



ЛОВОЗЕРСКАЯ правда

№ 32
(8731)



(издаётся с 7 ноября 1935г.)

ПЯТНИЦА, 8 августа 2014 г.

Общественно-политическая газета Ловозерского района

● 9 АВГУСТА - МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ КОРЕННЫХ НАРОДОВ

День богатства культур



Ежегодно, 9 августа, Мурманская область празднует Международный день коренных народов мира. Проведение этого праздника в разных городах и селах, где проживает коренной малочисленный народ Кольского полуострова - саамы, стало доброй традицией.

Впервые в области День коренных народов мира проходил в селе Ловозеро в 2009 году, в этом году праздничные мероприятия пройдут в Кольском районе - в поселке Тулома.

Этот день, утвержденный Генеральной Ассамблеей ООН, является символом объединения

коренных народов, праздником самобытных национальных культур и духовного единения жителей Мурманской области.

В программе мероприятия запланированы концерт с участием фольклорных коллективов, исполнителей национальных и эстрадных песен, выставка-продажа изделий мастеров декоративно-прикладного творчества, мастер-классы по саамской кадрили и национальным видам спорта (саамский футбол, перетягивание палки, метание аркана, стрельба из арбалета), угощение традиционной саамской ухой, выставка собак породы хаски.

Организаторами мероприятия являются администрация сельского поселения Тулома, Центр народов Севера, Туломский сельский дом культуры и Ассоциация кольских саамов.

Валерий НИКОЛАЕВ.

На снимке: фольклорные саамские коллективы «Элманит» и «Елле» на Международной выставке-ярмарке достижений коренных народов «Сокровища Севера», г. Москва, ВДНХ. Фото из архива НКЦ.

● 10 АВГУСТА - ДЕНЬ СТРОИТЕЛЯ

Дорогие друзья! Уважаемые строители Ловозерского района!

Сердечно поздравляем вас с профессиональным праздником!

День строителя - праздник представителей самой созидательной профессии на Земле, без кого просто немыслима полноценная жизнь страны. Благодаря строителям, возводятся жилые дома, Дворцы спорта и театры, медицинские центры и школы. Каждая семья своим маленьким уютным миром тоже обязана вам.

Низкий поклон вам, ветераны строительного дела, чьим трудом были возведены посёлки Ловозерского района! Крепкого вам здоровья, семейного тепла и уюта, счастья и новых свершений.

С уважением,

А. В. ШЕСТАК,
глава Ловозерского района;

В. В. НИКОЛАЕВ,
председатель Совета депутатов Ловозерского района.

● ВЫБОРЫ

Вниманию кандидатов в депутаты

Редакция газеты «Ловозерская правда» сообщает, что, согласно п. 6 ст. 32 ЗМО «О выборах депутатов представительных органов муниципальных образований», готова предоставить на цели предвыборной бесплатной агитации площадь в объеме 1/8 от еженедельной печатной площади.

Жеребьевка по предоставлению бесплатной площади будет проводиться:

11 августа в 15:00 часов в помещении редакции газеты «Ловозерская правда» (село Ловозеро, улица Пионерская, д. 6) для кандидатов в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро.

12 августа в 17:00 часов в Культурно-спортивном центре (малый зал) для кандидатов в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда.

Валерий ТКАЧЁВ,
редактор газеты «Ловозерская правда».

● ПОДГОТОВКА К ЗИМЕ

ДО НАЧАЛА отопительного сезона еще два месяца, а в Ревде большая часть работ по замене сетей тепло- и водоснабжения уже сделана. И, несмотря на то, что подключение горячей воды в поселке произошло на две недели позже запланированной даты, у подрядчиков еще остается время, чтобы завершить начатое.

Причиной задержки стал ремонт тепловых сетей ОАО «Мурманэнергосбыт» - здесь проводились работы по замене трубопровода главной магистрали, от которой питается весь поселок. И согласитесь лучше переждать две лишние недели, чем уходить в зиму с ненадежной трубой.

На сегодняшний день закончены работы по замене теплопровода на участке Кузина 9 и Кузина 7/1, 7/2, 7/3, 7/4, осталось только закопать. Для этого подрядчик ООО «Монолит» и заказчик - администрация по-

Продолжается ремонт теплосетей

селка, ждут поставки бетонных плит, которыми закроют бетонный короб.

На прошлой неделе прошел конкурс на следующий участок теплосети - по улице Победа. Участок от бани до пекарни длиной составляет 780 метров, сроки выполнения работ назначены на середину августа - конец сентября. Победителем аукциона стала подрядная организация «Техстройпроект-СПб». Эта же компания проводит замену сетей водоснабжения на улице Кузина 11/1, 11/2, 11/3, Умбозерской 3, 9 и переулку Солнечному 1, 2. Этот участок сейчас проходит испытания на герметичность. Подрядчикам осталось продуть и обязательно хлорировать трубы, установить, так называемые, испускники, и под-

ключить к системе водоснабжения. А чтобы произвести все эти работы необходимо отключение водоснабжения в квартале, поэтому такие врезки предварительно согласовываются, чтобы случайно не совпасть с какими-либо другими работами. На этом же участке в ходе работ было повреждено дорожное покрытие. В секторе хозяйственного развития администрации поселка, сказали, что в этом году асфальт восстанавливаться не будет.

- Работы эти производятся ежегодно. Каждый год целевая программа предус-

матривает ремонт ветхих сетей водо- и теплоснабжения в поселке, - говорит ведущий специалист сектора по развитию городского хозяйства администрации поселка Ревда Ю. В. Серебrenникова. - Мы еще не знаем,



какое софинансирование будет на будущий год, и какой объем работ мы сможем себе позволить. Трубы ремонтируют с одного бюджета, а восстановление дорожного покрытия идет с другого. Скорее всего, асфальт будет восстановлен, когда будут завершены все работы по конкретному участку.

Радует, все-таки тот факт, что понемногу, но сети заменяются, и может быть когда-нибудь наступит такой день, что все трубы будут в надлежащем состоянии, а дорожные покрытия во дворах начнут восстанавливать.

Анастасия СИЛИНСКАЯ.
На снимке: ремонт теплосети на ул. Кузина, 9. Фото автора.

РЕМОНТ ДОРОГ

Сезон в самом разгаре

В Мурманской области на сегодняшний день уже выполнено больше 70 % от запланированного объема. Врио губернатора Марина Ковтун проинспектировала ход дорожного строительства, чтобы оценить качество и скорость.

Марина Васильевна проинспектировала ход работы на транспортной развязке в районе «Ленинградки» Мурманска. Здесь, на пересечении Восточной объездной дороги и выезда на каскад Серебрянских ГЭС, ведется глобальная стройка. Четырехполосная дорога с тремя разноразмерными транспортными развязками возводится с опережением графика на целый год. Объект капитального строительства предполагалось сдать в 2016 году, но понимая значимость для региона этой развязки, строители обещают сдать дорогу в эксплуатацию в октябре 2015-го. Работы, в которых задействовано около полутора сотен рабочих и 70 единиц техники, идут круглосуточно.

- Этот год у нас - год дорог, - отметила Марина Ковтун. - Мы такого большого объема ремонт давно не проводили. На се-

годняшний день все работы выполнены на 70%. Конечно, все дороги, а их у нас в области более двух тысяч километров, одновременно идеальными не станут. Но приоритеты выбраны, и мы просим жителей Мурманской области: помогайте нам.

«Помогать» можно и нужно разными способами, пояснили в областном минтрансе. Во-первых, уже к 1 сентября ведомство будет готово представить предварительный план работ на 2015 год. Он появится на сайте министерства, будет размещен в СМИ. Ведомство ждет критики и пожеланий со стороны населения. Кроме того на сайте «Мурманскавтодор» создан спецраздел «МурманЯма»: здесь жители области могут написать о любом проблемном участке дорожного покрытия, заявить о фактах нарушений со стороны подрядных организаций, ведущих дорожные работы и т.д.

Кроме активного ремонта дорог, находящихся в ведении области, из регионального бюджета выделяются существенные средства муниципалитетам для ведения дорожной деятельности внутри поселений. Субсидии

увеличиваются с каждым годом. Этим летом средства выделены 23 объектам. Везде заключены контракты с подрядчиками, работы ведутся.

- Здесь ключевая роль принадлежит местным властям, - поясняет глава профильного министерства Дмитрий Соснин. - Тем муниципалитетам, которые проявляют инициативу, мы помогаем, чем можем.

К слову, наш район - в числе передовиков. В Ловозерском районе в этом году софинансирование из областного бюджета было выделено на ремонт участков на улицах Metallургов и Комсомольской в поселке Ревда. Работы уже завершены, финансирование свыше 4 миллионов рублей - освоено.

Кроме того, продолжается реконструкция трассы областного значения Оленегорск - Ловозеро. В прошлом году здесь отремонтировали 10 километров, сейчас ведутся работы уже в непосредственной близости от населенных пунктов - Ревды и Ловозера. Уже выполнено 40 % от запланированного.

Валерий НИКОЛАЕВ.

СОЦИУМ

Мы должны слушать и слышать друг друга

(Окончание. Начало в № 31).

В Ловозерском национальном культурном центре прошло заседание президиума Совета Общероссийского общественного движения «Ассоциация финно-угорских народов».

Почти половину дня 18 июля специалисты по разным направлениям общественной работы и приглашенные продуктивно общались. Так, заручившись поддержкой финно-угорских общественных организаций Мурманской области, член совета Ассоциации финно-угорских народов РФ, сотрудник Мурманского областного центра коренных малочисленных народов Севера Елена Гой предложила организовать Мурманское региональное отделение ассоциации.

Интересным было выступление эксперта - заведующего кафедрой уральских языков, фольклора и литературы Института народов Севера Российского государственного педагогического университета им. Герцена, доктора филологических наук, профессора Сергея Мызникова. Его как специалиста беспокоят языковые проблемы северных аборигенов, в частности - народа саамы. Если посмотреть историю расселения саамов, то они жили и на восточном побережье Онежского озера, на Белом море, в Карелии, и естественно ассимилировались в ходе истории, теряя язык.

- А если народ теряет язык, он перестает быть народом? - спросил Сергей Алексеевич. - Мы все понимаем неизбежный ход развития цивилизации, когда народ выбирает язык общения. Например, в Бурятском округе буряты активно переходят на русский язык и остаются самобытным народом. Можно попытаться оживить язык? Да. Несколько лет назад я работал в Норвегии: там тоже живут саамы, их значительно больше, чем у нас. Так вот в каждом университете создали кафед-



ру саамского языка, за знание его доплачивали. Много лет назад часть карелов переселилась в Тверскую область, и сейчас карельский этнос естественно ассимилировался. То есть процесс исчезновения языков малочисленных народов общий.

Сергей Мызников обратил внимание и на то, на каком языке говорят в семьях. Низкий статус финно-угорских языков таков, так как и в семьях на них не говорят. Некоторые считают, что в оживлении языков надо следовать тому, как формировался русский язык, когда была выработана классическая норма языка. Так все-таки должно быть развитие, например, саамского языка или консервация, когда обучение ведется на языке большинства, то есть на русском языке, который стал уже родным для многих, и ничего в этом плохого не усматривается. Профессор рассказал, что усложнилась жизнь и его института с начавшейся оптимизацией: если раньше была кафедра национальных языков, психологии, теперь закрыта; изучался язык ханты с английским и студенты занимались им, можно было стать бакалавром, но что делать бакалавру в тундре? Оче-

видно, что надо было сохранять 5-летнее образование и выпускать учителей. В институт раньше поступали говорящие на родном языке, а сейчас студенты не говорят, поэтому надо перестраивать систему образования: учить не как родному языку, а как иностранному, а это уже другое преподавание.

- Когда народ не хочет говорить на своем языке, трудно что-либо сделать, заставить. А если хочет говорить да плюс помощь государства - все достижимо, - сказал Сергей Алексеевич. - В наш институт поступают коми-ижемцы, но мы не имеем права им преподавать, ведь преподают в Сыктывкаре. Если бы Ассоциация финно-угорских народов помогла им получить статус малочисленного коренного народа Севера, тогда бы коми студенты могли учиться у нас в институте, получая стипендию в восемь тысяч рублей, что

(Окончание на 6-й стр.)

На снимке: председатель президиума Ассоциации финно-угорских народов Петр Тултаев передает книги Ловозерской библиотеке. Фото НКЦ.

ПЛАТЕЖИ

Стоимость киловатт-часа для населения возросла

Новые тарифы жильцы могут увидеть с начала августа в квитанциях за июль. Для населения, проживающего в домах с газовыми плитами, стоимость киловатт-часа составляет 2,43 рубля.

Для домов, оборудованных стационарными электроплитами, тариф установлен в размере 1,708 руб. за кВтч.

Тарифы на коммунальные ресурсы, в том числе и на электроэнергию, устанавливаются уполномоченным органом исполнительной власти субъекта РФ - Управлением по тарифному регулированию Мурманской области.

Цена электроэнергии для населения и приравненных к нему категорий потребителей на 2014 год закреплена постановлением Управления по тарифному регулированию Мурманской области от 19.12.2013 № 58/2 (в ред. постановления от 14.01.2014 № 2/1).

ГО И ЧС

Проверка системы оповещения

Администрация Ловозерского района сообщает, что 13 августа в период с 10:00 до 13:00 часов на территории Ловозерского района будет проводиться комплексная проверка технического состояния региональной автоматизированной системы централизованного оповещения населения Мурманской области.

В рамках комплексной проверки будет произведено подключение сирен, уличных громкоговорителей, передана информация по радиоприемникам на частоте 70,73 МГц «Радио России», 69,89 МГц «Юность» и в выпусках телевизионных новостей (06:35-06:41, 07:35-07:41, 08:35-08:41) программы «Россия-1».

Просьба к гражданам Ловозерского района: соблюдать спокойствие.

КРИМИНАЛ

Похищенное найдено

В отделение полиции с заявлением о краже обратился 47-летний житель Ловозерского района. Прибывшими на место происшествия сотрудниками полиции было установлено, что из помещения хозяйственной постройки, расположенной на территории земельного участка потерпевшего, похищен строительный инструмент на общую сумму более 15000 рублей. Незнайный, повредив навесной замок, проник внутрь помещения и совершил кражу.

Сотрудниками полиции личность подозреваемого в совершении преступления была установлена. Им оказался ранее судимый житель с. Ловозеро, 1984 года рождения. По месту жительства задержанного полицейскими было обнаружено и изъято похищенное имущество потерпевшего.

Возбуждено уголовное дело, по признакам состава преступления, предусмотренного частью 2 статьи 158 УК РФ («кража»). В соответствии с санкциями данной статьи подозреваемому может грозить наказание в виде лишения свободы на срок до пяти лет.

ДТП

Съехала в кювет

В среду около 15:00 на 59-м километре дороги Оленегорск-Ловозеро съехал в кювет и опрокинулся автомобиль Hyundai Getz.

Пострадавшие в ДТП - мурманчанка, 1976 г. р. и пассажир 1972 г. р. - были доставлены в Ловозерскую центральную районную больницу в п. Ревда. Выполнен рентген черепа и оказана медицинская помощь. От госпитализации пострадавшие отказались.

Причина ДТП устанавливается.

ПРОИСШЕСТВИЯ

Не обогнал

4 августа в 17:05 в поселке Ревда, на улице Metallургов водитель мопеда при обгоне автомобиля «Рено», который поворачивал налево, допустил с ним столкновение.

В результате ДТП водитель мопеда получил телесные повреждения, ему оказана медицинская помощь.

УВАЖАЕМЫЕ ЛОВОЗЕРЦЫ!

Администрация сельского поселения Ловозеро сообщает, что 4 августа в с. Ловозеро приехали 36 граждан Украины из мест боевых действий. Проживать и питаться они будут в общежитии школы-интерната.

Просим жителей Ловозера принять участие в сборе для наших гостей гуманитарной помощи: продуктов питания и предметов личной гигиены.

Предлагаем гуманитарную помощь приносить по адресу: с. Ловозеро, ул. Советская, д. 26.

ОБЩЕСТВО

На сегодняшний день нет человека, который не был бы в курсе событий украинской трагедии. От информации не спрятаться, как не оградить себя от средств массовой информации, как ни уходи от разговоров на эту тему, то, что волнует сегодня всю страну, все равно тебя найдет, встретит на улице, догонит, поймают.

В Ловозере все началось 4 августа со звонка заместителя губернатора Мурманской области Т. М. Пороновой - разместить, накормить, обогреть и предоставить человеческие условия тридцати шести гражданам Юго-Восточной Украины. И с этого момента началась авральная работа.

Глава района Александр Шестак поехал на станцию Оленегорск встречать первую группу граждан вынужденно покинувших территорию Украины («первую», потому что неизвестно,



сколько еще людей попросят укрытия, и, возможно, это - только начало).

Пунктом временного размещения прибывших был выбран спальный корпус Ловозерской школы-интерната. Управлением Ловозерского ГОКа был предоставлен автобус для транспортировки беженцев из Оленегорска до Ловозера, благодаря чему питания комбината был организован ужин, сотрудники Ловозерской больницы оказали необходимую медицинскую помощь.

На следующий день, 5 августа состоялось оперативное собрание Штаба по оказанию помощи прибывшим с территории Украины для обмена информа-

В Ловозеро прибыли граждане, вынужденно покинувшие территорию Украины

цией, предложениями взаимодействия и помощи пострадавшим. В помещении столовой пункта временного размещения члены штаба познакомились с беженцами, отвечали на вопросы, решали проблемы в индивидуальном порядке. Здесь же представители Федеральной миграционной службы начали регистрацию людей, прибывших из-за границы.

Уже открыт благотворительный счет, предоставленный Советом ветеранов Ловозерского района. Деньги, перечисляемые на этот счет, непосредственно пойдут на нужды людей, размещенных в пункте временного пребывания Ловозерского района.

На моей памяти такого опыта приема беженцев наша страна не имела, и нормативная база отсутствует, но ведь существует должностная ответственность и любовь к людям. Мы не знаем, как действовать, но мы учимся, получаем опыт, который бы лучше никогда не пригодился. Нас поддерживает правительство Мурманской области, так как мы район бедный и заместитель губернатора по социальной политике попросила военных помочь. Над нами взяли шефство ЗАТО Александровск, Высокий, Царь-Город. И военные уже начали оказывать реальную по-

мощь, - говорит глава Ловозерского района А. В. Шестак.

Вечером во вторник в Ловозеро прибыла первая гуманитарная помощь из ЗАТО Александровск. Заместитель главы администрации ЗАТО И. А. Мазитов сказал, что буквально за три часа собрали то, что посчитали нужным - вещи первой необходимости, продукты питания, одежду. Когда будет уже более конкретно известно, что нужно, вплоть до размеров детской обуви, обещают организовать большую партию гуманитарной помощи. В выгрузке коробок и мешков с продуктами принимали участие и прибывшие с Украины граждане, и представители обеих администраций - Ловозерского района и ЗАТО Александровск.

Также днем 6 августа пришла большая партия из поселка Высокий, ожидается поставка гуманитарной помощи из Царь-Города.

Но как бы там, ни было, первыми, все-таки, откликнулись жители села Ловозеро. Среди пострадавших много детей, женщины нуждаются в колясках, средствах детской гигиены. На следующее утро после просьбы, жители Ловозера привезли две коляски, принесли необходимый минимум.

Конечно, прибывших сейчас

волнуют три вопроса: теплая одежда, трудоустройство и свой угол. Невероятно теплая погода в начале августа - это подарок природы и обзавестись необходимой одеждой на прохладу время еще есть. Вопрос с трудоустройством пока еще решается, например, за последние две недели в Горно-обогатительный комбинат устроились тридцать два человека, но ведь помимо централизованно

- Очень важный вопрос - квартирный. Люди, которые хотят остаться здесь проживать на длительный срок, нуждаются в жилье, - говорит Александр Шестак. - Много брошенных квартир, но в состоянии таком, что людям заселить туда нельзя. Все это требует больших вложений, а у местных администраций денег катастрофически не хватает. Но я, как глава, заинтересован, чтобы здесь люди



перемещенных беженцев в районе зарегистрированы еще пятьдесят два самостоятельно прибывших граждан Украины. А вот вопрос с получением жилья стоит куда острее.

Наталья - вынужденная переселенка с Украины, говорит, что всем довольна и даже с работой уже что-то проясняется, но хочется свое пространство.

- Спасибо всем большое. Встретили нас очень хорошо. Остаться здесь на постоянное место жительства? Если бы нам дали, хоть какую комнату в коммуналке, или общежитии, мы бы были рады.

Здесь Наталья находится с матерью и дочкой, муж остался на Украине. Женщина говорит, что это было его добровольное желание. О возвращении домой ближайшие пару лет не может быть и речи.

остались и приносили пользу нашему району.

В группе беженцев двенадцать женщин, девять детей и пятнадцать мужчин - в основном жители Донецка, Луганска.

Жители Ловозера, муниципальные власти, предприятия и общественные организации района делают все возможное, чтобы создать комфортные условия сбежавшим от военных действий. В районе организован сбор продуктов питания и средств личной гигиены.

Анастасия СИЛИНСКАЯ.

На снимках: гуманитарная помощь из Александровска, регистрация прибывших сотрудниками миграционной службой. Фото автора.



АКТУАЛЬНО

Создан штаб по оказанию помощи

В целях оказания своевременной помощи гражданам, прибывающим с территории юго-восточной Украины, в Ловозерском районе создан штаб по оказанию помощи беженцам и членам их семей, лицам, ходатайствующим о признании беженцами, а также лицам, получившим временное убежище.

В состав районного штаба входят: глава Ловозерского района А. В. Шестак (телефон 41-308), заместитель главы администрации Ловозерского района Н. Н. Иванова (40-043, 9211511352), заместитель главы администрации городского поселения Ревда Н. Г. Попов (43-241), заместитель главы администрации сельского поселения Ловозеро Н. И. Курзнев (40-557), председатель Совета депутатов Ловозерского района В. В. Николаев (41-271), врио начальника территориального пункта п. Рев-

да Федеральной миграционной службы Л. Ю. Белова (43-400, 9212844146), врио начальника отделения полиции по обслуживанию Ловозерского района А. А. Белов (43-102), представители Центра социальной поддержки населения, Центра занятости, ООО «ЛГОК», Центральной районной больницы, отдела по образованию администрации Ловозерского района.

Первое заседание штаба состоялось 21 июля, где были рассмотрены вопросы временного социально-бытового обустройства лиц, вынужденно покинувших территорию Украины. Главное сейчас - помочь людям определиться с официальным статусом, который позволит им найти работу и социальную поддержку, а также дать понять людям, что они не остались одни в этой сложной жизненной ситуации.

ОХРАНА ОБЩЕСТВЕННОГО ПОРЯДКА

Возрождение народных дружин

На территории Ловозерского района с начала года наблюдается стойкое увеличение количества преступлений совершенных на улицах и в общественных местах.

Так, по итогам пяти месяцев 2014 года в общественных местах совершено 30 преступлений, тогда как за аналогичный период прошлого года количество совершенных преступлений составляло 12. Основную массу таких преступлений составляют кражи и мошенничества - 13, причинение телесных повреждений - 6, угоны автотранспорта - 3.

В связи с ростом количества преступлений, а также сокращения личного состава органов внутренних дел, в настоящее время все более актуальным становится вопрос организации работы, направленной на возрождение общественных формирований правоохранительной направленности, внештатных сотрудников полиции и добровольных народных дружин, ока-

зывающих помощь полиции в обеспечении общественного порядка.

2 июля вступил в действие закон Российской Федерации «Об участии граждан в охране общественного порядка», который устанавливает принципы и основные формы участия граждан в охране общественного порядка, участия граждан в поиске лиц, пропавших без вести, особенности создания и деятельности общественных объединений правоохранительной направленности, целью которых является участие в охране общественного порядка, порядок и особенности создания и деятельности народных дружин, правовой статус, правовая и социальная защита, а также материальное стимулирование, льготы и компенсации народных дружинников и внештатных сотрудников полиции.

Статьей 8 указанного закона определены правовые рамки содействия органам внутренних дел:

информировать о правонарушениях и об угрозах общественному порядку;

участвовать в мероприятиях по охране общественного порядка; участвовать в работе координационных, консультативных, экспертных и совещательных органов (советов, комиссий) по вопросам охраны общественного порядка, создаваемых в органах внутренних дел, по их приглашению.

Порядок создания, реорганизации и (или) ликвидации общественных объединений правоохранительной направленности определяется Федеральным законом «Об общественных объединениях» с учетом положений Федерального закона Российской Федерации «Об участии граждан в охране общественно-

го порядка».

Дмитрий СТЕПАНОВ,
зам. начальника полиции по
охране общественного порядка
отдела «Оленегорский».

РЕЗОНАНС

Требования категорически не выполняются

В 30-ом номере «Ловозерской правды» от 25 июля была опубликована статья нашего корреспондента Анны Кузнецовой «Строения не сгорели, люди не пострадали».

Статья, как мы и предполагали, вызвала оживленную реакцию. Звоня к нам, читатели высказывали свое мнение: кто-то считал, что пора призвать к ответу гендиректора ООО «Ловозеро-Жилсервис» В. Г. Володькина за ненадлежащее содержание свалки; кто-то говорил, что пожарные должны были сразу после первых звонков ехать тушить горящую свалку, ведь ветер принес в село удушающее поветрие, которое небезопасно

для здоровья; третьи говорили, что руководителю общества с ограниченной ответственностью надо «накрывать поляну» пожарным, ведь они, по сути, сделали работу его предприятия, быстро утилизировав накопившийся мусор (пока собирались тушить, он хорошо горел).

На днях в редакцию поступило письмо коллектива пожарной части № 42, и мы полагаем, оно правильное по сути, основанное на документе. Письмо пожарных адресовано редакции, и, понятно, разговор о содержании свалки должен быть продолжен.

Раз уж и газета теперь втянута в эти разбирательства, то мы предлагаем представителям ад-

министрации местного самоуправления, вышестоящих и надзорных инстанций, высказаться на наших страницах о возникшей ситуации и обсудить причины ухудшения экологической ситуации вокруг районного центра. Ведь ловозерцы хотят дышать чистым воздухом.

В среду мы получили ответ из областного комитета по обеспечению безопасности населения. Его также публикуем сегодня.

На снимке: не утилизированный мусор на Ловозерском полигоне может вновь загореться в любой момент. Фото редакции.



Выявлены нарушения

Комитетом по обеспечению безопасности населения Мурманской области была проведена проверка фактов по итогам пожара происшедшего 16 июля 2014 в районе с. Ловозеро, на полигоне по захоронению твердых бытовых отходов.

В результате проведенной проверки факты нарушения должностными лицами Оленегорского подразделения ГПС Мурманской области нормативных актов, регламентирующих деятельность по тушению пожаров, подтвердились.

Должностные лица учреждения, виновные действия или бездействие которых привели к затягиванию тушения пожара, привлечены к ответственности.

Однако, считаю необходимым довести также, что в ходе проверки установлены факты несоблюдения арендатором участка - ООО «Ловозеро-Жилсервис» требований санитарных и противопожарных норм при эксплуатации полигона ТБО. А именно, в нарушение «Инструкции по проектированию, эксплуатации и рекультивации полигонов для твердых бытовых отходов», утвержденной Минстроем России 02.11.96, согласованной с Госкомсанэпиднадзором России 10.06.96 № 01-8/1711, отходы складируются на данном полигоне хаотично без уплотнения и промежуточной изоляции, что приводит к разбросу ветром легких горючих частиц по всей площади, созданию провалов в местах выгрузки и наличия на поверхности острых режущих предметов. Мер по недопустимости самовозгорания отходов на полигоне не принято. Рабочая карта выгрузки не представлена. Ближайший водисточник - река Вирма, пирс для забора воды не оборудован, подъезда для забора воды нет.

Полагаю, что являясь собственником данного участка органы местного самоуправления Ловозерского района должны принять меры направленные на устранение нарушений законодательства.

Владимир ВОРОТНИКОВ,
председатель Комитета по обеспечению безопасности населения Мурманской области.

Открытое письмо работников 42 пожарной части по охране с. Ловозеро

Уважаемая «Ловозерская правда»!

А ведь не вся правда описана в статье «Строения не сгорели, люди не пострадали». Проще всего обвинить «в местечковых взаимоотношениях руководителей» человеку, облаченному в погоны, и непосредственно отвечающему в целом за оперативность работы пожарной охраны в районе. Лучше снять с себя ответственность и из-под тишка ударить - «позвонить вышестоящему начальству в Мурманск». Да и специалисту районной администрации, при «нормальном государственном и гражданском подходе», тоже проще, видимо, называть в пожарную охрану, а не принимать согласно своей должности меры по наведению порядка на полигоне твердых бытовых отходов, тем более, полигон взят в аренду у администрации и там должны быть предписаны меры и мероприятия по недопущению нарушений санитарных и противопожарных норм.

А мусор на полигоне горит ежегодно и нам приходится тратить немалые бюджетные средства на его тушение. Выезд одной пожарной машины с дежурным караулом стоит более 10 тысяч рублей. А если это затяжной пожар, то в разы больше. А стоимость пожарного оборудования сейчас просто зашкаливает. Один метр пожарного рукава стоит около 1000 рублей. А ведь при тушении мусора на полигоне 16 июля из-за разброшенных и неуплотненных отходов мы один рукав порезали об осколки битого стекла. А где уверенность, что при движении по полигону мы или наш автомобиль не провалится? Разметок движения нет, отходы не уплотняются.

В «Инструкции по проектированию, эксплуатации и рекультивации полигонов для твердых бытовых отходов», утвержденной Минстроем России 02.11.96, согласованной с Госкомсанэпиднадзором России

10.06.96 № 01-8/1711 указывается:

- не допускается беспорядочное складирование ТБО по всей площади полигона;
- выгруженные из машин ТБО складируются на рабочей карте и в соответствии с данной инструкцией. Промежуточная или окончательная изоляция уплотненного слоя ТБО осуществляется в летний период ежесуточно;
- уплотнение осуществляется 2-4 кратным проходом бульдозера по одному месту. Уплотненный слой ТБО изолируется слоем грунта 0,25 м;
- увлажнение ТБО летом необходимо осуществлять в пожароопасные периоды. В период сухой, жаркой погоды полигоны должны быть обеспечены средствами для увлажнения ТБО;
- въезд и проезд машин по территории полигона осуществляется по установленному на данный период маршрутам;
- на полигоне должны быть разработаны конкретные меры

по пожарной безопасности. Для выполнения повседневных работ, надзора за первичными средствами пожаротушения и организации тушения назначается ответственный за пожарную безопасность на полигоне;

- полигоны должны быть обеспечены первичными средствами пожаротушения. В периоды особой пожароопасности целесообразно дежурство поливомоечных машин;
- необходим запас песка для целей пожаротушения на территории хозяйственной зоны.

Назовите нам хоть один пункт из Инструкции, выполняемый владельцем или арендатором?

Так кто же виноват? Мы - пожарные 42 пожарной части, ежегодно тушащие мусор на этой свалке (по иному назвать нельзя) или администрация поселения, которая отдала полигон в аренду недобросовестному арендатору и не контролирующая пункты договора, в котором должно быть предписано, что арен-

датор обязан соблюдать требования санитарных и противопожарных норм при эксплуатации полигона. Или арендатор в лице В. Г. Володькина, категорически не выполняющий требования нормативных документов?

Назовите нам причину, почему мы должны тратить ежегодно бюджетные деньги для тушения контролируемой санкционированной свалки мусора на полигоне ТБО, на которой не выполняются требования по эксплуатации?

Не пора ли контролирующим органам посмотреть на это не только со стороны?

Хотелось, чтобы это письмо дошло до наших жителей, а то мы в их глазах после вашей статьи кажемся вымогателями и склочниками. Будьте смелее, ведь СМИ сегодня независимы. С уважением,

Коллектив 42 пожарной части по охране с. Ловозеро.
(всего 22 подписи).

ОФИЦИАЛЬНО

Ловозерская территориальная избирательная комиссия

РЕШЕНИЕ

23 июля 2014 года

с. Ловозеро

№ 70/424

О режиме работы Ловозерской территориальной избирательной комиссии и участковых избирательных комиссий в период подготовки и проведения выборов в единый день голосования 14 сентября 2014 года

Руководствуясь Постановлением Избирательной комиссии Мурманской области от 14 июля 2014 года № 141/728,

Ловозерская территориальная избирательная комиссия решила:

1. Установить для Ловозерской территориальной избирательной комиссии в период с 25 июля по 14 августа 2014 года следующий режим работы:

- в будние дни - в соответствии с установленным режимом работы с 9:00 до 18:00 часов;

- в выходные дни - с 10:00 до 17:00 часов.

2. Для проведения досрочного голосования, установить для Ловозерской ТИК в период с 3 по 9 сентября 2014 года следующий график работы:

- в будние дни - с 09:00 до 20:00 часов;

- в выходные дни - с 10:00 до 20:00 часов.

3. Установить участковым избирательным комиссиям для проведения досрочного голосования избирателей следующий график работы: 10-13 сентября - с 09:00 до 20:00 часов.

4. Установить Ловозерской территориальной избирательной комиссии в период проведения досрочного голосования избирателей в участковых изби-

рательных комиссиях следующий график работы: 10-13 сентября - с 09:00 до 21:00 часа.

5. Возложить контроль за исполнением настоящего решения на заместителя председателя Ловозерской территориальной избирательной комиссии Л. Н. Хлябича.

6. Опубликовать настоящее решение в общественно-политической газете «Ловозерская правда» и разместить на странице Ловозерской ТИК официального сайта администрации муниципального образования Ловозерский район.

Г. В. КРАВЧЕНКО,
председатель
Ловозерской ТИК;
Е. В. ИЛЮКОВИЧ,
секретарь Ловозерской ТИК.

ИЗБИРКОМ

Освобождены от обязанностей

Решением Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 года № 73/458 освобождена от обязанностей члена участковой избирательной комиссии с правом решающего голоса избирательного участка № 403 **Серая Елена Константиновна** на основании заявления о сложении полномочий.

Решением Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 года № 74/460 освобождена от обязанностей члена участковой избирательной комиссии с правом решающего голоса избирательного участка № 400 **Каблучко Людмила Фёдоровна** на основании заявления о сложении полномочий.

Регистрация кандидатов в депутаты

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/451:

Зарегистрировать **Белову Марию Сергеевну**, 1980 года рождения, образование высшее, управляющую дополнительным офисом № 3301 Мурманского регионального филиала ОАО «Российский сельскохозяйственный банк», давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 1.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/452:

Зарегистрировать **Беляеву Ольгу Александровну**, 1961 года рождения, образование высшее, педагога-психолога МБОУ «Ревдская средняя общеобразовательная школа им. В. С. Воронина», давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 4.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/453:

Зарегистрировать **Головина Ивана Альбертовича**, 1972 года рождения, образование среднее профессиональное, председателя некоммерческой организации территориально-соседская община КМНС «Самь-Сыйт», давшего согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 2.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/454:

Зарегистрировать **Давыдкину Людмилу Анатольевну**, 1970 года рождения, образование высшее, временно не работающую, давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 1.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/455:

Зарегистрировать **Дюсембаева Геннадия Канопьевича**, 1952 года рождения, образование высшее, генерального директора ООО «Жилищно Коммунальные Услуги», давшего согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 7.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/456:

Зарегистрировать **Крестова Павла Дмитриевича**, 1952 года рождения, образование высшее, адвоката Адвокатской палаты Мурманской области, адвокатский кабинет № 101, члена политической партии «Справедливая Россия», давшего со-

гласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 5.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 1 августа 2014 г. № 73/457:

Зарегистрировать **Пирогова Владимира Александровича**, 1979 года рождения, образование высшее профессиональное, мастера участка с. Ловозеро Государственного областного унитарного предприятия «Оленегорскводоканал», давшего согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 3.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/461:

Зарегистрировать **Алхимчикову Валентину Андреевну**, 1982 года рождения, проживающую в г. Мурманске, помощника депутата Мурманской областной Думы, члена политической партии ЛДПР, давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 3.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/462:

Зарегистрировать **Алхимчикову Валентину Андреевну**, 1982 года рождения, проживающую в г. Мурманске, помощника депутата Мурманской областной Думы, члена Политической партии ЛДПР, давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 3.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/463:

Зарегистрировать **Баракковского Михаила Юрьевича**, 1982 года рождения, проживающего в с. Ловозеро, Ловозерского района, Мурманской области, гражданина РФ, имеющего высшее профессиональное образование, работающего заведующим отделом «Туристско-информационный центр» МБУК «Ловозерский районный национальный культурный центр», выдвинувшегося в порядке самовыдвижения, кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 5.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/464:

Зарегистрировать **Белан Светлану Ивановну**, 1965 года рождения, образование высшее, врача-эндокринолога ООО «Александрия», давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 8.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/465:

Зарегистрировать **Вылегжанина Евгения Николаевича**, 1979 года рождения, проживающего в с. Ловозеро, Ловозерского района, Мурманской области, гражданина РФ, имеющего высшее профессиональное образование, работающего главным бухгалтером МБУ «Ловозерский Центр развития досуга и культуры», выдвинувшегося в порядке самовыдвижения, кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 2.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/466:

Зарегистрировать **Зажигину Ирину Рафаэловну**, 1988 года рождения, проживающую в г. Мурманске, специалиста депутатской группы (фракции) ЛДПР Мурманской областной Думы, члена политической партии ЛДПР, давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 1.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/467:

Зарегистрировать **Зажигину Ирину Рафаэловну**, 1988 года рождения, проживающую в г. Мурманске, специалиста депутатской группы (фракции) ЛДПР Мурманской областной Думы, члена политической партии ЛДПР, давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 1.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/468:

Зарегистрировать **Игонтову Анну Николаевну**, 1974 года рождения, проживающую в с. Ловозеро, Ловозерского района, Мурманской области, гражданку РФ, имеющую высшее профессиональное образование, работающую заведующей отдела ремесел МБУК «Ловозерский районный национальный культурный центр», выдвинувшуюся в порядке самовыдвижения, кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 2.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/469:

Зарегистрировать **Моисеева Александра Анатольевича**, 1982 года рождения, проживающего в п. Ревда, Ловозерского района, Мурманской области, гражданина РФ, имеющего высшее профессиональное образование, работающего генеральным директором ООО «Теплосетьсервис-Ревда», выдвинувшегося в порядке самовыдвижения, кандидатом в депутаты Совета депутатов город-

ского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 1.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/470:

Зарегистрировать **Сечко Наталью Григорьевну**, 1975 года рождения, проживающую в п. Ревда, Ловозерского района, Мурманской области, гражданку РФ, имеющую высшее профессиональное образование, работающую главным экономистом ООО «Теплосетьсервис-Ревда», выдвинувшуюся в порядке самовыдвижения, кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 8.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/471:

Зарегистрировать **Федосеева Евгения Анатольевича**, 1976 года рождения, образование высшее, заместителя генерального директора ООО «Управляющая компания «Высокий Плюс», депутата Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района второго созыва на непостоянной основе, давшего согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 10.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/472:

Зарегистрировать **Фомину Антонину Ивановну**, 1957 года рождения, образование среднее профессиональное, начальника цеха питания и торговли ООО «Ловозерский горно-обогатительный комбинат», давшую согласие на выдвижение кандидатом в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района третьего созыва по одномандатному избирательному округу № 5.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/473:

Зарегистрировать **Чупрову Юлию Викторовну**, 1976 года рождения, проживающую в с. Ловозеро, Ловозерского района, Мурманской области, гражданку РФ, имеющую высшее профессиональное образование, работающую воспитателем МБДОУ «Детский сад № 2», депутата Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района на непостоянной основе, выдвинувшуюся в порядке самовыдвижения, кандидатом в депутаты Совета депутатов сельского поселения Ловозеро Ловозерского района третьего созыва по двухмандатному избирательному округу № 2.

Выписка из РЕШЕНИЯ Ловозерской территориальной избирательной комиссии от 5 августа 2014 г. № 74/474:

Отказать в регистрации кандидату в депутаты Совета депутатов городского поселения Ревда Ловозерского района **Николаевой Софии Муратовне**.

@ - электронная почта или мера веса?

Знак «@», использующийся в наши дни при написании адреса электронной почты, служащий своеобразным разделителем между именем домена, на котором зарегистрирован электронный ящик, и именем пользователя, вовсе не был придуман специально для Интернета.

Знак этот использовался еще во времена Ренессанса - в XV-XVI веках. В испанском, португальском и французском языках этот символ традиционно означал арробу - меру веса, равную 12-13 кг. Затем знак перекочевал в накладки, где его использование помогало сокращать записи - это был скорописный вариант английского предлога «at» в значении «по». Его и углядел Рэй Томлинсон, исследователь американской компании BBN Technology, когда занимался разработкой почтовой программы, позволявшей передавать сообщения на удаленный компьютер. Так знак и стал символом электронной почты.

Официальное название @ - «коммерческое эт» - русскому уху кажется совершенно бессмысленным. Название должно быть таким, чтобы его хотелось запомнить и применять. В 1990-е годы, когда значок @ впервые пытались перевести на русский, существовало множество равноправных вариантов - «кракозябра», «закорючка», «лягушка», «ух» и другие. Правда, в настоящее время они практически исчезли, а «собака» распространилась по всему Рунету и осталась, потому что любой язык стремится иметь только одно универсальное слово для обозначения чего бы то ни было. Остальные названия остаются маргинальными, хотя их может быть очень много. Например, в английском языке символ @ называют не только словами commercial at, но и mercantile symbol, commercial symbol, scroll, arobase, each, about и т. д.

Откуда взялась ассоциация между главным компьютерным значком и другом человека? Для многих символ @ действительно напоминает свернувшуюся калачиком собаку. Существует гипотеза, что наш символ связан с очень старой компьютерной игрой-сражалкой Adventure. Поскольку игра была текстовая, сам игрок, стены лабиринта, монстры и клады обозначались различными символами (скажем, стены были постоены из «!», «+» и «>»). Игрока сопровождал пес, которого можно было посыпать с разведывательными миссиями. Обозначался он символом @.

В России пользователи чаще всего называют символ @ собакой, хотя в России этот знак называют также собачкой, лягушкой, плюшкой, ухом, бараном и даже кракозяброй. Пользователи Интернета в других странах нравятся самые разные названия для знака @. В Японии - «значок а», в Болгарии - «а обезьянье», в Голландии - «обезьяний хвост», в Финляндии - «кошкин хвост», во Франции - «улиточка», в Венгрии - «гусеничка», «червячок», «поросычий хвостик», в Израиле - «штрудель», в Китае - «мышонок». В Германии знак дословно называют «обезьяна с цепким хвостом», но немецкое слово Klammeraffe имеет также второе, переносное, значение: так называют пассажира на мотоцикле, сгорбившегося на втором сиденье за спиной водителя. В Швеции и Дании символ @ сравнивают с хоботом слона.

Мы должны слушать и слышать друг друга

(Окончание.
Начало на 2-й стр.)

для студента хорошая поддержка. Но дело в том, хочет ли народ говорить на родном языке? Есть ли в сельской школе учителя, которые говорят на саамском, коми языках? Чтобы обеспечить школу учителями по родному языку, нужно использовать систему социального заказа: нужен учитель-филолог, власть обучает и принимает у себя специалиста.

Член президиума по национальному образованию в школах, директор гимназии № 19 города Саранск, народный учитель Республики Мордовия Зинаида Акимовна поинтересовалась политической отделе образования в плане обучения родным языкам коренных народов Севера и, послушав информацию, сделала вывод, что в учебном плане оно не предусмотрено, что не ведется работа с родителями по развитию интереса к языку с младшего возраста. Директор рассказала, что в ее школе дети изучают 7 языков, каждый ребенок выбирает три языка и успешно изучает, можно найти в общем учебном плане и место для наших языков. За опытом она пригласила коллег в Мордовию, где недавно 3 тысячи детей приняли участие в конкурсе по культуре мордовского народа, проводятся и педагогические конкурсы.

Заместитель главы администрации района Нина Иванова рассказала, как в 70-х заговорили о развитии саамского языка, как местные филологи проработали большую работу по написанию учебников, методических пособий, книг на саамском, они и продолжают писать на созданной ими же письменности. Делалось все возможное, чтобы поддерживалась языковая среда на проводимых праздниках, встречах. Так получилось, что дети, занимаясь факультативно, хорошо зная рус-

ский язык, который стал уже родным, учили саамский, но без ожидаемого устойчивого интереса. Вначале занимались на факультативе 10-15 человек, потом оставались единицы. Да, можно ввести в учебный план саамский язык, но с каким настроением дети, в семьях которых уже не говорят на саамском и не видят смысла в изучении его, будут учить его, тогда как больше востребован тот же английский.

Член президиума по межнациональному сотрудничеству, исполнительный директор некоммерческой ассоциации «Поволжский центр культур финно-угорских народов», декан филологического факультета Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева, доктор филологических наук, профессор Юрий Мишанин в своем выступлении акцентировал внимание на том, что руководство Российской Федерации, особенно в последнее время принимает беспрецедентные меры по сохранению и развитию родных языков народов:

- Еще совсем недавно мы говорили о праве вузов принимать экзамены на родном языке. Я хочу выразить искреннюю благодарность Ассоциации финно-угорских народов, что они помогли узаконить наше предложение: в этом году мы впервые принимали вступительные экзамены у абитуриентов на родном языке. Просматривая информацию, я удивлен, что так много в области (целых восемь!) саамских организаций. Может быть, лучше объединиться в одну большую, а в регионах иметь филиалы? Отрадно, что в Мурманской области проживают почти 2 тысячи мордовского народа - почему бы ему не создать общественную организацию? Сообща проще решать проблемы, например, развития культуры.

С интересом слушали гости директора Ловозерского нацио-

нального культурного центра Татьяну Сечко, рассказавшую о своем учреждении с 1994 года, времени его открытия. Демонстрируемые слайды убедительно раскрывали направления работы центра в отделах этнокультурной деятельности саами и коми народов, культурно-массовой работы, декоративно-прикладных искусства, ремесел, в туристско-информационном центре, широкую сферу его культурных связей. Татьяна Викторовна рассказала, что с прошлого года появилась возможность принять на работу методиста по саамскому языку Валентину Анисимовну Кириллову. Были организованы курсы по изучению саамского языка для молодежи от 14 до 25 лет: занятия проходили два раза в неделю - все учились разговорному языку.

- Мы также работаем в международном проекте «Спасем детей», - рассказывала руководитель. - Наши дети участвовали в создании развивающей книжечки «Саамская раскраска»: дети рисовали, раскрашивали, сопровождали рисунки саамскими словами, есть замечательные стихи на саамском и русском. Мы уверены: саамский язык нужно изучать в рамках школьной программы.

Татьяна Викторовна подарила членам президиума и приглашенным «Саамскую раскраску», и Юрий Мишанин, рассматривая книжку, находил много родственного в языках саамского и мордовского народов - словом, одна языковая семья.

Член президиума по высшему образованию и изучению национальных языков в вузах, доктор педагогических наук, профессор Мордовского государственного педагогического института им. Евсеева Михаил Якунчев отметил устойчивое развитие Мурманского региона, а значит и возможность возрождения саамского языка, в изучении которого он не

увидел системы: по мнению Михаила Александровича, введение ребенка в языковую сферу должно начинаться с детского сада, далее продолжаться в начальной школе. В Мордовии есть программа «Светлячок» для детского сада, и в изучении саамского языка, и в изучении саамского языка тоже должны быть программы.

Директор Кольского саамского радио Валентина Совкина рассказала, что в настоящее время радио находится в состоянии стагнации:

- Мы не банкроты, но мы прекратили вещать: у нас нет работников. Мы готовы передать оборудование либо районной администрации, либо Национальному культурному центру. На Интернет-ресурсах мы ведем свои материалы. К сожалению, мы ни разу не слышали, что объявляются конкурсы, которые могли бы помочь нашему радио заработать. Что касается развития саамского языка, то у нас 270 носителей языка и им за 60. Сегодня не работает программа мотивации в изучении языка: даже когда собираемся, не все могут говорить. Если в начальной школе в неделю раньше было 4 урока саамского, теперь только факультатив. Насколько он нужен сегодня в жизни тем поколениям, для которых родным языком давно является русский?

Председатель президиума Петр Тултаев поинтересовался: кто мешает работать на родном языке, учиться ему?

- Вы учитесь говорить на саамском? Какую песню на саамском вы знаете? Спойте, пожалуйста. У вас 8 общественных организаций, и у нас такое предложение: прежде чем бороться за язык, надо учить каждый день хотя бы по 10 слов, надо не дробиться, а создать статусную общественную организацию. Проблем у каждого народа много, но проблемы финно-угров должны решаться в

России - правительствами от муниципального и регионального уровней до федерального, - сказал Петр Николаевич. - Сегодня правительство выделяет достаточно средств, ведь проблемы нашей страны: нам здесь жить и строить свою жизнь. Сегодня страдает и русский язык, культура, требующие всемерной поддержки, даже, может быть, больше, чем другие, а русский язык - это объединяющий, обогащающий фактор для наших народов, и мы должны помнить об этом. Все мы должны говорить, развиваться и делать все возможное для этого в пространстве единой страны - России.

Глава района Александр Шестак поблагодарил гостей за интересную встречу, за актуальные и порой неудобные, но правильные вопросы, разрешение которых поможет улучшению жизни народов.

- Мы подумаем, как нам пошагово двигаться. Я пока, не знаю что мы решим, но мы будем двигаться, - сказал глава района.

В свою очередь Петр Тултаев обещал, что президиум подготовит итоговый документ по заседанию, и все озвученные вопросы будут доведены до президента Владимира Путина.

В завершение встречи стороны, как говорится, обменялись памятными подарками - замечательно изданными книгами, альбомами, научной литературой. Теперь ловозерские читатели могут увидеть их на полках Ловозерской библиотеки-филиала № 1.

Во второй половине дня гости посетили Северный национальный колледж, Ловозерский краеведческий музей, работающий в статусе отдела истории, культуры и быта кольских саамов Мурманского областного музея.

Анна КУЗНЕЦОВА.

ТЕЛЕПРОГРАММА с 11 по 17 августа

ПОНЕДЕЛЬНИК, 11 августа

ОРТ

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости
09:15 Контрольная закупка
09:45 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20 Сегодня вечером (16+)
14:05 Добрый день
15:20 Т/с «Ясмин» (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:50 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
21:30 Т/с «Личная жизнь следователя Савельева» (16+)
23:30 Т/с «Викинг» (18+)
01:20, 03:05 X/ф «Добро пожаловать в Муспорт» (16+)

РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:00, 03:20 Порт-Артур. Мы вернулись (12+)
09:55 О самом главном
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 17:45, 19:35 Местное время
11:50, 14:50, 18:05 Вести. Дежурная часть
12:00 Т/с «Таины следствия» (12+)
13:00 Особый случай (12+)
15:00 Девчата (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с «Королева бандитов» (12+)
00:40 Аллергия. Реквием по жизни? (12+)
01:55 X/ф «Двенадцать стульев»

РЕН-ТВ

05:00 Следы (16+)

СТС

06:00, 13:00 Званый ужин (16+)
07:00, 12:00, 19:00 Информационная программа 112 (16+)
07:30, 20:00 Смотреть всем! (16+)
08:30, 12:30, 19:30, 23:00 Новости 24 (16+)
09:00 Военная тайна (16+)
11:00 Документальный спецпроект (16+)
14:00 Засуди меня (16+)
15:00 Семейные драмы (16+)
16:00 Не ври мне! (16+)
18:00 Верное средство (16+)
21:00, 03:00 Т/с «Боец» (16+)
23:30 Адская кухня-2 (16+)
01:00 X/ф «Закон зайца» (16+)

СТС

06:00 Мультфильмы
06:35 М/с «Пингвиненок Пороро» (6+)
06:55 М/с «Смешарики»
07:30 М/с «Том и Джерри. Детские годы» (6+)
08:00 Осторожно, Дети! (16+)
08:30, 09:50, 13:30, 18:30 Т/с «Воронины» (16+)
09:30, 23:35, 01:00 6 кадров (16+)
11:20 X/ф «Тор» (16+)
14:00 Т/с «Восьмидесятые» (16+)
15:00 Шоу «Уральских пельменей» (16+)
17:00 Т/с «Последний из Магикян» (16+)
18:00, 21:00 Т/с «Кухня» (16+)
22:00 X/ф «Джунгли» (16+)
00:30 Большой вопрос (16+)
01:45 X/ф «Флаббер-попрыгунчик» (16+)
03:30 X/ф «Вселяющие страхи» (16+)
05:35 Музыка на СТС (16+)

НТВ

06:00 НТВ утроем

ТВ3

08:10 Спасатели (16+)
08:35 До суда (16+)
09:35, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
11:55 Суд присяжных (16+)
13:20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Прокурорская проверка (16+)
15:35, 18:35 Обзор. Чрезвычайное происшествие
16:30 Т/с «Москва. Три вокзала - 7» (16+)
19:55 Т/с «Брат за брата» (16+)
21:50 Т/с «Ментовские войны» (16+)
23:35 Сегодня. Итоги
00:00 Т/с «Глухарь. Возвращение» (16+)
02:00 Главная дорога (16+)
02:35 Дикий мир (0+)

ТВ3

06:00 Любимые мультфильмы (0+)
09:00 Далеко и еще дальше (12+)
10:00 Д/с «Параллельный мир» (12+)
11:30 Т/с «Аврора» (12+)
13:30, 18:00, 00:45 X-версии. Другие новости (12+)
14:00 Охотники за привидениями (16+)
15:00 Мистические истории (16+)
16:00 Т/с «Гадалка» (12+)
18:30 Т/с «Пятая стража»
19:30 Т/с «Касл» (12+)
21:15 Т/с «Секретные материалы» (16+)
23:00 X/ф «Разборка в Маленьком Токио» (16+)
01:15 X/ф «Голливудские менты» (12+)
02:30 X/ф «Деньги решают все» (12+)

ТВЦ

06:00 Настроение
08:10 X/ф «Меня это не касается» (12+)
10:00 Детективы Татьяны Устиновой. «Пороки и их поклонники»
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 00:00 События
11:50 Пороки и их поклонники
14:50, 19:30 Город новостей
15:10, 21:45, 01:15 Петровка, 38 (16+)
15:25 Д/ф «Братья Нетто. История одной разлуки» (12+)
16:15, 17:50 X/ф «Инспектор Линли» (16+)
18:25 Право голоса (16+)
19:45 Т/с «Счастливый билет» (16+)
22:30 Ракетноосцы. Поход за угол (12+)
23:05 Без обмана (16+)
00:20 Футбольный центр
00:45 Мозговой штурм (12+)
01:35 X/ф «Вера» (16+)
03:20 X/ф «Время счастья» (16+)

РОССИЯ 2

04:30 X/ф «Котовский» (16+)
06:00, 08:50 Т/с «Такси» (16+)
07:00 Панорама дня. LIVE
09:50, 23:05 Эволюция
12:00, 17:00, 22:45 Большой спорт
12:20 X/ф «Охотники за караванами» (16+)
15:55, 01:20 24 кадра (16+)
16:25, 01:50 Наука на колесах
17:20 Профессиональный бокс
19:10 X/ф «Три дня лейтенанта Кравцова» (16+)
02:15 Угрозы современного мира

КУЛЬТУРА

07:00 Евроньюс
10:00, 15:00, 19:00, 23:00 Новости культуры
10:20 X/ф «Молодая гвардия»
13:05 Д/ф «Танец воинов племени водабае»
14:05 Линия жизни
15:10 Спектакль «На всякого мудреца довольно простоты»
18:05 Звезды нового поколения. Готье Капюсон
19:15 Острова. Валентина Теличкина
19:55 Восемь вечеров с Вениамином Смеховым. «Я пришел к Вам со стихами... Андрей Вознесенский и Владимир Высоцкий»
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Олег Табаков. В поисках радости
22:30 Д/с «Бабий век»
23:20 Д/с «Счастливые люди. Весна»
00:15 X/ф «Американская трагедия. Приятное общество»
01:25 Мировые сокровища культуры
01:40 X/ф «Зовите повитуху. Глава 1»
02:35 П.И.Чайковский. Увертюра «Ромео и Джульетта»

ПЕРЕЦ

06:00 Веселые истории из жизни (16+)
06:10 X/ф «Серебряный самурай» (16+)
08:10 Вот это вещь! (16+)
08:30 Улетные животные (16+)
09:30 Т/с «Дальнотбойщица» (16+)
11:30, 23:00 Т/с «Солдаты» (16+)

14:30, 18:30, 20:30 Дорожные войны (16+)
15:30 Есть тема! (16+)
16:30 Вне закона (16+)
19:00, 00:00 Улетное видео (16+)
22:00 КВН. Играют все (16+)
00:30 Т/с «Дневники Красной туфельки» (18+)
01:00 Удачная ночь (16+)
01:30 X/ф «Кикбоксер-2: дорога назад» (16+)

МИР

05:25 С миром по нитке (12+)
06:00 180 минут на завтрак (12+)
09:15 Т/с «Призвание» (16+)
10:50, 00:45 X/ф «Никто не замечит тебя» (12+)
12:00 Д/с «В мире каменных джунглей» (16+)
13:00, 16:00, 19:00 Новости (16+)
13:20 Т/с «Я - сыщик» (16+)
14:55 Д/ф «Забывшая война» (12+)
16:20, 23:30 Слово за слово
17:10 Т/с «Жизнь, которой не было» (16+)
19:20, 03:20 Т/с «Последний секрет Мастера» (16+)
21:55 X/ф «Часовщик» (16+)
00:20 Общий интерес
01:55 Т/с «Спальный район»

ПЯТЫЙ

06:00, 10:00, 12:00, 15:30, 18:30, 22:00 Сейчас (16+)
06:10 Утро на 5" (6+)
09:30 Место происшествия (16+)
10:30 X/ф «Фанат» (16+)
12:30, 16:00 Т/с «Морской патруль» (12+)
19:00, 00:15 Т/с «Детективы» (16+)
20:30, 22:25 Т/с «След» (16+)
23:20 Момент истины с А.Карауловым (16+)
04:00 X/ф «Чтобы выжить» (16+)

ВТОРНИК, 12 августа

ОРТ

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:15, 04:10 Контрольная закупка
09:45 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20, 21:30 Т/с "Личная жизнь следователя Савельева" (16+)
14:20 Добрый день
15:20 Т/с "Ясмин" (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:50 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:30 Т/с "Викинг" (18+)
01:20, 03:05 X/ф "Опасный метод" (16+)
03:15 В наше время (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:00, 03:05 Порт-Артур. Мы вернулись (12+)
09:55 О самом главном
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 17:45, 19:35 Местное время
11:50, 14:50, 18:05 Вести. Дежурная часть
12:00 Т/с "Тайны следствия" (12+)
13:00 Особый случай (12+)
15:00 Девчата (12+)
16:00 Т/с "Пока станица спит" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с "Королева бандитов" (12+)
00:40 Черные мифы о Руси. От Ивана Грозного до наших дней (12+)
01:45 X/ф "Двенадцать стульев"
04:00 Комната смеха

РЕН РЕН-ТВ

05:00 Следы (16+)

06:00, 13:00 Званый ужин (16+)
07:00, 12:00, 19:00 Информационная программа 112 (16+)
07:30, 20:00 Смотреть всем! (16+)
08:30, 12:30, 19:30, 23:00 Новости 24 (16+)
09:00 Территория заблуждений (16+)
11:00 Документальный спецпроект (16+)
14:00 Засуди меня (16+)
15:00 Семейные драмы (16+)
16:00 Не ври мне! (16+)
18:00 Верное средство (16+)
21:00, 03:00 Т/с "Боец" (16+)
23:30 Адская кухня-2 (16+)
01:00 X/ф "Перстень на следнике династии" (16+)

СТС

06:00 Мультфильмы
06:35 М/с "Пингвиненок Пороро" (6+)
06:55 М/с "Смешарики"
07:30 М/с "Том и Джерри. Детские годы" (6+)
08:00, 09:55, 13:30, 18:30 Т/с "Воронины" (16+)
09:30, 23:35 6 кадров (16+)
10:25, 17:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
11:25, 14:00 Т/с "Восьмидесятые" (16+)
11:55 X/ф "Джунгли" (16+)
15:00 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
18:00, 21:00 Т/с "Кухня" (16+)
22:00 X/ф "Остров везения"
00:30 Большой вопрос (16+)
01:00 X/ф "Вселяющие страхи"
03:05 Т/с "Два короля" (16+)
03:30 X/ф "Морпехи" (16+)
05:45 Музыка на СТС (16+)

НТВ НТВ

06:00 НТВ утром
08:10 Спасатели (16+)
08:35 До суда (16+)

09:35, 10:20 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
11:55 Суд присяжных (16+)
13:20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Прокурорская проверка (16+)
15:35, 18:35 Обзор. Чрезвычайное происшествие
16:30 Т/с "Москва. Три вокзала - 7" (16+)
19:45 Т/с "Брат за брата" (16+)
21:35, 00:40 Т/с "Ментовские войны" (16+)
22:30 Футбол. Суперкубок УЕФА. "Реал Мадрид"
01:40 Т/с "Глухарь. Возвращение" (16+)
02:40 Квартирный вопрос (0+)
03:45 Т/с "Холм одного дерева" (12+)
05:15 Т/с "Три звезды" (16+)

ТВЗ

05:15 Д/с "10 способов" (12+)
06:00 Отечественные мультфильмы (0+)
09:00 Далеко и еще дальше (12+)
10:00 Д/с "Параллельный мир" (12+)
11:30 Т/с "Аврора" (12+)
13:30, 18:00, 00:45 X-версии. Другие новости (12+)
14:00 Охотники за привидениями (16+)
15:00 Мистические истории (16+)
16:00 Т/с "Гадалка" (12+)
18:30 Т/с "Пятая стража" (16+)
19:30 Т/с "Касл" (16+)
21:15 Т/с "Секретные материалы" (16+)
23:00 X/ф "Колония" (12+)
01:15 X/ф "Путешествие выпускников" (16+)
03:00 X/ф "Лак для волос" (12+)

ТВЦ

06:00 Настроение

08:10 X/ф "Квартет Гварнери" (6+)
10:05 Д/ф "Татьяна Дорони-на. Легенда вопреки" (12+)
10:55 Доктор И... (16+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 00:00 События
11:50 Т/с "В поисках капитана Гранта"
14:50, 19:30 Город новостей
15:10, 21:45 Петровка, 38 (16+)
15:25 Без обмана. "Вечная свежесть. Реанимация" (16+)
16:10, 17:50 X/ф "Инспектор Линли" (16+)
18:25 Право голоса (16+)
19:45 Т/с "Счастливый билет" (16+)
22:30 Осторожно, мошенники! (16+)
23:05 Без обмана. "Вечная свежесть. Консерванты" (16+)
00:20 X/ф "Меня это не касается" (12+)
02:10 Т/с "Исцеление любовью" (12+)
03:10 Д/ф "Адреналин" (16+)
04:40 Ракетноосцы. Поход за углем (12+)

РОССИЯ 2 РОССИЯ 2

04:35 X/ф "Котовский" (16+)
06:05, 08:50 Т/с "Такси" (16+)
07:00 Панорама дня. LIVE
09:45, 23:30 Эволюция
11:35, 16:05, 23:10 Большой спорт
12:00 Легкая атлетика. Чемпионат Европы
16:25 X/ф "Агент" (16+)
19:55 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Финалы
01:25, 04:10 Моя рыбалка
01:50 Диалоги о рыбалке
02:20 Язь против еды
02:45 24 кадра (16+)
03:15 Наука на колесах
03:40 Рейтинг Баженова (16+)

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

06:30 Евроньюс

10:00, 15:00, 19:00, 23:00 Новости культуры
10:20 X/ф "Человек с золотой рукой"
12:25 Уроки рисования с Сергеем Андрияком
12:55 Д/с "Великие строения древности"
13:45 X/ф "Американская трагедия. Приятное общество"
14:50 Д/ф "Христиан Гюйгенс"
15:10 Театральный фестиваль телеканала "Культура". Театр-студия под руководством О. Табакова. Евдокия Германова, Олег Табаков, Андрей Смоляков в спектакле "На дне" в постановке Адольфа Шапиро
17:55 Звезды нового поколения. Квартет "Эбен"
19:15 Больше, чем любовь. Зиновий Гердт и Татьяна Правдина
19:55 Большая семья. Наталья Касаткина и Владимир Василев. Ведущие Юрий Стоянов и Александр Карлов
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Олег Табаков. В поисках радости. Театральная повесть в пяти вечерах
22:30 Д/с "Бабий век"
23:20 Д/с "Счастливые люди. Лето"
00:15 X/ф "Американская трагедия. Иллюзии"
01:30 Музыкальный момент
01:40 X/ф "Зовите повитуху. Глава 2"

ПЕРЕКРЕСТ

06:00 Веселые истории из жизни (16+)
06:15 X/ф "Последняя реликвия" (16+)
08:10 Вот это вещь! (16+)
08:30 Улетные животные (16+)
09:30 Т/с "Дальнобойщики" (16+)
11:30, 23:00 Т/с "Солдаты" (16+)
14:30, 18:30, 20:30 Дорожные войны (16+)

15:30 Есть тема! Как я провел лето (16+)
16:30 Вне закона (16+)
19:00, 00:00 Улетное видео (16+)
22:00 КВН. Играют все (16+)
00:30 Т/с "Дневники Красной туфельки" (18+)
01:00 Удачная ночь (16+)
01:30 X/ф "Кикбоксер-3: искусство войны" (16+)
03:30 Короли нокаут (16+)
04:00 Любимые мультфильмы (0+)

МИР

06:00 180 минут на завтрак (12+)
09:15 Т/с "Призвание" (16+)
10:50, 00:20 X/ф "Миллионы Ферфакса" (12+)
12:30 Д/с "Сделано в СССР" (12+)
13:00, 16:00, 19:00 Новости (16+)
13:20 Т/с "Частный детектив" (16+)
14:55 Д/ф "Забывшая война" (12+)
16:20, 23:30 Слово за слово
17:10 Т/с "Жизнь, которой не было" (16+)
19:20, 03:15 Т/с "Последний секрет Мастера" (16+)
21:55 Атомный Иван (16+)
01:50 Т/с "Спальный район" (16+)

5 ПЯТЫЙ

06:00, 10:00, 12:00, 18:30, 22:00 Сейчас (16+)
06:10 Утро на "5" (6+)
09:30 Место происшествия (16+)
10:30, 12:30 X/ф "Даурия" (12+)
14:10 X/ф "Взять живым" (12+)
19:00 Т/с "Детективы" (16+)
20:30, 22:25 Т/с "След" (16+)
00:00 X/ф "Еще раз про любовь" (12+)
01:50 X/ф "Взять живым" (12+)

СРЕДА, 13 августа

ОРТ

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:15, 04:10 Контрольная закупка
09:45 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20, 21:30 Т/с "Личная жизнь следователя Савельева" (16+)
14:20 Добрый день
15:20 Т/с "Ясмин" (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:50 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:30 Т/с "Викинг" (18+)
01:20, 03:05 X/ф "Пока ты спал" (12+)
03:15 В наше время (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:00 Генерал звездных войн
09:55 О самом главном
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 17:45, 19:35 Местное время
11:50, 14:50, 18:05 Вести. Дежурная часть
12:00 Т/с "Тайны следствия" (12+)
13:00 Особый случай (12+)
15:00 Девчата (12+)
16:00 Т/с "Пока станица спит" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с "Королева бандитов" (12+)
00:40 Душа. Путешествие в посмертие
01:45 X/ф "Двенадцать стульев" (16+)
03:25 Честный детектив (16+)
04:00 Комната смеха

РЕН РЕН-ТВ

05:00 Следы (16+)
06:00 Званый ужин (16+)
07:00, 12:00, 19:00 Информационная программа 112 (16+)
07:30, 20:00 Смотреть всем! (16+)
08:30, 12:30, 19:30, 23:00 Новости 24 (16+)
09:00 Территория заблуждений (16+)
11:00 Документальный спецпроект (16+)
13:00 Званый ужин (16+)
14:00 Засуди меня (16+)
15:00 Семейные драмы (16+)
16:00 Не ври мне! (16+)

18:00 Верное средство (16+)
20:30, 01:00 X/ф "Бой с тенью" (16+)
23:30 Адская кухня-2 (16+)
03:30 X/ф "Шиза" (16+)

СТС

06:00 Мультфильмы
06:35 М/с "Пингвиненок Пороро" (6+)
06:55 М/с "Смешарики"
07:30 М/с "Том и Джерри. Тома и Джерри" (6+)
08:00 Осторожно. Дети! (16+)
08:30, 09:55 Т/с "Воронины" (16+)
09:30, 13:30, 23:35 6 кадров (16+)
10:25, 17:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
11:25, 14:05 Т/с "Восьмидесятые" (16+)
11:55 X/ф "Остров везения" (16+)
15:05 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
18:00 Т/с "Воронины" (16+)
21:00 Т/с "Кухня" (16+)
22:00 X/ф "Лёгкое на помине" (16+)
00:30 Большой вопрос (16+)
01:05 X/ф "Морпехи" (16+)
03:20 Т/с "Два короля" (16+)
03:45 X/ф "Уличный боец. Последняя битва" (16+)
05:40 Музыка на СТС (16+)

НТВ НТВ

06:00 НТВ утром
08:10 Спасатели (16+)
08:35 До суда (16+)
09:35, 10:20 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
11:55 Суд присяжных (16+)
13:20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Прокурорская проверка (16+)
15:35, 18:35 Обзор. Чрезвычайное происшествие
16:30 Т/с "Москва. Три вокзала - 7" (16+)
19:45 Т/с "Брат за брата" (16+)
21:50 Т/с "Ментовские войны" (16+)
23:35 Сегодня. Итоги
00:00 Т/с "Глухарь. Возвращение" (16+)
02:00 Дачный ответ (0+)
03:05 Т/с "Двое с пистолетами"
05:00 Т/с "Три звезды" (16+)

ТВЗ

05:15 Д/с "10 способов" (12+)
06:00 Отечественные мультфильмы (0+)

09:00 Далеко и еще дальше (12+)
10:00 Д/с "Параллельный мир" (12+)
11:30 Т/с "Аврора" (12+)
13:30, 18:00, 00:45 X-версии. Другие новости (12+)
14:00 Охотники за привидениями (16+)
15:00 Мистические истории (16+)
16:00 Т/с "Гадалка" (12+)
18:30 Т/с "Пятая стража" (16+)
19:30 Т/с "Касл" (16+)
21:15 Т/с "Секретные материалы" (16+)
23:00 X/ф "День апокалипсиса" (16+)
01:15 X/ф "Мы - одна команда" (16+)
04:00 X/ф "Путешествие выпускников" (16+)

ТВЦ

06:00 Настроение
08:15 X/ф "Подвиг разведчика"
10:05 Д/ф "Изношенное сердце Александра Демьяненко" (12+)
10:55 Доктор И... (16+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 00:00 События
11:50 Т/с "В поисках капитана Гранта"
14:50, 19:30 Город новостей
15:10, 21:45 Петровка, 38 (16+)
15:25 Без обмана. "Вечная свежесть. Консерванты" (16+)
16:10, 17:50 X/ф "Инспектор Линли" (16+)
18:20 Право голоса (16+)
19:45 Т/с "Счастливый билет" (16+)
22:30 Линия защиты (16+)
23:05 Хроники московского быта. Рюмка от генсека (12+)
00:20 X/ф "Синдром шахматиста" (16+)
03:55 Осторожно, мошенники! (16+)
04:25 Д/ф "Секретный космос"
05:20 Т/с "Дикие тропы" (12+)

РОССИЯ 2 РОССИЯ 2

04:35 X/ф "Котовский" (16+)
06:05, 08:50 Т/с "Такси" (16+)
07:00 Панорама дня. LIVE
09:45, 00:15 Эволюция
10:50, 15:00, 23:55 Большой спорт
11:15 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Ходьба 20 км. Мужчины
12:50 Легкая атлетика. Чемпионат Европы
15:20 Трон
15:50 Большой скачок

16:20 X/ф "Агент" (16+)
19:50 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Финалы
01:25 Полигон
02:45 Рейтинг Баженова (16+)
04:10 Моя рыбалка

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

06:30 Евроньюс
10:00, 15:00, 19:00, 23:00 Новости культуры
10:20 X/ф "Странная любовь Марты Айверс"
12:25 Уроки рисования с Сергеем Андрияком
12:55 Д/с "Великие строения древности"
13:45 X/ф "Американская трагедия. Иллюзии"
15:10 Театральный фестиваль телеканала "Культура". Театр-студия под руководством О. Табакова. Виталий Егоров, Ярослав Бойко, Марина Зудина, Алла Покровская в спектакле "Идиот" в постановке Александра Мари-на
18:00 Звезды нового поколения. Вероника Джиоева
19:15 Д/ф "Тайный советник Королева"
19:55 Вечер Юлия Кима в Доме актера
20:35 Мировые сокровища культуры
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Олег Табаков. В поисках радости. Театральная повесть в пяти вечерах
22:30 Д/с "Бабий век"
23:20 Д/с "Счастливые люди. Осень"
00:15 X/ф "Американская трагедия. Страсти"
01:30 Концерт "Аранхуэс"
01:55 X/ф "Зовите повитуху. Глава 2"

ПЕРЕКРЕСТ

06:00 Веселые истории из жизни (16+)
06:40 X/ф "Хлеб, золото, наган" (16+)
08:10 Вот это вещь! (16+)
08:30 Улетные животные (16+)
09:30 Т/с "Дальнобойщики" (16+)
11:30, 23:00 Т/с "Солдаты" (16+)
14:30, 18:30, 20:30 Дорожные войны (16+)
15:30 Есть тема! Бухло - зло (16+)
16:30 Вне закона (16+)
19:00, 00:00 Улетное видео (16+)
22:00 КВН. Играют все (16+)
00:30 Т/с "Дневники Красной туфельки" (18+)
01:00 Удачная ночь (16+)

01:30 X/ф "Последняя реликвия" (16+)
03:30 Короли нокаут (16+)
04:00 Любимые мультфильмы (0+)

МИР

06:00 180 минут на завтрак (12+)
09:15 Т/с "Призвание" (16+)
10:55, 00:10 X/ф "Личное дело судьи Ивановой" (16+)
12:20 Любимые актеры (12+)
13:00, 16:00, 19:00 Новости (16+)
13:20 Т/с "Частный детектив" (16+)
14:55 Д/с "Тайные знаки" (16+)
16:20, 23:20 Слово за слово
17:10 Т/с "Жизнь, которой не было" (16+)
19:20, 03:00 Т/с "Последний секрет Мастера" (16+)

21:55 X/ф "Мечтать не вредно" (16+)
01:35 Т/с "Спальный район" (16+)

5 ПЯТЫЙ

06:00, 12:00, 18:30 Сейчас (16+)
06:10 Утро на "5" (6+)
09:30 Место происшествия (16+)
10:00 Сейчас (16+)
10:30 X/ф "Мерседес" уходит от погони" (12+)
12:30 X/ф "Ошибка резидента" (12+)
15:00 X/ф "Судьба резидента" (12+)
19:00 Т/с "Детективы" (16+)
20:30, 22:25 Т/с "След" (16+)
22:00 Сейчас (16+)
00:00 X/ф "Время желаний" (12+)
01:55 X/ф "Еще раз про любовь" (12+)
03:20 X/ф "Даурия" (12+)

●

СОЦПОДДЕРЖКА

Ежемесячная денежная выплата

С 2013 года в Мурманской области предоставляется новый вид социальной поддержки - ежемесячная денежная выплата нуждающимся в поддержке семьям при рождении третьего или последующих детей после 31 декабря 2012 года и до достижения ребенком возраста трех лет.

Размер ежемесячной денежной выплаты в 2014 году на ребенка составляет 10777 рублей. Для определения права семьи на данный вид поддержки величина дохода на одного члена семьи установлена в размере 29330 рублей.

По информации отдела ЗАГС с 1 января 2013 года в Ловозерском районе родилось 44 ребенка из числа третьих и последующих. За этот период в Ловозерское подразделение Центра социальной поддержки населения за предоставлением ежемесячной денежной выплаты при рождении третьего и последующих детей обратились 37 семей, в которых родились 38 детей. Общая сумма денежной выплаты семьям за 2013 год и первое полугодие 2014 года составила - 3 млн 503 тыс. рублей.

Лариса НАЛИВАЙКО,
начальник отдела
Центра социальной поддержки населения.

ЧЕТВЕРГ, 14 августа

ОРТ

05:00 Доброе утро
09:00 Новости
09:15 Контрольная закупка
09:45 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:00 Новости
12:20, 21:30 Т/с "Личная жизнь следователя Савельева" (16+)
14:20 Добрый день
15:00 Новости
15:20 Т/с "Ясмин" (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:00 Новости
18:50 Давай поженимся! (16+)
19:50 Пусть говорят (16+)
21:00 Время
23:30 Т/с "Викинги" (18+)
01:25, 03:05 X/ф "Уолл-стрит" (16+)
03:00 Новости
03:50 В наше время (12+)

РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:00 Запрещённая история
09:55 О самом главном
11:00 Вести
11:30 Местное время
11:50, 14:50, 18:05 Вести. Дежурная часть
12:00 Т/с "Тайны следствия" (12+)
13:00 Особый случай (12+)
14:00 Вести
14:30 Местное время
15:00 Девчата (12+)
16:00 Т/с "Пока станица спит" (12+)
17:00 Вести
17:45 Местное время
18:15 Прямой эфир (12+)
19:35 Местное время
20:00 Вести
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Т/с "Королева бандитов" (12+)
00:40 Страшный суд (12+)
01:50 X/ф "Двенадцать стульев"
03:30 Запрещённая история
04:25 Комната смеха

РЕН-ТВ

05:00 Смотреть всем! (16+)

05:30 Следы (16+)
06:00, 13:00 Званный ужин (16+)
07:00, 12:00, 19:00 Информационная программа 112 (16+)
07:30 Смотреть всем (16+)
08:30, 12:30, 19:30, 23:00 Новости 24 (16+)
09:00 Вам и не снилось (16+)
14:00 Засуди меня (16+)
15:00 Семейные драмы (16+)
16:00 Не ври мне! (16+)
18:00 Верное средство (16+)
20:00 Смотреть всем! (16+)
20:30, 01:00 X/ф "Бой с тенью 2: Реванш" (16+)
23:30 Адская кухня-2 (16+)
03:30 Чистая работа (12+)
04:30 X/ф "Суперменеджер, или Мотыга судьбы" (16+)

СТС

06:00 Мультфильмы
06:35 М/с "Пингвинёнок Пороро" (6+)
06:55 М/с "Смешарики"
07:30 М/с "Приключения Тома и Джерри" (6+)
08:00 Осторожно. Дети! (16+)
08:30, 09:55, 13:30, 18:00 Т/с "Воронины" (16+)
09:30, 14:00, 00:00 6 кадров (16+)
10:25, 17:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
11:25, 14:05 Т/с "Восьмидесятые" (16+)
11:55 X/ф "Лёгко на помине" (16+)
15:05 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
21:00 Т/с "Кухня" (16+)
22:00 X/ф "Шесть дней, семь ночей" (16+)
00:30 Большой вопрос (16+)
01:05 X/ф "Уличный боец. Последняя битва" (16+)
03:00 X/ф "Хранители" (16+)

НТВ

06:00 НТВ утром
08:10 Спасатели (16+)
08:35 До суда (16+)

09:35, 10:20 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+)
10:00 Сегодня
11:55 Суд присяжных (16+)
13:00 Сегодня
13:20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Прокурорская проверка (16+)
15:35, 18:35 Обзор. Чрезвычайное происшествие
16:00 Сегодня
16:30 Т/с "Москва. Три вокзала - 7" (16+)
19:00 Сегодня
19:55 Т/с "Брат за брата" (16+)
21:50 Т/с "Ментовские войны" (16+)
23:35 Сегодня. Итоги
00:00 Т/с "Глухарь. Возвращение" (16+)
03:00 Дикий мир (0+)
03:10 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)
05:00 Т/с "Три звезды" (16+)

ТВЗ

05:45 Отечественные мультфильмы (0+)
09:00 Далеко и еще дальше (12+)
10:00 Д/с "Параллельный мир" (12+)
11:30 Т/с "Аврора" (12+)
13:30, 18:00, 00:45 X-версии. Другие новости (12+)
14:00 Охотники за привидениями (16+)
15:00 Мистические истории (16+)
16:00 Т/с "Гадалка" (12+)
18:30 Т/с "Пятая стража" (16+)
19:30 Т/с "Касл" (16+)
21:15 Т/с "Секретные материалы" (16+)
23:00 X/ф "Зловещее предупреждение" (18+)
01:15 X/ф "День апокалипсиса" (16+)
03:00 X/ф "Мы - одна команда" (16+)

ТВЦ

06:00 Настроение
08:15 X/ф "Русский сувенир" (12+)
10:20 Тайны нашего кино. "Неуловимые мстители" (12+)

10:55 Доктор И... (16+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 00:00 События
11:50 Т/с "В поисках капитана Гранта"
14:50, 19:30 Город новостей
15:10, 21:45 Петровка, 38 (16+)
15:25 Хроники московского быта. Рюмка от генсека (12+)
16:15, 17:50 X/ф "Инспектор Линли" (16+)
18:25 Право голоса (16+)
19:45 Т/с "Счастливый билет" (16+)
22:30 Истории спасения (16+)
23:05 Д/ф "Великая война" (12+)
00:20 X/ф "Ругантино" (16+)
02:35 Т/с "Исцеление любовью" (12+)
03:30 Д/ф "Братья Нетто. История одной разлуки" (12+)
04:20 Д/ф "Дело судей" (12+)
05:15 Т/с "Дикими тропами" (12+)

РОССИЯ 2

04:40 X/ф "Котовский" (16+)
06:05, 08:50 Т/с "Такси" (16+)
07:00 Панорама дня. LIVE
09:45, 00:15 Эволюция
10:40, 14:45, 23:55 Большой спорт
11:05 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Ходьба 20 км. Женщины
12:45 Легкая атлетика. Чемпионат Европы
15:05, 03:10 Полигон
16:15 X/ф "Агент" (16+)
19:55 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Финалы
01:15 Рейтинг Баженова (16+)
02:45 Трон

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

06:30 Евроньюс
10:00, 15:00, 19:00, 23:00 Новости культуры
10:20 X/ф "Мой дорогой секретарь"
11:55 Д/ф "Мелодия души. Сергей Слонимский"

12:25 Уроки рисования с Сергеем Андрияком
12:55 Д/ф "Загадки мумии Нефертити"
13:45 X/ф "Американская трагедия. Страсти"
15:10 Театральный фестиваль телеканала "Культура". Театр-студия под руководством О. Табакова. Ольга Яковлева, Евгений Киндинов, Андрей Смоляков в спектакле "Последние" в постановке Адольфа Шапи-ро
17:45 Мировые сокровища культуры
18:00 Звезды нового поколения. Евгений Кисин
19:15 Д/ф "Ирина Мазуркевич. От Мозыря до Парижа"
19:55 Д/ф "Silentium"
20:50 Спокойной ночи, малыши!
21:00 Олег Табаков. В поисках радости. Театральная повесть в пяти вечерах
22:30 Д/с "Бабий век"
23:20 Д/с "Счастливые люди. Зима"
00:15 X/ф "Американская трагедия. Суд"
01:30 Н.Метнер. "Романтическая соната"
01:55 X/ф "Зовите повитуху. Глава 2"

ПЕРЕК

06:00 Веселые истории из жизни (16+)
06:20 X/ф "Отец "У погибшего альпиниста" (16+)
08:10 Вот это вещь! (16+)
08:30 Улетные животные (16+)
09:30 Т/с "Дальнотбойщи-ки" (16+)
11:30, 23:00 Т/с "Солдаты" (16+)
14:30, 18:30, 20:30 Дорожные войны (16+)
15:30 Есть тема! Шальные деньги (16+)
16:30 Вне закона (16+)
19:00, 00:00 Улетное видео (16+)
22:00 КВН. Играл все (16+)
00:30 Т/с "Дневники Красной туфельки" (18+)

01:00 Удачная ночь (16+)
01:30 X/ф "Отец "У погибшего альпиниста" (16+)
03:15 Веселые истории из жизни (16+)
03:30 Короли нокаута (16+)
04:00 Любимые мультфильмы (0+)

МИР

06:00 180 минут на завтрак (12+)
09:15 Т/с "Призвание" (16+)
10:50 X/ф "Найти и обезвредить" (12+)
12:30 Диаспоры (16+)
13:00 Новости (16+)
13:20 Т/с "Частный детектив" (16+)
14:55 Д/с "Тайные знаки" (16+)
16:00 Новости (16+)
16:20 Слово за слово
17:10 Т/с "Жизнь, которой не было" (16+)
19:00 Новости (16+)
19:20 Т/с "Последний секрет Мастера" (16+)
21:55 X/ф "Украсть Бельмондо" (12+)
23:55 Слово за слово
00:45 X/ф "Найти и обезвредить" (12+)
02:20 Т/с "Спальный район" (16+)
03:20 Т/с "Последний секрет Мастера" (16+)

ПЯТЫЙ

06:00 Сейчас (16+)
06:10 Утро на "5" (6+)
09:30 Место происшествия (16+)
10:00 Сейчас (16+)
10:30 X/ф "Человек в зеленом кимоно" (16+)
12:00 Сейчас (16+)
12:30 X/ф "Возвращение резидента" (12+)
15:10 X/ф "Конец операции "Резидент" (16+)
18:30 Сейчас (16+)
19:00 Т/с "Детективы" (16+)
20:30, 22:25 Т/с "След" (16+)
22:00 Сейчас (16+)
00:00 X/ф "Интердевочка" (16+)
02:50 X/ф "Время желаний" (12+)
04:50 Живая история (16+)

ПЯТНИЦА, 15 августа

ОРТ

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:15, 04:50 Контрольная закупка
09:45 Жить здорово! (12+)
10:55 Модный приговор
12:20 Т/с "Личная жизнь следователя Савельева" (16+)
14:20 Добрый день
15:20 Т/с "Ясмин" (16+)
17:00 Наедине со всеми (16+)
18:50 Поле чудес (16+)
19:50, 21:30 Точь-в-точь
21:00 Время
23:20 Д/ф "Сэлинджер" (16+)
01:45 X/ф "Обратная сторона полноты" (16+)

РОССИЯ 1

05:00 Утро России
09:00, 03:40 Запрещённая история (12+)
09:55 О самом главном
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 14:30, 17:45, 19:35 Местное время
11:50, 14:50, 18:05 Вести. Дежурная часть
12:00 Т/с "Тайны следствия" (12+)
13:00 Особый случай (12+)
15:00 Девчата (12+)
16:00 Т/с "Пока станица спит" (12+)
18:15 Прямой эфир (12+)
21:00 X/ф "Человек-приманка" (12+)
00:35 Живой звук
02:35 Горячая десятка (12+)
04:40 Комната смеха

РЕН-ТВ

05:00 X/ф "Суперменеджер, или Мотыга судьбы" (16+)
06:00, 13:00 Званный ужин (16+)
07:30, 23:00 Смотреть всем! (16+)
08:30, 12:30, 19:30 Новости 24 (16+)
09:00 Вам и не снилось (16+)
14:00 Засуди меня (16+)
15:00 Семейные драмы (16+)
16:00 Не ври мне! (16+)

18:00 Верное средство (16+)
20:00 Документальный спецпроект (16+)
00:00 X/ф "Несносные боссы" (16+)
01:45 X/ф "Оружейный барон" (16+)
04:00 X/ф "Подземелье драконов" (16+)

СТС

06:00 Мультфильмы
06:35 М/с "Пингвинёнок Пороро" (6+)
06:55 М/с "Смешарики"
07:30 М/с "Приключения Тома и Джерри" (6+)
08:00 Осторожно. Дети! (16+)
08:30, 13:30, 18:30 Т/с "Воронины" (16+)
10:00 Т/с "Последний из Магикян" (16+)
11:00 Т/с "Восьмидесятые" (16+)
11:30 X/ф "Госпожа горничная" (16+)
14:00 6 кадров (16+)
14:05, 19:00 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
23:00 Т/с "Студенты" (16+)
00:00 X/ф "Хранители" (16+)
03:00 X/ф "Нас приняли!" (16+)
04:45 М/ф "Клуб Винкс. Судьба Блум" (12+)

НТВ

06:00 НТВ утром
08:10 Спасатели (16+)
08:35 До суда (16+)
09:35, 10:20 Т/с "Возвращение Мухтара" (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
11:55 Суд присяжных (16+)
13:20 Суд присяжных. Окончательный вердикт (16+)
14:30 Прокурорская проверка (16+)
15:35, 18:35 Обзор. Чрезвычайное происшествие
16:30 Т/с "Москва. Три вокзала - 7" (16+)
19:55 Т/с "Брат за брата" (16+)
00:40 Т/с "Глухарь. Возвращение" (16+)
02:40 Дикий мир (0+)
03:15 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)
05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

ТВЗ

05:45 Отечественные мультфильмы (0+)

09:00 Далеко и еще дальше (12+)
10:00 Д/с "Параллельный мир" (12+)
11:30 Т/с "Аврора" (12+)
13:30 X-версии. Другие новости (12+)
14:00 Охотники за привидениями (16+)
15:00 Мистические истории (16+)
16:00 Т/с "Гадалка" (12+)
18:00 X-версии. Громкие дела (12+)
19:00 Человек-невидимка (12+)
20:00 X/ф "Властелин колец: братство колец" (12+)
23:45 Д/с "Нечисть" (12+)
00:45 Европейский покерный тур (18+)
01:45 X/ф "Зловещее предупреждение" (18+)
03:30 X/ф "Паладин. Охотник на драконов" (12+)

ТВЦ

06:00 Настроение
08:20 X/ф "Тревожный вылет"
10:05 Д/ф "Наталья Крачковская. Слезы за кадром" (12+)
10:55 Доктор И... (16+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00 События
11:50 Т/с "В поисках капитана Гранта"
13:20 Д/ф "Список Лапина. Запрещённая эстрада" (12+)
14:50, 19:30 Город новостей
15:10, 21:40, 01:15 Петровка, 38 (16+)
15:25 X/ф "Великая война" (12+)
16:10, 17:50 X/ф "Инспектор Линли" (16+)
18:20 Право голоса (16+)
19:45 X/ф "Сыщик Путилин" (12+)
22:25 X/ф "Дживс и Вустер. Жемчужное ожерелье" (12+)
23:30 X/ф "Райское яблоко" (12+)
01:30 Т/с "Исцеление любовью" (12+)
02:30 Д/ф "Звезды и наркотики" (16+)
04:05 Профессия - вор (16+)
04:45 Т/с "Дикими тропами" (12+)

РОССИЯ 2

04:20 X/ф "Путь" (16+)
06:05, 08:50 Т/с "Такси" (16+)
07:00 Панорама дня. LIVE

09:45, 02:00 Эволюция
10:30, 15:00, 20:10, 23:55 Большой спорт
10:55 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Ходьба 50 км. Мужчины
15:20 Рейтинг Баженова (16+)
16:25 X/ф "Агент" (16+)
20:40 Легкая атлетика. Чемпионат Европы. Финалы
00:15 Смешанные единоборства. M-1 Challenge. (16+)
02:45 Человек мира
03:40 Максимальное при-ближение

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

06:30 Евроньюс
10:00, 15:00, 19:00, 23:10 Новости культуры
10:20 X/ф "Потерянный рай"
11:55 Д/ф "Надежда Казанцева. Парадоксы судьбы"
12:25 Уроки рисования с Сергеем Андрияком
12:50 Д/ф "Леги Као - та-турированная мумия"
13:45 X/ф "Американская трагедия. Суд"
15:10 Театральный фести-валь телеканала "Культура". Театр-студия под руководством О. Табакова. Борис Плотников, Олег Табаков, Марина Зудина, Дмитрий Назаров в спектакле "Дядя Ваня" в постановке Миндаугаса Карбаускаса
17:45 Звезды нового поколения. Катя Буниатишвили
18:30 Д/с "Нефронтовые заметки"

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

06:00 180 минут на завтрак (12+)
09:15 Т/с "Призвание" (16+)
10:50, 00:25 X/ф "Лекарство против страха" (16+)
12:25 Добро пожаловать (12+)
13:00, 16:00, 19:00 Новости (16+)
13:20 Т/с "Частный детектив" (16+)
14:55 Д/с "Тайные знаки" (16+)
19:15 X/ф "Двенадцатая ночь"
20:45 Олег Табаков. В поисках радости. Театральная повесть в пяти вечерах
21:25 Мировые сокровища культуры
21:40, 23:30 Спектакль "Трубадур"
00:35 X/ф "Вратарь"
01:50 Д/ф "Франц Фердинанд"
01:55 X/ф "Зовите повитуху. Глава 2"

ПЕРЕК

06:00, 01:30 X/ф "Закрытие Долины Змей" (16+)
08:10 Вот это вещь! (16+)
08:30 Улетные животные (16+)
09:30 Т/с "Дальнотбойщи-ки" (16+)
11:30, 23:00 Т/с "Солдаты" (16+)

14:30, 18:30, 21:00 Дорожные войны (16+)
15:30 Есть тема! Семейные войны (16+)
16:30 Вне закона (16+)
19:00, 00:00 Улетное видео (16+)
20:00 Машина (16+)
22:00 КВН. Играл все (16+)
00:30 Т/с "Дневники Красной туфельки" (18+)
01:00 Удачная ночь (16+)
03:40 Любимые мультфильмы (0+)

МИР

06:00 180 минут на завтрак (12+)
09:15 Т/с "Призвание" (16+)
10:50, 00:25 X/ф "Лекарство против страха" (16+)
12:25 Добро пожаловать (12+)
13:00, 16:00, 19:00 Новости (16+)
13:20 Т/с "Частный детектив" (16+)
14:55 Д/с "Тайные знаки" (16+)

16:20 Слово за слово
17:10 Т/с "Жизнь, которой не было" (16+)
19:20 X/ф "Лучшее лето нашей жизни" (16+)
23:00 X/ф "Мечтать не вредно" (16+)
02:00 Приключения Македонского (12+)
02:15 X/ф "Гоголь. Ближайший" (12+)
04:05 X/ф "Веселые ребята" (6+)

ПЯТЫЙ

06:00, 10:00, 12:00, 15:30, 18:30 Сейчас (16+)
06:10 Момент истины с А. Карауловым (16+)
07:00 Утро на "5" (6+)
09:30 Место происшествия
10:30 X/ф "Старшина" (16+)
12:30, 16:00 X/ф "Батальоны просят огня" (12+)
19:00 Т/с "След" (16+)
02:30 X/ф "Ошибка резидента" (12+)
04:00 X/ф "Судьба резидента" (12+)

КРИМИНАЛ

«Развод» на сайте

Полицейскими в Мурманской области зарегистрированы мошенничества, совершенные посредством сайта бесплатных объявлений «Avito.ru».

В полицию поступило заявление от жителя области, 1985 года рождения о том, что в отношении него совершено мошенничество. Установлено, что потерпевший нашел на сайте «Avito.ru» объявление о продаже автомобиля «Рено Сандеро». Данное предложение заинтересовало покупателя, и он позвонил по указанному в объявлении номеру, обговорил условия сделки и, не задумываясь, в качестве предоплаты перевел 69 тысяч рублей на указанный ему номер банковского счета. После этого телефон собеседника, как выяснили впоследствии полицейские, зарегистрированный в Новгородской области, оказался недоступным.

В настоящее время по данному факту проводится проверка.

СУББОТА, 16 августа

ОРТ

05:45, 06:10 X/ф "Во бору брусника" (12+)

06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости

08:45 Мультфильм

09:00 Играй, гармонь любимая!

09:45 Слово пастыря

10:15 Смак (12+)

10:55 Валерия. От разлуки до любви (12+)

12:15 Идеальный ремонт

13:10 Песни для любимых

15:00 X/ф "Карнавал"

18:20 Кто хочет стать миллионером?

19:25 Две звезды

21:00 Время

21:30 Сегодня вечером (16+)

23:10 КВН. Премьер-лига (16+)

00:45 X/ф "Любовь и другие лекарства" (18+)

02:50 X/ф "Исчезающая точка" (16+)

04:45 В наше время (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

05:25 X/ф "Горячий снег"

07:30 Сельское утро

08:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести

08:15, 11:10, 14:20 Местное время

08:25, 04:55 Планета собак

09:00 Правила жизни 100-летнего человека

10:05 Моя планета

11:20 Вести. Дежурная часть

11:55, 14:30 X/ф "Любовь без лишних слов" (12+)

15:45 Смеяться разрешается

17:00 Субботний вечер

18:55 Клетка

21:00 X/ф "Счастливый шанс" (12+)

00:50 X/ф "Золотые небеса" (12+)

02:50 X/ф "Метка" (16+)

05:30 Комната смеха

РЕН РЕН-ТВ

05:00 X/ф "Подземелье драконов" (16+)

06:00 Т/с "Тульский Токарев" (16+)

09:40 Чистая работа (12+)

СТС

10:30 Документальный проект (16+)

11:00 Смотреть всем! (16+)

12:30 Новости 24 (16+)

13:00 Военная тайна (16+)

15:00 Территория заблуждений (16+)

19:00 Концерт "Собрание сочинений" (16+)

22:10, 04:30 X/ф "Побег" (16+)

00:30 Т/с "Дети Водолея" (16+)

06:00 Мультфильмы

07:35, 09:00 М/с "Смешарики"

07:45 М/с "Пингвинёнок Пороро" (6+)

08:05 М/с "Макс Стил" (12+)

08:30 М/с "Флиппер и Лопак" (6+)

09:25 М/с "Том и Джерри" (6+)

10:00, 01:05 М/ф "Джимми Нейтрон-вундеркинд" (6+)

11:30 Т/с "Студенты" (16+)

12:00 Т/с "Вороны" (16+)

14:00, 16:30, 21:55 Шоу "Уральских пельменей" (16+)

16:00 6 кадров (16+)

18:00 М/ф "Тачки-2" (12+)

20:00 X/ф "Смурфики" (12+)

22:55 X/ф "Нас приняли!" (16+)

00:40 Т/с "Два короля" (16+)

02:35 М/ф "Клуб Винкс. Судьба Блум" (12+)

03:30 М/ф "Клуб Винкс. Местный Трикс" (12+)

04:25 М/ф "Клуб Винкс. Битва за Магикс" (12+)

05:20 Животный смех (16+)

05:50 Музыка на СТС (16+)

06:00 Т/с "Порох и дробь" (16+)

08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня

08:15 Русское лото плюс (0+)

08:45 Их нравы (0+)

09:25 Едим дома (0+)

10:20 Чудо техники (12+)

10:55 Кремлевские жены (16+)

12:00 Дачный ответ (0+)

13:20 СОГАЗ. Чемпионат России по футболу 2014 г. / 2015 г. ЦСКА - "Спартак"

15:30 Бывает же такое! (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

12:15 X/ф "Принц воров" (16+)

16:15 Следствие вели...

17:10 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

19:55 Т/с "Мент в законе - 8" (16+)

23:50 Враги народа (16+)

00:45 Дело темное (16+)

01:35 Остров (16+)

03:05 Т/с "Двое с пистолетами" (16+)

05:05 Т/с "Три звезды" (16+)

05:45, 08:30 Отечественные мультфильмы (0+)

08:00 Школа доктора Комаровского (12+)

08:45 X/ф "Садко" (0+)

10:30 X/ф "Капитан Синдбад" (6+)

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

Ребёнок у воды

Лето - прекрасное время года, когда ребенок получает заряд бодрости, сил, здоровья на весь год. Но печальная статистика говорит о том, что летом учащаются количество несчастных случаев на воде, особенно с детьми.

Тридцать процентов жертв - это дети в возрасте до одиннадцати лет. Треть всех этих случаев приводит к необратимым повреждениям головного мозга. Но это не значит, что вам следует запереть ребенка дома и не выпускать его, особенно летом. В большинстве случаев трагедий можно избежать, если вы и другие члены семьи следуете определенным правилам безопасности.

Основное правило - никогда не оставляйте ребенка без присмотра у воды. Большинство несчастных случаев происходит в тот момент, когда ребёнок на короткий промежуток времени остается без наблюдения. Врачи скорой помощи отмечают, что ребенок может утонуть за то время, которое может вам понадобиться, чтобы просто ответить на телефонный звонок.

Вы должны знать, как помочь своему ребенку. Если ребенок в центре бассейна и у него возникли трудности, вы не можете ему помочь, если не умеете плавать. Если вы плохо плаваете, постарайтесь сделать так, чтобы рядом всегда находился человек, который плавать хорошо.

Научите детей спокойно заходить в воду. Очень часто несчаст-

ные случаи происходят от того, что дети ныряют и прыгают в воду на небольшой глубине. На занятиях плаванием инструкторы специально акцентируют внимание на том, что нырять и прыгать можно только на глубине.

Вы должны знать наверняка способности вашего ребенка. Не зависимо от того, как хорошо он умеет плавать, он не должен находиться в воде один. Умение плавать не защищает на сто процентов от утопления, тем более на умение плавать ребенка не всегда можно положиться. Если ребенок раз переплыл бассейн, не значит, что он сможет это повторить.

Также не следует полностью

полагаться и на приспособления для плавания. Очень часто родители считают, что если на ребенке надеты рукава или спасательный круг, он будет в безопасности в воде. Помните, что ребенок может выскользнуть из круга. Средства для плавания дают родителям неверное ощущение безопасности. А детям кажется, что они могут делать то, что на самом деле они сделать не в состоянии. Старайтесь купаться на оборудованных пляжах, имеющих спасательные посты.

Соблюдайте все эти меры предосторожности, и лето не будет омрачено неприятностями, подарит только радость вам и вашим детям.

Виталий ПАТРАКЕЕВ,
руководитель
инспекторского участка.



НА ЗДОРОВЬЕ

О ПОЛЬЗЕ СЛИВЫ

В стремлении похудеть и оздоровиться мы придумываем самые разные диеты, а делать это можно сейчас, причем легко: на улице лето, а на прилавках - сливы, самые разные. Например, английская королева Елизавета начинает свой день, съедая несколько слив перед завтраком. Божественно почитаема слива у восточных народов. Чем же она так полезна?

Слива низкокалорийна: в 100 граммах слив всего 42 килокалории, поэтому плоды хорошо подходят для оздоровительного и диетического питания, разгрузочных дней. В составе плодов много минералов, витаминов В1, В2, В6, С, Е, РР. Особенно много витамина Р, снижающего давление, вместе с другими укрепляющего стенки кровеносных сосудов.

Сочная мякоть сливы богата клетчаткой, пектинами (водорастворимое волокно, связывающее и выводящее холестерин, не давая ему откладываться на стенках сосудов в виде бляшек), за счет чего регулируется пищеварение, стимулируется перистальтика кишечника с мягким слабительным действием.

Такие элементы как кальций и натрий в сливе полезны для гипертоников и сердечников. Сливы входят в обязательный рацион питания спортсменов, так как содержащийся в них калий, кро-

ме свойства регулировать давление и выводить жидкость, улучшает сокращение мышц. Особые вещества фитокумарины расширяют кровеносные сосуды, предотвращая появление тромбов в мелких сосудах, улучшая кровоснабжение. То есть слива - это наиболее эффективное натуральное средство для снижения давления и укрепления сосудов.



Последние исследования доказали, что пигмент анцианин, придающий сливам фиолетовый оттенок, предотвращает развитие онкологических заболеваний: в день достаточно съедать 200 г фиолетовых слив.

Интересный факт: в американском рейтинге ценности продуктов слива официально занимает почетное первое место по содержанию антиоксидантов, ее «авторитет» признают в укреплении иммунитета и профилактики онкологии, защите сердца и сосудов.

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

КАЖДЫЙ ВОЛЕН выбирать между мимолётным удовольствием от курения и уменьшением риска для здоровья, связанным с отказом от этой привычки. Если курильщик, самостоятельно или под воздействием пропаганды, принимает решение о прекращении курения табака, он может столкнуться с трудностями психологического плана. Отказ от курения длительный и, для некоторых курильщиков, непростой процесс.

Возможно возникновение ряда неприятных ощущений потливости, кашля, боли в горле, головной боли, расстройства желудка. У бросающего портится настроение, возникает раздражительность и, иногда, депрессия.

Наиболее известным, продолжительным и неприятным эффектом отказа от курения является увеличение массы тела. Особенно заметно набирают вес бросающие курить женщины. Вернуться к прежнему весу (не вернувшись к курению) очень непросто.

Неизвестно, существует ли нет простой способ бросить курить, но первые трудности возникают уже через несколько часов после последней сигареты. В первые дни неприятные ощущения нарастают, а затем постепенно проходят. Критическим сроком считаются первые две недели. Как считают многие, отказавшиеся от курения, приблизительно через месяц после прекращения курения зависимость становится незначительной и не мешает жить.

Согласно результатам исследо-

ваний, через два года после отказа от курения риск развития большинства заболеваний у куривших и никогда не имевших такой привычки, не отличается.

Многие начинают бросать курить с того, что постепенно уменьшают количество выкуриваемых за день сигарет. Для этого можно увеличивать промежуток между перекурами, выкуривать сигарету лишь до половины (ближе к фильтру содержится больше смол и никотина).

Переход на более лёгкие сорта сигарет себя не оправдывает: во-первых, в них не обязательно меньше вредных веществ и никотина, а во-вторых, куря слабые сигареты, человек инстинктивно глубже затягивается, не достигая тем самым ожидаемого эффекта.

В целом, способ постепенного отказа от курения считают мало перспективным. Определённый эффект от него можно ожидать для тех, кто курит более пачки в день, на предварительном этапе. По существующим данным, наибольшая вероятность добиться успеха есть при одномоментном прекращении курения.

Как бросить курить? Процесс отказа от курения условно можно разделить на два этапа - подготовительный и основной.

Подготовительный этап

Задача этого этапа - разработать для себя убедительную мотивацию к отказу от курения. Со-

ветуют изложить причины, по которым следует отказаться от курения, на бумаге, повесить этот листок на видном месте и ежедневно читать его.

Также опытные борцы с курением предлагают собирать окурки в банку с водой. Держите эту вонючую, темную, маслянистую жижу перед глазами и думайте о том, что происходит у вас в легких, - советуют они.

Действенным считается и назначение дня окончательного отказа от курения. Этот и последующие пара дней должны быть спокойными, не требующими эмоционального напряжения дома или на работе. Необходимо настроиться на эту дату, внушать себе, что для отказа от курения достаточно воли.

Основной этап

При отказе от сигарет курильщики часто ощущают признаки депрессии и тревогу. Поскольку женщины более подвержены стрессу, чем мужчины, то и бросить курить им труднее.

Чтобы бросить курить, необходимо проанализировать и записать когда и какие эмоциональные ощущения вызывают желание выкурить сигарету, каких целей хочет человек достичь курением. Далее желающим бросить курить советуют придумать, как избежать таких ситуаций или, если это невозможно, как можно иначе себя вести в эти моменты.

Как бросить курить?

Задача данного этапа - перебарывать острое желание закурить. Обычно оно длится не более 5-10 минут. Для этого предлагается:

Применять тактику альтернативного поведения, если желание закурить вызвано чем-то, что раньше ассоциировалось с сигаретой.

Отвлечься: заняться любимым делом, почитать книгу, поиграть в компьютерную игру и т. п.

Занять чем-нибудь руки, например, составлять паззлы или вязать.

Сделать несколько физических упражнений. Глубоко подышать: расслабиться, медленно, расправив плечи, набирать полную грудь воздуха, задержать дыхание на минуту, медленно выдохнуть. Прodelать 5 раз.

Пожевать жевательную резинку, пососать конфету или выпить воды (особенно полезен чай).

Съесть яблоко, морковь, репу. Принять душ или ванну, это поможет расслабиться.

Почистить зубы, рополоскать рот раствором соды.

Начав процесс избавления от табакокурения, уберите все, что связано с этим ритуалом: сигареты, зажигалки, пепельницы. Избегайте мест, где курят и наоборот, ходите туда, где курение запрещено. Первые два месяца полезно принимать горячие ванны и посещать баню. Пейте больше жидкости лучше всего соки и ми-

неральную воду. В течение первых двух недель откажитесь от алкоголя, кофе все это провоцирует желание курить. Больше ешьте овощей и фруктов, меньше мучного, сладкого. Займитесь физкультурой, но помните, что чрезмерные нагрузки опасны для курильщиков. Используйте методы аутотренинга и глубокой релаксации. Копите сэкономленные на сигаретах деньги и время от времени для поднятия настроения покупайте себе на них подарки.

Дополнительные методы

Существует несколько способов, помогающих бросить курить. Самый распространенным из них является замена курения применением никотинсодержащих средств. Это никотиновые пластыри, жевательные резинки, ингаляторы. Механизм их действия одинаков: они обеспечивают доступ никотина в организм, помимо сигарет, защищая тем самым человека от неприятного абстинентного синдрома. При этом эффект никотина сохраняется, однако в организм больше не поступают содержащиеся в табачном дыму токсины.

Если бывший курильщик закурив снова, следует проанализировать причину, которые заставили вернуться к привычке, внести соответствующие изменения в план отказа от курения и повторить попытку.

Юрий ВОРОНЦОВСКИЙ,
врач международного
медицинского центра.

«Ловозерская правда» - общественно-политическая газета
Учредитель - администрация муниципального образования Ловозерский район
Подписано в печать **7 августа 2014 г.**
По графику - 17.00; фактически - 17.00
Тираж: 850 экз.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Мурманской области. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ТУ 51-00174 от 27.04.2012 г.; Индекс 52852, выходит 1 раз в неделю. Рекомендуемая цена - **15 рублей.**

Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов публикаций. За приведенные факты и цифры ответственность несут авторы. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений.
Газета отпечатана в типографии «ТАТА», г. Апатиты, ул. Зинькова, д. 4-а. Лиц. ПЛД № 54-23 от 19.02.99 г.

Адрес МП «ЛИЦ», редакции и издателя:
184592, с. Ловозеро, Мурманской обл., ул. Пионерская, 6. Тел.: (815-38) 4-03-26, 4-44-18. E-mail: lovpravda@mail.ru
Редактор, директор МП «ЛИЦ» - **В. Н. ТКАЧЁВ.**