



РЖЕВСКИЕ НОВОСТИ



БЛАГОУСТРОЙСТВО ПОЙМЫ ХОЛЫНКИ БУДЕТ!



Проект по благоустройству поймы Холынки, поданный Ржевом на конкурс по созданию городской городской среды, поддержан! В конце августа в Калуге подвели его итоги и поздравили победителей. Министр строительства и ЖКХ РФ Ирек Файзуллин вручил Роману Крылову символ победы в конкурсе. Отметим, что призовой фонд Ржева на реализацию этого проекта - 96,6 млн рублей. Сроки реализации - 2025-26 гг.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

НЕТ КАЧЕСТВА - НЕТ ДЕНЕГ

Администрация отсудила у дорожников десятки миллионов рублей за плохой ремонт дорог *стр. 5*

НОВЫЕ ЗАКОНЫ - С СЕНТЯБРЯ

Для школьников, водителей и всех жителей *стр. 6*

ПОЛВЕКА ВМЕСТЕ

Семья Петровых из Мончалово *стр. 7*

ОТКРЫЛСЯ НОВЫЙ ОФИС ООО «ПРОФСИСТЕМА»

- профиль и металлочерепица «супермонтеррей»
- конструкции для остекления любого размера и конфигурации (алюминиевый и пластиковый профиль)
- индивидуальный расчет и быстрое изготовление
- собственное производство в Ржеве

Телефон: 8-905-602-27-09

Адрес: ул. Советская, дом 4

- услуги автокрана и экскаватора
- грузовые перевозки от 1 кг до 20 тонн по городу и России
- самосвалы
- перевозка НЕГАБАРИТНЫХ грузов
- манипулятор
- эвакуатор

Тел.: 8-960-714-09-29, 8-906-656-11-44

СТРОЙПЛАН

В нашу команду требуются
СВАРЩИКИ И СЛЕСАРИ
металлоконструкций!!!

Завод металлоконструкций **СТРОЙПЛАН** набирает на работу сварщиков на ручную и полуавтоматическую сварку.

- | | | |
|---------------------------------------|--------------------------|---|
| Обязанности: | Требования: | Условия: |
| - сварка различных металлоконструкций | - профильное образование | - сдельная оплата труда (своевременные выплаты) |
| - ангары | - умение читать чертежи | - постоянные объемы работы |
| - краны мостовые | - ответственность | - предоставляются инструменты и сиз |
| - другие металлоконструкции | - порядочность | - корпоративный транспорт до места работы |

Заработная плата от 70 тысяч рублей

Адрес производства:

Тверская обл., г. Ржев, ул. Краностроителей Тел. 8-985-432-90-08 (отдел кадров)

ТОЛЬКО 12 СЕНТЯБРЯ!

СВЕЖИЙ БАШКИРСКИЙ

МЁД и КОНФИТЮР

ОТ ПАСЕКИ МОНАСТЫРСКОЙ
Пенсионерам скидки!

3 кг ЛУГОВОГО МЕДА ЗА 1400 РУБ.

Клуб Железнодорожников

г.Ржев, ул.Большая Спасская, д.15а
8-964-648-17-52 с 9:00 до 19:00



ЗАКАЗ ТАКСИ
ЧЕРЕЗ ПРИЛОЖЕНИЕ



ТАКСИ ФАВОРИТ

работаем по безналичному расчету
приглашаем водителей на работу

Короткий сотовый

64-44-44

Тел.: 6-00-96

8-906-650-44-44

8-910-939-44-44

8-920-196-45-44

8-904-004-14-44



Наталья Владимировна ГРЕХОВА, начальник юридического отдела администрации Ржевского муниципального округа:

«ЕСЛИ ДЕЛАТЬ - ДЕЛАТЬ ХОРОШО ЛИБО НЕ ДЕЛАТЬ ВОВСЕ»

Пришлось осваивать много вещей, с которыми раньше не сталкивалась. Например, создание, проверка, изменение нормативно-правовых актов, издаваемых муниципальным образованием. Пришлось самой их разрабатывать, изучать все правила, положения, нюансы и тонкости этого процесса. Вся документация проходит через юридический отдел. Даже если структуры РМО самостоятельно разрабатывают те или иные документы, мы их проверяем на соответствие законам, согласовываем, исправляем, если что-то не так. Одним словом, проводим совместную работу.

- Что из себя представляет нормативно-правовая база?

- Она очень обширна - это и земельные, и имущественные вопросы, и вопросы ЖКХ и благоустройства, и похоронные дела. Образно говоря, каждый шаг гражданина Российской Федерации, в том числе жителя нашего округа, должен быть регламентирован каким-либо правовым актом. Вышел человек из дома - он уже соблюдает (или не соблюдает) какие-либо нормы и правила. Например, правила благоустройства. Мусорит или не мусорит, ставит автомобиль на газон или не ставит, рисует на стенах домов или нет - и так далее. Мы не только издаём эти нормативно-правовые акты, мы ещё и контролируем их соблюдение.

- Вы имеете в виду работу административной комиссии, в состав которой входите? Кстати, в адрес этой структуры зачастую поступают нарекания горожан. Например, такого плана: вот, опять на стенах дома наклеили рекламные объявления, и куда только смотрит административная комиссия?

- Административная комиссия не имеет права выявлять нарушения и составлять акты, а только рассматривает поступающие в её адрес документы. Грубо говоря, деятельность административной комиссии аналогична деятельности суда. Если поступили какие-то материалы (акты, жалобы и прочие документы, уже оформленные должным образом и запроколированные уполномоченными лицами), секретарь комиссии проверяет, правильно ли всё оформлено, все ли документы и доказательства приложены, и только тогда направляет уведомление членом комиссии о том, что на определённую дату назначено совещание по определённому вопросу. Комиссия собирается, изучает материал, вызывает и опрашивает нарушителя (правил благоустройства, например), получает от него информацию, а потом выносит решение о мерах наказания, если таковое необходимо - предупреждение или штраф.

- Кто же выявляет нарушителей?

- В каждом структурном подразделении администрации, в соответствии с законодательством Тверской области, есть уполномоченные лица, которые имеют право выявлять и фиксировать нарушения, опрашивать нарушителя и составлять протокол, то есть собирать материал. Но, учитывая, что сотрудники администрации максимально загружены, удаётся фиксировать не все нарушения. Почему-то сложилась такая тенденция: что бы ни случилось, большинство людей сначала обращаются в администрацию, даже если вопрос находится не в нашей компетен-

ции. Если люди обратились к нам не по адресу - мы в семидневный срок должны дать им письменный ответ и порекомендовать организацию или структуру, куда следует обратиться. Это отнимает очень много времени, которое можно было бы потратить на другие срочные дела, которые входят в компетенцию администрации.

- Наталья Владимировна, давайте облегчим работу администрации и обозначим круг проблем, для решения которых эффективнее обращаться в другие структуры. Например, если отключили электроэнергию, куда нужно жаловаться?

- Поставщиком электроэнергии является «ТверьАтомЭнергоСбыт», за качество и бесперебойность её подачи отвечают «Россети». Если отключили свет или скачет напряжение, лучше обращаться напрямую в эти структуры. Мы также обращаемся к поставщикам ресурсов, если это касается защиты неопределённого круга лиц. Допустим, прекращается подача электроэнергии на котельную. Значит, микрорайон остаётся без горячей воды летом и без отопления зимой. В зону ответственности администрации РМО входит организация (не обеспечение!) теплоснабжения в округе и, соответственно, мы имеем право (не обязаны!) защитить интересы не получивших определённый коммунальный ресурс граждан - обратиться в суд и обязать «ТверьАтомЭнергоСбыт» не прекращать подачу электроэнергии. Но, как известно, судебные разбирательства занимают много времени - несколько месяцев, поэтому не всегда имеется возможность быстро решить проблему. Продуктивнее и быстрее поступать следующим образом: либо гражданину самому подать в суд исковое заявление о производстве перерасчёта платы за электроэнергию в связи с её регулярной некачественной подачей, либо обратиться в прокуратуру. Если администрация РМО направит обращение в «ТверьАтомЭнергоСбыт», нам организация обязана ответить в течение тридцати дней, а если такой запрос направит прокуратура, то ответ надзорному органу может быть (по требованию прокуратуры) отправлен в трёхдневный срок.

Такая же ситуация и с другими ресурсоснабжающими организациями. Если у людей нет горячей воды, они обычно первым делом звонят в администрацию. Эффективнее действовать другим образом - первоначально обратиться в управляющую компанию (проблема может быть в МКД - например, где-то прорвало трубу). Причина может быть, опять-таки, в отсутствии электрообеспечения на котельной - и управляющие организации обычно знают о таких ситуациях. Если авария на теплосетях, ресурсник также должен уведомить о происшествии управляющие организации и администрацию. Но, к сожалению, так происходит не всегда.

- Чем ещё занимается юридический отдел?

- Легче перечислить, чем он не занимается. Взаимодействуем практически со всеми структурными подразделениями администрации округа, надзорными органами, полицией. Участвуем в судебных процессах, в которых либо истцом, либо ответчиком, либо третьей стороной является администрация РМО. Отвечаем на за-

просы и представления надзорных органов, контролируем выполнение этих представлений - в рамках наших полномочий. Работаем с обращениями граждан и юридических лиц.

- Множество нареканий ржевтян вызывают проводимые в округе ремонты. Юридический отдел имеет к ним отношение?

- Большой пласт работы - контракты с подрядчиками, они все проходят через юридический отдел. Мы проверяем контракт до его заключения и размещения на торгах на соответствие законодательству с точки зрения защиты интересов администрации. Анализируем такой фактор, как ответственность подрядчика за выполнение его обязательств. Если во время исполнения контракта возникают какие-то нарушения со стороны подрядчика, ведём претензионную досудебную работу. Многие структурные подразделения администрации сами ведут переписку с организациями, но всегда согласовываем её с нами. Практически за всеми контрактами, в которых стоимость работ превышает 600 тысяч рублей, наблюдается стройконтроль - мы заключаем договор и с такими организациями, они анализируют качество и техническую правильность выполнения работ. Иски к подрядчикам со стороны администрации - или наоборот - возникают в тех случаях, когда мы видим, что подрядчик некачественно ведёт работы. Стройконтроль обнаруживает какие-либо дефекты и нарушения, выдаёт предписание подрядной организации об их устранении, и, если подрядчик не устраняет недоработки, у нас есть право прекратить исполнение контрактных обязательств и не оплачивать некачественно выполненные работы. Уполномоченными сотрудниками администрации тщательно проверяется вся техническая документация и по исполнению контракта, и по качеству используемых материалов (необходимо подтвердить его сертификатами и протоколами испытаний). Нам должны предоставляться акты приёмки работ с отметкой стройконтроля (что претензий к качеству ремонта нет и работы выполнены в оговоренные в контракте сроки), и только после всех необходимых согласований производятся приемка и оплата качественно выполненных работ. Нет качества - нет оплаты, и в этом случае подрядные организации иногда требуют деньги от администрации через суд. Недавно завершилось одно из двух инициируемых ООО «УДС» разбирательств - иск этой организации к администрации с требованием заплатить более 55 млн рублей за ремонт, выполненный с неустранимыми нарушениями, оставлен без удовлетворения.

- Желаем юридическому отделу дальнейшей плодотворной работы в сфере отстаивания интересов администрации РМО - следовательно, и жителей округа. А что бы Вы хотели пожелать нашим читателям?

- Уважения друг к другу, к законам нашей страны, соблюдения элементарных правил проживания и благоустройства, бережного отношения к имуществу - не только своему, но и общегородскому. И, конечно же, здоровья, счастья и позитивного отношения к жизни и окружающим!

- Большое спасибо за интервью! Беседовала Елена СМЕРНОВА

- Наталья Владимировна, наша рубрика традиционно начинается с рассказа гостя о себе.

- Родилась в Ржеве, окончила школу № 10 с золотой медалью, поступила в Московский международный экстерный гуманитарный университет на юридический факультет. Юриспруденцию выбрала не случайно - пошла по стопам отца, адвоката с более чем пятидесятилетним стажем. Окончила институт экстерном - за три года вместо шести. Параллельно с 18 лет (это был 1993 год) работала на швейной фабрике «Чайка». Сначала помощником юрисконсульта на полставки, затем к этим обязанностям прибавилась полная ставка инспектора в отделе кадров.

- Не сложно ли было девушке, только что окончившей школу, занимать столь ответственную должность?

- Раньше было проще. И законы менялись не так часто, и, несмотря на нелёгкое перестроечное время, взаимоотношения между предприятиями и организациями были более доверительными, чем сейчас - старались сдерживать обещания, договаривались, судебных дел было мало.

- Долго проработали на швейной фабрике?

- Пять лет. Затем предложили должность юрисконсульта в МУП «Ржевторг» - там отработала столько же, далее выполняла профессиональные обязанности в МУП «Водоканал», банке «Проминвестрасчёт», МУП «Теплосети», затем мне предложили работу в московской ресурсоснабжающей организации. Но по семейным обстоятельствам пришлось вернуться в Ржев, в МУП (а затем в ГУП) «ДЕЗ». В мае 2021 года мне предложили возглавить юридический отдел администрации РМО. Я согласилась.

- Сколько человек работает в юридическом отделе?

- Штат составляет шесть человек, включая меня, но до начала августа этого года работали вчетвером. Сейчас к нам пришло подкрепление - две девушки, окончившие Ржевский колледж, теперь отдел укомплектован полностью.

- Имея такой опыт службы в разнoproфильных организациях, наверное, трудностей на нынешней должности Вы не испытывали? Возможно, за исключением объёма работы, которую предстоит выполнить...

- В какой бы организации я ни служила, работы было много везде. Человек, любящий трудиться, никогда без дела сидеть не будет. Если ты стремишься получать положительный результат от своей деятельности - всегда есть чем заняться. Если что-то делать - надо делать хорошо и с полной самоотдачей. А сложности были, здесь другая система - муниципальная служба.



КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

■ В рамках программы поддержки местных инициатив Ржевский округ приобрёл новый грейдер, он уже поступил в распоряжение предприятия благоустройства. Это важное приобретение позволит значительно улучшить состояние второстепенных улиц для их надлежащего содержания и комфорта передвижения жителей.

■ Накануне начала учебного года социальная служба Вознесенского собора передала канцелярию, товары для творчества детей, продуктовые наборы для сельских многодетных семей Ржевского округа.

■ Фонд содействия предпринимательству Тверской области занял 11-е место среди всех 139 схожих госорганизаций. С начала года объём поддержки предпринимателей Фондом составил более 2 млрд рублей.

■ Жителей призывают сообщать о незаконной продаже сигарет и вейпов несовершеннолетним. В составе такой продукции присутствует никотин, вызывающий привыкание, другие нежелательные компоненты. Номер горячей линии федеральной социальной кампании «Спасибозаотказ.рф» **8-800-234-29-26**.

В «ЗАРНИЦЕ» ОТДОХНУЛО БОЛЕЕ 400 ДЕТЕЙ

В Ржевском муниципальном округе летом работали 45 оздоровительных лагерей. Это 32 лагеря дневного пребывания детей на базе школ, которые посещали почти 2 тысячи человек, 10 лагерей труда и отдыха, где в двух сменах отдыхало более двухсот человек, 2 палаточных лагеря и загородный лагерь «Зарница» с охватом 420 человек. Здесь накануне прошли и будут продолжены работы по модернизации и укреплению материально-технической базы. Внешние изменения, брендирование территории положительно влияют на образ лагеря.

В целом, в летнюю оздоровительную кампанию в Ржевском муниципальном округе было охвачено отдыхом, оздоровлением и занятостью 2673 человека.

В лагерях дневного пребывания детей было организовано 9 профильных лагерей, из них 2 спортивных, профильные отряды в 4-х сельских школах: Становской сш (военно-патриотическое направление), оош им. Обручева (сельскохозяйственное направление), Глебовской сош (туристическое направление), Трубинской оош (краеведческое направление).

В летний период уделялось большое внимание трудоустройству подростков в бюджетную и внебюджетную сферу. Было трудоустроено 1058 несовершеннолетних.

МОСТ ОТКРЫТ, АВТОБУСЫ МЕНЯЮТ МАРШРУТЫ

В Ржеве после ремонта возобновилось движение всех видов транспорта и пешеходов по мосту через реку Б. Лоча. На мосту заменили опорные и пролётные строения, дорожное полотно, пешеходные плиты, привели в порядок подходы к мосту, сделали освещение и ограждения. Строительная длина участка - почти 300 метров, из них 91 - длина моста.

На период ремонта многие автобусы были вынуждены изменить свои маршруты. Теперь маршрутные автобусы вновь будут курсировать по улице Автодорожная, что значительно упростит передвижение по округу. Вся подробная информация по времени и движению автобусов будет размещена в приложении «Волга». В частности это касается маршрутов: № 335 «Ржев - Мончалово», № 345 «Ржев - Есинка», № 332 «Ржев - Замятино», № 334 «Ржев - Павлюки - Светителево», № 338 «Ржев - Зайцево», № 445 «Ржев - Зубцов - Щеколдино».

ПОМОЧЬ ТЕМ, КТО ПРИЕХАЛ

В службе занятости региона действует горячая линия по вопросам трудоустройства жителей, выехавших из приграничных районов Курской области. Телефоны: **8-920-152-19-35 с 8:00 до 20:00, 8(4822) 34-90-39 с 9:00 до 16:30** в будни. Специалисты помогут с подбором вакансии с предоставлением жилья при трудоустройстве, проконсультируют о порядке получения государственных услуг в сфере занятости.

ПРИЁМ ДЕПУТАТОВ В СЕНТЯБРЕ

Жители города и сельских территорий могут прийти на приём к своим депутатам **9, 10, 12 и 17 сентября**.

Сергей Вишняков проведёт приём избирателей округа в Итомлинской больнице (ул. Центральная, 1) **10 сентября с 12 до 15 часов**. Валерий Румянцев приедет в Трубино **10 сентября** и будет ждать жителей **с 11 до 13 часов**. Любовь Громова в этот же день будет вести приём в деревне Хорошево, 7 (школа) **10 сентября с 16 до 18 часов**; Дарина Вишнякова - в автосервисе «Москва - Рига» на М-9 в этот же день **с 17 до 21 часа**.

Также **10 сентября с 16 до 18 часов** граждане могут прийти на приём к Юрию Артемьеву, Вадиму Никитину, Илье Горохову, Владимиру Привалову и Сергею Кроману по адресу: ул. Б. Спасская, 27/51, каб. 7.

Днём раньше, **9 сентября, с 15 до 17 часов** по ул. Солнечная, 7а проведёт приём граждан Михаил Белобров, а **10-го** по этому же адресу **с 16 до 18 часов** ждёт избирателей Игорь Вишняков.

В депутатской приёмной по ул. Ленина, 16 совместный приём граждан состоится **10 сентября с 16 до 18 часов** (здесь будут ждать избирателей депутаты Сергей Алексеев, Денис Симакин, Владимир Карпов, Игорь Дунаев) и **12 сентября, тоже с 16 до 18 часов** (председатель Думы Андрей Константинов, депутаты Андрей Фаер, Сергей Самарин, Оксана Суслова, Марина Дулева, Михаил Андреев). Елена Маслакова в этот же день в это же время ждёт своих избирателей в офисе ООО «Ржев-аудит информ» по ул. Республиканская, 11/30.

Сергей Матвеев проведёт приём избирателей в 4 кабинете по ул. Елисеева **17 сентября с 15 до 17 часов**.

РЕМОНТ ПЕРЕД НАЧАЛОМ УЧЕБНОГО ГОДА

В преддверии нового учебного года в учреждениях образования округа провели ремонтные работы на общую сумму более 80 миллионов рублей. Это капитальный ремонт кровли в детских садах №№ 19, 22, 29, капитальный ремонт ограждения и установка уличного игрового комплекса в детском саду № 22, капитальный ремонт кровли в Ефимовской школе и в гимназии № 10, капитальный ремонт спортивного зала в школе № 4 и замена оконных блоков в детском саду № 15.

За счёт средств местного бюджета на общую сумму более 11 миллионов рублей проведён ремонт пространства под «Т-куб» в школе № 12, ремонт межпанельных швов в школе № 9 и асфальтирование пришкольной территории в школе № 8.

Учреждения образования оснащены системами видеонаблюдения, автоматическими пожарными и тревожными сигнализациями, связанными с Росгвардией, ЕДДС и системой 112.

РАБОЧАЯ ПОЕЗДКА

В последние дни августа глава округа с рабочей поездкой посетил ряд ключевых объектов.

Первым пунктом маршрута стал мост через реку Б. Лоча, который был открыт через несколько дней. В Мончалово сотрудники администрации пообщались с местными жителями по вопросам содержания и ремонта многоквартирных домов, работы котельной и газификации. Ранее здесь был установлен новый котёл в котельной, обустроена по просьбам жителей вышка сотовой связи, осуществлена газификация, планируется установка газовой котельной, в этом году отремонтирована дорога, начат демонтаж заброшенных и ветхих построек.

В Осуге Роман Крылов ознакомился с ходом ремонта дворовой территории. Здесь уложены водопропускные трубы, подрядчик приступил к активной фазе работ по обустройству асфальтового покрытия.

Над новостями работали: Светлана АРТЕМЬЕВА, Елена БЕЛЯЕВА

ЗАХОДИТЕ НА НАШ САЙТ: rzhevnews.ru

СПОРТ



СНОВА ПРОЙДЁТ ЗАБЕГ У МЕМОРИАЛА

Открыта регистрация на забег «Ржевский рубеж», который становится уже традиционным. В прошлом году он прошёл впервые, и событие привлекло несколько сотен участников из Ржева, Тверской и соседних областей, Москвы, а также отдалённых регионов. Забег снова пройдёт в знакомом месте - у Ржевского мемориала Советскому солдату. Дата проведения - **28 сентября**. Все желающие могут присоединиться к забегу на дистанциях 5, 10 и 21 км.

В этом году организаторы подготовили нововведение - корпоративный забег. Это отличная возможность для команд организаций и предприятий сплотиться, проверить свои силы и доказать, что они - лучшие!

Информацию можно найти в социальных сетях (группа «ВКонтакте» «Забег «Ржевский рубеж»»).

ОТЛИЧНЫЙ СЕЗОН

По итогам сезона-2023/24 результаты выступлений спортсменов КСШОР № 1 признаны одними из лучших за всю историю ржевского тхэквондо:

- в областных официальных соревнованиях - первое общекомандное место мужской сборной команды Ржева по всем (четырёх) возрастам;
- на первенствах ЦФО - 6 призовых мест;
- на Кубке России у Кирилла Лукашова - третье место;
- на студенческом первенстве России у Дмитрия Чучаева - второе место.

Это победы самих спортсменов, тренеров и их родителей. Поздравляем и желаем дальнейших успехов!

АРИНА - ПЕРВАЯ

С 24 августа по 1 сентября в Твери проходил чемпионат Тверской области по большому теннису. Ржевлянка Арина Чуракова стала победителем.

НОВЫЙ РЕКОРД АННЫ ТАНГОВОЙ

25 августа в Тобольске проводились всероссийские соревнования по лёгкой атлетике «Тобольский марафон». В состязаниях приняла участие выпускница ржевской КСШОР № 1 Анна Тангова. Она пробежала дистанцию 42,195 км за 2 часа 52 мин. 06 сек., завоевав третье место - этот результат стал новым рекордом Тверской области.

УСПЕХИ «ТОРПЕДО KIDS»

25 августа сразу три команды «Торпедо Kids» приняли участие в московском турнире Foot Big среди мальчиков 2016 и 2017 г.р. в формате 3+1. Турнир собрал 12 команд детских футбольных клубов Москвы и Московской области. Ржевляне, выступив в двух возрастных группах, сумели в обоих завоевать серебряные кубки турнира и самое большое количество личных призов. В номинации «Лучше всех!» награждены Кирилл Ефимов, Лев Шемота, Лукьян Жучков; «Лучший защитник» - Ярослав Золотов, Илья Виноградов; «Лучший вратарь» - Матвей Петушков.

ПОГОДА НА НЕДЕЛЮ

	4/9	5/9	6/9	7/9	8/9	9/9	10/9
t днем (°C)	+24	+21	+22	+23	+24	+24	+24
Облачность, осадки							
t ночью (°C)	+10	+8	+7	+7	+10	+11	+12
Облачность, осадки							
Давление (мм рт. ст.)	754	756	756	754	753	749	747
Ветер	С-В	В	В	Ю	Ю-В	Ю-В	Ю

РЖЕВСКИЕ НОВОСТИ
УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «Ржевские новости».
Зарегистрирована в Верхне-Волжском управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.
Регистрационный ПИ № ФС5-1071.
e-mail: g.nov.gazeta@yandex.ru

© - материал опубликован на платной основе

Директор, главный редактор С.В. Артемьева
РЕДАКЦИЯ: 3-50-25, 8-905-606-70-07
Елена Беляева (отв. секретарь)
Светлана Кудряцева, Елена Соолаттэ (корреспонденты)
Елена Смирнова (корректор)
Анастасия Меркурьева (компьютер. верстка)
Отдел рекламы и объявлений: 3-50-25, 8-903-807-05-56
Юлия Берсенева

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 172390, Тверская обл., г. Ржев, ул. К. Маркса, д. 45/6
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС: 51694
ТЕЛЕФОНЫ: редакция - 3-50-25, 8-905-606-70-07; отдел рекламы и объявлений - 3-50-25, 8-903-807-05-56
Мнение авторов публикуемых статей может не совпадать с мнением редакции. Письма и рукописи, присланные в редакцию, не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание рекламы и объявлений несет рекламодатель. Рекламуемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты

Филиал ОАО «ПФОП»
«Волоколамская типография»
Московская обл., Волоколамский р-н, г. Волоколамск, ул. Парковая, д. 9.
Тел.: +8496 (36) 2-39-11
Тираж 5000
Зак. № 2990-24
Дата выхода в свет - 4 сентября

ГОРЯЩИЕ ГЛАЗА, ГОРЯЧИЕ СЕРДЦА

1 сентября учебный год впервые начался не только для 585 первоклассников Ржевского муниципального округа, но и для молодых учителей и воспитателей, в недавнем прошлом - студентов педагогических вузов и колледжей. На прошлой неделе с ними встретился глава округа Роман Крылов, поговорив на важные темы. Эта встреча стала своего рода «разговором о главном» на самом старте карьеры молодых специалистов, которые сами не так давно окончили школу.

В начале встречи Роман Сергеевич обратил внимание на то, что в последнее время в образовательном процессе сменилась парадигма: недавно во главу угла ставили именно получение образования в школах, теперь же всё больше говорят о воспитательной роли школьной педагогики.

- Результаты проведённого среди родителей учеников анкетирования удивительные. На вопрос, кто именно должен воспитывать детей, большая часть ответила: учителя. Словно забыв о том, что главным воспитателем ребенка является именно родитель! Воспитание - дело прежде всего семьи. Но вам, конечно, придется не только учить, но и правильно воспитывать детей, - сказал глава округа. - И при этом очень важно помнить о принципе «не навреди». В детстве в основу личности закладывается тот фундамент, который потом перестроить невозможно. И подчас именно от учителя зависит, получит ли ребенок руку помощи в сложной ситуации или же останется с проблемой один на один. От вас зависит, помните об этом.

Ценно и - скажу так - реально круто то, что вы выбрали эту профессию! Вдвойне ценно - что вы выбрали местом своей реализации в этой профессии Ржев. Рад приветствовать вас в нашей команде, и обещаю, что вы всегда сможете рассчитывать на помощь и поддержку с моей стороны и со стороны администрации.

Как оказалось, местом для жизни и работы Ржев выбрали не только те, кто родился и вырос в нашем городе. Дарья Коршакова проживала в Нелидово, но практику, обучаясь в Старицком педагогическом колледже, проходила здесь, в Становской школе.

- Я была, честно, в восторге, мне очень понравилось! Сложились хорошие деловые отношения в коллективе, и поэтому решила по окончании колледжа работать именно в этой школе - меня там ждали. Но получилось так, что пришлось выйти на должность воспитателя, когда эта вакансия на время освободилась. И я решила попробовать! Считаю, что смогу дать нужные знания и помочь не только первоклассникам, но и дошколятам.

- У сельских школ свои достоинства, своя харизма, своя атмосфера. Нередко в них совершенно осознанно

приходят учиться городские дети - таких примеров в Ржеве много. Становская школа - одна из лучших. Мы помогаем и будем ей помогать, поддерживать, в ближайших планах - оснащение школы тренажерами при помощи депутата ЗС В. Константинова.

Анна Королёва, бывшая выпускница школы № 12, призналась: трудом учителя она восхищалась всегда. Поэтому выбрала профессию осознанно, окончила колледж



с отличием и собирается прийти работать в школу № 4 на должность воспитателя группы продлённого дня и классного руководителя 5-го класса. Эту же школу в своё время окончила Роман Крылов. Он отметил, что в школе сложился высокопрофессиональный коллектив, у которого есть чему учиться, школа богата традициями, одна из которых - добрый подход к каждому ребенку. Тем более учитывая, что классному руководителю придётся вникать в каждый вопрос, отстаивать интересы учеников, разбираться в ситуациях. И делать это каждый день. Это большая ответственность, отметил Роман Сергеевич, и пожелал девушке удачи.

Ксения Поплёскина - представительница целой учительской династии. С детства наблюдая за старшими родственницами, она думала: хочу так же говорить, иметь такой же багаж знаний. И поэтому пошла учиться в Ярославский государственный педуниверситет имени Ушинского. Окончив его, пришла работать преподавателем истории и обществознания в лицей № 35.

У девушки, как призналась она сама, большие планы: состояться в профессии, поучаствовать и победить в конкурсе «Учитель года».

- В другой профессии я себя не видела и не вижу, хочу совершенствоваться в этой и стать отличным специалистом! - сказала она.

Замечательный подход! - констатировал глава округа. Именно с таким настроением человек и должен идти на

работу, ставить амбициозные цели, не бояться браться за сложные задачи, иначе ничего не получится. Только полное погружение, только полная отдача, работа на совесть.

В этот же лицей после окончания Тверского государственного университета пришла работать учителем начальных классов Рената Шакирова. После получения диплома она вернулась в родной город, потому что видит в нём изменения к лучшему, сказала девушка.

- Говоря об изменениях в городе, мы в основном воспринимаем его внешний облик, - ответил глава округа. - Но это не главное. Команда администрации выполняет более масштабную и важную задачу, отчасти воспитательную. Изменить социальный климат, чтобы будущее поколение в нём росло и считало благоустроенные пространства, интересную архитектуру, порядок и чистоту нормой. Ведь если человек сквернословит, ненавидит всех вокруг, не способен дать адекватную оценку плодам труда своего соседа или коллеги и вообще уважать тех, кто рядом - такое поведение может стать нормой для его детей. Наша задача - на сегодняшнем этапе совместными усилиями поменять этот вектор. Ведь как бы мы ни благоустроивали город, если есть проблема в отношениях между людьми и их отношении к городскому имуществу, улицам, чистоте и порядку - город никогда не станет комфортным. Вам как учителям придется столкнуться с этим. Дети и родители будут встречаться разные. Нужно думать, как работать с учётом этого всего - для будущего работать.

- Я никогда не планировала уезжать из Ржева, - призналась Елена Новикова. Она окончила школу № 12, затем ТвГУ по специальности «Психология». Но останавливаться не намерена, хочет учиться дальше и получить профессию учителя начальных классов. Пока же будет работать в школе № 5. - Мне очень нравится коллектив, я смогла почувствовать пози-

тивный микроклимат и хорошую энергетику буквально за неделю работы там. Глаза у них горят, и это не от стресса, - пошутила девушка.

У Анастасии Мосол задача непростая, но очень важная. Девушка для себя её уже очень четко сформулировала. Получив профессию коррекционного педагога в Смоленске, она вернулась в Ржев и начинает работать в школе № 3 педагогом-психологом и организатором. И уже поступила в университет на специальность «Логопед».

- Вернулась сюда и хочу научить учителей важному: не бояться учить детей с ОВЗ. Сейчас у меня таких детей двое. Вижу, что многие боятся браться за это, я замотивировала это ещё при прохождении практики, и теперь хочу показать и доказать, что работать с такими детьми нужно, и эта работа успешна.

Юлия Корнилова - лингвист по специальности. Четыре года назад окончила с отличием школу № 12.

- Вы поздравляли наш выпуск с окончанием школы, - напомнила она главе округа, - и тогда я дала честное обещание вернуться работать в Ржев. Теперь я своё обещание выполняю! Окончила факультет иностранных языков ТвГУ, но учить детей иностранному языку, я считаю, недостаточно. Поэтому с радостью иду на должность советника директора по воспитанию и взаимодействию с общественными объединениями в свою родную 12-ю школу. Мне всегда хотелось работать с детьми не только на уроках, но и организовывать мероприятия для молодёжи, помогать ребятам найти себя, стать связующим звеном между детьми и учителями, и я рада, что сейчас это реализуется. Я вернулась к себе домой, но уже не как школьница, а как педагог.

Одна из хороших традиций советской школы - воспитание, отметил Роман Сергеевич. Её нужно оставить на вооружении, считает он. Система была очень чётко выстроенной, и тогда в школах были специалисты-организаторы, которые как раз и выполняли роль этого связующего звена, становясь подчас не педагогами, а старшими друзьями детей, их помощниками и защитниками.

Возиться с младшими детьми ещё со школьного возраста, играя в учителя, нравилось и Надежде Бобровой, и

Ксении Куликовой. Вокруг этих девочек всегда было много детей, с ними оставляли сыновей и дочерей старшие родственники и соседи. И немудрено, что их выбором стала профессия воспитателя.

Надежда Боброва после окончания Старицкого колледжа пришла работать в Хорошевский детсад.

- Мне очень хочется дать малышам нужные навыки и научить их быть самостоятельными. Многим этого не хватает, - отмечает она.

Ксения, которая родилась и выросла в Зубцовском районе, профессионально определилась уже к седьмому классу школы. И пошла в педколледж совершенно осознанно. Окончив его, начинает работать в детсаду № 22 Ржева, где проходила практику.

- Убеждена, что к каждому ребёнку нужен особый подход. Я стараюсь его найти и, думаю, это получается. Планирую работать и совершенствоваться в профессии и дальше.

С отличием окончила Тверской педколледж и Виолетта Цветкова. Она будет работать учителем английского языка в школе № 2. Ещё когда училась там, девушка участвовала в конкурсе «Рукописная книга», литературным творчеством занимается и сегодня. И поэтому видит одной из целей своей работы - научить детей читать, полюбить литературу. Педагогика - это творчество, убеждена она.

Вот такие они, молодые педагоги Ржева. Умные, открытые, с горящими глазами и горячими сердцами. Радостно, что такие девчата приходят в профессию, которая напрямую связана с нашим общим будущим.

- На вас большая ответственность. Многие из детей, которых будете учить и воспитывать вы, тоже вырастут и станут учить и воспитывать детей. А это значит, они понесут по жизни те знания и принципы, которым научите их вы... Не бойтесь работать в полную силу, не бойтесь гореть - вы не перегорите, а научитесь заряжаться результатами своего труда. У вас всё получится! - после таких напутственных слов глава округа вручил девушкам цветы и подарки от администрации округа.

С началом нового учебного года, с началом новой жизни, со стартом в профессии, молодые ржевские педагоги!

Светлана АРТЕМЬЕВА



НЕТ КАЧЕСТВА - НЕТ ДЕНЕГ

Ржевская администрация отсудила у дорожников более 50 миллионов рублей

Многие прекрасно помнят, как пять лет назад капитальный ремонт центральных дорог Ржева стал скандалом не только городского, - регионального масштаба. Компания-подрядчик укладывала асфальт в лужи, а автомобили ломались прямо на центральных улицах, потому что эта же компания «забыла» заасфальтировать места примыкания второстепенных дорог. Было это осенью 2019 года, а той самой компанией являлось ООО «УДС» из подмосковного Красногорска. Почему мы вспомнили это время? Сейчас расскажем.

РЕМОНТ ОЧЕНЬ ЖДАЛИ, НО...

Контракт на проведение работ был заключен администрацией по результатам конкурсных процедур, к работам подрядчик приступил, однако ремонт вёлся, мягко говоря, странно. Интернет-публики в тот период пестрели фото и видео, где были зафиксированы нарушения условий проведения работ (например, где асфальт клали прямо в грязь под дождем). Кроме того, нарушения были выявлены и областным дорфондом. Результаты лабораторных исследований и экспертиз, которые инициировал дорожный фонд, видя нарушения технологии, показали: даже сами материалы требованиям не соответствовали. Но даже после этого компания продолжала использовать те же самые материалы, а городской бюджет продолжал оплачивать работы (с согласования с главой города Вадимом Родивиловым). Из областного же бюджета средства на оплату услуг дорожной компании не поступали, поскольку (см. выше) было зафиксировано нарушение нормативов.

Поясним, как происходит процесс. Если нет претензий по качеству работ (например, по демонтажу старого дорожного покрытия) - деньги перечисляются. Затем так же оценивается следующий этап, за ним ещё один... Качество проведенных «УДС» работ оценивали администрация, строительный контроль (МУП «Ржевстройсервис») и Дирекция территориального дорожного фонда Тверской области. Вследствие этого, те работы, к качеству которых у заказчика и контролирующих организаций были претензии (использование некачественных материалов, неровности, обустройство стыков, съездов, обочин и так далее), оплачены администрацией не были. Как и работы, выполненные после истечения сроков контракта (дороги должны были отремонтировать до 30 сентября, но асфальт на центральных улицах продолжали класть и в октябре, и в ноябре)...

НАЧАЛИСЬ СУДЫ

ООО «УДС» направило администрации Ржева претензию с требованием оплатить полную стоимость контракта, администрация в ответ - требование устранить дефекты ремонта. Реакции на обра-

щение администрации не последовало. И тогда - а команда администрации города в этот период поменялась, - новым главой незамедлительно был инициирован иск в суд на расторжение контракта с «УДС» в одностороннем порядке по причине некачественного выполнения работ (к тому же, намеченное не было доделано в принципе. К примеру, не были обустроены съезды с ремонтируемых улиц, которые в контракте предусматривались).



В 2020 году Федеральная антимонопольная служба сразу же встала на сторону администрации, контракт был расторгнут, а ООО «УДС» внесено в реестр недобросовестных подрядчиков.

«УДС» также подало иск, требуя оплаты работ. Судом была назначена экспертиза, которая вновь подтвердила, что работы выполнены некачественно, и в связи с этим их оплата производится не должна. Причем не должна в полном объеме, то есть суд фактически признал: те деньги, которые администрация Ржева в 2019 году подрядчику успела перечислить, были потрачены зря!

ВПЕЧАТЛЕНИЯ И ФАКТЫ

«Администрация города Ржева судится с ООО «Управление дорожного строительства» («УДС») из подмосковного Красногорска, - писала в июле 2020 года газета «Караван». - В 2019 году компания выиграла тендер на ремонт дорог на сумму 173 млн рублей. Первоначально цена была выше на 14 млн рублей. Контракт подписывал уже бывший глава Ржева Вадим Родивилов. После него главой города стал Роман Крылов. Он подписал реше-

ние об одностороннем отказе от исполнения муниципального контракта.

Подрядчик вовремя не устранил выявленные дефекты при проведении ремонта. Этим руководствовался Роман Крылов при принятии решения. ООО «УДС» в свою очередь с третьей попытки подало иск в арбитражный суд Ржева. Компания хочет взыскать с администрации города 64,35 млн рублей».

А вот что о дорожном ремонте 2019 года писал сайт «Твериград»:

«Таких масштабных дорожных работ ржевчане не видели, пожалуй, с советских времён. Ремонт проводился на 22-х участках общей протяжённостью 23 километра. Это треть всей дорожной сети Ржева. Столь значительных финансовых вливаний город не видел много лет.

Дорожные работы проводила подмосковная компания «Управление дорожного строительства». На сайте «УДС» написано, что её специалисты отличаются высоким профессионализмом и компетентностью. Подрядчик срезал асфальт, заменил его на новый, но сделать съезды не удосужился. Высота съездов местами достига-



ет нескольких сантиметров. Съезжая с асфальта, автомобилистам приходится разбивать свои машины. На обочинах скапливаются огромные лужи. И новый асфальт компания «УДС» уложила с явными нарушениями технологического процесса. Многие участки в буквальном смысле не перезимовали. Минувшей весной Tverigrad.ru был в рейде по «горячим точкам». Примеров



наплевательского отношения к делу полно. Одни из самых коварных ям расположились возле стоянки такси на Ленинградском шоссе, изобилуют выбоинами улицы Грацинского, Тертая Филиппова и другие.

Автомобилистам снова приходится лавировать между ямами, чтобы не оставить в них свои колёса и подвески».

СУД ПОДДЕРЖАЛ АДМИНИСТРАЦИЮ

В 2020 году ООО «УДС» подало два исковых заявления в арбитражный суд Тверской области на администрацию Ржева с требованием погасить задолженность по контракту, а также жалобу на ад-



министрацию Ржева в УФАС. Управление федеральной антимонопольной службы вынесло решение, что отказ администрации оплачивать некачественно выполненные работы правомочен.

Два контракта (стоимостью 37,7 млн рублей и 38,4 млн рублей) на ремонт улиц Ленина, Тимирязева, Трудовая, Привокзальная, площади Мира рассматривались в рамках одного искового дела. ООО «УДС» требовало от администрации выплатить 55,5 млн рублей (остальные средства были выплачены заказчиком за начальную, качественно выполненную часть работ). Независимая экспертная организация, привлечённая судом, сделала однозначный

вывод: при обследовании ремонта дорог выявлены существенные и неустраняемые недостатки.

Судебные процедуры длились несколько лет.

Арбитражный суд Тверской области не удовлетворил требования ООО «УДС» по взысканию задолженности по контракту. ООО «УДС» обжаловало решение суда в апелляционный суд Вологды, затем направило кассационную жалобу в арбитражный суд северо-западного федерального округа в Санкт-Петербург... В итоге обе эти инстанции оставили решение арбитражного суда Тверской области в силе: за некачественный ремонт платить не надо!

НЕТ КАЧЕСТВА - НЕТ ДЕНЕГ

И это ещё не все судебные разбирательства по тому приснопамятному ремонту! К завершающей стадии подходит судебное разбирательство первой инстанции по второму иску ООО «УДС» к администрации Ржева (напомним, иск подавался в 2020 году, когда город и район ещё не объединились) о

взыскании задолженности. Контракт между заказчиком и подрядчиком был заключён на ремонт десяти дорог (Ленинградское, Зубцовское, Осташковское шоссе, улицы Большая Спасская, Автодорожная, Грацинского, Никиты Головни, Красноармейская набережная, Торопецкий и Муравьёвский тракты). Стоимость работ - 173,2 млн рублей, из них не оплачено за некачественный ремонт 82 миллиона рублей. Эту сумму в качестве задолженности и требует ООО «УДС» (кстати, организация сейчас находится в стадии банкротства) от администрации.

Второй иск банкротящегося подрядчика полностью аналогичен первому, о котором мы писали выше. Надеемся, что решение суда будет таким же: нет качества - нет денег.

Елена СМЕРНОВА



ИЗМЕНЕНИЯ В ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ, ВСТУПАЮЩИЕ В СИЛУ В СЕНТЯБРЕ



ПРО ШКОЛЬНИКОВ

■ Запрет на пользование мобильными телефонами

С 1 сентября нынешнего года вступил в силу запрет на использование средств подвижной радиотелефонной связи во время уроков. Во время занятий нельзя пользоваться не только мобильными, но и «умными» часами и планшетами с сим-картой. Такое решение приняли для повышения уровня дисциплины и авторитета учителя. Также ожидается, что временное отстранение от мобильных телефонов будет способствовать живому общению между детьми.

Исключение в правиле есть: смартфон можно использовать в экстренных ситуациях, а также для связи с родителями.

■ Учителя могут делать замечания детям

Школы теперь имеют право устанавливать требования к дисциплине во время уроков и правила поведения в учебном заведении. Учителя могут делать замечания детям и запрашивать у руководства общеобразовательного учреждения дисциплинарные взыскания для нарушителей - это право закрепляет новый закон «О статусе педагога». Администрация школы обязана рассматривать такие обращения педагогов.

Данная мера позволит защитить учителей от всех форм психологического и физического насилия, оскорблений, а также закрепит право на уважение его человеческого достоинства.

■ Детям - о семье

С 1 сентября для учащихся 10-х и 11-х классов вводятся уроки семейного воспитания. Они будут частью внеклассной работы или «Разговоров и важном». Занятия будут нацелены на формирование семейных ценностей у подростков.

Курс рассчитан на 34 занятия и состоит из четырёх блоков: о ценностях и традициях семьи, об отношении

к семье, об азах психологического здоровья семьи, о семейной политике и мерах господдержки ячеек общества.

Семьеведение не будет уроком в привычном значении этого понятия. В ходе занятия учителя будут вести диалог с детьми в доверительной форме и с обратной связью.

■ Основы безопасности и защиты Родины

Учеников средних и старших классов ждёт новый предмет «Основы безопасности и защиты Родины». Он пришёл на смену существовавшего ранее «ОБЖ». Благодаря ему подростки узнают о мероприятиях по защите населения при чрезвычайных ситуациях и военной угрозе, научатся пользоваться средствами защиты и правильной реакции на сигнал «Внимание всем!», познакомятся с устройством стрелкового оружия и положениями общеинских уставов.

Учеников 10-х и 11-х классов ждут практические занятия, в которых уделят внимание различным аспектам военного дела: от военной медицины до огневой подготовки и обустройства окопов.

■ Труд вернулся в школу

Учащиеся с первого по девятый класс вновь будут посещать уроки труда (технологии). На занятия в начальных классах отвели час в неделю, в средних - два, в 8-9-х классах - час. В число обязательных предметных модулей войдут: «Производство и технологии», «Технологии обработки материалов и пищевых продуктов», «Компьютерная графика. Черчение», «Робототехника», «3D-моделирование, прототипирование, макетирование». К модулям по выбору относятся следующие: «Автоматизированные системы», «Животноводство», «Растениеводство».

Такие изменения в учебной программе будут способствовать формированию у де-

тей знаний в различных сферах жизни.

■ ГОСТ на школьную форму - в следующем году

Предполагалось, что к нынешнему сентябрю в России появится государственный стандарт на школьную форму. Но в 2024 году стандарт только утвердят, а его положения вступят в силу с середины 2025 года.

В ГОСТе не предусмотрено описание ассортимента, внешнего вида, цвета или дизайна формы. В нём будут озвучены требования к показателям безопасности и потребительских свойств формы и материалов. Необходимо, чтобы форма была гигроскопичной, воздухопроницаемой и износостойчивой. В краске не должны присутствовать токсичные вещества. Цвет, фасон и другие аспекты будут выбирать администрация школы и родительский комитет.

ПРО МАШИНЫ, ЖИЛЬЁ И ТЕЛЕФОНЫ

■ Тарифный план не поменяют

Вступило в силу нововведение в сфере оказания услуг телефонной связи (звонки, сообщения, интернет и так далее). Теперь операторы



мобильной связи не имеют права самостоятельно менять тарифный план без согласия абонента. Услуги, входящие в тарифный план, с 1 сентября корректировать нельзя. Например, если у клиента подключены безлимитные звонки, то отключить данную услугу оператор не сможет без разрешения абонента.

Также при заключении договора разрешается подтвердить личность с помощью «Госуслуг». Можно сохранять номер от одного оператора при переходе к другому с помощью электронной подписи. Операторы мобильной связи имеют право отправлять счета на оплату через «Госуслуги».

При этом в поправках отмечено, что повышать абонентскую плату разрешено в одностороннем порядке.

■ Обновляем аптечки

По приказу Минздрава, с 1 сентября необходимо обновить комплектацию мобильной аптечки. Ранее наличие

аптечки было необязательным, при её отсутствии водителей не штрафовали.

Список дополнительного содержания аптечки:

- марлевый бинт (не менее 5 м x 10 см) - 3 штуки;
- бинт эластичный - 3 штуки;
- медицинские маски - 2 штуки;
- медицинские перчатки (размером не менее М) - 2 пары;
- кровоостанавливающий жгут;
- кожный лейкопластырь (не менее 2x500 см) - 1 штука;
- маска для сердечно-лёгочной реанимации (устройство для проведения искусственного дыхания «Рот - устройство - рот» - 2 штуки;
- ножницы для перевязочного материала;
- хирургические ножницы;
- медицинские стерильные салфетки 16x13 см - 2 упаковки;
- одеяло спасательное 160x210 см.

Помимо этого, необходимо иметь инструкцию по оказанию первой помощи, блокнот формата не менее А7 и карандаш или маркер чёрного/синего цвета.

Данные требования будут действовать до 1 сентября 2030 года. Однако, если автомобильная аптечка старого образца была приобретена до вступления изменений в силу, то ею можно пользоваться до окончания срока годности, но не позднее 1 сентября 2027 года.

■ Ипотечное жильё можно будет продавать

С 11 сентября ипотечники с просроченным долгом по жилищному кредиту смогут самостоятельно продавать жильё, находящееся в залоге. Таким образом, заёмщики с финансовыми трудностями смогут продать ипотечное жильё,



минуя процедуры суда и торгов. Однако обратиться к банку с заявлением о продаже квартиры можно будет только в том случае, если банк не подал в суд на заёмщика. После получения заявления у банка есть десять дней, чтобы принять

положительное или отрицательное решение.

Банк самостоятельно назначит минимальную цену продажи. Как только сделка будет завершена, заёмщик обязан погасить остаток ипотеки. В случае, если денег не хватит, необходимо дополнить сумму из собственных сбережений. Если погасить долг частично, то будут начисляться пени. А вот если средства останутся, то можно оставить их себе.

Срок продажи ипотечного жилья - четыре месяца, но он может быть продлён по соглашению сторон.

■ Меняется порядок оплаты сверхурочной работы

С сентября расчёт оплаты сверхурочной работы считается на основании полной заработной платы с учётом всех её составляющих. Работодатели должны брать в расчёт при оплате сверхурочной работы надбавки за квалификацию, сложность, в том числе районные коэффициенты и стимулирующие выплаты.

Ранее при расчёте чаще всего учитывался только базовый оклад, который мог составлять 10-25 процентов всей зарплаты. Это приводило к тому, что сотрудник, который работал сверхурочно, оказывался в худшем положении, чем тот, кто трудился в нормальных условиях.

Основной принцип оплаты сверхурочной работы остался прежним: первые два часа оплачиваются сотруднику минимум в полуторном размере, последующие часы - минимум в двойном размере.

■ Таксисты - со страховкой

Автопарки или самозанятые таксисты как перевозчики теперь должны страховать ответственность перед пассажирами. Даже если дорожное происшествие произошло не по вине таксиста, пострадавший пассажир получит компенсацию от страховщика в размере до 2 млн рублей.

До 1 сентября нынешнего года пассажир мог рассчитывать на компенсацию до 500 тысяч рублей и только в том случае, если автомобиль попал в ДТП по вине таксиста. Либо в той ситуации, когда у виновника аварии (если это не таксист) есть полис ОСАГО.

Подготовила
Елена СМЕРНОВА



ПОЛВЕКА КАК ОДИН ДЕНЬ

Мы встретились как старые добрые знакомые, хотя до этого момента всего лишь раз разговаривали по телефону. Так бывает, когда нечаянно жизнь сводит с людьми, с которыми так легко и тепло рядом, словно ты знаешь их сто лет. А повод написать о чете Петровых из Мончалово самый замечательный - юбилей семьи, «золотая» свадьба.

Альбина Ивановна родом из Оленинского района, а Геннадий Николаевич - местный, трубинский. Полвека назад судьба привела их обоих в Глебовскую участковую больницу. Медсестру Альбину Разумовскую, выпускницу Нелидовского медучилища - по распределению, и фельдшер Геннадий Петров после окончания Ржевского медучилища и затем срочной службы в армии был распределён в то же сельское медучреждение. Это было осенью 1973 года. Счастливой осенью их знакомства, когда парень буквально потерял голову от красивой медсестры. А через год ухаживаний сделал предложение руки и сердца.

Альбина Ивановна вспоминает, как привезла жениха домой знакомиться. Бабуля тогда сказала ей: «Выходи замуж за него. Вон как на тебя смотрит! всю жизнь будет любить». Словом, если у Альбины сомнения и были, то в ту же минуту отпали. По бабушкиным словам всё и вышло. Всю жизнь любит, всю жизнь с мужем душа в душу.

Родителям мужа Аля сразу приглянулась. Свекор со свекровью хорошие были, добрые и порядочные люди, Альбина Ивановна вспоминает о них только добрым словом. Очень их любила и заботилась вместе с супругом до самого последнего дня как о самых близких для неё людях.

А теща, спрашиваю? А не было тещи. Альбина в три года от роду осталась без матери, вместе со старшими сестрой и братом. Растила детей мачеха.

Свадьбу Петровы гуляли в Трубино, родной деревне Геннадия, 24 августа 1974 года. Белое платье с фатой, кольца, свадебное застолье, много гостей, цветы - всё было красиво и торжественно. Но не это самое важное, как оказалось, спустя долгие годы совместной жизни. Любовь друг к другу хранила и оберегала их семейный очаг от всех невзгод.

Кто знает, может быть, в Глебово они и остались бы. Но не самые лучшие метаморфозы со здравоохранением (уже тогда происходившие) заставили главу семейства Петровых сменить профессию. Геннадий Николаевич выучился на водителя и ушел работать в совхоз «Глебовский». Надо было кормить семью, ведь к тому времени появился на свет первенец, Олег.

А в 1979 году Альбину Ивановну пригласили на работу в Мончаловскую военную часть в качестве медсестры детсада. Предложение, от которого сложно было отказаться, ведь и условия жизни, и зарплата, и жилье в военном городке в буквальном смысле были пределом мечтаний простого советского человека. Так семья перебралась в Мончалово.

Почти 10 лет Альбина Петрова заботилась о здоровье ребятишек в детсаду и яслях. А с 1990 года пере-



шла в медпункт военной части. И там работала до самого её расформирования в 2015 году.

У Геннадия Николаевича за плечами 12 лет работы водителем военной части и 23 года трудового стажа на железной дороге - сначала монтером пути, затем мастером.

- Командир части очень любил и поддерживал молодёжь, он хотел, чтобы наш военный городок жил и процветал, чтобы повсюду звучал детский смех. Молодым специалистам давали жильё. Так и нам сразу дали двухкомнатную квартиру. В те годы в военном городке было очень интересно жить, очень комфортно, - вспоминает Альбина Ивановна.

Здесь, в Мончалово, у Петровых на свет появились близнецы - Катя и Максим. Трое детей по нынешним меркам - семья многодетная, но тогда так не считалось. Однако двойня - это хлопотно. Двойная забота, двойная работа, причем одновременная. Как это, двойню растить? Геннадий Николаевич в ответ смеётся, вспоминая, как они с женой управлялись:

- Пока одного мама кормит, я другого купаю, потом меняемся. Потом по очереди одного на руках ношу убаюкиваю, второго Аля кормит. Бабушек и дедушек в помощь рядом не было, всегда жили вдвоем и рассчитывали только на свои силы. И только

вдвоем помогали друг другу.

- Все задают нам этот вопрос, а я не знаю, что и ответить, всё шло как шло, - соглашается с мужем Альбина Ивановна. - Молодые были, всё по плечу. У меня очень хороший и заботливый муж, он всегда с детьми помогал, гулял, занимался. В этом плане никаких бед я не знала.

На наших одинаковых ребят приходили со всего Мончалово смотреть, - продолжает она с улыбкой. - Тогда почему-то двойняшки редко рождались. В диковину было. Двойную коляску для них, помню, заказывали в Москве. А с приданым для малышей вышел казус - готовили для одного ребенка, а родилось двое! Раньше не было УЗИ, двойня стала сюрпризом. У моих бабушек были двойни. Говорят, это передаётся через поколение. Значит, и у наших внуков тоже могут родиться двойняшки.

Дети росли в дружной семье, как сейчас говорят, вели активный образ жизни: походы, рыбалка с папой, зимой лыжи. Во всех домашних заботах с малых лет с родителями вместе, друг без друга никуда. Геннадий Николаевич строго придерживался



трудолюбия воспитания своих детей - работа в огороде, помощь в хозяйстве. Мама могла дать слабину, больше жалела. Кстати, разногласия по поводу воспитания детей - это был единственный повод для споров между супругами. Не путать со ссорами! Их у Петровых за все 50 лет совместной жизни не было. Я представляю, как многие, прочитав эти строки, недоверчиво пожмут плечами. Но, поверьте, так бывает!

Настало время, когда дети разлетелись из родительского гнезда. Старший Олег остался в армии после срочной служ-



бы в Тамбове. Катя после учёбы в вузе вышла замуж и уехала в Тверь. Максим же, которого мама считает младшеньким, хоть и появился на свет он на несколько минут раньше Кати, после учёбы в школе, как и папа, решил стать железнодорожником, отучился на помощника машиниста. Потом была служба в армии и... вторая чеченская кампания. Год учебки в Подмоскovie, после чего срочников отправили в Чечню. Что тогда пережили родители, словами не описать! Альбина Ивановна в горячке хотела поехать в качестве медсестры во фронтовую госпиталь. Все же поближе к сыну. Муж тогда еле отговорил.

И начались долгие месяцы тревожного ожидания, ведь сведения из горячей точки приходили самые ужасные. Это сейчас мобильные телефоны, а тогда письма - единственная связь родителей с сыном. Мама писала Максиму каждый день. Сын отвечал: «Мамочка, не волнуйся, я сижу в казарме, в Ханка-

видеть нечасто. Так разбросала судьба по стране, что собраться теперь всем вместе можно только на большие праздники. Крайний повод был очень солидный - на юбилей Геннадия Николаевича приехала в Мончалово вся дружная семья Петровых, запечатленная на этой большой фотографии.

А Петровы-старшие так и остались жить в военном городке, пережив за последние годы вместе с ним все страшные моменты. После лихих 90-х им казалось, что таких трудностей в жизни уже не будет. Но расформирование военной части в 2015 году и брошенные ею же на произвол судьбы гражданские жители военного городка - тогда это стало настоящим испытанием. Очень быстро исчезло все бывшее благополучие из военного городка благодаря ушлым людям, которые растаскивали все, что можно утащить. Ветшало жильё, накопленные коммунальные проблемы. В Мончалово закрылись магазин и медпункт. Альбина Ивановна - единственный медик на весь посёлок, к ней идут люди, если что-то случилось. Геннадий Николаевич хоть и не практикует давно как фельдшер, но ведь бывших медиков не бывает. Если надо - может оказать первую помощь. У него есть автомобиль, и это главное преимущество в таких обстоятельствах: кого из соседей доставить попутно в город, кому продукты привезти и лекарства.

Однако перемены к лучшему случились. Нынче в бывшем военном городке появилась хорошая асфальтовая дорога, годом ранее - вышка сотовой связи. В 2025 году власть обещает поставить модульный ФАП. Медпункт здесь очень нужен, ведь население в основном преклонного возраста. А с магазином завоздка, и коммунальные проблемы многоквартирного жилья решать по-прежнему очень сложно.

Но не хочется на грустной ноте заканчивать свой очерк об этих замечательных людях. Как им живётся теперь? «Так и живём, потихонечку, полегонечку, день за днём, день за днём, - любимая притча Альбины Ивановны. - Мы есть друг у друга - это главное». 50 лет вместе пролетели для них как один день.

Не все браки заключаются на небесах. Но когда это происходит, высшая сила сводит мужчину и женщину, благословляя их союз. Тогда влюбленность и симпатия с годами перерастает в крепкое чувство, в такое родство душ, что когда у одного супруга болит, другому больно. И тогда не нужно лишних слов, выяснения отношений, ведь всё и так понятно - счастье есть и оно рядом.

Светлана КУДРЯВЦЕВА

НА СТАРТЕ УЧЕБНОГО ГОДА

В последнюю неделю августа по традиции в Доме детского творчества прошла педагогическая конференция. Воспитатели и педагоги, руководители школ и детсадов округа обменялись мнениями об организации учебного процесса, обсудили планы и изменения, которые ждут систему образования в новом учебном году.

В Ржевском округе 54 образовательные организации: 24 школы, 27 детсадов, 2 организации дополнительного образования и детский загородный центр «Зарница». В школах учатся более 6,5 тысяч детей, детские сады посещает более 2,5 тысяч.

Численность сотрудников учреждений образования - более полутора тысяч человек, включая 862 педагогов. Высшую и первую квалификационную категорию имеют более 467 человек. Около 65 процентов работников работают в школе более 25 лет.

Все выпускники прошлого учебного года успешно сдали экзамены и получили аттестаты. Четыре одиннадцатиклассника получили 100 баллов: по русскому языку - Максим Вашкевич из 4 школы, Яна Чулкова из школы № 1, по литературе - Анастасия Воробьева, 4-я школа, по английскому языку - Максим Довлетьян, 1-я школа. Медали «За особые успехи в учении» получили 39 выпускников.

Во всероссийской олимпиаде школьников приняли участие более полутора тысяч человек, восемь стали призёрами регионального этапа. В федеральном этапе в Ставрополе участвовала Варвара Березникова, школа № 12.

Кроме того, в округе работает семь учреждений, подведомственных образованию, культуре и спорту, в них занимается более 5,5 тысяч детей. В рамках нацпроекта «Образование» открыты центры «Точка роста», созданы места дополнительного образования по социально-педагогической, естественно-научной и художественной направленности, развивается цифровая образовательная среда, функционирует технопарк «Кванториум», в этом году на базе средней школы № 12 будет открыт «IT-куб».

На территории округа действуют местные отделения «Движения первых», юнармии, «Пост Памяти № 1», а также «Волонтёры Победы», «Волонтёры-медики», «Сила в правде», «Молодёжка ОНФ», «Добрые дети мира».

Молодым везде у нас дорога

На конференции о своей работе рассказала молодая учительница Анжелика Земцова. В 2022 году она окончила Старицкий педколледж и ра-

ботает учителем начальных классов в школе № 1.

Ещё в школьные годы Анжелика Андреевна четко знала, что хочет связать свою жизнь с детьми и обучать их чему-то новому, открывая дорогу к знаниям. Путь в профессию оказался сложнее, чем она ожидала. Первый год работы оказался очень труд-

Первый урок, где на нового учителя с интересом смотрели 19 пар ребячьих глаз, остался в памяти Анжелики. Она тщательно готовилась и говорила быстро и много, но вскоре поняла, что провела не урок, а лекцию. И осознала, что ей ещё

многому нужно научиться. Анжелика старалась чаще посещать уроки своих коллег - как молодых специалистов, так и опытных педагогов. Училась грамотно распределять время урока и логически выстраивать последовательность его этапов.

Учителя-наставники помогли ей понять специфику преподавания и основы ведения школь-

ным. Знания, полученные в колледже, были полезны, но это была лишь теория, а в жизни все обстояло иначе.

Анжелика Андреевна поняла, что хороший педагог должен быть учителем, консультантом, психологом и актером в одном лице, уметь помогать ученику в любой момент его жизни. Более опытные преподаватели часто делились с ней интересными материалами, а она, молодой специалист, старалась помочь им в освоении современных технологий. Взаимоподдержка в коллективе важна, и главное - не бояться просить о помощи, когда она необходима. Эта поддержка проявляется не только в течение учебного года, но и при подготовке к новым занятиям или во время замены.



ной документации, но главное - учили любить детей и принимать их со всеми сложностями и проблемами. Сегодня Анжелика Андреевна работает уже третий год и является классным руководителем 3 «В» класса. Она и сама

продолжает учиться: осваивает педагогическое искусство, создает мотивацию для обучения и вдохновляет учеников на поиски новых знаний. Есть и первые успехи: ребята участвуют в различных конкурсах и занимают призовые места, включая конкурс самопрезентации «Моё педагогическое кредо». Анжелика побывала на слете молодых педагогов в центре «Орион» Вышневолоцкого округа, познакомилась с различными технологиями, которые активно использует.

Анжелика провела открытый урок, который посетили администрация школы, учителя из других школ. Она познакомилась с программой «Орлята России», в которой активно участвует вместе с ребятами. Итоговым занятием каждого трека является коллективное творческое дело с его освещением в соцсетях. Учащимся очень нравится эта программа.

Анжелика ведет активную работу с родителями: вместе

посещают экскурсии, устраивают праздники для детей и всегда находят точки сближения. Работая с учениками начальной школы, она поняла, что сначала их нужно заинтересовать и увлечь, и включает в свои уроки сюрпризы, рисование, играет и поет вместе с ними.



В завершение своего выступления молодой педагог пожелала молодым специалистам стараться быть самими собой, быть с детьми искренними, не переставать удивлять их, и тогда они приятно удивят своего учителя.

Конечно, по традиции на августовской педагогической конференции многие педагоги и воспитатели были награждены благодарностями и грамотами самого разного уровня.

В завершение конференции помощник главы Ржевского муниципального округа Ирина Иноземцева рассказала об изменениях, которые ждут систему образования в новом учебном году (мы подробно пишем об этом на 6-й странице номера газеты).

Конечно, изменения не всегда даются легко, однако нельзя не согласиться с тем, что сегодня они принимаются во благо не только образования, но и воспитания наших чад. А педагогам, родителям и ученикам хочется пожелать удачного нового учебного года, прекрасного построения и отличных оценок!

Записала
Мария КАСАТКИНА
Фото Алексея АРТЕМЬЕВА



ПРОЙДЕМ ПО РЖЕВСКИМ УЛИЦАМ

Продолжение.

Начало в № 26, 28-35

ВОЛОСКОВСКАЯ УЛИЦА - УЛИЦА СОВЕТСКАЯ

От Большой Торговой - Советской площади берёт начало и улочка Советская, на углу которой некогда стояла школа № 4, а позже был построен ФОК самбо и дзюдо. Напротив - уцелевшее здание XIX века; хотя и с нынешними пристройками, оно даёт представление об облике прилегающих к площади кварталов. Чуть подалее современные строения - магазин, ГАИ.

Улица получила название Советская в 1930 году. Истинное имя её (по крайней мере в XIX веке) - улица Волоскова или Волосковская. На ней стоял дом, где в 1729 году родился Волосков, чей род занимает прочное место в истории города. Отец Терентия Ивановича был мастером, изготавливавшим краски и занимавшимся починкой часов. Сын известен как разносторонне образованный человек - он был химиком и физиком, астрономом и механиком, причем прилагал свои познания к практической деятельности (подробнее: Н. Вишняков. Ржев, М., 1969).

Терентий Иванович попал и в художественную литературу, на страницы «Емельяна Пугачева» В. Шишкова, одной из «Миниатур» В. Пикуля.

Волосковская - Советская улица (с 2004 года - Волосковская горка - прим. ред.) выходит к берегу Холынки и вьётся по ней.

Внизу по склону до сих пор бьёт древний родник, он забран в трубу, но, как и века назад, безостановочно подпитывает малую речку. Старые деревья корнями крепят высокий склон. Ниже - огороды, дома, даже двухэтажные. Улицы, улочки, взвозы вдоль рек - самые древние пути городские и между поселениями. Здесь мог спешить от Селигера к недалекой уже крепости Ржевке новгородский и торопецкий князь Мстислав Удалой с дружиной, чтобы снять осаду с принадлежащего ему городка. Это незначительное для истории событие 1216 года затронуто в Новгородской летописи и пока является первым признанным письменным упоминанием о нашем городе - датой его возникновения.

УЛИЦА РЫБКИНА - УЛИЦА РАЗИНА

С улицы Советская, минуя гостиницу Немирова с театром, выходим на улицу Рыбкина, одну из древнейших в Ржеве. Протяженность её, по плану 1908 года, три квартала, от берегов Холынки до первоначальной территории кремля, арки над старинным рвом. На снимке начала прошлого века с удивлением видишь обилие домов, одно- и двухэтажных, буквально по-

крывших пойму Холынки. С двух сторон застроена и улица Рыбкина. В честь кого она названа, пока не установлено; скорее всего, это какой-то именитый горожанин, оказавший городу большую услугу.

В 1920-е годы название поменяли на Разина.

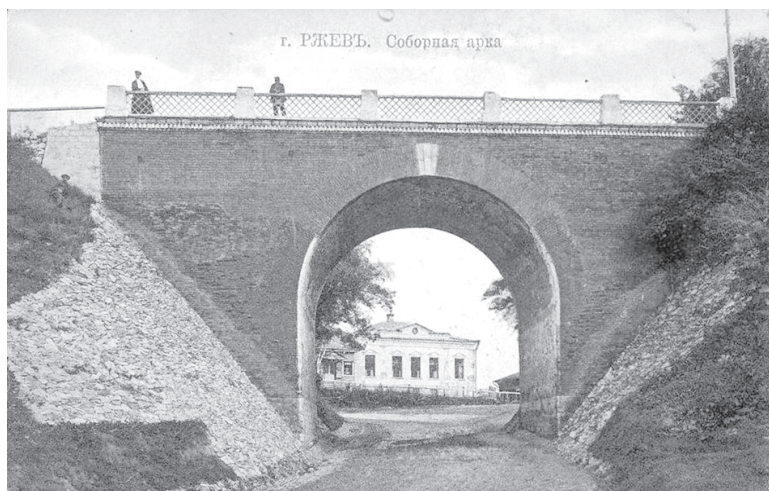
Украшала улицу Покровская церковь (угол, где теперь паспортно-визовая служба). Существовала с 1785 года, окончательно построена в 1858 году. Церковь большая - пять каменных престолов. Три холодных: главный - Покрова Пресвятой Богородицы (по которому названа церковь), правый - Воздвижения Креста Господня, левый - Иоанна Богослова. В тёплой церкви престолы Архистратига Михаила и великомученика Иоанна-воина.

Кроме своеобразного каменного храма с высокой колокольней, при церкви имелись каменная сторожка, усадьба и четыре участка земли в квартале 179 (напротив). В 1900 году здесь служили два священника, дьякон и два псаломщика. Церковный староста с 1890 года - купец Василий Дьяков, рода старинного и богатого.

Обилие церквей в Ржеве вело к тому, что приписывались к их приходам не только горожане, но и жители окрестных деревень (такие строения содержать было накладно). К Покровской церкви приписаны крестьяне деревень Полунино, Лазарево, Тимофеево, Шихино (в те времена не входившего в город). В 1900 году городских прихожан в церкви - 891 мужчина и 976 женщин, сельских - 850 мужчин в церкви и 914 женщин.

К Покровской церкви были приписаны также здания на кладбище «Всех святых»: каменная церковь 1805 года постройки с приделом Божией Матери Утоли моя печали и каменная церковь 1875 года, холодная, во имя великомученицы Варвары и всех святых с двумя соответствующими приделами. Здесь же часовня каменная, Крестовоздвиженская. Кладбище принято называть Варваринским по церкви в его ограде (позже территория «Ракетки»).

Здание Покровской церкви, закрытой в 1930-е годы,



стояло в годы войны. На снимке, который прислал бывший ефрейтор оккупационной армии, два немецких военнослужащих идут по зимнему снегу 42-го года вдоль старинного ржевского храма. Было и такое.

Теперь здесь жилые дома, улица носит имя Разина, и лишь старые фото хранят моменты ушедшего безвозвратно.

С середины прошлого века крупную роль в городе играют банки. Уже в 1874 году их три. Государственный банк, красивое здание которого привычно каждому ржевлянину, вначале располагается по соседству (в доме нынешней полиции). На берегу стояла гостиница Некрасова, в два этажа, но без украшающей башни-шпиля. Она появляется в первые годы века, когда сюда перемещается отделение Государственного банка.

Прежнее его помещение на площади занял Крестьянский поземельный банк, существующий в России с 1852 года с целью выдачи ссуд крестьянам на покупку частных земель.

В годы аграрных реформ, предпринятых премьер-министром Петром Столыпиным, Крестьянский банк выкупал землю у помещиков и продавал её отдельным крестьянам, выделявшимся из сельской общины. Цена земли и про-

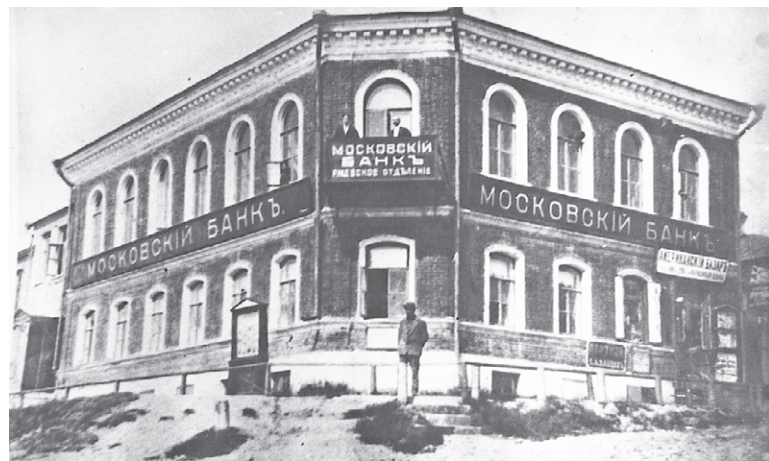
центы по ссудам были щадящими. В декабре 1917 года, после национализации земли, крестьянский банк был ликвидирован.

Неподалеку от Государственного банка, на той же набережной (там, где теперь гостиничный квартал) стояло двухэтажное здание красного кирпича. В начале XX века на нем была вывеска «Банкирский дом бр. Рябушинских». Банк образован в 1902 году семьей известных московских промышленников. Предпринимательские братья, подчинявшие-

всю судьбу страны бюрократию».

В 1912 году банк, расширяя свою деятельность, стал акционерным и поменял название на Московский банк. Сменилась и вывеска здания на набережной. Сбоку здания на всех снимках начала века надпись: «Американский базар». Наверное, в унисон с расположенным через два дома «Варшавским магазином».

С середины XIX века в Ржеве существовал Городской общественный банк имени П.М. Мясникова, основанный на ка-



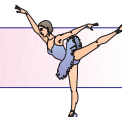
ся строгой внутренней клановой дисциплине, ворочали миллионами и умножали семейные капиталы, вкладывая их во все новые отрасли - банковское дело, автомобилестроение, стекольную, льняную промышленность. Основной капитал банкирского дома с 5 миллионов рублей в 1902 году вырос к 1908 году только по московскому отделению до гигантской суммы оборота в 742 миллиона рублей.

Глава семейного клана Павел Рябушинский в издававшейся им газете «Утро России» ратовал за право на управление Российской империей «той крепнущей, мощно развивающейся силы, которая, по заложенным в недрах её духовным и материальным богатствам, уже и сейчас далеко оставила за собой вырождающееся дворянство и пра-

питале этого купца. В ржевском архиве сохранилось дело по ликвидации банка в 1919 году. Среди вкладчиков - фамилии именитых и не очень горожан, практически все учреждения, церкви города и уезда. По инструкции министерства финансов при ликвидации банка должны были оплачиваться вклады только малоимущих вкладчиков (такowymi признали лишь двоих), а также «общепольных и демократических учреждений». К ним в Ржеве отнесли сиротовоспитательный дом, городскую и земскую управу и пожарное общество.

С ликвидацией Народного банка имени Мясникова банковская система в Ржеве на многие десятилетия стала государственной.

Продолжение следует
(Публикация подготовлена по архивам «РН» 1996-98 гг.)



СДЕЛАЙТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ ЯРЧЕ!

Дом культуры «Железнодорожник» - не просто красивое здание в центре города на Большой Спасской. Это настоящий очаг творчества, где каждый может найти себе занятие по душе, развить талант и просто провести время в приятной компании единомышленников.

Давайте посмотрим, какие сокровища скрывают в себе эти стены и какие двери готовы распахнуться перед детьми и взрослыми в наступившем учебном году.

Любителей танца и активного образа жизни ДК приглашает в танцевальный ансамбль «Русь» (рук. Т. Соловьёва) - сплоченный дружный коллектив, который объединяет не только любовь к движению и танцам. Участники вместе отмечают праздники, делятся секретами кулинарии, учатся различным видам рукоделия. В ансамбле занимаются люди пожилого возраста (и даже двое мужчин!) с активной жизненной позицией, которые выступают на фестивалях и конкур-

свах, на праздниках и концертах. В репертуаре коллектива - классические и народные танцы. Выступления ансамбля вызывают восторг зрителей и, конечно, бурные аплодисменты и крики «браво!».



Развивайте свои вокальные данные, учитесь владеть голосом и блистайте на сцене вместе с народным самодеятельным коллективом - ансамблем русской песни «Рябинушка» (рук. И. Кузнецова, аккомп. А. Соколов).

2024 год - юбилейный. Весной «Рябинушка» отметила своё 20-летие. Это - коллектив единомышленников, сохраняющий свое неповторимое творческое лицо и активно пропагандирующий народное песенное творчество на различных сценических площадках. Получив в 2009 году звание «Народный самодеятельный коллектив», ансамбль до сих пор успешно его подтверждает, что говорит о высоком профессионализме. И название не случайно. В народном творчестве рябина является поэтическим символом России, а также плодородия, благополучия и семейного счастья. Образцом для творчества ансамбля является Государственный русский народный хор имени М.Е. Пятницкого. Все участницы «Рябинушки» преданы народному творчеству и русской песне.

Если вы любите народную песню, частушки и песни советских композиторов, приходите в «Рябинушку».

Ноги сами просятся в пляс, когда поёт ещё один известный коллектив ДК «Железнодорожник» - народный само-

деятельный коллектив, ансамбль гармонистов и частушечников «Тальяночка» (рук. О. Кузьмина). Создан в 1986 году, основа репертуара - подлинные народные песни и наигрыши Тверской области, современные авторские песни в народной традиции. Являясь преемником открытого фестиваля «Играй, гармонь», ансамбль «Тальяночка» и его руководитель стали идейными вдохновителями и организаторами его ежегодного проведения в Ржеве. Это

присвоено звание народного, в 2014 году - «Заслуженного коллектива народного творчества Тверской области». Репертуарный список хора широк и разнообразен: русская и зарубежная классика, песни народов мира, произведения советских и российских композиторов, военные и патристические... С 2022 года хор - активный участник проекта «Поём любимые песни», где

коллектив вместе со зрителями исполняет популярные песни прошлых лет. Люди узнают историю их создания, интересные факты из биографии авторов исполняемых произведений.

Приглашаются любители хорового пения всех возрастов! проект «Гармонь - запевала России», куда приглашаются лучшие народные музыканты из Тверской области, а также Москвы, Санкт-Петербурга, Белгорода, Барнаула, Владимира, Орла, Смоленска и других городов России. Выступления коллектива записаны в фонд 1 канала ОРТ, программы «Играй, гармонь любимая», Национального фонда народной художественной культуры, в архивы фонограмм Санкт-Петербургской консерватории им. Н.А. Римского-Корсакова и Государственного музея музыкального искусства им. Я. Мирека (Москва).

Любители гармони, песен и плясок, вас ждёт «Тальяночка»! История заслуженного коллектива народного творчества академического хора им. П.П. Павлова (рук. Т. Шулегина) насчитывает не один десяток лет. Академический хор создан в 1946 году. Первым его руководителем был Павел Павлов, имя которого присвоено коллективу в 2002 году. Новое рождение хора состоялось в 1986 году. В 1996-м ему



брали хореографию своей профессией. В репертуаре «Фантазии» - классические, народные и эстрадные танцы, мини-балеты, танцевальные сюиты. В самом начале становления коллектива появилась традиция, которая существует до сих пор: ежегодно в последнее воскресенье января ансамбль представляет новую концертную программу, которая пользуется успехом у зрителей. В январе 2025 года «Фантазия» приглашает жителей и гостей города на юбилейный концерт, посвященный своему 45-летию.

А вот это занятие точно понравится юным ржевтянам. Классическим балетным и зажигательным современным танцам можно научиться в ансамбле «Фантазия». Здесь каждый найдет свой ритм.

История ансамбля эстрадного танца «Фантазия» (рук. Т. Ивановская) началась в 1980 году. Коллектив стал для участников второй семьёй, с которой можно поделиться своими «профессиональными» достижениями, хорошим настроением и проблемами. Многие ученики Ивановской последовали её примеру и вы-

ступают примером здорового образа жизни всем ржевтянам - они занимаются танцевальной ритмикой, которая благоприятно влияет на здоровье, помогает укрепить тело и дух. Без уважительной причины занятия никто не пропускает, поэтому благодаря тренировкам участницы объединения с лёгкостью могут дать фору молодым людям и затмить их бодростью и жизнерадостностью. Присоединяйтесь! Сделайте свою жизнь ярче!

Приглашаются дети от 5 лет, подростки, молодежь и взрослые всех возрастов.

Окунитесь в волшебный мир театра, раскройте свой актерский талант и примерьте на себе разные роли в театральном коллективе «Зазеркалье» (рук. В. Королёва). Здесь занимаются подростки от 13 лет. Ребята - активные помощники и постоянные участники всех мероприятий ДК «Железнодорожник». Ежегодно «Зазеркалье» радует зрителей новогодними театрализованными представлениями и спектаклями. С 2022 года в репертуаре появились кукольные спектакли.

Радует зрителей и детская театральная студия «Солнечные лучики» (рук. В. Королёва), которая в следующем году отметит свое пятилетие. Артисты-малыши занимаются актерским мастерством и хореографией. Студия «Солнечные лучики» - постоянный участник открытого фестиваля творчества детей дошкольного возраста «Таланты нового века». Театральная студия приглашает детей от 5 до 7 лет.

Открывайте в себе художника, создавайте уникальные шедевры своими руками! Изостудия «Анор» (рук. В. Глуценко) будет рада принять детей от 6 лет на занятия по рисованию и декоративному творчеству.

Добро пожаловать в мир творчества и самовыражения!

Подготовила
Елена СООЛЯТЭ
Фото из архива
ДК «Железнодорожник»



Берегите своё здоровье, всегда держите себя в форме! Спортивное объединение «Пульс жизни» (рук. Т. Ивановская) для людей старшего возраста поможет вам в этом. Четыре года участни-

Хотите, чтобы ваш голос зазвучал по-новому? Заходи-



МЕСТО СИЛЫ



30 августа на территории Ржевского округа состоялось знаковое событие. После масштабной реконструкции торжественно открыли одно из самых крупных на ржевской земле воинских захоронений - в деревне Гнилёво. Взору всех, кто прибыл в этот день на братскую могилу, предстал величественный мемориальный комплекс. Реконструкцию полностью взяла на себя ГК «Агропромкомплектация».

В 50-х годах братские захоронения укрупняли, перезахоранивая останки бойцов в братские могилы более крупных населенных пунктов. В братскую могилу деревни Гнилёво были перезахоронены погибшие из 30 братских могил Гнилёвского сельсовета, на территории которого в августе-сентябре 1942 года проходили кровопролитные сражения Ржевской битвы. Дата создания захоронения - 1954 год. Здесь похоронены солдаты, сержанты и офицеры 52, 57, 83, 118, 132, 142, 158, 178, 185, 215, 220, 241, 251, 274, 275, 371, 375, 380, 527 стрелковых дивизий; 3, 64, 84, 130, 132, 136 стрелковых бригад; 2, 23, 35, 100, 196, 256, 473 танковых бригад. Каждый год появляются все новые и новые имена на мемориальных плитах - люди находят своих родных. Теперь уже известны имена 4700 погибших бойцов.

После войны Гнилёво являлось центром сельсовета, здесь была школа. Находится деревня на правом берегу реки Городня в 17 километрах к северо-востоку от Ржева, в пяти километрах от Успенского и автодороги Тверь - Ржев. Долгие годы деревня пустует - здесь лишь пара полуразрушенных домов и братское захоронение. Со временем лес поглотил и проезжую дорогу, поэтому добраться до памятного места можно было только на тракторе и то с проводниками-старожилами, знающими путь среди болотистых участков. В 2017 году к братскому захоронению построили хорошую грунтовую дорогу за счёт средств районного и областного бюджетов. И вот в 2023 году началась масштабная реконструкция памятного места.

Предысторию этого свершения поведал петербуржец Николай Карлухин. Его отец Василий Ефимович покоится в братской могиле Гнилёво.

Он погиб 26 февраля 1942 года. Николай Васильевич искал могилу отца 75 лет. А когда нашёл, стал регулярно вместе с другими родственниками погибших бойцов приезжать в Гнилёво.

- Было понятно, что необходимо реконструировать само братское захоронение, - сказал Николай Васильевич. - Совместно с администрацией сельского поселения Успенское решили вплотную заниматься этим вопросом. Процесс был нелегким. Но нам удалось добиться, чтобы это братское захоронение включили в региональную программу ремонта.

Но неожиданным образом

дату под Ржевом. Этот материал выбран не случайно - его цвет олицетворяет собой застывшую кровь, которой обильно полита эта земля. На стелах, инкрустированных орденами и медалями Великой Отечественной войны, нанесены все установленные имена бойцов Красной армии, чей прах покоится здесь. Всё основание братского захоронения выложено брусчаткой, установлены малые архитектурные формы, а также лавочки, оборудована система освещения, заасфальтирована парковка. Вся реконструкция захоронения полностью проведена силами и за счёт средств группы компаний «Агропромкомплектация», чьи свиноводческие комплексы, а также растениеводческое хозяйство «Ручьевское» базируются в Ржевском округе, и в том числе на территории сельского поселения Успенское.

Вот что рассказал Сергей Новиков:

- В 2011 году мы пришли работать в Ржевский район. И первое, с чем столкну-

лись во время освоения сельскохозяйственной, - при вспашке земли начали подрываться на минах и снарядах наши трактора, сельхозмашины. Меня тогда это настолько поразило! Оказывается, война, которая шла здесь почти 70 лет назад, до сих пор сохранилась в этой земле. Нам пришлось договариваться с Министерством обороны, чтобы выделили подразделение для разминирования полей. Иначе трактористы попросту отказывались выезжать в поля, это было опасно. Три года подряд рота сапёров разминировала поля. Мы видели, ка-

же присутствовали почётные гости: глава Ржевского муниципального округа Роман Крылов, министр молодёжной политики Юлия Давыдова, председатель Ржевской ветеранской организации Галина Мешкова.

В этот день здесь не было формальных речей. Может быть, действительно, это место силы даёт осознание, как нам всем сейчас необходимо сохранение памяти подвига нашего народа. Каждый, кто выступал, в первую очередь обращался к молодёжи, к школьникам. Им дальше хранить и беречь героичес-



До реконструкции



впервые я осознал, что это не так просто в жизни, что волшебники существуют. Таким волшебником стал генеральный директор ГК «Агропромкомплектация» Сергей Новиков, который решил включиться в это благородное дело. Он сразу забраковал проект, который мы разработали, и взял всю ответственность по реконструкции братского захоронения, по финансированию работ на себя. Всего полтора года потребовалось для того, чтобы был создан этот изумительный мемориал. Я благодарю Сергея Анатольевича от имени всех родственников (а это представители трёх десятков регионов страны), чьи отцы и деды похоронены здесь.



кие горы снарядов и мин в конце каждого сезона находили здесь военные.

Когда наша компания строила свинокомплекс в полутора километрах от этого места, я спросил: что за дорога ведёт дальше в лес? Мне сказали, что здесь крупное воинское захоронение. Поехали к нему, я тогда увидел печальное зрелище и решил, что бойцы, погибшие и похороненные в этой братской могиле, заслуживают большего. Впоследствии изучив историю ржевского сражения, я поразился, что такие захоронения в Ржевском районе буквально через каждые десять километров.

Тогда, стоя у братского захоронения в Гнилёво, я подумал, что это, наверное, и есть место силы. Посоветовавшись с коллегами, мы приняли решение увековечить память всех, кто покоится здесь, в этой братской могиле, самым достойным образом. Так появился этот мемориальный комплекс. Я благодарен всем, кто принимал участие в этой большой работе.

На торжественном митинге по случаю открытия мемориального комплекса так-

кую историю нашей России, им защищать страну. Патриотическое воспитание - не пустая формальность. Сейчас те ребята, что работали в поисковых отрядах, что ухаживали за братскими захоронениями, чтит память героев в День Победы, сами с оружием в руках защищают страну от фашистов, как когда-то их прадеды и деды. Всё не случайно и всё закономерно.

Память о Великой Отечественной войне у россиян на генетическом уровне. Недаром спустя 80 лет после Победы дети, а теперь уже внуки и правнуки, всё ещё ищут могилы своих родных, пропавших без вести на фронтах Великой Отечественной. И находят, и больше не зарастает тропа к братской могиле, где появляются на стенах памяти портреты, увеличенные заботливыми руками детей и внуков из старых фотокарточек, оставшихся в семейных архивах. Здесь, в Гнилёво, на братском захоронении часто бывают родственники похороненных бойцов со всей России. Теперь уезжать отсюда они будут с легким сердцем.

Светлана КУДРЯВЦЕВА



СТОЛИЦА ЗАКАТОВ: ОТ НОВГОРОДСКОГО КРЕМЛЯ ДО ИСТОРИИ «ГАЗ»

Молодёжная и культурная столица России, столица закатов, малая родина Максима Горького... О Нижнем Новгороде сегодня слышан, пожалуй, каждый. Этот город является одним из самых популярных маршрутов внутреннего туризма. И вполне заслуженно, стоит сказать. Поэтому при выборе летнего путешествия мы долго не думали, и выбор наш пал именно на НиНо.

Добирались в Новгород через Москву. Сначала из Ржева на «Ласточке», после ехали ночь на «Нижегородце». Поезд достаточно скромный, старого образца, но по времени отправления и прибытия в Новгород он оказался самым удобным.

И уж если не капризничать насчёт отсутствия в поезде душа или розетки на верхней полке, то дорога прошла вполне комфортно.

Почему вдруг вспомнила о душе и розетке? Просто в фирменном поезде, на котором прошлым летом довелось ездить в Псков, они были, при этом цена билета была даже несколько ниже, чем в поезде до Нижнего Новгорода. Но всё это, конечно, мелочи жизни.

Новгород встретил нас, вопреки прогнозам, хорошей погодой и тёплым солнцем, и поскольку до заселения у нас оставалось несколько часов, мы сдали вещи в камеру хранения и решили прогулять-

тому, что после любых осад и разорений он быстро возрождался и вновь становился крупным торговым и ремесленным центром.

Расположение Новгорода не только выгодное, но и потрясающе красивое! Место владе-



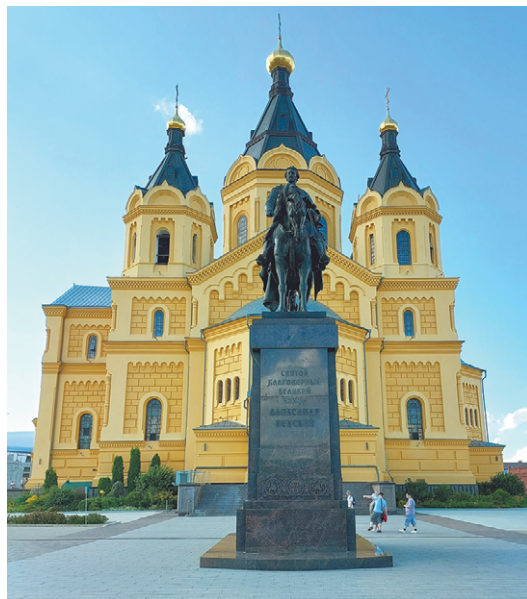
ния Оки в Волгу, высокий берег - всё это делает город и его пейзажи ещё красивее. Но вернёмся к небольшому экскурсу в историю. Каменный Нижегородский кремль был сооружен в 1508-

1515 годах по самым передовым для своего времени технологиям.

К середине XX века башни и стены пришли в катастрофическое состояние.

Научная реставрация кремля началась в 1949 году, а с 1951 года её возглавил архитектор Святослав Агафонов, являвшийся автором проекта и научным руководителем всех работ. В результате крепость была практически полностью отреставрирована.

К 800-летию территорию Нижегородского кремля благоустроили комплексно.



ся по территории Нижегородского кремля.

Нижегородский кремль - сердце города над слиянием Оки и Волги, двух великих рек. Величественная средневековая крепость, одна из лучших в России по степени сохранности. Главная видовая точка города за счёт уникального и неповторимого рельефа. Входит в число наиболее ценных архитектурных памятников России. При этом на территории кремля сейчас находятся административные здания, здесь располагаются администрация города, Дума, правительство региона.

Нижний Новгород был основан в 1221 году Владимирским князем Юрием (Георгием) Всеволодовичем. Первым укреплением города был «детинец» - деревянная крепость, окруженная земляным валом. Выгодное расположение Нижнего Новгорода приводило к

Конечно, на следующий день мы не упустили возможность прогуляться по крепостной стене кремля, совершив полный круг, благо летом здесь такая возможность есть. Протяжённость маршрута составляет чуть больше двух километров, а вот перепады высот - порядка 800 метров. Скажем, что маршрут не для каждого. Если преодолеть спуск довольно легко, то вот подъём у многих вызывает трудности. Но это однозначно того стоит. Такая прогулка - возможность прикоснуться к истории и насладиться ши-

карными видами, которые открываются с кремлёвских стен. Стоимость билета для взрослого без сопровождения экскурсовода - 500 рублей.

Ещё одна возможность получить уникальные фотографии городских пейзажей - это сделать их с высоты птичьего полёта, прокатившись на фуникулёре. Фуникулёр в Нижнем - не средство развлечения, а канатная дорога, соединяющая областной центр с городом Бор. Однако туристов в очереди на фуникулёр



гораздо больше, чем местных жителей. Стоимость билета - 100 рублей в одну сторону. Канатную дорогу даже я, человек, который жутко боится высоты (или боялся до этого момента?), рекомендую посетить обязательно. Только приготовьтесь отстоять очередь для покупки билета, это займёт у вас около 30-40 минут.

Вообще в Нижнем Новгороде складывается такое впечатление, что город живёт на пол-



ную катушку 24 часа в сутки 7 дней в неделю. Кажется, здесь не уменьшаются туристические потоки даже в будние дни. И, конечно, вниманию туристов и местных жителей представлены многочисленные кафе, бары и рестораны на любой вкус и кошелек. Для себя мы особенно выделили бар «Будапешт» и ресторан грузинской кухни «Джани Рестораны». Хотя в любом кафе, где мы были, нас встречали гостеприимно, а кормили вкусно. И, пожа-



луй, только в НиНо за пять дней мы перепробовали безумное количество лимонадов разных вкусов от фейхоа до арбуза. Здесь, кажется, каждое кафе старается переещеголять соседнее в подборке авторских летних напитков.

А в конце дня - обязательно отправляйтесь в парк «Швейцария». Это, пожалуй, крупнейший парк города с массой развлечений, кафе, детских площадок, смотровых площадок, с которых можно любоваться закатом, а также внушительным зелёным массивом, внутри которого водятся милые белочки - их каждый посетитель может угостить лакомством (орешки для белок продаются здесь же всего за 20 рублей).

И, конечно, нельзя побывать в Нижнем и не посетить музей истории «ГАЗ». Добирались мы туда на метро. А как иначе? Нет, конечно, иначе попасть можно, но в России всего несколько городов, где есть метрополитен, так что ради интереса - выбор пал именно на него. Станции выглядят более чем скромно. Такого убранства, как в Москве и Петербурге, вы здесь не встретите. Но и такой толпы людей здесь тоже нет. Так что метро в Нижнем - вполне комфортный способ передви-

жения, правда, сеть его не так уж сильно и распространена и сосредоточена в основном в одной части города.

Музей истории «ГАЗ» - просторный и современный, с множеством интерактивных элементов и цифровых форматов. Правда, глядя на знаменитые модели советского автопрома и то, как выглядит панель «ГАЗельки» сегодня (не только та, что в машине, но и та, что на выставочном стенде тоже), у нас возник вопрос: а где же мы свернули не туда? Но это несколько не помешало нам насладиться прекраснейшей экспозицией музея, начиная от момента строительства за-

вода, продолжая работой предприятия в годы Великой Отечественной войны и современными разработками. Входной билет без экскурсии - 500 рублей, но в экспозициях всё настолько подробно описано, что помощь экскурсовода вам и не понадобится.

Ну и, конечно, не забудьте посетить парк 800-летия Нижнего Новгорода и Стрелку, где Ока впадает в Волгу. Из парка открывается прекрасный вид на волжские просторы, а для того, чтобы с комфортом ими любоваться, здесь установлены удобные шезлонги и беседки. Обязательно сделайте фото на память в парке им. Горького, купите сувениры и гордецкий пряник на Большой Покровской и надолго сохраните тёплые воспоминания о Нижнем Новгороде, как это сегодня делаем мы. Ну и, конечно, единогласно мы приняли решение вернуться сюда вновь!

Мария КАСАТКИНА





ПОЗДРАВЛЯЕМ

Виктора Петровича ДМИТРИЕВА

с Днём рождения!

Тебе желаем море счастья,
Улыбок, солнца и тепла.
Чтоб жизнь была ещё прекрасней,
Не знать печали никогда!
Пусть в доме будут только радость,
Уют, достаток и покой.
Друзья, родные будут рядом,
Беда обходит стороной!

Лучшие друзья



ПОДАРКИ К НОВОМУ УЧЕБНОМУ ГОДУ

Перед наступлением нового учебного года сотрудники администрации и депутаты Думы Ржевского муниципального округа организовали традиционную акцию, направленную на поддержку воспитанников социально-реабилитационных центров в микрорайоне кирпичного завода и в п. Ильченко. В этом году они вновь не остались в стороне и подготовили для детей множество приятных сюрпризов.



ции и начинают новый учебный год вдали от дома. Однако в социальных центрах они находят поддержку, заботу и атмосферу, близкую к домашней. Сотрудники центров делают всё возможное, чтобы создать для детей условия, способствующие их эмоциональному и интеллектуальному развитию.

Подобные акции не только помогают детям, но и подчеркивают важность общественной поддержки. Воспитанники центров чувствуют, что о них заботятся, и это придает им уверенность в своих силах. Поддержка со

стороны местной власти и общества играет ключевую роль в их жизни и помогает им верить в лучшее.

В этом году акция снова подтвердила свою значимость, ведь каждый подарок стал маленьким шагом к тому, чтобы дети обрели надежду на светлое будущее. Сотрудники администрации и депутаты Думы Ржевского муниципального округа продолжают делать всё возможное для поддержки тех, кто нуждается в помощи, и стремятся создать условия для успешного старта ребят в учебном году.

Мария КАСАТКИНА



8 сентября с 9:00 до 18:00

Дом культуры «Железнодорожник»
ул. Большая Спасская ул., 15А

Пятигорская фабрика проводит
распродажу натуральных шуб и дубленок
Размеры от 40 до 70

Большие скидки!

**АКЦИЯ! МЕНЯЕМ СТАРЫЕ МЕХА
НА НОВЫЕ**



На производство по изготовлению гипсовых изделий
ТРЕБУЮТСЯ:

- ГРУЗЧИКИ-КОМПЛЕКТОВЩИКИ, З/П 37000-42000 руб.
- ФОРМОВЩИКИ (отливка изделий из гипса), З/П 35000-60000 руб.
- УКЛАДЧИКИ-УПАКОВЩИКИ, З/П 29000-32000 руб.
- РЕЗЧИКИ (обрезка краев изделий из гипса), З/П от 35000 руб.
- СЛЕСАРЬ-НАЛАДЧИК оборудования, З/П от 35000 руб.
- СЛЕСАРЬ-САНТЕХНИК, З/П от 25000 руб.
- ГРАФИЧЕСКИЙ ДИЗАЙНЕР (верстальщик), З/П 30000-45000 руб.
- ДИЗАЙНЕР-КОНСТРУКТОР (чертежник), З/П от 30000 руб.
- ПОМОЩНИК ДИЗАЙНЕРА-КОНСТРУКТОРА (чертежник), З/П от 25000 руб.

**СТАБИЛЬНАЯ ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА,
УДОБНЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ**

Адрес: Ржев, ул. Партизанская, д. 20
Тел.: 8 (48232) 3-39-00; 8-910-934-43-58, 8-905-554-42-89

СРОЧНЫЙ ВЫКУП АВТОМОБИЛЕЙ

с любыми проблемами
Тел. 8-919-055-47-30



РЖЕВСКИЙ РУБЕЖ

МЕСТО СИЛЫ

ОТКРЫТЫЙ МАСТЕРСКИЙ
ТУРНИР WPF

По пауэрлифтингу, его отдельным
движениям, строгому подъему
на бицепс

ПРИЗОВОЙ
ФОНД

Место проведения:
г. Ржев, Заводское шоссе, 4а,
ФОК «Дельфин»

Заявки принимаются
до 17 сентября на официальном
сайте WPF России:
www.wfpowerlifting.ru.

Тел: 8-910-939-28-78



28 СЕНТЯБРЯ
В 10:00



Воскресенье, 15 сентября

7 6:00, 10:00, 12:00, 18:00 «Новости»
 6:10 «Подкаст.Лаб «Жизнь замечательных» (16+)
 6:55 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
 7:40 «Часовой» (12+)
 8:10 «Здоровье» (16+)
 9:20 «Непутевые заметки» (12+)
 9:40 «Мечталлион» (12+)
 10:15 «Жизнь своих» (12+)
 11:05 «Повара на колесах» (12+)
 12:15 «Видели видео?» (0+)
 13:20 Д/ф «Сергей Пускеллис. А у нас во дворе. Прерванный сезон» (16+)
 15:30 «Горячий лёд». Фигурное катание. Открытие сезона. Трансляция из Санкт-Петербурга» (0+)
 16:55 Д/ф «Юлия Чичерина: И мы будем стоять» (16+)
 19:00 «Точь-в-Точь» (16+)
 21:00 «Время»
 23:00 Т/с «ОБОЮДНОЕ СОГЛАСИЕ» (18+)
 23:35 «Подкаст.Лаб «Триггеры» (16+)
 0:20 «Подкаст.Лаб «Креативные индустрии» (16+)
 1:05 «Подкаст.Лаб «Собрались с мыслями» (16+)

РОССИЯ 1 6:40 «Смотрим мультфильм» (12+)
 7:20 «В кругу друзей» (12+)
 8:00 Местное время. Воскресенье
 8:35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» (0+)
 9:25 «Утренняя почта с Николаем Басковым» (12+)
 10:10 «Сто к одному» (0+)
 11:00, 14:00, 17:00 Вести
 11:50 «Большие перемены» (12+)
 12:50 «Истории Большой Страны» (12+)
 14:50 «Парад юмора» (16+)
 17:50 «Песни от всей души» (12+)
 20:00 Вести недели
 22:30 Москва. Кремль. Путин
 23:00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+)
 1:30 Х/ф «ТАНГО МОТЫЛЬКА» (12+)

МАТЧ! 6:00 Смешанные единоборства. UFC. Шон О'Мэлли - Мераб Двалишвили. Алекса Грассо против Валентины Шевченко (16+)
 8:00, 8:30, 15:40, 2:55 Новости
 8:05, 14:20, 15:45, 18:30, 0:00 «Все на Матч!» (12+)
 8:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Мужчины (6+)
 10:35 Художественная гимнастика. Альфа-Банк Кубок России. Гала-концерт (6+)
 11:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Женщины (6+)
 13:25 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway». GT4 (6+)
 14:45 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway». SMP TCR (6+)
 16:15 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Акрон» (Тольятти) - «Химки» (Московская область) (6+)
 18:55 Футбол. Чемпионат Италии. «Кальяри» - «Наполи» (6+)
 21:00 «После футбола с Георгием Черданцевым» (12+)
 21:55 Футбол. Чемпионат Испании. «Атлетико» - «Валенсия» (6+)
 0:55 Д/ф «Великий «Юнайтед» (12+)

ТВ 4:55 Т/с «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)
 6:35 «Центральное телевидение» (16+)
 8:00, 10:00, 16:00 Сегодня
 8:20 «У нас выигрывают!» (12+)
 10:20 «Первая передача» (16+)
 11:00 «Чудо техники» (12+)
 12:00 «Дачный ответ» (0+)
 13:00 «НашПотребНадзор» (16+)
 14:05 «Однажды...» (16+)
 15:00 «Своя игра» (0+)

16:20 «Человек в праве» (16+)
 17:00 «Следствие вели...» (16+)
 18:00 «Новые русские сенсации» (16+)
 19:00 «Итоги недели»
 20:20 «Ты супер!» (6+)
 23:40 «Звезды сошлись» (16+)
 1:15 «Основано на реальных событиях» (16+)
 2:10 Т/с «ЛИЧНОСТЬ НЕ УСТАНОВЛЕНА» (16+)

5 5:00 Т/с «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ-5» (16+)
 7:20, 9:25 Т/с «НАСТОЯЩИЙ-2» (16+)
 9:00 «Фирменный рецепт с Емельяненко» (12+)
 18:35 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-1» (16+)
 0:20 Т/с «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ» (16+)

РОССИЯ 2 6:30 Д/с «Энциклопедия загадок»
 7:05, 2:40 Мультфильм
 8:30 Х/ф «ПОДКИДЫШ» (0+)
 9:40, 1:15 «Диалоги о животных». «Казанский зооботсад»
 10:25 Д/ф «Его назвали Гением»
 11:05 Х/ф «ТАЙНА ЗОЛОТОЙ ГОРЫ» (16+)
 12:15 «Неизвестные маршруты России». «Ингушетия. Из Назрани к Цей-Лоамскому перевалу»
 13:00 «Невский ковчег». «Теория невозможного. Борис Понизовский»
 13:30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным». «Валентин Катаев. «Белеет парус одинокий...»
 14:10 Д/с «Элементы» с Владимиром Пресновым»
 14:40 Х/ф «СЛУГА ДВУХ ГОСПОД» (0+)
 16:30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
 17:10 «Пешком...». «Москва Никитская»
 17:40 Д/ф «Человек всемогущий? Манипуляции природой»
 18:30 «Романтика ромansa»
 19:30 «Новости культуры»
 19:45 «Новости культуры» с Владиславом Флярковским»
 20:25 Х/ф «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС» (12+)
 22:45 «К 90-летию Николая Мартона». «Вертинский. Русский Пьеро»
 23:45 Х/ф «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ» (0+)
 1:55 «Искатели»

ОТР 6:00 Х/ф «ВОЛГА-ВОЛГА» (12+)
 7:35 «Песня остаётся с человеком» (12+)
 7:50 «От прав к возможностям» (12+)
 8:05, 14:05 «Большая страна» (12+)
 9:00, 16:05 «Календарь» (6+)
 9:30 «Всё по-взрослому» (12+)
 10:30 «На приёме у главного врача с Марьяной Лысенко» (12+)
 11:25 «Моя история». «Александра Урсуляк» (16+)
 12:10, 15:00, 19:00 Новости
 12:15 Х/ф «СТРАНСТВИЯ САЛЛИВАНА» (12+)
 13:50 «Специальный проект ОТР «Конструкторы будущего». «Чудесные превращения» (12+)
 15:05 Концерт «Вселенная Bel Suono» (12+)
 16:30 «Свет и тени». «Сальвадор Дали» (16+)
 17:00 Х/ф «СЛУЧАЙ ИЗ СЛЕДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ» (12+)
 18:30 Д/ф «Острова в океане» (12+)
 19:05 «Клуб главных редакторов с Павлом Гусевым» (12+)
 19:45 Х/ф «АНКОР, ЕЩЕ АНКОР!» (16+)
 21:20 Х/ф «АЛИСА В ГОРОДАХ» (16+)
 23:10 Д/ф «Сафари» (18+)
 0:35 Х/ф «МАТЕРИНСКИЙ ИНСТИНКТ» (18+)
 2:10 Х/ф «АССА» (16+)

ТВУ 6:00 Х/ф «ИНТРИГАНКИ» (12+)
 7:35 Х/ф «ПАДАЮЩАЯ ЗВЕЗДА» (16+)
 9:35 Х/ф «БЕЛЫЕ РОСЫ» (12+)
 11:30, 0:40 События (16+)
 11:50 «Наша смешная жизнь» (16+)

12:40 Х/ф «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН» (0+)
 14:30, 5:30 «Московская неделя» (12+)
 15:00 Д/ф «Дорогие товарищи. Полёт Руста» (16+)
 15:55 Д/ф «Настоящий детектив. Ничего святого» (16+)
 16:40 «Девяностые. Папы Карло шоу-бизнеса» (16+)
 17:30 Х/ф «КНИЖНАЯ ДЕВЧОНКА» (16+)
 21:05 Х/ф «ЛЕДЯНОЕ СЕРДЦЕ СЕВЕРИНЫ» (16+)
 0:55 «Петровка, 38» (16+)
 1:05 Х/ф «ЖЕНЩИНА В ЗЕРКАЛЕ» (16+)

РЕН 5:00, 23:55 «Самые шокирующие гипотезы» (16+)
 7:00 «С бодрым утром!» (16+)
 8:30, 12:30 Новости (16+)
 9:00 «Самая народная программа» (16+)
 9:30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
 10:30 «Наука и техника» (16+)
 11:30 «Легенды и мифы» (16+)
 13:00 «Неизвестная история» (16+)
 14:00 Х/ф «ПЫЛАЮЩЕЕ МОРЕ» (16+)
 16:05 Х/ф «ВОЛНА» (16+)
 18:20 Х/ф «РАЗЛОМ» (16+)
 20:30 Х/ф «ГРЕНЛАНДИЯ» (16+)
 23:00 «Итоговая программа» (16+)

СПАС 5:00 «Новый завет вслух» (0+)
 5:45 «В поисках Бога» (12+)
 6:15 «Профессор Осипов» (0+)
 6:50 Д/ф «Святые на передовой» (12+)
 7:55 «Святые России» (6+)
 9:00 «Простые чудеса» (12+)
 10:00 «Божественная литургия. Прямая трансляция» (0+)
 12:45 «Завет» (6+)
 13:50 «Моя большая семья» (6+)
 14:50, 21:30 Д/ф «Икона Божией Матери Калужская; «Спорительница хлебов» (0+)
 15:25 «Русский мир» (12+)
 16:35 Х/ф «В КВАДРАТЕ 45» (12+)
 18:00, 1:50 «Главное. С Анной Шафран». Новости на Спасе (16+)
 19:30 «Шипков» (12+)
 19:40 Х/ф «ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ» (12+)
 22:05, 3:10 «Парсуна. С Владимиром Легойдой» (6+)
 23:05 «День Патриарха» (0+)
 23:15, 4:00 «Бесогон» (18+)
 0:25 «Спас-стрим» (0+)

СТС 6:00, 5:50 «Ералаш» (0+)
 7:00 М/с «Отель «У овечек» (6+)
 7:15, 10:00 «Уральские пельмени. Смехbook» (16+)
 8:00 «100 мест, где поесть» (16+)
 9:00 «Кто круче всех?» (16+)
 10:35 М/ф «Мы - монстры» (6+)
 12:25 М/ф «Мы - монстры 2» (6+)
 14:35 Х/ф «ЗВЕРОЛЭНД» (6+)
 16:20 М/ф «Повелитель драконов» (6+)
 18:15 Х/ф «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: НА СТРАННЫХ БЕРЕГАХ» (12+)
 21:00 Х/ф «ПИРАТЫ КАРИБСКОГО МОРЯ: МЕРТВЕЦЫ НЕ РАССКАЗЫВАЮТ СКАЗКИ» (16+)
 23:35 Х/ф «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ» (16+)
 2:00 «Фактор страха. Испытание тайгой» (16+)

Д 5:15, 2:25 «6 кадров» (16+)
 5:20 Х/ф «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА» (12+)
 6:55 Т/с «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА» (16+)
 18:45 «Пять ужинов» (16+)
 19:00 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК» (12+)
 23:15 Х/ф «КАК ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА ТРИДЦАТЬ ДНЕЙ» (12+)
 1:10 Х/ф «ВЕЧЕРА НА ХУТЕРЕ БЛИЗ ДИКАНЬКИ» (12+)

ПЯТНИЦА! 5:00 «Гастротур» (16+)

5:40, 3:20, 4:30 «Пятница News» (16+)
 6:10 «Секреты на кухне» (16+)
 6:40 «Гость у порога» (16+)
 8:30 «Мамы Пятницы» (16+)
 9:00, 12:10, 23:00 «Запретный Китай» (16+)
 10:00, 14:40 «Погнали!» (16+)
 10:50, 21:50 «Как люди живут. Антарктида» (16+)
 13:10 «Как люди живут. Эфиопия: Самое опасное племя» (16+)
 19:20 «Погнали! в Таиланд. Уличная еда» (16+)
 20:30 «Как люди живут. Кападокия» (16+)
 0:10 Х/ф «ИП МАН 2» (16+)

ТВ 6:00, 8:00, 8:40, 5:30 Мультфильм (0+)
 7:30 «Вкусно с Анфисой Чеховой» (16+)
 8:30, 18:00 Новости (16+)
 9:00 М/с «Леди Баг и Суперкот» (6+)
 11:15 «Новые мистические истории. Целитель поневоле» (16+)
 12:15 «Новые мистические истории. Заговор на смерть» (16+)
 13:15 «Новые мистические истории. Жертва обольщения» (16+)
 14:30 «Новые мистические истории. Старое платье» (16+)
 15:30 «Новые мистические истории. Домовиха» (16+)
 16:30 «Новые мистические истории. Родовой дом» (16+)
 17:45, 18:10 «Новые мистические истории. Лишняя энергия» (16+)
 19:00 «Новые мистические истории. Нежданная встреча» (16+)
 20:00 «Новые мистические истории. Дар» (16+)
 21:00 «Итоги с Малькевичем» (16+)
 22:00 Х/ф «ЗОВ ГЕРОЕВ» (16+)
 0:30 Х/ф «ПРОЕКТ «А». ЧАСТЬ ВТОРАЯ» (16+)

★ 6:00, 3:05 Х/ф «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО» (12+)
 7:15 Х/ф «КОНТРУДАР» (12+)
 9:00 «Новости недели» (16+)
 9:25 «Служу России» (12+)
 9:55 «Военная приемка» (12+)
 10:40 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+)
 11:30 Д/с «Легенды госбезопасности. Исхак Ахмеров. Мистер «Резидент» (16+)
 12:20 Д/с «Война миров. Битва с нацизмом. Зачем Европа воскрешает Гитлера?» (16+)
 13:10 «Код доступа» (12+)
 14:00 «Улика из прошлого» (16+)
 14:50 «Скрытые угрозы» (16+)
 15:40 Д/с «Секретные материалы» (16+)
 16:30 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым» (12+)
 17:20 «Что русскому смешно...» Специальный репортаж (16+)
 18:00 Главное с Ольгой Беловой (16+)
 19:40 Д/с «Легенды советского сыска» (16+)
 23:00 «Фетисов» (12+)
 23:55 Х/ф «ДАУРИЯ» (12+)

МИР 5:00 Мультфильмы (6+)
 5:30 Х/ф «ОПЕКУН» (16+)
 7:10 Х/ф «ХОД КОНЕМ» (0+)
 8:50 «Диктор делает» (12+)
 9:30 «ФазендаЛайф» (6+)
 10:00, 16:00 Новости
 10:10 Х/ф «ТЫ-МНЕ, Я-ТЕБЕ» (12+)
 12:00, 16:15, 19:30, 1:00 Т/с «СТАНИЦА» (16+)
 18:30, 0:00 «Вместе» (16+)

ОТР 6:00 Однажды в России (16+)
 7:00, 5:00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+)
 8:00 «Новая Битва экстрасенсов» (16+)
 16:00 «Экстрасенсы. Реванш» (16+)
 18:30 «Выжить в Дубае. Возвращение» (16+)
 21:00 «Игры без границ» (16+)
 23:00 «Шоу Воли» (16+)
 0:00 «Музыкальная интуиция» (16+)

Открытый микрофон

➤ Не знаю, как другие, а я ждала День знаний с нетерпением. Как замечательно после трёхмесячной разлуки увидеть друзей и знакомых, поделиться новостями, обсудить планы на будущее. А впереди новый плодотворный год, в течение которого мы будем узнавать что-то новое и интересное. Школьная пора - лучшая пора в жизни! *Бабушка третьеклассника*

➤ Скоро будем гулять в новом сквере у вокзала Ржев-1 - работы подходят к завершению. Хорошо, что прислушались к мнению ржевлян и обновили скульптуры, подшпаклевали, покрасили и приделали недостающие детали. И старые липы оставили - это тоже замечательно. Территория приобрела совершенно другой вид - как будто из современности попадаете в Советский Союз. *Ностальгия*

➤ В доме на перекрёстке улиц Калинина и Большой Спасской, где расположен магазин «Любимчик», в конце августа начали капитально ремонтировать фасад. Любое благоустройство в городе всегда приветствую, но возникает вопрос: успеют ли провести работы до наступления сезонов дождей и заморозков? А если не успеют, не пострадает ли качество? *Рациональный*

➤ Спасибо ушедшему лету за прекрасную погоду, положительные эмоции и встречу с любовью всей моей жизни - Сергеем! Лето-2024, я тебя никогда не забуду! *Екатерина*

➤ С нетерпением жду завершения мотосезона. Живу в центре города, из-за жаркой погоды окна открыты даже ночью. И как только начинает темнеть и поток машин уменьшается, на дороги выезжают мотоциклисты. Гоняют с таким треском, что никакого покоя нет. Скорей бы зима. *Невыспавшаяся*

➤ Шла по улице Артура Тулякова (бывшая Жореса), и меня свирепо облаяла большая серая собака, выскочившая из двора. Дело ограничилось только испугом - псина не укусила. Почему таких агрессивных собак не держат на привязи? И, если уж разговор зашёл об этой недавно переименованной улице, считаю, что нужно поменять таблички на домах - на некоторых написано старое название. *Внимательная*

➤ Ждали мы, ждали, и наконец дождалось: после ремонта открылся мост через Лочу. Теперь жители РТС могут вздохнуть с облегчением: иссякнет поток транспорта через маленький мостик. Хотелось бы, чтобы в следующем году отремонтировали и его: он слишком много перенёс за последнее время. *Местный*

➤ В городских интернет-группах часто публикуются сообщения, что в городе грязно. Но хотелось бы напомнить, что начинать нужно с себя. Почти каждое утро я выгребаю пакет с бытовым мусором из урны, расположенной возле крыльца моего магазина, хотя до контейнеров рукой подать. Это какое неуважение нужно иметь к окружающим, чтобы так поступать? Почему кто-то за кого-то должен убирать? Если поймаю за руку - буду принимать соответствующие меры. *Предприниматель*

➤ Замечательно, что духовой оркестр продолжит выступления в парке Грацинского и в воскресенье сентября. Как приятно будет кружиться в вальсе вместе с разноцветными осенними листьями, слетающими с деревьев! Будем рады, если круг постоянных слушателей духового оркестра и танцоров пополнится новыми людьми. *Маргарита*

➤ Уважаемые ржевляне! Пожалуйста, давайте бережно относиться к общедомовому коммунальным сетям! Нельзя выкидывать в унитазы то, для чего они не предназначены - кухонные отходы, средства личной гигиены и прочее. Трубы «встают» и всё «добро» течёт через край сантехнического оборудования у жильцов первых этажей. Приходите после работы - а дома ждёт такой сюрприз. И управляющая организация если придет в тот же вечер, то это большой подарок. Соседи, давайте уважать друг друга. *Потерпевшая*

➤ Хочу поблагодарить водителя маршрутного автобуса «РТС - Образцово» за вежливость, профессионализм и пунктуальность. График движения всегда соблюдается с точностью до минуты. Здоровья ему и зарплаты хорошей! *Пассажир*



Краткий вывод	Большая шаль		Хлыст, плеть		Густые сумерки			
					Живет рядом		Скука	Олень
	Сверток		Приток Амура					
						Лента		Пушной налог
	Аванс	Вексель		Спорт. оружие				
					У колеса		Береста	
	Сорт ниток	Сноска		Вид удочки				
... Кристи					Слив			
	Сорт кожи		Пушка			Дом на санях		Сорт яблок
					Река в Сибири	Еще не время		
	Античн. поэт		Ладья					Шалапин
					... Делон			
	Аукцион		Шерсть овцы					РН
Северная птица					Укрытие			

ЯРМАРКА СМЕХА

- Доктор, у меня с глазами что-то нехорошо.
- А без глаз, думаете, будет лучше?

Когда тебе испортит голубь
Случайным образом пиджак,
Ты просто знай, что он почтовый,
И просто знай, что от меня.

Задержана банда пенсионеров,
которые подбрасывали свои кабачки
в овощные отделы магазинов.

Четыре года учёбы на факультете
рекламы и связей с общественностью
научили меня тому, что с общест-
венностью лучше не связываться.

У мужчин только одно на уме -
чтобы не вымерло человечество.

«Похоже, фея слегка глуховата...» -
подумала Золушка, когда попала на
БАМ.

Операция «Чистые руки» - поиск
мужчины без обручального кольца.

Оптимист изобрёл колесо, а пес-
симист - запасное колесо.

Как так вышло, что чайники, ко-
лонки, мультиварки - уже умные, а
люди ещё нет?..

Покайтесь, грешницы! Поделитесь
опытом!

- На него не напасёшься, - жало-
вались коровы на пастуха.

Иногда мешки под глазами могут
рассказать больше, чем сами глаза.

Я всегда прислушиваюсь к мнению
других согласных со мной людей.

Кто бы мог подумать, что про-
фессией будущего станет курьер.

Слишком поздно Марина поняла,
что не стоило обращаться к пласти-
ческому хирургу, у которого в при-
ёмной висят картины Пикассо.

Часть была настолько секретная,
что Сергей мог рассказать всем толь-
ко то, что служил в сапогах.

Хорошо погуляли - это когда ут-
ром возвращаешься домой на метро.
А метро в твоём городе вообще нет.

«Одиссея» - яркий пример того,
какие сказки может придумать муж-
чина, объясняя жене, где он пропа-
дал последние пятнадцать лет.

Здоровье - это когда всё болит,
но ещё есть силы не идти к врачу.

Ответы на сканворд, опубликованный в № 35

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Баян - Лорд - Опахало - Вектор - Анис - Строфа - Колун - Чайка - Басма - Финт - Кат - Взор - Лапти - Ряба - Снег - Гогот - Хата.

ПО ВЕРТИКАЛИ: Вожак - Олег - Шарф - Арамис - Испуг - Стакан - Нрав - Твист - Леток - Клок- Форс - Орех - Трал - Скрыга - Ярмо - Уйма - Рейн - Атбара.

ПОПАСТЬ В ОБЪЯТИЯ МОРФЕЯ

Причин бессонницы может быть множество - от колючего одеяла и неудобной подушки до нервных заболеваний. Но, допустим, вы здоровы, ваша постель - самое уютное место в мире, но всё равно лежите без сна полночи. В этом случае проверьте, не мешает ли вам...

Духота

Оптимальная температура в комнате для комфортного сна - 17-20 градусов. Такой температурный режим считается наилучшим для выработки мелатонина - гормона сна. При этом важно достигнуть баланса между прохладой и комфортом. Так, если у вас постоянно ледяные ноги, надевайте носки и укрывайтесь теплым пледом. А если, наоборот, страдаете от жары под одеялом, то замените его на более лёгкое. В летнее время температуру в комнате поддерживать в указанных рамках можно с помощью кондиционера или вентилятора в тандеме с увлажнителем воздуха, а в прохладные сезоны достаточно приоткрыть окно.

Лишний свет

Снова дело в мелатонине. Этот гормон вырабатывается только в тёмное время суток. Под его воздействием мозг получает сигнал, что пора спать. Любой источник света, даже тусклый ночник, снижает синтез мелатонина, а значит, вы уснё-

те гораздо позже, чем если бы легли спать в полной темноте. Но и это не всё: на фоне снижения мелатонина растёт уровень кортизола - гормона стресса, который не даёт расслабиться. И даже если вам удастся уснуть, кортизол не позволит глубоко погрузиться в сон, и утро вы встретите в разбитом состоянии.

В идеале в комнате, в которой вы спите, должны быть плотные шторы, не пропускающие свет. Или можно воспользоваться маской для сна.

Шум

Полную тишину в многоквартирном доме обеспечить практически невозможно, но очень важно, чтобы звуки вас не отвлекали, ведь излишний шум не даёт расслабиться. Так называемое шумовое загрязнение повышает уровень стресса и провоцирует выброс кортизола: мозг воспринимает резкие звуки как опасность и приводит организм в боевую готовность. Тогда как тишина ослабляет напряжение мозга и тела.

А вот если от шума кондиционера или включенных на колонке звуков



природы вас клонит в сон - отлично. В этих случаях речь идёт о белом шуме - монотонных звуках, которые выравнивают общий звуковой фон и маскируют тарахтение автомобилей за окном или ссору соседей.

Впрочем, некоторые ученые не советуют постоянно засыпать под белый шум, поскольку мозг обрабатывает и эти входящие сигналы, то есть не отдыхает в полной степени. Лучше воспользоваться берушами или специальными наушниками.

Навязчивые мысли

Бесконечная гонка мыслей о работе, проблемах, предстоящих делах не даёт уснуть, как бы вы ни пытались. И это самый трудновыполнимый пункт - обеспечить отсутствие мыслей, чтобы пришел спокойный глубокий сон.

Однако помочь себе можно: ми-

нимум за 30 минут до сна необходимо приглушить свет, выключить и отложить в сторону все гаджеты. Да, телевизор тоже смотреть нельзя. Максимум, что можно, - почитать бумажную книгу или порисовать в блокноте, уже лежа в постели.

Ещё один способ - помечтать. Однако мечты должны быть бессюжетными: представляйте себя на природе, «рассматривайте» листочки или камешки на берегу, «слушайте» шум моря или водопада, «нюхайте» цветы. Такие спокойные образы очень похожи на сны - это некая обманка для мозга. Вы и не заметите, как визуализация перетечет в полноценные сновидения.

Проверьте себя

Сон должен наступать в течение 30 минут после того, как вы легли в постель и закрыли глаза. Определить, есть ли у вас реальные проблемы с засыпанием можно, руководствуясь общим правилом:

- сон наступает, как только голова коснулась подушки или в течение 10 минут, - на лицо явные признаки сильного переутомления;
- 10-20 минут - средняя продолжительность засыпания, считается нормой;

- более 30 минут - может быть признаком бессонницы. Если вы регулярно ворочаетесь без сна в постели по полчаса и дольше, хотя все вышеперечисленные факторы учтены, обратитесь к врачу.