

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!
ЗАДАТЬ ВОПРОС
или ПОДЕЛИТЬСЯ ИНФОРМАЦИЕЙ
 вы можете ежедневно по будням с 10.00 до 11.00 по телефону «горячей линии» **4-12-93** или в любое время суток направить на эл. адрес редакции: **redpr-udm@mail.ru** (с пометкой: «горячая линия»).

Двери Молодежного центра открыты для вас!

4 ноября, в День государственности Удмуртской Республики, первым в республике открылся после ремонта Молодежный центр города Сарапула



Фото К. Ушакова.

Руководитель Агентства по молодежной политике Алексей Выстревов, уполномоченный по правам ребенка в Удмуртской Республике Ольга Авдеева, директор Молодежного центра г. Сарапула Рашид Габдуллин с памятной тарелкой от почетных гостей, начальник отдела форумной компании Управления регионального развития Федерального агентства по делам молодежи «Росмолодежь» Мария Сагун, Глава города Сарапула Виктор Шестаков директор Республиканского Молодежного центра Евгения Дыляева (слева направо) на открытии Молодежного центра

Материал читайте на с. 3.

11-12 ноября с 10.00 до 19.00

ТРЦ «Опера» (напротив «Энергосбыт», павильон № 2, ул. Азина, 59)

РЫБА И ИКРА КАМЧАТКИ

КАМЧАТКА И САХАЛИН. БОЛЬШАЯ ЯРМАРКА 2 ДНЯ

ЧАВЫЧА, НЕРКА, ФОРЕЛЬ, СЕМГА, КИЖУЧ, БЕЛОРЫБИЦА, РУЛЕТЫ и МНОГОЕ ДРУГОЕ, соленая, холодного и горячего копчения

ИКРА ВЕСОВАЯ ОТ 500 руб. за 100 г.
ИКРА ПО АКЦИИ:

- 1 банка - 300 рублей
- 2 банки - 500 рублей
- 5 банок - 1000 рублей
- 10 баночек – +1 в подарок

БОЛЬШОЙ ВЫБОР ИКРЫ РАЗНЫХ СОРТОВ

Вся продукция имеет сертификаты качества и ветеринарные свидетельства

ИП Лебедев Р.Э. ОГРН 315595800044582 Реклама

Престиж

займы · сбережения

кредитный потребительский кооператив граждан

Информация для членов (займодателей) КПК «ПрестижЗаймыСбережения»

г. Сарапул, ул. Карла Маркса, 30А

Оставьте заявку сейчас по телефонам:

8 (34147) 5-36-07
8-800-511-7502

г. Ижевск, ул. Удмуртская, 255
 г. Ижевск, ул. Ленина, 5

ПОЛУЧИТЕ ДЕНЬГИ

от 3000 до 5 000 000 рублей

НА ЛЮБЫЕ ЦЕЛИ

Заполните заявку по телефону, на сайте или в офисе

Узнайте решение за 30 минут

ПОЛУЧИТЕ ДЕНЬГИ!

- ✓ Решение за 30 минут
- ✓ Любая кредитная история
- ✓ Только по паспорту
- ✓ Без справок и поручителей

Кредитный потребительский кооператив граждан «ПрестижЗаймыСбережения», член Ассоциации СРО «Кооперативные финансы», ОГРН 1191832015792, ИНН 1831195270. КПК «ПрестижЗаймыСбережения» внесен в реестр ЦБ РФ. Деятельность КПК «ПрестижЗаймыСбережения» регулируется 190-ФЗ «О кредитной кооперации». Выданы потребительские займы только членам (займодателям) кооператива от 3 000 руб. до 5 000 000 руб. на срок от 3 дней до 60 месяцев. Необходимые документы: паспорт, пенсионное удостоверение. Сумма минимального платежа, подлежащего оплате, изменяется в зависимости от количества дней в месяце. Заключение договора после ознакомления со всеми условиями в офисе. При вступлении в кооператив уплачивается обязательный паяный взнос 50 руб., вступительный взнос 50 руб., членский взнос (ежемесячный) 350 руб., «членский взнос (целиком)» 100 или 200 руб., в соответствии выбранной программой. Член (займодавец) КПК «ПрестижЗаймыСбережения» обязан солидарно нести субординированную ответственность по своим обязательствам в пределах «членской» части дополнительного взноса каждого из членов КПК «ПрестижЗаймыСбережения». Дополнительное повышение займа и решение спорных вопросов по договору, согласно нормам 351-ФЗ «О потребительском кредите (займе)». Не является публичной офертой. Ознакомиться с условиями предоставления использования и возврата потребительского займа, можно в офисах КПК «ПрестижЗаймыСбережения» г. Ижевск ул. Ленина, д.5, ул. Удмуртская, д.255, г. Сарапул ул. Карла Маркса, д. 30А, в сети Интернет на сайте prestizh.ru или по телефону 8 800 511 7502.

10 ноября – День сотрудника органов внутренних дел

На переднем краю

Как театр начинается с вешалки, так и любое отделение полиции – с дежурной части. А этих крепких и статных мужчин в погонах вполне справедливо можно назвать «лицом и мозгом отдела» - умным, надежным и вселяющим веру в справедливость



Начальники смены дежурной части Андрей Рябов и Антон Горбунов, оперативный дежурный Антон Решетников и начальник дежурной части Дмитрий Вешняков (слева направо)

Сегодня сотрудники дежурной части межмуниципального отдела МВД России «Сарапульский», как и другие работники полиции, отмечают свой профессиональный праздник. Наши поздравления и наилучшие пожелания, конечно же, каждому! Ну, а речь на этот раз пойдет об Антоне Горбунове.

В должности начальника смены дежурной части Антон Анатольевич с января этого года. А его путь в тогда еще милиции начинался в 2006 году, сразу после прохождения срочной службы в армии. Уж очень хотелось молодому человеку помогать людям! Впрочем, с тех пор мало что изменилось в этом плане.

Трудиться начал следователем по неочевидным делам, через два года перешел работать в транспортную полицию. Вернулся в межмуниципальный территориальный

отдел на должность участкового уполномоченного – обслуживал центральную часть города. Еще через год был назначен старшим участковым, в ведомстве которого были микрорайон «Элеконд», а потом УПП ВОС.

В дежурной части у Антона Горбунова и его коллег, бесспорно, более спокойная работа, нежели в других отделах. Но здесь не обойтись без внушительного опыта работы и насыщенной практики. Зафиксировать, обработать и отреагировать на поступающую информацию оказывается совсем не легким делом, требующим от сотрудников «дежурки» стойкости характера, выдержки и эмоциональной устойчивости.

- Тематика обращений самая разная, немало среди них и курьезных. За сутки в среднем поступает порядка 70-80 сообщений, и отработать нужно каждое, - говорит майор

полиции. – И сотрудник части должен быть психологически готов к разным ситуациям.

Сегодня Антон Горбунов с теплом вспоминает своих наставников на разном этапе своей трудовой деятельности, благодарит за поддержку и ценные знания, которые помогли стать профессионалом своего дела и не разочароваться в выбранном пути. Теперь уже он желает молодым ребятам присмотреться к службе в органах внутренних дел и так же, как и он, и его сослуживцы, искренне, от чистого сердца помогать людям в решении самых разных проблем. А в честь Дня сотрудника органов внутренних дел желает коллегам всех благ:

- В день профессионального праздника желаю всем стойкости, успехов в труде, удачи и здоровья!

Т. Зеленина.

Фото В. Карманова.

«Мы из Удмуртии»

4 ноября, в День народного единства и День государственности Удмуртии, Глава республики Александр Бречалов открыл стенд на международной выставке-форуме «Россия» вместе с именитыми жителями региона

- Мы познакомим жителей России с теми, кто создает все то, чем гордится Удмуртия. У нас потрясающие люди, работоспособные, трудолюбивые и любящие свою Родину. И этот стенд в первую очередь врачей, педагогов, заводчан, селян ничего бы не получилось. Здесь каждый гость сможет увидеть и послушать рассказы предпринимателей, сфотографироваться с легендарным мотоциклом «Иж» и понять, чем Удмуртия уникальна. Приглашаю всех побывать на выставке-форуме «Россия», - отметил Глава Удмуртии Александр Бречалов.

Открытие стенда «Мы из Удмуртии» прошло в формате квартирника. Гости стенда смогли в теплой и дружеской обстановке пообщаться с известными в России и мире спортсменами и деятелями культуры – амбассадорами республики: президентом Российской Федерации баскетбола Андреем Кириленко, двукратным призером Олимпийских игр биатлонистом Иваном Черезовым, вратарем сборной России по следж-хоккею Владимиром Каманцевым, балериной и первой солисткой Мариинского театра Еленой Евсеевой.

- У нас очень красивый стенд, который вызывает чувство гордости за Удмуртию. Я с большим удовольствием всегда приезжаю домой в Ижевск, потому что это моя родная земля, где живут мои папа и мама. Сегодня я увидела людей, которые прославляют Удмуртию, сделали этот край незабываемым. Испытываю

огромную гордость, что я из Удмуртии, что это моя родная земля, - отметила Елена Евсеева, балерина Мариинского театра, заслуженная артистка Удмуртской Республики.

Одними из первых стенд «Мы из Удмуртии» увидели 40 воспитанников детских домов со всей республики. Все они - ребята с активной жизненной позицией, участники и победители соревнований, различных конкурсов и республиканских проектов.

На стенде представлены те, кто в разные годы создавал и развивал производство, культуру, науку, спорт, запускал успешные предпринимательские и социальные проекты. Здесь же можно увидеть перспективы развития региона – от местного туризма с гастрономическими и музыкальными фестивалями до создания инновационных и наукоемких производств.

Выставка-форум «Россия» начала свою работу в Москве на ВДНХ 4 ноября и проходит по поручению Президента России Владимира Путина. На ней представлены достижения последних лет страны и ее регионов в различных отраслях экономики, включая промышленность, энергетику, транспорт, науку и культуру. Выставка продлится до 12 апреля 2024 года.

5 декабря 2023 года на ВДНХ пройдет День Удмуртии, где посетителей ждет программа с большим количеством интересных и познавательных мероприятий.

Пресс-служба Главы и Правительства УР.

День бесплатной юридической помощи

16 ноября с 10.00 до 13.00 в рамках оказания жителям Удмуртской Республики бесплатной юридической помощи в преддверии Всероссийского дня правовой помощи детям Главное управление юстиции УР совместно с Уполномоченным по правам ребенка в УР, Министерством социальной политики и труда республики, Управлением Федеральной службы судебных приставов России по УР, Отделением Фонда пенсионного и социального страхования России по УР, Адвокатской и Нотариальной палатами Удмуртии организуют **День бесплатной юридической помощи в формате «горячей телефонной линии» по вопросам защиты интересов и прав детей, социальной поддержки семей с детьми.** Жители республики смогут

обратиться за квалифицированной юридической помощью по многоканальному номеру телефона **8-800-30-18-441 (звонок бесплатный).**

В ходе проведения данного мероприятия будет проводиться консультирование по вопросам:

- ◆ социальной поддержки семей с детьми;
- ◆ установления пособий, льгот и иных мер социальной поддержки многодетным, малообеспеченным семьям и семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации;
- ◆ защиты охраняемых законом жилищных и имущественных интересов детей, детей-сирот, детей-инвалидов и детей, оставшихся без попечения родителей;
- ◆ установления и взыскания алиментов.



Удмуртия вошла в десятку лидеров среди регионов ПФО по количеству заявок на участие в народном проекте

С момента запуска конкурса «Это у нас семейное» заявки на участие в нем от Приволжского федерального округа подали свыше 100 тысяч человек - это более 20 тысяч семей. Всего же в самом народном проекте президентской платформы «Россия - страна возможностей» участвуют более 70 тысяч семей - это свыше 400 тысяч человек из всех 89 регионов Российской Федерации вместе с родственниками, проживающими более чем в 60 зарубежных государствах.

В конкурсе могут принять участие команды из четырех и более родственников, среди которых есть представители не менее трех поколений. Например, дети от 5 до 17 лет,

родители или законные представители, а также бабушки, дедушки или другие члены семьи.

«Это у нас семейное» - открытый семейный конкурс, объединяющий и сближающий поколения.

О запуске проекта в этом году в День знаний объявил Президент России Владимир Путин.

Участники могут проявить себя в различных тематических направлениях: «Знания», «Спорт», «Творчество», «Добро», «Семья», «Служение Отечеству». А еще «Это у нас семейное» - возможность вспомнить и собрать историю своей семьи, исследовать семейные корни, возродить семейные традиции и создать совместные проекты.

Конкурс состоит из нескольких этапов: регистрация семейной команды, дистанционный этап, полуфиналы, финал.

В финале 300 лучших семей пройдут захватывающие конкурсные испытания и поборются за главные призы проекта.

Призы конкурса:

◆ 30 сертификатов на 5 000 000 рублей на улучшение жилищных условий;

◆ 300 больших семейных путешествий для семей-финалистов;

◆ подарки за выполненные задания для активных участников.

Прием заявок проходит на сайте этосемейное.рф до 18 декабря 2023 года. Участвуйте!

Двери Молодежного центра открыты для вас!

Начало на с. 1

Ремонтные работы проводились в Молодежном центре с мая по октябрь благодаря победе Удмуртской Республики в конкурсе «Регион для молодых». Конкурс организован Федеральным агентством по делам молодежи «Росмолодежь» в рамках реализации национального проекта «Образование», инициированного Президентом страны Владимиром Путиным.

Особой честью для города стал визит начальника отдела форумной компании Управления регионального развития Федерального агентства по делам молодежи «Росмолодежь» Марии Сагун, которая отметила высокий уровень реализации мероприятий проекта и качественный подход к организации открытия обновленного центра в городе Сарапуле.

На церемонии открытия присутствовали Глава города Виктор Шестаков, руководитель Агентства по молодежной политике Алексей Вы-

стребов, уполномоченный по правам ребенка в Удмуртской Республике Ольга Авдеева, Председатель Сарапульской городской Думы Сергей Смоляков, представители Администрации города, депутаты городской Думы.

Обратившись к гостям церемонии открытия Глава города отметил, что сейчас в Молодежном центре созданы абсолютно все условия для отдыха и работы нашей молодежи. Алексей Выстребов выразил благодарность всей команде центра за активное участие в реализации мероприятий проекта «Регион для молодых», а также отметил, что Молодежный центр Сарапула – это первенец среди открывающихся молодежных центров в республике, открытие своих молодежных центров в этом месяце также ожидают Глазов, Можга, Воткинск и Ижевск. По завершении церемонии открытия все почетные гости оставили подписи с пожеланиями на памятной тарелке.

Теперь в Молодежном центре есть новый мультимедийный лекторий на 150 мест, мультимедийная переговорная для проведения занятий, а также коворкинг-зона с настольными играми, рабочими местами, зоной презентаций и зоной кофе-пойнт. В обновленных пространствах заменены мебель и техника. Теперь все мероприятия для молодежи будут проводиться в стенах Молодежного центра, а у студентов, школьников и представителей работающей молодежи появилась отличная возможность реализовать свои предложения, обсудить идею социального проекта, презентовать специалистам центра свои инициативы и, конечно, просто хорошо провести время.

Коллектив сотрудников Молодежного центра приглашает всех желающих провести время в обновленном пространстве Молодежного центра Сарапула.

С. Чувыгина,
фото автора.

Сестра милосердия

Именно так хочется назвать эту женщину, которая вот уже пятый десяток лет работает медицинской сестрой операционного блока хирургического отделения Сарапульской городской больницы



Выпускницей медучилища пришла Винера Камаевна Неизвестных в хирургическое отделение СГБ, вернее, тогда привычнее было название ЦРБ. Хирургия – особое отделение медицины. Думаю, с этим согласятся все, кто хоть раз здесь побывал, а кому посчастливилось его миновать, поверьте нам на слово. И от медицинских сестер здесь требуются особые качества – надо быть не только профессионалом своего дела, но еще и психотерапевтом.

Винера Камаевна выбрала хирургическое отделение сознательно – именно здесь она хотела работать. В качестве «стажировки» меньше года проработала постовой медицинской сестрой. Весной 1983 года перешла работать медсестрой в операционную. А еще через пять лет была назначена старшей медицинской сестрой операционного блока.

Спросите любого хирурга отделения, и он непременно скажет: «Винера Камаевна – наш главный помощник. Она природный организатор, она знает всех медсестер, работающих в отделении, отлично умеет расставить всех по местам, где они могут работать с наибольшей отдачей. Ей удалось сформировать не просто профессиональный коллектив, а команду единомышленников, которая при решении тех или иных вопросов исходит из интересов дела».

Вместе с хирургами Винера Неизвестных осваивала и внедряла современные технологии и методики. Она может ассистировать хирургам при всех видах операций – на грудной и брюшной полости, при урологической и гинеко-

логической патологии, при всех срочных операциях и при лапароскопических операциях. Одним словом, незаменимый помощник врачей все эти годы.

При этом отделение операционного блока работает по программе «Чистый инструмент» – в течение многих лет не зарегистрировано ни одного случая внутрибольничной инфекции. Создание строжайшей системы инфекционного контроля, соблюдение правил асептики и антисептики – это во многом заслуга старшей операционной сестры Винеры Неизвестных.

Свой богатый опыт Винера Камаевна охотно передает молодым специалистам – студентам медколледжа, которые проходят практику в операционном блоке хирургического отделения, являясь непосредственным руководителем практики студентов.

Ну, а для тех, кто проходил и проходит лечение в стационаре хирургического отделения Винера Камаевна – это настоящая сестра милосердия, которая, как добрый ангел, и поможет, и успокоит, и вселит уверенность в выздоровление.

В сентябре нынешнего года Винере Неизвестных было вручено свидетельство «Надежда Сарапул» – она стала лауреатом городского фестиваля «Город Надежды» в номинации «Будьте здоровы!» А в октябре она отметила личный юбилей. Коллектив Сарапульской городской больницы искренне поздравляет Винеру Камаевну с этими событиями.

У. Лазарева,
главная медицинская сестра СГБ.
Фото **В. Карманова.**



Своих не бросаем!

Волонтерская организация «СВОих не бросаем. Сарапул» начинает сбор новогодних подарков для отправки на передовую.

Нужны чай, кофе, сладости и т. д., письма и рисунки.

Обращаться в Молодежный центр (ул. Молодежная, 4), тел. 8-919-857-18-93.

Время патриотов

Шесть лет назад, 4 ноября 2017 года, курсанты военно-патриотического клуба «Гвардия» первыми добровольно вступили в городской юнармейский отряд, показав себя честными, исключительно добросовестными и порядочными людьми

Лучшие юнармейцы Максим Зайцев и Николай Михалев впоследствии поступили в высшие военные учебные заведения России: Максим – в Морской корпус Петра Великого – Санкт-Петербургский военно-морской институт, Николай – в Военно-космическую академию им. А.Ф. Можайского, также в г. Санкт-Петербурге.

В выборе военной профессии им помогли военный

комиссар города Сарапула, Сарапульского, Каракулинского и Камбарского районов Дмитрий Костылев и старший помощник начальника отделения подготовки и призыва граждан на военную службу Светлана Казанцева.

В военных академиях ребята учатся достойно, ведут активную спортивную деятельность, пользуются уважением среди однокурсников. В адрес родителей приходят

благодарственные письма от командиров за прекрасное воспитание сыновей в духе нравственности и патриотизма, за образцовое выполнение воинского долга и отличные успехи в учебе, примерную воинскую дисциплину.

Ребята гордятся своей будущей профессией офицера, считают военное дело делом настоящих мужчин.

Т. Кузнецова.

В таком полете поет душа

1 ноября Детская школа искусств № 3 города Сарапула отметила 50-летний юбилей



Директор ДШИ № 3 (с 1987 по 2023 гг.), заслуженный работник культуры Удмуртской Республики Юрий Максимов и его супруга Марина Максимова (работала секретарем учебной части с 2011 по 2023 гг.)

Детскую школу искусств № 3 города Сарапула, которая выпускает до 600 детей ежегодно, можно по праву назвать кузницей художественных кадров страны, так как ученики художественной школы поступают в ведущие вузы России и, окончивая их, становятся успешными дизайнерами, модельерами, художниками, архитекторами.

В день юбилея в выставочном зале школы - галерее «На Большой Покровской» собрались выпускники, сотрудники, ветераны, коллеги из других учреждений, друзья школы. Поздравил ее учащихся и сотрудников депутат Государственного Совета Удмуртской Республики Алексей Малюк:

- Наша Детская художественная школа - одно из самых популярных учреждений дополнительного образования города. Во все времена дети идут сюда с удовольствием! Желаю безграничного творчества и всевозможных побед!

Зам. Главы Администрации г. Сарапула по социальной сфере Денис Шакиров и начальник Управления культуры, спорта и молодежной политики Игорь Манылов пожелали школе дальнейших успехов в деле духовно-нравственного воспитания молодежи, вручили Почетную грамоту Министерства культуры УР педагогу Татьяне Метелевой, а также награды Администрации г. Сарапула сотрудникам школы.

- Исторический факт свидетельствует о том, что самая первая художественная школа в Сарапуле была открыта в еще в далеком 1918 году. В нынешнем здании она пребывает с 1973 года. Поэтому, думаю, вы со мной согласитесь, будет справедливо поздравить школу не с 50-летним, а 105-летним юбилеем, - произнес Игорь Манылов.

Присутствующие поддержали его слова бурными аплодисментами.



Ветераны-преподаватели художественной школы Галина Астраханцева и Ираида Мехоношина (слева направо) и исполняющая обязанности директора ДШИ № 3 Ольга Ильина

Ветераны-преподаватели художественной школы отметили в своем выступлении, что самым важным в деле пе-

дагога является творческий полет, в который они берут с собой своих учеников.

«Все преподаватели школы

- это художники и учителя с большой буквы. Они вдохновенно и с удовольствием окунаются в творчество, в произведения, которые создают вместе со своими учениками. В таком полете поет душа. Это такая прелесть! Вместе с профессиональными навыками ученики этой школы получают умение стремиться к возвышенному, что помогает им стать хорошими людьми и добиться успеха в жизни!» - сказала, приветствуя участников праздника, одна из первых преподавателей школы Галина Астраханцева.

Творческие выступления учащихся ДШИ № 1 и множество теплых слов от присутствующих гостей и друзей школы в этот день стали отличным подарком к юбилею.

О. Федотова.

Фото **В. Карманова.**



С творческим подарком выступают учащиеся Детской школы искусств № 1 Екатерина Гофурова, Екатерина Темнова и их преподаватель Андрей Антропов

«Ночь искусств»

В десятый раз Сарапульский музей-заповедник присоединился к всероссийской акции «Ночь искусств», которая в этом году прошла под девизом «Россия объединяет». Культурное событие посвятили Дню народного единства и Дню государственности Удмуртской Республики



Началась праздничная программа знакомством с традициями и культурой на-

родов, проживающих на территории Удмуртии. Юным посетителям историко-крае-

ведческого музея рассказали об основных элементах и особенностях национальной одежды, показали уникальные вещи из собрания старейшего музея республики. Познакомились гости и с народными костюмами нашей многонациональной страны в рамках выставки «Куклы СССР. Народный костюм» автора Ларисы Булатовой из г. Нефтекамска.

В детском музейном центре «Дача Мощевитина» ребята вместе с родителями смастерили народную куклу из текстиля в цветах российского триколора.

На площадке художественно-выставочного комплекса «Дача Башенина» в рамках акции состоялась презентация нового выставочного проек-

та «Краски степных великанов». Это межрегиональная выставка, которая приехала в Сарапул из города Донецка. Акварельные работы художников Донбасса представил художественный музей «Арт-Донбасс» в рамках ранее подписанного соглашения о партнерстве между двумя музеями - Сарапульским музеем-заповедником и художественным музеем «Арт-Донбасс».

Участие в презентации выставки приняли представители Администрации города, Сарапульской городской Думы, местного отделения Российского движения детей и молодежи «Движение Первых», участники СВО и их семьи. В видеформате к сарапульцам обратилась дирек-

тор художественного музея «Арт-Донбасс» Екатерина Калининиченко, выразившая благодарность за возможность демонстрации художественных произведений на сарапульской земле и готовность к дальнейшему сотрудничеству.

Выставку можно посетить в любой день, кроме понедельника, в ходе экскурсионной программы в 11.00 и в 14.00.

В период проведения акции «Ночь искусств» 4 и 5 ноября музейный комплекс посетило более 1000 человек.

Впереди еще больше новых открытий, интересных встреч, приятных эмоций и увлекательных историй!

**Пресс-служба
Сарапульского музея-заповедника.**



САРАПУЛА — ЕДИНСТВЕННЫЙ В РОССИИ!

Уникальные издания - в подарок библиотеке

В культурной жизни нашего города произошло еще одно знаменательное событие

Городской проект «Память Сарапуга» пополнился новым документально-биографическим изданием – вышел в свет первый том двухтомника «Сарапульские гимназистки». Этот поистине фундаментальный труд представила на презентации в Центральной городской библиотеке им. Н.К. Крупской его составитель и координатор издательского проекта Татьяна Пеганова. За четыре с половиной года кропотливой научно-исследовательской работы было выявлено около 2000 девушек, удивительные судьбы которых начинались в Сарапульской женской гимназии.

Одна из героинь книги «Сарапульские гимназистки» – Татьяна Леонидовна Круликовская (в замужестве Дубинская, 1902-1990), уроженка Сарапуга, дочь известного ученого и общественного деятеля, одного из организаторов Сарапульского земского музея Леонида Константиновича Круликовского.

В годы Первой мировой вой-

ны Татьяна Леонидовна, будучи еще гимназисткой, сбежала на фронт, где служила в разведке и стала Георгиевским кавалером. В гражданскую была бойцом 7-го Кавказского полка и медсестрой в госпитале в г. Винница. С 1922 года она жила в Москве, где училась и служила машинисткой в Главном управлении Красной Армии, а затем – рецензентом в Союзе писателей СССР.

В годы Великой Отечественной войны Татьяна Дубинская работала медсестрой в госпитале, безвозмездно сдавала кровь для раненых бойцов, была награждена знаком «Почетный донор СССР».

Литературным творчеством Татьяна Леонидовна начала заниматься в 1920-е годы, написала несколько популярных повестей и рассказов: «Весна в Таджикистане», «В окопах», «Пулеметчица», «Солдаты», «Возвращенная жизнь», «Правнучка Кутузова» и других. Была членом Союза писателей СССР.

Теперь и сарапульцы могут познакомиться с творче-

ством нашей замечательной землячки. Член редакционной коллегии, исследователь-генеалог Наталия Павловна Панкратьева передала в дар библиотеке книгу Татьяны Дубинской «Солдаты» – настоящую библиографическую редкость, выпущенную московским издательством «Советский писатель» в 1939 году. Повесть во многом автобиографическая. Главная героиня Зина Крамская, как и автор повести, подростком сбежала на войну, также была награждена Георгиевским крестом. Автор создает запоминающиеся образы солдат и офицеров – сослуживцев Зины, описывает тяжелые фронтовые будни, сложную боевую обстановку, волнения в армии накануне революции 1917 года, дни, проведенные в кругу родных и близких во время краткосрочного отпуска.

Пробразом отца главной героини, ученого-биолога Крамского, стал Л.К. Круликовский – отец Татьяны Леонидовны. Как и его прототип, Крамской был погружен в науку: «Вот, пока ты воевала,

я несколько брошюр издал о фауне Восточной России, – поделился Крамской о своей научной работе».

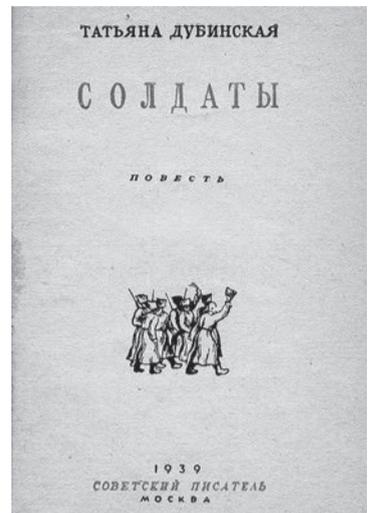
На страницах повести не встретишь названия города – Сарapul. Но здесь присутствуют реалии сарапульской жизни начала XX века: кинотеатр «Иллюзион» фабриканта Дрягина, городской каток, женская гимназия, кондитерская Вольфа... «Днем собрались гости. На столе красовался торт с шоколадной лирой посередине. Торт принесла из кондитерской Вольфа тетушка Марина, вынянчившая Зину».

Несколькими словами описано сарапульское общество:

«В гости пришла начальница гимназии, кандидат на судебную должность с женой, акцизный чиновник, учитель географии и гривастый Иннокентий – «вечный» студент, прятель Крамского».

Начальница вздыхала:
- Все-таки это очень нескромно, ваша дочь - зольдатен. Ах! Но она больше не поедет туда.

А Зина сидела, задумавшись, не зная, как же ей сказать до-



машин о своем решении вернуться в действующую армию».

Повесть Татьяны Дубинской «Солдаты» займет достойное место в фонде редких и ценных изданий Центральной библиотеки, а с «Сарапульскими гимназистками» наши читатели смогут познакомиться во всех муниципальных библиотеках.

Н. Маслова,
Е. Частухина,
ЦГБ им. Н.К. Крупской.

Послесловие к презентации

Не каждый может сделать себе такой подарок к юбилею, какой сделала себе Татьяна Пеганова – выпустить в свет новую книгу, которая открыла пятый десяток краеведческих изданий, вышедших под ее авторством или редакторством. И презентация «Сарапульских гимназисток» прошла при полном зале и на одном дыхании.

Прошло больше века, и, казалось бы, все это стало далекой историей. А на презентации оказалось, что это совсем не так – сарапульские гимназистки «живут» в памяти, в фотографиях из домашних альбомов их потомков, в архивах разных городов. И так здорово, что Татьяне Борисовне удалось их найти, а потом вместе с ними продолжать поиск других сарапульских гимназисток.

Они тоже удивительные люди – потомки выпускниц Сарапульской гимназии, приехавшие на презентацию книги. Искренне рада, что мне удалось познакомиться с ними. О их судьбах тоже можно писать книги, и, может быть, уже их потомки это делают.

Интересные истории о по-

иске родных сарапульских гимназисток рассказала член редакционной коллегии, исследователь-генеалог Наталия Панкратьева, живущая и работающая сейчас в Москве.

Об одном из методов поиска я услышала первый раз и хочу поделиться с вами, вдруг кому-то пригодится. Долгая история, как находят места захоронений на кладбищах (здесь подключаются и архивы, и многие службы), а вот в конечном итоге, когда могила найдена и видно, что кто-то здесь хоть изредка, но бывает, Наталия Павловна оставляет на могиле записку с просьбой откликнуться. И чудеса случаются – родные откликаются.

Хочу сказать доброе слово в адрес еще одного члена редколлегии – главного научного сотрудника Сарапульского музея-заповедника Николая Леонидовича Решетникова, который является живой энциклопедией истории нашего города.

А дизайном и версткой книги занималась Мария Захарова, чья прабабушка тоже была сарапульской гимназисткой.

Вот так и переплетаются



Татьяна Борисовна Пеганова с Главой г. Сарапуга Виктором Михайловичем Шестаковым (в центре) с потомками сарапульских гимназисток. Слева направо: Александра Эрастовна Иоффе (Москва), Мария Михайловна Захарова, автор дизайна и верстки (Москва), Алла Владимировна Зюнова (Сарapul), Наталья Иннокентьевна Погребовская (с. Селты) с сыном Алексеем (Ижевск), Михаил Георгиевич Беренгартен (Москва) и член редколлегии Наталия Павловна Панкратьева, исследователь-генеалог (Москва)

судьбы людей, а в конечном итоге они находят друг друга. Это и удивительно, и закономерно одновременно, когда есть объединяющая идея. И за это тоже надо сказать спасибо

Татьяне Борисовне Пегановой. И еще об одном не могу не сказать. На этой встрече не я одна, наверное, решила серьезно заняться родословной своей семьи. Ведь это так здорово –

знать свою историю, вот только затягивать с этим не надо – лучше собирать воспоминания своих родных, чем оставлять потом записки на могилах.

И. Рябинина.

Одна из основных задач - достижение технологического суверенитета

Сенаторы обещали поддержку высокотехнологического производства



Первый заместитель генерального директора АО «КБЭ XXI века» Андрей Уланов знакомит сенаторов с продукцией предприятия

27 октября АО «КБЭ XXI века» с рабочим визитом посетила группа сенаторов, членов Комитета по экономической политике Совета Федерации. Визит состоялся по инициативе сенатора от Удмуртской Республики Юрия Федорова, который работает в этом комитете в качестве заместителя председателя.

В Удмуртии состоялось и выездное заседание Комитета во главе с его председателем Андреем Кутеповым. На заседании обсуждалась государственная поддержка развития ключевых отраслей промышленности. Сенаторы ознакомились и с работой ведущих высокотехнологичных предприятий региона, в том числе Сарапульского КБЭ XXI века.

Об истории предприятия, сегодняшнем дне и перспективных разработках сенаторам рассказал первый заместитель генерального директора АО «КБЭ XXI века» Андрей Уланов. Разговор шел и о тех сложностях, с которыми сталкивается завод в нынешней ситуации, а также о мерах по их преодолению.

Особое впечатление на

представителей Совета Федерации произвела как продукция сарапульских авиастроителей, так и меры по решению вопросов сохранения кадрового состава предприятия.

В частности, сенаторы высоко отметили опыт работы московского конструкторского офиса АО «КБЭ XXI века». Это то решение, которое позволяет привлечь на работу молодых перспективных конструкторов. Среди других важнейших мер по привлечению кадров на завод: подъемные средства, помощь в выплате ипотечных кредитов, уровень заработной платы, добровольное медстрахование и многое другое.

Выбор для посещения законодателями АО «КБЭ XXI века» не случаен. Вот уже на протяжении нескольких лет сарапульское предприятие является флагманом отечественной отрасли авиастроения. КБЭ стало гордостью промышленного сектора Удмуртии, наряду с другими предприятиями, выпускающими высококачественную продукцию как гражданского, так и оборонного назначения. Во время визита Юрий Федоров и его коллеги отметили, что высокотехнологичные отрасли

являются ключевым направлением развития экономики России, и государство активно поддерживает их развитие.

- В рамках обсуждения проекта федерального бюджета на 2024 год и плановый период 2025 и 2026 годов одной из основных задач определено достижение технологического суверенитета. Для сохранения устойчивости отраслей необходимо обеспечить высокую степень независимости в создании инженерных решений, освоить выпуск всей критически важной продукции. С этой целью направляются ресурсы на развитие промышленности, в том числе на авиастроение, беспилотные авиационные системы, станко- и судостроение, радиоэлектронику, на модернизацию инфраструктуры страны, - заявил Юрий Федоров во время встречи с руководством предприятия.

В этой связи АО «КБЭ XXI века», как и ряду других промышленных предприятий Удмуртии, отводится важная роль - обеспечить суверенитет России как самостоятельной державы с высоким уровнем интеллектуального производства.

С. Зайцев.

Удмуртия - наш дом

Торжественное мероприятие под таким названием, посвященное Дню народного единства и Дню государственности Удмуртии, состоялось в ДК радиозавода



Почетную грамоту Правительства УР сотруднику спортивно-оздоровительного комплекса «Энергия», известному фотографу города Сергею Петровичу Килину вручил Глава города Виктор Михайлович Шестаков

Праздник мира и дружбы, который собрал вместе горожан, продемонстрировал разнообразие культур и единство народов, населяющих Удмуртию, и вызвал чувство гордости за нашу малую родину, которая хранит традиции, легенды, богатое песенное и танцевальное наследие.

- В этот праздничный день я хочу пожелать каждому из вас крепкого здоровья, благополучия, мира! - обратился к горожанам Глава города Виктор Шестаков. - Несмотря на сложности и серьезные вызовы, которые сегодня стоят перед нами, страна, Удмуртия и, конечно, наш славный город развиваются! Об этом свидетельствует и Доска почета Удмуртии, которая в этом году, как никогда, наполнена большим количеством представителей нашего города...

На мероприятии были вручены заслуженные награды гражданам, которые внесли неоценимый вклад в развитие города и республики. Звание «Заслуженный работник здравоохранения Удмуртской Республики» присвоено врачу-кардиологу Сарапульской городской больницы Н.А. Чернышевой. Звание «Заслуженный экономист Удмуртской Республики» присвоено начальнику сектора бухгалтерского учета и отчетности Управления финансов г. Сарапула А.Ю. Зиминой.

Почетные грамоты Правительства Удмуртии вручены сотруднику «Спортивно-оздоровительный комплекс «Энергия», известному фотографу города С.П. Килину, заместителю директора по

административно-хозяйственной части Детской школы искусств № 2 А.Г. Антропову. Почетными грамотами Министерства промышленности и торговли Удмуртской Республики награждены оператор электронно-вычислительных и вычислительных машин сборочного производства акционерного общества «Сарапульский радиозавод» А.С. Нитко, начальник транспортного цеха акционерного общества «Элеконд» Д.С. Сафронов. Почетными грамотами Министерства здравоохранения Удмуртии награждена старшая медицинская сестра Сарапульской городской больницы С.Н. Корепанова. Знаком отличия Министерства просвещения Российской Федерации награждена заведующая детским садом № 43 С.И. Чикурова. Почетной грамотой Министерства просвещения Российской Федерации награждена воспитатель детского сада № 34 Л.П. Бекетова. Почетные грамоты Администрации города Сарапула вручены рабочему Службы заказчика по строительству, реконструкции и капитальному ремонту М.Г. Шарановой, медицинской сестре процедурной поликлиники «Элеконд» Е.П. Быковой, медицинской сестре поликлиники № 1 Г.Р. Гимазовой.

Праздничное настроение вечера создали творческие коллективы, участники национально-культурных объединений и ведущие солисты Сарапула и республики. Аплодисменты не смолкали на протяжении всего праздничного вечера.

С. Новикова.
Фото **В. Карманова.**

#МойбизнесПомогает

В Удмуртии стартует благотворительный сбор деловой литературы для новых регионов страны

Центр «Мой бизнес» Удмуртии присоединился к Всероссийской благотворительной акции #МойбизнесПомогает. До 30 ноября проводится сбор деловой литературы для новых регионов страны.

В центрах «Мой бизнес», созданных благодаря нацпроекту «Малое и среднее предпринимательство», запущен сбор деловой литературы на

русском языке для жителей четырех новых регионов.

- Желающие могут принести издания по бизнес-планированию, маркетинговому продвижению, продажам, ораторскому мастерству, инвестициям, а также автобиографии успешных предпринимателей, - рассказал директор Корпорации развития УР Фаниль Мандиев.

В г. Сарапуле сбор литературы проводится в центре «Мой бизнес» (ул. Дубровская, 16).

Отметим, что присоединиться к акции можно также, приобретя литературу онлайн и направив ее в любой пункт выдачи заказов в Ростове-на-Дону, предварительно связавшись с представителем куратора акции по телефону: **8-919-892-70-90.**

В гостях - дети Донбасса

В один из дней осенних каникул в Сигаевскую школу приехали долгожданные гости - мальчишки и девчонки из далекой Луганской Народной Республики и Ростовской области

Их ждали два года. Тогда, в 2021-м, руководитель благотворительного фонда «Гуманитарный конвой «Быть добру» Оксана Симоненко впервые привезла делегацию школьников, чтобы познакомиться с нашей республикой, ее историей и традициями. Тогда же произошло знакомство с г. Сарапулом и с. Сигаево, которое оставило настолько неизгладимые впечатления, что им вновь захотелось вернуться обратно, но уже в другом составе.

- В этот раз мы привезли уже намного больше ребят - 33 человека в возрасте от 10 до 17 лет. У нас очень обширная программа. Перед тем как приехать в Удмуртию, побывали в Москве, вчера были в Ижевске, сегодня в Сигаево и Сарапуле, а завтра отправимся в Чайковский, затем в Казань и уже потом домой, - рассказала Оксана Валерьевна. - Главная цель таких поездок - показать нашим детям другую, настоящую Россию, чтобы они увидели, что российский народ един, у него интересная великая история и богатые традиции. Чтобы у них было другое восприятие страны, не то, которое им внушают с пеленок. Детей не обманешь, они не умеют скрывать эмоции, свое истинное отношение, и в общении с другими детьми это видно.

Организацию всей культурной программы лично взяла под свой контроль директор Сигаевской школы Эльвира Антропова. В первый приезд гостей с Донбасса она настолько сдружилась с руководителем и другими сотрудниками фонда, что их общение с тех пор не прекращалось. Более того, Эльвира Канифовна теперь и сама является официальным представителем фонда и заинтересована в том, чтобы обеспечить ребятам досуг на самом высшем уровне, чтобы он стал незабываемым.

В Ижевске для гостей была организована экскурсия по городу, они посетили батутный центр и лазертаг, Музей имени М.Т. Калашникова, посмотрели шоу барабанов



«Африканские сердца». В Сарапульском районе насыщенный день начался с посещения Самоварного дома в деревне Смолино. После ребята приехали в Сигаевскую школу, где их ждала масса интерактивностей: соревнования по спортивным настольным играм, робогонки, мастер-классы по 3D-моделированию, плетению тактических браслетов и кукол-оберегов. Помогали в проведении мероприятий педагоги школы и ученики 10 «а» класса. Также ребята посетили Народный музей боевой славы 40-го арtdивизиона. Завершился насыщенный день знакомством с Сарапульским театром «Точка», где ребята посмотрели спектакль «Мимишки в открытом море», и посещением «Киноцентра КБ».

В полном восторге от зна-

комства с районом и городом остался одиннадцатиклассник из Ростова-на-Дону Кирилл Юдин:

- Впечатления просто не передать словами! Это самые запоминающиеся каникулы! Благодарен всем, кто организовал эту поездку! Вообще, это моя четвертая поездка. Уже был в Санкт-Петербурге, Москве, Ульяновске. Всегда все интересно, появляется много знакомых, друзей.

По словам Эльвиры Антроповой, сотрудничество с фондом непременно продолжится, ведь благодаря таким встречам происходит главное - дети из разных регионов могут общаться друг с другом, учиться добру и другим важным человеческим качествам, понимать, что они - единое целое огромной страны, в которой люди могут говорить на разных языках, но при этом понимать и слышать друг друга.

Т. Зеленина,
фото автора и
В. Карманова.



И вновь победа!

Проект «Открытая арт-площадка для подростков «Сигаевский Арбат» Центра социокультурных инициатив «Высокий берег» стал победителем конкурса «Среда возможностей», проводимого Фондом Тимченко

Конкурс благотворительного фонда направлен на поддержку комплексных долгосрочных проектов, улучшающих существующие и создающих новые возможности для детей и подростков на малых территориях.

Автором проекта выступила заведующая Районным культурным центром «Спектр» Татьяна Сентякова. Сумма грантовой поддержки составила почти 1 млн рублей.

Благодаря поддержке фонда в 2024 году команда Центра социокультурных инициатив совместно с местными сообществами намерена создать на территории с. Сигаево современное молодежное пространство, отвечающее актуальным запросам подростков разных возрастов для про-

ведения досуга и культурных мероприятий. Календарь мероприятий будет составлен в соответствии с пожеланиями ребят.

В рамках реализации проекта на площадке между культурным центром и стадионом установят малую уличную сцену, лавочки, парковые качели, парковку для велосипедов, информационный стенд.

В этом проекте возможность самореализации, навыки общения получит более широкий круг детей и подростков: кто-то сможет показать свои творческие или организаторские таланты, кто-то просто, проходя мимо, станет зрителем, а в следующий раз уже и сам захочет показать себя, а у кого-то появятся идеи для новых проектов.

А. Ерастов.

Гордиться и любить

В Сарапульском районе состоялось районное торжественное мероприятие под названием «Заветами предков единая страна», посвященное Дню народного единства и Дню государственности Удмуртии



Мероприятие прошло в прекрасном зале Уральского культурного центра. Все пространство было оформлено национальными символами народов нашей страны.

На концерте присутствовали талантливые артисты района, которые выступали перед публикой, даря ей незабываемые эмоции. Были представлены различные жанры и направления: народная музыка, танцы, песни и инструментальные композиции.

Со словами приветствия к присутствующим обратился Глава Сарапульского района Айдар Шарафутдинов, ко-

торый говорил о важности сохранения наследия предков, а также подчеркнул, что единство и гармония различных этнических групп, проживающих на территории нашего района, являются основой благополучия и процветания.

Во время концерта состоялась церемония награждения, на которой отметили лучших в своем деле.

Торжественная обстановка, незабываемые выступления и неповторимая атмосфера создали идеальные условия для проявления патриотизма и укрепления духа народа.

И. Вечтомова.

Фитнес без границ

Проект с таким названием реализуется на базе спортивно-оздоровительного комплекса «Факел» села Сигаево

В рамках помощи благотворительного фонда «Сафмар» посредством целевой программы «Спорт без границ» будет обустроено три зала для занятий фитнесом различных групп насе-

ления: зал тяжелой атлетики, тренажерный зал и зал кроссфита.

На данном этапе проекта происходит установка и регулирование тренажеров и снарядов.

По данным ФСК «Олимп».

Нашла свое призвание

Год назад предприниматель с 20-летним стажем работы Вероника Зуева кардинально поменяла траекторию своей профессиональной деятельности и стала тем, кого искала в себе долгие годы



Вероника Николаевна Зуева

«Вечный» ученик, все время познающий себя и окружающий мир – это все про нее. Это сегодня она вполне счастлива и может с уверенностью сказать, что нашла себя, но этому факту предшествовали годы поиска, проб и ошибок, но вместе с тем бесценного опыта и развития.

После окончания школы № 13 г. Сарапула Вероника Зуева поступила на спортивный факультет, который бросила на первом году обучения. Далее был юридический факультет, но даже после получения диплома она ни дня не проработала по специальности. После была переподготовка по психологии и педагогике. И все это время женщина занималась индивидуальной предпринимательской дея-

тельностью. Безусловно, все полученные специальности помогали в собственном деле, но все время хотелось большего и чего-то другого.

- Учиться нравилось всегда, но я никогда не искала легких путей. Преодолевать трудности – это не просто, но с ними намного интереснее, это как проверка самой себя, смогу или нет, – признается Вероника Николаевна. – Последнее, что мне захотелось, – стать логопедом-дефектологом. Ведь в данном направлении я имею возможность помогать справляться с трудностями и другим людям.

Обучиться на новую профессию удалось благодаря соцконтракту в рамках госу-

дарственной поддержки, инициированной Президентом страны Владимиром Путиным. Но и здесь не обошлось без трудностей. Сложностей в сборе документов и подаче заявки не было, тем более что на каждом этапе рядом компетентные и всегда готовые оказать содействие сотрудники отдела социальной защиты, множество информации также можно найти и в социальных сетях, и на специализированных сайтах. С препятствием столкнулась, выбрав знакомое по прошлой переподготовке место учебы.

- В выбранном мною учебном заведении срок обучения на логопеда-дефектолога – один год, а по условиям соцконтракта обучение должно длиться три месяца, другая и стоимость выделяется только 30 тысяч рублей. Пришлось договариваться, и мне пошли навстречу, чему я очень рада, – вспоминает Вероника Николаевна. – Не скрою, было очень сложно. Сдать за три месяца 330 контрольных и самостоятельных работ – это колоссальная нагрузка. У меня ухудшилось зрение, потому что сутками сидела за компьютером. Но я справилась и горжусь этим.

После обучения в январе этого года Вероника Николаевна устроилась в Мостовинскую среднюю школу. По договору соцконтракта она должна отработать в учебном заведении до апреля 2024 года. Но коллектив и ученики стали ей настолько дорогими людьми, что она собирается

продолжить свою деятельность здесь и дальше.

Ее подопечные – все ученики школы и детского сада села, которые не так давно стали единой организацией. Для каждого логопед-дефектолог и по совместительству психолог Вероника Зуева найдет время, не откажет в консультации и родителям при обращении за помощью. Но особое внимание, конечно же, ребятам с ограниченными возможностями здоровья. Кроме того, как самозанятая, педагог занимается с желающими и во внеурочное время.

- Преодолевая трудности, мы вместе и радуемся, и плачем. Не бывает людей без проблем. Важно, какое у них отношение к ним, и чтобы рядом вовремя оказался человек, который сможет поддержать, – уверена Вероника Николаевна. – Живу и радуюсь, зная, что могу помогать, и это дает мне силы. Не могу пройти мимо человека даже на улице, если вижу, что ему плохо.

Благодаря собственному большому желанию и с помощью соцконтракта, который дал возможность так вовремя получить дополнительную профессию, В.Н. Зуева смогла изменить свою жизнь и сделать ее еще более осмысленной. Женщина советует всем, у кого есть желание воспользоваться поддержкой и дать себе возможность выйти на новый уровень, и даже если не все получится с первого раза, это будет отличным способом проверить свои силы и понять, на что ты способен.

Т. Зеленина.
Фото В. Карманова.

В новых регионах - с нового года

Социальный контракт станет доступен жителям новых регионов России с 1 января 2024 года, таким образом, в данных субъектах будет действовать полный перечень мер государственной социальной поддержки. Об этом в интервью ТАСС сообщил министр труда и социальной защиты России Антон КОТЯКОВ

Министр напомнил, что переход на предоставление соцподдержки по российскому законодательству проходит в два этапа. Первый – до 1 января 2024 года, второй – с 1 января 2024 года до 1 января 2026 года. Отдельно также урегулирован переходный период по пенсионному возрасту – он продлится до 1 января 2033 года.

С начала текущего года в новых регионах выплачивается единое пособие и действует программа маткапитала, а с 1 марта начался прием заявлений на получение российской пенсии.

- Сейчас меры поддержки действуют с определенными исключениями и особенностями, например, для оформления единого пособия не требуется переводить документы с украинского на русский язык, а ряд сведений берем не из государственных информационных систем, а из бумажных справок. От этих особенностей мы должны избавиться с 1 января 2026 года, – пояснил министр.

По информации Социального фонда России.

Вопрос-ответ

Успеете ли вы подать заявление на соцконтракт в этом году? Какие изменения в заключении социальных контрактов ждут нас в 2024 году? Об этом рассказала министр социальной политики и труда Удмуртии Ольга ЛУБНИНА

? Сейчас доходы не радуют, и моя семья подходит под категорию малоимущей. Но у меня есть отличная идея по открытию своего дела! Успею ли я подать заявление на соцконтракт в этом году?

- Конечно, средства, выделенные на этот год из регионального и федерального бюджета, позволят заключить около 3000 социальных контрактов, а за десять месяцев 2023 года заключено 2389 соцконтрактов. Вы еще можете подать заявление в этом году через Госуслуги, в филиалах Республиканского центра социальных выплат или в МФЦ.

? Хочу заключить соцконтракт на открытие своего дела, но никогда

раньше не была предпринимателем. Можно где-то обучиться, чтобы взять соцконтракт?

- Да, совместно с Республиканским бизнес-инкубатором еще в прошлом году начата и продолжается работа по обучению граждан основам ведения бизнеса. На курсах начинающие бизнесмены учатся основам управления, развития своего дела, маркетинга, узнают методы решения налоговых и юридических вопросов. Записаться на обучение и узнать подробную программу курса можно на сайте Республиканского бизнес-инкубатора.

? Очень сложно подсчитать «среднесемейный» доход, потому что на членов семьи прожиточный минимум разный, да

еще и надо учитывать всех, кто прописан в домовладении. Сложно понять, могу ли я претендовать на соцконтракт. Можно ли сделать процедуру проще?

- С января 2024 считать доходы семьи станет легче. Если сейчас учитывается доход всех совместно проживающих граждан (это может быть и сама семья заявителя, бабушки, дедушки, дяди и тети), то с 1 января следующего года в расчет дохода будут браться только члены одной семьи: папы, мамы и дети. При расчетах обеспеченности семьи учитывается «среднесемейный» прожиточный минимум, сейчас для расчета берутся показатели прожиточного минимума для разных категорий населения (трудоспособные граждане, дети, пенсионеры), со следу-

ющего года будет учитываться прожиточный минимум на душу населения.

? Какие еще будут изменения с января 2024 года?

- Кроме перехода от понятия «домохозяйства» к понятию «семья» и от «среднесемейного» прожиточного минимума к прожиточному минимуму на душу населения появится возможность получения доходов путем межведомственного взаимодействия и изменится период учета доходов. Сейчас учитываются три месяца до месяца, в котором подается заявление, а с первого января – за три месяца, предшествующих месяцу подачи заявления. Например, в январе будут учитываться доходы за сентябрь, октябрь и ноябрь.

? Где можно узнать подробности о направлениях и заключении социальных контрактов?

- Чтобы получить консультацию по поводу заключения соцконтракта и подать заявление, вы можете обратиться лично в филиалы Республиканского центра социальных выплат или позвонить по телефону «горячей линии» **8 (3412) 222-899**. Адреса и телефоны филиалов Республиканского центра социальных выплат указаны на сайте Минсоцполитики УР.

Для получения консультаций по вопросам социальной поддержки, обслуживания и другим государственным социальным услугам вы можете обратиться в Единый контакт-центр взаимодействия с гражданами **8-800-100-00-01**.

В Сарапуле появится новый спортивный объект

В микрорайоне «Западный» на территории, расположенной за школой № 25, строится крытый физкультурно-оздоровительный комплекс с трибунами и спортивным залом

Возводится новый спортивный объект по лизинговой сделке с банком. Его стоимость – 90 млн рублей. Это будет большой спортивный зал с несколькими отделениями, предназначенный для проведения спортивных мероприятий и тренировочных занятий. Здесь также будут тренерская, раздевалки, гардероб и пост охраны. Уже выполнен фундамент, каркас, тентовое укрытие. После того как будет подключено отопление, строители приступят к внутренним отделочным работам.

- Идея строительства такого физкультурно-оздоровительного комплекса зародилась тогда, когда республикой была поставлена задача ориентироваться на межмуниципальные проекты, то есть строить объекты социальной инфраструктуры, которые будут служить сразу нескольким муниципальным образованияам, в нашем случае двум, - объяснил Глава города Виктор Шестаков, который лично проверяет ход работ на объекте. - Продолжается строительство инженерных коммуникаций, впереди - укладка паркета и внутренние строительно-отделочные работы. Через два-три месяца дети и взрослые смогут оценить условия, созданные новым городским проектом.

Комплекс будет находиться в ведомстве спортивной школы Управления образования



НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

города Сарапула. Как отмечает начальник Управления образования Владимир Красноперов, новый ФОК будет удобен для посещения жителями микрорайона «Западный» и села Северный. Помимо тренировочного процесса, организованного муниципальной спортивной школой, здесь будут предоставляться коммерческие услуги сторонних организаций. Уже сейчас составляется примерное расписание работы комплекса и ведутся деловые переговоры с потенциальными партнерами по его наполняемости с учетом запроса населения.

- Когда республикой был инициирован этот проект, мы думали, что построим спортивный объект в селе Северный, но у нас не нашлось земельного участка, который бы подлежал всем необходимым требованиям, - рассказывает зам. Главы Сарапульского района по социальным вопросам Марина Шишкина. - Тогда было принято решение о его строительстве на территории горо-

да Сарапула. Почему хотели в Северном – здесь у нас нет ни одного крытого спортивного объекта. На сегодняшний день по Государственной программе «Комплексное развитие сельских территорий» мы построили уличную спортивную площадку, где есть покрытие, ограждение, баскетбольная и волейбольная сетки, разметка, ворота для мини-футбола, сейчас делаем освещение. Строительство ФОКа в микрорайоне «Западный» – это тоже очень здорово и интересно. Мы готовы принять участие в организации занятий для детей с тренерами спортивной школы Сарапульского района и начальной школы села Северного.

Строительные работы на объекте не прекращаются ни на день. А для того, чтобы их результат соответствовал всем ожиданиям, процесс строительства осуществляется под бдительным контролем представителей городской власти.

С. Чувыгина.

Фото **В. Карманова.**



Слева направо: зам. Главы Сарапульского района по социальным вопросам Марина Шишкина, начальник Управления образования города Сарапула Владимир Красноперов, Глава города Сарапула Виктор Шестаков, генеральный директор компании «Профтент» Иван Жуйков, зам. Главы Администрации г. Сарапула по строительству и ЖКХ Алексей Зуев

■ ДОБРОЕ СЛОВО

Жители ул. Сельской и пер. Сельский (микрорайон Барановской дачи) благодарят Главу Удмуртской Республики **А.В. Бречалова** за поддержку проекта «Главная дорога» по щебенению дорог частного сектора, Администрацию г. Сарапула, МУ «Управление благоустройства», ООО «ДСК «Лидер», Председателя Сарапульской городской Думы **С.Ю. Смолякова** за организацию и качественную реализацию проекта.

В Удмуртии любят баскетбол

В Ижевске откроется Региональный центр развития баскетбола

В рамках международной выставки-форума «Россия» на ВДНХ Глава Удмуртии Александр Бречалов и Президент Российской Федерации Баскетбола (РФБ), уроженец Ижевска Андрей Кириленко в торжественной обстановке подписали соглашение о строительстве регионального Центра развития баскетбола РФБ в Ижевске.

Центр планируется построить в Октябрьском районе на набережной Ижевского пруда. Площадь физкультурно-оздоровительного комплекса составит 4,5 тысячи кв. метров. В нем разместятся: многофункциональный баскетбольный зал на три площадки с трибунами, где можно будет проводить соревнования международного уровня, комфортные раздевалки, продуманная зона СПА с двумя бассейнами и банным комплексом, а также массажные кабинеты и комнаты релаксации. Кроме того, в здании предусмотрен гостиничный комплекс для размещения спортсменов. Реализация проекта намечена на 2024-2027 годы.

- Наше отношение с Российской Федерацией Баскетбола всегда на стабильно высоком уровне, - отметил Глава региона Александр Бречалов. - Я хочу поблагодарить Андрея,

всю команду, Марата Зиятдинова за то, что они не просто развивают баскетбол, не просто поддерживают инициативы, а предлагают и реализуют проекты выше ожиданий. Именно поэтому в Удмуртии проходят хорошие турниры, именно поэтому у нас открываются новые площадки, новые центры. В прошлом году мы с Андреем Кириленко и Петром Фрадковым открыли крутейший центр уличного баскетбола. Все лето, даже сейчас он битком. В Удмуртии очень любят баскетбол. Им занимается больше 14 тысяч человек. Новый региональный Центр развития баскетбола однозначно станет большим и долгожданным событием как для профессиональных спортсменов, так и для всех мальчишек и девчонок, мечтающих о победах в большом спорте.

Напомним, за последние пять лет в республике построен и отремонтирован 381 спортивный объект, сейчас ведутся работы еще на 10 объектах. Появление новых спортивных сооружений позволяет создать комфортные и доступные условия для занятия физической культурой и спортом, что соответствует целям нацпроекта «Демография», инициированного Президентом страны Владимиром Путиным.

Газ приходит в дома

Почти шесть тысяч домов в Удмуртии, а это 5720 семей, в текущем году уже подключены к газу

Программа догазификации стартовала в 2021 году по инициативе Президента России Владимира Путина при поддержке партии «Единая Россия». За время ее действия газ уже «зашел» в 12 402 дома.

Программа предполагает бесплатное строительство газовых сетей до границ участков собственников, а также врезку и пуск газа. Работы по прокладке газопровода внутри участка и приобретение оборудования проводятся за счет средств заявителей, но и здесь есть льготы, которые распространяются на отдельные категории граждан.

- В Удмуртии программа догазификации очень востребована, - комментирует министр строительства и жилищно-коммунального хозяйства Ришат Ибрагимов. - На сегодня от населения в «Газпром газораспределение Ижевск», который является региональ-

ным оператором этого проекта, поступило 37 789 заявок. В итоге 31 тысяча домов уже получила техническую возможность подключения к газу.

Заявки от населения на участие в программе принимаются:

- в офисе Газпрома, а также в личном кабинете на сайте организации;
- через сайт Госуслуг;
- через портал Единого оператора газификации - connectgas.ru;
- в МФЦ.

Проконсультироваться по участию в программе можно по телефону «горячей линии» единого контактного центра АО «Газпром газораспределение Ижевск» **8-800-30-18-444**, а также в Контакт-центре Единого оператора газификации России **8-800-101-00-04**.

Пресс-служба Главы и Правительства УР.

Нужна помощь

8 ноября в Сарапуле, в многоквартирном деревянном доме по ул. Мира, случился пожар, в результате которого семья: мама с двумя детьми - осталась без крыши над головой. Нужна любая помощь. Тел. для оказания помощи - **8-904-278-96-38** (Наталья).

Первосвященники Преображенской церкви села Мазунино

В сентябре в г. Сарапуле и с. Мазунино побывали гости из Москвы - троюродные братья Михаил Алексанянц и Глеб Павлович Брюсов, врач-реаниматолог, заведующий отделением реанимации и интенсивной терапии РДКБ, глава благотворительного фонда «Подари жизнь»



Семья Напольских и Гаркуновы (сверху справа)

Братья - родственники священников Напольских, Гаркуновых и поэта Серебряного века Валерия Брюсова. Они привезли родословные материалы и были благодарны сарапульцам и мазунинцам за сохранение памяти об их родных и открытие музея храма Преображения в с. Мазунино.

Напомню историю церкви в с. Мазунино. В начале XVIII века около деревни Мазунинская в селе Мамылево была построена деревянная церковь во имя Преображения Господня. Но ее постоянно затапливало при паводке, поэтому и перенесли ее в Мазунино. В 1782 году здесь уже был построен первый каменный храм в Удмуртии. Но на 200 здешних дворов с. Мазунино и 200 ближайших деревень он был мал. Тогда решили выстроить новый большой храм. После ижевского пожара 1810 года талантливый заводской архитектор Семен Емельянович Дудин выполнил проект нового ижевского храма. Но в столице сочли проект слишком «пышным» и излишне затратным для заводского поселка и предложили строить храм попроще. А мазунинцы решили, что именно такой храм как раз им подойдет. Так проект С.Е. Дудина воплотился в жизнь.

Этот храм - значимое произведение искусства всей Удмуртии. По сложности лепного декора интерьеров ему нет равных. Храм строился на средства прихожан. В строительстве приняли участие пленные французы. В 1867 году при храме было открыто церковно-приходское попечительство, а в 1898 году - церковно-приходская школа. Сейчас ее традиции продолжает Воскресная православная школа, которую организовала Ольга Николаевна Павлова.

Храм в Мазунино был ведущим для большого благочиния, в которое входили Арзамасцево, Большие Калмаши,

Вятское, Галаново, Каракулино, Кулюшево, Мостовое, Пермьково, Тарасово, Чеганда. В ризнице храма хранилось 76 священных книг в богатых окладах, парчовые и лазоревые ризы с золотыми «травмами», драгоценные сосуды.

Первые священники храма - С.Е. Мышкин, Феодор Ф. Мышкин, И.В. Васильев, Е. Овчинников, М.Н. Напольский.

Стефан Евфимиевич Мышкин (1780-1844) и Феодор Мышкин - представители обширной старинной династии священнослужителей и языковедов Вятки. Достаточно сказать, что в 1820 году только в духовных заведениях Вятской губернии обучалось более 50 юношей Мышкиных!

Крупный удмуртский этнограф, миссионер Иоанн Васильевич Васильев (1858-1927) служил в храмах Бураново, Малой Пурги и Шаркана. В последнем Иоанн Васильевич организовал чудный хор, производивший неотразимое впечатление на многочисленных богомольцев, хор пел на литургиях на вотском и церковнославянском языках. О. Иоанн сам вел проповеди на вотском и русском языках. Он открыл миссионерскую шарканскую церковно-приходскую школу, которую охотно посещали удмуртские прихожанки.

И.В. Васильев - автор важнейших прикладных этнографических очерков Поволжья. В 1915 году в честь 30-летия службы пастыря была издана листовка со стихами в его честь. Батюшка, борющийся против кумышковадения и разгульных банных посиделок, порой и сам проявлял человеческую слабость и был за пьяный проступок отправлен на епитимью в Сарапульский собор. Но вскоре был прощен и в 1890 году переведен из Бураново в село Мазунино, через три года - в Малую Пургу.

Иерей Емельян Овчинников в предреволюционные годы

вел в Мазунино большую просветительскую и хозяйственную деятельность: возглавлял попечительский совет, организовал кредитное товарищество, куда вступило 200 крестьян.

Матфей Николаев Напольский родился 15 ноября 1839 года в семье диакона с. Кулюшево Сарапульского уезда. Окончил в 1862 году Вятскую духовную семинарию с аттестатом 1 разряда. 30 января 1863 года был определен к Преображенской церкви с. Мазунино Сарапульского уезда, 11 мая 1863 года рукоположен в сан иерея. С 1870 по 1873 годы проходил должность следователя, с 9 ноября 1871 года - благочинный 1 округа Сарапульского уезда. Он неоднократно был депутатом на епархиальных съездах с 1872 по 1894 годы. Имел много церковных наград - набедренник, скуфью, знак Красного Креста, камилавку, орден Святой Анны 3 степени, наперсный крест. С 1873 года являлся законоучителем в земском училище. С 1891 года состоял

членом Сарапульского Вознесенского братства и Миссионерского общества. Жена его Елена Васильевна родилась в 1844 году. Трое сыновей из их шестерых детей (Вениамин, Петр и Иоанн) стали церковнослужителями, причем Петр и Вениамин также служили в храме Вознесения с. Мазунино, а дочь Анна вышла замуж за диакона Гавриила Гаркунова. У них родилось 11 детей. Матфей Напольский прожил 60 лет и скончался 5 мая 1900 года. В некрологе, помещенном в Вятских епархиальных ведомостях, писали: «Этот любимый пастырь горько был оплакиваем своими прихожанами. Покойный 38 лет был священником при одном храме и 27 лет - благочинным 1 округа. Человек редкой скромности и в то же время редкой веры, о. протоиерей Напольский считался лучшим знатоком жизни крестьян и духовенства и его интересов. Имея колоссальную память, он все силы и здоровье посвятил церкви. В последние семь дней тяжелой болезни он сохранял свежесть ума и присутствие духа, позаботился об исполнении самонужнейших дел по благочинию, участвовал в жизни окружающих и родных до последних минут. Мир праху труженика!».

У наших московских гостей (троюродных братьев) общий прадед - Гавриил Гаркунов. Его сын, Серафим Гаврилович Гаркунов, - дед Михаила Алексаньянца, дочь Нина Гавриловна - бабушка Глеба Павловича Брюсова. Прадед Глеба, Сергей Авинович - троюродный брат поэта Валерия Брюсова. О Гаркуновых наша газета писала два года тому назад. Как это не раз случалось в Сарапуле, священнические династии Напольских, Гаркуновых, Утробиных, Ложкиных тесно переплелись между собой.

Мазунинская церковь была разграблена в революционные годы. В гражданскую войну снаряд, выпущенный со

стороны Камы, пробил алтарь. В 1936 году церковь Преображения Господня в Мазунино была закрыта, в 1941 году использовалась под склад зерна. В 1990-е годы храм с обвалившейся крышей был возвращен епархии. По инициативе Президента Удмуртской Республики Александра Александровича Волкова с 2006 года началось восстановление наружной части храма. Значительную лепту внес в восстановление храма протоиерей Виктор Дмитриевский. Прихожане любили его и охотно посещали службы. Он служил десять лет, организовывал субботники, привлекал и горожан, и селян к расчистке территории храма, при отсутствии трапезной устроил столовую для прихожан в своем доме. Некоторое время служил в храме сарапульский иерей о. Владимир Экс. Затем настоятелем храма в течение 10 лет был протоиерей Владимир Жижин, скончавшийся от болезни 4 августа 2018 года. В настоящее время в храме служит иерей о. Константин Симонов.

Поэты и писатели обладают даром предвидения. Думал ли поэт Серебряного века Валерий Брюсов о замечательном храме Преображения Господня в Мазунино, когда в 1899 году написал стихотворение «В старинном храме»:

В этой храмине тесной,
Под расписанным сводом,
Сумрак тайны небесной
Озарен пред народом.
В свете тихом и чистом,
В легком дыме курений,
Словно в мире лучистом,
Ходят ясные тени.

Слышно детское пенье,
Славословие светам,
В сладкой смене молений
Умиленным ответом.

А вдали в полусвете
Лики смотрят с иконы,
К нам глядят из столетий
Под священные звоны.

Н. Запорожцева.



Встреча в с. Мазунино. Слева направо: Г.П. Брюсов, Т.Б. Пеганова, О.Н. Павлова, М. Алексанянц

Есть такая профессия - Родину защищать

Офицер - это профессиональный военный. Служба в армии для него - постоянное занятие

Офицерские традиции - исторически сложившиеся и передаваемые из поколения в поколение обычаи, профессиональные и моральные правила, ставшие нормой поведения офицерского состава в боевой обстановке и в мирное время, активно побуждающие их образцово выполнять свой воинский долг, честно и добросовестно служить Родине.

В нашей стране в офицере всегда видели рыцаря. Доблесть, честность, образованность, воспитанность, благородство мыслей и поступков, чистая совесть - вот те черты, которые в нем особенно ценились.

В настоящее время в России готовят офицеров в 35 военных образовательных организациях высшего образования Министерства обороны РФ, осуществляющих подготовку граждан по программам высшего и среднего профессионального образования. Юноши и девушки могут выбрать специальность по своим инте-

ресам и наклонностям, от военных спасателей и военных юристов до офицеров спецслужб.

Согласно Федеральному закону «О воинской обязанности и военной службе» в военные образовательные учреждения имеют право поступать граждане России, не проходившие военную службу, в возрасте от 16 до 22 лет, а прошедшие военную службу или проходящие ее по призыву - до достижения ими возраста 24 лет.

Кандидаты, направленные для поступления в высшие военные учебные заведения, при сдаче вступительных экзаменов получают трехразовое питание.

Лица, принятые в военные учебные заведения, зачисляются курсантами и обеспечиваются всеми видами довольствия. Во время обучения курсанты ежегодно имеют право на месячный отпуск в летнее время с бесплатным проездом в любой пункт стра-

ны, а также двухнедельные каникулы зимой.

По окончании учебного заведения выпускникам присваивается звание лейтенанта, выдается диплом о получении высшего гражданского образования.

Если вы решили поступать в военное образовательное учреждение, подать заявление можно в военном комиссариате города Сарапула, Камбарского, Каракулинского и Сарапульского районов Удмуртской Республики по месту жительства до 15 декабря 2023 года.

Более подробную информацию о военных учебных заведениях, об условиях поступления и обучения в них можно получить в военном комиссариате по адресу: УР, г. Сарапул, ул. Советская, 8, тел: 4-01-81, с 8.30 до 17.00.

Д. Костылев, военный комиссар г. Сарапула, Камбарского, Каракулинского и Сарапульского районов УР.

Прокуратура информирует

● В России повышен возраст осужденных, которым могут назначить принудительные работы

Федеральным законом от 3 апреля 2023 г. № 111-ФЗ «О внесении изменения в статью 53.1 Уголовного кодекса Российской Федерации» подписан закон, которым положения УК РФ приводятся в соответствие с изменениями пенсионного законодательства в части повышения пен-

сионного возраста.

В связи с этим возрастное ограничение, предусмотренное в УК РФ, при котором принудительные работы не назначаются, для женщин повышено с 55 до 60 лет, для мужчин - с 60 до 65 лет с учетом положений Закона о страховых пенсиях.

● Жители Удмуртии осуждены за незаконный оборот метилового спирта

Прокуратурой г. Сарапула поддержано государственное обвинение по уголовному делу в отношении семерых жителей республики, обвиняемых в совершении преступлений, предусмотренных ч. 2 ст. 238, ч. 2 ст. 234, ч. 1 ст. 171.3, ч. 1 ст. 174.1, ч. 3 ст. 180 УК РФ.

Судом установлено, что осужденные приобрели в Пермском крае ядовитое вещество - метиловый спирт (метанол) и организовали в трех подпольных цехах в Сарапуле и Сарапульском

районе производство автомобильной стеклоомывающей жидкости. Кроме того, виновные наладили на основе этилового спирта производство спиртосодержащей жидкости, не отвечающей требованиям безопасности, которую сбывали под видом «коньяка», «водки» и «клюквенной настойки».

Подсудимые признаны виновными, им назначено наказание.

И. Дулесов, помощник прокурора г. Сарапула.

● Устранены нарушения в сфере пожарной безопасности многоквартирных домов

Прокуратурой г. Сарапула проведена проверка исполнения законодательства, регулирующего проведение мероприятий по пожарной безопасности многоквартирных домов.

В ходе проверки в десяти МКД выявлены различные нарушения требований, заключающиеся в основном в хранении предметов, выпол-

ненных из горючих материалов, под лестничными маршами и на чердаке.

В адрес председателей ТСЖ вынесены представления, они привлечены к административной ответственности по ч. 1 ст. 20.4 КоАП РФ. Нарушения устранены в полном объеме.

И. Коротков, помощник прокурора г. Сарапула.

● Вправе ли работодатель сокращать перерыв для отдыха?

Согласно статье 107 Трудового кодекса РФ время отдыха работника - это перерывы в течение рабочего дня, ежедневный отдых, выходные дни, нерабочие праздничные дни и отпуска.

Время предоставления перерыва и его продолжительность устанавливаются правилами внутреннего трудового распорядка или по соглашению между работником и работодателем.

Перерыв для отдыха и питания должен быть предоставлен работнику не более двух часов и не менее 30 минут. Указанные перерывы в рабочее время не включаются. Если продолжительность ежедневной смены работника составляет менее четырех часов, то работодатель имеет право не предоставлять перерыв для отдыха и питания.

Отдельные правила предусмотрены для работающих

женщин, имеющих детей в возрасте до полутора лет. В таком случае при наличии одного ребенка наряду с перерывом для труда и отдыха предоставляется дополнительный перерыв для кормления ребенка продолжительностью не менее 30 минут не реже чем каждые три часа рабочего времени. При наличии двух и более детей длительность перерывов увеличивается до одного часа.

Такой перерыв включается в общую продолжительность рабочего времени и подлежит оплате в размере среднего заработка. Длительность указанных перерывов не зависит от режима рабочего времени и не может быть сокращена.

С. Комаров, старший помощник прокурора г. Сарапула.

СЛУЖБА
ПО КОНТРАКТУ

СТАБИЛЬНЫЙ
И ДОСТОЙНЫЙ
ТРУД В АРМИИ
РОССИИ



Условия и льготы

- ★ Возможность получить бесплатное жилье
- ★ Вещевое и продовольственное обеспечение
- ★ Обследование, реабилитация и лечение в военно-медицинских учреждениях
- ★ Раз в год бесплатный проезд к месту проведения отпуска и обратно
- ★ Право на безвозмездное обучение в любом средне-специальном или высшем учебном заведении (после 3 лет службы)

Зарплата от 210 000 Р

Подайте заявление на Госуслугах или по адресу: Ижевск, ул. Зенитная, 2А 8 (3412) 68-37-33 деломужчин.рф



Оплатить вовремя

Сотрудники Госавтоинспекции провели рейдовое мероприятие совместно с сотрудниками УФССП

С начала года в службу судебных приставов направлено свыше 99 тысяч постановлений по делам об административных правонарушениях на сумму более 105 миллионов рублей.

В ходе межведомственного мероприятия проверено более 40 водителей транспортных средств, выявлено пять граждан, уклоняющихся от исполнения административного наказания. Три транс-

портных средства изъяты, помещены на спецстоянку, один водитель оплатил штрафы на сумму 20 тысяч рублей, выписано одно требование о явке к приставу-исполнителю.

Госавтоинспекция напоминает

Административный штраф должен быть уплачен в полном размере не позднее 60 дней со дня вступления постановления о наложении штра-

фа в законную силу.

Согласно ч. 1 ст. 12.25 КоАП РФ, неуплата административного штрафа в срок влечет наложение штрафа в двукратном размере неоплаченного штрафа, но не менее 1000 рублей, либо административный арест на срок до 15 суток, либо обязательные работы на срок до 50 часов. С августа этого года срок привлечения лица к ответственности по указанной статье - один год.

Защитите себя зимой

Какие проблемы со здоровьем ждут пожилых людей зимой и как их избежать, рассказывает заведующая отделением амбулаторной гериатрии Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, врач-гериатр, кандидат медицинских наук Наталья ШАРАШКИНА

Обострение хронических заболеваний

Во время смены сезонов пожилые люди начинают жаловаться на всевозможные симптомы обострения хронических заболеваний: головные боли, одышку, боли в сердце и другие недомогания. Основная причина таких сезонных обострений – снижение иммунитета. При смене теплого времени года на холодный иммунная система пожилого человека испытывает настоящий стресс. Этому способствуют и многочисленные факторы риска: малоподвижный образ жизни, неправильное питание, дефицит сна, психоэмоциональные проблемы.

Часто в холодное время года обостряются урологические заболевания, например, цистит или воспаление мочевого пузыря. О цистите заявят такие симптомы, как навязчивое желание сходить в туалет, боль внизу живота, иногда отдающая в поясницу, изменение цвета мочи или примеси в ней, режущая боль при опорожнении мочевого пузыря, иногда небольшое повышение температуры. С воспалениями мочевого пузыря не шутят, поэтому лечение назначает только врач. Чтобы не допустить обострения, первое правило – не переохлаждаться и носить теплую одежду по сезону. В качестве профилактики нужно пить побольше воды, что уменьшает концентрацию мочи и защищает мочевой пузырь. Также можно употреблять клюквенный морс (клюква обладает антибактериальными свойствами), а также разбавленные соки или травяные сборы. Очень важно не сдерживать позывы к мочеиспусканию, человеку необходимо освободить мочевой пузырь каждые 2-3 часа (по 200-300 мл за раз), регулярное опорожнение мочевого пузыря — это защита от инфекций.

Обморожения и переохлаждения

Терморегуляция – важный процесс, который поддерживает стабильную внутреннюю температуру организма независимо от условий окружающей среды (около $37 \pm 0,5^\circ\text{C}$). Пожилые люди подвержены повышенному риску нарушений терморегуляции. Это может произойти из-за сердечно-сосудистых патологий, сокращения объема мышечной ткани и нарушения ее функций, снижения метаболизма. Сказаться может и низкая физическая активность. Таким образом, долгое пребывание на улице зимой может привести к переохлаждению и даже обморожению. Очень важно одеваться по погоде,

при этом предпочтительнее выбирать одежду из натуральных тканей, они лучше сохраняют тепло. Организму нужна энергия для обогрева, поэтому питаться следует регулярно и полноценно, с достаточным количеством белка. Если за окном мороз, то прогулки должны быть непродолжительными, но совсем отказываться от выхода на свежий воздух не стоит.

Обезвоживание

Неожиданный факт, но риск обезвоживания актуален не только летом. В холодную погоду жажда ощущается не так явно, однако потребность в жидкости у организма не снижается. Усугубить ситуацию может сухой воздух в помещении из-за отопительных приборов или страх частых мочеиспусканий. Поэтому зимой также очень важно потреблять достаточное количество жидкости. В среднем рекомендуется выпивать 1500-2000 мл или 30 мл на 1 кг массы тела в сутки. При недержании мочи обязательно обратитесь к врачу-гериатру, он поможет справиться с этой проблемой.

Простудные заболевания

Зима – это сезон простуды и гриппа. После 65 лет в иммунной системе человека начинаются изменения, она ослабевает. Из-за сопутствующих хронических заболеваний организм не может справиться с инфекцией, возникают осложнения. Так, в период эпидемии гриппа риск смерти у пожилых пациентов с хроническими болезнями легких и сердечно-сосудистыми патологиями увеличивается в десятки раз. Поэтому в холодное время года необходимо с особым вниманием подходить к своему здоровью, поддерживать физическую активность, правильно питаться. От гриппа и пневмококковой пневмонии поможет защититься вакцинация. От гриппа лучше прививаться ежегодно.

Сухость и покраснение кожи

Зимние морозы могут стать причиной появления кожного зуда и раздражения. Это может быть простое обветривание, когда кожа продолжительное время подвергалась негативному воздействию ветра, мороза, влаги. Чувствительная и сухая кожа нуждается в более тщательном уходе и применении специальных средств для эффективного увлажнения, очищения и смягчения. В таком случае справиться с неприятными ощущениями и визуальными повреждениями помогут питательные и смягчающие кремы.



В редких случаях кожный зуд может сопровождаться жжением и мелкой красной сыпью. Это типичные симптомы аллергии на холод. Самолечение или применение народных средств при аллергии на холод неэффективны. Соблюдайте профилактические меры: перед выходом на улицу нанесите на кожу защитный крем, губы покройте гигиенической помадой, максимально закрывайте лицо и руки на морозе, следите за тем, чтобы в рацион входили продукты, богатые витаминами А, Е, группы В, железом, кальцием, цинком, калием, селеном. Подобрать витаминные препараты, которые подходят именно вам, поможет врач-гериатр или терапевт.

Падения и переломы

В осенне-зимний период риск падений и травм у пожилых значительно возрастает. Почти треть людей старше 65 лет и половина людей старше 80 лет, по крайней мере, один раз в год переносят падения. Каждый второй человек старше 85 лет после падения утрачивает способность к самостоятельному передвижению. Особенно опасны падения для людей с остеопорозом. Из-за снижения плотности костной ткани серьезную травму можно получить даже при падении с высоты собственного роста. У пожилых людей чаще всего происходят переломы шейки бедра, кистей рук, костей таза, позвонков, черепно-мозговые травмы.

Наиболее грозными и инвалидизирующими последствиями падений у пациентов этой категории являются травма головы с развитием кровоизлияния в мозг и перелом шейки бедра. Поэтому зимой рекомендуется носить удобную обувь на нескользящей подошве, при необходимости можно надеть на нее специальные противоскользящие насадки. Будет полезно выполнять упражнения на укрепление мышц и улучшение равновесия. Регулярно проходите диспансеризацию для выявления риска падений и переломов, при необходимости выполните исследование плотности костей. Включайте в рацион продукты, богатые кальцием и витамином Д.

Болезнь легче предупредить

В Удмуртии вакцинацию от пневмококковой инфекции в этом году прошли уже более восьми тысяч пожилых граждан, всего до конца года планируется привить 11 тысяч людей старшего возраста

Об этом рассказала главный внештатный специалист Минздрава Удмуртии по вакцинопрофилактике Елена КОРЯКИНА.

Вакцинация граждан старше 60 лет из групп риска от пневмококковой инфекции проводится в рамках федерального проекта «Старшее поколение» национального проекта «Демография», инициированного Президентом России Владимиром Путиным. Средства выделяются из регионального бюджета.

С 2014 года вакцинация от пневмококковой инфекции включена в Национальный календарь профилактических прививок. Ей подлежат все дети с 1-2 года жизни. Дополнительно с 2017 года благодаря поддержке Главы Удмуртии мы вакцинируем призывников и пожилых людей, которые страдают хронической обструктивной болезнью легких (ХОБЛ). Для пожилых эта прививка особенно важна – она позволяет снизить коли-

чество рецидивов основного заболевания в период подъема ОРВИ и гриппа, – отметила Елена Корякина.

Она подчеркнула, что сейчас от пневмококка привиты 7,4 процента пожилых жителей Удмуртии – это выше среднероссийского уровня. Прививку можно поставить в своей поликлинике по направлению терапевта.

Неделя с 6 по 12 ноября Минздравом России объявлена Неделя профилактики заболеваний органов дыхания. Болезни органов дыхания – одни из самых распространенных, в них входят и острые респираторные вирусные инфекции, и такие опасные заболевания, как хронический бронхит, бронхиальная астма, пневмония, хроническая обструктивная болезнь легких. Вакцинация от гриппа и пневмококковой инфекции позволяет предотвратить развитие этих заболеваний и их осложнений.

Пресс-служба
Минздрава УР.

Как сохранить душевный комфорт?

Прислушайтесь к советам психолога

Сегодня много говорят о стрессе. Мы каждый день сталкиваемся с маленькими и большими проблемами, которые нужно решать здесь и сейчас. Кого-то раздражает неустроенность быта, непонимание близких людей, неурядицы на работе, осенняя «хандра»...

Хочется относиться к этим проблемам спокойно и взвешенно, не терять самообладания и энергии. Но часто это сделать трудно, потому что мы не позволяем себе остановиться и отдохнуть.

Несколько советов для сохранения душевного комфорта

► Возьмите паузу и решите себе немного полежаться.

► Почитайте интересную книгу, заварите вкусный травяной чай, посмотрите любимый фильм.

► Отдохните на природе. Активная прогулка поможет вам переключиться на положительные эмоции.

► Не пренебрегайте физической активностью. Всего несколько ежедневных упражнений в течение 10-15 минут или 30-минутные прогулки сделают ваш организм более устойчивым к стрессу.

► Спице не менее 7-8 часов в сутки. Укладывайтесь спать

не позже 22-23 часов.

► Ешьте продукты, улучшающие ваше настроение и способствующие выработке гормонов счастья (бананы, шоколад, миндаль).

► Применяйте ароматерапию. Успокаивающе действуют эфирные масла розы, лаванды, жасмина и кипариса.

► Думайте о хорошем, вспоминайте приятные моменты жизни, это позволит Вам избавиться от негативных эмоций и неприятных воспоминаний.

► Поговорите по душам с кем-то близким. Иногда человеку в состоянии эмоционального напряжения необходимо просто выговориться.

► Чаще улыбайтесь и смейтесь. Улыбка усиливает позитивный настрой в течение дня.

► Обнимайте и целуйте близких людей и заметите, как улучшится ваше настроение.

► Хвалите себя даже за маленькие успехи.

► Благодарите и увидите, как мир ответит добром на ваши слова.

Берегите себя и будьте здоровы!

Т. Куликова,
психолог Республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики МЗ УР.

В объективе фотокамеры

В Сарапульском районе завершился муниципальный этап фотокросса «В объективе Первых»

Свои работы на суд компетентного жюри представили 32 команды школьников. Ребятам было предложено сделать фотографии на следующие темы: «Служи Отечеству», «Открывая страну», «Найди призвание», «Будь здоров!» и «Навигатор-наставник». Лучшие работы получились у 2 «а» и 3-го класса началь-

ной школы села Сигаево, 4 «в», 5 «а», 7 «а», 8 «а» и 9 «б» классов Сигаевской школы, 6 «а» Кигбаевской школы и сборной Совета Первых (5-6 классы) Соколовской школы. Желаем командам результативного участия в республиканском этапе фотокросса!

С. Шадрина.



2«в» класс начальной школы с. Сигаево, тема «Найди призвание»



3-4 классы Тарасовской школы, тема «Найди призвание»



6 «а» класс Кигбаевской школы, тема «Найди призвание»



4 класс Мостовинской школы, тема «Найди призвание»



3 класс начальной школы с. Сигаево, тема «Навигатор-наставник»



5 «а» класс Сигаевской школы, тема «Будь здоров!»



5-6 классы Соколовской школы, тема «Найди призвание»



8 «а» класс Сигаевской школы, тема «Навигатор-наставник»



5 «а» класс Сигаевской школы, тема «Найди призвание»



5-6 классы Юринской школы, тема «Служи Отечеству»



7 «а» класс Сигаевской школы, тема «Открывая страну»

ХУРМА: польза и вред

Многие из нас любят эту ягоду. Но не каждый задумывался, а чем же она полезна или наоборот. Эксперты Роскачества рассказали, как есть хурму, чтобы получить максимум пользы для здоровья, и поделились рецептами



НАТАЛЬЯ ГРОНСКАЯ, гастроэнтеролог, диетолог, врач интегративной медицины клиники эстетики и качества жизни GMT CLINIC:

- **Антиоксиданты.** Основная ценность хурмы – в наличии большого количества антиоксидантов. Один из них – бета-каротин, который является предшественником витамина А. В хурме его больше, чем в моркови, перце или тыкве. Если съесть плод весом около 150 г, то можно получить до 20% суточной нормы этого вещества. Витамин А важен прежде всего для обновления клеток нашего организма. Также бета-каротин борется со свободными радикалами, защищая клетки от разрушения, замедляя процесс старения.

Витамин С. В хурме высокое содержание витамина С. В комплексе с витаминами группы В (80 г хурмы покрывают суточную потребность в витамине В₃) он стимулирует деятельность иммунной системы, повышая сопротивляемость организма вирусным и бактериальным инфекциям. Кроме того, аскорбиновая кислота в сочетании с витамином Р, который также содержится в хурме в достаточном количестве, благотворно влияет на сосуды. А это в целом улучшает кровоток и является отличной профилактикой атеросклероза. Не случайно хурму рекомендуют включать в свой рацион тем, кто находится в группе риска по развитию сердечно-сосудистых заболеваний.

Микроэлементы. Микроэлементный состав хурмы также разнообразен. В ней есть калий, который способствует выведению избытка воды из организма. Это полезно взять на заметку людям, склонным к повышению артериального давления. Еще один ценный микроэлемент – магний. Он нормализует работу сердечной мышцы, благотворно действует на нервную систему и улучшает усвоение других полезных веществ. Магний помогает выводить соли натрия, тем самым снижая вероятность образования камней в почках.

Часто хурму назначают при анемии. В этой ягоде действительно достаточно железа, которое при этом неплохо усваивается. А еще в ней есть йод, который полезен для нормального функционирования щитовидной железы.

КАК ДЕЙСТВУЕТ НА КИШЕЧНИК?

Хурма стимулирует перистальтику кишечника. Она усваивается в среднем за три часа, но за счет содержания грубых пищевых волокон оказывает слабительное действие. При умеренном употреблении хурма нормализует стул. Но данное утверждение касается лишь спелых плодов. В противном случае это может привести к обратному эффекту, в частности, у тех, кто страдает хроническими запорами.

Вяжущее свойство хурмы (при чрезмерном употреблении), которое связано с содержанием танинов, может привести к вздутию живота, болям в желудке и запорам.

КОМУ НЕЛЬЗЯ ЕСТЬ?

Не рекомендуется есть во время обострения хронических заболеваний ЖКТ. Не стоит ее употреблять и людям с проблемами с камнеобразованием в почках, так как хурма обладает мочегонным эффектом.

МОЖНО ЛИ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ?

В хурме достаточно много углеводов – 18,5 г в 100 г продукта, причем 25% от этого количества приходится на глюкозу и фруктозу. При этом у хурмы невысокий гликемический индекс. Связано это с тем, что в ней много танинов, которые замедляют всасывание питательных веществ, в том числе

и углеводов.

Людям с сахарным диабетом нужно с осторожностью подходить к употреблению хурмы. Категорических противопоказаний в этом случае нет, но злоупотреблять ягодой не стоит. Рекомендуется употреблять не более 50–100 г хурмы в день (это в среднем половина плода) и после консультации с врачом. Очень важно при этом наблюдать за реакцией организма, лучше всего измерить уровень глюкозы после употребления хурмы с помощью глюкометра. Если вы хорошо перенесете такое количество хурмы, ваше состояние при этом не изменится, соблюдайте эту норму, занимая ее в среднем на 10–15%.

Также большим сахарным диабетом рекомендуется обратить внимание на менее зрелую хурму. В ней больше танинов, а значит, глюкоза в крови будет повышаться плавнее. Кроме того, в таких плодах в целом содержится меньше сахаров и много пищевых волокон, что в целом полезно людям и с диабетом, и склонным к набору веса.

СКОЛЬКО МОЖНО СЪЕСТЬ В ДЕНЬ?

Включая хурму в рацион, нужно учитывать общее количество простых сахаров в своем питании. Рассчитывайте на то, что средний плод весит около 250–300 г. В среднем его калорийность варьирует от 150 до 220 ккал. Если брать более мелкие сорта (хурма «королек»), то калорийность составляет около 50 ккал на 100 г. В среднем при разнообразном рационе разумно употреблять не более 2–3 штук в неделю. Если говорить о более мелких плодах – то один в день, с учетом суточной нормы простых сахаров. Съесть по одной хурме каждый день не вредно. И еще. Больше всего полезных веществ содержится в свежей хурме.

КОМУ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ЕСТЬ ВЯЛЕНУЮ ХУРМУ?

Вяленая или сушеная хурма имеет свои особенности. Прежде всего это калорийность (она в четыре раза выше, чем у свежей ягоды). В 100 г продукта содержится около 300 ккал. В случаях снижения веса, сахарного диабета или ожирения увлекаться сушеной хурмой не следует. С другой стороны, вяленая хурма также является источником микроэлементов и витаминов. Важно понимать, что 30 г сушеной хурмы являются альтернативой 100 г свежей ягоды.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ХУРМЫ

Варенье из хурмы при условии строго приготовления сохраняет свой витаминный состав. В нем много сахара! Так что данное блюдо противопоказано людям с лишним весом и диабетом.

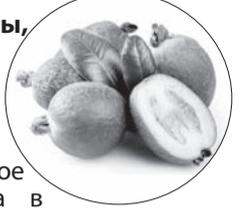
Для варенья подбирайте зрелые, но достаточно плотные плоды, варенье из них получится ароматным и тягучим. Не стоит использовать для варенья перезрелую и слишком мягкую хурму, она сразу же разварится и превратится в кашу. Недозрелые плоды будут слишком терпкими, поэтому сахара может понадобиться больше.

Хурма – 1 кг, сахар – 600 г, лимонная кислота – 1 щепотка, по желанию.

Промойте хурму, удалите плодоножку и косточки. Нарежьте мякоть на крупные дольки, присыпьте сахаром и дайте настояться 3–4 часа. За это время хурма выделит сок, с которым потом можно сварить варенье. Поставьте хурму на медленный огонь и томите 45–50 минут, до готовности. За 10 минут до готовности можно добавить лимонную кислоту, чтобы придать кислинку. Разложите варенье по стерилизованным банкам, закройте крышками, переверните и дайте полностью остыть под полотенцем.

ФЕЙХОА. Что это за ягода?

Наверняка многие видели в магазине такие зеленые ягоды, но не все знают об их пользе и вреде. Сегодня совместно с экспертами Роскачества расскажем о полезных и вредных свойствах этих ягод и при каких заболеваниях не рекомендуется их есть



ЕЛЕНА СЮРАКШИНА, врач-эндокринолог высшей категории, кандидат медицинских наук, диетолог:

– Фейхоа содержит флавоноиды (это группа природных красителей и пищевых антиоксидантов, которые обладают антибактериальными свойствами). Эти соединения полезны для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Фейхоа также богата витаминами С, В₃, В₅, Е и В₆, а также калием, фосфором, кальцием, магнием и натрием.

Эту ягоду можно есть как с кожурой, так и без нее. Кожура придает мякоти плода терпкий привкус. А вот вкус фейхоа напоминает ананас, киви и клубнику. Если вы отдаете предпочтение очищенным плодам, то мякоть выедают чайной ложкой. Ягоду следует употреблять в сыром виде, предварительно вымыв ее под проточной водой. В целом можно сказать, что мякоть плода обладает кисло-сладким вкусом и легким ароматом земляники.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

Поддерживает иммунитет. Антиоксиданты в составе фейхоа защищают клетки от повреждения свободными радикалами. Причем больше всего этих веществ в кожуре, которая по праву считается природным антибиотиком. Поэтому куда полезнее употреблять плод целиком. Благодаря витамину А и С регулярное употребление ягод фейхоа повышает иммунитет, обеспечивая профилактику простудных заболеваний. Полифенолы, которыми богат этот плод, обладают противовоспалительными свойствами, а следовательно, эти соединения могут оказывать защитное действие против воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Регулярное употребление ягоды способствует восстановлению жизненных сил, заживлению различных травм, регенерации кожи после хирургического вмешательства, что важно для организма человека после перенесенных тяжелых заболеваний или сильного стресса.

Полезна для работы ЖКТ. Благодаря высокому содержанию пищевых волокон фейхоа может поддерживать здоровье кишечника, стимулировать его работу, оказывать защитное действие против воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта и использоваться в качестве профилактики запоров и метеоризма.

Влияет на работу сердца. Благодаря высокому содержанию калия эти плоды могут способствовать снижению уровня кровяного давления и значительно снизить риск инсульта. Клетчатка тоже важна для здоровья сердца – она способствует поддержанию уровня сахара в крови.

Поддерживает работу щитовидной железы и не допускает развития анемии. Эти ягоды полны йода, который просто необходим для поддержания нормальной работы щитовидной железы и всей эндокринной системы в целом (прежде чем включать фейхоа в рацион, желателен проконсультация с эндокринологом). Также в плодах фейхоа довольно много железа, которое принимает активное участие в обеспечении тканей и органов кислородом.

Полезна для зубов и полости рта. Благодаря витамину С и кальцию плоды фейхоа помогают сохранить минерализацию зубной эмали, а витамин С подавляет рост патогенной микрофлоры, что способствует заживлению раннее поврежденных слизистых оболочек щек, неба и десен.

Поддерживает женское и мужское

здоровье. Высокое содержание цинка в плодах фейхоа поддерживает женскую репродуктивную систему, а фолиевая кислота необходима беременным женщинам для развития здорового плода. **Но перед употреблением фейхоа в период беременности** лучше все же проконсультироваться с врачом, так как эта ягода способна вызвать аллергическую реакцию.

По статистике, мужчины куда чаще страдают от сердечно-сосудистых заболеваний, проблем с пищеварением и гипертонической болезнью. Регулярное употребление фейхоа может стать отличным способом профилактики. Недостаток йода в мужском организме может привести к развитию хронической усталости, снижению внимания и способности концентрироваться, поэтому ягода рекомендуется тем, кто выполняет тяжелую физическую работу или много времени проводит за рулем. Чтобы поддержать уровень йода на оптимальном уровне, достаточно съедать 100 г ягод в день.

Рекомендуется в диетическом питании. Фейхоа отличается низкой калорийностью – всего 61 ккал на 100 г плодов. Так что ее рекомендовано включать в рацион и тем, кто желает избавиться от лишнего веса или полакомиться чем-то вкусным без вреда для фигуры и с пользой для здоровья.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Плоды фейхоа стоит убрать из рациона **при склонности к аллергическим реакциям.** Также аллергическая реакция или диарея возможны при чрезмерном употреблении. Тем, кто впервые пробует фейхоа, стоит ограничиться одним-двумя плодами, а средней рекомендуемой нормой являются три-четыре ягоды в день (примерно 100 г) при отсутствии противопоказаний.

Противопоказаниями для употребления ягоды являются **обострение заболеваний ЖКТ. При панкреатите и гастрите с высокой кислотностью** также следует исключить этот экзотический плод из рациона. В фейхоа много эфирных масел и дубильных веществ, раздражающих стенки органов пищеварения.

Так как плоды содержат много йода, их стоит с осторожностью употреблять людям, у которых диагностированы **нарушения в работе щитовидной железы.**

Людям, страдающим сахарным диабетом, употреблять фейхоа стоит в небольших количествах, это объясняется высоким содержанием сахара. Противопоказанием являются также заболевания щитовидной железы.

Фейхоа нельзя сочетать с молоком: это приведет к расстройству пищеварения, тошноте и метеоризму.

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ

У зрелого плода кожица должна быть крепкой, но при этом прожиматься при надавливании пальцами. Выбирайте ягоды без темных пятен, заметных повреждений и плесени. Размер спелых плодов – 3–5 см. Имейте также в виду, что у незрелой ягоды мякоть зеленоватых оттенков, у спелой – полупрозрачная, напоминающая по консистенции желе, более твердая под шкуркой и нежная ближе к центру плода.

Спелые ягоды не стоит хранить дольше 3–5 дней. Если же вы не успели их съесть за это время, то можно положить в морозилку (в замороженном виде плоды хранятся около года).

Если вы купили твердые ягоды, их можно оставить на несколько дней дозреть при комнатной температуре.