



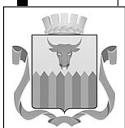
СЫНОВЬЯ РОССИИ

Истории мам
участников СВО

Стр. 5

№47 (1791)

22 ноября 2023 г.



Телефоны редакции: 32-01-71, 32-56-01 ■ E-mail: chitobozrenie@mail.ru ■ «ЧО» в Интернете: obozrenie-chita.ru

Археология как СМЫСЛ ЖИЗНИ

Михаил Васильевич Константинов — учёный, археолог, доктор исторических наук, заслуженный профессор ЗабГУ, академик Академии гуманитарных наук, заслуженный работник Высшей школы РФ, почётный гражданин города Читы, села Красный Чикой, Красночикойского района и Забайкальского края сегодня, 22 ноября, отмечает свой 75-летний юбилей.

А могло ли быть иначе?

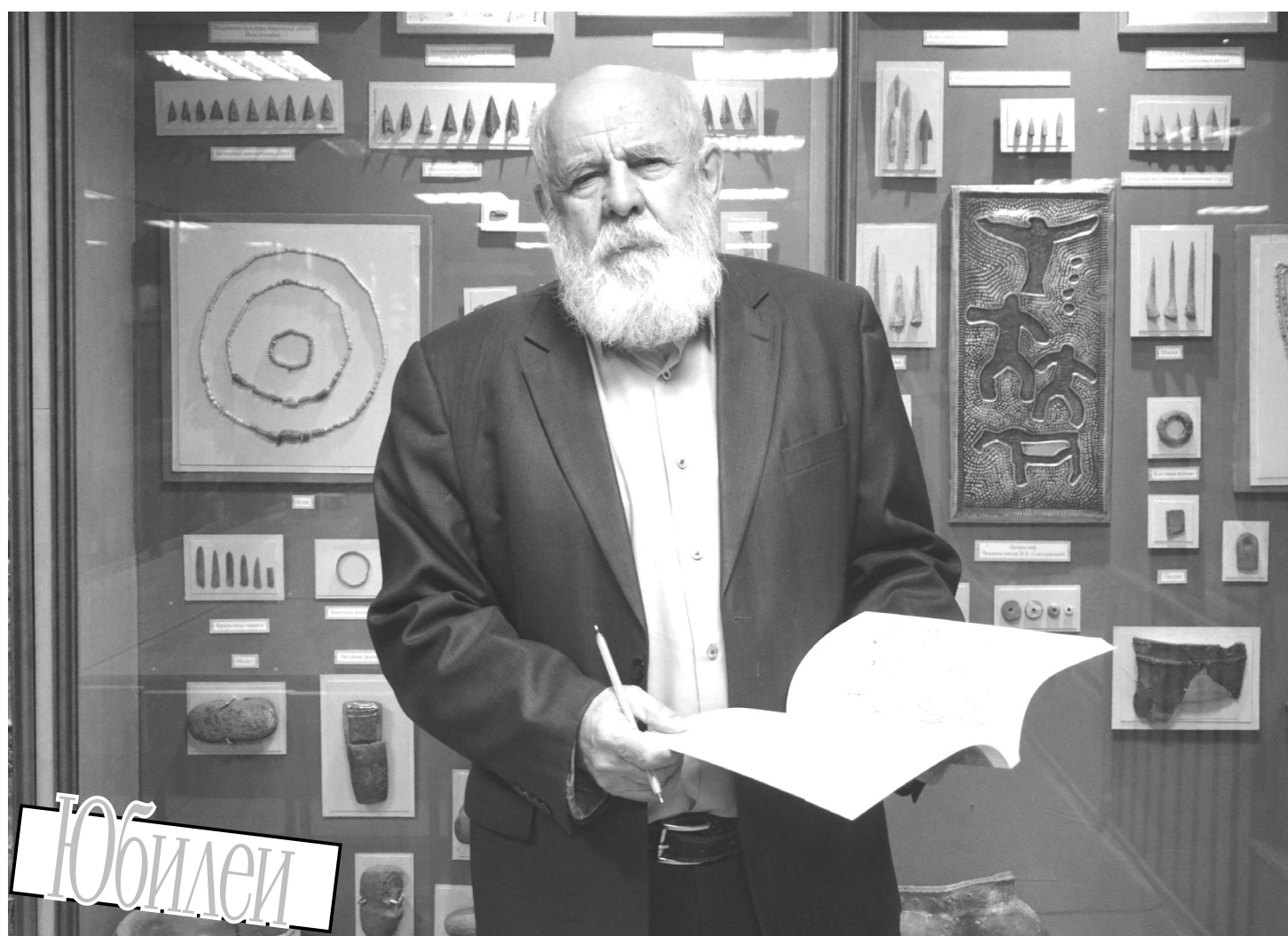
В стенах ЧПИ, затем ЗабГПИУ и ЗабГУ, начиная с 1969 года, Михаил Константинов прошёл путь от ассистента до профессора кафедры истории. В 1982–1987 годах — декан историко-филологического факультета, в 1992–2008 — проректор по научной работе. Талантливый преподаватель, мудрый наставник, за годы работы он подготовил немало студентов, семейных кандидатов наук, так же крепко влюблённых в историю и археологию, как и он сам.

А мог ли он стать врачом, спортсменом или, например, лётчиком? Конечно, мог, но любовь к познанию нового и неизведанного — черта, присущая всем представителям семьи Константиновых, направляла его по другой стезе.

Кажется, сама атмосфера, в которой рос Михаил Васильевич, подталкивала его к выбору будущей профессии, к занятию наукой. Родители — Вера Петровна и Василий Степанович — работали учителями истории в школе, при этом не было жёстких наставлений о том, что сын должен пойти по их стопам. Большинство родственников были учителями — географы, литераторы, русоведы.

— В своём выборе я был свободен. Особых вопросов и сомнений не возникло. В выпускном классе матушка спросила: «Ну, куда надумал поступать?» Я ответил: «На исторический факультет», на что мама одобрительно кивнула головой, — вспоминает Михаил Васильевич.

Ещё одним ориентиром и наставником для юного Михаила в старших классах стала учитель физкультуры читинской школы № 2 Эра Георги-



евна Глазунова. Она организовывала многодневные походы, которые занимали все каникулы — осенью, зимой, весной, летом. Ребята не просто двигались к определённой цели, а под руководством педагога собирали материалы по истории родного края, приобщались к основам полевой исследовательской жизни.

— Например, был маршрут от Нерчинска до Сретенска, маршрут по Петровск-Забайкальскому району, до села Малета, до посёлка Баляга. Однажды десять дней на байдарках плавали по Волге. Бывали в Крыму. Но в основном ходили, бродили по Забайкалью. В этих походах состоялось моё первое знакомство с археологией, правда, с краеведческим уклоном. Командой участвовали в слётах, соревнованиях. Всё это давало нам хорошую закалку, физическую и духовную, — вспоминает Михаил Васильевич.

Долгие годы после окончания шко-

лы ребята поддерживали связь со своим учителем физкультуры, встречались на её квартире, которую в шутку называли «штабом выпускников». К 80-летию Эры Георгиевны выпустили книгу под названием «Мы в такие шагалы дали...».

К слову сказать, Михаил был спортивным юношей и, кроме туризма, занимался баскетболом и настольным теннисом, в его голове даже мелькала дерзкая мысль поступить на спортивный факультет. Уже будучи студентом, всерьёз увлечённым археологией и историей, он не забросил спорт. Все четыре года играл за сборную института по баскетболу. За спортивными достижениями особо не гнался, хотя институтская команда в 1968 году стала чемпионом области по этому виду спорта. Дальше закипела экспедиционная жизнь, в которой пригодилась хорошая физическая подготовка и туристический опыт.

Первые шаги в археологии

В 1966 году Читинским археологическим отрядом студентов под руководством ещё молодого преподавателя, а впоследствии — доктора наук Игоря Ивановича Кириллова, на Титовской сопке было открыто поселение древнего человека, которому дали название «Сухотино-1». В составе отряда находился и первокурсник Константинов:

— Нашли его буквально 9 мая. Практически весь второй курс занимался обработкой материалов, найденных на этом месте, я подготовил доклад для участия в студенческой конференции в Новосибирске. Это была моя первая серьёзная экспедиция. Меня особенно привлекала возможность сочетания туризма, истории и археологии.

► Окончание на стр. 6

«Движение первых» объявило о старте акции «ЁЛКА ЖЕЛАНИЙ». Она продлится до 28 февраля 2024 года. Проект реализуется с 2018 года по всей России и объединяет тысячи людей, готовых творить добрые дела.

«ХОККЕЙ СО ЗВЁЗДАМИ» (6+), в который должны были сыграть спортсмены-любители с известными актёрами и музыкантами в Чите, перенесли на 2024 год. Его проведут во время Забайкальского международного кинофестиваля.

Более 4,4 ТЫСЯЧИ ИСКУССТВЕННЫХ СООРУЖЕНИЙ Забайкальской магистрали – мосты, тоннели, железнодорожные путепроводы, галереи, водопропускные трубы – прошли тщательную подготовку для работы в условиях зимы.

В Чите 9 декабря на базе Забайкальского государственного университета пройдёт отборочный региональный этап крупнейшего ХИМИЧЕСКОГО ТУРНИРА России. Тема юбилейного X турнира – «Химия и магия».

Сотрудники Читинской авиабазы готовятся к следующему ПОЖАРООПАСНОМУ СЕЗОНУ: проводится инвентаризация оборудования, техника ставится на консервацию, имущество размещается на складах, создаётся резерв средств индивидуальной защиты пожарных-парашютистов и пожарных-десантников.

Воспитанники спортивной школы олимпийского резерва №2 Забайкальского края достойно представили регион в Уссурийске на соревнованиях по фигурному катанию «Звёзды Дальнего Востока», завоевав СЕМЬ МЕДАЛЕЙ.

КУБОК ПО ПАНКРАТИОНУ, посвящённый памяти бывшего президента Федерации панкратиона Забайкалья Олега Сороканюка (6+), пройдёт в Чите с 25 по 26 ноября в физкультурно-оздоровительном комплексе «Университет» ЗабГУ.

На всех стойках аэропорта Читы для участников специальной военной операции теперь действует ПРИОРИТЕТНАЯ РЕГИСТРАЦИЯ. Об этом сообщил руководитель администрации губернатора Забайкалья Марат Мирхайдаров.

Рабочая группа «Россия-КНР» приняла решение о продлении КРУГЛОСУТОЧНОГО РЕЖИМА РАБОТЫ грузового направления на МАПП «Забайкальск» до 16 мая 2024 года. В таком режиме пункт пропуска работает с 15 мая этого года.

На базе Службы единого заказчика Забайкалья действует ЦЕНТР СБОРА ИНФОРМАЦИИ – водители и оперативные службы круглосуточно могут узнать о дорожной обстановке на региональных и межмуниципальных трассах. Телефон диспетчера: 8 (3022) 21-20-68.

СОГЛАШЕНИЕ О ПАРТНЁРСТВЕ между правительством Забайкальского края и Забайкальским госуниверситетом в рамках проекта «Оценка и развитие управленческих компетенций в российских образовательных организациях» было подписано 20 ноября. «В перспективе ЗабГУ откроет настоящую школу для подготовки управленцев разных уровней для разных сфер Забайкальского края», – сказала и. о. ректора Забайкальского государственного университета Оксана Мартыненко.

2

НОВОСТИ РЕГИОНА

www.obozrenie-chita.ru
«Читинское обозрение»
№47 (1791) // 22.11.2023

Газификация набирает обороты

Губернатор края Александр Осипов в рамках Международной выставки-форума «Россия» на ВДНХ в Москве дал интервью агентству «Интерфакс», в котором рассказал о специфике, отличительных чертах и успехах региона. В частности, он сообщил, что газовым и тепловым оборудованием в Забайкалье оснащено уже около тысячи домов.

Александр Осипов подробно рассказал о том, как проводится второй этап газификации региона. По данным на начало ноября, уже проложено 153 километра сетей газоснабжения:

– Сейчас идёт разработка документации по газоприемающим установкам, хранению, регазификации сжиженного природного газа (СПГ). Устанавливаем населению тепловое и газовое оборудование, оснащено порядка одной тысячи домов. Сейчас самое главное, чтобы концессионер справился с объёмом работы. Мы, как говорится, держим руку на пульсе, надеемся, что до конца 2024 года всё будет выполнено.

Всего на текущий год запланирована прокладка 230 километров сетей. Первый этап (118,6 километра сетей) уже завершён, ведутся работы по второму этапу. На 2023 год запланировано переоборудование 3787 домов. С этой целью заключено 1932 договора с гражданами.

В текущем году запланировано освоить 2 миллиарда 896,73 миллиона рублей, из которых 700,73 миллиона – субсидия на внутридомовое оборудование.

В 2023 году государственными инспекторами Россельхознадзора проведено почти два десятка выездных обследований МЕСТ СКЛАДИРОВАНИЯ И ПЕРЕРАБОТКИ ЛЕСОМАТЕРИАЛОВ в Забайкальском крае. В ходе контрольно-надзорных мероприятий установлены многочисленные нарушения федерального закона «О карантине растений». Больше всего их было зафиксировано на территориях Красночикойского, Петровск-Забайкальского и Агинского районов.

Кроме того, губернатор сообщил, что в рамках газификации Забайкалья поставки СПГ планируются из нескольких регионов России. Ранее говорилось о поставках из Приморья и от объектов Иркутской нефтяной компании. Ведётся проектирование отвода на Читу от газопровода.

– Необходимые на данном этапе решения по газификации, которую мы осуществляем с «Газпромом», приняты. Всё должно прийти к классической для любого региона схеме магистральных и газораспределительных сетей, газового хозяйства и всего остального, что необходимо для газификации как частного хозяйства, так и крупной энергетики. Документы отраслевого стратегического характера или уже разработаны, или разрабатываются. Всё идёт в плановом режиме, – сказал Александр Михайлович.

Он добавил, что опережающая газификация Читы в итоге должна влиться в общую систему. Для обеспечения газификации города планируется использовать прежде всего СПГ с построенного завода мощностью 40 тысяч тонн в год в ТОР «Надеждинский» во Владивостоке.

– Мы обсуждаем с «Газпромом» поставки с аналогичного завода на границе Забайкалья и Приамурья, а также просили заложить мощности на Забайкалье в Иркутской нефтяной компании. Рассчитываем на диверсифицированную систему. Газифицировать 40 % Дальнего Востока с запиткой от магистрального газопровода не получится, так как слишком далеко друг от друга населённые пункты, – подвёл итог Александр Осипов.

Денис ПРИХОДЬКО

По информации Забайкальского центра социально значимой информации

Спасибо вам за теплоту сердец!

Дорогие женщины! Милые мамы!

Искренне и сердечно поздравляем вас с чудесным, замечательным и очень светлым праздником – Днём матери! «Мама» – это первое слово, с которым ребёнок начинает осознанную жизнь. Для любого человека в мире нет человека ближе и роднее, чем мама. В этот день мы говорим нашим мамам самые тёплые слова благодарности за их безграничную доброту, заботу, самоотверженность, внимание и любовь. С самых первых дней тепло нежных материнских рук и любовь преданного сердца согревают и защищают нас, даря понимание и вселяя уверенность в собственных силах. Всё хорошее в детей закладывают именно они – добрые, мудрые и любящие. Желаем всем мамам Читы и Забайкалья – совсем молодым и тем, кто уже воспитывает внуков, всем женщинам, которые обрели материнское счастье, чтобы в их домах всегда царили счастье и радость, чтобы родные и близкие были всегда здоровы и счастливы, а все мечты и желания исполнялись! Пусть ваши дети дают вам как можно меньше поводов для тревог и как можно больше – для гордости. Счастья вам и любви!

Е.В. ЯРИЛОВ,

глава городского округа «Город Чита»

И.С. ЩЕГЛОВА,

руководитель администрации городского округа «Город Чита»

Фото с сайта: besedafilm.ru



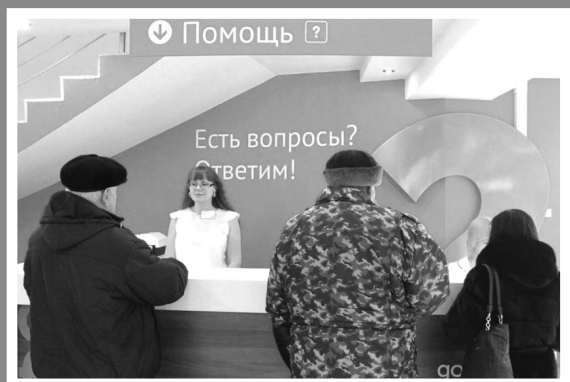
С днем Матери!

ЦИФРА НЕДЕЛИ 12

тысяч тонн гречихи собрали забайкальские аграрии по итогам уборочной кампании 2023 года. Это в два раза больше, чем в прошлом году. По словам замминистра сельского хозяйства региона Александра Тюкавкина, средняя урожайность этой культуры составила 11,4 центнера с гектара.

В прошлом номере газеты в данной рубрике была допущена ошибка. Вместо «174 тонны зерна» следует читать «174 тысячи тонн зерна».

КАДРЫ НЕДЕЛИ



Итоги деятельности МФЦ «Мои документы» подвели в Забайкальском крае – за девять месяцев сотрудники всех филиалов отработали 652 тысячи обращений. В крае действуют 26 филиалов МФЦ, 75 структурных подразделений и шесть центров услуг для бизнеса. По словам и. о. министра экономики края Жаргалмы Бадмажаповой, чаще всего забайкальцы обращаются за услугами Росреестра – продажа и покупка квартир, земельных участков. На втором месте услуги УМВД – оформление паспортов, а также Роскадастра и УФНС.



Летом 2023 года в Забайкалье объявили сбор книг для детей Донбасса. Сотрудники библиотеки Читы принимали книги в хорошем состоянии художественной, научно-публицистической и патриотической направленности. Груз из пятнадцати коробок с литературой доставили в Старобешевский район ДНР. «Книги по городской, поселковому и сельским библиотекам распределит Централизованная библиотечная система Старобешевского района», – говорится в публикации в телеграмм-канале администрации района.



Начальник Забайкальской железной дороги Владимир Антоненко поздравил редакцию дорожной газеты «Забайкальская магистраль» с 90-й годовщиной. Пройдя большой и насыщенный событиями путь, «дорожка», как называют газету её верные друзья, и сегодня остаётся для коллектива Забайкальской железной дороги главным источником актуальной, достоверной и оперативной информации, своеобразным дневником производственных будней и достижений. Желаем летописцам магистрали здоровья и творческих успехов!



Предпосылки для сотрудничества

Ещё одно туристическое направление, возможно, будет осваиваться читинцами в недалёком будущем. Это Хинганский аймак с его уникальными пейзажами и горячими источниками. А жители аймака, в свою очередь, заинтересуются нашим городом. Во всяком случае, все предпосылки для этого имеются.

Первым шагом на пути сотрудничества стала видеоконференция с участием сотрудников управления международных связей и туризма администрации города Читы и Канцелярии иностранных дел администрации Хинганского аймака КНР.

Как отметила начальник управления международных связей и туризма администрации столицы Забайкальского края Любовь Ожегова, у Читы накоплен солидный опыт международного сотрудничества, включая сферы науки и образования, патриотического воспитания, культуры и спорта. В сфере туризма серьёзное внимание уделяется цифровизации, доступности информации и адаптации туристических продуктов к иностранным языкам.

Начальник управления экономики городской администрации Лариса Андрусова подчеркнула, что Чита является административным центром с выгодным транспортно-географическим



положением, развитой инфраструктурой, богатыми природными ресурсами, промышленной и научной базой. Среди приоритетных направлений для инвестиций она назвала производство потребительских товаров и продуктов питания, строительных материалов, сферу ЖКХ и энергетики.

Затем участники рабочей онлайн-встречи обменялись информацией о своих городах.

Госпожа Сяо Цюйянь, секретарь партийной группы и начальник Канцелярии иностранных дел администрации Хинганского аймака, отметила, что аймак расположен в северо-восточной части автономного района Внутренняя Монголия. Он богат достопримечательностями, его пейзажи «волшебны и прекрасны». Особое значение уделяется городу-курорту Аршан с горячими источниками,

который ежегодно посещают миллионы туристов.

Также китайская коллега подчеркнула, что администрация Хинганского аймака придаёт важное значение сотрудничеству с Читой, благодаря чему «будут укрепляться взаимопонимание и дружба между жителями наших стран».

Завершилась встреча подписанием протокола о сотрудничестве, где среди основных положений указаны сферы трансграничного туризма, экономики и торговли, сельского хозяйства и животноводства, а также гуманитарного обмена.

Участники ВКС обменялись добрыми пожеланиями и выразили уверенность, что сотрудничество между Читой и Хинганским аймаком будет развиваться и крепнуть.

Оксана СИДОРЕНКО

АКЦИИ

Окопная ёлка

В преддверии Нового года жители города Читы имеют возможность поздравить участников специальной военной операции, помочь им в создании праздничной атмосферы.

Акция «Окопная ёлка» представляет собой централизованный сбор изготовленных самостоятельно подарочных наборов и отправку их забайкальцам — участникам СВО. Главным элементом подарка является небольшая по размеру, самостоятельно изготовленная искусственная ёлочка. Также в набор можно вложить открытку с поздравлением, небольшой полезный подарок (тёплые носки, перчатки и т.п.), оберег или маленькую (ударопрочную) ёлочную игрушку, герметично упакованную сладость и т.п. Подарочный набор складывается в небольшую коробку (в размерах обувной), обклеенную красивой цветной бумагой и перевязанную цветной лентой. Второй слой транспортировочной упаковки может представлять собой плотную бумагу или полиэтиленовую плёнку, укрепленные скотч-лентой. Для безопасной транспортировки набор предметов внутри коробки нужно проложить бумагой, ватой, мишурой или иными декоративными наполнителями.

Готовый подарок нужно принести в пункт приёма — любую городскую библиотеку — с 9.00 до 17.00 часов, кроме субботы. Обеденный перерыв: с 13.00 до 14.00 часов.

Срок проведения акции — до 15 декабря 2023 года.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Как не попасть в печальную статистику

Главное управление МЧС России по Забайкальскому краю информирует о том, что по состоянию на 15 ноября 2023 года на территории городского округа «Город Чита» произошло 1723 пожара, из них 223 — в жилом секторе, погибло десять человек, что на один случай больше, чем в предыдущем году. Травмы получили одиннадцать человек.

Как показывает статистика, ежегодно на территории городского округа «Город Чита» около 78 % от общего количества пожаров происходит в жилом секторе, то есть в среднем за день в домах и квартирах происходит один пожар.

Так, 12 ноября произошёл пожар в жилом доме № 43 на улице Забайкальского рабочего, в результате которого повреждено жилое строение общей площадью 72 квадратных метра.

С наступлением осенне-зимнего периода начина-



ется активное использование населением обогревателей и дровяных печей. Традиционно в данный период времени основное количество пожаров происходит в связи с неисправностью электрической проводки и её ветхостью, а также по причинам, связанным с неправильным устройством или эксплуатацией отопительных печей и дымоходов. Требованиями пожарной безопасности установлены определённые правила при устройстве и эксплуата-

ции электротехнических и теплогенерирующих устройств, соблюдение которых позволяет максимально обезопасить себя от риска возникновения пожара.

Напоминаем несколько основных правил по эксплуатации отопительных печей и электронагревательных приборов:

- при эксплуатации электрических устройств запрещается использовать неисправное электрооборудование, а также эксплуатиро-

вать электропровода и кабели с повреждённой или потерявшей защитные свойства изоляцией;

- запрещается применять нестандартные (самодельные) электронагревательные приборы;

- перед началом отопительного сезона печи и другие отопительные приборы должны быть проверены и отремонтированы;

- печи и другие отопительные приборы должны иметь установленные нормами противопожарные разделки (отступки) от горючих конструкций, а также без прогаров и повреждений предтопочный лист размером не менее 0,5 x 0,7 метров на полу;

- очищать дымоходы и печи от сажи необходимо перед началом, а также в течение всего отопительного сезона не реже: одного раза в три месяца для отопительных печей; одного раза в два месяца для печей и очагов непрерывного действия; одного раза в месяц для кухонных плит и других печей непрерывной (долговременной) топки;

- при эксплуатации печного отопления запрещает-

ся оставлять без присмотра топящиеся печи, а также поручать надзор за ними малолетним детям; располагать топливо, другие горючие вещества и материалы на предтопочном листе; применять для розжига печей бензин, керосин, дизельное топливо и другие горючие жидкости; топить углём, коксом, газом печи, не предназначенные для этих видов топлива; использовать вентиляционные и газовые каналы в качестве дымоходов; перекаливать печи;

- на чердаках все дымовые трубы и стены, в которых проходят дымовые каналы, должны быть оштукатурены и побелены;

- зола и шлак, выгребаемые из топок печей, в обязательном порядке проливаются водой и удаляются в специально отведённое для них безопасное место.

В СЛУЧАЕ ПОЖАРА ИЛИ ПОЯВЛЕНИЯ ДЫМА НЕМЕДЛЕННО СООБЩИТЕ В ПОЖАРНУЮ ОХРАНУ ПО НОМЕРАМ ТЕЛЕФОНА: 101, 112 адрес, место возникновения пожара, а также фамилию сообщавшего информацию.

Две законодательные инициативы главы Читы Евгения Ярилова рассмотрели депутаты профильного комитета под руководством Людмилы Агафоновой.

Историческая справедливость актуальна всегда

Стимул вспомнить трудовой подвиг земляков

Евгений Ярилов, как председатель Забайкальского регионального отделения общественного совета «Историческая память», предложил внести в Законодательное собрание региона проект закона Забайкальского края «О почётном звании Забайкальского края «Город (посёлок, село) трудовой славы» за трудовой вклад жителей населённого пункта в Великую Победу.

— Как известно, в 2021 году Чите было присвоено звание «Город трудовой доблести» — за трудовой подвиг во время Великой Отечественной войны не только тружеников областного центра, но и жителей других населённых пунктов Забайкалья — Балея, Холбона, Петровска-Забайкальского, Кокуя, Борзи и прочих. Поэтому Чита — как столица региона — просто обязана выступить с данной инициативой, чтобы и у других поселений края появилась возможность увековечить память о трудовом подвиге своих земляков во время Великой Отечественной войны путём присвоения городу или посёлку регионального звания «Город (посёлок) трудо-



вой славы». Сохранение исторической правды и исторической справедливости, как показывает практика, актуально во все времена, а в настоящее время — вдвойне», — сказал на заседании думского комитета сопредседатель оргкомитета по присвоению Чите звания «Город трудовой доблести» Евгений Ярилов.

Как пояснил Евгений Витальевич, «...механизм отбора на присвоение регионального почётного звания предлагается ана-

логичный федеральному, то есть на конкурсной основе. Конкурс побудит историков, краеведов и других хранителей исторической памяти обновить знания жителей населённого пункта-конкурсанта о трудовых подвигах односельчан во время той страшной войны, отыскать и увековечить утраченные исторические факты о том героическом времени, как это было при подготовке конкурсной документации, доказывающей право Читы на это высокое звание.

Наша памятная дата

Как мы сообщали, в прошлом году Чита представила в московском Музее Победы на Поклонной горе музейную экспозицию «Чита — центр Забайкальского фронта».

— Экспозиция языком фактов рассказала всей стране об исключительной роли Читы как центра управления целым рядом исторически значимых военных операций: о победе русского оружия на Халхин-Голе в 1939-м, умерившей захватнические аппетиты японских милитаристов; о защите восточных границ от возможного нападения милитаристской Японии в 1941–1945 годах; о Маньчжурской наступательной операции в августе 1945-го, поставившей точку во Второй мировой войне. Огромную роль в этих событиях сыграл Забайкальский военный округ, 15 сентября 1941 года преобразованный в Забайкальский фронт, — отметил тогда Евгений Ярилов.

Как дань уважения к доблести и мужеству предыдущих поколений забайкальцев, а также с целью сохранения исторической правды о воинской славе Забайкалья глава Читы предложил вый-ти с законодательной инициативой об установлении памятной даты «15 сентября — День воинской славы Забайкальского края, формирования Забайкальского фронта».

Депутаты комитета единогласно поддержали обе инициативы главы Читы Евгения Ярилова.

Несколькими днями спустя, в ходе заседания правления Ассоциации «Совет муниципальных образований Забайкальского края», его члены также высказали единодушное мнение о поддержке инициатив.

Отметим, что законодательные инициативы вызвали широкий резонанс среди наших земляков. Так, молодой учитель истории и обществознания средней школы № 11 политолог Сергей Юдин, высказавшийся в пользу инициатив главы города, считает, что они на самом деле претворяют в жизнь принципы справедливости и способствуют укреплению чувства патриотизма и гордости за наших земляков.

Далее вопросы будут рассмотрены на заседании Думы Читы.

ВСТРЕЧИ

«Открывайте для себя Читу»

О том, за что и благодаря кому Чита получила высокое звание «Город трудовой доблести», из уст главы города Евгения Ярилова узнали юные гости мероприятия, организованного по просьбе коллектива Центральной городской библиотеки имени Чехова.

В ходе встречи с молодёжью Евгений Витальевич презентовал свою книгу «Трудовая доблесть города Читы. 1939–1945 годы».

— Цель книги — рассказать читателю о том, как, за что и благодаря кому наш город получил это высокое звание. А само издание — результат работы и оргкомитета по присвоению городу звания, и общественного совета «Историческая память», и моих соратников — историков и краеведов Забайкалья, — подчеркнул Евгений Ярилов.

Юношам и девушкам было очень интересно напрямую пообщаться с главой города, поэтому презентация быстро превратилась в оживлённый диалог, в процессе которого многие из присутствующих по-новому



взглянули на, казалось бы, известные многим факты.

Почти час Евгений Витальевич отвечал на вопросы молодых людей, которых интересовало многое: и как шла работа над книгой, и трудно ли быть главой города, и какой будет Чита в будущем, и многое другое. Его ответы были чёткими и доход-

чивыми — сказывается многолетний опыт преподавателя.

— Изучайте, открывайте для себя богатейшую историю родного города. И тогда вы обязательно поймёте, что Чита — это лучший город на земле, и вам самим захочется внести свой вклад в его будущее, — обратился глава Читы к молодёжи.



Общественный совет по стратегическому планированию (ОССП) при главе городского округа разработал и передал в администрацию Читы

Методические рекомендации и проектные решения для формирования SWOT-анализа работы функциональных органов администрации.

SWOT-анализ станет основой для разработки Комплексного плана работы администрации городского округа на 2025–2029 годы наряду с предложениями Советов общественности города всех уровней.

Напомним: в разработке Комплексного плана на предстоящую пятилетку впервые примет участие Ассоциация советов общественности города Читы.

Заметим, что ранее ОССП разработал пакет предложений по корректировке «Стратегии социально-экономического развития городского округа «Город Чита» до 2030 года».

Основные положения предлагаемых корректировок согласованы администрацией города, одобрены депутатами и войдут в обновлённую Стратегию города.

К слову, все члены ОССП работают на общественных началах.



Быть матерью – огромное счастье и колоссальная ответственность. Быть мамой сына – ответственность вдвойне, особенно в тревожные для Отчизны времена.

В самые тяжёлые годы России неизменно спасали её сыновья, вставая на защиту своей Родины. А их мамы ждали и молились за них. *Вот участь! Вымолить, родить, / Взлелеять, выкормить собою, / И этим сыном оградить / Страну родную от разбоя.*

Вот и сегодня тысячи женщин носят гордое звание солдатских матерей, живут в постоянной тревоге за своих сыновей и верят в скорую Победу. К сожалению, в сердцах многих из них навеки поселилась неутихающая боль, ведь они уже никогда не дождутся своего ребёнка.

«Мама, ты меня ни о чём не спрашивай»

Жительница села Улёты Светлана Викторовна буквально на днях проводила своего сына Сергея в зону боевых действий. Поводом поведаться стал очередной плановый отпуск бойца.

Вот уже больше года Светлана Викторовна живёт в постоянной тревоге за сына-бойца, которого призвали на фронт в самом начале объявленной в прошлом году частичной мобилизации. Сержант, проходивший срочную службу в артиллерийских войсках, без колебаний принял для себя решение отправиться в зону боевых действий, несмотря на то, что дочке Николь шёл лишь четвёртый год, а сынишка Давид только что родился.

Тревога родных, призывной пункт в Песчанке, а до этого – проводы мобилизованных в сельском Доме культуры «Ингода», который возглавляет его мама. Располагающая обстановка сельских клубов, таких родных и уютных, для многих местных жителей обладает особым магнетизмом – самые важные события в жизни российской глубинки происходят именно в их стенах.

– Мы провожали отсюда ребят, и происходило это в по-настоящему домашней обстановке, – рассказывает Светлана Викторовна. – Мы с нашим активом даже завели свою традицию – на копии Знамени Победы, которая хранится в нашем межпоселенческом учреждении культуры, все мобилизованные ребята оставляли автографы. Серёжино имя там тоже есть. Мы задействуем это знамя во всех патриотических мероприятиях, и оно уже стало символом нашей надежды и веры в то, что наши ребята скоро вернутся с Победой. Душой мы с ними, с теми, которые защищают своих матерей, жён и детей, свою Родину.

Немало переживаний выпало на долю Светланы Викторовны и после того, как её сын в начале этого года получил в бою контузию, зато сколько радости испытали они оба от долгожданной встречи, когда Сергей, после того, как пролежал в госпитале, приехал на короткий срок на малую родину для восстановления здоровья.

Сама Светлана и по долгу службы, и по зову сердца оказывает посильную помощь, связанную с поддержкой участников СВО и членов их семей. В посёлке немало людей, занимающихся волонёрской деятельностью, в частности – собирающих гуманитарную помощь для отправки в зону боевых действий. Сколько раз по ту сторону «ленточки» Сергей встречал гуманитарные грузы с нес-



крываемой гордостью за своих земляков, у которых доброе сердце и широкая душа.

Привет с малой родины, тепло люд-

ских сердец и рук, заботливо собирающих посылку – всё это не может не найти отклика даже в сердце самого закалённого невзгодами мужчины. Сам он, по призна-

нию Светланы, ничего не рассказывает о своих эмоциях и переживаниях:

– «Мама, ты меня ни о чём не спрашивай», – говорит мне Серёжа. Но я вижу, что ему тяжело психологически, хотя расположение духа у него бодрое и настроен на победу железный.

Встречи, разлуки... День за днём проходит в ожидании заветного телефонного звонка, когда родной голос успокоит мать, скажет, что всё в порядке. Как признаётся мать бойца, отогнать от себя негативный настрой и дурные мысли, отвлечься опять же помогает работа. Патриотические мероприятия с молодёжью, встречи с женщинами, сыновья которых сейчас находятся «за ленточкой», нелёгкие разговоры с теми из них, у которых сыновья погибли.

– Конечно, очень трудно подобрать нужные слова, ведь что может быть сильнее материнских чувств? Никто из нас и подумать не мог, что наши сыновья будут воевать – так же, как вставали на защиту Отчизны наши отцы и деды. Но надо верить в хорошее и молиться за это. Нужно беречь свои семьи и верить в скорую победу. Для меня, например, надеждой и отрадой являются мои внуки и невестка. Мы все вместе ждём Серёжу и надеемся на лучшее. Очень помогает обращение к Господу, и молитва «Живый в помощи» для меня настоящее спасение. В канун Дня матери хотелось бы поздравить всех женщин, которые носят это гордое звание, а особенно обратиться к тем из них, чьи сыновья сейчас далеко и защищают интересы России. Конечно, особенно тяжело тем из них, кто уже потерял своих детей. Горько, обидно, просто сердце кровью обливается... Но нужно жить, нужно набраться терпения и смирения. Жить памятью о своих ребятах, гордостью за них, жить своими внуками и верой.

Предназначение На все времена

«Я очень скучаю...»

«Я очень скучаю. Когда мой папа вирнёца? Бабушка, мне жалко папу. Я скучаю. Мы следующим летом будем его навищать на магиле...», – пишет Марине Петровне из сельского поселения «Ленинское» Улётовского района её внучка-первоклассница Алиса из Краснодара, недавно освоившая алфавит. Трудно ей, несмышлёнышу, понять, что её папа уже не вернётся, что тот февральский бой, в котором он получил смертельное ранение, был для него последним.

В родном посёлке Саша стал первоклассником, там же окончил школу, после чего планировал пойти в армию. Однако по состоянию здоровья стать солдатом-срочником у него не получилось, хотя, по словам мамы, Саша с детства мечтал о военной карьере.

– Саша с детских лет увлекался «военными» играми, был подвижным и активным, умел повести за собой, – рассказывает Марина Петровна. – Когда началась специальная военная операция, он сразу заявил нам, что пойдёт добровольцем. Среди его знакомых многие так и поступили, встав на защиту своих семей, детей и родителей и осознанно приняли решение рисковать своим здоровьем и даже жизнью. И эти ребята, и их близкие понимали, что не все из них смогут вернуться к привычному образу жизни, а по большому счёту – во-



обще возвратиться из пекла боёв.

Вот и Александр, несмотря на показания по здоровью, твердил, что должен быть на передовой, что его обязанность – защищать страну, а вместе с ней – маленькую дочурку Алису. Настойчивость и упорство мужчины сыграли свою роль, и Александр вскоре оказался в зоне боевых действий. О его неугомонном характере, умении подставить плечо товарищу, мужестве и бесстрашии Марине Петровне рассказывали сослуживцы её сына. Уже после его гибели...

– Душевная боль от потери сына, мужа и отца навсегда останется с нами, – со слезами на глазах говорит мама бойца. – Нам с этим жить, но мы знаем, что наши дети – герои. Герои нашего времени. Саша погиб в расцвете своих сил и возможностей.

Нам, родителям, тяжело без его моральной и физической поддержки, но мы, зная своего сына, понимаем, что по-другому он поступить не мог. Да, сейчас нам нелегко объяснить нашей внучке, почему теперь у неё нет папы. Но пройдёт время, и она поймёт и осознает, какой след оставил её отец в истории освобождения Артёмовска.

Время... Оно лечит раны, помогает пережить горечь утрат, расставлет всё по своим местам. Неизменно одно – во все времена быть матерью – самое важное, священное и высокое, что может быть в жизни. С праздником вас, дорогие мамы!



Екатерина СКОРОХОД

Фото из архива героини статьи



► Окончание.
Начало на стр. 1

Первые масштабные и длительные раскопки состоялись в рамках археологической практики на левом берегу реки Онон, в районе села Чиндант. Экспедицией по изучению комплекса археологических памятников руководил знаменитый советский учёный, археолог, этнограф, историк Алексей Павлович Окладников.

Уже в студенческие годы Михаилу Васильевичу доверяли руководить экспедициями, он был старше своих подопечных всего на один курс. В первый раз это случилось вынужденно — преподаватель Игорь Кириллов уехал на летнюю заочную сессию, и ребята самостоятельно проводили раскопки в районе села Доронинское, на берегу реки Ингода.

Активная научная жизнь в полевых условиях продолжается и по сей день. Под руководством Михаила Константинова изучены археологические памятники от палеолита до этнографической современности, среди которых археологические комплексы Студёновский и Усть-Менза, древние поселения Куналей, Алтан, Приисковое, Шаман-Гора и многие другие. Им выделены палеолитические культуры — толбагинская и куналейская.

С 2005 по 2007 год экспедиция под началом Михаила Васильевича работала в таёжных районах Монголии. Перед археологами стояла сверхзадача — найти старинную торговую дорогу, которая от приграничного казачьего села Менза уходила в Монголию. Дорогу нашли.

Мастер славных дел

Много общественных и научных проектов воплощено в жизнь при непосредственном участии Михаила Васильевича. Например, в 2002 году он возглавил общественную организацию «Ассамблея народов Забайкалья». Инициатором идеи её создания выступил Влади-

мир Вагнер — руководитель «Союза немцев Забайкалья». Константинов стал одним из бессменных редакторов научного проекта «Энциклопедия Забайкалья», существовавшего с 1997 по 2018 год. Планировалось выпустить всего один том, в итоге вышло шестьдесят, только авторов — четыре с половиной тысячи человек. Кстати, в скором времени обещают возобновить реализацию проекта.

Отвечая на вопрос о самом значимом в своей жизни проекте, Михаил Васильевич вспоминает 1 сентября 1969 года. В тот день, уже будучи выпускником исторического факультета, он вернулся из экспедиции, а в родном институте ему сказали, что обещанное место ассистента кафедры истории уже занято. Тогда в дело вмешался увлечённый музейевед, проректор по научной работе института Борис Львович Лига. В то же самое время под началом Игоря Ивановича Кириллова студенты создавали первую экспозицию археологического музея, который в 1975 году, вместе с историко-филологическим факультетом, переехал в здание на улице Чкалова. На данный момент в музее представлена уже третья по счёту экспозиция, а за эти годы он стал настоящей гордостью истфака.

— Борис Львович сказал: «Поможешь в оформлении музея, а я решу вопрос с твоим трудоустройством». Первую экспозицию разместили в аудитории № 65 корпуса на улице Бабушкина, 125, там, где сейчас находится педагогический факультет. Борис Львович сдержал своё слово, и в конце сентября меня взяли на

работу ассистентом кафедры истории. Скажу честно, я на такой шанс даже и не рассчитывал, повезло. А так бы я пошёл работать в школу, опыта хватало. На первом курсе вёл баскетбольную секцию в школе, на втором — археологический кружок при Доме пионеров. На третьем и четвёртом курсе преподавал в третьей школе. Я был секретарём комсомольской организации с правом свободного посещения занятий и активно этим пользовался. Нагрузка в школе у меня была приличная. Даже когда в армии срочную служил один год, вёл уроки истории, потому что в сельской школе на хватало учителей, — рассказывает Михаил Константинов.

Иду своей дорогой

Много было разных предложений перейти на другую работу, в том числе руководящую. Например, Равиль Фаритович Гениатулин предлагал Константинову возглавить министерство образования и науки. Однако он всегда категорически отказывался от работы вне стен вуза. Ему слишком дорого дело, которым он занимается всю свою жизнь. Слишком многое его связывает с историческим факультетом. Например, воспоминания о том, как познакомился с будущей женой Татьяной Андреевной:

— Встретились в институте, на факультете. Романтично: я молодой преподаватель, она — студентка.

Почти всё свободное время тоже связано с делами факультета:

— Для меня очень важно организовать летнюю архео-

логическую экспедицию студентов. Каждый год всё это происходит как будто заново, как будто бы ничего раньше и не было, за исключением опыта. Добиться приказа по вузу, найти средства, организовать транспорт и закупку продуктов питания, других необходимых вещей. В прежние времена по три-четыре месяца мы проводили в экспедициях, на раскопках, всё лето, включая отпуск. Я так скажу: если хочешь всерьёз заниматься наукой, то со своим отпуском и личным временем не считаешься. И сейчас готовы так делать, но есть дефицит финансовых средств. Они ограничены, их хватает на месяц-полтора. Все свои путешествия и поездки я стараюсь совмещать с работой, и наоборот. Забот научных много, времени свободного мало. У вузовских преподавателей большая нагрузка.

Говорят коллеги

— Всегда социально и научно ориентирован, чётко чувствует пульс времени, живо откликается на все инициативы, востребованные временем. Стараются поддержать, продвинуть тех, кто стремится сделать что-то значимое для вуза или родного края. Всячески развивает научный потенциал Забайкалья. Контактный человек. Всегда чувствуешь, что он заинтересован в тебе как в человеке, собеседнике и коллеге. Так же относится и к своим студентам. Это качество в нём заложено природой и родителями, оно помогает ему в профессии. Часто выступал в качестве объединяющего на-

чала для историков и филологов. Для историков имя Константинова так же значимо, как для филологов имя Виктора Степановича Левашова, — рассказывает Валерия Сергеевна Андреева, доцент, кандидат педагогических наук, заведующая кафедрой литературы ЗабГУ.

— Для меня это учитель с большой буквы. Познакомились мы с ним в 1978 году, когда я сдавал вступительные экзамены. Успешно сдал, а потом началось сказочное, завораживающее погружение в археологию, в историю под руководством Михаила Васильевича. Глубоко тактичный и порядочный человек. Он делает добро людям совершенно бескорыстно. Учёный с мировым именем, известный далеко за пределами Забайкалья. Его студенты и выпускники разъехались по всей России, по многим странам, но они его помнят, навещают. Бывало, что из Белоруссии приезжали ребята, брали ящик тушёнки и сгущёнки и отправлялись в экспедицию с Михаилом Васильевичем, чтобы окунуться в ту волшебную атмосферу молодости. В его работе всегда всё чётко организовано и распланировано, — говорит Виктор Владимирович Кузнецов, доцент кафедры истории, кандидат исторических наук.

Коллектив «Читинского обозрения» присоединяется к поздравлениям и желает Михаилу Константинову крепкого здоровья, способных и благодарных студентов, а также научного и творческого потенциала!

Денис ПРИХОДЬКО

ЗАМЕТКИ ПО РЕЖИМНОЙ ТЕМЕ

Дело, ставшее судьбой

День ветерана уголовно-исполнительной системы отметили 16 ноября в УФСИН России по Забайкальскому краю. Торжественное мероприятие, концертную программу и церемонию вручения ведомственных наград провели в актовом зале Дома офицеров.

Открыл мероприятие временно исполняющий обязанности заместителя начальника УФСИН по Забайкальскому краю Сергей Беспечук. Он обратился к присутствующим со словами благодарности за многолетний труд, пожелал всем здоровья и благополучия. Сергей Владимирович также подчеркнул, что многие из сидящих в зале, находясь на заслуженном отдыхе, продолжают оказывать по-

мощь действующим сотрудникам.

В этот знаменательный день также состоялась церемония прибивки полотнища к древку и вручение флага Общероссийской общественной организации ветеранов уголовно-исполнительной системы. Это почётное право доверили генерал-майору внутренней службы в отставке Петру Андреевичу Филиппову.

На сегодняшний день в состав регионального отделения Общероссийской общественной организации ветеранов уголовно-исполнительной системы Забайкальского края входит более пятисот членов. Главным направлением деятельности организаций остаётся защита гражданских, социально-экономических и личных прав пенсионеров, постоянная забота о ветеранах.

Звание ветерана уголовно-исполнительной системы — достойное и почётное. Одноимённую медаль вручают сотрудникам, отслужившим в системе двадцать пять и более лет. Эти люди внесли огромный вклад в совершенствование и развитие пенитенциарной системы.

— Вы посвятили свою жизнь нелёгкому труду, защите интересов государства. Благодаря вашему неравнодушию и профессионализму решались сложные, казавшиеся иногда неразрешимыми, вопросы. Всего самого доброго и светлого вам и вашим семьям! — поздравил коллег председатель регионального отделения Общероссийской общественной организации ветеранов уголовно-исполнительной системы Забайкальского края Борис Голубев.

По окончании мероприятия от людей, пришедших на концерт, в адрес руководства УФСИН и организаторов звучали слова благодарности за внимание, возможность собраться, пообщаться с бывшими коллегами и созданное праздничное настроение.

Торжественные собрания в честь Дня ветерана УИС также провели в учреждениях УФСИН по Забайкальскому краю. Так, состоялась встреча сотрудников, проходящих службу в уголовно-исполнительной инспекции города Краснокаменска, с ветеранами, которые в разное время проходили службу в уголовно-исполнительной инспекции.

Руководство исправительной колонии № 1 города Нерчинска организовало для ветеранов праздничное чаепитие. Сотрудники группы кадров и работы с личным составом следственно-

го изолятора № 2 города Краснокаменска во главе с заместителем начальника учреждения Юрием Поздняковым посетили ветерана УИС Любовь Апполинарьевну Загородневу, поздравили её с праздником, пожелали крепкого здоровья и хорошего настроения. Сотрудники исправительной колонии № 5 города Читы организовали для ветеранов уголовно-исполнительной системы выезд в краеведческий музей.

Руководство и все действующие сотрудники УФСИН России по Забайкальскому краю от всего сердца поздравляют ветеранов ведомства, желают им и их семьям крепкого здоровья, боевого духа, душевного тепла и благополучия!

Денис ПРИХОДЬКО

По информации
пресс-службы УФСИН России
по Забайкальскому краю



О дружбе со здоровой пищей

Правильное питание необходимо каждому человеку, даже если он хорошо себя чувствует и не пытается сбросить лишние килограммы, ведь еда — это источник питательных веществ, необходимых организму для оптимального функционирования всех его органов. От нашего ежедневного рациона зависят и общее самочувствие, и внешность, и работоспособность. Это один из принципов здорового образа жизни.

О правильном питании рассказала Динара Ульданава — заместитель руководителя Управления Роспотребнадзора по Забайкальскому краю, заместитель главного государственного санитарного врача по Забайкальскому краю.

Не только ради похудения

В условиях гастрономического изобилия сложно отказаться от мучной, сладкой и жирной еды, она поджидает нас на каждом шагу. Задумываться о разнообразных диетах, голодании и разгрузочных днях мы начинаем, когда необходимо избавиться от лишнего веса или возникают проблемы со здоровьем. А между тем, соблюдая принципы правильного питания, можно обойтись и без таких крайних мер.

Человеческий организм получает почти все необходимые вещества через пищу и воду. Поэтому правильное питание должно быть разнообразным, включать в себя продукты из всех пищевых групп растительного и животного происхождения, витамины и полезные микроэлементы. Только в этом случае оно способствует сохранению здоровья, поддержанию хорошей физической формы и умственной работоспособности, повышает сопротивляемость организма к воздействию неблагоприятной экологической обстановки, увеличивает продолжительность жизни. Здоровое питание повышает иммунитет, помогает снизить риск развития неинфекционных заболеваний, связанных с пищевым фактором: ожирение, сахарный диабет, болезни сердечно-сосудистой и пищеварительной систем.

Во-вторых, питание должно быть сбалансированным, когда баланс белков, жиров и углеводов в ежедневном рационе соответствует формуле 1:1:4 — «Один белок, один жирок, четыре углевода». Доля белков должна обеспечивать от 10 до 15% общей калорийности рациона, жиров — от 15 до 30%, углеводов — от 55 до 75%. Соблюдение такого баланса позволяет не испыты-



вать постоянного чувства голода и слабости, обеспечивает организм достаточным количеством питательных веществ, сохраняет нужный уровень массы тела.

При окислении основных пищевых веществ в организме высвобождается энергия, выражаемая в килокалориях. Так, на каждые 1000 ккал должно приходиться 150 ккал — за счёт белков, 300 ккал — за счёт жира и 550 ккал — за счёт углеводов. При выборе индивидуального соотношения Б:Ж:У вклад в суточную калорийность обеспечат:

— 150 ккал: 4 ккал = 37,5 г белка;

— 300 ккал: 9 ккал = 33,3 г жира;

— 550 ккал: 4 ккал = 137,5 г углеводов.

Средняя суточная норма калорий для мужчин (в зависимости от возраста, образа жизни и состояния здоровья) составляет 2000–2400 ккал, для женщин — 1500–2000 ккал. Оптимальное соотношение долей пищевых веществ в калорийности рациона определяют индивидуально.

Не все жиры вредны

Все помнят рекомендацию врачей — ограничить потребление жирной и жареной пищи, а ещё лучше — совсем исключить её из своего рациона. Это позволит снизить уровень «плохого» холестерина в крови, послужит профилактикой ожирения, заболеваний сердца и сосудов. Однако совсем от жиров отказываться нельзя, поскольку они участвуют в обмене веществ, наравне с белками и углеводами. К тому же существуют правильные, или ненасыщенные жиры, которые благотворно влияют на состояние здоровья, контролируют уровень холестерина в крови, являются источником энергии для организма, стимулируют мозговую деятельность, укрепляют иммунитет, помогают регулировать массу тела.

Ненасыщенные жиры делятся на две группы: мононенасыщенные и полиненасыщенные. Мононенасыщенные

— омега-9 содержат олеиновую кислоту. Она нужна для борьбы с раковыми клетками и обмена веществ. Основные источники Омега-9 — оливковое масло, орехи, авокадо, рыба лососёвых пород.

Полиненасыщенные жиры содержат в кислотах омега-3 и омега-6. Они обеспечивают красоту, силу волос и ногтей, поддерживают пищеварительную систему. Правильные жиры содержатся в продуктах животного и растительного происхождения: мясе, рыбе, орехах, овощах и фруктах.

Единственная категория жиров, которые необходимо совсем исключить из рациона, это трансжиры. Для их получения растительные жиры нагревают до высоких температур и переводят в твёрдое состояние. Трансжиры содержатся в маргарине, низкокачественных кондитерских изделиях, фастфуде, чипсах, полуфабрикатах и прочей жирной пище. Если на этикетке товара написано: «Частично гидрогенизированные масла», то это и есть трансжиры. С возрастом такое питание может привести к серьёзным проблемам с памятью, концентрацией внимания и умственной деятельностью в целом.

Белки и углеводы

Белок (протеин) — это основной строительный материал для организма. Он необходим для поддержания мышечных объёмов, восстановления травмированных и замены отмерших тканей во всех органах (например, волос, ногтей и кожи). Белок необходим для производства красных телец крови и нормального функционирования ряда гормонов и иммунной системы.

Без достаточного количества белка организм не сможет поддерживать свою жизнедеятельность. Особенно это касается спортсменов. Ведь физические нагрузки усиливают естественный процесс распада и перестройки мышечной ткани, из-за чего увеличивается потребность

в «строительном материале» для мышечных клеток.

Белки также бывают животного и растительного происхождения, здесь баланс необходимо соблюдать 50 на 50. Основной источник белка — продукты животного происхождения: мясо нежирных видов (например, птицы), яйца, молочные продукты, рыба и морепродукты. Белковая пища особенно полезна для женского здоровья.

Необходимо избегать употреблений сладостей и кондитерских изделий, газированной воды, содержащих простые углеводы, они насыщают организм лишь на небольшой промежуток времени. Включите в рацион сложные углеводы (крупы, цельнозерновые продукты), белки (мясо, птица, рыба, яйца, молочная продукция) и полезные жиры (орехи, рыба, оливковое масло).

Сладкое можно заменить ягодами, фруктами, сухофруктами, они содержат сложные углеводы. Исключите частое употребление крепкого кофе, который способствует вымыванию кальция из костей и зубов.

Не забывайте о воде

Вода — важный питательный элемент для организма человека. Она обязательно должна присутствовать в нашем повседневном рационе. Её недостаточное потребление может вызвать тяжёлые последствия. Точный среднесуточный объём воды, необходимый человеку, колеблется от 1,5 до 3 литров в сутки (без учёта чая или кофе). Всё зависит от пола, возраста, состояния организма, характера работы и даже времени года. Существует универсальный принцип — пейте негазированную воду из расчёта 30 миллилитров на один килограмм веса.

Первым делом утром на голодный желудок необходимо выпивать стакан чистой, негазированной воды. Это поможет вашему организму «проснуться», появится аппетит.

Ещё несколько принципов

Сохранить хорошее самочувствие и работоспособность исключительно за счёт правильного питания не получится, необходимо соблюдать режим дня. Сон 7–8 часов, физические нагрузки с учётом состояния здоровья. Не обязательно бежать в спортивный зал и тягать штангу, достаточно ежедневно проходить не менее десяти тысяч шагов.

Сбалансированный рацион подразумевает баланс между употреблёнными и потраченными калориями. Не ленитесь рассчитывать калорийность своего рациона, это сложно только в первое время. Если калорий не хватает, то организм начинает выживать, сил на здоровое функционирование не хватает. Избыток может привести к набору лишнего веса и сопутствующим проблемам с сердцем, сосудами и другими органами.

Из-за стола необходимо вставать с чувством лёгкого голода, потому что чувство насыщения возникает минут через 20–30 после еды. Каждый приём пищи должен содержать овощи и фрукты.

Обязательно читайте состав и энергетическую ценность на этикетке продуктов питания. Это поможет правильно подсчитать употреблённые калории.

Не пропускайте завтрак, приучайте свой организм к этому. Многие торопятся, выпивают чашку кофе и идут на работу и только к обеду вспоминают, что ничего не ели. Принимать пищу необходимо не менее трёх, а ещё лучше — четырёх–пяти раз в день. Не пережайте.

Последний приём пищи должен быть за два–три часа до сна. На ужин не употребляйте тяжёлую и жирную пищу, которая долго переваривается. Жареные продукты лучше заменить на запечённые. Например, сырники можно не обжаривать на сковороде, а запечь в духовке. Мясо лучше заменить на рыбу или птицу.

Нормализация питания приводит к улучшению общего самочувствия. Сон станет крепче и спокойнее. А полноценный отдых — это залог крепкого здоровья. Чтобы усилить положительный эффект от правильного питания, старайтесь ложиться спать до полуночи.

Переход на правильное питание — это работа над собой, которая поначалу требует больших усилий, а затем становится привычкой.

Роспотребнадзор запустил сервис подбора программ здорового питания на портале zdorovoe-pitanie.rf. С его помощью каждый пользователь сможет составить для себя и своей семьи сбалансированный рацион.

Записал
Денис ПРИХОДЬКО
Фото автора

В Забайкальском крае несёт службу участковый уполномоченный отдела полиции «Ингодинский» УМВД России по городу Чите Евгения Днепровская. Благодаря стараниям и любви к своему делу старший лейтенант полиции одержала победу в региональном этапе Всероссийского конкурса «Народный участковый-2023».

Профессию участкового знает каждый человек ещё раннего детства, так как о ней снято немало фильмов и сериалов. Гражданам кажется, что народный полицейский знает всё и всех на своём участке, и это на самом деле так. Он готов в любой момент примчаться на помощь и оказать содействие.

Старшего лейтенанта полиции Евгению Днепровскую знают многие жители её административного участка, а это около десяти тысяч человек. Она известна как отзывчивый правоохранитель, который в любое время суток ответит на звонок и разрешит проблемы жителей. Уже давно страж порядка пользуется уважением коллег и граждан, но с чего же началась офицерская история женщины в погонах?

Следуя за мечтой детства, Евгения пришла служить в полицию пять лет назад, получив высшее образование в Чите. Примером стал отец, который больше двадцати лет прослужил в органах внутренних дел и наглядно показал дочери, как можно любить свою работу. В службу участковых уполномоченных девушка пришла, чтобы быть ближе к народу: общаться с людьми, выявлять нарушения и решать различного рода ситуации.

— Я считаю, — говорит Евгения, — что в службе участковых уполномоченных полиции должен трудиться человек, готовый посвятить себя работе. Я люблю порядок и справедливость. Для меня важно сделать всё возможное, чтобы не только на моём административном участке, но во всём крае люди

Поистине народный участковый

стали честнее и добрее. Сейчас на моём участке более-менее спокойно.

Почти весь обслуживаемый старшим лейтенантом полиции участок располагается в границах района, который ранее пользовался в Чите сомнительной репутацией. Когда-то здесь проживал дурной контингент: ранее судимые, состоящие на учёте, правонарушители, «трудные» подростки.

Разумеется, это не означает, что работы для участкового не осталось, граждане обращаются к Евгении с разными вопросами и проблемами.

— В первый год моей службы поступило телефонное сообщение об угрозе жизни человеку, — вспоминает участковый. — Я незамедлительно отправилась на адрес, где меня встретил потерпевший, который предложил подняться в квартиру. Я не сразу заметила, что входная дверь на магните, и закрыла её за собой.

Опросив заявителя, девушка уже собралась уходить, когда из соседней комнаты вышел неизвестный мужчина и стал спрашивать о причине визита участкового. Ответив на вопросы, сотрудник полиции попросила открыть ей дверь и выпустить её, однако мужчины отказались.

— На несколько секунд мною овладел страх, — признаётся Евгения Днепровская, — но, взяв себя в руки, я ещё раз обратилась к заявителю и начала звонить своему коллеге. В итоге граждане всё же нажали на кнопку магнитного замка и выпустили меня из квартиры.

Сотрудница признаётся, что этот опыт помогает ей на службе по сей день. Теперь девушка, заходя в помещение, осматривается, уточняет, кто,

помимо заявителя, находится в квартире.

В практике участковой Днепровской есть и другие примеры нестандартных ситуаций. Старший лейтенант вспоминает, как однажды пожилая жительница Читы позвонила ей и попросила спасти кота, который остался закрытым на балконе без еды. Балконная дверь оказалась слишком тяжёлой для пенсионерки и самостоятельно открыть её не получалось. Прибыв на место, Евгения не без усилий открыла дверь. Женщины была очень благодарна участковой.

Таких случаев Евгения может вспомнить немало, потому что её рабочее место — это улицы, дворы и квартиры граждан. Она регулярно проводит с жителями участка профилактические беседы, осуществляет приём граждан, выезжает на происшествия, владеет оперативной обстановкой на своей территории, потому люди и доверяют ей.

— Прийти вечером домой, приготовить вкусный ужин и посмотреть сериал не получается, потому что в любое время где-то может понадобится моя помощь, — говорит она.

Анна ХАЛЕЦКАЯ,
специалист по связям
с общественностью
пресс-службы УМВД
России по Забайкальскому краю



ЮБИЛЕИ

Депутат Законодательного собрания Забайкальского края Денис Лесков и заместитель главы администрации Железнодорожного района города Читы Олеся Ядрищенская поздравили Матрёну Артемьевну Портнягину, отметившую в ноябре столетний юбилей.

Гости вручили имениннице цветы и подарки, пожелали ей крепкого здоровья, всего самого доброго и светлого.

— Да, здоровье не помешает, — улыбнулась дочь хозяйки квартиры Лидия Павловна. — Годы берут своё, хотя все наши предки были долгожителями. Ещё триста лет назад их изгнали из центра России за раскол. Они бежали на окраину страны, в местечко Ветка — теперь это Белоруссия, а оттуда их под конвоем направили в Сибирь, за «Байкал-море», к реке Чикой.

Сила духа и большая работоспособность передались Матрёне Артемьевне от её отца — Артемия Филимоновича Маслова. В селе Кыра до сих

Из рода долгожителей

пор стоят дома, построенные им. Вместе с братьями возводил он дома и в селе Кулинда, которую дважды сжигали унгерновцы в годы гражданской войны. Именно в этой деревне ровно сто лет назад и родилась Матрёна Артемьевна — независимая, трудолюбивая, прямолинейная, хранящая верность своим убеждениям.

— Эти черты были присущи старообрядцам. Они заложены в ней на генном уровне, хотя икон старых она никогда не почитала, да и про веру в Бога в советское время не принято было говорить, — подчеркнула Лидия Павловна.

Среди семнадцати партизан, которых убили белогвардейцы в сентябре 1919 года, было шестеро их родственников, в том числе и два деда Матрёны Артемьевны — Филимон Семёнович Маслов и Митрофан Иванович Лазарев. В октябре текущего года в память об этих людях их родные установили на собственные средстваobelisk в пади Драничной, близ села Былыра Кыринского района.

Детство Матрёны Артемьевны выпало на очень трудное для страны время. Это при том, что земли в Кыринском районе малопригодны для растениеводства, нередко там и ранние заморозки, губительные для урожая. В те годы крестьяне занимались в основном скотоводством, охотой и рыбалкой. Отец был метким стрелком, добывал белку, шкурки продавал китайцам, чтобы прокормить многодетную семью. Ей же, как самой старшей из

детей, приходилось и траву косить, и на лошади скакать, и на ферме работать. Сестрёнки собирали в лесу ягоды и грибы и тоже продавали их китайцам, особенно ценившим черёмуху.

В начале Великой Отечественной войны Матрёну призвали служить в милицию. Она охраняла Госбанк в Чите. Спустя несколько лет познакомилась там с будущим мужем, Павлом Ивановичем Портнягиным, который тогда только что вернулся с фронта. Затем двадцать лет прослужила в изоляторе для временного содержания задержанных лиц.

Супруги Портнягины своими силами построили дом на улице Фрунзе, вырастили троих детей. Сейчас у Матрёны Артемьевны уже восемь внуков, одиннадцать правнуков и два праправнука. Она живёт вместе с младшей дочерью в светлой и уютной квартире в микрорайоне Победа.

— Я уже ничего не делаю — ноги-то не ходят! — посетовала Матрёна Артемьевна. — Даже буквы не вижу, — всплеснула она руками, принимая поздравительные открытки. — А всё-то живу!

От души желаем Вам, уважаемая Матрёна Артемьевна, хорошего здоровья, света в душе, радости!

Оксана СИДОРЕНКО





Ответы через слёзы

Рассказ дочитан. На глазах слёзы. Перелистываю страницу, чтобы начать новый. Воображение без особых усилий рисует картинку сюжета — не надо никакого кино. Это, несомненно, результат уникального таланта автора и жизненной правдивости историй, облачённых в художественное слово.

Произведения Елены Чубенко способны разбудить в душе читателя целую гамму эмоций, и чего в них точно нет, так это равнодушия. Тема же, затронутая в недавно опубликованных рассказах писателя, и вовсе не может не вызвать эмоций. В её новую книгу «Синие горы» (12+), увидевшую свет в издательстве «Вече», в серии «Сибиряда», вошли четыре рассказа на тему специальной военной операции.

Как говорит сама автор, новой эту книгу можно назвать лишь условно, поскольку в крупнейшем издательстве, охватывающем книжные магазины всей страны, впервые вышло это издание. Поэтому в него включены и те произведения, которые пользуются спросом в Забайкалье. Это и «Солнцем поцелованные», и «Унеси мои грехи», и привычная деревенская проза Елены Чубенко. Для забайкальского читателя новыми являются четыре рассказа на военную тематику, родившиеся у писателя как следствие донбасских событий.

Эта война, как, впрочем, и все другие, стала своеобразной лакмусовой бумажкой, с помощью которой можно увидеть истинное лицо людей, многих из которых эти события кардинально поменяли.

— Поразительно наблюдать, как в людях, даже совсем пропащих, под воздействием этих событий обнажаются глубинные русские корни, то лучшее, что давно и надёж-

но было спрятано, к примеру, на фоне алкоголизма, — рассуждает автор.

«Не зря небо коптил...»

Рассказ «Федькин фортель», как и все литературные вещи Елены Чубенко, основан на реальных событиях. Обыкновенный деревенский мужик, правда, служивший по молодости морпехом, ведёт привычный для себя уже много лет образ жизни — ничего неделание, бытовое пьянство и постоянная демонстрация покорной жене «кто в доме хозяин». Всё меняет встреча с сыном, воюющим на Украине и приехавшим домой в отпуск. Бывший сержант и отличник боевой подготовки, которого известный образ жизни превратил в старика, хотя ему всего чуть за пятьдесят, принимает решение ехать в зону боевых действий: «*Дети наши там. Вот где хвататься за сердце надо. А я-то чо, пожил уже. Но стрелять могу. /.../ А то так и пропью до смерти. Там может хоть одного фашиста придушу, а потом и на запчасти можно /.../. В военкомате всё решил, добровольцев набирают. В общем, выкинул фортель*».

«*Через две недели отец и сын, каждый под два метра ростом, садились в военно-транспортный самолёт утром, на рассвете. Сын с удовольствием заметил, что отец как будто распрямил свою вечно сгорбленную спину...*».

О последнем подвиге своего отца, о том, как он в одиночку забросал гранатами опорник ВСУшников и ценой своей жизни спас жизни молодых бойцов, его сын расскажет матери после похорон. Поведает и о последних словах Фёдора: «*Не зря небо коптил*». Расскажет и о том, что он остался одним мужчиной в семье — его брат-погодка погиб за два дня до отца.

Вот такая история о том, как под личиной деревенского пьянчуги скрывалось настоящее русское мужское сердце.



«*Два ордена Мужества, что вручили Татьяне на похоронах, лежали в коробочках. Они полыхали в закатных лучах на комоде живым багряным цветом. Огонь этих коробочек, казалось, жёг ей лицо. Горели щёки, уши. А в голове всё крутилось мужево: «Вот я выкинул фортель!»*».

«Я офицер, Нина...»

Как только война ни крутит людей, какие только потаённые стороны их душ не открывает... Ведь битвы идут не только на полях сражений, но и, говоря словами героя произведения Фёдора Достоевского, «в душах людей». Эту тему Елена Чубенко затрагивает в своём рассказе «Держи меня, брат, держи». Хорошо знакома Елена Ивановна с забайкальской семьёй, в которой уже много лет назад начались разногласия из-за того, что одна из дочерей вышла замуж за киевлянина, а вторая осталась в Забайкалье. Слож-

ная политическая обстановка обострила взаимоотношения, и семейные узы затрещали по швам. А потом сыновья сестёр, двоюродные братья, начали воевать по разные стороны баррикад. Поистине трагический сюжет, подсказанный самой жизнью.

Подлинная история легла и в основу сюжета рассказа «Штабной полотёр», герой которого, Георгий Буранов, работавший в прежние времена в военной части кадровиком, носивший погоны и ушедший на пенсию в звании подполковника, с началом военных событий принимает для себя решение уйти на фронт. Им движет желание доказать и самому себе, и женщине, которая не совсем верит в него, что он не зря носит погоны. Незадолго до своей гибели он звонит Нине и просит её прочитать стихотворение «Призовите меня на войну»: «*Ты всё поймёшь. Тут такое. Не имею я право ехать домой. Я офицер, Нина, — в голосе его снова слышались нотки, которых раньше она никогда не слышала*». Финал этой истории тоже трагичен — мужчина погибает как настоящий герой.

«Сила духа никуда не исчезла...»

«*Как по живому... Еле дочитала, не вижу текста из-за слёз*» — пишут в отзывах к

книге благодарные читатели. Действительно, невыносимо больно понимать и осознавать, сколько горя война приносит в семьи. И всё же хочется верить в лучшее, и этой светлой надеждой проникнут рассказ «Серёжка из-под парты», в котором повествуется о мальчишке из Донбасса, о том, как доброта и понимание его одноклассников и учителя помогла ему вновь вернуть веру в себя и понять, что существует жизнь без бомбёжек и выстрелов. Жизнь без страха.

Все эти невыдуманные, подсмотренные у жизни истории, облачённые в художественную форму, помогают нам понять, что самое страшное, что может быть в этой жизни, — война — всё же имеет некую очищающую силу.

— В русском народе эта сила воли и духа никуда не исчезла, а в трудный для страны период она опять проявилась. Я лично знаю людей, которые под воздействием вот этой ситуации стали абсолютно другими, — рассуждает Елена Ивановна.

Как признаётся писатель, она не сразу решилась знакомить читателя с рассказами на военную тематику — сомневалась, будут ли они востребованы. Оказалось, что сомнения были напрасными, и только за два дня на электронном ресурсе «Стакан молока» рассказы прочитали четырнадцать тысяч человек. Конечно же, масса отзывов, и все без исключения они добрые. Те, у кого нет возможности использовать электронные ресурсы или заказать книгу через интернет-магазин, теперь уже могут найти издание в библиотеке или в торговой сети «Генезис». Почитать и ответить себе на многие вопросы, ведь, как опять же написано в одном из отзывов к книге: «*Мы иногда слепы и не видим реальности происходящего. Шаблоны, навязанные нам, преломляют восприятие. Классика нашего периода. Спасибо Вам!*».

Ответы наверняка сами родятся в голове, поскольку это одно из предназначений настоящей литературы. Они придут через эмоции. Порой и не совсем радостные. Нередко — и через слёзы...

Екатерина СКОРОХОД

Фото автора

ОФИЦИАЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Департамент государственного имущества и земельных отношений Забайкальского края в соответствии с пунктом 1 статьи 39.18 Земельного кодекса Российской Федерации сообщает о приёме заявлений о намерении участвовать в аукционах на право заключения договоров аренды земельных участков на территории г. Читы, государственная собственность на которые не разграничена.

Сведения о земельном участке:

| № п/п | Местоположение земельного участка, кадастровый номер земельного участка | Площадь, кв. м | Вид разрешённого использования (цель предоставления) | Вид испрашиваемого права |
|-------|---|----------------|--|--------------------------|
| 1 | г. Чита, ул. Запрудная, 75:32:010203 | 1500 | Индивидуальное жилищное строительство | Собственность |

| | | | | |
|---|---|------|---------------------------------------|--------|
| 2 | г. Чита, ул. Застебинская, 75:32:040334:134 | 1494 | Индивидуальное жилищное строительство | Аренда |
| 3 | г. Чита, ул. Застебинская, 75:32:040334:11 | 1500 | Индивидуальное жилищное строительство | Аренда |
| 4 | г. Чита, ул. Берёзовая, 1к 75:32:040343:385 | 1190 | Индивидуальное жилищное строительство | Аренда |
| 5 | г. Чита, ул. Спортивная, 75:32:040332:41 | 1500 | Индивидуальное жилищное строительство | Аренда |
| 6 | г. Чита, ул. Застебинская, 75:32:040334:103 | 1499 | Индивидуальное жилищное строительство | Аренда |

Заявления установленной формы принимаются

в Департаменте государственного имущества и земельных отношений Забайкальского края по адресу: г. Чита, Амурская ул., 68 (вход с Профсоюзной ул.), 2-е окно, в рабочие дни с 14.00 до 17.00, среда, пятница — неприёмные дни; суббота, воскресенье — выходные дни. Заявление вправе подать только граждане.

Заявление подаётся заинтересованным гражданином лично либо через своего законного представителя. При этом к заявлению должна быть приложена копия документа, подтверждающего личность гражданина, а в случае обращения представителя — документа, подтверждающего полномочия представителя.

Дата начала приёма заявлений — 23 ноября 2023 года.

Дата окончания приёма заявлений — 22 декабря 2023 года.

Телефон для справок: 32-49-83.

Настоящее информационное сообщение размещено на сайте Департамента (<https://gosim/75/ru>).

КОНКУРСЫ

В традициях – наша сила



Состоялся первый этап конкурса «Буряад хубсахан», организованный РОО «Союз женщин Забайкальского края» совместно с Читинским дацаном «Дамба Брайбунлинг» и Забайкальской региональной общественной организацией бурят.

Развитие творческого потенциала женщин, нравственно-эстетическое воспитание молодёжи, популяризация традиционной бурятской одежды, повышение интереса наших земляков к процессу создания национального костюма, формирование усло-

вий для возрождения и сохранения культурных традиций предков, популяризация правил посещения дацанов, – вот основные цели этого мероприятия.

Участницами конкурса стали Лариса Аюрова, Лидия Николаевна Найданова, Светлана Дашидоржиевна Дашидоржиева, Цырегма Батуевна Баторова, Цыцыгма Санжиевна Батожаргалова, Удомбра Цырендоржийн, Светлана Намсараевна Сан.

Участники конкурса и представители регионального отделения «Союз женщин Забайкальского края», а также Забайкальской региональной общественной организации бурят собрались 19 ноября в Читинском дацане.

Члены жюри высоко оценили активное участие женщин в конкурсе «Буряад хубсахан», а также их стремление сохранить традиции своего народа и популяризовать носные традиционной одежды. Все участницы мероприятия были награждены ценными призами и подарками.

Второй этап конкурса состоится в период проведения праздника Белого месяца по лунному календарю. Оргкомитет конкурса «Буряад хубсахан» выражает огромную благодарность всем участникам и спонсорам в лице индивидуальных предпринимателей С. Б. Шагжиевой, Э. И. Сангина.

Оргкомитет конкурса

БЛАГОУСТРОЙСТВО

То ли ещё будет



Добрые вести от наших друзей из парка «Када», в котором 18 ноября появился прекрасный и уютный уголок. Вот что они рассказали.

Пространство, где можно отдохнуть, удобно расположившись на подвесных лавочках, приготовить блюда на мангале, сделать красивые фотокадры на память.

Мы вместе с командами «Комбинат добра» Даурия и «Зелёные Гачи» завершили проект и уже попробовали в деле нашу зону отдыха. Удовлетворение и восторг – вот чувства, которые мы испытали!

И вот что ещё. Хотите снять стресс? Покачайтесь на качелях. Считается, что этот процесс приносит огромную радость.

Мы очень надеемся, что это место станет одним из любимых для отдыха жителей нашего города, а также – что все будут его беречь и использовать исключительно по назначению.

Нашими партнёрами выступили Михаил Гурулёв (доставка материалов и готовых изделий), Владимир Иванченко и Дмитрий Ерощенко (сборка конструкций автокраном), Завод КАРАТ|Бетон|Блоки|Полистиролбетон (планировка территории и песчано-гравийная смесь), Константин Титов (услуги бурояма и установка столбов), ООО «Читавнештранс» (база для осуществления работ и хранение материалов), Забайкальский ботанический сад (скидка на саженцы деревьев), Степан Марочкин (приобретение ГСМ), фонд «Заповедное посольство», «Комбинат добра» (разработка социального проекта и реализация), Артём Муравьев (спецтехника) и, конечно же, наши многочисленные соседи. Всем огромное спасибо!

Этим проектом мы закрыли строительный сезон-2023. То ли ещё будет...

По материалам, предоставленным Игорем Цветковым

ВМЕСТЕ С НАШИМИ

Победа будет за нами!

В Чите сформирована очередная большая посылка в зону проведения специальной военной операции В её составе газовые плиты и баллоны, бензопилы и обогреватели, тёплая одежда и дизельные генераторы.

В формировании гуманитарного груза принимали участие председатель Законодательного собрания Забайкальского края Юрий Кон, первый заместитель предсе-

дателя Законодательного собрания Александр Сапожников, глава администрации Забайкальского района Александр Мочалов, предприниматели Забайкальского района нашего края: Виталий Мочеврода, Валерий Петров, Алексей Лысенко, Дарья Павлова. Администрация Ингодинского района выражает огромную благодарность за помощь в сборе гуманитарной помощи и всем жителям Забайкальского района.

Победа будет за нами!

Администрация Ингодинского района г. Читы

ТРУДОУСТРОЙСТВО

Приглашаем водителей

Администрация городского округа «Город Чита» приглашает во-



дителей автобусов категории «Д» для работы на муниципальных маршрутах регулярных перевозок. Официальное трудоустройство, гарантированные социальные выплаты, достойная заработная плата. В случае заинтересованности просим обращаться в комитет городского хозяйства по адресу: ул. Курнатовского, 46, каб. 36 с понедельника по четверг с 14:00 до 17:00 или по телефону: 32-46-18.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Телеграм-каналы о Чите



Уважаемые друзья! Делимся подборкой телеграм-каналов о Чите, читинцах и нашей с вами жизни. Список не окончательный и будет дополняться.

@adm_centra_raion Администрация Центрального района.

@gd_adm_chita Администрация Железнодорожного района.

@ingodraion Администрация Ингодинского района.

@adm_chern_chita Администрация Черновского района.

@dumachita Дума городского округа «Город Чита»/Глава города Читы

@kobrchita Комитет образования города Читы.

@Komitet_Kultury Комитет культуры города Читы.

@chita_sport75 Всё о спорте в Чите.

@udokan_chita Кинотеатр «Удокан».

@vodokanal75 АО «Водоканал-Чита».

@zabfolk20 Театр песни и танца «Забайкалье».

@zabuzory Театр национальных культур «Забайкальские узоры».

@chitobozrenie Городская газета «Читинское Обозрение».

@school11chita Средняя школа № 11.

@schoolChita Средняя школа № 2.

@chita_ksk Канал читинского КСК.

@chita_facts Факты о Чите.

Напоминаем также, что у руководителя администрации города Читы Инны Шегловой есть свой телеграм-канал. Он предназначен для оперативного информирования читинцев и гостей города об изменениях, развитии и благоустройстве краевого центра. Есть чат для обратной связи. Подписывайтесь.

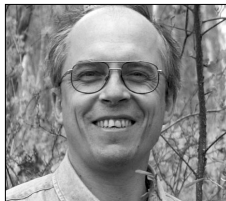
@shcheglovais



ГОВОРИТЕ
ПО-РУССКИ!

Совместный
проект «ЧО»
и кафедры
русского языка и ме-
тодики его препода-
вания историко-филологического
факультета Забайкальского
государственного университета

ЧАСТЬ 2



Олег
КОРСУН
Кандидат
биологических
наук

Уже на заре человечества, когда в нём только начинало формироваться чувство прекрасного, одним из олицетворений его были разноцветные кристаллы с чарующим блеском и удивительно правильными формами, отображающими симметрию окружающего мира.

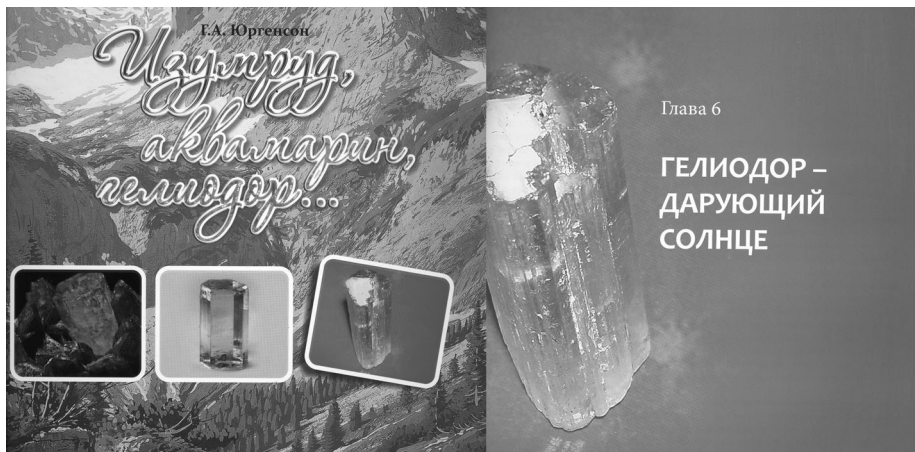
Г.А. ЮРГЕНСОН

Не так уж часто у нас в Забайкалье появляются новые книги, которые можно считать настоящей энциклопедией знаний, грамотным и при этом доступно и интересно написанным источником сведений об окружающем мире.

Конечно, у нас есть своя золотая библиотека, свой фонд изданий, которые стали вехами в познании и описании природы и общества. Эта цепочка книг протянулась от Даниила Готлиба Мессершмидта и Петра Симона Палласа до «Энциклопедии Забайкалья» — выдающегося по своему качеству проекта, который позволил издать уникальные в масштабах региона энциклопедии и справочники. И который, увы, несколько лет назад был удушен в тисках безденежья и равнодушия.

Поэтому особенно радует выход в свет книги, уровень которой способен выдержать редкое столичное издание. Здесь же автор — забайкалец, известный учёный, профессор и Почётный разведчик недр РФ Георгий Александрович Юргенсон. Увесистая книга альбомного формата называется без особых изысков — «Изумруд, аквамарин, гелиодор...». И вряд ли

Дарующий солнце



вы найдёте другую подобную книгу, в которой так же удачно были бы совмещены научность и доступность. Неслучайно творец книги известен как автор не только серьёзных монографий, но и нескольких научно-популярных книг и даже приключенческой повести. Поэтому в нужный момент он умеет отойти от строгого описания строения кристаллов драгоценных камней к живому изложению того, как с ними была связана жизнь самых разных людей — от царицы Клеопатры до испанских конкистадоров, от безвестных забайкальских рудокопов до знаменитого академика Ферсмана.

При многочисленных достоинствах книги мне бы хотелось остановиться на двух из них. Во-первых, книга замечательно иллюстрирована. Сотни цветных фотографий наполняют страницы издания. На этих иллюстрациях вы найдёте поистине неповторимые образцы самоцветов — уникальные и по своей красоте, и с геологической точки зрения.

Другое достоинство книги в том, что она удачно совмещает широту

общепланетного подхода с пристрастием к забайкальским геологическим уникам. Автор — эрудит, который с одинаковым успехом может рассказать вам об изумрудных копиях Африки и Афганистана, об аквамаринах Бразилии и гелиодорах Урала. Но значительная часть книги посвящена драгоценным камням Забайкалья. Ведь наш регион издавна славился самоцветами. Знаете ли вы, что в конце XVIII века здесь был добыт кристалл драгоценного аквамарина массой 82 килограмма? Автор знает, как знает и множество других замечательных фактов, а также событий, участником которых зачастую был он сам. И теперь он делится этим знанием с заинтересованным читателем, который, без сомнения, отыщется даже в наше непростое время.

А если же вы сами захотите иметь такое уникальное издание в библиотеке, обращайтесь к автору — 88-летний учёный по-прежнему трудится в своей лаборатории в Институте природных ресурсов, экологии и криологии СО РАН.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

Летняя Олимпиада прошла... зимой

22 ноября 1956 года официально открылись XVI Олимпийские Игры, продолжавшиеся до 8 декабря. Причём это были летние игры. Дело в том, что впервые Олимпиада проходила в Австралии и, соответственно, впервые в южном полушарии, где в это время года тепло.

Вообще эти Игры во многом были необычными. В силу особенностей австралийских правил завоза на континент животных соревнования по конному спорту провели в Швеции (в Стокгольме) с 10 по 17 июня. Это был первый и единственный раз в истории Олимпиад, когда Игры проходили не просто в разных странах, а на разных континентах и в разные времена года. Интересно, что церемония открытия проходила не в столице Австралии Канберре и не в самом крупном городе этой страны Сиднее, а в бывшей столице Мельбурне. Открывал Игры не премьер-министр Австралии, а герцог Эдинбургский Филипп, муж британской королевы Елизаветы II.

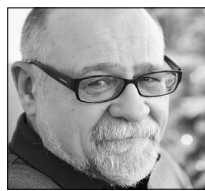
Были и другие особенности, прежде всего политического характера. Так, команды ФРГ и ГДР выступали единой сборной (вместо гимна страны при победах их спортсменов звучала «Ода радости» Людвиг ван Бетховена). Испания, Нидерланды и Швейцария бойкотировали эти Игры в знак протеста против подавления контрреволюци-

онного выступления в Венгрии. Кстати, полуфинальный матч по водному поло между командами СССР и Венгрии не был доигран из-за массовой драки игроков. Египет, Ливия и Ирак также бойкотировали Игры в Австралии из-за кризиса вокруг Суэцкого канала, который был национализирован Египтом, что вызвало войну против этой страны Великобритании, Франции и Израиля. К демаршу присоединился и Китай, недовольный участием в Играх команды Тайваня.

Тем не менее команды 67 стран приняли участие в этих Играх. Их представляли 3184 спортсмена (2813 мужчин и 371 женщина). Был разыгран 151 комплект наград в 17 видах спорта. Команда Советского Союза добиралась до Австралии 21 день.

Первое место в неофициальном медальном зачёте завоевала команда Советского Союза — для неё это были вторые Игры, в которых она участвовала (первыми были Игры 1952 года в Хельсинки). Наша команда завоевала 98 медалей (37 золотых, 29 серебряных и 32 бронзовых). Это был блестящий результат. На втором месте была команда США, на третьем — Австралии. Особенно отличились на этих Играх легендарная советская гимнастка Лариса Латынина и гимнаст Виктор Чукаркин. У обоих это были первые Игры, потом они станут победителями на следующих (Латынина — в 1960-м и 1964-м, а Чукаркин — в 1964-м). Виктор Чукаркин вообще был легендой советского спорта. В годы Великой Отечественной

Александр
БАРИНОВ
краевед, кандидат
исторических наук



войны он, будучи раненым, попал в плен, прошёл через семнадцать концлагерей, включая Бухенвальд, и чудом выжил. Вернулся в спорт и стал олимпийским победителем.

Яркой и символической стала церемония закрытия Игр. Опять же впервые спортсмены приветствовали зрителей без разделения на сборные своих стран, а как единая команда. Идею подал молодой зритель Мельбурна Джон Ван Янг, написавший письмо в Международный Олимпийский комитет. «На церемонии закрытия будет одна нация, — писал он. — Война и политика будут забыты. Игры вправду докажут, что главное — не победа, а участие».

В тот год спортсмены из Забайкалья не участвовали в Олимпийских Играх, но внимательно следили за их ходом. Стоит сказать, что в 1950-е годы лучшими в Сибири и на Дальнем Востоке был штангисты из Читинской области. На I Спартакиаде народов РСФСР в 1956 году читинская команда тяжелоатлетов заняла шестое место. А в 1955 году в Агинском, а затем и в Дульдургинском и Могойтуйском районах впервые прошли соревнования по стрельбе из лука по бурятским правилам и бурятской национальной борьбе бухэ барилдаан. В 1956-м в Читинской области было создано добровольное сельское спортивное общество «Урожай». В том же году в Чите прошли первые соревнования по хоккею с шайбой. Всё больше забайкальцев начинали заниматься спортом.

Неожиданные родственники

Наша подборка из десяти слов, обнаруживающих неочевидное этимологическое родство, продолжается. Бык и пчела, шмель и комар, олень и лось — родственники?

Пчела и бык. Слова «бык» и «пчела», казалось бы, не имеют ничего общего даже в звуковой оболочке, не говоря о значении. Однако они этимологически родственны. Когда-то эти слова были однокоренными. В произведениях древнерусской литературы слово «пчела» имело написание «бъчела». Согласный «б» впоследствии «приспособился» к последующему согласному, претерпев оглушение. Чередование гласных «ъ/ы» объясняется происхождением обоих звуков из одного индоевропейского звука *u*. А чередование «к/ч» чрезвычайно широко распространено и в современном русском языке: см. «печь — пеку». Если ещё вспомнить сохранившийся в диалектах глагол «бучать» (в значении «гудеть, жужжать»), этимологически родственными словам «пчела», «букашка» и «бык», то становится ясно, каково было общее значение этих слов — «издающий определённые звуки». По предположениям учёных, все три слова имели один и тот же корень — «буч», то есть мы наблюдаем чередование звуков в корнях «бык/«бук/«бъч». И хотя сегодня никому не придёт в голову назвать быка, пчелу и букашку словами-родственниками, с точки зрения происхождения это так и есть.

Шмель и комар. Вот вам ещё одна неожиданная пара родственников. Слово «комар» восходит к той же основе, что и шмель. Соответствия находим и в других языках: в литовском — *kamine* («пчела»), в латышском — *kaņane* («пчела»), в древнепрусском — *kaņene* («шмель») и т.п. Учёные утверждают даже, что оба слова являются перегласовками по отношению друг к другу: древнейшее **čьмель* («чмель») и «комар» образованы от одной основы. Вероятно, происхождение тоже связано с «жужжанием» — сходством издаваемых в полете звуков.

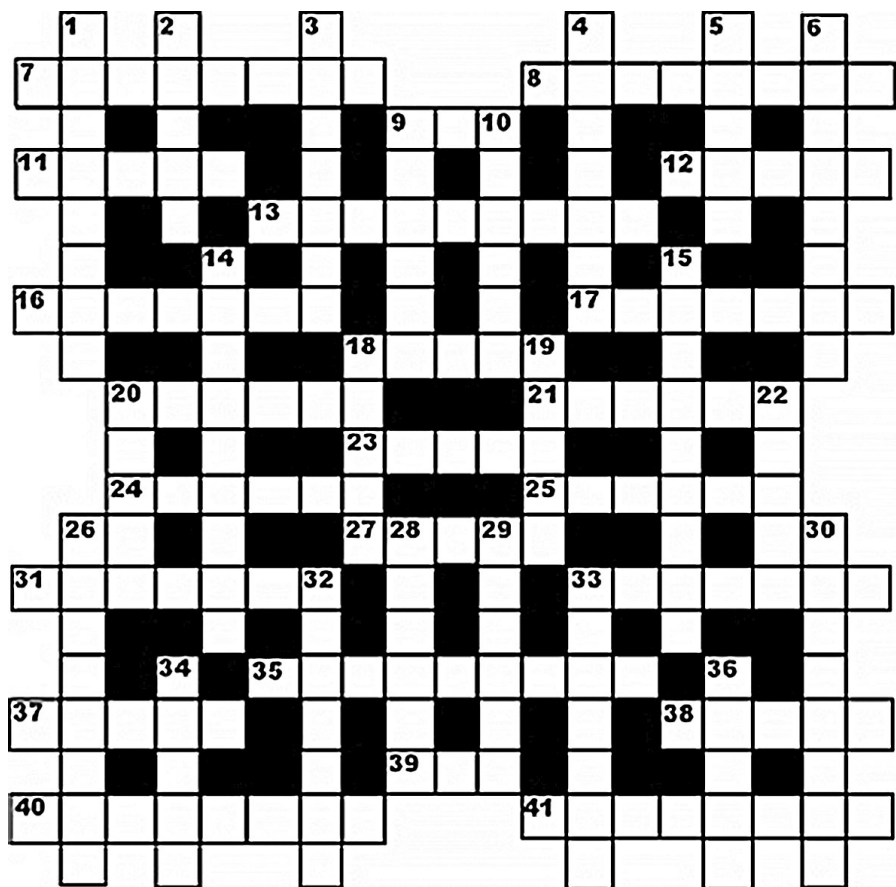
Олень и лось. Учёные немало потрудились, чтобы установить, что «лось», «лань» и «олень» — очень близкие друг к другу слова. Все они — «потомки» древнейшего **олсь*, «олнь». Древнейшим значением было тут, по-видимому, «светло-бурый, рыжий зверь».

Урок и речь. Слово «урок» — это производное от **urekti* («сказать»). Исторически «у» здесь — это приставка. А в корне «рок» наблюдается сразу два чередования. Первое — «о/е»: «урок» — «реку» («говорю»); второе — «к/ч»: «реку» — «речь». Слово же «речь» образовано от бесприставочного **rekti* («говорить»). В общем, уже понятно, что сходство не является случайным.

Ладонь и долина. Помните устаревшее «длань», которое встречалось в стихотворных текстах XIX века? Это неполногласный вариант слова «долонь». Именно так когда-то называлась ладонь. Общеславянское **dolnъ* образовано от той же основы, что и слова «дол» («низ») и «долина». Долина — это впадина, низменность, то есть что-то, расположенное внизу. А буквальное исходное значение слова «ладонь» — «нижняя сторона» (кисти руки).

Ребёнок и раб. В XII веке слово «ребёнок» имело форму *робёнок* и являлось уменьшительным от *робя*, восходившего к **orbę*. От однокоренного **orbę* образовано и слово «раб», изначально имевшее смысл «ребёнок-сирота», далее — «подневольный работник», наконец — знакомое нам «лишённый всех прав и являющийся полной собственностью владельца».

Юлия ШУРИНА,
кандидат филологических наук,
заведующий кафедрой русского языка
и методики его преподавания ЗабГУ



Кроссворд «Капризная природа»

Автор: Геннадий Прохоров, г. Чита

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

7. Ветер на Байкале. 8. Подземный ключ. 9. Геометрическая фигура. 11. От ворот поворот. 12. Невысокое плоскогорье. 13. Пещерная сосулька. 16. Оранжево-жёлтый пигмент в моркови. 17. Сорт вишни. 18. Садовый цветок. 20. Задорная русская пляска. 21. У военных – доклад с отданием чести. 23. Район на монгольский лад. 24. Глубокая речная долина с крутыми склонами. 25. У римлян – богиня плодородия. 27. Непрозрачный воздух. 31. Нелицевая сторона ткани. 33. Плод «аллигаторова груша». 35. Разлив реки от сезонных дождей. 37. Район обитания животных, растений. 38. «Песнь» живота с диафрагмой. 39. Длиннохвостый попугай. 40. Воронкообразное устье реки, расширяющееся в сторону моря. 41. Топкое место.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Двугорбый верблюд. 2. Пятнистая хищная кошка. 3. Табачный наркотик. 4. Съедобный моллюск в раковине. 5. Полезное насекомое. 6. Холодный ветер на юге Франции. 9. Зарастающее болото. 10. Спортсмен на ринге. 14. Место в реке с бурным течением. 15. Вихревое движение воды в реке, опасное для купания. 18. Растение «Медвежья лапа». 19. Лассо. 20. Дятел с зазубренным клювом. 22. Зелёный покров земли. 26. Очень мелкий дождь. 28. Брюхо, чрево. 29. Богиня утренней зари. 30. Офицер для поручений, состоящий при командире. 32. Отсутствие обоняния. 33. Англия в античные времена. 34. Знойный сухой ветер в пустыне, песчаный ураган. 36. Дерево с ценной древесиной, дающее камедь.

Ответы на кроссворд:

По горизонтали: 7. Ветер, 8. Ключ, 9. Квадрат, 11. Поворот, 12. Плато, 13. Сосулька, 16. Каротин, 17. Вишня, 18. Роза, 20. Танец, 21. Доклад, 23. Монголия, 24. Долина, 25. Церера, 27. Смог, 31. Лицевая сторона, 33. Груша, 35. Паводок, 37. Район, 38. Песня, 39. Попугай, 40. Устье, 41. Болото.
По вертикали: 1. Верблюд, 2. Кошка, 3. Наркотик, 4. Моллюск, 5. Насекомое, 6. Ветер, 9. Болото, 10. Спортсмен, 14. Место, 15. Движение, 18. Растение, 19. Лассо, 20. Дятел, 22. Покрытие, 26. Дождь, 28. Чрево, 29. Богиня, 30. Офицер, 32. Отсутствие, 33. Англия, 34. Ветер, 36. Дерево.

НИТОЧКА СВЯЗИ

В гостях у бабы Вали

В начале ноября в художественном музее состоялся праздник под названием «Вечер искусства», посвящённый Дню независимости 4 ноября, указ о праздновании которого был подписан нашим президентом.

Идейным вдохновителем и организатором этого праздника была Валентина Николаевна Сазонова. Её творческий потенциал никогда не кончается, а только усиливается, и на таких мероприятиях она всегда полна энергии. Недаром же все участники праздников — и взрослые, и дети — называют её мероприятия «В гостях у бабы Вали». Без детей, конечно, никуда. Дети, особенно младших классов, — это для Валентины Николаевны «золотой фонд». Они активно участвуют во всех мероприятиях.

Вечер открыла Валентина Николаевна, нарядная и с огоньком в глазах, которая кратко рассказала историю праздника и поздравила всех присутствующих. После началось выступление детей — они так здорово пели и танцевали, что диву даёшься!

Всех впечатлил и хор старшего поколения из Агинского, участники которого пели на родном бурятском языке. Не обошлось и без чаепития — гости пробовали традиционный бурятский чай с молоком. Не оставило никого равнодушным и выступление хора «Надежда» под руководством В.П. Кузнецовой. Как приятно было послушать советские песни, в том числе и в исполнении самого руководителя хора.

Прозвучали стихи в исполнении актрисы драмтеатра Екатерины Рябовой и поэта Михаила Шапира, спевшего несколько песен, под одну из которых гости станцевали вальс. Очень понравились танцы группы «Болеро», где танцоры все уже серебряного возраста.

Зрители остались очень довольны выступлениями артистов, а дети порадовались сладким подаркам. Благодаря стараниям Валентины Николаевны приглашённые волонтеры угостили всех горячим чаем со сладостями. На втором же этаже стояла бурятская юрта, где играли дети. Там проводились мастер-классы по изготовлению кукол, рисованию и другие.

В конце мероприятия гости весело, взявшись за руки, водили хоровод, играли в ручеек. Поверьте, было очень весело!

Хочется поблагодарить всех организаторов, волонтеров и особенно Валентину Николаевну Сазонову за творческий подход и неиссякаемую энергию. Всем большое спасибо! Поздравляю всех мам с приближающимся Днём матери, желаю всем крепкого здоровья, благополучия и мирного неба!

С уважением, пенсионерка и ветеран труда

Галина ХАФИЗОВА,

член клуба «Любовь к жизни»

ВНИМАНИЕ!

Отключение электроэнергии

Публикуем график плановых отключений электроэнергии, которые на этой неделе проводит в Чите и ближнем пригороде компания «Читаэнерго» в связи с плановыми ремонтами.

22 ноября

С 10:00 до 18:00 — улицы Гладкова, 4, 6, 8, 8а, 12; Новогодняя, Крайняя, 5-я Каштакская, 60, 66, 33, 27, Оленгуйская, 10, Красной Звезды, 50, переулки Снежный, Хвойный.

С 10:00 до 17:00 — улица Новопутейская, 20, 20а.

23 ноября

С 10:00 до 18:00 — село Засопка, улицы Ингодинская, Горная, Сибирская.

С 10:00 до 18:00 — мкр. Майский.

С 13:00 до 18:00 — район школы № 17, Пригородная, Зоотехническая, 3–25, переулок Зоотехнический, 26; посёлок Угдан; Курортная, ДНТ «Механизатор», «Целинник», «Сигнал», «Транспортник», «Геология».

24 ноября

С 12:00 до 18:00 — Украинский бульвар, 7, 11, 13, 14, 16, 15; переулок Парковый, 7, 14–18; улицы 2-я Забайкальская, 5, 8, 9, 11; Александрово-Заводская, 1–13.

С 10:00 до 18:00 — посёлок Кадала, улица Западная.



ПРЕМЬЕРА

Спешите посмотреть

В прокат выходит художественный фильм читинского режиссёра Елены Хзанян «В воде не тонут — Искупление», участие в съёмках которого приняли дети из реабилитационных центров Забайкальского края.

Поддержку в создании ленты оказали правительство Забайкальского края и региональный Фонд развития. Первая часть социальной драмы с одноимённым названием стала победителем международного кинофестиваля «Свобода» в 2020 году.

Картина рассказывает основанную на реальных событиях историю подростков, воспитанников реабилитационного центра, которым пришлось столкнуться с пьянством и жестокостью родителей, равнодушием общества и всё же оказаться в надёжных руках социальных педагогов. Благодаря этим людям у детей появился шанс встать на путь исправления и выйти победителями из очень сложных ситуаций.

Премьера фильма «В воде не тонут — Искупление» состоится в пятницу, 24 ноября, в 18:00 в кинотеатре «Россия».

Пресс-служба администрации городского округа «Город Чита»

Приглашаем на концерт

Уважаемые жители Железнодорожного района! В преддверии замечательного праздника — Дня матери администрация Железнодорожного района приглашает вас на концерт, который состоится в эту пятницу, 24 ноября, в 15:00 в актовом зале администрации по адресу: проспект Советов, 4, второй этаж. В концерте примут участие учащиеся школ нашего района, а также ансамбль театра песни и танца «Забайкалье». Ждём всех желающих!

Администрация Железнодорожного района г. Читы