тыс. рождений детей. Об этом сообщили в Министерстве юстиции ЛНР

Лидирующую позицию по количеству вступивших в брак занимает столица Республики – 940, на втором месте Красnodон – 268 и Алчевск – 264,

на третьей позиции Свердловск – 250.

Также в Республике за 2018 год отделами ЗАГС территориальных управлений юстиции зарегистрировано 6 487 рождений детей.

Наибольшее количество малышей было зарегистрировано в Луганске – 2 074, на втором месте Свердловск – 599, третью позицию по количеству зарегистрированных рождений занял Красnodон – 554.

Тяжелые снежные «шапки» ломают деревья



Огромное количество снега выпало за прошедшее время, и от этого в первую очередь страдают деревья. Казалось бы – без снежка деревьям было бы намного хуже, но регулярная смена погоды от сильного снегопада до дождя не

щадит ничего. После таяния снежных «шапок» можно обнаружить, что у некоторых плодовых деревьев поломаны крупные ветви, как это и случилось у рябины в одном из дворов на улице Энгельса.

Алена БУДНИКОВА

Уважаемые читатели!
С личными вопросами
о вере, жизни или
теме, затронутой в
колонке, вы можете
обратиться к отцу
Герману каждый
четверг с 15.00
до 18.00 в читальный
зал городской библиотеки для
взрослых (ДК им. Свердлова).



Коловрат

Чего только не бывает в этом мире! Например, встретился как то с вдовой, у которой муж называл себя казаком-родновером. Очень необычное сочетание. Ведь первый вопрос в чине принятия в казачество: чьей веры ты будешь? И после ответа: православной Христовой веры, следует второй вопрос: скажи, как мы, православные христиане, веруем в Бога? На что кандидат в казаки, как и желающий принять крещение, должен произнести «Символ Веры» – двенадцать предложений, раскрывающих смысл православия.

Итак, кто такие родноверы? Это, по сути, язычники в новом формате, иначе – неоязычники. И хотя родноверы – звучит «красивше», как бы что-то родное, но это не так. Славянское язычество – это ответвление, некий фрагмент индоевропейской религии, которая, в свою очередь, отдаленно напоминает историю Ветхого Завета.

Неоязычество становится популярной темой в сети Интернет, потому что оно протестное, дает ощущение избранности, и самое, пожалуй, главное – оно лояльно ко многим сторонам современной жизни, не требует посильного аскетизма, даже осуждает его, а многие «древние обряды» заканчиваются свальным грехом (групповым сексом – ред.). Например, так полюбившийся многим свердловчанам фестиваль красок – Холи – на своей исторической родине в Индии празднуется три дня.

В первый день сжигают чучело наподобие нашей масленицы, в более ранние времена вместо чучела была человеческая жертва. И совершался прогон скота через огонь. Вспомните нашу снегурочку, она в первом варианте вовсе не растаяла, ее принесли в жертву богу солнцу, ибо оно весной светит, но не греет. Далее все осыпают друг друга цветным порошком, поливая подкрашенной водой и грязью, а с наступлением темноты обрядность праздника содержит оргиастические элементы.

Стоит также сразу ответственно заявить, что попытки возрождения культа наших предков с научной точки зрения невозможны. Это культура не оставила никаких письменных источников, а доступные материалы в виде археологических раскопок и изучения устной мифологии, не способны четко дать понятия о доктрине и ритуалах. Все попытки нарисовать картину культовой практики тысячелетней давности без первоисточников грешат откровенными выдумками.

Славянские языческие традиции утеряны, поэтому неоязычество – это попытка заново, по своему вкусу, сконструировать, то есть сочинить, сфантазировать новую секту.

Пожалуй, самое неприятное, если не ужасное, в язычестве, это человеческие жертвоприношения, включая младенцев. И этот факт современные последователи языческих культов пытаются всячески скрыть или умалить. Однако многочисленные останки людей, принесенных в жертву, найдены на пример, в языческих капищах на реке Збруч в Прикарпатье совсем недавно, в 1982–89 годах, говорят о том, что святилища эти действовали вплоть до 13 века. В Индии до 19 века, а в самой на сегодняшний день быстроразвивающейся Православной Церкви, в Африке в наше время языческие жрецы похитили младенца-христианина и принесли его в жертву, чтобы вызвать дождь.

Особенно пагубно, что попытки возобновить язычество выдаются некоторыми как нечто патристическое, как приверженность к традиционной национальной культуре в противовес Православии. Но именно православная вера стала во главе мощного государства, на месте раздробленных племен, постоянно враждующих между собой, поклоняющихся различным языческим идолам. Ясно, что никакого соединяющего начала у этих племен не было, и их поработили бы более сильные соседи, как это было среди языческих племен Америки и Африки.

Как не всякий пожилой человек – бессонно-мудрый, так и неоднозначно наследие предков-язычников. Не все явления, освященные древностью, стоит возрождать и культивировать. Вряд ли будет уважением к предкам наше возвращение к тому, что они мудро отвергли много веков назад.

...Да, и коловрат – это свастика, используемая неоязычниками и неонацистами, не имеющая древнеславянского происхождения.

Игумен ГЕРМАН (СКРЫПНИК)

Мы – дети непокоренного Донбасса!

Перепаханные снарядами поля, неутраченные канонады и свист пуль, полуразрушенные дома и лишь надежда на то, что война также неожиданно закончится, как и началась. Именно таким были январь и февраль 2015-го для жителей населенных пунктов в районе Дебальцево. Здесь каждый узнал, что такое пекло войны и чего стоит победа.

Для жителей многострадального Донбасса название этого города – Дебальцево – стало синонимом большой человеческой трагедии и воинской славы. Поражение ВСУ под Дебальцево поставило точку в зимней кампании 2014–2015 гг., которая завершилась успешно для Луганской и Донецкой Народных Республик.

Мы выстояли и не покорились, не встали на колени перед полчищами карателей, мы – дети непокоренного Донбасса!

В Луганском краеведческом музее 22 января состоялось открытие фотовыставки «Непокоренные», приуроченной к четвертой годовщине начала Чернухино-Дебальцевской операции. На выставке представлены фотографии, личные вещи бойцов, участвовавших в Чернухино-Дебальцевской операции, и фрагменты боеприпасов.

В мероприятии, организованном проектом «Молодая гвардия» ОД «Мир Луганщине» при поддержке Министерства культуры, спорта и молодежи ЛНР, приняли участие представители руководства Республики, Народной Милиции ЛНР, участники битвы за Дебальцево, представители общественных организаций.

– Бойцы ополчения и добровольцы сумели, безусловно, выполнить поставленную перед ними задачу и окружить противника, – открывая фотовыставку, сказал заместитель Председателя Народного Совета ЛНР Олег Коваль. – Они сумели взять важную и необходимую со стратегической точки зрения дорогу между Луганском и Донецком. И эта победа далась нелегкой ценой, а мы потеряли друзей, товарищей, знакомых. Мы никогда не забудем их подвиг. Мы гордимся нашими защитниками!

Воспоминаниями о происходящих в Дебальцево событиях поделился с присутствующими участник боевых действий Марк (позывной «Медведь»).

– Каждый день погибал кто-то из товарищей, кто-то получал ранения. Не смолкала канонада, даже после подписания второго Минского соглашения нас продолжали обстреливать. Было тяжело... боль, усталость. Но мы



понимали, что должны выстоять любой ценой, – отметил он.

Со слов организатора выставки, руководителя проекта «Молодая гвардия» ОД «Мир Луганщине» Владислава Валиева, представленные на мероприятии фотоработы были собраны через соцсети.

– Мы связывались с журналистами, фотографами и корреспондентами, которые стали очевидцами этих ужасных событий и таким образом нам удалось собрать материалы для выставки, – уточнил Владислав Валиев.

– Мы сотрудничаем достаточно давно, еще с момента основания ОД «Мир Луганщине», – отметил дирек-

тор столичного музея Артем Рубченко. – Активисты движения неоднократно способствовали сбору экспонатов для фонда музея, которые являются свидетельством событий 2014–2015 годов. Подобные мероприятия чрезвычайно важны для всех нас сегодня – ведь это не только память о наших героях, но и воспитание подрастающего поколения в духе патриотизма.

Все желающие могут ознакомиться с фотовыставкой «Непокоренные» по адресу: г. Луганск, ул.Т. Шевченко, 2, ГУК ЛНР «Луганский краеведческий музей». Работа фотовыставки продлится до 18 февраля включительно.

Виктория БОГУСЛАВСКАЯ

Экспозиция из фондов: о жизни наших бабушек и дедушек



В городском краеведческом музее 16 января открыли выставочную экспозицию «Летопись продолжается». На ней были представлены экспонаты из фондов музея. В этот день сюда пришли восьмиклассники лицея №1, руководитель исполкома Свердловского теротделения ОД «Мир Луганщине» Анна Чикундаева и ее заместитель Алексей Сыров.

Валентина Викилина, ведущий научный сотрудник музея, рассказала гостям о выставке. Она отметила, что сейчас в музее насчитывается около 27 тысяч экспонатов. Это предметы быта, посуда, одежда, фотографии, обувь и многое другое.

Все они собраны жителями города и переданы музею. На постоянной основе здесь находятся 92 экспоната. Кто-то хочет сделать хорошее дело, пополняя фонд, а кто-то – оставить память о своих родственниках. В любом случае – это полезное дело, и юные свердловчане, которые приходят в музей, смогут не только услышать об истории поколений, но и увидеть ее собственными глазами.

Лилия ТОКАРЕВА

«Будь проклят тот день, когда ...»

Помните, у Михаила Булгакова была нехорошая квартира – та, в которой происходило действие романа «Мастер и Маргарита»? Так вот, похоже, у нас в городе тоже появились такие нехорошие места. Вот уже три дня подряд на одном и том же местеглохнут машины. Что это: мистика или просто стечение обстоятельств? Сложно сказать, только вот случайно сломавшийся автомобиль на проезжей части может привести к ДТП. Будьте осторожны.



Лилия ТОКАРЕВА

Спартакиада

Не изменяя традициям, в первых числах января ФОК «Шахтер» проводит рабочую спартакиаду среди предприятий СП «Свердловантрацит». На протяжении 30 лет, начиная с 1988 года, первыми открывают спартакиаду команды предприятий СП «Свердловантрацит» по мини-футболу. В этом году на старт вышли 18 команд. На предварительном этапе команды, разбитые на 4 группы, сыграют по круговой системе, а в финальную часть соревнований выйдут команды, занявшие I и II места в группе. Эта восьмерка и определит призеров и победителя открытого первенства ФОК «Шахтер» по мини-футболу среди предприятий СП «Свердловантрацит» 2019 года. 12–13 января прошли первые игры первенства.

По традиции, начнем с мини-футбола

Группа А: Ветераны «Шахтер-2» «Центросоюз-1» ДФК «Шахтер»	Группа Б: «Харьковская-1» «Кр. Партизан-2»	Автобаза «Центросоюз-2» МВД
Группа В: «Кр. Партизан-1» УСШМ «Горняк» «Свердлова-2» «Д. Капитальная-2»	Группа Г: «Свердлова-1» «Харьковская-2» «Д. Капитальная-1» «Лугаком»	

В группе А лидирует с 6 очками команда «Шахтер», В группе Б – Автобаза и «Центросоюз» по 4 очка. В группе В – «Красный Партизан-1». В группе Г – «Харьковская-2».

Николай ЕРЕМИН

Зима 2019 года не только порадовала нас красотой природы и обилием снега, но и принесла массу неудобств коммунальным службам города. Из-за обильного снегопада засыпало не только мусор, но и подъезды к самым мусорным бакам. На протяжении по-

следней недели работники коммунального предприятия КП «КАТП №032808» делали все возможное, чтобы устранить образовавшиеся свалки, но их старания оказались напрасны из-за вновь выпавших осадков, которые еще больше усугубили ситуацию.

Свердловск: что с вывозом мусора?

Причины: погода и изношенная техника

17 января специалисты коммунальных предприятий города, КП «РЭЖ №2» и КП «КАТП №032808» провели работы по очистке контейнеров и прилегающей территории от мусора в районе домов №39, 40 кв. 60 лет СССР. Здесь основная проблема заключалась в том, что не было возможности подъехать к самой площадке с мусорными баками из-за заснеженности. Совместными усилиями КП «КАТП №032808» и КП «РЭЖ №2» дорога и территория были очищены. «Большое влияние на работу предприятия оказывают проблемы со спецтехникой, кото-

рой не хватает для того, чтобы обслужить весь город, кроме того, машины часто нуждаются в ремонте. Нельзя не сделать акцент и на нехватке кадров», – рассказал начальник КП «КАТП №032808» Дмитрий Голубенко.

Неблагоприятные погодные условия и износ техники – это не единственные препятствия на пути к полноценному функционированию предприятия. Не менее остро стоит проблема недобросовестного отношения населения к оплате коммунальных услуг.



И все-таки за вывоз мусора надо платить

«На декабрь 2018 г. общая задолженность по оплате услуг на вывоз ТБО составляет более 5 млн. руб. Конкретно по этим двум домам (№39, 40) она достигла порядка 120 тыс. руб. Люди не открывают лицевые счета и не оплачивают долги, а мусор, тем не менее, в контейнеры выносят», – подчеркнул Дмитрий Александрович.

Эти дома входят в ОСМД. В соответствии с порядком, дома, которые входят в ОСМД, должны самостоятельно заниматься уборкой придомовой территории, а также заключать договоры на вывоз ТБО с городским коммунальным предприятием.

Кстати, если накопились строительные отходы в большом количестве, либо появился крупногабаритный мусор, тогда его вывоз нужно оплачивать отдельно, так как это не входит в услугу по вывозу ТБО, и работники не обязаны его убирать.

В связи с последними событиями, развернувшимися на Донбассе, многие свердловчане выехали из своих квартир и закрыли лицевые счета на оплату услуг по вывозу мусора, а после возвращения открывают их единицы ответственных жителей. Также распространена проблема, когда в квартире проживает, к примеру,

четыре человека, а услуга оплачивается только за одного. Все это негативно сказывается на работе коммунального предприятия, ведь поступающих средств не хватает на оплату труда и на ремонт техники, что так важно в настоящее время.

К сожалению, многие физические лица-предприниматели не заключают договоры на вывоз мусора и выбрасывают отходы в контейнеры, находящиеся на придомовых территориях либо создают мусорные свалки, что существенно усложняет работу коммунальщиков.

Надежда ОТКИДАЧ, отдел по вопросам внутренней политики администрации Свердловска и района

Природа и погода

Смотрим не только под ноги...

К сожалению, зима приносит нам не только радость катания с горки, Новый год, Рождество, но и проблемы, связанные с понижением температуры. Одна из таких неприятностей – сосульки на крыше. Да и не только на крыше. Резкий перепад температуры воздуха может привести также к образованию сосулек огромных размеров на деревьях, заборах, отливах окон, проводах и т.д., которые не менее опасны, чем те, что на крыше.

Опасные последствия, которые таят в себе нависшие сосульки, приводят к травмам людей, а иногда и к летальному исходу. Кроме того, большое количество льда, падающего сверху, может повредить электропровод и стоящие внизу автомобили, поэтому стоит и водителям, припарковавшись, посмотреть вверх.

Даже упавший лед, который разбивается на мелкие части, может служить причиной травм рук, ног, позвоночника, головы. Поэтому своевременная борьба с этим опасным явлением просто необходима.

Первое, что приходит на ум в борьбе с сосульками – это сбросить их вместе с еще не растаявшим снегом с крыши. Но это мы можем сделать в частных одноэтажных домах. А как быть с многоэтажными? На этот вопрос нам ответила **Галина Брагинiec**, начальник КП «РЭЖ №2». «Отправить сотрудников на крышу, для того, чтобы сбивать сосульки – это очень опасно. Мы сбиваем снег, лед и сосульки с козырьков жилых домов. На входах в подъезды разместили объявления о том, чтобы люди были осторожны, чистим снег и делаем все, что возможно выполнить силами работников», – рассказала Галина Антоновна.



Для того, чтобы обезопасить себя от падения сосулек, рекомендуется:

1. Соблюдать осторожность и, по возможности, не подходить близко к стенам зданий;
2. При выходе из зданий обращать внимание на скопление снежных масс, наледи и сосульки на крышах, по возможности, обходить места возможного их обрушения;
3. Если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Нужно как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием.



Алена БУДНИКОВА, фото Ольги ЯКОВЕНКО

■ Помните легенду о том, что у каждого человека есть своя вторая половинка? Но что, если эти две половинки находятся в разных концах мира? Еще несколько лет назад у них даже не было шансов на знакомство. Но теперь, благодаря Интернету, у каждого человека есть шанс познакомиться с новыми людьми, независимо от того, где они живут. Однако использовать эту возможность нужно с умом

Героиня нашей статьи Вероника – свердловчанка, которая после развода с мужем решила испробовать на себе знакомство в интернете. А что? Каждой женщине приятно, когда пишут комплименты. И главный плюс таких отношений, вы никому ничего не должны, а легкий флирт всегда поднимет настроение. Особенно полезно это тем женщинам и девушкам, которые не верят в себя. «Ты шикарна, я никогда не видел такой красоты...» и бла-бла-бла... Что, разве не приятно? Приятно, и даже полезно! Улыбка на лице так точно появится.

Вот и Вероника думала так же. Никаких сайтов знакомств, банальные, но очень популярные «Одноклассники» и запись в профиле – в активном поиске. Ей начали писать мужчины. Тех, кто не вызывал доверия, Вероника сразу блокировала, а более-менее порядочных – оставляла в друзьях. Очень удобно, мало фотографий и информации о себе, но ты все равно в центре внимания мужчин, пусть и в социальной сети.

Появился тот, который понравился больше других

Который понравился больше других, который не был банален, как остальные, был прост и деликатен. Девушке стало интересно. После года регулярного общения с Александром, так его зовут, казалось, что она знает его всю жизнь.

Пришло время встретиться, что было не так-то и сложно. Сам Александр живет в Москве, но, как оказалось, он не коренной москвич, а приехал из Зверево Ростовской области, что совсем недалеко от нас. Как и многие свердловчане, Вероника периодически ездила туда за покупками. Вот там и решили встретиться. Так сказать, приятное с полезным. Договорились о месте встречи.

Она приехала, и как полагается приличной девушке, решила немножко опоздать, ну и, естественно, присмотреться: мало ли кто там придет, может, фото чужие

Любовь в интернете



Плюсы

1. Доступность — не нужно тратить время на посещение каких-либо мероприятий, достаточно иметь гаджет и выход в интернет.
2. Начать общаться онлайн гораздо легче, чем вживую, — отличный выход для стеснительных натур.
3. Объект вашего интереса не сможет через монитор увидеть, как сильно вы смущаетесь и переживаете.
4. Вы сами решаете: переводить эти отношения в реал, знакомиться лично с парнем/девушкой по переписке или оставить все, как есть.
5. Прервать знакомство в интернете гораздо легче, чем в реальной жизни.

Минусы

1. Профиль пользователя не всегда соответствует его обладателю. Например, за фото юной красотки может прятаться 45-летняя трижды разведенная дама или наоборот.
2. Без реального общения не обойтись. Даже после длительной переписки отношения сходят на нет, если не встретиться в реальной жизни.
3. Риск стать объектом преступников. Никогда не переводите деньги новым интернет-знакомым, а перед первым свиданием сообщите кому-то из близких, куда вы собираетесь отправиться и с кем, не назначайте встреч в людных местах, зарядите телефон и не возлагайте больших надежд на знакомство, чтобы избежать разочарования.

В реальном знакомстве с интернет-партнером вас может ждать нежеланный сюрприз. Будьте готовы.



выставлял, а окажется совершенно другой человек... Оказалось, волновалась напрасно – это был тот самый Александр.

Казалось бы, первая встреча, Вероника, как и все девушки, ожидала, что он, наверное, пригласит ее в какое-то кафе, но нет. Александр с первых минут сказал: «Тебе же нужно сделать покупки, давай ты сразу купишь, что нужно, а потом посидим, поговорим». И это не было как-то грубо или нелепо, это было как раз то, что нужно.

Они ходили по магазинам, будто семейная пара: женщина выбирает, мужчина носит сумки. Времени до последнего автобуса оставалось совсем немного, но они успели еще посидеть и выпить кофе. Веронике понравилось все! Эти несколько часов, проведенные вместе с Сашей, она была счастливой. Будто всю жизнь знала его, просто долго

не виделись. С тех пор их переписка перестала быть только перепиской, они стали созваниваться, все чаще и чаще. И ждали момента, чтобы еще раз встретиться.

2014 год: война

Люди массово стали уезжать из города. Вероника не стала исключением. В Москве у нее жили дальние родственники, туда и поехала.

О том, что она переехала в Москву, Вероника рассказала Александру, но встретится с ним она пока не могла, было некогда...

Чтобы не быть обузой для своих родных, она стала немедленно искать работу. Нашла сразу – кассир в супермаркете. О своей интриге в интернете она стала поневоле забывать, потому что нужно ведь себя как-то пристроить... Времени не было, чтобы поспать нор-

мально, потому что работала в две смены. Какие уж тут романтические встречи....

Встреча

И только спустя два месяца они, наконец, встретились. Саша показал Веронике Москву совсем с иной стороны. Они стали встречаться, как обычные молодые люди, много гуляли, разговаривали. Оказалось, что у Александра тоже была супруга, прожили они вместе около пяти лет. В один момент, у него возникли большие проблемы на работе и с деньгами, был должен крупную сумму, но все бы ничего, деньги всегда можно заработать, но он начал пить. Так сказать заливать свое горе. Жена ушла. Веронику, как и любую другую женщину, это очень смутило, ведь она сама была в такой же ситуации: ее муж пил, и она со-

всем не хотела такого же второго. Именно из-за этого она стала потихоньку избегать общения с ним, не отвечала на телефонные звонки, отказывалась от встреч. Но, было все же что-то такое, что очень сильно тянуло ее к Александру. Конечно, он догадался о сомнениях Вероники. И однажды приехал и сказал: «Я знаю, что ты боишься ошибиться. Не бойся – ради тебя я сделаю все, что угодно». Девушка не сразу поверила Саше, были сомнения, были долгие раздумья и колебания. Но чувства, в конце концов, победили.

В 2016 году они расписались, а вскоре у них появилась на свет чудесная дочурка. Сейчас Вероника больше не работает кассиром, потому что воспитывает дочь, а Александр работает на стройке. Все у них хорошо. Пара пока все еще снимает квартиру, но планирует купить свой дом где-нибудь в Ростовской области, ближе к родным и близким.

Вот так, случайная переписка и похожие судьбы свели двух совершенно незнакомых людей. Так бывает. Но бывает и иначе, как у нашей следующей героини Ольги. Оля – обычная девушка из нашего города, которая только и делала, что общалась в различных социальных сетях и сайтах знакомств. В интернете она чувствовала себя намного комфортнее, чем в реальной жизни. И так она увлеклась общением с одним молодым человеком по имени

Артем, что, долго не раздумывая, уехала к нему. Все бросила и поехала в Тольятти, именно там он жил. Как же все красиво началось! Артем ее встретил, привел в свой дом... Ольга была будто ослеплена любовью. Но сказка длилась совсем недолго. В реальной жизни Артем был совсем не таким милым, как в переписках. Он оказался форменным грубияном и хамом. Кроме того, он жил не один, а с сестрой и ее двумя детьми. С каждым днем выяснялись все новые неприятные подробности. Во-первых – он был женат, и до сих пор официально не разведен, во-вторых – у него

есть дети, и сколько – даже неизвестно, об этом Ольга узнала случайно в разговоре с его сестрой. В-третьих – Артем был ужасно ревнив. Ольга терпела, пока могла, а потом терпение лопнуло. Надо уезжать, решила она. Но как? У нее не оставалось денег даже на проезд. Поплакав, позвонила родным. Они прислали денег, и Ольга быстро, даже ничего никому не сказав, первым же поездом уехала домой. Вот так.

Сейчас живет в Свердловске. С большим трудом нашла работу, прежнее место было уже занято. Конечно, потеряла в заработке, это – не считая «тольятинских» финансовых потерь – там Ольга денег не жалела: для любимого – самое лучшее. «Слава богу, что смогла вырваться оттуда жива-здоровая», – считает девушка.

Поэтому несмотря на все счастливые истории, которые вам рассказывают, будьте внимательны и бдительны, продумайте каждый поворот событий. Знакомство в интернете – это, конечно, удобно, но всегда есть риск попасть именно в подобную ситуацию.

Люди по-разному относятся к интернет-знакомствам. Кто-то считает это пустую потраченным временем, а кто-то празднует свадьбу после знакомства через интернет. Однако можно с уверенностью сказать, что с каждым днем сайты знакомств становятся все популярнее. И этому есть довольно простое объяснение: этот способ повышает шансы найти человека со схожими вкусами и интересами, позволяет общаться с людьми из разных стран, разного социального статуса и возраста. Но в реальном знакомстве с интернет-партнером вас может ждать нежеланный сюрприз. Будьте готовы. Выбор сугубо ваш.

Алена БУДНИКОВА

Страна 404

■ Украина всячески затрудняет получение пенсий переселенцам. Один из способов это сделать – лишить их статуса внутренне перемещенных лиц

Так, 10 декабря стало известно, что украинское правительство исключило из списков внутренне перемещенных лиц 1116 человек за неделю. Таким образом к концу года в Украине официально зарегистрированы были около 1,514 млн переселенцев. А уже по состоянию на 2 января 2019 года в Украине зафиксировано 1,512 млн внутренне перемещенных лиц, которые оставили свое жилье в зоне конфликта на Донбассе и переехали на «свободную территорию» страны, т.е. на две тысячи человек меньше.

Что случилось? Куда делись две тысячи переселенцев? Все очень просто. Украинские официальные источники объяснили, что «часть украинских ВПЛ были исключены из списков на оказание помощи от государства в результате проведения ежемесячной верификации со стороны социальных органов». Обновленные списки предоставлены в правительство структурными подразделениями социальной защиты населения областных государственных администраций и города Киева.

И тут приходит хорошая как будто новость: Верховный суд Украины признал незаконными проверки внутренне перемещенных лиц со стороны правительства с целью предоставления или прекращения социальных выплат. И может показаться, что свет в конце тоннеля забрезжил, ведь уже с 20 декабря 2018 года Кабмин не имеет права проводить верификации ВПЛ с целью прекращения их статуса.

Но не тут-то было. Украинское правительство не унывает. В Минсоцполитики заявили, что как раз в декабре 2018 года украинское правительство запустило в работу новую базу внутренне перемещенных лиц. База позволяет выявить «фейковых переселенцев» и лишить их социальных выплат без проверок. Для этого Минсоцполитики организует взаимодействие с другими органами социальной защиты на местах.

А в Минфине отметили, что и без непосредственного доступа к данным получателей выплат, им удалось проверить 6 млн граждан на территории страны. И грядут дальнейшие проверки.

Как Украина борется с переселенцами-пенсионерами



Но хотя бы к самым незащищенным, так называемым маломобильным, пенсионерам Республик у украинских властей проснется сочувствие, и они будут выплачивать им положенные по закону пенсии? Вот и Международный Комитет Красного Креста настаивает: в украинском законодательстве нет препятствий для выплаты пенсий жителям Донбасса.

Еще весной прошлого года в Международном Комитете Красного Креста сообщили, что готовы быть посредниками в вопросе выплаты маломобильным жителям ЛНР и ДНР украинских пенсий и социальных пособий. Осенью 2018 года представители МККК разработали пошаговый механизм проведения украинских выплат в Донбассе, но украинские представители не стали его обсуждать на переговорах в Минске.

И сейчас история повторяется. На заседании Контактной группы по урегулированию ситуации в Донбассе 17 января представители МКК рассказали, что разработанная комитетом схема выплат пенсий жителям Донбасса не противоречит украинскому законодатель-

ству. «Глава делегации МККК на Украине Алан Эшлиман заявил, что юристы МККК тщательно изучили украинское законодательство и не выявили никаких противоречий для реализации на практике предложенного Красным Крестом механизма выплаты пенсий», – отметили в МИД ДНР.

В ответ на это украинские представители предложили главе МККК провести беседу со своим руководством. В МИД ДНР считают, что это в очередной раз показывает, как украинские представители пытаются политизировать вопрос выплаты пенсий и социальных пособий жителям Донбасса. В итоге украинские представители сообщили, что в ближайшее время обнародуют свою официальную позицию относительно практического механизма выплаты пенсий маломобильным гражданам, который был предложен МККК. В Красном Кресте попросили это сделать в письменном виде. Иными словами, Украина всячески тянет время, занимается отговорками и формальными отписками, лишь бы не выполнять законные требования МККК.

Ольга ЯКОВЕНКО

Все он понимает:

Порошенко заговорил о кровопролитии при захвате храмов УПЦ



Президент Украины Петр Порошенко анонсировал массовый перевод храмов Украинской православной церкви в состав неканонической религиозной структуры, созданной при пособничестве Константинопольского патриархата.

По его словам, принятый Верховной Радой закон об изменении юрисдикции религиозных общин на Украине служит именно этой цели. Порошенко также заговорил о необходимости избежать кровопролития в процессе передела церковной собственности.

Представители неканонических религиозных структур на Украине неоднократно нападали на священнослужителей и захватывали храмы УПЦ. После победы майдана в 2014 году каноническая

Украинская православная церковь потеряла более 40 культовых сооружений.

Рейдерские захваты происходят при поддержке представителей украинской власти и группировок ультраправых националистов. Как правило, захватчики проводят нелегитимные собрания с участием заезжих радикалов и представителей местной власти, на которых подписывается документ о том, что православная община, которая посещает храм, якобы принимает решение перейти в подчинение неканонической религиозной структуры. После чего происходит собственно силовой захват здания церкви радикалами. С принятием Радой упомянутого Порошенко закона оспорить в суде подобный насильственный перевод храма в другую юрисдикцию будет крайне сложно.

Страховка президента

Минирование шлюзов:

президент Украины готовит запасной вариант

■ Наблюдатели ОБСЕ в отчете за 14 января зафиксировали минирование шлюзов Мироновского водохранилища в Донецкой области, а представители ВСУ подтвердили им этот факт

Экспертное сообщество считает, что это сделано украинскими властями с целью вызвать эскалацию военного конфликта в Донбассе. Это запасной вариант Порошенко, если он проиграет президентские выборы. Скорее всего, ВСУ не знали о минировании шлюзов на Мироновском водохранилище, занимались этим специальные люди по приказу Петра Порошенко. Эти закладки призваны вызвать эскалацию военного конфликта. Тогда Порошенко может объявить военное положение и перенести выборы. Эксперты уверены, что такие закладки обнаружат и в других местах.

Обстоятельства

7

Невыдуманные истории

Искушение

Катерина в свои 64 года имела достаточно физических сил, чтобы, находясь на пенсии, принять решение о дополнительном доходе в виде оплаты за труд сиделки, ухаживающей за пожилой парализованной женщиной. Работа не представляла для нее особой сложности. Ранее Катерина работала маляром-штукатуром и привыкла трудиться. Работа по уходу за больной женщиной не обременяла ее: занятость с 10 до 17 с двумя выходными давала возможность уделять время себе и покупать необходимые продукты питания без расходования своих пенсионных средств.

Как-то, убираясь на кухне, Катерина неожиданно для себя обнаружила в старом ридикюле в шкафу деньги, аккуратно разложенные по купюрам: разного достоинства рубли РФ, украинские гривны и доллары США. Общая сумма была такова, что Катерина могла такую же получить от пенсионных выплат только минимум за пять лет, при этом она не должна была бы есть, пить и оплачивать коммунальные услуги. («Столбняк» от увиденного перерос в мучительные внутренние терзания. Испытание было столь велико и ошеломительно, что Катерина не выдержала. Она схватила несколько купюр от каждой валюты, судорожно сунула в свою сумочку и, дождавшись окончания рабочей смены, поспешила домой, чтобы пересчитать и спрятать. Продолжая работать, Катерина еще несколько раз забиралась в тайник. На что рассчитывала, и сама не знала. Чтобы «не спалиться», оформила рассрочку на приобретение холодильника за 28 тысяч рублей.

Однажды хозяйка – дочь больной женщины – вернулась с отдыха, большую дорожную сумку она оставила в коридоре и убежала по какому-то своим делам. Катерина не сдержалась и открыла сумку. Сверху лежала книжка, Катерина ее переложила, и та, открывшись, показала ей 300 долларов. Не раздумывая, Катерина схватила их, закрыла сумку и в обычное время ушла домой.

Вернувшись хозяйка обнаружила пропажу, начала искать, пересмотрела все содержимое сумки, потом догадалась заглянуть в свои потайные места и... Пропажа большой суммы денег вскрылась.

Естественно, что подозрение сразу пало на Катерину, она единственная имела постоянный свободный доступ в квартиру потерпевшей и подолгу находилась там в ее отсутствие.

В полиции Катерина не стала ничего отрицать и рассказала все.

Тамара ШЕВЧЕНКО



Страницы жизни

Людмила Гапоненко-Морозова вспоминает: «Целых три десятка лет я проработала в спорткомплексе медсестрой. На скольких соревнованиях пришлось отдежурить: по игровым видам спорта, боксу, борьбе, тяжелой и легкой атлетике! Рядом был прекрасный коллектив тренеров-преподавателей, с которыми проработала не один десяток лет: В. Стоянов, В. Бойко, Т. Джошвили, В. Криховецкий, А. Мельников, Г. Соловьев и др. В разные годы директорами ДЮСШ были А. Шешилко, А. Фоменко и др. В любимой футбольной команде «Шахтер» играли свои же ребята, бывшие воспитанники ДЮСШ. Зимой был еще хоккей, работал каток».

► На этой фотографии 1974 г. – сотрудники спорткомплекса им. Н. Горюшкина



СПРОСИ У ЮРИСТА



Отвечает юрист
Сергей Викторович БОЙКО

В 2006 г. умер муж, ему было 43 года, в 41 год он перешел на пенсию, 19 лет проработал на ш. «Должанская-Капитальная». Дочке 18 лет, в марте будет 19. Мы получаем на нее уголь – 6 т по потере кормильца. Но в 2019 году, сказали, что уголь не выпишут, так как дочка теперь прописана в общежитии академии культуры и искусств им. М. Матусовского, где она учится. Правомерно ли это?

Людмила, пос. Бирюково

– Согласно п. 7 ст. 42 Горного закона ЛНР, – право на получение социальных обязательств и социальных гарантий (предоставление ежегодной дотации в денежном выражении) по приобретению твердого бытового

Об угле по потере кормильца

го топлива или безвозмездного предоставления твердого бытового топлива (угля) на бытовые нужды за счет средств государственных горных предприятий в соответствии с порядком, утвержденным Советом Министров ЛНР, при наличии официального подтверждения о фактическом проживании по месту регистрации на территории ЛНР имеют члены семей погибших (умерших) работников действующих, ликвидируемых, находящихся в стадии консервации и законсервированных государственных угледобывающих, углеперерабатывающих, шахтостроительных, шахтопроходческих и шахтостроительных предприятий, расположенных или располагавшихся на территории ЛНР, которые имеют право на пенсию по потере кормильца, а также умерших пенсионеров, имевших такое право при жизни.

Совет министров ЛНР своим постановлением от 18.09.2018 №579/18 утвердил Временный порядок безвозмездного предоставления твердого бытового топлива (угля) на бытовые нужды в отопительном сезоне 2018-2019 годов отдель-

ным категориям граждан, проживающих на территории ЛНР.

Временный порядок безвозмездного предоставления твердого бытового топлива (угля) в отопительном сезоне 2018 – 2019 годов отдельным категориям граждан, проживающих на территории ЛНР (далее – Временный порядок), устанавливает механизм по безвозмездному предоставлению твердого бытового топлива (угля) в отопительном сезоне 2018 – 2019 годов отдельным категориям граждан, проживающих на территории ЛНР.

Социальные гарантии по безвозмездному обеспечению твердым бытовым топливом предоставляются гражданам, имеющим право на безвозмездное получение твердого бытового топлива (далее – углеполучатели), по месту их регистрации. В случае разрушения жилья, а также непригодности его для проживания по месту регистрации вследствие военных действий социальные гарантии по безвозмездному обеспечению твердым бытовым топливом предоставляются по месту документально подтвержденного

фактического проживания на территории ЛНР.

Социальные гарантии по настоящему Временному порядку предоставляются государственными горными предприятиями в объеме 2,5 тонны твердого бытового топлива для отопления домохозяйства в течение отопительного сезона 2018 – 2019 годов.

В соответствии с п. 3.1. Временного порядка для безвозмездного получения твердого бытового топлива (угля) на бытовые нужды в отопительном сезоне 2018 – 2019 годов категории углеполучателей должны предоставить пакет документов, в том числе и справку (оригинал) о наличии по месту регистрации печного отопления.

Из текста вопроса читателя газеты «Восточный Донбасс» следует, что ее дочка в настоящий момент зарегистрирована по месту обучения в общежитии академии культуры и искусств им. М. Матусовского, где печное отопление отсутствует, следовательно, согласно действующему законодательству ЛНР – основания для безвозмездного предоставления твердого бытового топлива (угля) на бытовые нужды за счет средств государственных горных предприятий также отсутствуют.



ГОРЯЧАЯ линия газеты

Официальные лица отвечают читателям «ДВ»

На вопросы читателей отвечает **управление труда и социальной защиты населения администрации г. Свердловска и Свердловского района**

Почему 27 декабря за два часа разошлись талоны на материальную помощь, в 10.00 уже не было? В предыдущем месяце можно было взять и на второй, и на третий день.

Владимир Васильевич

– Количество граждан, которых записывают на прием для подачи заявлений на материальную помощь, остается постоянным более двух лет. Длительность периода, когда можно записаться на прием, зависит от активности и количества обратившихся граждан. И ситуация, действительно, складывается по-разному в каждом месяце. Управление не имеет возможности влиять на этот процесс. Наша задача – максимально сократить время предоставления в очереди для обратившихся граждан.

Напоминаем, что запись для подачи заявлений на материальную помощь осуществляется ежемесячно с 27 числа. Если это число является выходным или праздничным днем, то запись начинается с первого рабочего дня, следующего за 27 числом. В январе 2019 года 27 число – это воскресенье, поэтому запись на прием начнется с 28 января.

В производственном календаре ЛНР на 2019 год мы отдыхаем три дня – с 27 по 29 апреля (Пасха) и 5 дней – с 1 по 5 мая (майские праздники). Один день между этими выходными остается рабочим – это 30 апреля. Почему не сделают 30 апреля тоже выходным днем за счет какой-нибудь рабочей субботы?

Анастасия

– Согласно статьи 115 Трудового кодекса ЛНР нерабочими праздничными днями в ЛНР являются:

- 31 декабря, 1, 2 января – Новогодние каникулы;
- 7 января – Рождество Христово;
- 23 февраля – День защитника Отечества;
- 8 марта – Международный женский день;
- 1 мая – Праздник Весны и Труда;
- 9 мая – День Победы;
- 12 мая – День Луганской Народной Республики (День Республики);
- Один день (воскресенье) – Пасха;
- Один день (воскресенье) – Троица;
- 4 ноября – День народного единства.

При совпадении выходного и нерабочего праздничного дней выходной день переносится на следующий после праздничного рабочий день, за исключением выходных дней, совпадающих с нерабочими праздничными днями, указанными в пунктах 1 и 2. Постановлением Совета Министров ЛНР два выходных дня из числа выходных дней, совпадающих с нерабочими праздничными днями, указанными в пунктах 1 и 2, переносятся на другие дни в очередном календарном году.

В целях рационального использования работниками выходных и нерабочих праздничных дней постановлением Совета Министров ЛНР от 09.10.2018 №624/18 «О переносе выходных дней» в 2019 году переносятся следующие выходные дни:

- с субботы 23 февраля на четверг 2 мая;
- с воскресенья 12 мая на пятницу 10 мая;
- с воскресенья 16 июня на пятницу 3 мая;
- с субботы 28 декабря на понедельник 30 декабря.

Производственный календарь и нормы рабочего времени смотрите, пожалуйста, на стр. 10.

ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ПО ДЕЛУ

Вся моя жизнь была связана с транспортом, работал на разных должностях, от механика до исполняющего обязанности главного инженера автопредприятия. Бывал и на Сахалине, и в Сибири. Там зимы суровые, и снег чистят, стараются!

ЧЕБОТАРЕВ

Нам говорили, что нет солярки, чтобы расчистить нашу улицу Любви Шевцовой. Скинулись мы по 100 руб. со двора, трактор почистил.

Федор Михайлович, Червонопартизанск

Село Кондрючье, как все привыкли называть, – Боги. Так вот, вышла жительница Богов на улицу и обрадовалась – дорога есть! Расчищена от залежей снега. Ползти не придется. Ура! «Неужели и до нас дошла очередь, – подумала женщина, – наконец-то прислали трактор, какие молодцы! Но оказалось, это был совсем и не трактор, а местные мужички с лопатами в руках. Ждали-ждали этого трактора, не дождались, и решили сделать все сами. Взяли лопаты да по-молодецки и прочистили целую улицу. В общем, нам нечего ждать милостей от природы... Спасибо вам, Мужчины!

Алена БОГАЧЕВА

ПЛАНЫ И ИХ ВОПЛОЩЕНИЕ



По нашим впечатлениям, большинство свердловчан реализовали свои планы: окунулось в проруби гораздо большее количество людей, чем в прошлом году, и в храмах тоже было много прихожан.

Задай вопрос власти

- Задайте вопрос «ДВ»
- Сообщите обо всем, что болит, мучает, радует, вдохновляет
- Анонимные сообщения не принимаются

Сведения об авторе обращения

Ф.И.О. _____
Адрес: _____
Тел.: _____ Подпись: _____

ТЕКСТ: _____

Страницу подготовила Елена БЕСЕДИНА

Уважаемые абитуриенты!

В МВД ЛНР объявляется набор абитуриентов для поступления в ГУ ЛНР «Луганская академия внутренних дел имени Э.А. Дидоренко» на стационарную форму обучения, по направлению подготовки «Юриспруденция». На обучение будут приниматься гражданские лица, постоянно проживающие на территории Луганской Народной Республики, в возрасте от 17 до 25 лет, имеющие полное общее среднее образование, по итогам вступительных экзаменов по истории, обществоведению и комплексному экзамену по русскому языку. Обучение – за счет средств государственного бюджета. После окончания третьего курса выпускникам будет предоставлена возможность назначения на должности, замещаемые лицами среднего начальствующего состава, с присвоением первого специального звания среднего начальствующего состава. За справками обращаться в отделение по работе с личным составом Свердловского ГОВД МВД ЛНР.

Цифра

00015

автотранспортных средств, в которых находилось 37 человек, спасли 21 января из снежных заносов сотрудники МЧС ЛНР.

Продолжается набор добровольцев для службы по контракту

Внимание!

Отдел военного комиссариата Луганской Народной Республики в г. Свердловске продолжает набор добровольцев для прохождения военной службы по контракту в частях и подразделениях Народной милиции Луганской Народной Республики – мужчин от 18 до 45 лет.

Военнослужащие обеспечиваются:

Денежным довольствием:

- рядовой состав – от 15 000 рублей;
- сержанты и старшины – от 19 500 рублей;
- офицеры и прапорщики – от 25 000 рублей.

Вещевое обеспечение и социальный пакет гарантируются.

...

Седьмая гвардейская бригада приглашает добровольцев для прохождения службы в первый мотострелковый батальон Народной милиции Луганской Народной Республики. Есть вакансии для мужчин: в комендантский взвод, взвод обеспечения, медицинский взвод и другие.

- высокая заработная плата от 15 000 руб.;
- обмундирование;
- продукты питания;
- социальный пакет;
- оплачиваемый отпуск.

Если вам небезразлична судьба Республики, и вы готовы защищать Родину с оружием в руках, обращайтесь в отдел военного комиссариата ЛНР по адресу: Свердловск, ул. Ленинского Комсомола, 3, тел.: 2-28-86, 072-111-41-62, 072-110-70-92.

Отдел военного комиссариата ЛНР в г. Свердловске

Украли автомобильные номера Что делать?

Не так давно в «арсенале» злоумышленников появился новый способ незаконной добычи денежных средств – кража автомобильных номеров. Схема очень проста: ночью нарушители снимают с автомобиля регистрационные знаки и оставляют записку с координатами, куда отправить деньги за их возврат. От незнания, как быть, владельцы автомобилей вынуждены отдавать деньги преступникам. Однако идти на поводу злоумышленников не стоит.

меченным. Надежным вариантом будет гараж или охраняемая стоянка.

Специально для таких мер предосторожности в продаже имеются так называемые анти-вандальные рамки для номеров, которые имеют разные способы крепления, и снять их будет гораздо сложнее. Это не даст 100% гарантии защиты, но если правонарушителю придется долго возиться, он скорее бросит эту затею, чем станет подвергать себя вероятности быть пойманным.

Стоит отметить, что чаще всего злоумышленники воруют регистрационные номера других государств, с расчетом на то, что автовладельцу будет трудно именно восстановить номера, и он точно заплатит за их возврат.

...чтобы не стать жертвой кражи автономеров

Во-первых, нужно заранее позаботиться о безопасности. Естественно, чаще попадают в поле зрения злоумышленников те автомобили, которые оставлены без присмотра, к которым легко подобраться и при этом несложно остаться неза-

...если номера уже украли

Первым делом, обязательно нужно обратиться в отде-



ние полиции и сообщить о происшествии. Вы сможете помочь правоохранителям установить преступников и предотвратить совершение аналогичных преступлений.

В случае кражи регистрационных знаков образца Луганской Народной Республики, необходимо обратиться в подразделение МРЭО УГИБДД МВД ЛНР, в течение одного дня владелец автомобиля может получить новые номерные знаки. К тому же, это будет значительно дешевле, чем, зачастую, требуют злоумышленники.

Стоит отметить, что даже если автомобиль зарегистрирован в другом государстве (Рос-

сия, Украина, Грузия, Литва и т.д.), согласно постановления Совета Министров ЛНР №258, автовладельцу могут быть выданы свидетельства о регистрации и номерные знаки образца Луганской Народной Республики на срок временного ввоза, который указан в документах таможенного оформления транспортного средства. Однако это нужно сделать заблаговременно. Если у вас украли регистрационные знаки других государств, естественно, на территории ЛНР восстановить их не удастся. Но и в этом случае не спешите отдавать деньги злоумышленникам, обязательно обращайтесь в полицию.

ЦОС МВД ЛНР



Спасенные из снежного плена

За минувшую неделю сотрудники МЧС ЛНР из снежных заносов спасли 42 автотранспортных средства, в которых находились 88 человек, в том числе 21 ребенок. Наибольшее количество выездов зафиксировано в Свердловском районе – 11, в Луганске шесть раз оказывали помощь водителям, в Красном Луче – четыре, в Перевальском, Славяносерб-

ском, Лутугинском, Краснодонском районах – по два вызова, в Брянке и Ровеньках – по одному. Всего из снежного плена было освобождено шесть автомобилей скорой помощи, три автобуса, в том числе два школьных, в которых находился 21 ребенок, 29 грузовых автомобилей, два троллейбуса и два легковых автомобиля.

Пресс-служба МЧС ЛНР

На дороге

Каждую пятницу – ДТП с неизвестным водителем

За неделю в Свердловске произошло одно дорожно-транспортное происшествие. Об этом рассказал «ДВ» инспектор оформления материалов ДТП отделения ГИБДД Свердловского ГОВД МВД ЛНР, старший лейтенант полиции Станислав Волков.

В пятницу, 18 января, в 8.00 на ул. Ленина в районе д. №93 неустановленный водитель совершил наезд на припаркованную Audi, при-

чинив ей механические повреждения, и скрылся.

Напомним, в пятницу, 11 января, в 11.10 в Свердловске в кв. 50 лет Октября в районе д. №3 неустановленный автомобиль двигался задним ходом и наехал на пожилую женщину. Пешеход с серьезными телесными повреждениями находится на лечении в больнице. Водитель с места происшествия скрылся.

Кому что-либо известно о случившемся, просьба сообщить по тел.: 072-108-52-44.

Следствие ведут...

За период с 14 по 21 января сотрудники следственного отдела Свердловского ГОВД МВД ЛНР возбудили 16 уголовных дел:

- по ст. 171 УК ЛНР (кража) – восемь;
- по ст. 276 УК ЛНР (незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ) – шесть;
- по ст. 124 УК ЛНР (побои) – одно;
- по ст. 325 УК ЛНР (нарушение правил дорожного движения и эксплуатации транспортных средств) – одно.

Предъявлено 10 обвинений.

В порядке ст. 94 УПК ЛНР задержано и водворено в ИВС Свердловского ГОВД МВД ЛНР два лица.

Артем СОГУТОВСКИЙ,
начальник следственного отдела
Свердловского ГОВД МВД ЛНР



Сводка Народной милиции

Ситуация в зоне ответственности Народной милиции ЛНР существенных изменений не претерпела и остается напряженной. За прошедший период, с 14 по 21 января, противник двадцать пять раз нарушил режим прекращения огня. Обстрелам подверглись позиции в районе памятника князю Игорю, населенных пунктов: Калиновка, Первомайск, Голубовское, Донецкий, Желобок, Логвиново, Золотое-5, Веселогоровка, Лозовое, Красный Яр, Калиново-Борщеватое, Калиново. При обстрелах применялись минометы калибром 120 и 82 мм, БМП, СПГ, РПГ, АГС, ПТ-25, ЗУ-23-2 крупнокалиберное и стрелковое оружие. Всего по территории Респу-

блики было выпущено двести девяносто пять различных боеприпасов.

Наши наблюдатели продолжают фиксировать случаи минирования украинскими силовиками территорий у линии боевого соприкосновения. Отмечено минирование местности инженерно-саперными группами в районе н.п. Светлодарское вблизи жилых домов. В связи с этим призываем мирных жителей района быть предельно бдительными. По данным Минобороны Украины, только за последние три месяца на Донбассе зафиксировано 17 случаев подрыва гражданских лиц на минах. В свою очередь, по информации

наших источников, командиры подразделений ВСУ при ротации не передают карты минных полей прибывшим подразделениям, что приводит к подрывам военнослужащих ВСУ на минах, установленных их сослуживцами.

Мы продолжаем фиксировать рост числа правонарушений и преступлений, совершаемых военнослужащими вооруженных сил Украины на подконтрольной Киеву территории. 11 января, на трассе Старобельск-Бахмут, в районе населенного пункта Рубежное, по вине военнослужащего 54-й отдельной механизированной бригады произошло ДТП. В ходе разбирательства установлено, что рядовой Прохоренко са-

мовольно оставил место несения службы, употребил алкоголь и в состоянии опьянения совершил угон автомобиля ВАЗ-2110 в Попасной. Проезжая Рубежное, военнослужащий не справился с управлением и врезался в легковой автомобиль марки ДЭУ «Ланос». В результате столкновения водитель легковушки получил сотрясение мозга и доставлен в больницу. Сам же военнослужащий был конвоирован в отделение военной комендатуры. Кроме этого, в реанимацию центральной больницы Счастья поступило двое подростков с диагнозом «передозировка наркотиков». С их слов, наркотические вещества они приобрели 13 января на автостанции Счастья у

военнослужащего 59-й отдельной мотопехотной бригады, личность которого устанавливается.

Военнослужащие ВСУ продолжают совершать поборы с граждан, пересекающих КПВВ «Станица Луганская». По словам 56-летней жительницы Луганска, в очереди к ней подошел солдат и предложил быстро пройти через пункт пропуска за 500 гривен. Женщина ответила отказом и в результате была задержана с предъявлением обвинений в контрабанде и «содействии сепаратистам». После угроз пенсионерку отпустили с угрозами физической расправы в случае повторной попытки прохода.

Страницу подготовила **Елена БЕСЕДИНА**

Производственный календарь на 2019 год

(для пятидневной рабочей недели)

Январь							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1		1	2	3	4	5	6
2	7	8	9	10	11	12	13
3	14	15	16	17	18	19	20
4	21	22	23	24	25	26	27
5	28	29	30	31			

Февраль							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
5					1	2	3
6	4	5	6	7	8	9	10
7	11	12	13	14	15	16	17
8	18	19	20	21	22*	23	24
9	25	26	27	28			

Март							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
9					1	2	3
10	4	5	6	7*	8	9	10
11	11	12	13	14	15	16	17
12	18	19	20	21	22	23	24
13	25	26	27	28	29	30	31

Апрель							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
14	1	2	3	4	5	6	7
15	8	9	10	11	12	13	14
16	15	16	17	18	19	20	21
17	22	23	24	25	26	27	28
18	29	30*					

Май							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
18			1	2	3	4	5
19	6	7	8*	9	10	11	12
20	13	14	15	16	17	18	19
21	20	21	22	23	24	25	26
22	27	28	29	30	31		

Июнь							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
22						1	2
23	3	4	5	6	7	8	9
24	10	11	12	13	14	15	16
25	17	18	19	20	21	22	23
26	24	25	26	27	28	29	30

Июль							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
27	1	2	3	4	5	6	7
28	8	9	10	11	12	13	14
29	15	16	17	18	19	20	21
30	22	23	24	25	26	27	28
31	29	30	31				

Август							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
31				1	2	3	4
32	5	6	7	8	9	10	11
33	12	13	14	15	16	17	18
34	19	20	21	22	23	24	25
35	26	27	28	29	30	31	

Сентябрь							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
35							1
36	2	3	4	5	6	7	8
37	9	10	11	12	13	14	15
38	16	17	18	19	20	21	22
39	23	24	25	26	27	28	29
40	30						

Октябрь							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
40		1	2	3	4	5	6
41	7	8	9	10	11	12	13
42	14	15	16	17	18	19	20
43	21	22	23	24	25	26	27
44	28	29	30	31			

Ноябрь							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
44					1	2	3
45	4	5	6	7	8	9	10
46	11	12	13	14	15	16	17
47	18	19	20	21	22	23	24
48	25	26	27	28	29	30	

Декабрь							
№	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
48							1
49	2	3	4	5	6	7	8
50	9	10	11	12	13	14	15
51	16	17	18	19	20	21	22
52	23	24	25	26	27	28*	29
53	30	31					

* – рабочие дни с сокращенной продолжительностью на 1 час

Нормы рабочего времени для пятидневной рабочей недели на 2019-й

Календарные периоды времени	01	02	03	I кв-л	04	05	06	II кв-л	1-е полугодие	07	08	09	III кв-л	10	11	12	IV кв-л	2-е полугодие	2019 год
Количество дней (в расчете на пятидневную рабочую неделю)																			
Календарные дни	31	28	31	90	30	31	30	91	181	31	31	30	92	31	30	31	92	184	365
Рабочие дни	20	20	20	60	21	18	20	59	119	23	22	21	66	23	20	21	64	130	249
Выходные и нерабочие праздничные дни	11	8	11	30	9	13	10	32	62	8	9	9	26	8	10	10	28	54	116
Рабочее время (в часах)																			
При 40-часовой рабочей неделе	160	159	159	478	167	143	160	470	948	184	176	168	528	184	160	167	511	1039	1987
При 38-часовой рабочей неделе	152	151	151	454	158,6	135,8	152	446,4	900,4	174,8	167,2	159,6	501,6	174,8	152	158,6	485,4	987	1887,4
При 36-часовой рабочей неделе	144	143	143	430	150,2	128,6	144	422,8	852,8	165,6	158,4	151,2	475,2	165,6	144	150,2	459,8	935	1787,8
При 24-часовой рабочей неделе	96	95	95	286	99,8	85,4	96	281,2	567,2	110,4	105,6	100,8	316,8	110,4	96	99,8	306,2	623	1190,2

Подготовила Елена БЕСЕДИНА

■ Наравне с сахаром хлеб нередко обвиняют в распространении эпидемии ожирения. Действительно, пшеничный хлеб содержит большое количество калорий и мало полезных веществ

Производители наперебой завлекают покупателей громкими названиями: «Здоровый», «Зерновой», «Диетический». Чем больше информации на упаковке хлеба – тем больше путается потребитель.

Чем опасен белый хлеб?

Белый хлеб, пирожные и сладкое печенье провоцируют поджелудочную железу на усиленный выброс инсулина.

Как выбрать полезный хлеб?



Цельнозерновой хлеб

Настоящий цельнозерновой хлеб очень полезен для здоровья. Он содержит примерно три грамма клетчатки в каждом ломтике.

Выбрать его довольно просто – в списке ингредиентов пункт «цельное зерно» должен стоять на первом месте. Это говорит о том, что для изготовления хлеба мука не была очищена, и в ней остались все полезные составляющие.

Обратите внимание: если в составе хлеба указана «натуральная пшеница» или «на-

туральная рожь», это еще не значит, что хлеб цельнозерновой.

Чаще всего такой продукт приготовлен только из одного вида муки, без добавления других зерновых культур. Пометка «натуральный» не гарантирует того, что зерно не было очищено от оболочек и зародыша.

Обычная мука умеет прятаться еще и за такими странными названиями, как «обогащенная мука», «мультизерновой», «многозерновой».

Соль

Практически в любые хлебобулочные изделия добавляется соль – не только для вкуса, но и для того, чтобы контролировать деятельность дрожжей в тесте.

По разным данным, всего один кусочек цельнозернового хлеба содержит около 200 мг натрия. На первый взгляд, это немного, но рекомендован-

ная суточная доза составляет около 1800 мг этого вещества, а ведь обычный рацион не ограничивается одной булочкой.

Меньше всего соли в том хлебе, в составе которого этот ингредиент находится на самом последнем месте – и уж точно после муки и воды.

Добавление жира, орехов, семечек и сухофруктов делает хлеб калорийнее

Хлеб с семечками и орехами

Буханка хлеба, щедро посыпанная семечками или зернышками, может показаться более здоровым вариантом.

Однако не стоит забывать, что подобные ингредиенты добавляют готовому продукту калорийности.

Например, всего десять граммов подсолнечных семечек, равномерно распределенных в «здоровой» бу-

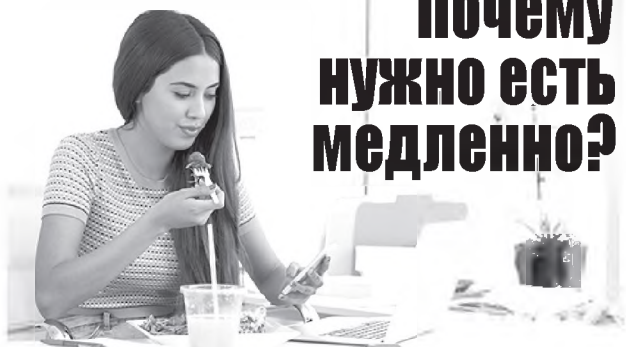
лочке, увеличивают ее калорийность почти на 60 ккал.

Кроме того, семечками, орехами, сухофруктами и овощными добавками производители нередко маскируют хлеб из обычной белой муки, выдавая его за диетический продукт.

Обязательно проверяйте, сколько калорий в булочке с семечками, и ищите пункт «цельное зерно» в списке ингредиентов. Если он не стоит на первом месте – отложите упаковку: перед вами хлеб из обычной муки, только более калорийный.

Здоровый хлеб, содержащий максимальное количество витаминов и клетчатки, печется из цельнозерновой муки, в состав которой входят отруби и зародыш

Питаемся правильно



Почему нужно есть медленно?

Мы вечно спешим и куда-то торопимся, завтракаем и обедаем на бегу, и ужинаем тоже второпях. И при этом не задумываемся, что такой спешкой наносим организму очень большой вред.

Большинство людей страдает избыточным весом именно из-за привычки все делать на ходу. Многие любят быстро поесть, выбирая в основном жирную и калорийную пищу, которую в изобилии предлагает фаст-фуд. Тем временем, специалисты по здоровому питанию еще раз напоминают – есть нужно медленно. И для этого есть несколько причин:

1. Медленный прием пищи поможет стабилизировать вес и избавиться от лишних килограммов. Ученые смогли доказать, что сигнал о насыщении поступает в наш мозг только через 20 минут. Только представьте, сколько

ненужной пищи вы успеете съесть за эти 20 минут!

2. Если есть не спеша, то можно избавиться от изжоги и от несварения желудка – именно этими недугами страдают любители быстро перекусить.

3. Когда вы едите медленно, вы тщательно пережевываете каждый кусочек, а это способствует лучшему пищеварению.

4. Посвятите себя полностью еде, не отвлекайтесь на компьютер и телевизор – тогда вы получите удовольствие от трапезы. Это очень важно – вы сможете расслабиться и вовремя понять, что вы уже сыты.

5. Постарайтесь исключить из своего рациона вредные продукты. И тогда автоматически вы исключите и фаст-фуд. Ведь намного приятнее пообедать в офисе той едой, что вы взяли из дома, чем бегать по улице с гамбургером в руке.

КОГДА ПОЛЕЗНЕЕ ВСЕГО ПИТЬ ВОДУ?



ПОСЛЕ ПРОБУЖДЕНИЯ

Помогает активировать внутренние органы



ЗА 30-60 МИНУТ ДО ЕДЫ

Способствует пищеварению



ПЕРЕД ПРИЕМОМ ВАННЫ

Помогает понизить кровяное давление



ПЕРЕД СНОМ

Чтобы избежать инсульта и сердечного приступа



Пить воду лучше всего между приемами пищи. Запивать пищу водой не следует, чтобы предотвратить процессы гниения в желудке. Натощак всегда полезно выпивать стакан воды. Перед первым приемом пищи и употреблением воды должно пройти не менее 40 минут.

Зеленая аптека

Пустырник...

- основной соратник валерианы в помощи сердцу,
- обладает успокоительными свойствами,
- понижает артериальное давление, замедляя ритм,
- увеличивает силу сердечных сокращений,
- регулирует состояние центральной нервной системы,
- нормализует жировой, углеводный и белковый обмен,
- снижает уровень холестерина в крови,
- является отличным спазмолитиком,
- обладает противосудорожным действием,
- применяется в климактерических симптомах,
- помогает при метеоризме и других желудочно-кишечных заболеваниях.

Пустырник – все лекарства в одном растении!



1. Настойка пустырника

2 ст. ложки сухой измельченной травы залить 100 мл 70% спирта и дать настояться в течение 1-2 недель закрытом виде. Принимать при заболеваниях сердца, в климактерическом периоде, неврозах по 30 капель 3 раза в день.

2. Настой

1 ст. ложку сухой измельченной травы залить 200 мл кипятка и настоять 15-20 мин. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день при повышенном давлении, раздражительности, бессоннице.

3. Отвар с цикорием

Смешать пустырник и корень цикория 1:1. Залить 1 ч. ложку смеси 200 мл кипятка, держать на слабом огне 2-3 мин. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в сутки при кашле, простудных заболеваниях, проблемах с желудочно-кишечным трактом и печенью.

Подготовила Оксана ВАСИЛЕНКО

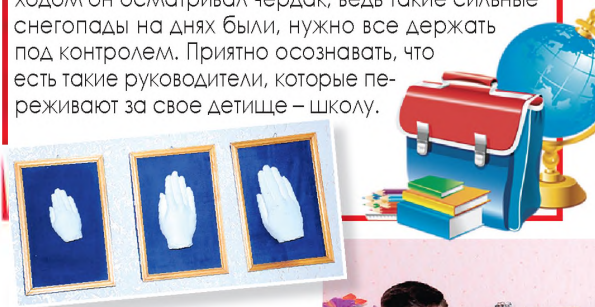


«Река времени»

Она, наверное, необыкновенная, хотя с виду вполне обычная. В нее хочется возвращаться вновь и вновь...

Вероятно, многие бы так сказали о гимназии №1. Ее расположенность не может не радовать глаз, особенно весной. Спрятавшись в листву деревьев и кустарников, она немного напоминает домик из какого-нибудь мультфильма. В нем живут добрые, отзывчивые волшебники, которые приходят на помощь. Проверим?

Заходим в гимназию №1. В вестибюле нас с улыбкой встречает женщина, технический работник, и провожает в кабинет директора. Несмотря на свою занятость, Владимир Иванович Казанский смог нам уделить время. Кстати, перед нашим приходом он осматривал чердак, ведь такие сильные снегопады на днях были, нужно все держать под контролем. Приятно осознавать, что есть такие руководители, которые переживают за свое детище – школу.



Итак, вернемся к истории. Многие помнят ее как среднюю школу №12. Свои двери она распахнула первого сентября 1963 года. В то время ее возглавлял директор Николай Карпович Осауленко. Школа работала в две смены, так как было много детей. Классы были почти на все буквы алфавита, от «А» до «К». Тогда занятия начинались в восемь утра, а заканчивались в 19.30. После этого еще проводили педсоветы и совещания. А домой учителя возвращались в десять вечера. Такому альтруизму можно только позавидовать. Согласитесь, в наше время такая самоотверженность и преданность своей работе редко проявляются.

Годы шли, школа преображалась. После Николая Карповича Осауленко пост директора занял Владимир Иванович Казанский. Талантливый человек, с хорошими организаторскими способностями. Он пришел в школу в 1974 году учителем физики и астрономии. Его рвение и ответственный подход к работе сложно было не заметить. Поэтому в 1980 году, уходя на заслуженный отдых, Николай Карпович предложил на свое место кандидатуру Влади-

мира Ивановича Казанского. И он не ошибся.

За годы директорства Владимира Ивановича многое было сделано для школы. Прошла колоссальная реконструкция помещений. На третьем этаже раньше размещалась столовая, которая превращалась еще и в актовый зал. Не очень удобно, на самом деле. Но эти неудобства были устранены, столовую перенесли на первый этаж, где ей собственно и место. А на

третьем сделали хороший, уютный актовый зал на сто посадочных мест. Рядом с ним располагается библиотека, необычная – двухэтажная. Такая в нашем городе одна. В ней хра-

Время не стоит на месте, и вместе с ним совершенствуется и меняется школа



Все мы родом не только из детства, но и из школы. Какие же они, наши школы, какими были и какими станут в ближайшем будущем? Давайте вместе заглянем в вашу, именно вашу школу, узнаем, чем она живет, посмотрим на фотографии первоклашек, выпускников и коллективов, может, узнаем там себя, своих родных или знакомых... И оставим у себя публикацию, чтобы сохранить на долгую память.

«А где учился **ТЫ?**»



же стала ученицей нашей школы. А в 2016 году она закончила одиннадцатый класс. Третья рука человека средних лет, ну, а четвертая – нашей учительницы, преклонных лет. Она уже ушла на заслуженный отдых», – добавил Владимир Иванович.

Как и в любой школе, здесь есть свои традиции. «У нас интересные мероприятия очень много. Традиционно мы проводим праздник для одаренных детей. Одаренных не только в учебе или спорте, но и творчески. Чествуем детей и награждаем памятными подарками, сделанными собственными руками. Проводим выставки работ талантливых учителей и детей. Хорошо проходят предметные недели, зимние игры. В 2014 году у выпускников сложилась традиция, уходя из школы, оставлять большое фото выпускников на память. Эти фотографии мы размещаем в вестибюле», – рассказала заместитель директора по методической работе Лидия Ивановна Антипова.

В гимназии есть еще одна традиция: оставлять послание будущему поколению, его называют «Капсула памяти». В 2017 году педагогический коллектив открыл такую капсулу и прочитал послание. «На торжественной линейке мы вскрыли «Капсулу памяти». Читали всем педагогическим коллективом, что нам адресовало поколение Николая Карповича Осауленко. В свою очередь, мы тоже подготовили письмо, и через 20 лет будущие ученики школы его прочтут. Представляете, как было интересно читать послание того времени? Оно было написано на пергаментной бумаге, чернилами. Свои мы набрали, конечно, на компьютере. Время делает свое дело», – добавила Лидия Ивановна.

няется невероятное количество книг. Естественно, такую работу проделать в одиночку не удалось бы. Но, как говорится, кто стучится – тому всегда открывают двери. И на помощь пришли родители, дети и работники завода РМЗ – шефы школы. «Каждый год мы делали что-то новое, раньше это было намного проще. А я любил строить», – говорит Владимир Иванович.

Время не стоит на месте, и вместе с ним совершенствуется и меняется школа. В 2004 году приобретает статус гимназии №1. Сейчас в ней учится 250 детей, работает 21 учитель. Из педагогов высшую категорию имеют семь человек, первую категорию – два человека, вторую у четырех человек. Восемь человек – специалисты. Во всех начальных классах и в пяти кабинетах старших классов есть мультимедийные проекторы, которые используют на уроках. «До войны мы готовились к приему детей с особыми потребностями по программе «Достойное образование всем». Мы вступили в эту программу, нам выделили деньги, сделали пандус на входе в школу, открыли новый компьютерный класс», – поделился директор. И хоть пока не удалось осуществить задуманное, Владимир Иванович не отчаивается, он

уверен, что позже все обязательно получится. И это действительно так, главное, поставить цель и идти к ней. Так, в прошлом году в здании гимназии открыли детский сад. Администрация гимназии надеется, что дети, которые будут ходить в этот детский сад, потом придут сюда в первый класс. Таким образом будет осуществляться непрерывность образования с трех до 17 лет.

Инициативный директор в 2003 году создает проект для школьной выставки «Река времени». В этом проекте он хотел показать детям, как меняется человек с возрастом. Для этого Владимир Иванович сделал гипсовые отпечатки четырех кистей рук разных поколений. «Первая – маленькая ручка девочки пяти лет, вторая, чуть побольше – ее сестры, которая училась в нашей школе. Кстати, маленькая ручка позже то-

Говорить об этой школе можно бесконечно. Светлое, уютное здание, расположенное за парком, приветливо встречает детвору. Здесь есть место для игры, знаний и творчества. А добрые волшебники – педагогический коллектив и администрация гимназии – делают все, чтобы детям было здесь комфортно. Здесь всегда давали крепкие и качественные знания, и это самая главная их традиция.

Лилия ТОКАРЕВА, фото Ольги ЯКОВЕНКО

Главное на Крещение – молитва

■ Каждый год 19 января, на Крещение, сотни людей приходят в храмы на праздничное богослужение, во время которого происходит освящение воды. Ее пьют во время болезни, окропляют ею дома, она способна стоять годами и не портиться

В эту субботу свердловчане уже с самого утра приходили в церковь отстоять праздничную службу, освятить воду.

Считается, что 19 января – первый день крещенских морозов, самого сурового и холодного времени в году. Однако у нас погода была не морозная, а совсем наоборот. Туман с утра, все вокруг таяло, и под ногами – голый лед и вода. Люди стояли с мокрыми ногами, многие падали, пока добирались к храму, но несмотря на это, народу было очень много. Кто-то смиренно стоял всю службу, а кто просто приходил освятить воду.

Алена БУДНИКОВА



А ты окунулся в Крещенскую купель?



■ 19 января отмечается один из самых больших христианских праздников – Крещение Господне. Считается, что Крещенская вода наделена целебными свойствами и исцеляет не только тело, а и душу. Следуя православным традициям, свердловчане умываются святой водой, а самые смелые окунаются в прорубь

По традиции крещенская купель была подготовлена на городском ставе Денисиха. Тут 19 января с восьми утра

дежурили спасатели МЧС, бригада скорой помощи, за порядком следила полиция. Желающих окунуться в прорубь с каждым годом в Свердловске становится все больше и больше. Пришедшие однажды окунуться в Крещенскую воду, подают пример своим друзьям и знакомым. И те, набравшись смелости, ныряют в целебную ледяную воду.

Собравшийся у купели народ охотно позировал на камеры, а их группа поддержки подбадривала и снимала на видео сам процесс. Подстраиваясь под современные реалии, парни снимали свои прыжки на водонепроницаемую видеокамеру GoPro.



Удивили воспитанники из ООО ДПСК «Школа мужества», пришедшие с руководителем Вячеславом Домрачевым. Их было очень много, около 70 человек. Вячеслав Павлович поделился своими планами на будущее: «На следующий год мы хотим поставить рекорд – 100 человек!».

Сколько жителей окунулось в прорубь за целый день, не подсчитать, народ прибывал и прибывал. Детвора озорно и звонко смеялась, малыши успели не только окунуться, но и слепить неподалеку снеговика.

В этом году окунуться в проруби решила и наш корреспондент. Смелая девушка, выйдя из воды, воскликнула: «Круто, ребята! Советую всем, окунайтесь, не бойтесь, это просто великолепно!»
Глядя на позитивный настрой купающихся, на довольные, улыбающиеся лица и общий восторг, я тоже решила обязательно испытать свои силы. В следующем году.



Ольга ЯКОВЕНКО

■ Все больше компаний по производству чистящих средств начинают использовать натуральные компоненты. Но пока они только на пути к этому, мы можем позаботиться о своем здоровье и применить эфирные масла

Уже давно доказано, что чистые эфирные масла прекрасно обеззараживают и очищают помещение. А их запах благотворно влияет на человека. Главное — проверить, подходит ли вам масло. И тогда можно делать чистящее средство с ним в домашних условиях.

Такие средства получатся совершенно недорогими и при этом безопасными для здоровья.

Для пылесоса

Капните пару капель масла иланг-иланга на небольшой кусочек ваты и втяните его пылесосом. Аромат масла устранил запах пыли из пылесоса.

Для холодильника

Капните по 2 капли масла лаванды и мандарина на тряпку. Положите ее в холодильник. Повторяйте процедуру время от времени.

Эфирные масла лучше любой химии



Замените вредную бытовую химию на домашние средства с эфирными маслами

Для окон

Добавьте в бутылку с распылителем 1 стакан 9%-го уксуса и столько же воды. Затем — 11–13 капель эфирного масла лимона. Хорошо взболтайте. Разбрызгивайте на стекло и вытирайте тряпкой без ворсинок или бумажным полотенцем.

Для белья

Добавьте в сушилку для белья махровую варежку, на которую предварительно капните 5–7 капель любимого масла.

Вымойте мусорное ведро. Капните по 1 капле масла апельсина и чайного дерева на ватный диск и положите внутрь

Для туалета

Использование освежителей воздуха в виде спрея очень вредно для здоровья. Поэтому советуем положить в туалете 2 небольших аромакамня (их можно купить или изготовить своими руками). Капните на них сандаловое или любое хвойное масло. Прodelывайте эту процедуру каждую неделю, чтобы в туалете всегда был свежий аромат.

Освежитель для комнаты

Добавьте несколько капель любого масла в бутылку с распылителем, наполненную водой. Опрыскайте помещение этим средством. Используйте эфирное масло эвкалипта таким же способом для опрыскивания обивки мягкой мебели. Это средство поможет избавиться от пылевых клещей. Против табачного дыма подойдут хвойные или цитрусовые масла.

Для мебели и удаления накипи

Разведите по 10–12 капель масла шалфея, чайного дерева и лимона в литре уксуса. Хорошо взболтайте. Это простое и экономичное средство замечательно очищает и обеззараживает. Также можно залить этот раствор в чайник или кастрюлю и немного прокипятить, чтобы убрать накипь.

Освежаем микроволновку

Капните 4–5 капель масла лимона в стакан с водой. Поставьте его в микроволновую печь на 3–4 минуты. Установите максимальную температуру.



Советы хозяйкам

Убираем ржавчину с любых поверхностей



Воспользуемся подручными средствами для очищения ванны от ржавчины. Это хорошо всем известный нашатырный спирт и раствор перекиси водорода, которые продаются в аптеках. Готовим раствор нужной концентрации:

1. Берем стеклянную емкость (пол-литровую банку) и промываем ее в проточной воде;
2. Вытираем ее насухо бумажными салфетками или полотенцем;
3. Одеваем резиновые перчатки;
4. Наливаем в банку 100 граммов нашатырного спирта;
5. Добавляем тонкой струйкой в нашатырный спирт 50 граммов перекиси водорода;
6. Перемешиваем раствор путем взбалтывания банки;
7. Наносим раствор на чистую тряпку;
8. Обрабатываем места ванной, на которых образовалась ржавчина;
9. Оставляем в таком состоянии на 10–15 минут, а затем смываем проточной водой.



■ В процессе работы суперклея может попасть не только на соединяемые поверхности, но и на руки, одежду, ДСП и другие поверхности. Кроме того, возможно неправильное склеивание материалов. Как удалить суперклей подручными и специальными веществами?

1. Пятно от суперклея можно очистить ацетоном или средством для снятия лака. Нужно обильно смочить жидкостью место загрязнения и через час потереть поверхность хлопчатобумажной тканью или мягкой щеткой, например, зубной. В некоторых случаях требуется повторить процедуру несколько раз до полного удаления. При использовании ацетона необходимо заранее проверить на незаметном участке, не приведет ли жидкость к обесцвечиванию поверхности или другим повреждениям. Удаляя ацетоном пятна с ткани (рекомендуется приступать только после полного высыхания клея), под нее следует подложить картон или белую бумагу, чтобы в процессе очистки ткань не приклеилась к столу или другой поверхности.

2. Есть вероятность, что отмыть суперклея поможет горячая вода с мылом. Больше всего этот метод

подходит для удаления загрязнений с рук и одежды. Можно использовать как жидкое мыло, так и кусковое, а также различные скрабы или жирные крема для лица и тела.

3. Чтобы очистить суперклея, можно воспользоваться раствором «Димексид» (продается в аптеке без рецепта). Небольшое количество жидкости необходимо нанести на ватный тампон, тщательно потереть загрязнение и смыть теплой водой.

4. Еще одним методом, как вывести пятна от суперклея с одежды, является нагрев ткани утюгом, феном или охлаждение в морозильной камере. Под действием высоких или низких температур клей станет хрупким, и его можно будет аккуратно отскоблить, например, тупой стороной ножа. Удалять суперклея можно пемзой или пилочкой для ногтей, если обработка абразивами не приведет к еще большему повреждению основания.

5. Качественный суперклея достаточно сложно удалить подручными средствами, так как он устойчив к влаге, химически средствам и воздействию высоких или низких температур. В этом случае не обойтись без специального удалителя суперклея, который можно приобрести в строительном магазине

Подготовила **Оксана ВАСИЛЕНКО**

На заметку

Микробы на нашей клавиатуре

Раз в месяц нужно проводить поверхностную чистку. Она избавит от пыли и крошек (касается тех, кто любит пожевать что-нибудь вкусненькое перед монитором).

Переверните и немного потрясите клавиатуру. Часть мусора отпадет уже на этом этапе.

Возьмите маленькую щетку или кисточку для рисования и смахните пыль и крошки, застрявшие между клавишами.

Избавиться от пыли в труднодоступных местах можно с помощью специального USB-пылесоса для клавиатуры или баллончиков со сжатым возду-

хом, которые продаются в магазинах цифровой и бытовой техники (отдел чистящих средств). Подойдет и обычный фен, но только в том случае, если клавиши сидят плотно, и нет вероятности, что мусор просто забьется глубже.

Чтобы убрать жир с клавиш, пройдитесь по ним бумажной салфеткой или микрофиброй.

При профилактической чистке ни в коем случае нельзя пользоваться мокрыми тряпками: внутрь клавиатуры не должна попасть жидкость. Максимум — влажные салфетки для компьютера.

Снимите клавиши. Обычно кнопки крепятся при помощи защелок. Их легко оттянуть скрепкой, плоской отверткой или ножом, начиная с бокового ребра клавиши. Делать это нужно очень аккуратно, потому что тонкий пластик легко повредить.

Особое внимание обратите на длинные клавиши, такие как Shift, Enter и пробел. Обычно они крепятся металлическими зажимами, поэтому снять и снова зафиксировать их сложнее. Если не уверены в своих силах, лучше не трогайте их. На некоторых ноутбуках такая возможность вообще не предусмотрена.

Почистите место крепления. Пройдитесь по стыкам фланелевой тканью, влажной салфеткой или бумажным полотенцем. Можно продуть клавиатуру с внутренней стороны баллончиком со сжатым воздухом или холодным феном.

Сполосните клавиши обычной водой, мыльным раствором или антисептиком. Альтернативный способ: сложите все кнопки в чистый носок, завяжите его, замочите в моющем средстве, а потом подержите под проточной водой.

Высушите клавиши. Если не хочется ждать, пока влага испарится, воспользуйтесь феном.

Паштет из курицы

Берем:

- 400 г куриного филе
- 70 мл бульона
- 200 г моркови
- 2 шт. луковичы
- 70 г масла сливочного
- 2 зуб. чеснока
- 1 морковь
- 1 шт. лавр. листика
- перец душистый, молотый,
- соль – по вкусу
- масло растительное – для жарки



Заранее надо будет отварить курицу до готовности. Куриное филе варим 30 минут, в бульон кладем соль, лавровый лист, душистый перец.

Очищенные от шелухи головки репчатого лука мелко нарезаем, морковь трем на крупной терке, чеснок мелко рубим.

На сковороду с растительным маслом кладем

лук и обжариваем его до легкой золотистости.

После чего добавляем морковь и тушим овощи вместе, до готовности моркови.

Затем в сковороду отправляем чеснок, тушим еще 2-3 минуты.

Вареную и остывшую грудку нарезаем мелкими кусочками и кладем ее в чашу блендера, ту-

да же выкладываем овощи со сковороды. Наливаем в блендер 70 миллилитров бульона, солим, перчим (по вкусу), кладем сливочное масло и измельчаем до состояния однородной массы.

Готовый паштет ставим в холодильник на 3 часа. После чего его можно намазать на кусочки хлеба и подать на стол.

Зелень можно добавить абсолютно в любой салат. Лишней она точно не будет.

Всего в одной чашке листового салата содержится суточная норма антиоксидантов, витамина Е и других полезных веществ. Зелень украсит салаты из овощей, мяса, птицы, фруктов, рыбы. Выбирайте любую: кресс-салат, шпинат, руккола, салат-латук. Минимум калорий и максимум пользы!



Соус к чему угодно

1. Надо взять пачку нежирного творога, небольшой пучок укропа и петрушки, пару зубчиков чеснока, и два маринованных огурца приличного размера, чуток соли и перчика черного или белого (молотого).

2. Огурцы пострегать на мелкой терке, зелень порубить, соединить с творогом, посолить и взбить блендером. Если это соус (а не паста), то добавьте 2-3 ст. ложки воды или кефира для более жидкой консистенции. Получается очень вкусно и диетично.

Отлично подходит как к овощам, так и к мясным и рыбным блюдам!

Картофельная запеканка со скумбрией

Берем:

- 1 кг картофеля
- 600 г скумбрии (1 небольшая)
- 150 г сыра
- майонез
- соль и перец – по вкусу



Сначала подготовим продукты: картофель очистим, скумбрию разделим на маленькие кусочки, удаляя из нее все косточки. Ставим на плиту кастрюльку с водой. Пока вода закипает, нарежем картошку на кружочки, крупные клубни предварительно разрежем пополам. Картофель у меня молодой, так что я с него сняла только тонкую кожицу. Закладываем картошку в кипящую воду на 2-3 минуты. Вы можете картофель использовать и сырым, но бланшированный он получается мягче.

За это время можно приготовить сыр – натереть на терке. Смазываем форму растительным маслом и выкладываем на нее шумовкой половину картофеля. Разравниваем слой картошки, солим и перчим. Смазываем первый слой нашей запеканки майонезом. Выкладываем на картошку рыбу. Поступаем с ней так же, как и с предыдущим слоем – солим, перчим, смазываем майонезом. Выкладываем остатки картофеля и снова кладем соль, перец и майонез. Засыпаем сверху тертым сыром и отправляем в духовку, разогретую до 190 градусов на 40 минут. Когда подрумянится верх запеканки, достаем ее из духовки. Даем немного остыть и режем на порции. Хочу отметить, что это блюдо очень вкусно и в холодном виде.

Салат «Лисья шубка»

■ Всем нам привычен салат «селедка под шубой», сопровождающий многие праздники. Но селедка селедкой, а ведь шубу можно и сменить...

Берем:

- 1 шт. филе сельди
- 2 шт. луковичы
- 300 г маринованных шампиньонов
- 2 шт. моркови отварной
- майонез
- 1-2 шт. картофеля отварного

Салат делаем слоями, каждый слой промазываем майонезом.

1 слой – сельдь, нарезанная кубиком, майонез.

2 слой – лук рубим кубиком и обжариваем на растительном масле до золотистого цвета. Грибы нарезан соломкой, затем обжариваем на масле, до

золотистого цвета. Затем остывшие грибы и лук смешиваем, промазываем майонезом.

3 слой – картофель, натертый на крупной терке, майонез.

4 слой – морковь, натертая на крупной терке, смешанная с измельченным обжаренным луком, майонез.

Приятного аппетита!



После новогодних праздников работа в офисе была парализована. Так никто и не вспомнил пароль на вход в свой компьютер.

Яйца со шпротами и красной икрой

■ Вариантов приготовления фаршированных яиц очень много. Один из них – праздничный вариант со шпротами и красной икрой. Эта закуска украсит любой стол



Берем:

- 7-8 шт. отварных яиц
- 1 банка шпрот
- 50 г красной икры
- 2-3 зуб. чеснока
- 2-3 ст. л. майонеза
- 2 веточки укропа
- соль, перец – по вкусу
- петрушка для украшения

1. Варите яйца в течение 7 минут. Если варить яйца дольше, то желток потемнеет и приобретет синий оттенок. Затем остудите яйца в холодной воде, очистите от скорлупы, аккуратно разрежьте на две половины и отделите белок от желтка.

2. Разомните желток вилкой.

3. Зелень укропа мелко нарежьте, чеснок пропустите через пресс.

4. Соедините в миске желток, чеснок, укроп и майонез. Посолите по вкусу, добавьте щепотку черного молотого перца.

5. Тщательно перемешайте начинку. Наполните начинкой половинки белка.

6. Шпроты выложите на бумажную салфетку, чтобы удалить излишки масла.

7. В середину каждого фаршированного яйца положите рыбку.

8. Украсьте фаршированные яйца красной икрой и листиком петрушки.

9. Вкусная закуска из фаршированных яиц со шпротами и красной икрой готова.

Приятного аппетита!

Смешно же...

Первая половина 2019 будет тяжелой, но потом пойдут грибы и ягоды.

«Не бойся», – сказал шмель, кусая бабу Бабарику. В 21 веке это будет называться инъекцией ботокса.

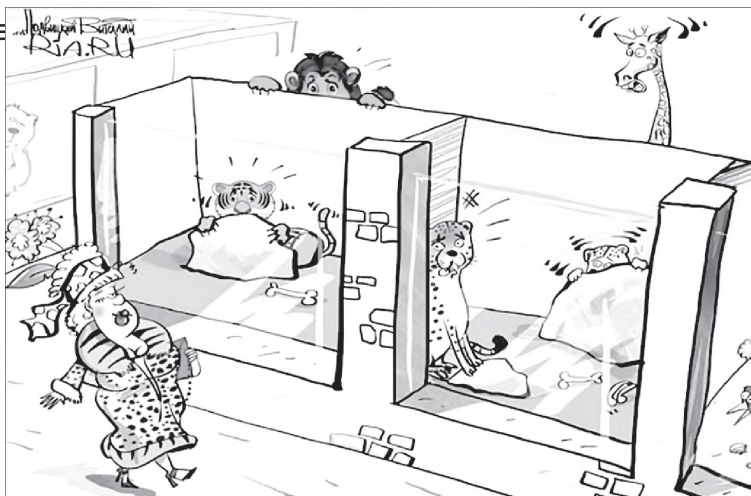
Прям бесит, когда ты идешь спокойно по своим делам. А тебя хватают на руки, начинают гладить и тискать.

Кот Васька, пять лет

– Почему у вас такие горькие-прегорькие помидорки «Черри»?

– Ну, вообще-то это у нас редиска!

Лепшица пельменей с 25-летним стажем, потрепав сына за ще-



ку, машинально завернула ему лицо во внутрь.

Некоторые пешеходы так нагло переходят дорогу, как будто сохранились перед зеброй.

В Урюпинском университете был арестован преподаватель китайского языка за то, что шесть лет преподавал придуманный им язык...

Зашла в парфюмерный магазин и сразу вышла, потому что там написано: «Душим бесплатно!».

Витя понял, что у него не все в порядке, когда медсестры начали фотографироваться с его манту.

Вчера загадал желание, а сегодня на морозе губа треснула. Намек понял.

Не было предела разочарованию блондинки, когда она узнала, что двери в супермаркете открываются не силой ее мысли, а автоматически.

Хотел угодить теще и ляпнул: «Вам, Тамара Матвеевна, и не дашь 50 лет». Если бы я знал, что ей 46...

Купюра номиналом 1000 рублей до 10 часов утра не действительна, потому что «нет сдачи».

Возраст – цифра, которая подскажет, позовут тебя на собеседование или нет.

Современных детей учат есть суп, наклоня тарелку на себя, чтобы в случае чего залить супом себя, а не ноутбук или планшет.

Да что там коня на скаку... Есть женщины в русских мегаполисах – легким поворотом руля останавливают до тысячи автомобилей.

Не завидуйте «звездам». Судя по рекламе, у них у всех постоянные проблемы с зубами, кожей, перхотью.

Подготовила Оксана ВАСИЛЕНКО

ВОСТОЧНЫЙ ДОНБАСС

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

- Реклама •
- Справки •
- Афиша •

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

ФЛП Фоменко О.В.
Св-во №23-0002511
от 04.09.2015г

www.europotolok.lv.ua

095-393-75-03 (подключена услуга Viber)

магазины «БУМ» и «ПАЛАС»

Мы также есть в соцсетях: Евгений Потолков

такси Мерси

Живи с комфортом!

095-894-15-34 099-712-76-61
072-109-58-88 072-109-58-89

viber: 095-894-15-34
skype: taxi.merci

Реклама

Автошкола «СОЮЗ»

стоимость обучения **5 850 рублей**

Свердловск, кв. 50 лет Октября, д. 17

095-616-60-59
072-104-57-72,
(06434) 2-30-58

Св-во №23-0000212 от 11.06.2015

Реклама

РЕГУЛЯРНЫЕ ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ

ХАРЬКОВ-БЕЛГОРОД-РОССОШЬ-ЯЛТА-СИМФЕРОПОЛЬ

Реклама

ФЕОДОСИЯ – КЕРЧЬ

Отправление с АС г. Свердловска

Информация в кассе №7 или по телефонам:

099-403-54-05 072-101-51-03
099-403-61-33 072-103-88-22
050-676-46-45 2-30-03 касса

ИМЕЮТСЯ ЛЬГОТЫ

Спец. разрешение №6113/Т от 02.07.2017 г.

НЕ ДОВЕРЯЙТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ ВОДИТЕЛЯМ-ОДИНОЧКАМ! МЫ – ЗА БЕЗОПАСНОСТЬ

ВОСТОЧНЫЙ ДОНБАСС

Газета «Восточный Донбасс» работает в социальных сетях

vk.com/donbasseast
ok.ru/donbasseast

ЧТО ГДЕ КОГДА январь

25.01 МЕРОПРИЯТИЕ «ГОРОД МУЖЕСТВА И СЛАВЫ», ПОСВЯЩЕННОЕ 75-ЛЕТИЮ ОСВОБОЖДЕНИЯ ГОРОДА ЛЕНИНГРАДА 10.00
Свердловск, городской краеведческий музей

25.01 МОЛОДЕЖНЫЙ КВН СРЕДИ КОЛЛЕДЖЕЙ ГОРОДА СВЕРДЛОВСКА И СВЕРДЛОВСКОГО РАЙОНА 12.00
Свердловск, колледж на ул. Пирогова

26.01 ГОРОДСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ «ИГРЫ ЧЕМПИОНОВ» 09.00
Свердловск, школа №9

26.01 ПЕРВЕНСТВО ГОРОДА СВЕРДЛОВСКА ПО СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ СРЕДИ ДЕВУШЕК 2006-2014 ГОДА РОЖДЕНИЯ 09.30
Свердловск, ДЮСШ №1

27.01 КОНЦЕРТ НАРОДНОГО АНСАМБЛЯ ПЕСНИ И ТАНЦА «БАРВИНОК» 15.00
Свердловск, ДК им. Свердлова

27.01 ВЫСТАВКА ГОЛУБЕЙ, ДЕКОРАТИВНЫХ ПТИЦ И ЖИВОТНЫХ 09.00
Свердловск, парк культуры и отдыха им. Героев Сталинградской битвы

27.01 ЗИМНЕЕ ПЕРВЕНСТВО ФОК «ШАХТЕР» ПО МИНИ-ФУТБОЛУ СРЕДИ ПРЕДПРИЯТИЙ СП «СВЕРДЛОВАНТРАЦИТ» 10.00
Свердловск, ФОК «Шахтер»

КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ КЛУБ ДЛЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ 14.00
Свердловск, ДК им. Я. Свердлова

Поздравляем!

Городской совет ветеранов сердечно поздравляет с **Днем рождения!**

Галину Федоровну ИВАНОВУ (17.01),
Тамару Васильевну ПОНОМАРЕВУ (17.01),
Анну Федоровну ШИРОКИХ (18.01),
Анатолия Митрофановича КАЛЬЧЕНКО (18.01),
Виктора Михайловича МУХИНА (19.01),
Надежду Николаевну ПОНОМАРЕВУ (22.01)

и желает им крепкого здоровья, благополучия и долгих лет жизни!

Поздравляем Киру Терновенко с 18-летием!

Мы помним тебя маленькой такой, и вот по жизни ты сама ступаешь, пускай в душе всегда будет покой, все то, о чем мечтаешь. Чтоб ты училась жизнь воспринимать красиво, объективно и прекрасно, и чтоб могла другим ты рассказать, как выглядит и чувствуется счастье.

Крестные

Справка

График работы приемной ОД «Мир Луганщине»

Понедельник, 28 января, с 13.00 до 15.00 – председатель территориального отделения ОД «Мир Луганщине», глава администрации Свердловска и района Андрей Валерьевич Сухачев.

Прием ведется по предварительной записи. Адрес: ул. Энгельса, 29. Телефон: 2-31-72. Время работы: понедельник-пятница, с 9.00 до 17.00, выходной – суббота, воскресенье.

Червонопартизанский «Горняк» – чемпион по мини-футболу

Десятого января в Свердловске прошло открытое первенство ФОК «Шахтер» по мини-футболу, посвященное Новому году и Рождеством. Праздники, среди юношей 2006-2007 г.р. и 2008-2009 г.р., в котором приняла участие команда «Горняк» Червонопартизанского центра детского и юношеского творчества. Благодаря упорным трени-

ровкам и желанию победить, команда среди юношей 2006 – 2007 г.р. заняла 2 место, среди 2008 – 2009 г.р. – 1 место. Но это еще не все достижения наших ребят. Лучшими игроками первенства стали Роман Матинян и Александр Пискарев.

Мы поздравляем команду с победой! Желаем успехов и новых побед!

Виктория КОНДРАТЬЕВА

Наши на «Арт-фесте» – лучшие!

■ В Луганске состоялся традиционный открытый республиканский творческий конкурс-фестиваль «Арт-фест»

граждена грамотой организаторов за весомый вклад в развитие современного детского и юношеского творчества, высокий профессионализм и активное участие.

Воспитанники кружка «Юные таланты» Свердловского центра детского и юношеского творчества «Мечта» приняли участие в конкурсе в номинации «Декоративно-прикладное творчество».

София Дикон, Анна Хомутянская, Анастасия Герасименко, Анастасия Серогодская – заняли первые места в конкурсе.

Руководитель кружка «Юные таланты» Елена Захарова награждена грамотой организаторов за весомый вклад в развитие современного детского и юношеского творчества, высокий профессионализм и активное участие.

Поздравляем руководителей и воспитанников за достижение высоких результатов и желаем дальнейшего успеха в творчестве.

Алина ЕРМАКОВА

Газета «Донбасс Восточный» теперь не только в социальных сетях

Сайт газеты: **doneast.su**

Конкурс

Голос победы

В Луганске 17 января проходил республиканский вокальный конкурс «Сияние Рождества».

В конкурсе участвовали воспитанники кружков «Сольное пение» и «Вокальное пение» Свердловского центра детского и юношеского творчества «Мечта».

В номинации «Возвращая традиции» первое место заняли Мария Савченко и Полина Ра-

дионова. В номинации «Дуэт» второе место получили Ирина Кацела и Никита Кришталь. В номинации «Эстрадный вокал» третье почетное место занял Данила Каузов.

Поздравляем руководителей, призеров и победителей и выражаем благодарность родителям воспитанников за организацию поездки на конкурс.

Алина ЕРМАКОВА

TAXI «ЛЮБИМОЕ» 050-61-61-579, 072-105-40-25