

СОЛНЕЧНЫЙ меридиан

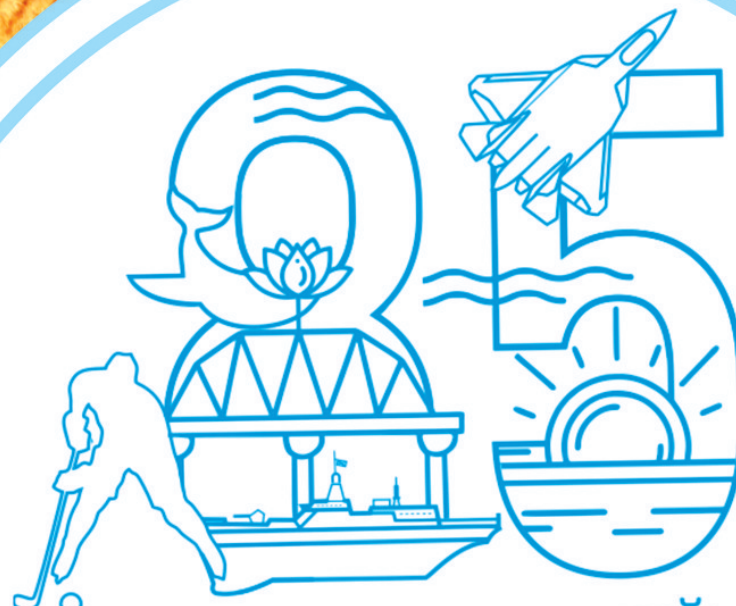
17 октября (вторник) 2023 года № 42 (4583)

Газета издается с 1 июля 1977 года (6+)

Цена 30 рублей

Край, где хочется жить!

*Наш край необъятный, порой непонятный тому, кто с ним только заочно знаком.
Исконно российский, но щедрый и близкий для всех, кто назвался его земляком.*



ХАБАРОВСКИЙ
КРАЙ



20 октября — годовщина образования Хабаровского края

Уважаемые жители Хабаровского края, земляки!

85 лет назад, 20 октября 1938 года, большой Дальневосточный край был разделён на Приморский и Хабаровский.

Но Россия понимала, какие богатства и какие перспективы лежат здесь ещё в XVII веке. Иван Москвитин, Семён Шелковников и, конечно, Ерофей Хабаров, чьё имя сегодня носит наш край и его столица — все они проложили Путь на Восток.

В XIX веке русские офицеры и патриоты, среди которых Николай Муравьёв, Геннадий Невельской, Яков Дьяченко и множество других окончательно решили вопрос о присоединении этих земель к России.

И уже в XXI веке в условиях разворота России на Восток именно нашему краю уделяется особое внимание.

И здесь позвольте привести слова Президента России Владимира Владимировича Путина, которые он сказал на Пленарном заседании VIII ВЭФ: «Роль Дальнего Востока для нашей страны, для её будущего, для позиций России в многополярном мире исключительно велика. Мы это хорошо понимаем. И потому хочу повторить то, о чём говорил в Послании Федеральному Собранию десять лет назад, в декабре 2013 года: опережающее развитие Дальнего Востока — это наш абсолютный приоритет на весь XXI век, общая ответственность и работа Правительства, регионов, крупнейших отечественных компаний».

Хабаровский край — надёжный оплот России на Дальнем Востоке, по многим показателям мы успешно конкурируем не только с соседями по ДФО, но и с центральной частью страны.

И нам есть чем гордиться!

Мы вместе строим дома и корабли, поднимаем в небо самолёты, прокладываем дороги, заботимся о детях и представителях старшего поколения.

Наше основное преимущество — диверсифицированная экономика: в отличие от соседей, мы не завязаны только на сырьевые отрасли, а опираемся и на развитую промышленность, и на транспортно-логистический комплекс.

Промышленное производство по итогам 2022 года увеличилось на 3,5%, грузооборот транспорта — на 6%. Стартовали 26 новых инвестпроектов на 133 млрд рублей. Объём ВРП в прошлом году превысил 1 трлн рублей.

И наше движение не замирает!

Идут масштабные работы в рамках модернизации БАМа, строительство Тихоокеанской железной дороги и порта Элга, ТЭЦ-4, комбината по производству медного концентрата на Малмыжском месторождении.

В юбилейный для края год совершил первый полёт опытный образец импортозамещённого SJ-100, изготовленный Производственным центром ПАО «Яковлев» в Комсомольске-на-Амуре. Все отечественные системы сработали на отлично, в очередной раз подтвердив славу нашего самолётостроения! Напомню, уже подписано соглашение о приобретении «Аэрофлотом» 89 новых лайнеров до 2030 года.

К концу года планируем выйти на показатель в 400 тысяч квадратных метров жилья. Уже определены участки в Хабаровске, на которых возможно возвести до 3,4 млн «квадратов».

В зоне особого внимания — социальная сфера. Семьям с детьми в регионе предоставляется 17 мер социальной поддержки: пособий, выплат, компенсаций, материнского капитала. Повысилась рождаемость третьего и последующих детей — в 2022 году их родилось 5 020, на 26% больше по сравнению с 2021-м. А это значит, люди уверены в будущем своих детей, своего края и своей страны.

И, конечно, среди приоритетов — забота о старшем поколении. Продолжается развитие системы высокотехнологичной медицинской помощи, модернизация учреждений культуры и образования.

В начале сентября Президенту представлены мастер-планы развития дальневосточных городов. Среди них — Комсомольск-на-Амуре и Хабаровск.

В основе обоих документов — пожелания жителей, то есть, вас, уважаемые земляки. Реализация ваших наказов сделает наши города ещё краше, превратит их в настоящие центры комфортной жизни, работы и отдыха.

Мы на деле доказываем, что в Хабаровском крае живут настоящие патриоты.

С самого начала специальной военной операции и граждане, и крупные организации включились в её поддержку. Наши предприятия обеспечивают защитников необходимой техникой: от боевых самолётов и корветов до маскировочных средств и тактических автовездеходов «Ерофей».

Во исполнение Указа Президента России с 30 мая в Хабаровске работает краевой филиал Государственного фонда поддержки участников СВО «Защитники Отечества». В нём наши воины и члены их семей могут получить всю необходимую помощь и содействие.

Мы помогаем Городу воинской Славы Дебальцево Донецкой Народной Республики вернуться к мирной жизни. За этот год в нём восстановили 25 объектов социальной инфраструктуры, 7 объектов ЖКХ и 15 дорог.

И знаю, Победа вновь будет за нами!

Уважаемые жители Хабаровского края, земляки!

В год 85-летия мы не просто подводим итоги.

У Хабаровского края — великое будущее. Это земля сильных людей и огромных возможностей. И наша задача — реализовать их. Для этого у нас есть всё необходимое!

Ещё раз поздравляю вас с юбилеем нашего любимого региона!

Желаю вам и вашим близким процветания и благополучия!

Веры, надежды и любви! Ведь любовь к России и Хабаровскому краю — это то, что нас объединяет!

С праздником!

М. ДЕГТЯРЁВ, губернатор Хабаровского края

Уважаемые жители края, дорогие земляки!

Поздравляю вас с 85-летием со Дня образования Хабаровского края.

Особый и удивительный он простирается с юга на север на тысячи километров. Величие горных и морских пейзажей, широта вод Амура, бескрайние просторы тайги никого не оставляют равнодушным. Здесь дружно живут и трудятся мужественные люди разных национальностей, которые сохраняют свои традиции и уважают культуру других народов.

За годы своей истории Хабаровский край стал важнейшим транспортным узлом, центром экономики, промышленности, культуры и образования на Дальнем Востоке.

В новых условиях в регионе сохраняется социальная стабильность, предприятия достигают высочайших производственных показателей. Развиваются транспортная, пищевая, машиностроительная, горнодобывающая отрасли, торговля, сельское хозяйство.

Все вместе мы работаем для процветания и успеха нашего любимого края, делаем его более комфортным для жизни, труда, учёбы, отдыха.

Руководство края активно работает на укрепление международного сотрудничества, повышение инвестиционной привлекательности региона, поддержку предпринимательства. Результатом совместной работы становится рост собственных доходов края, строительство социальных и стратегически важных объектов, а значит и повышение качества жизни граждан.

Важнейшей государственной задачей сегодня является защита рубежей России. Наши военнослужащие, добровольцы, мобилизованные мужественно отстаивают интересы и суверенитет нашей страны в зоне специальной военной операции. Это испытание объединило всех в поддержке нашим героям и их семьям, в патриотическом воспитании молодёжи, укреплении традиционных российских духовно-нравственных ценностей.

Уверена, с нашим сильным дальневосточным целеустремлённым характером мы преодолеем все преграды, преумножим наши достижения, сохраним богатство и красоту родной земли.

В этот праздничный день желаю вам, вашим семьям и близким здоровья, мира, счастья, радости и всего самого доброго! Процветания и благополучия родному Хабаровскому краю!

И. ЗИКУНОВА, председатель Законодательной думы Хабаровского края

Дорогие жители Солнечного района!

От всей души поздравляем вас с нашим общим — 85-летием со дня образования Хабаровского края.

Рождение нашего края стало важной вехой в истории масштабного освоения Дальнего Востока, укрепления Российских рубежей, развития партнёрских связей с соседями.

Благодаря упорству и самоотверженному труду нескольких поколений дальневосточников, Хабаровский край превратился в динамично развивающийся регион, обладающий высоким экономическим, культурным и интеллектуальным потенциалом.

Наш край перелистывает ещё одну страницу в своей истории, которая свидетельствует о его значительной роли в становлении и развитии Дальнего Востока. Внимание руководства страны к региону доказывает, что взят курс на инновационные прорывные технологии, последовательное и динамичное развитие во всех сферах жизни края. Развивается экономика Солнечного района. Наша территория становится более привлекательной для инвестиций в горнодобывающую, лесоперерабатывающую, туристическую и другие отрасли. Нам многое ещё предстоит сделать.

Наш край ждёт большое будущее. И в новой истории появится немало ярких страниц, которыми мы будем гордиться.

Желаем всем крепкого здоровья, счастья, благополучия, новых успехов, процветания нашему Хабаровскому краю!

**Т. ПОВАЛЯЕВА, глава Солнечного района
С. АРБУЗНИКОВ, председатель Собрания депутатов**

**О заседании Собрания депутатов
Солнечного района**

19 октября 2023 года в 10.00 в малом зале администрации Солнечного муниципального района состоится заседания постоянных комиссий и очередное заседание Собрания депутатов Солнечного муниципального района Хабаровского края.

На рассмотрение депутатов выносятся вопросы:

О внесении изменений в Устав Солнечного муниципального района Хабаровского края.

О внесении изменений в решение Собрания депутатов Солнечного муниципального района Хабаровского края от 19.06.2013 № 38 «Об утверждении порядка назначения и выплаты ежемесячной доплаты к трудовой пенсии по старости (инвалидности) депутату Собрания депутатов Солнечного муниципального района, осуществляющему свои полномочия на постоянной основе, лицу, замещавшему должность главы Солнечного муниципального района Хабаровского края».

О ходе исполнения районного бюджета за 1 полугодие 2023 года.

О внесении изменений в решение Собрания депутатов Солнечного муниципального района Хабаровского края от 20.11.2014 № 72 «Об утверждении Положения о местных налогах на межселенной территории Солнечного муниципального района Хабаровского края».

О внесении изменений в решение Собрания депутатов Солнечного муниципального района «О районном бюджете Солнечного муниципального района на 2023 год и плановый период 2024 и 2025 годов».

О внесении изменений в Положение о муниципальном жилищном контроле в Солнечном муниципальном районе Хабаровского края.

О внесении изменений в Генеральный план сельского поселения «Село Кондон» Солнечного муниципального района Хабаровского края.

Об утверждении Правил землепользования и застройки сельского поселения «Село Кондон» Солнечного муниципального района Хабаровского края.

О приёме имущества, безвозмездно передаваемого из муниципальной собственности городского поселения «Рабочий посёлок Солнечный» Солнечного муниципального района Хабаровского края в собственность Солнечного муниципального района Хабаровского края.

О делегировании депутатов представительных органов Солнечного муниципального района Хабаровского края в состав Совета молодых депутатов при Законодательной Думе Хабаровского края.

О награждении Почётной грамотой Собрания депутатов Солнечного муниципального района Хабаровского края.

О реализации основных направлений муниципальной молодёжной политики в Солнечном районе. И другие.

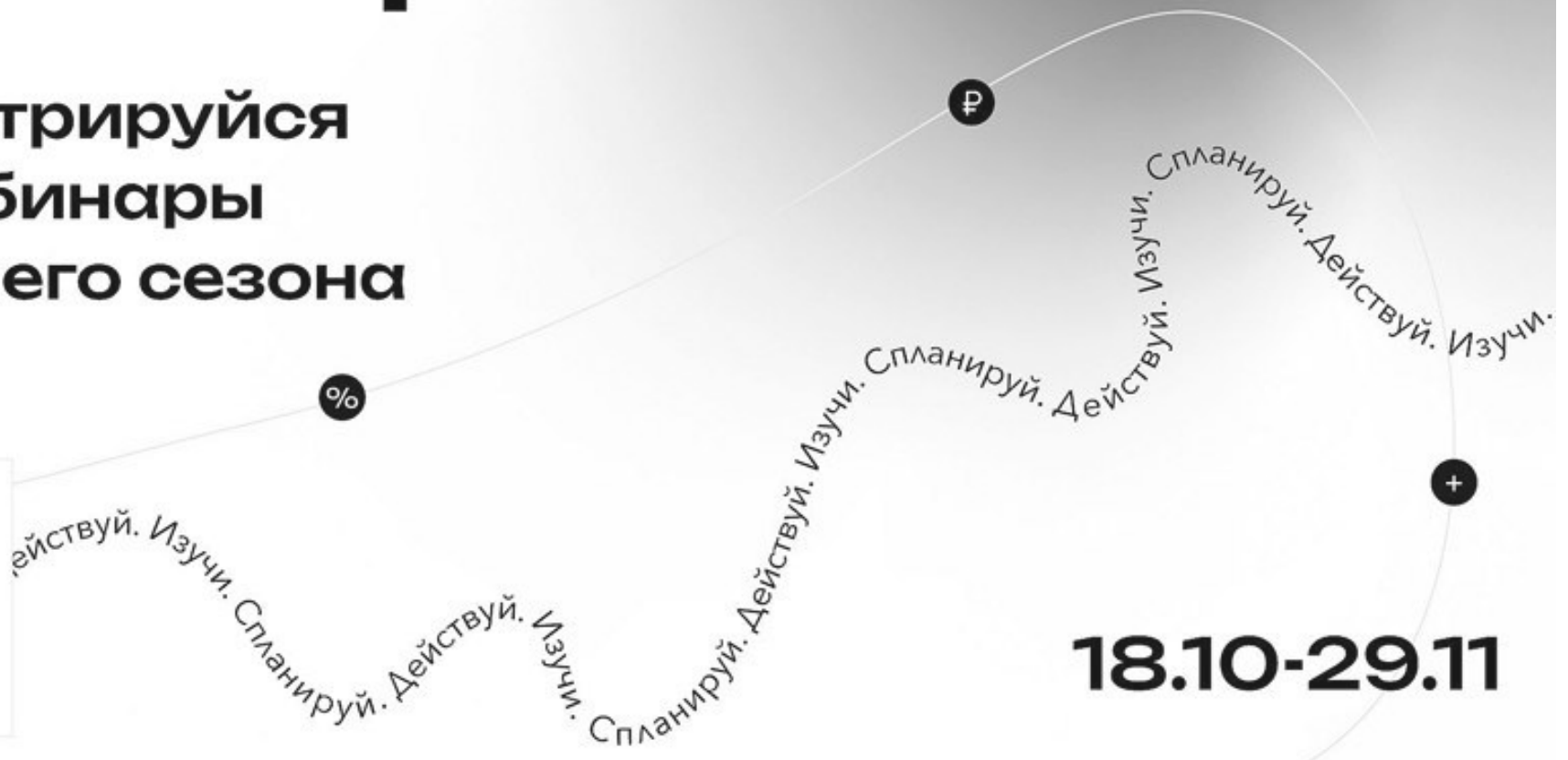
Банк России приглашает студентов и преподавателей вузов принять участие в цикле вебинаров по финансовой грамотности «Финтрек», который стартует в среду — 18 октября.

В новом сезоне слушателей ждут семь вебинаров с представителями регулятора, крупных российских компаний и вузов. Эксперты разрушат мифы о цифровом рубле и криптовалюте, разберут поведенческие ловушки, в которые попадают люди, принимая финансовые решения, расскажут о подводных камнях в страховании и кредитовании.

Финтрек

Старт 18 октября

Регистрируйся
на вебинары
осеннего сезона



18.10-29.11



Финтрек



<p>1</p> <p>18 октября, 10:00</p> <p>Цифровой рубль. Мифы и реальность</p> <p>Алла Бакина, директор Департамента национальной платежной системы</p>	<p>2</p> <p>25 октября, 10:00</p> <p>Личные финансы и поведенческие ловушки</p> <p>Михаил Мамута, руководитель Службы по защите прав потребителей и обеспечению доступности финансовых услуг</p>	<p>3</p> <p>1 ноября, 10:00</p> <p>Цифровая идентификация</p> <p>Дмитрий Дубынин, директор Департамента развития технологий цифровой идентификации, Минцифры России</p>	<p>4</p> <p>8 ноября, 10:00</p> <p>Информационная безопасность</p> <p>Информация будет позже</p>
<p>5</p> <p>15 ноября, 10:00</p> <p>Зачем экономике культура</p> <p>Александр Аузан, д.э.н., декан Экономического факультета МГУ им. М.В. Ломоносова</p>	<p>6</p> <p>22 ноября, 10:00</p> <p>Ипотека: снимать или покупать?</p> <p>Александр Данилов, директор Департамента банковского регулирования и аналитики</p>	<p>7</p> <p>29 ноября, 10:00</p> <p>Кредитование и страхование</p> <p>Сергей Колганов, заместитель руководителя Службы по защите прав потребителей и обеспечению доступности финансовых услуг</p>	



Возвращайтесь ЖИВЫМИ



В наше время, как и давным-давно, русские воины с оружием в руках защищают мир и Родину от врагов, выполняют свой воинский долг в Донбассе. Поддержка для участников специальной военной операции, находящихся вдали от дома, просто необходима.

В сентябре в учебных заведениях Солнечного района прошла очередная акция «Письмо солдату».

С самого начала специальной военной операции российские школьники поддерживают наших солдат и офицеров. Эта традиция берёт своё начало ещё с Великой Отечественной войны, когда письмо было радостной весточкой для солдата, придавало ему сил.

В своих письмах учащиеся высказывали слова поддержки тем, кто сейчас находится на передовой, защищает права и свободы людей. Школьники адресовали им простые и очень тёплые, искренние слова, которые именно сейчас воинам так необходимы, и пожелания скорейшего возвращения на малую родину.

Первый ответ на такое письмо нашей ученицы, тогда ещё одиннадцатиклассницы, пришёл 1 апреля 2023 года от старшего лейтенанта, который служит в г. Бикин, но сам он житель Забайкальского края. Он связался с администрацией школы в социальных сетях. Письмо получил 4 месяца назад, где-то в декабре 2022 года. Очень удивился сходству того факта, что его младшая сестра тоже учится в 11 классе, тоже хочет поступить в медицинский институт и также занимается настольным теннисом. «Очень приятно было читать письмо, и на душе стало тепло», - так он отозвался на написанное Юлией Храмовой.

«Мои парни получают письма, которые очень поднимают боевой дух! Желаю вашей школе процветания, достойных ребят, которые в трудный момент смогут встать на защиту своих родных и близких», - так закончил переписку офицер.

Ещё была видео весточка от бойца из Донецка, который находился в госпитале. Он связался с младшей сестрой, ко-



торая учится в нашей школе. На видео показана стена, на которой нет пустого места от красочных писем наших учащихся! Детям очень приятно, что их письма дошли, а бойцы благодарны им за слова поддержки.

26 сентября 2023 г. в средней образовательной школе п. Березовый состоялась торжественная встреча учащихся 5-11 классов и учителей с участником СВО Романом Константиновичем Х., который приехал в краткосрочный отпуск из Донбасса.

Боец приехал в нашу школу не просто так - он выполнил своё обещание, которое дал ученику 11 класса Владимиру Трофимову.

И вот в начале сентября в приёмной директора раздался звонок - звонил Роман. Елена Владимировна, исполняющая обязанности директора школы, пригласила бойца в школу, и встреча состоялась.

На торжественной линейке Роман и Владимир Трофимов не только встретились, но и обменялись письмами, а после воин рассказал о своём боевом пути. В ходе беседы ребята задавали вопросы, затаив дыхание, слушали ответы. Он ус-

покоил всех фразой: «Не беспокойтесь, письма ваши доходят до нас, это 100 процентов. Но вот ответить сразу не получается из-за боевой загруженности. Видел письма, в которые были вложены маленькие конфетки. Было очень приятно, что в таком виде поступает ваша поддержка». Все узнали, что Роман побывал и на Северном Кавказе, в Сирии, Донбассе, о чём свидетельствуют его боевые награды, которых у него немало. Среди них: орден Мужества, Георгиевский крест второй степени, медаль Жукова, медаль за Отвагу и много других. В конце встречи ребята подходили к герою, и каждый хотел не только сфотографироваться, но и пожать ему руку.

Выражаем признательность руководству и педагогам школ нашего района за участие в акции. Особые слова благодарности - учащимся за их небезразличие и неравнодушие к происходящему! И, конечно же, большое спасибо родителям за воспитание ещё хоть и маленьких, но уже патриотов своего Отечества!

Ю. ЗАДВОРНАЯ, учитель русского языка и литературы
Е. ХОМЕНКО, учитель истории и обществознания



Привезли ткани в п. Харпичан



А. ЛЫКОСОВА, Т. СКРИПКО,
Г. СУРИКОВА (п. Харпичан)



М. СУРИКОВА показывает технику плетения Н. БЕСКРОВОЙ

Узелки для Победы

Когда от бойцов из зоны проведения специальной военной операции начали поступать первые просьбы о снабжении их хотя бы самодельными маскировочными сетями, по всей стране на этот призыв откликнулись люди, желающие своими руками, своим трудом помочь фронту. В Солнечном районе тоже открылись пункты по созданию этого камуфляжного покрытия, несложного в изготовлении, но спасающего жизни наших солдат. Одними из первых начали плести сети жители села Кондон. Елена Самар организовала эту работу, позже стали подключаться неравнодушные жители, каждый помогает кто чем может: материалом, делью и конечно участвуют в самом процессе плетения. Перед тем как начать изготавливать сети, женщины ездили на обучение в г. Комсомольск — на — Амуре. Там организатор движения «Масксети Кмс» Елена Папулова провела обучение, показала разные техники плетения, рассказала, какие необходимо докупить материалы для оплетания и плетения сетей и снабдила для начала всеми материалами.

Жители села Кондон всё активнее подключаются к процессу изготовления маскировочных сетей для бойцов, задействованных в специальной военной операции. Лариса Самар придумала станок для нарезки ткани на ровные полоски. Это значительно упрощает работу, и процесс плетения идёт быстрее.

Маскировочные сети — самый распространённый тип маскировки, который позволяет обмануть врага, лишить его ориентировок, спрятать позиции. Накрытый маскировочной сетью окоп не виден с квадрокоптера противника, танк под масксетью превращается для врага в пригорок, густо заросший травой или засыпанный снегом.

Активные жители плетут сети «на заказ» с учётом пожеланий участников спецоперации. Передают лично в руки бойцам, которые приезжают домой на время.

Для военных маскировочная сетка — что

бронжилет и бомбоубежище, но при этом и расходный материал, который в условиях боевых действий быстро приходит в негодность. Под обстрелами или при оперативной передислокации разве будешь беспокоиться о сохранности камуфляжного покрытия? Потребность в маскировочных сетках очень высока.

В основном в селе Кондон плетением сетей занимаются женщины. В день производят по одной готовой сети. Работа хоть и не сложная, но ответственная и кропотливая. Для плетения сетей устанавливаются специальные стойки-рамки, на которые натягивают готовые капроновые сети-основы. На них и навязывают особыми способами тканые лоскуты.

В производстве маскировочных сетей есть определённые стандарты.

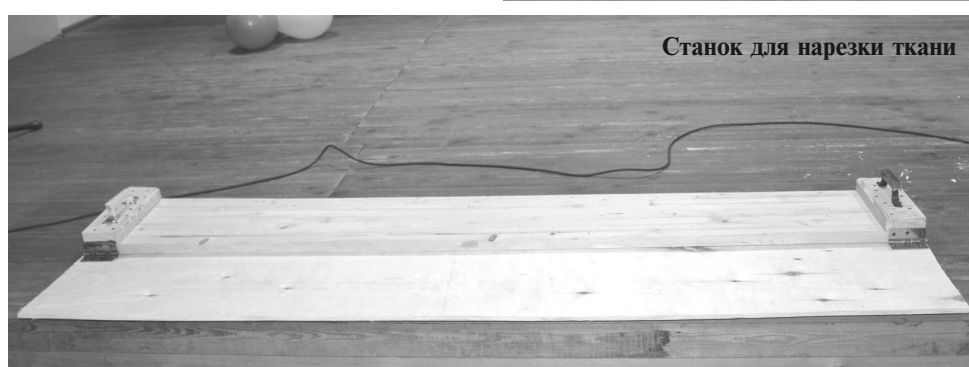
Обязательно нужно укреплять край сетеполотна шнуром. Обшивается специальными морскими узлами, нитками по всей длине, по всему периметру полотна, оставляя на углах петли для натягивания.

После этого в сеть вплетаются специально нарезанные ленточки узором «девятка». Ленточки разных цветов нужно вплетать в сеть хаотично, следя за тем, чтобы они не образовывали явной геометрической последовательности узоров. Потому что чем выше поднимается коптер, тем чётче эта геометрия видна. Но именно по ней противник и распознаёт позиции наших бойцов.

Делать маскировочные сети — наука непростая. Важен подготовительный процесс и понять, какой узор необходим, ведь в зависимости от сезона и погодных условий сети также нужны разные по плотности и цвету. Обязательное правило — делать всё хаотично, не должно быть чётких линий.

Жители посёлка Харпичан тоже не остались в стороне. В настоящее время организована мастерская в здании Дома культуры.

Марина Сурикова, один из организаторов процесса, прошла обучение у жителей села Кондон и познакомилась с тонкостями плетения других рукодельниц.



Станок для нарезки ткани

Теперь их уже 20 человек, работа кипит. Геннадий Горбунов и Юрий Скрипко помогают оплести сети. Валентина Смертина и Александр Сулов разработали станок для нарезки ткани.

Дополнительно они ещё изготавливают костюмы «Леший».

Такой маскировочный костюм для разведчиков представляет собой длинную накидку из сети с мелкой ячейкой с вплетёнными джутовыми нитями. Он сливается с местностью и делает снайпера или разведчика невидимым для врага.

Женщины посёлка Харпичан записали на видео подробный мастер-класс по его изготовлению, который передали мастерицам в посёлок Солнечный, чтобы те тоже научились его создавать.

На сегодняшний день уже изготовлено и передано бойцам 21 костюм «Лешего» и 50 маскировочных сетей.

К главе Солнечного района Татьяне Поваляевой мастерицы села Кондон и посёлка Харпичан обратились за помощью в приобретении ткани для плетения сетей. На что получили отклик, ткани были закуплены и доставлены в поселения. Сейчас их хватит на большое количество изделий.

Мотивация помогать у всех разная: у кого-то мобилизовали мужа, брата, отца, кто-то помнит Чеченскую войну. Всех объединяет одна идея — оказать посильную помощь нашим бойцам. Каждый вкладывает частичку своей души в общее дело.

Зал в Доме культуры, кажется, никогда не пустует. Здесь обязательно всегда кто-то корпит над плетением, потому что заказы на сети поступают постоянно.

Бойцы сказали, что они идеально подходят, и качество вязки высокое, и качество покрытия, и хорошая обработка края, её легко натянуть и зацепить. Пробовали рассмотреть сеть с дрона, с 50 метров практически её не найдешь.

Плетение маскировочной сетки — дело кропотливое, в каждую её ячейку вплетается женскими руками доброта и любовь, поэтому такая защита надёжней любой брони. Присоединиться к такому важному и благородному делу может любой желающий, таким образом вы поддержите наших защитников Отечества. Так сегодня, как и восемьдесят лет назад, становятся актуальными слова: «Всё для фронта, всё для Победы».

С. БУРЛИНА
Фото автора



А. ЛАПАШИНОВА и А. СУЕНКА
за работой (с. Кондон)



Е. САМАР, Н. ДИГОР

«Мой папа — самый лучший»

Папа — это одно из самых первых слов, казалось бы, в этом слове всего четыре буквы, но какое сильное, большое значение они дают. Отец — глава семьи. На нём большая ответственность за свою семью. Можно сравнить его с капитаном корабля, куда он повернёт штурвал, туда и поплывёт семейный корабль.

День отца — это праздник, который отмечается ежегодно в разные даты в разных странах мира. Это особый день, посвящённый папам, дедушкам, мужчинам, заботящимся о своих детях. В России День отца отмечают в третье воскресенье октября — соответствующий Указ подписал Президент России в 2021 году. Поэтому российские папы отмечают свой официальный день — 15 октября.

Этот праздник добрый и душевный, он о безграничной любви к своим отцам.

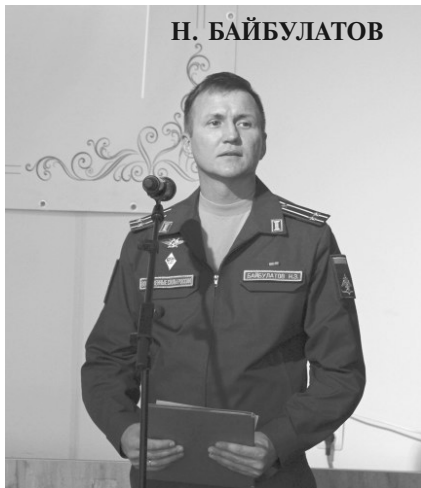
В преддверии этой даты в фойе районного Дома культуры состоялась познавательно — развлекательная программа «Мой папа — самый лучший».

Сотрудники Дома культуры провели мероприятие для детей с первого по четвёртые классы школ п. Солнечный. Они привлекли внимание учащихся к развитию семейных и моральных ценностей семьи, благодаря чему посодествовали укреплению авторитета отца в каждой семье.

Для каждого ребёнка папа самый добрый, сильный и храбрый.

В программе празднования Дня отца состоялась встреча с представителями «мужских» профессий, в гости на праздник пришли рассказать о своей работе: представитель Пожарной части №75 — В. Кваченко, старший инспектор дорожно — патрульной службы — А. Белокрылов и подполковник войсковой части №59946 — Н. Байбулатов. Они вместе с ребятами разобрали значимость своей профессии в жизни людей, которых они защищают.

В. Кваченко показал детям своё обмундирование, при помощи которого помогает в спасении от пожаров, и рассказал немного о жизни пожарного. Пожарный — это важная, необходимая



Н. БАЙБУЛАТОВ



В. КВАЧЕНКО



А. БЕЛОКРЫЛОВ

профессия, при которой приходится одновременно выполнять функцию огнеборца, спасателя и медицинского работника. Ввиду специфики такая деятельность подходит не всем, потому что предполагает нагрузку не только физическую, но и психологическую.

А. Белокрылов обсудил, что представляет работа инспектором дорожно — патрульной службы. Эта деятельность является важной в обеспечении безопасности на дорогах и соблюдении правил дорожного движения. Сотрудники этой службы отслеживают нарушения Правил дорожного движения и принимают меры по их устранению.

Н. Байбулатов показал ребятам очень интересную презентацию о работе военной техники. И также рассказал о своей работе. В должности подполковника в армии он исполняет ряд важных обязанностей: отвечает за поддержание боевой готовности подразделений, руководит их действиями в боевых и тренировочных операциях. Обладает полномочиями принимать решения в сложных ситуациях, выдавать указания, контролировать выполнение задач и докладывать вышестоящему командованию о ходе выполнения боевых задач.

По окончании мероприятия дети угостились сладким пирогом и все вме-

сте сфотографировались с гостями праздника. Учащиеся получили море позитива и новых знаний, они активно участвовали в разговорах с приглашёнными, и каждый задал интересующие его вопросы.

Именно отцы являются главной защитой и опорой семьи, они служат личным примером для детей, прививают чувство долга и ответственности. Сейчас, когда многие мужчины выполняют свой воинский долг в зоне специальной военной операции, им как никогда важно иметь за спиной надёжный тыл — семью, которая любит и ждёт.

Арина СУХОВА
Фото автора



Фото на память

Как сохранить зрение. Полезные советы и упражнения для глаз



Глаза – важный и уязвимый орган. В течение жизни нагрузки на глаза усиливаются. Если глазам не уделять должного внимания, то со временем зрение становится хуже, появляются характерные заболевания.

Как сохранить зрение на долгие годы? Существуют восемь правил, придерживаясь которых, можно уберечь свои глаза от агрессивного воздействия внешних факторов. Это поможет сохранить здоровье глаз и предупредить развитие характерных болезней.

Правила сохранения зрения:

Хорошо высыпаться. Регулярный недосып плохо влияет на состояние зрительного нерва, вследствие чего качество зрения заметно снижается.

Давать глазам отдых в течение активного дня. Во время чтения, просмотра телевизора, работы за компьютером необходимо делать паузы (10-15 минут). Желательно одну-две таких паузы посвящать специальным упражнениям для глаз.

Смотреть телевизор и читать книги важно в хорошо освещённом помещении. Привычка смотреть телевизор в темноте губительна для здоровья глаз.

Читать в правильном положении. Категорически нельзя читать книги во время движения (в транспорте, при ходьбе). Читать надо сидя, не стоит привыкать к чтению лёжа.

Не щуриться. Эта привычка не только портит внешний вид, но и отрицательно влияет на глаза.

Употреблять в пищу продукты, богатые витаминами А, Е, С.

Чаще отдыхать, гулять на свежем воздухе.

Регулярно посещать офтальмолога для профилактических осмотров.

Как сохранить зрение ребёнку?

Статистика всемирной организации здравоохранения говорит о том, что практически каждый четвёртый школьник имеет проблемы со зрением. А ведь здоровье глаз беречь необходимо с детства. Упустив этот момент в юном возрасте, в дальнейшем можно столкнуться с крайне серьёзными заболеваниями глаз, которые могут привести к частичной потере зрения или слепоте.

На что нужно обратить внимание заботливым родителям, чтобы предупредить развитие опасных проблем со зрением у детей?

Просмотр телевизора, сидение за компьютером или планшетом для детей должно быть дозированным. Малышам возрастом 2-3 лет рекомендуется проводить за просмотром мультфильмов не более 15-20 минут в день. Дети возрастом от 4 до 7 лет должны проводить время за телевизором, планшетом, компьютером не более 30-40 минут в день. Школьникам возрастом от 7 лет рекомендуется тратить не более 1,5-3 часов на подобные нагрузки на глаза, обязательно с перерывами.

Учебные нагрузки, предполагающие обучение чтению, письму, рисованию и прочим дисциплинам, требующим нагрузки зрительного органа, должны сочетаться с активными физическими упражнениями (желательно на свежем воздухе).

Рацион ребёнка должен включать весь необходимый комплекс полезных веществ. Особенно важным продуктом для зрения является морковь. Желательно включать этот овощ в рацион ребёнка в количестве, рекомендованном для детского питания.

Родителям стоит быть внимательными к любым жалобам ребёнка относительно здоровья глаз. При малейших подозрениях на нарушение зрения или развитие других глазных заболеваний, следует получить консультацию офтальмолога. Всем детям без исключения рекомендуется один раз в год проходить профилактический осмотр у глазного врача.

Влияние компьютера и телевизора на здоровье глаз

Современный человек перегружен воздействием различных устройств.

Мы работаем за компьютером, ищем информацию и общаемся посредством телефонов, видеокommunikаторов, играем на приставках и прочих устройствах, перед сном смотрим телевизор, утром пролистываем новости на планшете. Неважно, трудится человек или отдыхает, его глаза всё время находятся в напряжении. Подобные нагрузки губительны для зрения. Это нужно учитывать.

Желательно снизить частоту, интенсивность таких нагрузок. Для сохранения зрения важно соблюдать простые правила взаимодействия с компьютером, телевизором, книгой.

Время непрерывного «общения» с телевизором или компьютером не может быть дольше одного часа. Необходимо сделать короткий перерыв. Лучше отказаться от дальнейшей нагрузки, если сидение за монитором не связано с работой.

Расстояние от глаз до экрана размером 32-46 дюймов по диагонали должно быть не менее 3-3,3 м. Расстояние от монитора до глаз может быть не менее 40-70 см. Расстояние от книги до глаз не должно быть меньше, чем 30-40 см. Читать нужно при правильном освещении – в комнате должен быть включён верхний свет.

Ощувив усталость, сухость, болезненность глаз во время работы за компьютером требуется обязательно отдохнуть. В случае утомления органа зрения необходимо снять напряжение при помощи специальной гимнастики.

Упражнения для глаз

Для того чтобы нагрузка на орган зрения не стала губительной, стоит снимать усталость с глаз при помощи простых упражнений:

«Пальминг»

Самое простое и действенное упражнение. Надо потереть ладонь об ладонь до потепления тканей и приложить обе руки к глазам крест-накрест. Пальцы должны примкнуть друг к другу в области «третьего» глаза, веки надо прикрыть. В таком положении необходимо провести несколько (2-5) минут до тех пор, пока не почувствуется ощущение спада напряжения.

«Жмурки»

Упражнение прекрасно помогает расслабить мускулатуру зрительного органа и снять лишнее напряжение с глазных мышц, а также способствует приливу крови к этой области. Необходимо 3-5 раз сильно зажмуриться, потом расслабиться.

«Вверх-вниз»

Отличное упражнение для тренировки глазных (косых и поперечных) мышц. Голову требуется зафиксировать неподвижно, а глаза сначала плавно поднять вверх, представляя, как они уходят за основание затылка, потом медленно перевести вниз, мысленно уводя их за подбородок. Такую гимнастику необходимо проделать 3-4 раза.

«Бесконечность»

Это упражнение тренирует мускулатуру органа зрения и устраняет лишнее напряжение. Голову надо держать неподвижно, а глазами плавно рисовать горизонтальную восьмёрку. Проделать это необходимо 6 раз, 3 раза в одну сторону и столько же раз в противоположную.

При выполнении любого упражнения важно помнить: никакой боли и неприятных ощущений! Если во время гимнастики ощущается дискомфорт, лучше прекратить выполнение движений. При сохранении неприятных, болезненных ощущений, стоит проконсультироваться с врачом.



Н. БЕСКРОВНАЯ и Н. СЕРГИЕНКО



Е. БАРАНОВА, В. ИМАНАЕВА

Славим мы учителей

Ежегодно 5 октября отмечается Всемирный день учителя. Одна из трудоёмких и главных профессий всего мира - быть учителем, это больше, чем просто давать знания. Непростой и благородный труд, за внимание и терпение, за желание видеть своих учеников успешными и счастливыми. Учитель - это духовное состояние человека, его искренность и готовность помочь другим раскрыть свои способности и найти путь в жизни.

День учителя - замечательный праздник, когда мы можем выразить свою благодарность нашим педагогам и воспитателям. Это добрый и светлый день для тех, кто открывает для детей мир знаний, воспитывает в них яркие личности, общается к активной жизни. Для каждого из нас учитель - неиссякаемый источник мудрости, тот, кто закладывает фундамент дальнейшей жизни.

Традиционными для этого дня являются «море» цветов, поздравления педагогов с добрыми пожеланиями, обещания со стороны учеников радовать успехами. В этот день учителя идут домой не с охапками тетрадей, а с букетами цветов!

В районном Доме культуры п. Солнечный состоялся праздник в честь самой лучшей, ответственной, творческой и незаменимой профессии - учитель. Все педагоги, воспитатели и работники дошкольных учреждений собрались в одном большом зале. Каждый из них достоин большого уважения и самых добрых слов благодарности.

С поздравительной речью выступила заместитель главы администрации Солнечного района Н. Бескровная. Она выразила искренние слова благодарности и признательности за неравнодушие, терпение и любовь к своей профессии. В завершении своего поздравления пожелала педагогических успехов, открытий, ярких и талантливых учеников, крепкого здо-

ровья, счастья и мирного неба над головой. Вручила почётные грамоты от Министерства образования и главы Солнечного муниципального района. Также слова благодарности выразила заместитель начальника управления образования администрации Солнечного муниципального района В. Иманаева:

- Уважаемые коллеги, пусть каждый день вашей жизни будет наполнен радостью от общения с родными и близкими, а каждый урок начинается с улыбки. Пусть благодарностью за неустанный труд станут успехи ваших учеников.

Председатель районной организации Общероссийского Профессионального союза работников образования и науки Российской Федерации О. Логинова от чистого сердца и с теплотой поздравила с профессиональным праздником всех виновников торжества.

После приветственных слов и награждения началась концертная программа.

Мероприятие было в формате проведения школьного учебного урока. Чтецы стихов и певцы, выходящие на сцену, были в роли учеников, а Е. Комелькова (исполняющий обязанности директора Станции юных натуралистов) весь концерт играла роль учителя.

Праздничная программа концерта - самый замечательный подарок, приготовленный учителям. Прекрасные выступления в виде: шуток, песен, весёлой сценки из школьной жизни сопровождалась бурными аплодисментами от зрителей.

В этот чудесный праздник официальные и торжественные поздравления перемешались душевными словами. Хорошее настроение и творческое вдохновение всем собравшимся подарили в этот день все участники концерта. Это был праздник о любви к учителям и ярких впечатлений.



А. ПИНДАК

Награды учителям, работникам дошкольных учреждений

Почётной грамотой министерства образования и науки Хабаровского края награждены:

- За многолетний добросовестный труд, высокий профессионализм, значительный вклад в развитие системы образования Солнечного района

А. ПИНДАК - воспитатель детского сада «Родничок» п. Солнечный;

- За добросовестный труд, достигнутые результаты и личный вклад в развитие системы отдыха и оздоровления детей

Е. КОМЕЛЬКОВА - исполняющий обязанности директора Станции юных натуралистов п. Солнечный.

Благодарностью министерства образования и науки Хабаровского края награждена:

- За многолетний добросовестный труд, высокий профессионализм, значительный вклад в развитие системы образования Солнечного района

А. НИКИТЮК - учитель трудового обучения школы №2 п. Солнечный.

Почётной грамотой главы Солнечного района награждены:

- За многолетний добросовестный труд в системе образования и преданность профессии

Н. СЕРГИЕНКО - учитель математики школы п. Горин;

И. ШОШИНА - педагог - библиотекарь школы п. Горин;

- За добросовестный труд, высокий профессионализм, значительные успехи в обучении и воспитании детей

М. МАРЫКИНА - учитель - логопед детского сада «Родничок» п. Солнечный;

С. НЕПОМНЯЩИЙ - учитель технологии и физической культуры школы п. Горин;

Е. ПЕРЕВОЗНИКОВА - учитель физики школы №1 п. Солнечный;

А. РАЗУМОВСКАЯ - учитель физической культуры школы п. Берёзовый;

И. САФРОНОВА - учитель начальных классов школы №3 п. Солнечный;

И. СВАТКОВА - учитель начальных классов школы №2 п. Солнечный;

- За ответственный добросовестный труд в системе дошкольного образования и создание оптимальных условий для развития педагогического коллектива

Т. ЛЫСЕНКО - заведующая детским садом «Алёнушка» п. Солнечный.



Е. КОМЕЛЬКОВА



А. НИКИТЮК, М. БОРБИКОВА, О. ГАРМОНЩИКОВА

Почётной грамотой управления образования администрации Солнечного района награждены:

- За добросовестный и ответственный труд в системе образования, профессионализм, значительные успехи в обучении и воспитании детей

С. АМЕРЖАНОВА — учитель начальных классов школы №1 п. Солнечный;

Е. БАРАНОВА — воспитатель детского сада «Надежда» п. Горный;

Е. БЕЛОБОРДОВА — исполняющий обязанности детского сада «Надежда» п. Горный;

О. БЫЛКОВА — учитель начальных классов школы №1 п. Солнечный;

И. БОНДАРЕНКО — воспитатель детского сада «Буратино» п. Горин;

И. ВОЛКОВА — педагог дополнительного образования станции юных натуралистов п. Солнечный;

С. ГУСЕВСКАЯ — учитель изобразительного искусства школы №1 п. Солнечный;

Е. ГРАНКИНА — воспитатель детского сада «Буратино» п. Горин;

Л. ИВАНОВА — учитель математики школы №2 п. Солнечный;

Н. КАРПОВА — воспитатель детского сада «Алёнушка» п. Солнечный;

Т. КУЗЬМЕНКО — учитель начальных классов школы №1 п. Солнечный;

О. ЛАТАЕВА — учитель начальных классов школы №2 п. Солнечный;

Е. НЕВТЫРА — заместитель директора по воспитательной работе школы №3 п. Солнечный;

Н. НАЙДЕНОВА — педагог дополнительного образования Станции юных натуралистов п. Солнечный;

Н. ОТРОЩЕНКО — педагог дополнительного образования Станции юных натуралистов п. Солнечный;

Л. ПОДКЛАДНЕВА — учитель химии школы №3 п. Солнечный;

О. ПРОЯВИНА — музыкальный руководитель детского сада «Надежда» п. Горный;

А. РЫБИНА — учитель русского языка и литературы школы №2 п. Солнечный;

Т. РЫСЬЕВА — педагог дополнительного образования «Центра творчества детей и молодежи» п. Солнечный;

Е. СТЕПАНОВА — воспитатель детского сада «Серёжка» п. Берёзовый;

А. ТОКАРЕВА — педагог дополнительного образования «Центр творчества детей и молодежи» п. Солнечный;

Е. ТРЕТЬЯКОВА — воспитатель детского сада «Светлячок» п. Солнечный.



О. ЛОГИНОВА



И. ШОПИНА, Н. БЕСКРОВНАЯ



И. ВОЛКОВА



Благодарственным письмом управления образования администрации Солнечного района награждены:

- За добросовестный и ответственный труд, профессионализм, значительные успехи в обучении и воспитании детей

Т. ВОРЯХОВА — учитель начальных классов школы №3 п. Солнечный;

О. ГАРМОНЩИКОВА — учитель музыки школы №2 п. Солнечный.

Почётной грамотой «Хабаровское краевое объединение организаций Профсоюза» награждена:

- За развитие социального партнёрства и сотрудничество с Профсоюзом

Т. ЛЫСЕНКО — заведующая детским садом «Алёнушка» п. Солнечный.

Благодарностью «Хабаровское краевое объединение организаций Профсоюза» награждена:

- За активную работу в Профсоюзе, мотивацию профсоюзного членства, за большой вклад социально — экономических прав и интересов профсоюза, Союза «Хабаровское краевое объединение организаций Профсоюза»

А. НИКИТЮК — учитель технологии, председателю Первичной профсоюзной организации школы №2 п. Солнечный.

Как избежать болезней сердца

Современные медики считают, что болезни сердца с каждым годом становятся всё моложе. Поэтому и о частоте их возникновения у людей в пожилом возрасте говорить не приходится. Заболеваниями сердечно-сосудистой системы страдают почти 90 % пожилых людей. О том, как укрепить сердце в пожилом возрасте, чтобы как можно дольше сохранить его здоровым, пойдёт речь в данной статье.

Изменения в работе сердца в пожилом возрасте

Сердце часто называют двигателем в человеческом организме. Ведь этот орган, размером всего лишь с кулак, отвечает за жизнеобеспечение всего тела. Через сердце в каждую клеточку организма попадает кровь, а с ней и необходимые питательные вещества.

Для пожилого возраста свойственны изменения и нарушения в работе сердечной мышцы.

Увеличиваются размеры сердца. Частое явление в преклонном возрасте — увеличение размеров левого желудочка сердца, стенки которого утолщаются и начинают проводить всё меньшее количество крови в камеру. Она заполняется очень медленно по сравнению с прежними годами. Поэтому при сопоставлении размеров сердца у людей в пожилом возрасте можно отметить отрицательную динамику по сравнению с более молодым возрастом.

Снижается сократительная способность сердечной мышцы. На момент достижения 70-летнего возраста человеком его сердце перекачивает около 165 млн. литров крови. Задумываясь над тем, как укрепить сердце в пожилом возрасте, стоит знать, что его работоспособность напрямую зависит от состояния клеток миокарда, которых с течением лет становится всё меньше. Причина этому — невозможность самообновления кардиомицитов, на месте которых образовывается соединительная ткань. Таким образом организм пытается заменить отмершие клетки с целью усилить выжившие. Однако полноценную компенсацию работы погибших кардиомицитов таким способом осуществить нельзя.

Нарушается работа клапанного аппарата сердца. Больше всего возрастными изменениями подвергается митральный и аортальный клапаны, створки которых со временем теряют свою гибкость. Утрата эластичности, кроме всего, может быть спровоцирована накоплением кальция в сердце. Вследствие этого возникает сердечная недостаточность по функционалу клапана, что приводит к неравномерному распределению крови по полостям сердца.

Изменяется сердечный ритм. Импульсы для перекачивания крови сердцем генерируются клетками, которые гибнут в течение всего времени, пока человек живёт на свете. У людей в преклонном возрасте количество работоспособных клеток редко превышает 10 % от первоначального уровня, что непременно приводит к аритмии.

Как восстановить сердце ослабленное болезнями

Как укрепить сердце пожилого человека, знают врачи-кардиологи. Их советы особенно нужны людям, перенёвшим тяжёлые заболевания или патологии, давшие осложнение на главную мышцу. Опытный медик поможет вам скорректировать образ жизни, правильно подобрать питание и препараты. Всё это в комплексе существенно продлевает жизнь стариков, а значит, надо: систематически посещать кардиолога.

Не реже раза в год проходить комплексное обследование сердечно-сосудистой системы — электрокардиограмму, УЗИ сердца, биохимические анализы на состав и качество крови.

При появлении симптомов сердечных заболеваний, а также при ухудшении результатов анализов принимать меры и увеличить количество посещений специалиста.

Следить за здоровьем не только сердца, но и других жизненно важных систем. Можно заикнуться на одном и проглядеть серьёзные патологии лёгких, пищеварительной системы и т. д. Эти процессы также могут отрицательно повлиять на состояние



сердца пожилого человека.

Не заниматься самолечением. Лекарства нужно принимать только по согласованию с врачом и придерживаться той дозировки и периодичности, которые назначил специалист. Стихийное применение препаратов (когда стало плохо) в произвольных количествах может дать отрицательный эффект.

Как поддержать здоровье сердца в пожилом возрасте

Если у вас здоровое сердце и вы хотите, чтобы оно таким оставалось и в пожилом возрасте как можно дольше, придерживайтесь следующих простых правил:

1. Избегайте стрессов и эмоционального истощения. Эти факторы нарушают кровообращение и способствуют развитию ишемической болезни и её последствий — аритмии, стенокардии и даже инфаркта.

2. Следите за весом. Помните, что каждые 10 кг. лишнего веса — это семь километров сосудов и капилляров, которые сердцу нужно снабдить кровью. Соответственно, миокард изнашивается быстрее. Резкое снижение веса тоже вредно для мышц, привыкшей к перекачиванию большого объёма крови.

3. Следите за артериальным давлением. При постоянном повышенном давлении обязательно обратитесь к врачу. Особенно если вы ещё не достигли пожилого возраста. Само не пройдёт — потом будет только хуже. Стенка сердечной мышцы с годами утолщается, и развиваются различные пороки.

Исключите из повседневного рациона продукты с высоким содержанием холестерина, сахара, а также жирную и высокоуглеводную пищу. Избыток холестерина откладывается в артериях и затрудняет кровоток. В результате замедляется обмен веществ и провоцируется ожирение. Кушайте больше овощей, фруктов и морепродуктов. В качестве питья употребляйте обычную воду — это снизит нагрузку на почки и печень и улучшит качество крови.

Физические тренировки должны быть регулярными, но не изнурительными. Если вы долгое время не занимались, а потом решили привести себя в форму, нагрузки нужно вводить постепенно, не перетруждаясь с первого же дня. Помните, что физкультура и умеренные ежедневные упражнения улучшают здоровье в целом. В то время, как профессиональный и олимпийский спорт (особенно силовой и на выносливость) изнашивает организм и сердце.

Откажитесь от систематического приёма

алкоголя, курения, а также не злоупотребляйте крепким чаем и кофе. Если вы по каким-то причинам эпизодически пьёте алкоголь (праздник, например), то выбирайте чисто символическую дозу, потому что состояние похмелья сильно и необратимо изнашивает сердце, печень, почки и центральную нервную систему.

Не забываем и о влиянии окружающей среды на наш организм. Очевидно, что хроническое воздействие отрицательных факторов способствует развитию различных заболеваний и патологий. Поэтому следите за тем, где вы отдыхаете и где работаете. Если это загрязнённый населённый пункт и место занятости, то их стоит сменить.

Помните: здоровый образ жизни — это здоровое сердце и здоровый организм!

Чем еще можно поддержать сердце пожилого человека?

Витамины и микроэлементы полезные для сердца

Витамин С (или аскорбиновая кислота) ускоряет обмен веществ, укрепляет сосуды и сердечную мышцу, выводит лишний холестерин.

Витамин А (или ретинол) тормозит развитие атеросклероза сосудов, улучшает обмен веществ.

Витамин Е (токоферол) — антиоксидант, препятствует износу клеток, укрепляет ткани сосудов и сердца.

Витамин Р (рутин) хорошо действует на артерии.

Витамин F (группа полиненасыщенных жирных кислот: линолевая, арахидоновая и линоленовая кислота) устраняет скопление стужков холестерина и тромбов внутри сосудов, укрепляет сердце пожилого человека.

Кофермент Q10. У здорового человека это вещество в необходимых количествах вырабатывает печень. Оно предупреждает старение клеток, снижает риск инфаркта. При недостатке употребляется инвазивно в виде препаратов.

Витамин В1 (тиамин) после реакции в организме становится кокарбоксилазой — веществом, стимулирующим сокращение миокарда. Также прописывается врачами как лекарство от аритмии пожилого человека.

Витамин В6 (пиридоксин) способствует выведению и расщеплению лишнего холестерина.

Кроме того, для укрепления сосудов и сердца людей преклонного возраста необходимы следующие вещества:

Магний — регулирует баланс натрия и калия, нормализует артериальное давление, предупреждает образование тромбов в сосудах.

Калий — отвечает за качество нервного импульса, нужного для сокращения сердечной мышцы.

Селен — расщепляет свободные радикалы, тем самым защищая сосуды и сердце от повреждений. Улучшает адаптивность других витаминов и элементов в организме.

Кальций — укрепляет ткани стенок сосудов, регулирует сокращения миокарда. Для лучшей усвояемости применяется в комплексе с витамином D.

Фосфор — участвует в передаче нервного импульса миокарда, а также входит в состав вещества, из которого формируются мембраны новых клеток.

На основе этих витаминов и микроэлементов создано множество препаратов для сердца пожилых людей. Перед их приобретением обязательно советуйтесь с врачом.

Простые упражнения для укрепления сердца

Физических упражнений, укрепляющих организм и сердце пожилого человека, очень много. Каждый может найти то, что ему нравится или просто удобно. Если есть какие-либо заболевания или патологии, прежде чем практиковать физкультуру, обязательно проконсультируйтесь с врачом, чтобы избежать неприятных последствий в виде осложнений или не спровоцировать какой-нибудь новый недуг.

Любую зарядку или тренировку следует начинать с лёгкой разминки. Это касается и упражнений для укрепления сердца и сосудов. Лучше всего подходит ходьба. Бег тоже хорош, но он не рекомендуется пожилым людям из-за ослабленных суставов — может спровоцировать развитие артроза или коксартроза. А вот длительная ходьба (в том числе и скандинавская) — очень хорошая профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

После разминки рекомендуется выполнять легкие упражнения, рассчитанные на несколько подходов. Со временем количество подходов можно постепенно увеличить, доведя их до 15–20. Не забываем ровно дышать. На расслабленных мышцах вдох, на нагрузку выдох. Иначе можно наоборот «подсадить» сердце.

1. Ноги врозь, руки по швам. Делаем вращательные движения руками (мельница) сначала по часовой стрелке, затем против.

2. Ноги на ширине плеч, руки на талии. Наклоняемся вправо и влево.

3. Остаемся в том же положении. На выдохе наклоняемся вперёд, выпрямляясь, вдыхаем.

4. Ноги врозь, руки на пояс. Вращаем тазом вначале по часовой стрелке, затем против.

5. Садимся на стул, выпрямляем ноги, тянемся к носкам (выдох), затем выпрямляемся (вдох).

6. Ложимся на спину, руки вдоль тела, приподнимаем ноги и имитируем велосипед.

7. Лежа на спине, приподнимаем прямые ноги и спину, тянемся к ногам руками (выдох), возвращаемся в исходное положение (вдох).

8. Стоя, ноги вместе, наклоняем голову так, чтобы дотронуться подбородком до груди. Руки заводим вперёд. На вдохе поднимаем голову, руки отводим назад.

Между подходами не сидите и не лежите, лучше прохаживаться. По окончании также рекомендуется немного походить. Если выполнять эти простые упражнения систематически, то ваш организм будет более энергичен, сердце начнёт работать ровно, сосуды сохранятся в умеренном тонусе. Совместно с правильным питанием вы с лёгкостью можете продлить себе жизнь ещё не на один десяток лет. Будете хоть и люди пожилые, но сердцем молодые.

http://zdravkop.ru/otdel/kmp/statii/article_201909231150

ПРОДАМ

2-х комнатную квартиру, общая площадь 51 кв. м. по адресу ул. Строителей д.10. Обращаться по телефону: 8-909-849-65-65 **Реклама**

Приняты постановления администрации Солнечного муниципального района Хабаровского края от:

10.10.2023 №138 «О внесении изменений в постановление администрации Солнечного муниципального района Хабаровского края от 19.10.2018 № 147 «Об утверждении муниципальной программы «Реализация основных направлений в области физической культуры и спорта в Солнечном муниципальном районе на период 2019 – 2025 гг.».

13.10.2023 №139 «Об утверждении Порядка предоставления субсидии гражданам, ведущим личное подсобное хозяйство, на содержание поголовья коров, свиноматок и козоматок на территории Солнечного муниципального района Хабаровского края».

С текстами постановлений жители района могут ознакомиться в Приложении к газете «Солнечный меридиан» № 42 от 17.10.2023 г. в районной библиотеке и на официальном Интернет-портале администрации Солнечного муниципального района по адресу: <http://solnechniyadm.khabkrai.ru>

Расписание служб

Храма Покрова Пресвятой Богородицы п. Солнечный

18 октября. Среда.
9.00 – Молебен Пресвятой Богородице. Лития.
19 октября. Четверг.
9.00 – Молебен апостолу евангелисту Фоме. Лития.
20 октября. Пятница.
9.00 – Молебен Пресвятой Богородице. Лития.
21 октября. Суббота.
9.00 – Заказные молебны. Лития.
10.00 – Крещение.
16.00 – Вечернее богослужение. Исповедь.
22 октября. Воскресенье.
8.30 – Часы.
9.00 – Божественная литургия.
23 октября. Понедельник.
9.00 – Молебен Пресвятой Богородице. Лития.
24 октября. Вторник.
9.00 – Молебен Пресвятой Богородице. Лития.

Храм Покрова Пресвятой Богородицы работает ежедневно, с 9.00 до 18.00
в воскресенье: с 8.00 до 17.00
праздничные дни - по благословению настоятеля Храма иерея Ярослава Савицкого.
тел. 2-26-98.

ТРЕБУЮТСЯ

На вахту в п. Берёзовый Солнечного района требуются:

- Повар и пекарь.
Заезд на 15/15 (37 500 руб.)
- Охранники (мужчины и женщины).
Заезд на 15/15 (30 000 руб.)
- Уборщик гостиничного комплекса и столовой.
Заезд на 15/15 (27 000 руб.)
Проживание, питание, компенсация проезда.
Официальное трудоустройство, з/п без задержек.
Подробности по телефонам:
Реклама +7 924-105-99-44

О проведении «Горячей линии»

Административная комиссия Солнечного района Хабаровского края информирует, что **19 октября 2023 года** состоится «Горячая линия» на тему «О вопросах привлечения к административной ответственности за неоплату административного штрафа в установленный законом срок». Вопросы будут приниматься по телефону 8(42-146) 2-61-18 с **09:00 до 17:00** часов. Перерыв с 13:00 до 14:00 часов.
М. ЛИТВИНЕНКО, ведущий специалист административной комиссии Солнечного района

Реклама
Муниципальному казённому учреждению «Межотраслевая централизованная бухгалтерия муниципальных учреждений администрации Солнечного муниципального района Хабаровского края» на постоянную работу требуется:
Заместитель начальника учреждения. Квалификационные требования: высшее экономическое образование, стаж работы по направлению деятельности не менее 5 лет, знание программы 1С: Бухгалтерия, инструкций, утверждённых приказами Минфина РФ от 01.12.2010 № 157н, от 06.12.2010 № 162н, 16.12.2010 № 174н, 28.12.2010 № 191н.

Обращаться по адресу р. п. Солнечный, ул. Парковая, д. 76, по телефонам 8 (42-146) 2-61-80, 8 (42-146) 2-61-99.
Выплата заработной платы 2 раза в месяц, полный социальный пакет.

Реклама РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ.
8-963-825-33-83.

Утерянный аттестат серия Б №1128559 об окончании МБОУ вечерней (сменной) общеобразовательной школы, выданный в 2004 г. на имя Александры Николаевны Грабовской, считать недействительным.



ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ – ТВОЙ ВЫБОР!

ВЫСОКООПЛАЧИВАЕМАЯ РАБОТА ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН!

ЕДИНОВРЕМЕННЫЕ ВЫПЛАТЫ ПРИ ПОДПИСАНИИ КОНТРАКТА 495 ТЫС. РУБЛЕЙ

ДЕНЕЖНОЕ ДОВОЛЬСТВИЕ НА ПЕРИОД КОНТРАКТА от 204 ТЫС. РУБЛЕЙ

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА РАБОТНИКАМ ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГИ ПРИ ПОДПИСАНИИ КОНТРАКТА 200 ТЫС. РУБЛЕЙ

ВСЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ГАРАНТИИ И ЛЬГОТЫ ВОЕННОСЛУЖАЩИМ ПО КОНТРАКТУ

РАБОЧЕЕ МЕСТО СОХРАНЯЕТСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ СЛУЖБЫ

ПРОЖИВАНИЕ, ПИТАНИЕ, ЭКИПИРОВКА, ОБУЧЕНИЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ

ТРЕБОВАНИЯ:

• **ГРАЖДАНСТВО РФ** • **ВОЗРАСТ ОТ 18 ЛЕТ**
• **МИНИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ДОКУМЕНТОВ**

8 (4217) 54-89-28

8 (4217) 54-89-29



Голосуй за своих!
Нам есть чем гордиться!

РОССИЯ – СТРАНА ДОСТИЖЕНИЙ

Хабаровский край присоединился ко всероссийской просветительской акции ДОСТИЖЕНИЯ.РФ. На федеральной платформе собраны наиболее значимые достижения всей современной России.

ХАБАРОВСКИЙ КРАЙ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЕКТЫ:



Су-57

Лучший в мире истребитель пятого поколения

Сухой Суперджет 100

Один из лучших современных самолетов России

«Амурские волны»

Международный военно-музыкальный фестиваль

6 октября 2023 года скоропостижно ушёл из жизни

Евгений Михайлович Авдюнин

добрый, светлый, отзывчивый человек.

Выражаем искреннюю благодарность коллективам ООО «ДВ Ресурс», ООО «Исток», МКУ «МЦБ МУ администрации Солнечного района», а также родным, близким и друзьям, всем кто оказал материальную и моральную поддержку в эти тяжёлые для нас дни.

Любящие жена, мама, брат





От всей души поздравляем
Дудко Алексея Васильевича с 91-м Днём рождения!
Желаем крепкого здоровья, любви родных, благополучия.

**Районная организация ветеранов (пенсионеров)
войны и труда**

Поздравляем нашу дорогую
Людмилу Фирсовну Мартовод с шикарным юбилеем!
Прежней жизнерадостности, здоровья, удачи, больше радостных дней и пусть каждый день в ваш дом заглядывает лучик света!

**Районная организация ветеранов (пенсионеров)
войны и труда**

От всей души поздравляем с юбилеем
**Любовь Дмитриевну Гололеву и
Марию Михайловну Коркину!**

Сил и крепкого здоровья,
Долгих, ярких зим и лет,
Жить с удачей и любовью,
Без проблем, невзгод и бед!

В. БЕРНОТАС, глава Хурмулинского сельского поселения

Строки благодарности

О прошедших выборах в посёлке Солнечный

10 сентября я приняла участие в выборах, проголосовала и сделала правильный выбор. Моё дежурство по охране общественного порядка проходило на избирательном участке Солнечного промышленного техникума.

Встречали меня и жителей, принявших участие в голосовании, председатель избирательной комиссии Лариса Фёдоровна Комелькова, заместитель председателя Наталья Николаевна Губанова и секретарь Ирина Геннадьевна Головки со улыбкой на лице, - спасибо за тёплый приём.

Приехала на избирательный участок проверяющая - старший инспектор направления по охране общественного порядка ОМВД России по Солнечному району майор полиции Наталья Николаевна Давыдова и пригласила меня проверить другие избирательные участки.

В день выборов была замечательная погода, тепло и солнечно. У жителей было праздничное настроение. Солнечане с удовольствием шли на избирательные участки.

Мы проверили все избирательные участки, дежурство прошло без нарушений.

Галина Андреевна Сытник, командир народной дружины «Солнечный» и представитель Общественного совета при ОМВД России по Солнечному району

Спасибо за праздник, который подарили вы!

Я очень благодарна главе Солнечного района Татьяне Викторовне Поваляевой за предоставление автомобиля.

Выражаю огромную благодарность председателю Собрании депутатов Сергею Валерьевичу Арбузникову и депутатам района за красивый букет цветов и благодарность, главе городского поселения «Рабочий посёлок Солнечный» Павлу Владимировичу Жердецкому за прекрасные цветы и юбилейный подарок, также признательна сотрудницам администрации Сергею Александровичу Юганову, Евгению Валерьевичу Логачёву и Галине Владимировне Титовой - спасибо за проявленную заботу.

Большое спасибо руководителю такси «Восток» Юрию Александровичу Таракановскому за предоставление автомобиля.

Искренняя благодарность Центру социальной поддержки населения по Солнечному району за отличный подарок к празднику.

Народным дружинникам народной дружины «Солнечный» Ларисе Фёдоровне Комельковой и Елене Витальевне Смарченко - спасибо за охрану общественного порядка в течение всего праздничного вечера.

Заслуживает слова благодарности директор районного межпоселенческого централизованного клубного объединения Дмитрий Алексеевич Грицких за подготовку к празднику, ведущие и все, кто принимал участие в праздничном мероприятии.

Хочется отметить творческий коллектив из посёлка Березовый, а также выступающих наших артистов, гостей из городов Хабаровска и Комсомольска-на-Амуре. Благодарю за яркое выступление, за замечательный концерт, посвящённый юбилею посёлка. Все остались очень довольны.

Всем вам очень признательна за доставленные минуты радости. Меня тронул ваш профессионализм, внимание и доброжелательность.

Я вам желаю всей душой
Жизни доброй и большой!
Пусть всегда светит солнце
В ваше оконце!
Пусть почаще всё - таки случаются
Счастливые и радостные дни!!!

С уважением **Галина Андреевна Сытник, командир народной дружины «Солнечный» и представитель Общественного совета при ОМВД России по Солнечному району**

О проведении отбора заявок для предоставления субсидии гражданам, ведущим личное подсобное хозяйство, на содержание поголовья коров, свиноматок и козوماتок в Солнечном муниципальном районе Хабаровского края

Администрация Солнечного муниципального района Хабаровского края сообщает об объявлении отбора заявок для предоставления субсидии гражданам, ведущим личное подсобное хозяйство, на содержание поголовья коров, свиноматок и козوماتок в Солнечном муниципальном районе Хабаровского края (далее - отбор).

1. Дата и время начала и окончания приёма заявок:

с 18 октября 2023 года по 16 ноября 2023 года (включительно), в рабочие дни с 9.00 до 18.00 (понедельник), с 9.00 до 17.00 (вторник - пятница), перерыв на обед с 13.00 до 14.00.

2. Организатор мероприятия:

Администрация Солнечного муниципального района Хабаровского края (далее - администрация муниципального района) в лице отдела экономического развития и прогнозирования администрации муниципального района (далее - организатор мероприятия).

Почтовый адрес, место нахождения: 682711, р. п. Солнечный, ул. Ленина, 23, каб. № 201. Контактные телефоны: 8(42146) 2-61-30, 2-61-32, телефон/факс: 2-61-31. Адрес электронной почты: asg_econ@solnraion.ru.

3. Результатом предоставления субсидии является:

- оказание финансовой поддержки гражданам, ведущим личное подсобное хозяйство (далее - ЛПХ);
- сохранение и (или) увеличение до конца года предоставления субсидии поголовья коров, свиноматок и козوماتок у граждан, получивших субсидию.

Показателем, необходимым для достижения результата предоставления субсидии, по состоянию на 31 декабря года получения субсидии, является численность коров, свиноматок и козوماتок в ЛПХ получателей субсидии не менее, чем на первое число месяца обращения за субсидией.

4. Требования к участникам отбора:

К участию в отборе допускаются граждане:
- соответствующие понятию гражданина, ведущего ЛПХ, согласно Федеральному закону от 07.07.2003 № 112-ФЗ «О личном подсобном хозяйстве», осуществляющие деятельность на территории Солнечного муниципального района Хабаровского края;

- имеющие в наличии на первое число месяца обращения поголовья коров, свиноматок и козوماتок, которое должно быть не меньше, чем по состоянию на 01 января года обращения за субсидией.

По состоянию на дату подачи заявки участник отбора должен соответствовать следующим требованиям:
- у участника отбора должна отсутствовать неисполненная обязанность по уплате налогов, сборов, страховых взносов, пеней, штрафов, процентов, подлежащих уплате в соответствии с законодательством Российской Федерации о налогах и сборах;

- у участника отбора должна отсутствовать просроченная задолженность по возврату в районный бюджет субсидий, бюджетных инвестиций, предоставленных, в том числе в соответствии с иными правовыми актами, а также иная просроченная (неурегулированная) задолженность по денежным обязательствам перед Солнечным муниципальным районом Хабаровского края;

- участник отбора не должен получать средства из бюджетов всех уровней на основании иных нормативных правовых актов на содержание коров, свиноматок и козوماتок в текущем году;

- участник отбора не должен находиться в перечне организаций и физических лиц, в отношении которых имеются сведения об их причастности к экстремистской деятельности или терроризму, либо в перечне организаций и физических лиц, в отношении которых имеются сведения об их причастности к распространению оружия массового уничтожения.

5. Размещение информации о Порядке предоставления субсидии гражданам, ведущим ЛПХ, на содержание поголовья коров, свиноматок и козوماتок на территории Солнечного муниципального района Хабаровского края (далее - Порядок), проведении отбора, порядке подачи заявок участниками отбора и требований, предъявляемых к форме и содержанию заявок, подаваемых участниками отбора, порядке отзыва заявок, порядке возврата заявок, определяющий в том числе основания для возврата заявок, порядке внесения изменений в заявки, правилах рассмотрения и оценки заявок участников отбора, порядке предоставления участникам отбора разъяснений положений объявления о проведении отбора, даты начала и окончания срока такого предоставления, сроке заключения Соглашения, условии признания получателя субсидии заключившим от заключения Соглашения, размещения результатов рассмотрения заявок участников отбора:

на официальном сайте администрации Солнечного муниципального района Хабаровского края в разделе «Сельское хозяйство» «Субсидия по муниципальной программе «Поддержка граждан, ведущих личное подсобное хозяйство, на содержание поголовья коров, свиноматок и козوماتок в Солнечном муниципальном районе Хабаровского края» по ссылке: <https://solnechniyadm.khabkrai.ru/SocEkonom-razvitie/Selskoe-hozyajstvo/Subsidiya-po-municipalnoj-programme-quot-Podderzhka-grazhdan-veduschih-lichnoe-podsobnoe-hozyajstvo-na-soderzhanie-pogolovya-korov-svinomatok-i-kozomatok-v-Solnechnom-municipalnom-rajone-Habarovskogo-kraya-quot>

Отдел экономического развития и прогнозирования администрации Солнечного муниципального района

Хабаровский край присоединился к Всероссийской акции «БумБатл»

Во всех регионах страны в поддержку нацпроекта «Экология» проводится крупнейшая акция по сбору макулатуры. В Хабаровском крае #БумБатл проходит при поддержке министерства ЖКХ Хабаровского края, министерства образования и региональных операторов по обращению с ТКО. Акция продлится до 15 ноября.

В проекте могут принять участие учебные и дошкольные учреждения, а также различные предприятия. Присоединиться к соревнованию можно и индивидуально. Для этого необходимо зарегистрироваться на сайте бумбатл.рф. При регистрации нужно указать организацию или подтвердить самостоятельное участие. По итогам оргкомитет определит лидеров по объёмам сданного бумажного сырья среди образовательных учреждений, компаний и в индивидуальном зачёте. Всех участников акции ждут подарки. Также будут объявлены самые результативные регионы страны.

- Экологический флешмоб «БумБатл» - дополнительный способ привлечения внимания к национальному проекту «Экология». К 2024 году на переработку должно направляться не менее 60% твёрдых коммунальных отходов - это одна из целей нацпроекта. Пятую часть в мусорном ведре россиянина сегодня занимает именно бумага - ценная и пригодная для переработки фракция. В ближайшее время на интерактивной карте сайта bumbatl.ru будут определены точки сбора, куда каждый желающий сможет принести макулатуру. А для самых активных, маленьких жителей края будет организована экскурсия на завод по переработке макулатуры, - отметил первый заместитель министра ЖКХ края Евгений Колоколов.

В поддержку #БумБатла представители регоператоров ООО «Хабавоттранс ДВ» и «Зенит ДВ» проведут эколого-просветительские мероприятия в учреждениях образования, занимающихся сбором макулатуры в г. Хабаровске и Хабаровском районе, а также в районе им. Лазо.

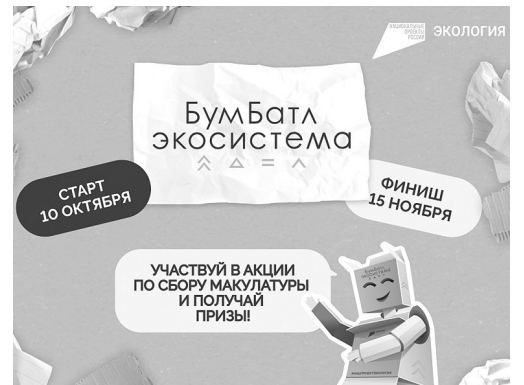
Уже в эту субботу в рамках акции во дворе по улице Подгаева дом 1 региональный оператор ООО «Хабавоттранс ДВ» проведёт сбор макулатуры с выдачей сертификата участника акции. Бумажную продукцию можно будет сдать с 11:00 до 13:00 часов.

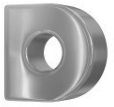
- Акция «БумБатл» нацпроекта «Экология» уже не первый год привлекает большое внимание. Помощь в сборе и переработке макулатуры проекту оказывают представители ключевого регионального оператора. Как и в прошлом году, мы надеемся увидеть в числе участников тысячи воспитанников детских садов, школ, колледжей, вузов, а также представителей частных компаний, заинтересованных в сохранении природных ресурсов, - отметила генеральный директор АНО «Национальные приоритеты» София Малявина.

Кроме этого, все участники всероссийской акции по сбору макулатуры могут посоревноваться в креативе, выложив в соцсетях интересное фото или видео, отметив его хештегом #бумбатл, #экосистема, #нацпроектэкология.

Напомним, в прошлом году участники этой акции смогли собрать 63,3 тыс тонн макулатуры, что эквивалентно 12 тысячам гектаров леса или миллиону деревьев.

Пресс-служба губернатора и правительства Хабаровского края
Фото министерства жилищно-коммунального хозяйства





Понедельник, 23 октября
6.30 «6 кадров» (16+).
6.40 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Вторник, 24 октября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Среда, 25 октября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Четверг, 26 октября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

2.00 «Голоса ушедших душ» (16+).

Пятница, 27 октября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Суббота, 28 октября
6.30 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО» (16+).

Воскресенье, 29 октября
6.30 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+).

Понедельник, 23 октября
6.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 06.35 «Пешком...».

07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.20 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ.

Среда, 25 октября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 06.35 «Пешком...».

Четверг, 26 октября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 06.35 «Пешком...».

06.35 «Пешком...». 07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.05 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО.

Суббота, 28 октября
06.30 «Библиейский сюжет». 07.05 Мультфильм.

Воскресенье, 29 октября
06.30 Мультфильм. 07.15 «Клоун».

Понедельник, 23 октября
06.00 «Настроение». 08.15 «Афоня».

13.40 «Мой герой». (12+). 14.30 События.

Вторник, 24 октября
06.00 «Настроение». 08.10 «Доктор И...» (16+).

Среда, 25 октября
06.00 «Настроение». 08.10 «Доктор И...» (16+).

Четверг, 26 октября
06.00 «Настроение». 08.10 «Доктор И...» (16+).

02.05 «Вторая мировая». (12+).

Пятница, 27 октября
06.00 «Настроение». 08.20 «Был такой случай».

Суббота, 28 октября
05.40 «Петрович». (12+). 07.25 «Православная энциклопедия».

Воскресенье, 29 октября
05.45 «Фанфан-Тюльпан». (12+).

Понедельник, 23 октября
05.00 «Известия» (16+).

00.30 «Великолепная пятёрка» (16+).

Вторник, 24 октября
05.00 «Известия» (16+).

Среда, 25 октября
05.00 «Известия» (16+).

Четверг, 26 октября
05.00 «Известия» (16+).

Пятница, 27 октября
05.00 «Известия» (16+).

Суббота, 28 октября
05.00 «Условный мент» (16+).



Понедельник, 23 октября
4.35 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». 16+.

11.00 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». 12+.

Вторник, 24 октября
4.30 «СМЕРШ». 16+.

22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. 12+.

Среда, 25 октября
5.25 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». 16+.

ВСТУПАЙ В ИМЕННОЙ АРТИЛЛЕРИЙСКИЙ ДИВИЗИОН «ЕРОФЕЙ ХАБАРОВ»
ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА ПО УКАЗУ ПРЕЗИДЕНТА РФ 195 000 РУБ.

18.00 «СВО: компоненты силы». 16+.

Четверг, 26 октября
5.20 «ЛЕТУЧИЙ ОТРЯД». 16+.

Пятница, 27 октября
5.15 «ЛЕТУЧИЙ ОТРЯД». 16+.

Суббота, 28 октября
5.10 «БАЛАМУТ». 12+.

13.15 «Не факт!». 12+.

Воскресенье, 29 октября
6.05 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». 12+.

Понедельник, 23 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Вторник, 24 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Среда, 25 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

16.00 «112». 16+.

Четверг, 26 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Пятница, 27 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Суббота, 28 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Воскресенье, 29 октября
5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Grid for crossword puzzle with numbers 1-52.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. «... зеленеет, солнышко блестит...». 4. Перечень Оскара Шиндлера, вдохновивший Стивена Спилберга на создание драмы.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Локомотив с дизельным двигателем. 2. Итальянский сладкий ликёр с ароматом миндального ореха.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В №41

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Околыш. 4. Пробел. 7. Ирокез. 10. Мостик. 13. Резерв. 15. Костяк. 16. Полати. 18. Альбатрос. 19. Квашня. 21. Кукуруза. 24. Скорпион. 27. Атлас. 29. Гурцкая. 30. Дамба. 32. Качалка. 33. Кормило. 34. Атолл. 35. Кобра. 36. Обновка. 40. Причина. 41. Паульс. 43. Литавра. 44. Чрево. 47. Отпель. 51. Прабабка. 55. Крупье. 56. Африканка. 57. Разлом. 58. Минута. 59. Амфора. 60. Наташа. 61. Кашица. 62. Аркада. 63. Апрель.

Золотая осень в Солнечном

Осеню можно насладиться солнечной погодой и торжеством природы. Весело светит солнце, играя своим лучами, которые пытаются согреть землю; ни одного облачка на небе, а листья, словно золото, осыпаются с деревьев, переливаясь разноцветьем. Какая она, оказывается, осень разная... Этот лёгкий ветерок, шелест листьев, запах осени, листвы - неповторимый, ни с чем несравнимый... Только осенью можно вот так насладиться природой. При всей солнечности всё равно кажется, что она засыпает, но в этом и проглядывается настоящая красота и очарование природы. Даже лето с его пением птиц, дугами, покрытыми нежной зелёной травой, с шелестом деревьев, одетых в зелёные наряды, не может сравниться с осенью. Кажется, что закат осенью выглядит по-другому, как-то иначе. Эти пожелтевшие деревья, птицы, покидающие негостеприимную хозяйку - осень и солнце, которое с тоской, медленно «стекает» за горизонт - всё это воспринимается иначе, чем когда-либо. Начинаешь

находить во всём этом красоту, а главное душевный покой. Ничего не успокаивает лучше, чем закат или прогулка по улицам прохладным осенним вечером...

Она как бы делится с тобой своей тоской, даёт тебе капельку того, недостающего спокойствия, подталкивает на то, чтобы взглянуть на мир другими глазами...

В Солнечном в этом году выдалась на редкость красивая осень. Люди наслаждались тёплыми деньками, делали памятные фото, чаще прогуливались с детьми.

Ни одно время года не очаровывает, как осень. Что-то в ней есть. Она как бы сочетает в себе грусть и тоску, спокойствие и наслаждение, красоту и вдумчивость.

Материал подготовила С. БУРЛИНА
Фото автора

