



ЛОВОЗЕРСКАЯ правда

(издаётся с 7 ноября 1935г.)



ПЯТНИЦА, 28 августа 2015 г.

Общественно-политическая газета Ловозерского района

КАНИКУЛЫ

Закрылась последняя летняя смена



Заканчиваются летние каникулы, а вместе с ними и смены в детских лагерях. В минувший понедельник в Центре детского творчества посёлка Ревда состоялось праздничное закрытие третьей и последней в этом году смены лагеря.

В лагере «Радуга», под руководством директора Ольги Беляевой, дети получили новые знания по безопасности жизнедеятельности. Юные воспитанники побывали на экскурсии в Пожарной части, каждый ребенок составил свой индивидуальный безопасный маршрут от дома до школы, воспитатели провели акцию «Мы за здоровый образ жизни», а еще дети приняли участие в учебной эвакуации.

В лагере «Цветик-семицветик» под руководством Екатерины Смирновой основным направлением было музыкально-хореографическое, и здесь ребята занимались

творчеством. Основным приоритетом были танцы, и танцевали ребята каждый день, а ко дню Государственного Флага дети нарисовали мелками на асфальте огромный триколор. В день же светофора воспитатели напомнили детям о Правилах дорожного движения.

Все, что сотрудники лагеря запланировали провести в течение смены, было выполнено.

На церемонии закрытия, которая проходила в спортивном зале Центра детского творчества, несмотря на грустный повод, царила позитивная и добрая атмосфера. С поздравлениями выступила начальник цеха питания и торговли ООО «Ловозерский ГОК» Антонина Ивановна Фомина - она подарила детям огромный и очень вкусный пирог.

В организации ребячьего праздника участие приняли все работники летнего лагеря. Детей развлекали

воспитатели, одетые в костюмы космических пиратов, которым юные воспитанники подарили главное сокровище лагеря - дружбу.

Но не только взрослые выступали на празднике - не менее талантливыми оказались и дети: юные артисты выступили с потрясающими стихами и зажигательными танцами, а завершился праздник массовым флешмобом.

Руководители лагерей вручили каждому ребенку памятные грамоты и сладкие призы. Благодарности вручили всем, кто содействовал в организации полноценного досуга детей: сотрудникам Культурно-спортивного центра, Детско-юношеской спортивной школы и Детской библиотеки.

Андрей ГУЛЯЕВ.
Фото автора.

ОТДАЛЁНКА

Прилетел исполнитель в голубом вертолете

В минувший вторник в село Краснощелье на вертолете МИ-8 прилетели судебный пристав-исполнитель отдела судебных приставов Ловозерского района Наталья Поникарова и судебный исполнитель Дмитрий Коробов.

Хотя полёт в отдаленное Краснощелье для осуществления исполнительных действий был плановый, жители села, а также должники и члены их семей не могли скрыть удивление, так как ранее к ним никогда не прилетали судебные приставы для осмотра имущественного положения, а лишь связывались по телефону.



селе Краснощелье были отработаны 29 исполнительных производств, из них 3 - исполнительные производства по взысканию алиментных платежей на содержание несовершеннолетних детей.

Валерий НИКОЛАЕВ.
На снимке: Н. В. Поникарова.

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

Вода в Ловозере стала лучше

На прошлой неделе в Ловозере был завершён ремонт одной из главных магистральных линий водоснабжения. Новый участок пролёг от насосной станции до дорожного участка на въезде в село.

Прокладка линии была начата ещё в 2014 году. Но тогда подрядчики не смогли закончить работы в срок.

- К сожалению, 44-й федеральный закон не позволяет нам выбирать поставщиков, - говорит глава сельского поселения Ловозеро Николай Курзенев. - Выигравшая подряд на эти работы фирма в прошлом году не выполнила свои обязательства по ремонту трубопровода, поэтому с этим подрядчиком муниципальный контракт был расторгнут, работы были оплачены частично.

В этом году ремонт продолжился силами архангельской компании ООО «Строительно-

монтажное управление». Архангелогородцы завершили начатый монтаж линии, засыпали траншеи, провели восстановительные ландшафтные работы.

- Теперь качественный водопровод из полиэтиленовых труб низкого давления будет снабжать жителей населённого пункта водой. Финансирование проведено по программе подготовки к осенне-зимнему периоду: из областного бюджета - 95% и 5% из средств бюджета сельского поселения, - рассказал Николай Иванович.

Итак, ловозерцы получили 900 метров нового полиэтиленового трубопровода. Такие трубы в 3-10 раз легче, чем их металлические аналоги, они имеют высокую устойчивость к различным агрессивным средам и коррозии; полимеры, использующиеся при изготовлении труб, не вступают в химические реак-

ции, а, следовательно, не попадают под разрушительное воздействие влаги. Благодаря этому, пластиковые трубы отличаются весьма длительным сроком эксплуатации - от 50 лет и более.

Одним из самых существенных недостатков металлических труб считается постепенное скопление в них известковых отложений, которое приводит к постепенному сужению диаметра труб, и, вследствие этого, к изменению давления протекающей по ним воды. Кроме того, сами отложения значительно загрязняют воду, порождая необходимость в ее дополнительной фильтрации на выходе. Пластиковые же трубы обладают идеально гладкой внутренней поверхностью, что значительно уменьшает риск образования налета.

Валерий ТКАЧЁВ.

АКТУАЛЬНО

Готовность к зиме - 100 процентов

В администрации сельского поселения Ловозеро подвели итоги работ по подготовке к осенне-зимнему периоду.

Ещё в марте было завезено топливо в отдалённые населённые пункты: Краснощелье, Каневку, Сосновку. В этом году это было сделано с опережением графика. Раньше топливо доставляли в Сосновку морем, а из Сосновки везли до Каневки, что при-

ходилось делать аж в декабре.

- Сейчас топливо находится на местах и в Каневке, и в Сосновке уже с марта, - рассказал глава сельского поселения Ловозеро Николай Курзенев. - Все необходимые грузы нам удалось доставить тракторами и вездеходами по зимнику.

Глава муниципального образования сообщил, что во всех зданиях бюджетных учреждений

Ловозера подготовка к зиме успешно завершена. Всё проверено специалистами - как администрации, так и ресурсоснабжающих организаций. Всем выданы паспорта готовности к подключению отопления.

- Я полагаю, что эту зиму мы проживём без всяких аварий и потрясений, - заверил Николай Иванович.

Валерий ТКАЧЁВ.

ЖКХ

Ремонт жилфонда в Ревде

Дома, в которых мы живем, со временем подвергаются износу, материалы, из которых сделаны стены, перекрытия, лестницы, разрушаются от погодных условий и силовых нагрузок, требуя ремонта. И в последнее время довольно часто у жителей Ревды возникают вопросы о разнице между текущим и капитальным ремонтами. Для того чтобы пояснить читателям разницу, а заодно - узнать, как обстоят дела с ремонтами в поселке, я обратился к генеральному директору ООО «Ревда-Комфорт» Ольге Шевляковой.

- Текущий ремонт, - начала свое разъяснение Ольга Геннадьевна, - направлен на предотвращение износа общедомового оборудования; такие ремонтные работы еще именуют предупредительными. Благодаря проведению очередных и внеочередных техосмотров инженерных систем дома, выявляются те работы, которые нужно провести по предотвращению износа оборудования домов.

К текущему ремонту относятся, например, восстановление отдельными участками отделки стен, потолков, полов в подъездах, ремонт участков трубопроводов и так далее. Часть текущего ремонта управляющая компания вынуждена перенести на следующий год, в связи с низким уровнем платежей, а в этом году предпочтение отдается более значимым объектам.

Основную часть работ по текущему ремонту выполняет компания ООО «ЭРИС». В летний период, к примеру, в рамках подготовки к зиме были заменены участки кровли от 15 до 60 квадратных метров по адресам: улица Кузина, дом 1, 6, 8, 9, 13, улица Победы, дома 27, 33, улица Комсомольская, дома 25, 27.

Сделана герметизация межпанельных швов в домах № 1, 11/3, 11/1 по ул. Кузина и 6 по Нефедова. Был также проведен ремонт в подъездах: Победы, 33 - 8-й подъезд на 1 и 5 этаже; Кузина, 9 - 5-й подъезд на 1 и 5 этаже; Кузина, 8 - 6-й подъезд на 1 и 5 этаже; Кузина, 13 - 3-й подъезд - сделан ремонт в тамбурах; Кузина, 2 - 5-й подъезд на 4 этаже. Кроме того, регулярно проводится ремонт оконных рам, входных дверей и перил в подъездах домов поселка. В летний период компанией ЭРИС установлено более двадцати новых скамеек и отремонтировано четыре детские площадки.

Капитальный же ремонт - это полная замена инженерных сетей, либо строительных конструкций здания, части здания и так далее. С капитальными ремонтными работами участки инженерных систем дома и элементы здания либо заменяются полностью, либо восстанавливаются. Капитальный ремонт - это не предупредительное, а восстановительное мероприятие по эксплуатации здания: дома мо-

дернизируются, оснащаются приборами учета ресурсов газа, электроэнергии, воды, тепла. Затраты на работы по капитальному ремонту намного выше, чем по текущему, и теперь уже, по закону, собственники копят на него сами, - подчеркнула Ольга Шевлякова.

В поселке Ревда в рамках капитального ремонта на осень этого года запланирован ремонт бойлеров в домах по улица Металлургов, 3, Нефедова, 6, и Кузина, 1, 3, 7/4.

Возвращаясь к принципиальным отличиям текущего и капитального ремонта, Ольга Геннадьевна ещё раз повторила, что текущий ремонт направлен на сохранение того, что есть в доме, или уже заявленных эксплуатационных свойств дома, а капитальный - на модернизацию многоквартирных домов и улучшение их характеристик.

- В случае если жильцам домов требуются работы по капитальному ремонту подъездов, управляющая компания и подрядная организация ООО «ЭРИС» идут навстречу собственникам помещений и выделяют маляров и штукатуров, которые составляют список необходимого количества материалов, и в дальнейшем, после его закупки собственниками, выполняют ремонт, - отметила Ольга Геннадьевна.

Андрей ГУЛЯЕВ.

ПЕРЕПИСЬ

Определён перечень отдалённых сёл

В Мурманской области продолжается подготовка к Всероссийской сельскохозяйственной переписи, которая будет проходить с 1 июля по 15 августа 2016 года.

Для проведения общероссийского мероприятия приказом Росстата утверждён перечень отдалённых и труднодоступных территорий Российской Федерации, имеющих населённые пункты, где отсутствует постоянное транспортное сообщение. В Мурманской области их всего 13, при этом три из них находятся

на территории Ловозерского района (сёла Каневка, Краснощелье и Сосновка), шесть - Терского (сёла Оленица, Чаваньга, Тетрино, Чапома, Плялица и населённый пункт Маяк Никодимский), по два - в Печенгском (населённые пункты Цыпнаволок и Вайда-Губа) и Кольском районах (село Териберка и населённый пункт Дальние Зеленцы).

С учётом местных условий Всероссийская сельскохозяйственная перепись в них будет проходить в общеустановленные сроки - с 1 июля по 15 августа:

именно в этот период меньше ощущаются капризы северного климата и погодные условия являются наиболее подходящими для эффективной работы переписчиков. Для доставки переписной документации и проезда переписчиков из одного населённого пункта в другой планируется задействовать лодки, автомобили и вертолёт.

Вячеслав МОРОЗОВ,
руководитель
Мурманскстата.

ЗАРПЛАТА

Откуда денежки?

В порядок размещения сведений о доходах, расходах и имуществе госслужащих Мурманской области внесены изменения.

Теперь лица, замещающие, государственные должности, обязаны будут публиковать сведения об источниках получения средств, за счёт которых были

совершены сделки по приобретению недвижимого имущества, транспортного средства или ценных бумаг, если сумма таких сделок превышает общий доход госслужащего.

По материалам Росстата, в I квартале 2015 года средняя заработная плата гражданских слу-

жащих органов исполнительной власти Мурманской области составила 85 515 рублей, что на 5,7% больше, чем в I квартале 2014 года.

Средняя зарплата сотрудников органов местного самоуправления выросла на 5% и составила на конец отчётного периода 52 320 рублей.

Валерий НИКОЛАЕВ.

ПОДГОТОВКА К ЗИМЕ

Репетиция отопительного сезона

Мурманэнергосбыт приступил к пробным топкам систем теплоснабжения. Репетицию отопительного сезона провели в зданиях и жилых домах, имеющих акты готовности в тринадцати населенных пунктах Мурманской области.

В Ловозере и Ревде подача

теплоносителя началась в среду в соответствии с графиками, согласованными с администрациями муниципальных образований.

Завершились испытания 28 августа.

Валерий НИКОЛАЕВ.

ДОЛГИ

Бегал от приставов целый год

Северянин, не желавший уплатить уголовный штраф, чуть не оказался в тюрьме. Ещё в 2014 году в отделе судебных приставов было возбуждено исполнительное производство о взыскании уголовного штрафа за коррупционное преступление в размере 90 тысяч рублей.

Постановление было вручено лично должнику, и он был предупрежден, что неуплата штрафа в установленном законом сроке в соответствии с ч. 1 ст. 32 УИК РФ является злостным уклонением от уплаты штрафа и влечет замену штрафа другим видом наказания.

Должник не торопился оплачивать уголовный штраф, по ме-

сту регистрации не проживал, всячески игнорировал встречу с судебным приставом. Судебному приставу-исполнителю ничего не оставалось, как вынести постановление об объявлении должника в розыск и подготовить представление о замене штрафа другим видом наказания, в связи с неисполнением должником приговора суда.

В ходе розыскных мероприятий должник был установлен и доставлен в Межрайонный специализированный отдел судебных приставов. Под страхом лишения свободы мужчина в течение 40 минут отыскал 90 тысяч и выплатил штраф в помещении отдела судебных приставов.

КРИМИНАЛ

Купил больничный

Сотрудниками отдела полиции по Ловозерскому району задержан житель поселка Ревда, предъявивший в бухгалтерию предприятия подложный листок нетрудоспособности.

Сообщение о предъявлении документа с признаками подделки поступило в полицию от администрации промышленного предприятия. Один из рабочих принес в бухгалтерию больничный лист с визуально определяемыми признаками его недостоверности. На бланке отсутствовали водяные знаки, печать отличалась от официального оттиска печати медицинского учреждения.

Сотрудниками полиции 43-летний мужчина, предъявивший поддельный документ, был задержан. Он признался в содеянном и рассказал, что поддельный документ якобы

приобрел у неизвестного в Мурманске. Соответствующее объявление злоумышленник нашел через интернет-сайт. Подделка обошлась ему в три тысячи рублей. Как пояснил подозреваемый, к противоправным действиям его побудило опасение потерять работу, где мужчина отсутствовал почти месяц без уважительной причины.

По информации отдела полиции «Оленегорский», по факту использования заведомо подложного документа возбуждено уголовное дело. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде. Максимальное наказание, которое может ожидать северянина - арест на срок до шести месяцев.

Валерий НИКОЛАЕВ.

ОФИЦИАЛЬНО

Земельные участки

Администрация муниципального образования городское поселение Ревда Ловозерского района информирует население о предстоящем предоставлении земельных участков, расположенных:

в п. Ревда, 5 км, в кадастровом

квартале 51:02:0020301, ориентированной площадью 200 кв. м, для огородничества; в п. Ревда, 5 км, ул. Лесная, с кадастровым номером 51:02:0020302:61, площадью 908 кв. м, для огородничества.

НА ЗАМЕТКУ

Телефон доверия

В целях улучшения взаимодействия МО МВД России «Оленегорский» с населением и создания условий для своевременного реагирования на сообщения граждан о правонаруше-

ниях при подготовке и проведении выборов, предложения и жалобы граждан, организована работа «телефона доверия».

Телефонный номер: (815-52) 58-536.

КАНИКУЛЫ

В ОТДЕЛЕ ПО образованию подготовлен отчет об организации отдыха, оздоровления и занятости детей и молодежи в Ловозерском районе в летний период.

1286 детей дошкольного и подросткового возраста, что составляет 75% от общего количества организованных детей района, были охвачены отдыхом. Статистические данные показывают количество мероприятий, проведенных этим летом, а количество мальчишек и девчонок, участвовавших в оздоровительных лагерях, говорит о большой проделанной работе по организации отдыха детей Ловозерского района.

Малыши этим летом получили возможность пребывания в детских садах. Два дошкольных образовательных учреждения района были переведены на дачный режим работы, а это значит, что воспитанники детских садов получали полноценное усиленное питание и комплекс оздоровительных мероприятий, способствующие укреплению их здоровья.

Так, в Ловозере детский сад № 2 принял детей из двух дошкольных образовательных учреждений села. Средняя посещаемость за весь летний период составила 138 человек.

В Ревде в июне и июле работал детский сад № 11, в среднем учреждение посещало 203 ребенка. С августа продолжил работу детский сад № 8, который принял 95 детей.

На базе школ района в летний период была организована работа четырех оздоровительных лагерей. Ревдская средняя школа им. В. С. Воронина приняла 125 детей, Ловозерская средняя школа - 119, Краснощельская средняя школа - 15. В августе оздоровительный лагерь был организован на базе Центра детского творчества, его посещали 25 ревдских мальчишек и девчонок.

В отделе по образованию подчеркивают, что для детей было организовано 2-х и 3-х разовое питание, по продуктовому набору питание велось в соответствии с нормами, перебоев в обеспечении продовольствием не на-

блюдалось. Инфекционная заболеваемость и травматизм в период работы всех оздоровительных смен не регистрировалась.

Во всех летних оздоровительных учреждениях были разработаны программы, воспитательная работа с детьми осуществлялась в соответствии с планами работы. Практически все мероприятия организовывались при взаимодействии специалистов Центра детского творчества, ДЮСШ, Культурно-спортивного центра Ревды, детской библиотеки, Ловозерского ЦРДК, Национального культурного центра.

Большое внимание в лагерях дневного пребывания детей уделяется безопасности пребывания детей. Каждое образовательное учреждение по периметру име-

ет ограждение в хорошем состоянии, все заборы оборудованы закрывающимися воротами, препятствующими въезду транспорта, что исключает возможность свободного проникновения на территорию детских лагерей транспортных средств. Все общеобразовательные учреждения, на территории которых располагались лагеря дневного пребывания, оборудованы системой видеонаблюдения.

В этом году дети Ловозерского района выезжали на юг. За пределами области был организован отдых детей в детских оздоровительных лагерях: «Уральские самоцветы» (спортивный профиль) г. Анапа, санаториях «Глобус» п. Витязево (Анапский район), СКО «Смена» п. Сукко (Анапский район). С удоволь-

ствием наши дети отдохнули и в средней полосе в санатории «Строитель» (Владимирская область).

Всего 11 организованных групп с общим числом детей 144 человека выехало в летний период за пределы Мурманской области. Еще 6 групп оздоровлялись на территории области в санаториях Гандвиг и Изовелла.

Пятеро ловозерских подростков выезжали в патриотическую экспедицию по местам боевой славы, организованную Детско-юношеской спортивной школой.

При перевозке детей к месту дислокации оздоровительных лагерей и железнодорожному вокзалу г. Оленегорска обеспечивается безопасность: сведения о предстоящем выезде группы предоставляются в отделение

ГИБДД, перед каждым рейсом проводится технический осмотр транспортных средств, водители проходят медицинский осмотр, установлена система мониторинга передвижения автотранспортных средств Глонасс. В ЕДДС передаются сведения о каждом выезде группы (перед ее выездом и по завершении поездки). В результате нарушений по перевозке организованных групп детей не выявлено.

В июне-июле в Ловозерском районе было образовано 31 рабочее место для трудоустройства несовершеннолетних, обучающихся в общеобразовательных школах. В ООО «Ловозеро-Жилсервис» были созданы 15 временных рабочих мест, в ООО «Ревда-Комфорт» - 16 рабочих мест.

В Центре детского творчества в летний период работало 21 временное творческое объединение (п. Ревда - 14, в с. Ловозеро - 8): «Юный эколог», «Игротека», «Музыкальный калейдоскоп», «Летняя карусель», «Творческая мастерская», «Моя малая Родина», «Играйгород», «Мир природы», «Дизайн-микс», которые в течение лета посетили 270 подростков.

В Детско-юношеской спортивной школе с июня по август работало 10 спортивных секций, проводились учебно-тренировочные занятия с обучающимися ДЮСШ по лыжным гонкам, настольному теннису, спортивной аэробике, каратэ, горным лыжам.

Спортивные мероприятия проходили и в оздоровительном лагере при Ревдской средней школе, Центре детского творчества и Национальном культурном центре.

Валерий НИКОЛАЕВ.
На снимке: весёлые игры в оздоровительном лагере при Ловозерской школе.
Фото АСШ.



ВЫБОРЫ

Досрочное голосование

Ловозерская территориальная избирательная комиссия сообщает, если по уважительной причине избиратель не может принять участие в голосовании на дополнительных выборах депутата Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 7, 13 сентября, он может проголосовать досрочно:

Средства избирательных фондов кандидатов

Сведения о поступлении и расходовании средств избирательных фондов зарегистрированных кандидатов в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 7, по состоянию на 17.08.2015 г.:

№ п/п	Номер округа	Ф.И.О.	Поступило средств, руб. всего	Израсходовано средств, руб. всего
1		Беляков В. А.	200	70
2		Ковалев Е. И.	10	0
3		Попов Н. Г.	800	700
4		Саар А. В.	200	70

Геннадий КРАВЧЕНКО,
председатель территориальной избирательной комиссии.

СПРАШИВАЛИ - ОТВЕЧАЕМ

Социальные доплаты к пенсии

В редакцию «Ловозерской правды» обратилась жительница поселка Ревда Галина П.:

- Недавно я вышла на пенсию, но продолжаю работать. К сожалению, у меня нет никаких государственных наград, стажа для присвоения звания «Ветеран труда Мурманской области» тоже недостаточно. Могут ли простые пенсионеры, как я, рассчитывать на какую-нибудь государственную помощь?

Ответить на вопрос нашей читательницы мы попросили начальника Ловозерского подразделения социальной поддержки населения Ларису Петровну НАЛИВАЙКО.

- Законом Мурманской области № 550-01-ЗМО «О мерах социальной поддержки отдельных категорий граждан» установлено, что пенсионеры по старости (женщины с 55 лет, мужчины с 60 лет), не получающие другие меры социальной поддержки в соответствии с законодательством Российской Федерации и законодательством Мурманской области, имеют право на меры социальной поддержки:

- социальные услуги: изготовление и ремонт зубных протезов (за исключением протезов из драгоценных металлов и металлокерамики) в порядке, установленном нормативными правовыми актами Мурманской области; обеспечение слуховыми аппаратами, глазными протезами и аппаратами голосооб-

разования в порядке, установленном нормативными правовыми актами Мурманской области;

- ежемесячные денежные выплаты (региональная ежемесячная денежная выплата).

Кроме того, в соответствии с постановлением правительства Мурманской области от 28 апреля 2014 г. № 225-ПП «О материальной помощи пенсионерам и инвалидам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации» пенсионерам (женщинам с 55 лет, мужчинам с 60 лет), получающим трудовые пенсии и пенсии по государственному пенсионному обеспечению (кроме пенсий по инвалидности) и проживающим на территории Мурманской области, может быть оказана материальная помощь в связи с:

- непредвиденными жизнен-

ными ситуациями, повлекшими утрату жилья, имущества, средств к существованию в результате воздействия стихийных бедствий, международных конфликтов и войн, террористических актов, несчастных случаев (пожар, авария, катастрофа);

- необходимостью приобретения назначенных по медицинским показаниям дорогостоящих изделий, средств и приспособлений медицинского назначения, средств реабилитации, расходных материалов для хирургических операций, лекарственных препаратов, которые не могут быть предоставлены за счет бюджетных средств или обязательного медицинского страхования в соответствии с законодательными и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации и Мурманской области, в том числе в рамках программ государственных гарантий оказания бесплатной медицинской помощи и в виде предоставления набора социальных услуг;

- погребением членов семьи, с которыми пенсионер был связан родством или свойством, независимо от места проживания.

КОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Проблемы детей - проблемы родителей

Каждый подросток в своей повседневной жизни, чаще всего, действует привычным для него способом. Находясь в необычной для себя ситуации или перед необходимостью выбора, подросток может сделать совершенно неожиданный шаг либо последовать одной из ранее опробованных стратегий.

Процесс принятия решений и их реализации в той или иной степени представляет затруднения для любого подростка. Однако решение об изменении поведения может приобрести социально значимые черты, если это касается отказа от приёма алкоголя или наркотиков.

Подростковый возраст - это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становления нравственности и открытия своего Я, обретения новой социальной позиции. Одновременно это возраст потери детства, пора мучительных и тревожных сомнений в себе и своих возможностях, поиски правды в себе и других. В связи с этим повышается уязвимость подростка к употреблению психотропных веществ.

Основным в профилактике употребления алкоголя и наркотиков в подростковой среде является антинаркотическое воспитание. В семье, школе, колледже подросток должен получать первые знания о токсическом воздействии алкоголя и наркотиков на организм, влекущем необратимые изменения

в головном мозге и деградацию личности.

Антиалкогольное и антинаркотическое воспитание обернётся пустой фразой, если дети в семье, наблюдая употребление спиртных напитков или наркотиков родителями, невольно будут проходить «курс алкогольного и наркотического воспитания». Поэтому необходимо проводить профилактическую работу с семьями учащихся.

Подросток не только должен знать твёрдо, что алкоголь и наркотики вредны, и употреблять их опасно, но и должен обладать определёнными моральными и волевыми качествами, такими как дисциплинированность, решительность, смелость, мужество, готовность к преодолению больших объективных трудностей. Это позволит ему отстоять свои убеждения в компании, если его будут уговаривать употребить алкоголь или наркотик.

Преодоление трудностей и препятствий совершается для достижения определённых целей. Чем значительнее цель, тем выше уровень волевых мотивов, тем большие трудности способен преодолеть человек. Поэтому необходимым условием воспитания воли является формирование высших мотивов, основывающихся на нравственном мировоззрении.

Родители часто считают, что их дети слишком малы для того чтобы пробовать курить, употреблять спиртные напитки, экспериментировать с наркотиками.

Результаты исследований показали весьма негативную роль раннего приобщения, как значительного фактора риска, ведущего к развитию алкогольной и наркотической зависимости.

Родитель в обязательном порядке должен участвовать в профилактике употребления алкоголя и наркотиков. При наличии серьёзных обоснованных предположений о том, что сын или дочь употребляет какие-либо психотропные вещества помнить, что только специалист, врач психиатр-нарколог может достоверно выявить состояние наркотической или алкогольной интоксикации.

Подозрения в употреблении наркотиков, даже будучи необоснованными, могут сами по себе оказаться психотравмирующим фактором, который подтолкнёт подростка к реальному употреблению наркотиков и алкоголя. Обязательное правило в общении с подростком является осторожность и тактичность.

Родителям хочется видеть своего ребёнка счастливым, улыбающимся, удачливым. Но не всегда ребёнку самому удается разобраться в сложном мире взаимоотношений. И наша задача - помочь ему в этом.

Светлана САЗОНКИНА,
психолог комплексного центра социального обслуживания населения.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Необходимо общее взаимодействие

В соответствии с приказом главного управления МЧС России по Мурманской области, в регионе проводится месячник безопасности на водных объектах. Цель месячника - профилактика предупреждения гибели и травматизма среди населения на воде, усиление контрольно-надзорной деятельности на водоёмах области, повышение эффективности профилактической работы с населением, активизация работы органов власти муниципальных образований, снижение числа происшествий и гибели людей на водных объектах.

Гибель на водоёмах, по статистике, стоит на третьем месте в списке после несчастных случаев при дорожно-транспортных происшествиях и пожарах. На водных объектах Северо-Западного федерального округа в первом полугодии 2015 года было зарегистрировано 219 происшествий (в первом полугодии 2014 года - 294, уменьшение на 25,5%), при которых погибло 178 человек, что на 29,1% меньше, чем в 2014 году - 251 человек. Снижение гибели на воде отмечается во всех субъектах федерального округа, за исключением Мурманской области и Ненецкого АО, где отмечается незначительный рост числа погибших (больше на 1 человека).

Основными причинами гибели людей на водных объектах за первое полугодие 2015 года являются, как и прежде, купание в

необорудованных или запрещенных местах, где отсутствуют спасатели и не обеспечено наблюдение за купающимися; несоблюдение мер безопасности при выходе на лед водных объектов; употребление спиртных напитков при купании и ловле рыбы; отсутствие контроля за детьми со стороны родителей. На выходные и праздничные дни приходится более половины всех погибших.

В целях снижения гибели людей на водоёмах необходимо более тесное взаимодействие государственных и общественных организаций, участвующих в обеспечении безопасности населения на водоёмах для существенного увеличения необходимого количества временных спасательных постов, разворачиваемых на выявленных в результате надзорной деятельности необорудованных мест массового отдыха населения. Кроме того, необходимо практиковать проведение совместных мероприятий, направленных на повышение уровня обеспечения безопасности людей на водных объектах, активней использовать возможности СМИ, общественных организаций, (ВОСВОД, Российский Союз Спасателей и т. д.) в целях пропаганды безопасного отдыха на воде и предупреждения гибели людей на водных объектах.

Виталий ПАТРАКЕЕВ,
руководитель инспекторского участка ГИМС.

ТЕЛЕПРОГРАММА с 31 августа по 6 сентября

ПОНЕДЕЛЬНИК, 31 августа

1 ОРТ

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости
09:20 Контрольная закупка
09:50 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20, 21:35 Т/с "Двойная жизнь" (12+)
14:30, 15:15, 04:00 Мужское/Женское (16+)
16:50 Женский журнал
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:00 Вечерние новости
18:45 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:30 Ночные новости
23:45 Т/с "Свидетели" (16+)
01:50, 03:05 Х/ф "Я, робот" (12+)

РОССИЯ 1

05:00, 09:15 Утро России (16+)
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 17:30, 20:00 Вести (16+)
09:55 О самом главном (16+)
11:35, 14:30, 17:10, 19:35 Местное время (16+)
11:55 Т/с "Тайны следствия" (12+)
14:50 Вести. Дежурная часть (16+)
15:00 Т/с "Склифосовский" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, мамы! (0+)
21:00 Т/с "Шаманка" (12+)
00:45 Т/с "Вечный зов" (16+)
02:15 Т/с "Служба доверия" (12+)

РЕН-ТВ

05:00 Военная тайна. Расследование (16+)
06:00 Не ври мне! (16+)
07:00 Смотреть всем! (16+)
07:30 Зеленый огурец. Полезная передача (16+)
08:30 Новости (16+)
09:00 Военная тайна. Расследование (16+)
11:00 Документальный проект (16+)

НТВ

12:00 Информационная программа 112 (16+)
12:30 Новости (16+)
14:00 Х/ф "Ночные сестры" (16+)
16:00 Информационная программа 112 (16+)
16:30 Новости (16+)
17:00 Тайны мира с Анной Чапман (16+)
18:00 Документальный проект (16+)
19:00 Новости (16+)
20:00 Х/ф "Одиннадцать друзей Оушена" (16+)
22:10 Водить по-русски (16+)
23:30 Т/с "Ганнибал" (16+)
00:15 Водить по-русски (16+)
01:45 Т/с "Ганнибал" (16+)

СТС

06:00 М/с "Октонасты" (0+)
06:30 М/с "Миа и я" (6+)
07:00 М/с "Каспер, который живёт под крышей" (0+)
07:25 М/с "Аладдин" (0+)
07:50 М/с "Смешарики" (0+)
08:05 Успеть за 24 часа (16+)
09:00 Даёшь молодёжь! (16+)
09:30 Т/с "Маргоша" (16+)
11:30 Х/ф "В гости к Робинсонам" (0+)
13:15 Ералаш (0+)
13:30 Уральские пельмени. В отпуске (16+)
14:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
14:30 Т/с "Воронины" (16+)
15:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
15:30 Х/ф "Железный человек-2" (12+)
18:00 Уральские пельмени. Историческое (16+)
19:00 Х/ф "Шрэк" (6+)
20:40 Х/ф "Трансформеры" (12+)
23:30, 01:35 Даёшь молодёжь! (16+)
00:30 Большая разница (12+)
01:45 Х/ф "Юность Бемби" (0+)
03:05 Х/ф "Призрачная команда" (16+)
04:40 Большая разница (12+)
05:35 М/с "Чаплин" (6+)

ТВ3

06:00 Отечественные мультфильмы (0+)
09:30 Т/с "Слепая" (12+)
10:30 Д/с "Святые" (12+)
11:30 Д/с "Городские легенды" (12+)
12:30 Охотники за привидениями (16+)
14:00 Т/с "Чтец" (12+)
15:00 Мистические истории. Знаки судьбы (16+)
16:00 Т/с "Гадалка" (12+)
17:00 Т/с "Слепая" (12+)
18:00 X-версии. Другие новости (12+)
18:30 Т/с "Пятая стража" (16+)
19:30 Т/с "Касл" (12+)
21:15 Т/с "Кости" (12+)
23:00 Х/ф "Подъем с глубины" (16+)
00:00 X-версии. Другие новости (12+)
01:30 Х/ф "Сахара" (16+)

ТВЦ

12:00 Информационная программа 112 (16+)
12:30 Новости (16+)
08:10 Х/ф "Непобедимый" (16+)
09:35 Х/ф "Колечко с бирюзой" (12+)
09:00 Т/с "Дорожный патруль" (16+)
10:00 Сегодня (16+)
10:20 Т/с "Дорожный патруль" (16+)
12:00 Суд присяжных (16+)
13:00 Сегодня (16+)
13:15 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Обзор. Чрезвычайное происшествие (16+)
15:00 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)
16:00 Сегодня (16+)
16:20 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)
18:00 Говорим и показываем (16+)
19:00 Сегодня (16+)
19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)
21:30 Т/с "Шеф" (16+)
23:30 Анатомия дня (16+)
00:10 Т/с "Розыск" (16+)
02:00 Спектакль в СССР (12+)
03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)
05:00 Всё будет хорошо! (16+)

ТВЗ

06:00 Настроение (16+)
08:10 Х/ф "Непобедимый" (16+)
09:35 Х/ф "Колечко с бирюзой" (12+)
09:00 Т/с "Дорожный патруль" (16+)
10:00 Сегодня (16+)
10:20 Т/с "Дорожный патруль" (16+)
12:00 События (16+)
13:00 События (16+)
14:05 Д/ф "Душа Петербурга" (12+)
15:10 Х/ф "Колечко с бирюзой" (12+)
15:00 Новости культуры (12+)
15:20 Х/ф "Мертвый сезон" (12+)
15:10 Х/ф "Мертвый сезон" (12+)
17:20 XV Международный конкурс имени П.И.Чайковского. Лауреаты и призеры. Виолончель. Ведущий Борис Андрианов (12+)
18:35 Д/ф "Талейран"
18:45 Секретные проекты. "Подземный крейсер" (12+)
19:15 Спокойной ночи, малышы! (0+)
19:30 Новости культуры (12+)
19:45 Д/ф "Николай Жиров. Берлин - Атлантида" (12+)
20:30 Искусственный отбор (12+)
21:10 К 80-летию Валентина Гафта. "Театральная летопись" (12+)
21:35 Спектакль "Заяц. Love Story" Московского театра "Современник" (12+)
23:15 Д/ф "Дагестан. Школа под небом" (12+)
00:00 Новости культуры (12+)
00:55, 23:50 Эволюция (16+)
11:45 Большой спорт (16+)
12:05 Т/с "В зоне риска" (16+)
15:30 Метро (12+)
17:10 Х/ф "Дружина" (16+)
19:00 Большой спорт (16+)
19:25 Хоккей. КХЛ. "Спартак" (Москва) - "Торпедо" (Нижний Новгород) (16+)
21:45 Большой спорт (16+)
22:05 Х/ф "Пыльная работа" (16+)
01:25 Смешанные единоборства. Bellator (16+)
03:35 Х/ф "Лорд. Пес-полицейский" (12+)
01:40 Х/ф "Жизнь одна" (12+)
03:40 Х/ф "Отец Браун" (16+)

РОССИЯ 2

06:30 Панorama дня. Live (16+)
09:00 Волейбол. Кубок мира. Женщины. Россия - Сербия (16+)
10:55, 23:50 Эволюция (16+)
11:45 Большой спорт (16+)
12:05 Т/с "В зоне риска" (16+)
15:30 Метро (12+)
17:10 Х/ф "Дружина" (16+)
19:00 Большой спорт (16+)
19:25 Хоккей. КХЛ. "Спартак" (Москва) - "Торпедо" (Нижний Новгород) (16+)
21:45 Большой спорт (16+)
22:05 Х/ф "Пыльная работа" (16+)
01:25 Смешанные единоборства. Bellator (16+)
03:35 Х/ф "Лорд. Пес-полицейский" (12+)
01:40 Х/ф "Сон в летнюю ночь" (12+)

РОССИЯ К

07:00 ЕвроНьюс (12+)
10:00 Новости культуры (12+)

ПЕРЕЦ

06:00 Д/с "История государства Российской" (0+)
09:30 Х/ф "Кровавый спорт" (16+)
11:20 Х/ф "Приключения Электроника" (0+)
15:35 Среда обитания (16+)
17:30 Т/с "Перевозчик" (16+)
18:30 КВН на бис (16+)
19:30 Т/с "Черные волки" (16+)
21:40 КВН на бис (16+)

КУЛЬТУРА

06:00 Д/с "История государства Российской" (0+)
09:30 Х/ф "Кровавый спорт" (16+)
11:20 Х/ф "Приключения Электроника" (0+)
15:35 Среда обитания (16+)
17:30 Т/с "Перевозчик" (16+)
18:30 КВН на бис (16+)
19:30 Т/с "Черные волки" (16+)
21:40 КВН на бис (16+)

ВТОРНИК, 1 сентября



05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости
09:20, 04:10 Контрольная закупка
09:50 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20, 21:35 Т/с "Двойная жизнь" (12+)
14:25, 15:15 Время покажет (16+)
16:05 Мужское/Женское (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:00 Вечерние новости
18:45 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:30 Ночные новости
23:45 Т/с "Свидетели" (16+)

01:50, 03:05 Х/ф "Белоснежка и охотник" (12+)

05:00, 09:15 Утро России (16+)
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 17:30, 20:00 Вести (16+)
09:55 О самом главном (16+)
11:35, 14:30, 17:10, 19:35 Местное время (16+)
11:55 Т/с "Тайны следствия" (12+)
14:50 Вести. Дежурная часть (16+)
15:00 Т/с "Склифосовский" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, мальчики! (0+)
21:00 Т/с "Шаманка" (12+)
00:45 Т/с "Вечный зов" (16+)
02:35 Т/с "Служба доверия" (12+)
04:30 Комната смеха (16+)



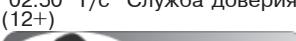
05:00 Территория заблуждений (16+)
06:00 Не ври мне! (16+)
07:00 Смотреть всем! (16+)
07:30 Зеленый огурец. Полезная передача (16+)
08:30 Новости (16+)
09:00 Военная тайна. Расследование (16+)
11:00 Документальный проект (16+)
12:20 Информационная программа 112 (16+)



05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости
09:20 Контрольная закупка
09:50 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20, 21:35 Т/с "Двойная жизнь" (12+)
14:25, 15:15 Время покажет (16+)
16:05, 04:00 Мужское/Женское (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:00 Вечерние новости
18:45 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:30 Ночные новости
23:45 Т/с "Свидетели" (16+)

01:50, 03:05 Х/ф "Амелия" (12+)

05:00, 09:15 Утро России (16+)
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 17:30, 20:00 Вести (16+)
09:55 О самом главном (16+)
11:35, 14:30, 17:10, 19:35 Местное время (16+)
11:55 Т/с "Тайны следствия" (12+)
14:50, 04:45 Вести. Дежурная часть (16+)
15:00 Т/с "Склифосовский" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, мальчики! (0+)
21:00 Х/ф "И шарик вернётся" (12+)
00:55 Т/с "Вечный зов" (16+)
02:50 Т/с "Служба доверия" (12+)



05:00 Территория заблуждений (16+)
06:00 Не ври мне! (16+)
07:00 Смотреть всем! (16+)
07:30 Зеленый огурец. Полезная передача (16+)
08:30 Новости (16+)
09:00 Военная тайна. Расследование (16+)
11:00 Документальный проект (16+)
12:20 Информационная программа 112 (16+)
12:30 Новости (16+)



13:30 Новости (16+)

13:50 Х/ф "Одиннадцать друзей Оушена" (16+)

16:00 Информационная программа 112 (16+)

16:30 Новости (16+)

17:00 Тайны мира с Анной Чапман (16+)

18:00 Документальный проект (16+)

19:00 Новости (16+)

20:00 Х/ф "Двенадцать друзей Оушена" (16+)

22:20 Знай наших! (16+)

23:00 Новости (16+)

23:25 Т/с "Ганибала" (16+)

01:15 Знай наших! (16+)

01:45 Т/с "Ганибала" (16+)

03:30 Смотреть всем! (16+)

10:00 Сегодня (16+)

10:20 Т/с "Дорожный патруль" (16+)

12:00 Суд присяжных (16+)

13:00 Сегодня (16+)

13:15 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)

14:30 Обзор. Чрезвычайное происшествие (16+)

15:00 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)

16:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

10:00 Сегодня (16+)

19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)

21:30 Т/с "Шеф" (16+)

23:30 Анatomия дня (16+)

00:10 Т/с "Розыск" (16+)

02:40 Главная дорога (16+)

03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

ЧЕТВЕРГ, 3 сентября



OPT

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 03:00 Новости
09:20 Контрольная закупка
09:50 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20, 21:35 Т/с "Двойная жизнь" (12+)
14:25, 15:15 Время покажет (16+)
16:05, 04:00 Мужское/Женское (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:00 Вечерние новости
18:45 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:35 Ночные новости
23:50 Х/ф "Послезавтра" (12+)
02:05, 03:05 Х/ф "500 дней лета" (16+)

РОССИЯ 1

05:00, 09:15 Утро России (16+)
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 17:30, 20:00 Вести (16+)
09:55 О самом главном (16+)
11:35, 14:30, 17:10, 19:35 Местное время (16+)
11:55 Т/с "Тайны следствия" (12+)
14:50, 04:45 Вести. Дежурная часть (16+)
15:00 Т/с "Склифосовский" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, малыши! (0+)
21:00 Х/ф "И шарик вернётся" (12+)
00:50 Х/ф "Формула любви" (16+)
02:50 Т/с "Служба доверия" (12+)

РЕН-ТВ

05:00 Территория заблуждений (16+)
06:00 Не ври мне! (16+)
07:00 Смотреть всем! (16+)
07:30 Зеленый огурец. Полезная передача (16+)
08:30 Новости (16+)
09:00 Документальный проект (16+)
12:00 Информационная программа 112 (16+)

ПЯТНИЦА, 4 сентября

11:50 Х/ф "Москва - не Москва" (12+)

10:00 Сегодня (16+)
10:20 Т/с "Дорожный патруль" (16+)
12:00 Суд присяжных (16+)
13:00 Сегодня (16+)
13:15 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Обзор. Чрезвычайное происшествие (16+)
15:00 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)
16:00 Сегодня (16+)
16:20 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)
18:00 Говорим и показываем (16+)
19:00 Сегодня (16+)
19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)
21:30 Т/с "Шеф" (16+)
23:00 Анатомия дня (16+)
00:10 Т/с "Розыск" (16+)
02:00 Дачный ответ (0+)
03:05 Т/с "Час Волкова" (16+)

ТВЗ

05:00 Т/с "Мертвые до восстания" (16+)
06:00 Отечественные мультфильмы (0+)
09:30 Т/с "Слепая" (12+)
11:30 Д/с "Святые" (12+)
13:30 Д/с "Городские легенды" (12+)
13:30 Ералаш (0+)
14:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
15:00 Х/ф "Трансформеры. Тёмная сторона луны" (16+)
18:00 Уральские пельмени. Все мужчины (16+)
18:30 Уральские пельмени. Лучшее от Андрея Рожкова (16+)
19:00 М/ф "Кот в сапогах" (0+)
20:35 Х/ф "Трансформеры. Эпоха истребления" (12+)
23:50 Даёшь молодёжь! (16+)
00:30 Большая разница (12+)
01:40 Х/ф "Кодекс вора" (18+)
03:35 Х/ф "Проклятие моей матери" (16+)

НТВ

06:00 НТВ утром (16+)
07:10 Т/с "Лесник" (16+)
08:00 Сегодня (16+)
08:05 Т/с "Лесник" (16+)
09:00 Т/с "Дорожный патруль" (16+)

ТВЦ

06:00 Настроение (16+)
08:10 Х/ф "За витриной универмага" (12+)
10:05 Д/ф "Татьяна Васильева. У меня ангельский характер" (12+)
10:55 Тайны нашего кино. "Служебный роман" (12+)

СТС

06:00 М/с "Октонасты" (0+)
06:30 М/с "Миа и я" (6+)
07:00 М/с "Пингвинёнок Пороро" (0+)
07:20 М/с "Смешарики" (0+)
08:00 Успеть за 24 часа (16+)
09:00 Даёшь молодёжь! (16+)
10:20 Т/с "Дорожный патруль" (16+)
12:00 Суд присяжных (16+)
13:15 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Обзор. Чрезвычайное происшествие (16+)
15:00 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)
16:00 Сегодня (16+)
16:20 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)
18:00 Говорим и показываем (16+)
19:00 Сегодня (16+)
19:40 Х/ф "Береговая охрана-2" (16+)
23:30 Х/ф "Посторонний" (16+)
01:35 Собственная гордость (0+)
02:30 Дикий мир (0+)
02:50 Т/с "Час Волкова" (16+)
04:45 Всё будет хорошо! (16+)
13:05 Даёшь молодёжь! (16+)
13:30 Ералаш (0+)
14:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
15:00 Х/ф "Трансформеры. Эпоха истребления" (16+)
18:00 Уральские пельмени. Лучшее от Андрея Рожкова (16+)
18:30 Уральские пельмени. Лучшее от Славы Мишиной (16+)
19:00 Уральские пельмени. Лучшее от Дмитрия Бекетова (16+)
19:30 Уральские пельмени. Лучшее от Дмитрия Соколова (16+)
20:00 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
22:00 Большой вопрос. Третий сезон (16+)
23:00 Х/ф "Кодекс вора" (18+)
00:55 Х/ф "Что скрывает любовь" (12+)
02:55 Горячая десятка (12+)
04:00 Обменяли хулигана на Луиса Корвалана... (12+)

РОССИЯ 1

05:00, 09:15 Утро России (16+)
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 17:30, 20:00 Вести (16+)
09:55 О самом главном (16+)
11:35, 14:30, 17:10, 19:35 Местное время (16+)
11:55 Т/с "Тайны следствия" (12+)
14:50 Вести. Дежурная часть (16+)
15:00 Т/с "Склифосовский" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
21:00 Петросян-шоу (16+)
22:55 Х/ф "Полынь - трава окаймленная" (12+)
00:55 Х/ф "Что скрывает любовь" (12+)
02:55 Горячая десятка (12+)
04:00 Обменяли хулигана на Луиса Корвалана... (12+)

РЕН-ТВ

05:00 Территория заблуждений (16+)
06:00 Не ври мне! (16+)
07:00 Смотреть всем! (16+)
07:30 Зеленый огурец. Полезная передача (16+)
08:30 Новости (16+)
09:00 Документальный проект (16+)
12:00 Информационная

13:25 Д/ф "Живые струны" (12+)

14:05 Д/с "Счастливые люди" (12+)
15:00 Новости культуры (12+)
15:10 Ты сын и ужас мой... (12+)
15:40 Д/ф "Сражение за Поднебесную" (12+)
16:20 Мировые сокровища культуры (12+)

16:35 Д/ф "Игорь Сикорский. Чертежи судьбы" (12+)
17:20 XV Международный конкурс имени П.И.Чайковского. Лауреаты и призеры. Виолончель. Ведущий Борис Андрианов (12+)
18:30 Мировые сокровища культуры (12+)

18:45 Секретные проекты. "Золото Коминтерна" (12+)

19:15 Спокойной ночи, малышы! (0+)

19:30 Новости культуры (12+)

19:45 Д/ф "Интеллектор Горюхова" (12+)

20:30 Искусственный отбор (12+)

21:10 К 80-летию Валентина Гафта. "Театральная летопись" (12+)

21:35 Х/ф "Мне снится сон..." (12+)

22:25 Гении и злодеи. Тур Хейердал (12+)

22:55 Д/ф "Silentium" (12+)

23:50 Новости культуры (12+)

00:05 Худсовет (12+)

00:10 Д/с "Счастливые люди" (12+)

01:05 Д/ф "Нечетнокрылый ангел. Павел Челищев" (12+)

01:55 Искатели. "В поисках сокровищ Царского Села" (12+)

02:40 Мировые сокровища культуры (12+)

03:35 Т/с "Мужчина во мне" (16+)

МИР

05:30 Д/с "Другой мир" (12+)

06:00 180 минут (12+)

09:00 Почему я? (12+)

09:30 Х/ф "У матросов нет вопросов!" (12+)

11:10 Х/ф "Исчезновение" (16+)

13:00 Новости (16+)

13:20 Д/с "Давайте разберемся!" (16+)

14:15 Т/с "Мужчина во мне" (16+)

16:00 Новости (16+)

16:20 Д/с "Другой мир" (12+)

16:50 Д/с "Земля. Территория загадок" (12+)

17:20 Т/с "Безмолвный свидетель" (16+)

19:00 Новости (16+)

19:25 Т/с "Охотники за бриллиантами" (16+)

21:15 Т/с "Дело было на Ку-бани" (16+)

22:05 Слово за слово (16+)

23:00 Новости (16+)

23:15 Новости. Главная тема (16+)

23:25 Х/ф "Препод" (12+)

01:05 Х/ф "У матросов нет вопросов!" (12+)

02:40 Д/с "Давайте разберемся!" (16+)

03:35 Т/с "Мужчина во мне" (16+)

ПЯТЫЙ

05:30 Т/с "Детективы" (16+)

06:00 Сейчас (16+)

06:10 Утро на "5" (6+)

09:30 Место происшествия (16+)

10:00 Сейчас (16+)

10:30 Т/с "Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона" (12+)

18:30 Сейчас (16+)

19:00 Т/с "Детективы" (16+)

20:30 Т/с "След" (16+)

22:00 Сейчас (16+)

22:25 Т/с "След" (16+)

00:00 Х/ф "Золотая мина" (12+)

ПЕРЕЦ

05:00 Д/с "История государства Российского" (0+)

06:00 Любимые мультфильмы (0+)

06:30 Среда обитания (16+)

08:30 Д/с "История государства Российской" (0+)

09:30 Т/с "Агент национальной безопасности" (12+)

10:30 Среда обитания (16+)

12:10 Х/ф "Хрустальный бал" (12+)

12:30 Европьюс (12+)

10:00 Новости культуры (12+)

10:20 Х/ф "Дубровский" (12+)

11:45 Д/ф "Властины колыца. История создания синхрофазотрансформатора" (12+)

12:10 Х/ф "Мне снится сон..." (12+)

12:55 Письма из провинции. Сатка (Челябинская область) (12+)

13:25 Д/ф "Интеллектор Горюхова" (12+)

14:05 Д/с "Счастливые люди" (12+)

15:00 Новости культуры (12+)

15:10 Д/ф "Красная площадь. Читай, Россия!" (12+)

15:40 Д/ф "Виктор Соснора. Пришепша" (12+)

16:25 Д/ф "Silentium" (12+)

17:20 XV Международный конкурс имени П.И.Чайковского. Лауреаты и призеры. Виолончель. Ведущий Борис Андрианов (12+)

18:30 Мировые сокровища культуры (12+)

19:45 Искатели. "Черная книга" (12+)

СУББОТА, 5 сентября

1 ОРТ

05:45, 06:10 Россия от края до края: "Камчатка" (12+) 06:00, 10:00, 13:00, 15:00 Новости 06:40 Т/с "Лист ожидания" (16+) 08:45 Мультфильм 09:00 Играй, гармонь любими! 09:45 Слово пастыря 10:15 Смак (12+) 10:55 Д/ф "Валентин Гафт. Чужую жизнь играю, как свою" (16+) 12:00 День города. Прямая трансляция 13:15 Д/ф "Ирина Печерникова. Мне не больно" (12+) 14:10, 15:15 Х/ф "Доживем до понедельника" 16:30, 18:20 Голос (12+) 18:00 Вечерние новости 19:00 Сюрприз 21:00 Время 21:25 Сегодня вечером (16+) 23:00 КВН. Премьер-лига. Финал (16+) 00:35 Х/ф "Люди Икс: Первый класс" (16+) 03:00 Х/ф "Зубная фея" (12+) 04:50 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

04:55 Х/ф "Раз на раз не приходится" (16+) 06:35 Сельское утро (16+) 07:05 Диалоги о животных (16+) 08:00, 11:00, 14:00 Вести (16+) 08:20, 11:10, 14:20 Местное время (16+) 08:30 Военная программа (16+) 09:05 Танковый биатлон (16+) 10:05 Конструктор русского калибра (12+) 11:20 Моя жизнь сделана в России (16+) 12:00, 14:30 Х/ф "Знахарка" (12+)

16:30 Субботний вечер (16+) 18:05 Х/ф "Третья попытка" (12+) 20:00 Вести в субботу (16+) 20:45 Х/ф "Теория невероятности" (12+) 00:35 Х/ф "Родная кровинка" (12+) 02:30 Х/ф "Жизнь взаймы" (16+) 04:25 Комната смеха (16+)

РЕН-ТВ
05:00 Х/ф "Корабль-призрак" (16+) 06:30 Х/ф "История дельфина" (6+) 08:40 Х/ф "Мой парень из зоопарка" (16+) 10:30 М/ф "Делай ноги" (6+) 12:30 Новости (16+) 13:00 Военная тайна (16+) 17:00 Территория заблуждений (16+) 19:00 Х/ф "Путешествие к центру Земли" (12+) 20:45 Х/ф "Путешествие 2: Таинственный остров" (12+) 22:30 Х/ф "Тихоокеанский рубеж" (16+) 00:50 Х/ф "Паркер" (18+) 03:10 Дэвид Блейн: Реальная магия (16+) 04:20 Х/ф "Путешествие к центру Земли" (12+)

СТС
06:00 М/с "Чаплин" (6+) 07:10 М/с "Пингвинёнок Пороро" (0+) 07:30 МастерШеф (16+) 08:30 М/с "Смешарики" (0+) 09:20 М/с "Драконы. Защитники Олухи" (6+) 09:45 М/ф "Рога и копыта" (0+) 11:30 Снимите это немедленно! (16+) 12:30 М/ф "Суперсемейка" (12+) 14:30 М/ф "Мадагаскар" (0+) 16:00 Уральские пельмени. Лучшее от Дмитрия Соколова (16+) 16:30 Шоу "Уральских пельменей" (16+)

17:20 М/ф "Шрэк навсегда" (12+) 19:00 Дикие игры (16+) 20:00 М/ф "Мадагаскар-2" (0+) 21:35 Х/ф "Джунгли" (6+) 23:10 М/ф "Шрэк навсегда" (12+) 00:50 Х/ф "Миллионер из трущоб" (16+) 03:05 Х/ф "Звонок" (16+)

НТВ
05:40 Т/с "Дорожный патруль" (16+) 07:25 Смотр (0+) 08:00 Сегодня (16+) 08:15 Жилищная лотерея плюс (0+) 08:45 Медицинские тайны (16+) 09:20 Готовим с Алексеем Зиминым (0+) 10:00 Сегодня (16+) 10:20 Главная дорога (16+) 11:00 Кулинарный поединок с Дмитрием Назаровым (0+) 11:55 Квартирный вопрос (0+) 13:00 Сегодня (16+) 13:20 Я худею! (16+) 14:20 Поедем, поедим! (0+) 15:05 Своя игра (0+) 16:00 Х/ф "Человек ниоткуда" (16+) 18:00 Следствие вели.. (16+) 19:00 Центральное телевидение с Вадимом Такменевым (16+) 20:00 Новые русские сенсации (16+) 21:00 Ты не повериши! (16+) 22:00 50 оттенков. Белова (16+) 22:55 Х/ф "Петрович" (16+) 03:00 Т/с "Час Волкова" (16+) 05:05 Всё будет хорошо!

ТВЗ
05:00 Т/с "Мертвые до восстановления" (16+) 06:00 Отечественные мультфильмы (0+) 09:30 Школа доктора Комаровского (12+)

10:00 Т/с "Слепая" (12+) 12:00 Т/с "Гадалка" (12+) 13:00 Мистические истории (16+) 14:00 Х-версии. Другие новости (12+) 15:00 Х-версии. Громкие дела (12+) 16:00 Х/ф "Жестокий роман" (12+) 20:55 Большой футбол (16+) 21:35 Х/ф "Путь" (16+) 23:40 Большая вода (16+) 01:30 Полигон (16+) 02:25 Смертельные опыты (16+) 02:55 Мастера (16+) 03:20 Максимальное приближение (16+)

ТВЦ
05:40 АБВГДейка 06:05 Х/ф "За витриной универмага" (12+) 07:55 Православная энциклопедия (6+) 08:25 Х/ф "Где находится нофелет?" (12+) 10:00 Д/ф "Красавица советского кино" (12+) 10:55 Спасская башня (16+) 11:30 События (16+) 12:00 День Москвы. Церемония открытия на Красной площади. Прямая трансляция (16+) 12:50 Х/ф "Покровские ворота" (16+) 15:30 События (16+) 15:45 Х/ф "Берегись автомобиля" (16+) 17:35 Х/ф "Три полуградации" (12+) 21:00 В центре событий (16+) 22:15 Право знать! (16+) 23:15 Право голоса (16+) 02:05 Х/ф "Башмачник" (12+) 04:05 Петровка, 38 (16+) 04:15 Обложка. Добрый девушка Сталин (16+) 04:50 Д/ф "Татьяна Васильева. У меня ангельский характер" (12+) 15:25 Х/ф "Елизавета" (12+) 17:20 Д/ф "На краю земли российской" (12+) 18:30 Новости культуры. Спецвыпуск (12+) 18:40 Д/ф "Гений компромисса" (12+) 19:15 Романтика романса (12+) 20:15 Х/ф "Зеленый огонек" (12+) 21:25 XXIV церемония награждения лауреатов театральной премии "Хрустальная Турандот" (12+) 22:40 Х/ф "Елизавета. Золотой век" (12+) 00:25 Хью Лори: Пусть говорят (12+)

РОССИЯ 2
06:30 Панорама дня. Live (16+) 09:00 Т/с "Байки Митяя" (16+)

14:55 Формула-1. Гран-при Италии. Квалификация. Прямая трансляция (16+) 16:05 Большой спорт (16+) 16:20 24 карда (16+) 17:20 Х/ф "Рок-н-ролл под Кремлем" (16+) 20:55 Большой футбол (16+) 21:35 Х/ф "Путь" (16+) 23:40 Большая вода (16+) 01:30 Полигон (16+) 02:25 Смертельные опыты (16+) 02:55 Мастера (16+) 03:20 Максимальное приближение (16+)

РОССИЯ КУЛЬТУРА

06:30 ЕвроНьюс (12+)

10:00 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым (12+)

10:35 Х/ф "По главной улице с оркестром" (12+) 12:05 Д/ф "Олег Борисов" (12+)

12:45 Новости культуры. Спецвыпуск (12+)

13:00 Большая семья. Олеся Железняк. Ведущие Юрий Стоянов и Александр Карлов (12+)

13:55 Д/ф "Красная площадь. Читай, Россия!" (12+) 14:25 Мой серебряный шар (12+)

15:15 Новости культуры. Спецвыпуск (12+)

15:25 Х/ф "Елизавета" (12+)

17:20 Д/ф "На краю земли российской" (12+)

18:30 Новости культуры. Спецвыпуск (12+)

18:40 Д/ф "Гений компромисса" (12+)

19:15 Романтика романса (12+)

20:15 Х/ф "Зеленый огонек" (12+)

21:25 XXIV церемония награждения лауреатов театральной премии "Хрустальная Турандот" (12+)

22:40 Х/ф "Елизавета. Золотой век" (12+)

00:25 Хью Лори: Пусть говорят (12+)

01:20 М/ф "Слондайк", "Слондайк 2" (12+) 01:55 Исследователи. "Железная маска Дома Романовых" (12+) 02:40 Мировые сокровища культуры (12+)

2 ПЕРЕЦ

06:00 Любимые мультфильмы (0+)

09:35 Х/ф "...А зори здесь тихие" (12+) 13:30 КВН на бис (16+) 14:30 Т/с "Убойная сила" (12+) 21:00 +100500 (18+)

01:00 Х/ф "...А зори здесь тихие" (12+)

3 МИР

06:00 Мультфильмы (6+)

08:10 Союзники (12+)

08:35 Мультфильмы (6+)

10:00 Новости (16+)

10:15 Д/с "Сделано в СССР" (12+)

10:45 Х/ф "Покровские ворота" (12+)

13:20 Х/ф "Человек, который смеется" (16+)

15:15 Культпросвет (12+)

16:00 Новости (16+)

16:15 Т/с "Золотой капкан" (12+)

22:35 Х/ф "Американец" (16+)

00:40 Х/ф "Человек с бульвара Капуцинов" (16+)

02:30 Х/ф "Волга-Волга" (12+)

04:25 Д/с "По поводу. Летящие по волнам" (12+)

4 ПЯТЫЙ

07:00 М/ф "Незнайка встречается с друзьями", "Друзья-товарищи", "Хвосты" (0+)

09:35 День ангела (0+)

10:00 Сейчас (16+)

10:10 Т/с "След" (16+)

18:30 Сейчас (16+)

19:00 Т/с "Лютый" (16+)

02:20 Х/ф "Блокада. Лукс-кий рубеж" (12+)

04:20 Х/ф "Блокада. Пулковский меридиан" (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 6 сентября

1 ОРТ

06:00, 10:00, 12:00, 15:00 Новости 06:10 Т/с "Лист ожидания" (16+) 08:10 Служу Отчизне! 08:45 Мультфильм 08:55 Здоровье (16+) 10:15 Непутевые заметки (12+) 10:35 Пока все дома 11:25 Фазенда 12:15 Теория заговора (16+) 13:20, 15:15, 18:15 Х/ф "Большая перемена" 18:00 Вечерние новости 18:50, 22:30 Музыкальный фестиваль "Голосящий Кин-Вин-2015" (16+) 21:00 Воскресное Время 00:00 Х/ф "Замуж на 2 дня" (12+) 01:55 Х/ф "Наблюдатель" (18+) 03:25 Мужское/Женское (16+) 04:20 Контрольная закупка

2 СТС

05:15 Х/ф "Родня" (16) 07:20 Вся Россия (16) 07:30 Сам себе режиссёр (16) 08:20 Смехопанорама (16) 08:50 Утренняя почта (16) 09:30 Сто к одному (16) 10:20 Местное время (16+) 11:00, 14:00 Вести (16+) 11:10 Т/с "Родители" (12+) 12:10 Х/ф "Домработница" (12+) 14:20 Смеяться разрешается (16+) 16:15 Х/ф "Генеральская сноха" (12+) 20:00 Вести недели (16+) 22:00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 00:30 Дежурный по стране (16+) 01:30 Х/ф "Удиви меня" (12+) 03:25 Конструктор русского калибра (12+) 04:20 Комната смеха (16+)

3 НТВ

06:05 Т/с "Дорожный патруль" (16+) 08:00 Сегодня (16+) 08:15 Русское лото плюс (0+) 08:50 Их нравы (0+) 09:25 Едим дома! (0+) 10:00 Сегодня (16+) 10:20 Первая передача (16+) 11:00 Чудо техники (12+) 11:50 Дачный ответ (0+) 13:00 Сегодня (16+) 13:20 Х/ф "Телохранитель" (16+) 17:00 Следствие ведут (16+) 18:00 Актеры недели (16+) 19:00 Точка с Максимом Шевченко (16+) 20:00 Большшинство (16+) 21:15 Т/с "Ментовские войны" (16+) 00:05 Большая перемена (12+) 03:00 Т/с "Час Волкова" (16+)

4 ТВЦ

05:40 Марш-брюсок (12+) 06:10 Х/ф "Москва - не Москва" (16+) 07:55 Х/ф "Покровские ворота" (16+) 08:35 Д/ф "Инна Ульянова. Люблю я Эйнштейн!" (12+) 11:30 События (16+) 11:50 Х/ф "Полосатый рейс" (12+) 13:35 Один + Один (12+) 14:50 Московская неделя (16+) 22:40 Х/ф "Миллионер из трущоб" (16+) 00:55 Х/ф "Звонок" (16+) 03:00 Большой вопрос. Третий сезон (16+) 04:00 Х/ф "Зловредное воскресенье" (16+) 05:30 М/с "Чаплин" (6+) 05:45 Музыка на СТС (16+)

5 РЕН-ТВ

05:00 Х/ф "Путешествие к центру Земли" (12+) 06:00 Х/ф "Путешествие 2: Таинственный остров" (12+) 07:5

● НА ЗДОРОВЬЕ

Негативное влияние смартфонов

Люди, зависимые от Интернета и мобильных телефонов, часто забывают важную информацию или не могут на чем-то сосредоточиться. Причем, не только в те

моменты, когда они пользуются электронными устройствами.

Исследователи из Лондонского университета Лестера опросили 210 человек в возрасте от



18 до 65 лет, пишет The Daily Mail.

Ученые оценили восприятие, память и двигательные функции участников. Исследование показало: чем больше времени человек уделял Интернету и мобильному телефону, тем чаще у него случались «когнитивные сбои». К примеру, такие добровольцы забывали прийти на встречу, теряли нить разговора или не могли вспомнить, что искали. Правда, специалисты не знают, является ли данная связь причинно-следственной. Возможно, у участников, зависимых от Интернета и смартфонов, изначально были проблемы с вниманием.

Предыдущие исследования показали: людям, которые слишком часто пользуются смартфонами, сложно сосредоточиться на конкретных задачах. Также специалисты ранее выяснили, что современные технологии мешают нам думать самостоятельно. Ведь мы практически всегда ищем нужную информацию в Интернете.

● НА ЗДОРОВЬЕ

Курение связано с жировыми отложениями

МНОГИЕ курильщики не отказываются от вредной привычки, боясь набрать вес. Однако курение ведет к накоплению абдоминального жира, являющегося фактором риска развития диабета и сердечно-сосудистых заболеваний.

Это выяснили ученые из Университета Глазго. Они проанализировали данные 29 исследований с участием почти 150 000 человек.

Специалистов интересовало, как часто курили добровольцы. Также исследователи оценили вес и объем талии участников, пишет The Daily Mail. Ученые обнаружили генетическую вариацию, связанную с низким индексом массы тела у заядлых курильщиков. При этом объем талии у курильщиков оказался больше, чем у тех, кто не курил.

Так, в целом курильщики действительно весили меньше. Но

все жировые отложения у них скапливались в области живота. Поэтому риск диабета у них

в основном выше, чем у некурящих людей.

МедДейли.



● НАШИ ДЕТИ

Полезное чтение вслух

КАЖДОМУ ИЗ НАС, родителям, хочется, чтобы наши дети выросли хорошими и счастливыми людьми. Но не каждому родителю известно, что достичь этого можно очень простым способом: чтением книг для детей вслух.

Научные исследования подтверждают, что чтение детям вслух помогает установить контакт между детьми и взрослыми, обеспечивает необходимое эмоциональное развитие, обогащает словарный запас, развивает память и воображение ребёнка. Кроме того, чтение вслух совместно с детьми учит их думать, концентрировать внимание, способствует развитию самоуважения. Естественно, что регулярные совместные чтения родителей с детьми расширяют знания ребятинки, облегчают процесс учёбы, улучшают успеваемость в школе, помогают воспитанию моральных ценностей, а ещё, что немаловажно для современных детей, - отвлекают их от дол-

гого сидения у телевизора или за компьютером и нацеливают на получение новых знаний.

Уважаемые родители, если вы хотите, чтобы ваш ребёнок вырос целеустремлённой, развитой личностью, читайте ему ежедневно не менее двадцати минут в день. И вскоре вы увидите, какие замечательные результаты могут дать абсолютно незначительные ваши усилия.

Чтение вслух малышам стимулирует их умственное развитие.

Чтение вслух маленьким детям способствует познанию мира и себя самих.

Совместное чтение с подростками помогает справиться с проблемами подросткового периода.

Любовь к чтению не является врождённой. Приобщите своего ребёнка к этой любви, читая ему каждый день.

Для ребёнка чтение всегда должно ассоциироваться с радостью, а не со скукой и принуждением.

Хотите, чтобы ваш ребенок много и с удовольствием читал? Попробуйте регулярно читать малышу вслух считалки, детские стишкы с часто повторяющимися фразами, книжки с яркими иллюстрациями. Попробуйте использовать каждую свободную минутку для общения: разговаривать с малышом, отвечать на его вопросы о книгах и обо всём остальном.

Подберите и читайте книги, интересные ребёнку: про животных, про игрушки и динозавров, а также сказки, приключения.

Попробуйте записывать истории, которые ваш малыш будет вам рассказывать, а ещё лучше - сочинять их вместе с ним. Делайте самодельные маленькие книжки, авторами ко-

торых будете вы и ваш ребёнок.

Устраивайте своему ребёнку походы в цирк, театр, зоопарк, на развлекательные детские площадки. Обязательно обменивайтесь с ним своими впечатлениями.

Создайте в семье доброжелательную обстановку ко всем творческим начинаниям вашего ребенка, всегда имейте дома достаточно «материала» для чтения, и сами подавайте ребенку пример, читая книги, газеты, журналы.

Отвечая на вопросы малыша, делайте ссылку на прочитанное, чтобы показать ему, что книга - источник знаний.

Обязательно познакомьте малыша с библиотекой задолго до школы, берите его время от времени с собой в библиотеку, чтобы он видел огромное количество книг, мог брать их с полки



и рассматривать, выбрать несколько книг домой.

Дарите ребенку книги. Только так наши дети вырастут хорошими и счастливыми людьми.

Светлана МАСЛЕННИКОВА,
заведующая Центральной
детской библиотекой.