

НОВИНКА! Карты лояльности «Областной газеты» теперь в продаже в супермаркетах торговой сети «Кировский»



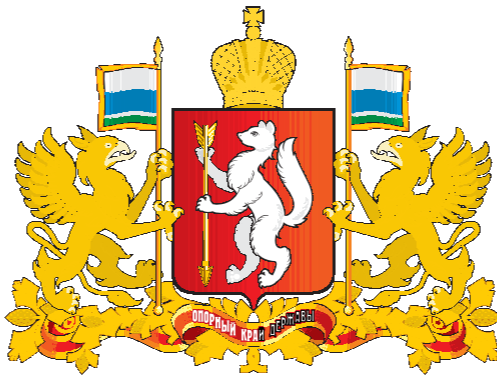
Купить карту можно в магазинах по следующим адресам:

Сиреневый бульвар, 2;
ул. 8 Марта, 55;
ул. Бардина, 42;
ул. Билимбаевская, 15;
ул. Свердлова, 27;

ул. Восстания, 50;
ул. Луначарского, 210;
ул. Маршала Жукова, 13;
ул. Роднитовая, 4;
ул. Соболева, 5.

Карта даёт скидку 2% на все товары в «Кировском».

Подробнее www.oblgazeta.ru



ЦИТАТА ДНЯ

Уже сейчас внедряются и проводятся операции «электронного глаза», когда человек после полной потери зрения получает возможность вернуться к активной жизни.

Людмила БАБУШКИНА, председатель областного Заксобрания. — вчера, на открытии VIII Евро-Азиатской конференции по офтальмохирургии

ПОЛНАЯ ВЕРСИЯ (ИНДЕКСЫ 53802, 73813, ПЗ110, П2846)

ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА

Издаётся с 8 марта 1990 года. Выходит 5 раз в неделю.

Пятница, 27 апреля 2018 года

№ 74 (8374). www.oblgazeta.ru

ЛЮДИ НОМЕРА

Игорь Кабец



Заместитель руководителя администрации по стратегическому планированию и инвестициям назначен временно исполняющим полномочия главы Первоуральска.

Алексей Водовозов



Военный врач и популярный научный журналист рассказал, как отличить врача от шарлатана.

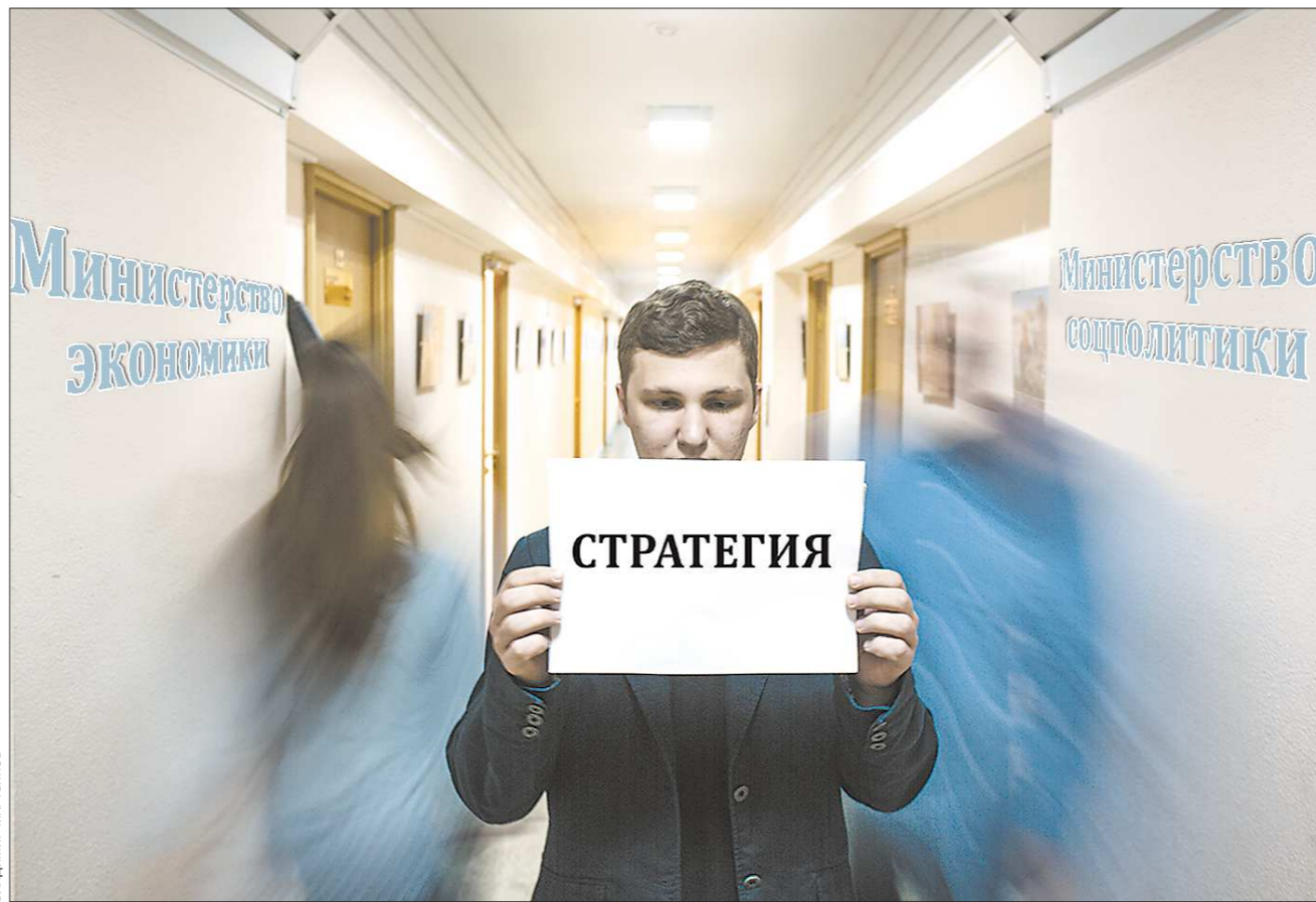
Светлана Лаврова



Детский писатель на литературной полосе «Энергия слова» рассказала, чем хороши страшилки, «фанфики» и эзэмски.

Миссия выполнима?

Только в пяти муниципалитетах области стратегии готовы. Остальные пока в процессе разработки или согласования



«Областная газета» неоднократно поднимала тему разработки стратегий, где прописаны основные проекты и «точки роста». Территории Свердловской области постепенно определяются со своей миссией, но не так быстро, как хотелось бы. Пока комиссии гордумы Екатеринбурга готовят к принятию план развития уральской столицы, в трети муниципалитетов Среднего Урала проект стратегии до сих пор находится в стадии разработки. «Областная газета» узнала, что тормозит процесс и насколько это критично

ГЕОГРАФИЯ НОМЕРА



Россия	Планета
Москва (I, V, VI)	Австрия (II)
Санкт-Петербург (VI)	Беларусь (II)
	Великобритания (II, VI)
	Германия (II)
	Грузия (II)
	Италия (II)
	Казахстан (II)
	Китай (I)
	Молдова (II)
	США (II, VI)
	Словения (II)
	Таджикистан (II)
	Турция (II)
	Узбекистан (II)
	Франция (II)

Бороться за мандаты депутатов молодым помогут закалённые в политбоях партийцы

Леонид ПОЗДБЕВ

Вчера в Екатеринбурге секретарь Свердловского регионального отделения партии «Единая Россия» Виктор Шептий провёл для участников федерального партийного проекта «Политстарт» лекцию-консультацию на тему: «Электоральная история: проблемы и закономерности выборов в регионе. Правила и нормы проведения праймериз».

«СТАРТАП» — НА СМЕНУ «ЗАВОДА»? Напомним, в середине апреля «Единая Россия» запустила пилотный проект «Политстарт», который направлен на кадровое обновление партийных рядов. Проект реализуется не по всей стране, а только в тех 25 регионах, в которых в сентябре 2018 го-

да пройдут выборы в региональные законодательные собрания и в городские думы административных центров. В Свердловской области жителям Екатеринбурга 9 сентября предстоит избрать новый состав городской думы, так что наш регион входит в число упомянутых 25.

Вообще-то, шаги, направленные на кадровое омоложение партии, единороссы предпринимают не впервые. Так, в ходе избирательных кампаний по выборам в Законодательное собрание Свердловской области и в муниципальные думы в прошлые годы они реализовали проект «Политзавод», целью которого был внутрипартийный отбор молодежи из числа членов партии и «Молодой гвардии «Единой России» для включения в списки кандидатов в депутаты областного пар-

ламента и местных представительных органов. — Фактически победители отбора, проведённого тогда этим самым «Политзаводом», получили гарантию на включение своих фамилий в наши партийные списки на выборы депутатов разного уровня, — пояснил Виктор Шептий. — Нынешний же проект «Политстарт» — это совсем другое. Никто из его участников никаких предпочтений на предстоящие выборы не получает. Зато получает помощь опытных, закалённых в политических баталиях партийцев из числа депутатов Госдумы России, Заксобрания Свердловской области, депутатов муниципальных дум, а также политологов и представителей экспертного сообщества.

С НАСТАВНИКАМИ ОПРЕДЕЛИЛИСЬ. Напомним, сейчас в «Единой России» в самом раз-

гаре подготовка к так называемым праймериз — назначенным на 3 июня предварительным внутрипартийным голосованиям на право включения в качестве кандидатов от партии на муниципальные выборы, которые пройдут в сентябре. В проект «Политстарт» партийцы приглашают тех участников предварительного голосования, возраст которых ещё не перевалил за 35 лет и которые никогда ранее не занимались политикой. Они получат наставников из числа представителей партии в регионе, а также федеральных экспертов, которые помогут им сформировать «дорожные карты» по подготовке к праймериз, и в случае победы на предварительном голосовании — в организации своей предвыборной кампании. В Москве уже определе-

ны 128 федеральных наставников, среди которых заместитель секретаря Генерального совета партии, депутаты Государственной думы РФ. Утверждён и региональный список наставников. Возглавляет его Виктор Шептий, а кроме него туда включены и руководители фракции «Единая Россия» в областном парламенте Елена Чечунова, и депутаты Заксобрания Сергей Никонов, Игорь Володин, и депутаты ряда муниципальных дум области. ЖЕЛАЮЩЕЙ ИДТИ В ПОЛИТИКУ МОЛОДЕЖИ У НАС МНОГО. Что же касается желающих поучаствовать в самом проекте, то достаточно сказать, что на призыв прийти в штаб «Единой России» на лекцию-консультацию, о которой вёдем речь, пришли более 20 молодых «политстартанцев». И

это только те, кто уже принял решение испытать свои силы в борьбе за депутатские мандаты Екатеринбургской городской думы. А ведь приём заявлений на участие в предварительном голосовании тоже в самом разгаре. Начался он две недели назад, а продлится ещё почти две недели — до 8 мая. Так что следует ожидать, что политически активных и амбициозных ребят — претендентов на думские мандаты — будет ещё больше. — Мы рассчитываем, что в «Политстарт» примут участие не менее 30 молодых претендентов на места в гордуме, — пояснил руководитель региональной организации «Молодая гвардия «ЕР» Артём Николаев. — Я сам, кстати, тоже подаю заявление на участие и в праймериз, и в этом проекте. Рассчитываю на победу.

В конце марта 2018 года заместитель министра промышленности и торговли Российской Федерации Георгий Каламанов провёл ряд встреч с заместителями министра промышленности и торговли Чешской Республики Владимиром Берглом и Эдуардом Муржицки.



Стороны обсудили состояние и перспективы сотрудничества в области промышленности, а также вопросы, связанные с предстоящим проведением в Чешской Республике 11-го заседания Межправительственной Российско-Чешской комиссии по экономическому, промышленному и научно-техническому сотрудничеству. Отмечалось, что для России Чехия остаётся традиционно приоритетным партнёром, экономические отношения с которым из года в год демонстрируют позитивную динамику. Успешным примером такого партнёрства, по мнению сторон, является российско-чешское совместное предприятие АО «ГРС Урал» по производству станков тяжёлого класса. Напомним, что продукция завода «ГРС Урал» признана российской, замглавы минпроторга России заявил: «Рассчитываем, что и другие чешские станкостроительные предприятия последуют этому примеру и примут решение в пользу глубокой локализации на территории Российской Федерации». Производимые предприятием «ГРС Урал» современные высокоточные горизонтальные фрезерные станки с ЧПУ активно задействованы в программе технического перевооружения российских предприятий и используются спросом на мировом рынке металлообрабатывающих производств. Продукция «ГРС Урал» хорошо зарекомендовала себя как часть национального бренда «Сделано в России» и способствует значительному росту внешнеторгового оборота Свердловской области с Чешской Республикой.

Уральские журналисты побывали в Китае

Ольга КОШКИНА

Вчера завершился пресс-тур журналистов Урала и Сибири в Китайскую Народную Республику.

За шесть дней делегация посетила три быстрорастущих мегаполиса — Пекин, Ухань и Чаншу, где побывала в офисах крупнейших производственных и логистических компаний, в старейших учебных заведениях и редакциях городских и региональных СМИ. В поездке приняли участие и представители «Областной газеты». О том, когда в Ухане откроют музей совет-



Журналист «Областной газеты» обменялась опытом с китайскими коллегами и даже успела познакомиться с уральской прессой туристов на Великой Китайской стене

ских лётчиков, зачем китайские студенты читают сказку Бажова и запустят ли в Екатеринбург поезд в рамках международного грузового железнодорожного коридора

«Хань Син Оу», соединяющего Центральный Китай, Среднюю Азию, Россию и Европу, — читайте в ближайших номерах «ОГ».

СЕГОДНЯ — ДЕНЬ РОССИЙСКОГО ПАРЛАМЕНТАРИЗМА

Уважаемые представители депутатского корпуса Свердловской области!

Дорогие уральцы! 27 апреля в нашей стране отмечается День российского парламентаризма. Эта дата исторически приурочена к началу работы Государственной Думы Российской империи в 1906 году, ставшей первым демократическим институтом в российской истории.



Сегодня законодательные органы власти нацелены на обеспечение главенства закона, способности граждан влиять на политический и законодательный процесс в стране, укрепление гражданской сознательности и ответственности.

Законодательное Собрание Свердловской области вносит весомый вклад в социально-экономическое развитие региона, реализацию важных проектов в сфере экономики, образования, здравоохранения, культуры, социальной политики. В 2017 году депутаты Законодательного Собрания приняли 136 законов Свердловской области, нацеленных на повышение качества жизни уральцев, развитие ЖКХ, здравоохранения, культуры и спорта. Депутатский корпус активно участвовал в разработке Стратегии социально-экономического развития Свердловской области до 2030 года и программы «Пятилетка развития».

Благодарю парламентариев Свердловской области за ответственное отношение к нуждам своих избирателей, конструктивное сотрудничество с органами исполнительной власти, профессиональную работу по повышению качества жизни уральцев.

Желаю депутатам здоровья, счастья, новых успехов в законодательной деятельности на благо Свердловской области, а всем уральцам — высокой гражданской активности, активного участия в жизни родного региона, благополучия, мира и добра!

Губернатор Свердловской области Евгений КУЙВАШЕВ

Ни одна импровизация не даёт мне так хорошо как та, которую я готовил три дня.

Марк ТВЕН

Выпуск-лайфхак о том, как измениться к лучшему, победить страхи и подготовиться к лету



ISSN 2225-1529



ПРОГНОЗ ПОГОДЫ НА ЗАВТРА

Екатеринбург	Ирбит	К.-Уральский	Красноуральский	Нижний Тагил	Серов
+4 +13 Ю-3, 3-6 м/с	+2 +10 Ю-3, 3-4 м/с	+5 +15 Ю-3, 3-4 м/с	+4 +12 Ю, 2-5 м/с	+3 +12 Ю-3, 3-6 м/с	+4 +10 Ю-3, 3-5 м/с

Миссия выполнима?

До 1 января 2019 года муниципалитеты Среднего Урала должны принять свои стратегии

Елизавета МУРАШОВА

Территории Свердловской области постепенно определяются со своей миссией, но не так быстро, как хотелось бы. Пока комитет по развитию Екатеринбурга рассматривает и готовит к принятию план развития уральской столицы, в третьи муниципалитеты Среднего Урала проект стратегии до сих пор находится в стадии разработки и доработки. Тем не менее, по требованиям федерального законодательства, до 1 января 2019 года стратегия развития в территориях области должны быть приняты.

Механизм

«Областная газета» неоднократно поднимала тему разработки стратегий, где прописаны основные проекты и точки роста территорий в разрезе муниципалитетов. Ещё полгода назад в разговоре с нашими корреспондентами некоторые главы и председатели дум не могли даже прокомментировать работу в этом направлении. Более определённой была ситуация разве что в крупных городах, где этим озаботились до того, как разработка стратегий стала обязательной, и в моногородах. Сейчас подтянулись и их коллеги.

Муниципальные стратегии готовятся по той же методике, что и стратегии отраслевых министерств — чтобы согласовать запланированные к реализации проекты в документальном уровне. Соответственно, решение о финансировании «хотелок» тоже будет приниматься с опорой на стратегии. К слову, в каждую из них должна быть вписана губернаторская программа «Пятилетка развития».

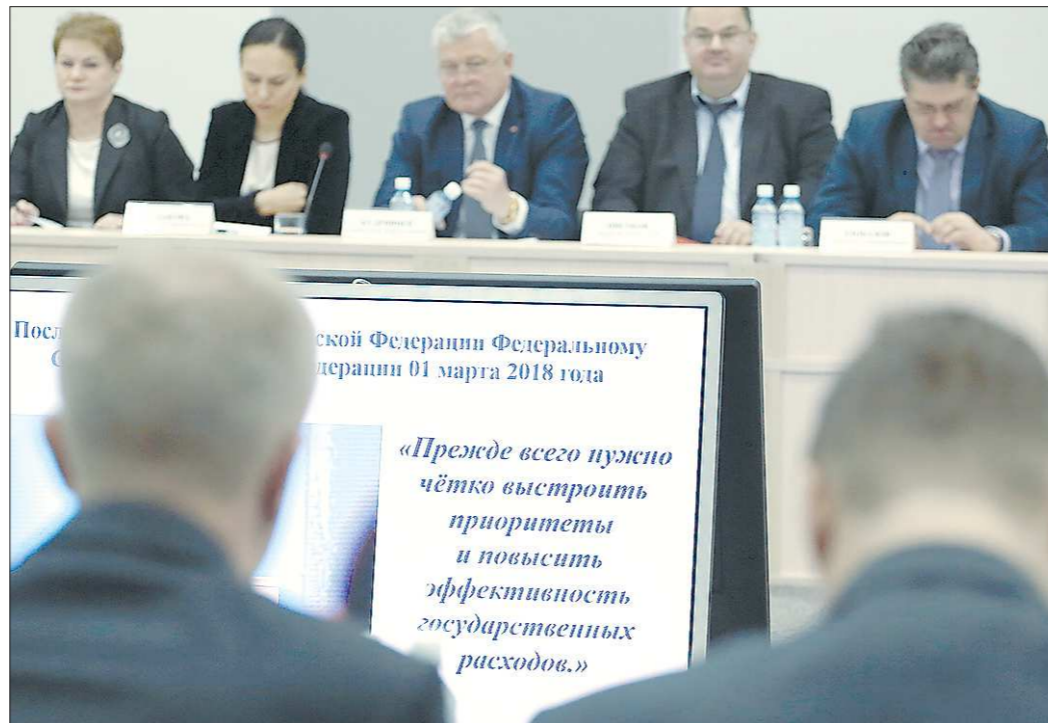
В администрациях муниципалитетов отмечают: что-

бы подготовить качественный документ, необходимо потратить около года, а то и больше. Его разработкой занимаются экспертные советы «Власть», «Бизнес», «Наука», «Общественность» и «СМИ», в состав которых входят сотрудники администраций, активная общественность и местные предприниматели. Ещё несколько месяцев уходит на согласование и доработку.

Разработанный проект стратегии отправляется в министерство экономики и территориального развития области, отсюда — на согласование в министерства и департаменты, которые дают свои заключения на документ, после чего проект рассматривают на заседании Совета стратегического развития области под председательством вице-губернатора **Александра Высокоского**. В случае положительной оценки в муниципалитете проект документа выносятся на публичные слушания, а затем его принимает дума. Как рассказал «Областгазете» замглавы администрации Горноуральского ГО по экономике и стратегическому развитию **Вадим Хапталев** (муниципалитет одним из первых защитил проект стратегии на стратсовете), **от момента утверждения проекта в мизэкономике до принятия думой проходит около трёх месяцев**. Кстати, здесь для работы над стратегическими документами в составе администрации создали специальное управление — такой опыт был признан эффективным, и его рекомендовали коллегам из других муниципалитетов.

Не хватает учёных и стратегов

Документ, в котором на нескольких десятках (а где-то



Муниципальные стратегии проходят через экспертные советы на местном и областном уровнях

даже сотнях) страниц прописаны ориентиры развития и основные проекты, муниципалитеты разрабатывают самостоятельно. Как правило, основной объём работы до того, как документ выносятся на заседание профильных советов, ложится на отдел по экономике и на профильных заместителей главы. В администрациях рассказывают, что прогнозные показатели по численности населения, средним зарплатам, количеству обучающихся в школах и так далее выводят сами, ориентируясь на показатели прошлых лет, а также на планы работы учреждений и предприятий на грядущие годы. Однако не всегда попадают в яблочко.

— Когда мы отправляли проект стратегии на экспертизу в Институт экономики УрО РАН (кстати, он работает с несколькими муниципалитетами. — Прим.ред.), у них как раз возникли вопросы по этим показателям. Сей-

час мы устраним замечания, которые они нам вынесли, и готовим стратегию к отправке в министерство экономики и территориального развития области, — рассказывает замглавы Бисертского ГО по социальным, экономическим, инвестиционным и поддержке МСП **Ирина Зелёная**.

Всего, по данным регионального мизэкономике, образовалась целая группа из 20 муниципалитетов, которые не смогли самостоятельно привлечь научное сообщество к рассмотрению проекта муниципальной стратегии. Помимо Бисерты, это город Алапаевск и Алапаевский район, Махнёво, Камышловский район, Камышловский район, Малышева, Верхнее Дуброво, Заречный, Красноуральский и Красноуральский район, Шалля, Ивдель, Качканар, Верхотурье, Гари, Новая Ляля, Сосьва, Невьянск и Верхнейвинский — территории,

где сложно найти компетентных специалистов, способных организовать научное сопровождение.

Территории, которые привлекали специалистов в состав экспертных советов — большая редкость. Одна из них — Староуткинский, где проект стратегии пока находится в стадии разработки.

— У нас все экспертные советы сформировались без больших проблем. Единственный вопрос вызвало научное сопровождение — мы обратились в УрГУ с просьбой предоставить нам специалиста, — пояснила «Областгазете» замглавы по экономике ГО Староуткинский **Любовь Бурухина**. Кстати, с просьбой предоставить специалиста для работы в экспертном совете «СМИ» мэрия обратилась и к «Областной газете».

— То, что процесс идёт не так быстро, как хотелось бы, работает в экспертных советах в свободное от ра-

боты время и вынуждены подстраиваться друг к другу. А это не всегда просто.

Сталкиваются муниципалитеты и с другими сложностями. Например, несмотря на то, что в состав Камышловского района входят сразу пять сельских поселений, стратегию приходится писать одну.

— У каждого поселения есть свой глава и органы местного самоуправления, и у каждого из них своё видение. Приходилось договариваться между собой, — отметила в разговоре с «Областной газетой» замглавы по экономике Камышловского МР **Светлана Глубоковская**.

Передовики

Пока к финишной прямой близки лишь несколько муниципалитетов. Ближе всех, пожалуй, уже упомянутый нами Екатеринбург: проект стратегии прошёл общественное обсуждение, подписан главой администрации Екатеринбурга **Александром Яковым** и внесён в гордуму. Ожидается, что стратегию депутаты примут на майском заседании.

Вслед за ним стратегию может принять недавно назначившая публичные слушания... Таблица, которая пока обгоняет такие крупные города, как Нижний Тагил и Каменск-Уральский. Таблица, к слову — один из четырёх муниципалитетов, которые в первом квартале текущего года защитили проекты стратегий на Совете стратегического развития под председательством Александра Высокоского. Вместе с ней к финишной прямой приближаются такие передовики, как Горноуральский, где сейчас происходит окончательная шлифовка документа, Кушва и Нижняя Салда.

Уральские товары могут получить маркировку Made in Russia

Татьяна МОРОЗОВА

Российский экспортный центр (РЭЦ) вчера представил уральским производителям экспортный бренд РФ. Он существует около года, и порядка ста отечественных компаний уже получили возможность маркировать свои товары гордой надписью Made in Russia. Однако свердловских промышленников среди них нет.



Свердловская область входит в первую десятку регионов России по экспорту продукции. Однако многие промышленники вчера впервые услышали о бренде Made in Russia

птица, украшенная цветами российского триколора. Программа призвана повысить узнаваемость отечественных изделий за рубежом, а также расширить географию их поставок.

Чтобы оказаться под крылом такой птицы, производителю нужно пройти добровольную сертификацию. После

этого продукцию компаний абсолютно бесплатно начинают продвигать на государственном уровне — она включается в экспортный каталог, производитель же привлекает к участию в международных выставках и бизнес-миссиях, а также обеспечивает им рекламу.

Организаторы акции связываются с тем, что отечествен-

ные потребители хорошо знают бренды Made in Germany, Made in USA, Made in Japan и другие. Такая маркировка даёт гарантию качества и комфорта в быту. Но чтобы все эти названия «звучали гордо», соответствующие страны приложили немало усилий. Просто делать они это начали раньше, чем мы.

— Ещё в 60-х годах бренд

Made in Germany был аналогом дорогостоящего, сложного в применении и низкокачественного товара. Сегодня — совсем другое дело. Вообще все страновые бренды появились благодаря усилиям по их раскрутке со стороны государств. То же самое сегодня делаем мы, — рассказывает Андрей Жигалов.

По данным регионального правительства, экспорт Свердловской области в 2017 году составил свыше 6 миллиардов долларов США. При этом доля несервированной продукции в поставках за границу превысила 96 процентов. В основном это металлы и изделия из них, продукция химической промышленности и машиностроения. Товаров широкого спроса среди них, как видим, нет. Возможно, поэтому свердловские предприниматели в ходе встречи с представителями РЭЦ подняли более злободневные темы.

— Как бы нас сегодня ни пытались ограничить, Запад не сможет создать нашим товарам железный занавес. Без продук-

ции нашей цветной металлургии они просто не смогут обойтись, — подчеркнул президент Уральской торгово-промышленной палаты **Андрей Беседин**.

Однако представители региональных властей оценили российский экспортный бренд по достоинству и даже предложили Свердловскую область в качестве «пилота» для других регионов, призванных поддерживать экспорт отечественной продукции.

— Мы в регионах мучительно пытаемся придумать формы содействия экспорту нашей продукции. Нам, конечно, нужна помощь в эффективных практиках. В менеджменте есть такой термин — «быстрые победы». Они-то нам и нужны. Иногда, не изобретая чего-то нового, необходимо пройти по уже проторённым путям, — отметил министр международных и внешнеэкономических связей Свердловской области **Василий Козлов**.

ФОТОФАКТ



Более тысячи специалистов встретились в Екатеринбурге вчера, 26 апреля, на открытии VIII Евро-Азиатской конференции по офтальмохирургии, которую организовал Екатеринбургский центр «Микрохирургия глаза». Столицу Среднего Урала посетили медики из США, Германии, Италии, Японии, Великобритания, Турции, Франции, Швеции, Австрии, Словении, а также из бывших союзных республик — Узбекистана, Казахстана, Таджикистана, Грузии, Беларуси, Молдовы.

— Конференция стала инновационной, дискуссионной площадкой, позволяющей обменяться опытом высокого уровня. С выдающимися офтальмологами мы обсуждали то, чего они достигли. Уже сейчас внедряются и проводятся операции «электронного глаза», когда человек после полной потери зрения получает возможность вернуться к активной жизни. За такую работу я хочу сказать огромное спасибо врачам, — отметила председатель областного Законодательного собрания **Людмила Бабушкина**, комментируя это важное событие в медицине

Качканарский «Металлист» расквитался с зарплатными долгами

Валентина ЗАВОЙСКАЯ

Качканарский завод «Металлист» полностью погасил задолженность по заработной плате перед своими работниками. Как сообщил «Областной газете» руководитель следственного отдела по Качканару **Андрей Спиридонов**, вчера предприятие перечислило оставшиеся 12 миллионов долга своим сотрудникам на расчётные счета.

— Всего за последние две недели было погашено 34 миллиона 599 тысяч 856 рублей 59 копеек, — сообщает Андрей Спиридонов уже, кажется, выученную наизусть сумму.

Раследование уголовного дела о невыплате заработной платы тянется у «Металлиста» ещё с середины ноября 2017 года — предприятие не выплачивало зарплату с августа по

октябрь 2017 года. С момента возбуждения уголовного дела «Металлист» возместил сотрудникам около 53 миллионов рублей, после выплаты оставшихся 12 миллионов этот пункт долгов наконец закрыт. В феврале этого года по инициативе налоговой инспекции на заседании по банкротству стороны заключили мировое соглашение. Но какой будет дальнейшая судьба завода — пока не ясно.

— Уголовное дело может быть прекращено только при наличии к тому оснований, но пока решение не принято, и проводится все необходимые следственные действия для принятия законного обоснованного решения. О том, кто-то что-то прекращает, говорить пока рано, — отметил Спиридонов.

Для того чтобы хотя бы частично погасить многомиллионные задолженности по зар-

плате, у завода было арестовано имущество почти на 50 миллионов рублей, в том числе были изъяты вертолёт и 21 квартира.

Ещё в 2016 году рабочие завода стали работать по сокращённой рабочей неделе, а в ноябре прошлого года над ними и вовсе нависла угроза остаться без работы. Уже в декабре предприятие приостановило деятельность и распустило сотрудников по домам. Несмотря на большую модернизацию, которую на заёмные средства провёл директор завода **Раис Гарибуллин**, предприятие оказалось в долговой яме. Как рассказал «Областной газете» глава Качканара **Сергей Набоков**, в последние годы были изменены условия кредитования для предприятия, из-за чего заводу стало не хватать оборотных средств, и стали копиться налоговые и зарплатные долги.

На настоящий момент 564 работника «Металлиста» ждут известий о дальнейшей судьбе завода, а руководство предприятия, правительство региона и профсоюз стараются найти решение, как возобновить производство. Продать завод за 4,5 миллиарда не получилось — не нашлись покупатели. Один из путей, по которому сейчас ведётся активная работа — это привлечение инвесторов.

В первой половине апреля в Качканаре побывал депутат Госдумы, председатель Федерации профсоюзов Свердловской области **Андрей Ветлужских**. Он сказал, что для погашения долгов заводу, вероятнее всего, придётся продать имущество, но задействие в производственном процессе. После визита Андрея Ветлужских на заводе было принято решение возродить профорганизацию.

«СаганДали» в подарок каждому!

ВНИМАНИЕ! ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВЬЕ В ПОДАРОК»

Завод-изготовитель оздоровительной продукции «Здоровая семья Алтай» (г. Бийск) реализует социальную программу по улучшению здоровья граждан и дарит всем желающим концентрированный биоконцентрат обширного действия «СаганДали».

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ТОЛЬКО ДО 27 МАЯ

ПРОСТО ПОЗВОНТЕ И НАЗОВИТЕ УНИКАЛЬНЫЙ ПРОМОКОД АКЦИИ 0344

И ПОЛУЧИТЕ «САГАНДАЛИ» НАПРЯМУЮ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО

ЗАКАЗАТЬ СВОЙ ПОДАРОК ВЫ СМОЖЕТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: **8-800-100-24-91** ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ

ДОСТАВКА ПОЧТОЙ РОССИИ ЗА СЧЕТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

«СаганДали» — самый востребованный продукт среди наших клиентов и моя личная гордость как главного технолога завода. Его состав настолько продуман и уникален, что у препарата с таким мощным активным действием практически нет противопоказаний и побочных эффектов! Пройдите хотя бы один курс, и я уверена, вы будете удивлены его целебной силой!

Восстановится деятельность сердечно-сосудистой системы (укрепляются стенки сосудов, улучшается реология крови, нормализуется давление, снижается уровень холестерина в крови), организм очистится от шлаков, восстановится работа мочеполовой системы, укрепится иммунитет. Также он способствует выведению камней из почек, препятствует развитию онкологических процессов и даже способен замедлять процесс старения организма!

Звучит фантастически, но вот в чем секрет: живительный комплекс «СаганДали» создан на основе древних рецептов сибирских знахарей с помощью современных технологий, которые сохраняют все полезные свойства природных компонентов без использования спирта, сахара и консервантов.

Главным элементом натурального компонента является трава саган-дайля, что в переводе с бурятского означает «продлевающая жизнь».

Существует легенда, согласно которой воины, возвращаясь с победой, втыкали свои колья в склоны Саян, чтобы отдать силу земле. Через некоторое время на этих местах появлялось растение, способное наполнять человека силой и здоровьем. Ему приписывают мистические и магические свойства, шаманы применяют саган-дайля в своих ритуалах для излечения от самых разных заболеваний.

«СаганДали» возвращает ростки здоровья в большой организм, позволяет вдохнуть новую жизнь в каждую клеточку вашего тела.

Главный технолог ООО «Здоровая семья Алтай» — Кислова Людмила Геннадьевна.

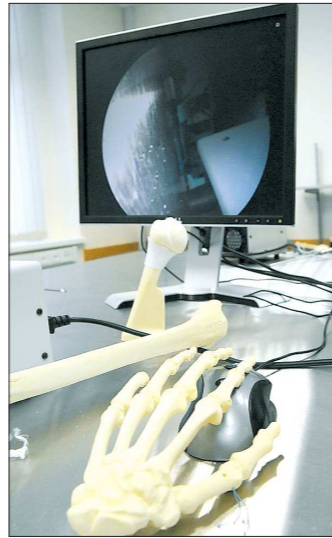


«13 признаков развода на диагноз»

В Екатеринбурге на фестивале науки «КСТАги», информационном партнёрском...

биорезонансной диагностики: «Аппарат функционирует на основе принципа усиления...

ОТСУТСТВИЕ ЗАКЛЮЧЕНИЯ «ЗДОРОВ». Псевдодиагностика обязательно найдёт у вас проблемы...



Псевдодиагностика найдёт у вас букет несуществующих болезней...

ческом центре их никогда не дадут. Там даже больничный лист не оформят.

Остальные признаки я называю малыми. Не обнаруживаются хирургические патологии...

Среди моих знакомых есть женщина с редкой патологией, у неё зеркальное отражение органов...

Невозможность подтвердить диагноз в поликлинике. Если вы скажете, что у вас закишение крови...

«Среди множества методов диагностики есть, безусловно, научные, но есть и созданные для выманивания у пациентов денег...

БОЛЬШОЙ СПЕКТР ДИАГНОСТИРУЕМЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ. Вам обещают обследовать чуть ли не все органы и системы сразу...

ПОСТАНОВКА ДИАГНОЗА, КОТОРЫЙ НЕЛЬЗЯ НАЗВАТЬ ЧИСТО МЕДИЦИНСКИМ. Медицинский диагноз легко проверить в поликлинике...

Лечение чудо-средствами. От несуществующих болезней назначают несуществующие лекарства...

НАУКООБРАЗНОЕ ОБЪЯСНЕНИЕ СУТИ МЕТОДИКИ. Приведу цитату из инструкции к аппарату для

Губернатор утвердил дату проведения Сабантуя

Нина ГЕОРГИЕВА
Национальный культурный праздник Сабантуй пройдёт на территории Сысертского городского округа 30 июня...

Губернатор дал необходимые поручения по подготовке и проведению праздника всем профильным министерствам и ведомствам.

Сабантуй прославляет силу и ловкость, трудолюбие и гостеприимство коренных народов Урала...

Центр слухопротезирования «Слух 66»
слуховые аппараты
выезд на дом приём бесплатный
При покупке аппарата - годовой запас батареек В ПОДАРОК!

ИНФОРМАЦИОННОЕ СООБЩЕНИЕ

Общество с ограниченной ответственностью «Оздоровительно-спортивный комплекс «Парк Победы» информирует общественность о подготовке документации для проведения оценки воздействия на окружающую среду (ОВОС)...

ОАО «УРАЛМЕТАЛЛУРГОМОНТАЖ»

объявляет, что годовое общее собрание акционеров состоится 15 мая 2018 в 10:00 по адресу: г. Екатеринбург, ул. Декабристов, 14, офис 217...

В соответствии с Федеральным законом от 03.11.2006 № 174-ФЗ «Об автономных учреждениях» и постановлением Правительства Свердловской области от 30.01.2009 № 64-ПП «Об утверждении форм отчётов о деятельности государственного автономного учреждения Свердловской области и об использовании закреплённого за ним имущества» ГАО «ЦСПСид «Каравелла» Верх-Исетского района города Екатеринбурга публикует отчёт о результатах деятельности государственного автономного учреждения и об использовании закреплённого за ним государственного имущества за 2017 г. на портале www.pravo.gov66.ru в разделе: «Официальная информация юридических лиц».

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ «ОБЛАСТНОЙ ГАЗЕТЫ»

Тел. (343) 262-70-00. E-mail: reklama@oblgazeta.ru

АО «Российский аукционный дом» (ОГРН 1097847233351, ИНН 7838430413, 190000, Санкт-Петербург, пер. Гривцова, д. 5, литера В, (812) 334-26-04, zamurueva@auction-house.ru, далее – ОА)

действующее на основании договора поручения с ООО «Складской комплекс ПЭМБИ» (ОГРН 1106659013449, ИНН 6659212625, КПП 667801001, адрес: 620050, Свердловская область, г. Екатеринбург, пер. Проходной, д. 7, далее – Должник), в лице конкурсного управляющего Чу Эдуарда Сановича (рег. №5532, ИНН 665800435269, СНИЛС 007-140-346 98, адрес: 620144, г. Екатеринбург, а/я 46, далее – КУ) – член Союза «Саморегулируемая организация арбитражных управляющих Северо-Запада» (ИНН 7825489593, ОГРН 1027809209471, адрес: 191060, г. СПб, ул. Смольного, д. 1/3, подъезд б), действующего на основании решения от 14.11.2017 г. Арбитражного суда Свердловской области по делу № А60-14038/2017, сообщая о проведении 20.06.2018 г. в 10:00 (мск) открытых электронных торгов на электронной торговой площадке АО «Российский аукционный дом» по адресу в сети Интернет: http://www.lot-online.ru/ (далее – ЭП) путём проведения аукциона, открытого по составу участников с открытой формой подачи предложений о цене.

ИНФОРМАЦИОННОЕ СООБЩЕНИЕ

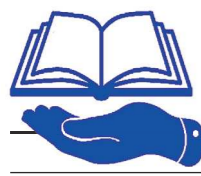
Общество с ограниченной ответственностью «Бетонные системы» информирует общественность о подготовке документации для проведения оценки воздействия на окружающую среду (ОВОС) намечаемой рекреационной деятельности при использовании земельного участка с кадастровым номером 66:41:0000000:569/3 (квартал №1-3, 5, 6, 48-50, часть: 7, 8, 10, 12, 46, 52) Юго-Западного лесного парка в г. Екатеринбурге.

ОТЧЁТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ИМУЩЕСТВА ЗАКРЕПЛЁННОГО ЗА ГАО ДПО СО «НЕВЬЯНСКИЙ УТЦ АПК»

за 2017 г., согласно ПП СО от 30.01.2009 № 64-ПП размещены на сайтах www.bus.gov.ru, www.nev-utp.ru.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ «РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ "ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА"». ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ

УЧРЕДИТЕЛИ: Губернатор Свердловской области, Законодательное собрание Свердловской области. АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЬСКОГО ОТДЕЛА: 620004, Екатеринбург, ул. Малышева, 101, 3-й этаж. АДРЕСА ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ: Газетные полосы: Регион - region@oblgazeta.ru; Область - oblast@oblgazeta.ru; Екатеринбург - ekb@oblgazeta.ru; Челябинск - chel@oblgazeta.ru; Пермь - perm@oblgazeta.ru; Курган - kurgan@oblgazeta.ru; Тюмень - tyumen@oblgazeta.ru; Ямало-Ненецкий автономный округ - jamal@oblgazeta.ru; Ханты-Мансийский автономный округ - khanty@oblgazeta.ru; Магнитогорский район - mag@oblgazeta.ru. ТЕЛЕФОНЫ: Приемная - 355-26-67; Бухгалтерия - 375-81-48; Редакция - 355-37-50; Отдел рекламы - 355-37-50; Отдел подписки - 355-37-50; Отдел распространения - 355-37-50; Отдел доставки - 355-37-50; Отдел доставки - 355-37-50. В соответствии со статьей 42 Закона Российской Федерации «О средствах массовой информации» редакция имеет право не отвечать на письма и не пересылать их в инстанции. За содержание и достоверность рекламных материалов ответственность несут рекламодатели. Все товары и услуги, рекламируемые в номере, подлежат обязательной сертификации. Цена действительна на момент публикации. Материалы, помеченные этим знаком, публикуются на коммерческой основе. Номер отпечатан в ГУП СО «Монетный шебеночный завод» СП «Бережливая типография». 623700, Свердловская область, г. Березовский, ул. Красных Героев, д. 10, Заказ 944. Сдача номера в печать: по графику – 20,00, фактически – 19,30. При перепечатке материалов ссылка на «ОГ» обязательна. Цена свободная.



Доверяйте своим детям

Детский писатель Светлана Лаврова – о принципе «не навреди» в медицине и литературе, фанфиках и эсэмэсках

Ксения КУЗНЕЦОВА

В апреле отмечается Международный день детской книги. В связи с этой датой «Областная газета» решила поговорить со **Светланой ЛАВРОВОЙ**, пожалуй, одной из самых известных детских писательниц Екатеринбургa, а по совместительству... врачом-нейрофизиологом. Мы обсудили, можно ли читать «Сумерки», опасен ли гроб на колёсиках, что стало с эпистолярным жанром и чем схожи профессии врача и писателя.



По профессии Светлана Лаврова нейрофизиолог. Но в её книжках «медицинской» темы совсем нет. Зато принцип «не навреди» она применяет и в работе с пациентами, и в работе над книгами

мозг ребёнка некими сведениями, чем развить душу. Я люблю писать «познавалки», но главным делом считаю всё-таки сочинение сказок. Это для души и моей и моего читателя.

— Часто от родителей можно услышать фразу: «Мой ребёнок ничего не читает, а сидит в Интернете». Но честно ли ждать что-то от ребёнка, например, когда родители сами давно не читали?

— Если ребёнок сидит в Интернете, это не значит, что он не читает. Возможно, он читает не то, что нам бы хотелось, но велика вероятность, что он именно читает. А соцсети, которые тоже ругают — это ведь и добро, и зло. Ребёнка в них пишит — ну да, это не сочинения об Онегине, но это то, что им интересно и что их волнует. Тут некоторые взрослые сожалели об упадке эпистолярного жанра — да нет никакого упадка, просто требования к письмам изменились, это должна быть или краткая и ёмкая эсэмэска, или потрясающий блог. А фанфики! Многие пишут в этом «неуважаемом» жанре, который на самом деле весьма полезен — они же учатся писать художественные произведения! А вот у нечитающих родителей, увы, редко бывают читательские дети.

— Вы много ездите по разным регионам и имеете возможность сравнивать разные литературные процессы. Как выглядит Екатеринбург на региональной карте?

— Когда я года два назад была в Праге, журналистка брала у меня интервью и сказала замечательную фразу: «Я смотрела в Интернете про детскую литературу на Урале и была поражена, сколько у вас детских писателей! У вас что ли земля такая особенная?». Я гордо ответила: «Да». И ехидно улыбнулась — земля там, не земля, а мы есть! И в самом деле, даже если говорить только о Екатеринбурге, а не обо всём Урале: возглавляет список совсем извечный классик **Владислав Крапивин**, интереснейшие авторы — **Ольга Колтакова** и **Андрей Шупов**, в последние годы к ним присоединились **Елена Ленковская** и **Евгения Перлова**. Екатеринбург очень неплохо смотрится на общем литературном фоне. Да, у нас нет регулярно выходящего детского журнала, они рождались и умирали в лихие девяностые и нулевые, и никто не дождал до сего дня. Зато есть рубрика «Детская» в журнале «Урал», и честь и хвала **Надежде Колтышевой**, «маме» этой рубрики, только она знает, как это было не просто и как это остаётся не

просто. И есть Крапивинская премия, единственная детская премия, в которой призёров выбирает живой и любимый классик — не «свадебный генерал», а писатель, на самом деле читающий лонг- и шорт-листы — **Владислав Крапивин**.

— Недавно у нас было интервью с неизвестным для вас детским писателем **Станиславом Востоковым**, который посоветовал родителям при выборе книг обращаться в детские библиотеки. На что советуете ориентироваться? Предполагаю, скажете: на Крапивинскую премию, членом жюри которой являетесь...

— Я совершенно согласна со Станиславом Востоковым, библиотекари лучше разбираются в литературе, чем продавцы книжных магазинов. Премии — это тоже критерий, конечно, например, в финал Крапивинской премии и другой любимой и прекрасной премии «Книгуру» плохие книги не проходят (я надеюсь). Юному читателю можно посоветовать книгу, но выбрать он должен сам. Я помню одну ситуацию: стою перед книжным прилавком в Озёрске, там продаются разные книги, подходит мама с подростком. Подросток хватается за «Занимательную ботанику» и говорит: «Вот эту я хочу». Мама поднимает его на смех: «Ты что, маленький? Цветочки, листочки... Давай возьмём вот эту, тут приложения, тут герои — твои сверстники, посмотри, вон погоня, или вот фантастика...» «Я вот эту хочу!» — упорствует подросток. Мама всё-таки купила приложения с героями-подростками, а сын отвернулся и сказал: «Я вообще не буду её читать ни за что», и уходя, погладил обложку «Ботаники». Ну и кому эта мама лучше сделала? Доверяйте своим детям.

— Я совершенно согласна со Станиславом Востоковым, библиотекари лучше разбираются в литературе, чем продавцы книжных магазинов. Премии — это тоже критерий, конечно, например, в финал Крапивинской премии и другой любимой и прекрасной премии «Книгуру» плохие книги не проходят (я надеюсь). Юному читателю можно посоветовать книгу, но выбрать он должен сам. Я помню одну ситуацию: стою перед книжным прилавком в Озёрске, там продаются разные книги, подходит мама с подростком. Подросток хватается за «Занимательную ботанику» и говорит: «Вот эту я хочу». Мама поднимает его на смех: «Ты что, маленький? Цветочки, листочки... Давай возьмём вот эту, тут приложения, тут герои — твои сверстники, посмотри, вон погоня, или вот фантастика...» «Я вот эту хочу!» — упорствует подросток. Мама всё-таки купила приложения с героями-подростками, а сын отвернулся и сказал: «Я вообще не буду её читать ни за что», и уходя, погладил обложку «Ботаники». Ну и кому эта мама лучше сделала? Доверяйте своим детям.

— Сегодня мир мобилен, а значит, и литература детских книг становится всё больше и больше. Можно ли сказать, что сегодня мы лишены книг, которую бы все читали, как когда-то «Мойдодыр»?

— А я не любила «Мойдодыра», хотя вообще **Чукковский** люблю и уважаю безмерно. Мне «Мойдодыр» казался слишком нравоучительным. Так что, какая уж это общая книга. И я не согласна, что литература должна быстро меняться. Мир мобилен, но человек стабилен. Да, мы выше и толще наших предков, но с точки зрения физиологии мы не отличаемся от кроманьонцев. Думаем мы быстрее, соображаем или быстрее двигаемся? Нет, наши прапрапрадеды, уворачиваясь от пещерного медведя или подныривая под занесённый меч крестоносца, должны были соображать и двигаться быстрее. И в литературе так же. Быстрее темпорит в современных произведениях, но основные страсти те же, даже проблемы те же. Ну сюжеты подинамичнее... хотя перечитайте «Сердца трёх» **Лондона** — куда уж динамичнее!

Пелевин, Петрушевская, Славникова: объявлен длинный список премии «Большая книга»

Объявлены произведения длинного списка 13-го сезона Национальной литературной премии «Большая книга». На этот раз в лонг-листе 41 книга, в том числе роман **«Прыжок в длину»** свердловского писателя **Ольги Славниковой**.

В этом году в длинном списке «Большой книги» как известные широкому читателю авторы: **Павел Басинский**, **Дмитрий Глуховский**, **Виктор Пелевин**, **Людмила Петрушевская**, так и новые для многих имена. Последних, пожалуй, даже более половины.

Председатель Совета экспертов **Михаил Бутов** во время объявления результатов в Москве отметил, что во многих сочинениях, представленных в длинном списке, присутствует «ироничная интонация» — казалось бы, исчезнувшая из русских романов.

Он также обратил внимание, что список 2018 года — один из самых длинных за всё время существования премии (кроме первого сезона, когда в нём вообще было 70 наименований).

Интересно, что эксперты «Большой книги» продолжают придерживаться стратегии, которая, как нам кажется, доказала свою состоятельность: и в лонг, и в шорт набирают книги намеренно разных жанров и объёмов — от романов до детективов. Так премия притягивает интерес самых разных читателей.

Было в списке и две безымянные рукописи, но теперь их авторство раскрыто — это «Бюро проверки» известного прозаика и публициста **Александра Архангельского**, а «Театр отчаяния или отчаянный театр» написал **Евгений Гришковец**.

Большие шансы на попадание в шорт-лист есть у реалистического романа «Текст» **Дмитрия Глуховского**. Кстати, на днях стало известно, что спектакль по этому произведению поставят в Театре им. М.И. Ермоловой.

Хотелось бы увидеть среди финалистов и **Марину Степанову** с книгой «Памяти памяти», которая транслирует важную тенденцию — обращение писателей к истории, но не в общем контексте, а в личном — через семью, свою родословную.

Напомним, в прошлом году в короткий список премии попал роман екатеринбуржца **Алексея Сальникова** «Петровы в гриппе и вокруг него». Но победителем был назван **Лев Данилкин** с книгой «Ленин. Панкратов солнечных пылинкой». Кстати, текст Ольги Славниковой «Любовь в седьмом вагоне» 2009 года была в финале «Большой книги» в 2012 году. **Ксения КУЗНЕЦОВА**

— Наверняка вы меня спросите о том, что такое хорошая детская литература? (Улыбается). Но я не знаю ответа. Максимум, на что я способна: «Хорошая детская литература — это хорошая литература». Не зря же в детскую литературу «перешли» многие произведения, которые совсем не мыслились как детские, та же «Сказка о рыбаке и рыбке» **Пушкина** и бесподобный «Конёк-Горбуну» **Ершова**, да можно десятка примеров назвать. Они были «взрослые», но они были хороши. И детская литература приняла их к себе.

— Но вы, наверное, знаете, что сегодня любят покрывать детскую литературу за «страшилки». Мол, дети читают «Сумерки» **Стефани Майер** или разные серии ужасиков.

— А вы посмотрите, что читают взрослые! Да «Сумерки» — это шедевр по сравнению с той бездарной серостью из дамских романов и кровавых тупых триллеров, в которые уткнулись их родители (если они читают, конечно). Пусть читают страшилки. Совсем маленьким детям с лабильной психикой, которым снятся страшные сны и которые боятся Бабу Ягу, таких книг не надо — опасно формирование невроза. А когда ребёнок

приближается к подростковому возрасту, это даже необходимо. **Страшные сказки, которыми пугали сто-двести-триста лет назад, и те истории про «чёрную руку» и «гроб на колёсиках», которые мы сами рассказывали в детстве, — это всё нужно. Ребёнок «проигрывает» страшную ситуацию и уже не так боится её в реальности** — это если очень упрощённо и примитивно сказать.

— Светлана Аркадьевна, по вашим ответам я чувствую, что говорю с врачом. Кстати, профессия как-то помогает в литературе? Ведь вы знаете всё о нервной системе, а в детском возрасте она особенно подвижна.

— Нет, профессия не помогает. Никто не знает о нервной системе не то что всё — даже миллионной доли «всего». А то, что я знаю, иногда даже мешает. Например, у меня где-то внутри смонтировано наше классическое «не навреди», и я не могу, например, писать о проблемах онкологии, потому что кто-то из моих пациентов может прочитать, и если я взяла неверный тон, ему это повредит — не морально, а физически, может быть ухудшение. А с точки зрения художественной литературы, может быть, это было бы

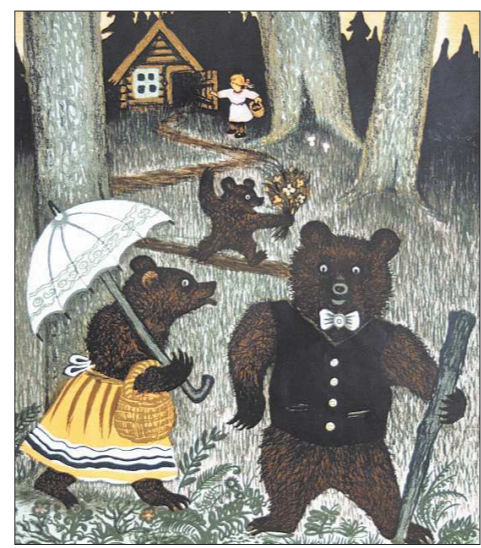
хорошо — так написать, жёстко и изнутри проблемы, но нельзя. Врачей сейчас все ругают, но им всё равно верят, когда заболит, и если что-то не так, тактично напишет другой писатель — это ничего, а если писатель-врач это может навредить. Я много раз говорила моим читателям: медицина — это не профессия, это мировоззрение, это состояние души, это религия даже. А профессия ничуть не экзотическая. И врач, и писатель лечат людей. Это похоже на профессию.

— Хотя вы и известны как писатель-сказочник, но я вижу, что в вашем творчестве много познавательной литературы: «Загадки и тайны старых картин», «Урал — кладовая земли», «Откуда берутся слова». Выходит, на такую литературу есть спрос?

— Да, и изрядный. Меня это тревожит. Я не раз сталкивалась с тем, что мамы охотнее покупают познавательные книжки, чем художественные. Потому что ребёнок прочитает, всё узнает, выучит, будет хорошо учиться, получит хорошую профессию, сделает карьеру и будет счастлив. А сказки и повести — какая от них польза? Современные родители часто считают, что важнее наполнить



Работа Владимира Зуева «Небылица» для книги «Песенки-потешки народов мира»



Юрий Васнецов — «Три медведя»

От классики отечественной иллюстрации — до современного взгляда на Гоголя

Пётр КАБАНОВ

В большом зале Свердловского областного отделения Союза художников России открылась выставка детской иллюстрации из коллекции Нижнетагильского музея изобразительных искусств (НТМИИ). В экспозиции представлено более 50 работ уральских и петербургских художников, охватывающих полный спектр такого интересного жанра, как детская книжная иллюстрация.

Детские иллюстрации — вещь серьёзная. Именно они «протыкают» дверь в мир произведений. Благодаря им мы можем представить себе героев и атмосферу. Иллюстрации задают общее настроение. Поэтому художник-иллюстратор всегда соавтор произведения, который со всей ответственностью участвует в передаче образного строя.

В Доме художника в основном выставлены работы петербургских (ленинградских) художников — **Юрия Васнецова**, **Станислава Вихарева**, **Екатерины Звонцовой**, **Олега Кукушкина**, а также иллюстрации тагильчан **Владимира Зуева** и **Петра Боллоха**. На выставке графические листы, выполненные в смешанных печатных и традиционных техниках, акварели и цветных литографий — от классики отечественной иллюстра-

ции до современного взгляда на **Гоголя**.

Наш музей был создан ленинградскими художниками в 1943 году, — рассказала «Областная газета» директор НТМИИ **Марина Агеева**. — Многие были эвакуированы в Нижний Тагил. Известный мастер **Феликс Лемберский** даже был какое-то время директором музея. Поэтому много работ нам досталось от питерских художников.

Юрий Васнецов — один из самых узнаваемых иллюстраторов детской литературы в Советском Союзе. Дальний родственник Василия Васнецова, некогда ученик **Казимира Малевича**, ещё в конце 1920-х годов для ленинградского «Детгиза» создавал иллюстрации для произведений **Бианки**. С тех пор массовыми тиражами неоднократно издавались многие книги для детей в оформлении Васнецова. Перечислять всех их не имеет смысла, работы Васнецова в детстве видел, наверное, едва ли не каждый ребёнок. Это и «Краденое солнце» **Чуковского**, и «Кошкин дом» **Маришака**, и «Конёк-Горбуну» **Ершова** и многие другие.

На экспозиции можно увидеть иллюстрации к не менее известным произведениям — «Три медведя» и «Кот-Воркот». Да, это те самые, такие знакомые с детства рисунки. Увальные-медведи, одетые в человеческую одежду, вовсе не злые, а милые, вызывающие улыбку. Или **Котофей Котофеевич**,



Пётр Боллох — «Видения Акакия Акакиевича»

обложенный яствами, с блаженным выражением лица. Детские книжки Васнецова стали классикой советского книжного искусства. — Васнецов многие свои работы перевёл в литографию. Когда её переводили в цвет, то можно было делать тираж — несколько тысяч экземпляров, — добавляет Агеева. — В советское время у художников было популярно делать подборки и продавать. В своё время мы купили работы у наследников. Если честно, ещё очень бы хотелось купить в музей его живопись. Мы, конечно, знаем его как замечательного иллюстратора, но в 30-е годы он писал совершенно изумительные живописные авангардные холсты. Неподдельный интерес

также вызывают работы **Петра Боллоха**. Боллох активно начал рисовать ещё с конца 1980-х годов, но в последние пять лет он обратился к иллюстрации. Боллох выполняет свои произведения в технике многослойной акварели. На выставке представлены его иллюстрации к повести Николая Гоголя «Шинель». Все они выверены до тончайших деталей.

Стоит также несколько слов сказать и про Екатерину Звонцову. Дочь известного ленинградского графика **Василия Звонцова** создала иллюстрацию к книге «Улыбка ясная природы», где собраны произведения русских писателей и поэтов о природе. У Звонцовой акварель мягкая, можно сказать спокойная. Без лишней детализации автор воссоздал образы природы — из **Куртина**, **Лермонтова**, **Бунина**.

Новую грань творчества представляет Владимир Зуев. Дело в том, что Зуев известен как мастер офорта, однако в 1998 году он создал фломастерами (!), шариковыми ручками и акварелью макет авторской книги «Песенки-потешки народов мира». К сожалению, в силу финансовых трудностей книга не вышла, однако работы Зуева сохранил, и у свердловчан есть уникальная возможность увидеть целый цикл иллюстраций к сказкам народов мира.

Выставка продлится до 15 мая (ул. Куйбышева, 97).

КНИЖНЫЕ ГОНКИ

«Областная газета» раз в месяц анализирует рейтинг продаж книжных магазинов, чтобы понять, какие произведения пользуются наибольшим спросом у свердловчан. В четвёртом выпуске спецпроекта мы решили посмотреть, пользуется ли сегодня спросом детская литература.

И взрослые не прочь почитать детские книги

Ксения КУЗНЕЦОВА

В апреле, в честь дня рождения **Ханса Христиана Андерсена**, отмечаем Международный день детской книги. Поэтому рубрику «Книжные гонки» мы решили посвятить детской литературе.

ЧТО ЧИТАЮТ ДЕТИ

Пока «взрослые» книги чутко реагируют на кризис, моду, технологии, детские произведения подобны лонгселлерам, то есть продаются по-прежнему, но стабильно.

— **Самуил Маршак**, **Корней Чуковский**, **Агния Барто** — это классика, как правило, не очень модная, но стабильная, — сказал продавец-консультант букинистической лавки «Йозеф Кнехт» **Сергей Соловьёв**. Рынок меняется, выходят роскошные книги, которые становятся бестселлерами, но классику продолжают покупать. Хотя некоторые сдвиги есть и тут: **Александр Пушкин**, например, впервые чуть ли ни в момент распада Союза снова входит в топ детских писателей. Это очень хорошая новость, но это не значит, что его не покупали раньше.

Такая стабильность вполне объяснима, потому что детскую книгу сложно заменить цифровым аналогом, ведь не будешь читать ребёнку с планшета. Как ни крути, но каждый родитель хочет дать своему ребёнку лучшее, и в эту категорию входит покупка ярких и красочных книг. А по топ продаж, к примеру, видна востребованность детской литературы. Так, у одного автора одинаково хорошо покупаются сразу несколько произведений, а у издательства — серия книг.

По представленным рейтингам видно, что классическая детская литература несколько уступает разнообраз-

ным приключенческим сагам, современным фэнтези и триллерам. Например, в большинстве топ продаж лидирует серия книг «Гравити Фолз» от студии Disney. Она создана по мотивам популярного американского сериала, где 12-летние двойняшки Диппер и Мэйбл Пайнс отдыхают на летних каникулах у своего двоюродного дедушки Стэна, владельца «Хижин Чудес». Так как сериал о городе, полном тайн и загадок, которые и пытаются раскрыть герои, на русском языке вышел в 2013 году, то он успел обрести армию поклонников разного возраста, да ещё и по всему миру. При этом дети хотят не просто читать книги, для них важен элемент игры в процессе познания, а в «Гравити Фолз» его достаточно.

Отсюда тенденция — в детской литературе преобладают развлекательные сюжеты. Возможно, из-за этого начинает набирать популярность формат комиксов.

КТО ВЫБИРАЕТ ЛИТЕРАТУРУ?

В каждом из рейтингов присутствуют классические авторы от Корнея Чуковского и Агнии Барто до **Антуана де Сент-Экзюпери**. Если 15-летний подросток сам выбирает себе чтение, то для тех, кто младше, этот вопрос регулируется родителями, и тогда топ вполне объясним. Хотя не исключено, что и сами дети общаются с такой литературой, например, в рамках школьной программы. Количество детской литературы растёт год от года, ставя родителей в тупик при выборе. Особенно тяжело, когда находишься вне контекста, и тогда родители выбирают, что читать — книги своего детства, в которых заложены простые незыблемые истины о хорошем и плохом.

— Я бы не сказала, что наш рынок перенасыщен, скорее,

«ЖИВОЕ СЛОВО»	«ДОМ КНИГИ»	«ЭКСМО»
Тери Терри , «Стертая»	Корней Чуковский , «Доктор Айболит», «Мойдодыр»	Алекс Хирш , Роб Рензетти , «Гравити Фолз. Дневник 3»
Вебб Холли , «Котёнок Усатик, или Отважное сердце»	Николай Носов , книги о приключениях Незнайки	Алекс Хирш , Роб Рензетти , «Гравити Фолз. Дневник 3»
Алекс Хирш , Роб Рензетти , «Гравити Фолз. Дневник 3»	Эдуард Успенский , серия книг о дяде Фёдоре, «Роккодил Гена и его друзья», «Про девочку Веру и обезьянку Анфису»	Антуан де Сент-Экзюпери , «Маленький принц»
Владислав Крапивин , «Бегство рогатых викингов»	Агния Барто , (стихи для малышей)	Джоан Роулинг , сага о Гарри Поттере
Издательство «Самовар», «По чемуему велению», «Цветик-семицветик»	Павел Бажов , «Уральские сказки»	Клайв Люис , «Хроники Нарнии»

он работает на разные интернет-каналы, — сказала директор сети «Живое слово» **Марина Боровикова**. — То, что раньше читали — читается и сегодня, того же **Виктора Васильева** и по школьной программе, и просто так. **Астрид Линдгрен**, **Владислав Крапивин** всегда имеют спрос. На одном уровне с такой классикой могут прийти в магазин и спрашивать, например, современную приключенческую литературу. Но я вот не приветствую, когда дети смотрят графические романы, так как не считают это серьёзным чтением, а вот родители покупают.

Можно выделить ещё одну особенность — сами взрослые не прочь почитать детские книги. Почитать по топ-10 видно, как с полком не уходит сага о Гарри Поттере. Складывается впечатление, что делить книги на «взрослые» и «детские» уже не актуально. — Да, сегодня рынок рождает большое предложение, в котором достаточно легко потеряться, — комментирует Сергей Соловьёв. — Для родителей ориентиром может послужить книжная критика, которая понемногу снова набирает популярность. А вообще, самым взрослым зачастую приятнее и понятнее: небольшой объём текста, красивое оформление, ностальгия по своему собствен-

ному детству. Сами дети начинают выбирать книги только в подростковом возрасте, да и то при правильном воспитании культуры чтения.

Ещё для детской литературы сегодня характерны разговоры на взрослые темы: о смерти, войнах, историческом времени. Топ продаж иллюстрирует такую тенденцию книга **Андрея Жвалевского** «Время всегда хорошее», в которой девочка из 2012 года перемещается в 1980-й. Автор же поднимает вопросы «В каком времени лучше?» и «Что такое лучше?»

Важно, что несколько позиций занимает мастер детской литературы как прошлого (**Павел Бажов**), так и настоящего (**Владислав Крапивин**). — Меня радует, что присутствуют классики, есть **Владислав Крапивин**, ибо без него говорить о детской литературе нельзя. Но увидели, что в топ продаж нет детских писателей: **Светланы Лавровой**, **Ольги Колтаковой**, **Елены Ленковской** — лидеров, которых у нас очень любят и знают, — прокомментировала заместитель главного редактора по развитию журнала «Урал» **Надежда Колтышева**. — В нашу школу ни зайти — все их знают, даже по программе читают. Наверное, нашим писателям не хватает маркетинговых решений.

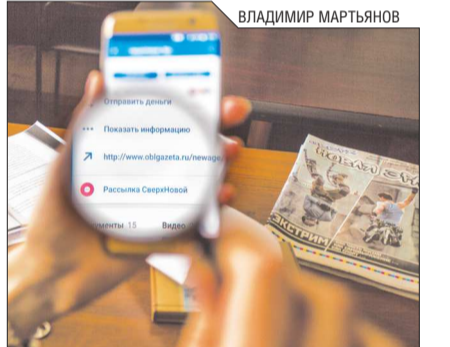
ПИСЬМО РЕДАКТОРА

Апрель, кажется, забыл, что он – весна. Пока мы готовили этот номер, на Урал обрушился снегопад. Буквально за несколько дней выпала месячная норма осадков. Только с улиц Екатеринбургa было вывезено больше 500 тонн снега. Тем не менее мы уверены, что настроение у вас всё равно весеннее и номер подготовили под стать ему. Если вы давно хотели начать новую жизнь и всё никак не собрались, сейчас лучшее время для этого.

Самое время начать подготовку своего тела к лету (вдруг тепло всё-таки придёт). «СверхНовая» пообщалась с нутрициологом и фитнес-тренером о том, как стать стройным, красивым и здоровым. С удовольствием делимся с вами секретами. Работая над формой, не забывайте и о содержании. Для того чтобы одно соответствовало другому, учитесь правильно говорить, а также привыкайте смотреть на жизнь позитивно. Как это сделать, мы также рассказали в нашем приложении. Лайки, конечно, не главное в жизни, но приятно, когда они есть. Разбираемся, как правильно вести аккаунты в соцсетях и покорить всех подписчиков. А чтобы применить все эти советы, заглядывайте на последнюю страничку. Там дана подробная инструкция о том, как повелевать временем.

В общем, этот номер – один большой лайфхак, который сделает вас немного лучше. А чтобы вы не очень гнались за идеалом, наши корреспонденты честно, как на духу, признались на страницах «СверхНовой» в своих маленьких недостатках. Ведь именно они подчёркивают нашу индивидуальность.

ФОТОФАКТ



Теперь читать «СверхНовую Зру» стало ещё удобнее. В нашем сообществе ВКонтакте заработала рассылка свежего номера. Материалы могут приходить к вам прямо в личные сообщения. Скорее подписывайтесь. Вы точно ничего не пропустите



Если мотивации на то, чтобы начать делать важные дела не хватает, можно воспользоваться маленькими увлечениями

#МОТИВИРУЙ СЕБЯ

Как перестать планировать и начать делать?

Многие из нас сталкиваются с проблемой, когда нужно сделать множество дел, а сил и желания не хватает. Всё из-за отсутствия мотивации. «СверхНовая» расскажет, почему иногда бывает так сложно совершать подвиги.

Мотивация – это то усилие, которое прикладывает к себе человек, чтобы преодолеть препятствие. В данном случае проблемой является нежелание что-либо делать. Например, нам не лень есть, спать, но вот уборка в доме, утренние пробежки почему-то вызывают желание отложить дела «на потом».

Составляй список достижений. Каждый раз, когда ты сделаешь над собой усилие и, например, сходишь на пробежку или напишешь хотя бы несколько страниц курсовой работы, обязательно отметь это в своём ежедневнике. И в следующий раз, как соберёшься что-то сделать, загляни в него, чтобы получить дозу мотивации для новых свершений.

Создай коллаж с изображением того, чего хочешь достичь. При виде вдохновляющих надписей и красивых рисунков будут включаться внутренние мотиваторы, которые тебе и помогут.

Мысли позитивно. Стакан всегда наполовину полон, помнишь? Оптимисту легче начать действовать, проче переносить трудности. Чтобы не потерять мотивацию – нужно надеяться только на лучшее.

Выдай себе «индугенцию». Кто не падает, тот и не живёт, ошибки делают человека сильнее и мудрее. Разреши себе наступать на грабли, не вини себя за оплошности. Нет плохого опыта. Неудачи расценивай как жизненные уроки, которые помогут тебе подпустить других оплошностей.

Анастасия КРАВЧЕНКО, 18 лет, департамент «Факультет журналистики» УрФУ прогуливаю первую пару, потому что люблю поспать

ПОРЯДОК В ГОЛОВЕ

2 стр. «СверхНовая Зра»

НОВОСТИ

#СВЕРХНОВЫЙ ВЗГЛЯД

Последние две недели были богаты событиями. Самые любопытные из них мы собрали для вас здесь, на страницах «СверхНовой Зры». Будьте в курсе новостей.

ВСЕ В КИНО

Любимый многими Данила Козловский теперь не только актёр, но и режиссёр. Неудивительно, что «Тренер» стал одной из самых ожидаемых картин этой весны. За несколько дней до премьеры состоялся предпоказ фильма в Екатеринбурге, где он получил немало хвалебных отзывов. О том, зачем Козловскому режиссура и какую роль сыграли футболисты в съёмках, читайте в «Областной газете».

В GOOGLE ЗАБАНИЛИ?

Теперь это не просто фигура речи. Блокировка Telegram стала одним из самых громких событий последних недель. Кроме мессенджера также пострадали IP-адреса и других сервисов, в том числе и любимого Google. В работе поисковой системы жаловались пользователи из разных уголков России. 56 процентов из них не смогли зайти на сайт, а 44 процента – столкнулись с проблемами во время поиска.

ФУТБОЛЬНАЯ ЛАВКА

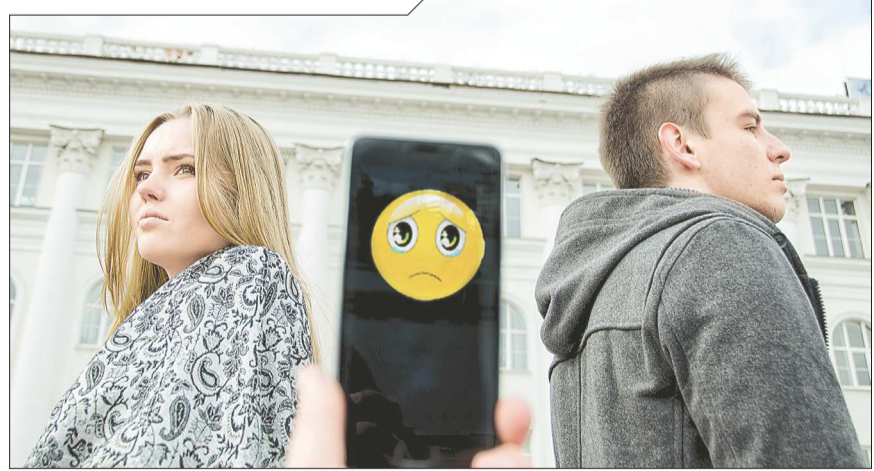
ЧМ-2018 уже не за горами. У вас есть возможность сохранить его частичку. Специально для своих читателей «Облазета» подготовила гид сувенирной продукции чемпионата на любой вкус: наклейки, открытки, марки, игрушки. Пусть это лето запомнится.

ОТ МАЛА ДО ВЕЛИКА

В прошлые выходные более полумиллиона россиян сдали тест по истории Великой Отечественной войны. В этом году акцию поддержали по всей России. Она собрала людей самого разного возраста, от пятнадцати до семидесяти пяти, но особенный интерес акция вызвала у студентов и школьников, что, конечно, не может не радовать. Вопросы были непростые, но задачи завалить кого-то не было, организаторы надеются, что тестирование заставит участников больше интересоваться историей.

#ПЕРЕСТАТЬ НЫТЬ

Краткое пособие для успешной жизни



Если друзья редко зовут тебя на встречи, задумайся, возможно, ты слишком часто жалуешься

Ещё Дэйл Карнеги говорил: «Будьте заняты. Это самое дешёвое лекарство на Земле – и одно из самых эффективных». Действительно, лучшее лекарство от проблем – это всегда быть при деле. Первый и главный совет психолога – начните действовать. Прежде всего займитесь спортом. Физические нагрузки помогут вернуть радость жизни. Найдите интересное хобби: языки, танцы, рисование... Перестать ныть – реально!

Научитесь мечтать. Довольные жизнью люди – это люди, умеющие ставить цели и добиваться их. Чтобы достигнуть желаемого, делите одну большую задачу на множество маленьких. Анна Цоколова советует ежедневно записывать свои достижения. Даже если это просто «встал вовремя» или «сделал три отжимания».

Подумайте, в чём вы полезны этому миру. Помогаете ли вы другим? Совершите маленький подвиг – и вы почувствуете себя нужным. Можно даже просто перевести старушку через дорогу, подойдёт.

– Радуйтесь мелочам. Когда хочется пожаловаться, подумайте, что хорошего есть в настоящем моменте, пусть это будет даже самое простое: вы здоровы, у вас есть руки и ноги, ваши близкие живы, у вас есть еда, – советует Анна Цоколова.

Таких людей очень важно мягко поддерживать. Но если вы делаете это, а ничего не меняется, попытайтесь заставить человека вспомнить, о чём вы говорили. Пусть пока это не его мысли, а только ваши слова, но он их должен воспринимать самостоятельно. Если вы видите, что вашей поддержки недостаточно, лучше посоветовать ему обратиться к специалисту, так как обычное нытьё может перерасти в депрессию.

МОЙ ДРУГ – НЫТИК

Люди устают от негативно настроенного человека. Есть несколько вариантов развития событий: либо оставить его на произвол судьбы, либо попытаться помочь.

Люди устают от негативно настроенного человека. Есть несколько вариантов развития событий: либо оставить его на произвол судьбы, либо попытаться помочь.

Александра СКОРОБОГОВА, 17 лет, гимназия № 40, Екатеринбург, 11-й класс. Плохо знаю физику

ВСЁ УСПЕТЬ

5 стр. «СверхНовая Зра»

№8 (17) / 27 апреля 2018 года

#ПОВЕЛЕНВАЙ ВРЕМЕНЕМ

Что делать, если в сутках всего 24 часа?

Если перевести «тайм-менеджмент» дословно, то это управление временем. Но оно, к сожалению, не так неапативно от нашего желания. Как же планировать день, чтобы успевать всё? Об этом «СверхНовой Зре» рассказала Алексей Кунин, начальник управления развития студенческого потенциала Уральского федерального университета, который уже более 10 лет занимается самоорганизацией и обучает этому других людей.



АЛЕКСЕЙ КУНИНОВ

«Мне нравится программа для управления проектами Trello. Это ценное пространство для управления задачами, которое можно организовать очень эффективно»

Время – это единственный ресурс, который нельзя вернуть. Цель тайм-менеджмента – не успеть как можно больше дел, а не отвлекаться на бесполезные мелочи. Легко утонуть в мелких делах и забить о себе.

Судите, вспомните, что хотите сделать. Посмотрите на этот список и вычеркните всё, что потеряло актуальность. Этот простой шаг избавит от ощущения «кучи не сделанных дел». Оставшиеся нужно распределить по приоритету и начать делать. Можете вести дневник и записывать туда, что успели за день.

Купите ежедневник с которым будет приятно работать, или найдите программу, которая для вас будет удобна. Лучший инструмент – тот, который вам комфортно пользоваться. Если что-то не нравится – мы быстро от этого отказываемся.

Частая ошибка новичков – попытка расставить все дела в секунду времени, не оставив промежутков. Это обычно и приводит к разочарованию в тайм-менеджменте. Сначала составляйте список дел на отдельном листочке бумаги.

Конечно, мы все хотим, чтобы дела шли так как задумано. Но планам свойственно меняться. Все задания можно разделить на две категории – жёсткие и гибкие. Первые – это те, которые нужно выполнить в конкретное время. Например, шеф назначил встречу на завтра на 14:00. Вы же не собираетесь уловить суть? Значит, придётся туда ходить, хочешь или нет. Или вы записались к хорошему стоматологу, очередь к которому на 3 месяца вперед. Он может принять вас только в четверг в 15:30. Скорее всего, вы пойдёте. Эти задания мы вносим в сексу, лучше сразу отметить, сколько времени они займут.

Выполнение гибких задач не «прибито» к конкретному времени

Например, вам нужно выпонить домашнее задание по физике, его можно сделать. Днём или вечером, вряд ли от этого что-то принципиально поменяется. Когда у вас обнаруживается интервал между жесткими задачами, используйте его для решения гибких. Разберитесь, какие из них наиболее важны и выпонните по приоритету. То, что не успеете выпоннить, останется на следующий день или же потеряет свою актуальность. Лавина сбежавших заданий, впрочем, можно разделить на две категории – жёсткие и гибкие. Первые – это те, которые нужно выпоннить в конкретное время. Например, шеф назначил встречу на завтра на 14:00. Вы же не собираетесь уловить суть? Значит, придётся туда ходить, хочешь или нет. Или вы записались к хорошему стоматологу, очередь к которому на 3 месяца вперед. Он может принять вас только в четверг в 15:30. Скорее всего, вы пойдёте. Эти задания мы вносим в сексу, лучше сразу отметить, сколько времени они займут.

Улучшение времени не вернуть. Можно вернуть деньги и даже иногда восстановить здоровье. А жизнь, к сожалению, конечна. Нам всем хочется прожить её эффективно. Начав планировать, вы не сможете потом от этого отказаться, потому что реально будете успевать больше.

Не спешите, переделать всё подardy. В современном мире это очень сложно, если вообще возможно. Нужно научиться не просто успевать всё, а давать то, что действительно нужно. И конечно, не забывайте про себя.

Владислав КОЛОТОВА, 18 лет, департамент «Факультет журналистики» УрФУ много и громко рассказывает

«СВЕРХНОВАЯ ЗРА» ПРИЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. Контактная информация: Юлия Белополова, Анастасия Кунин, Андрей Кунин, ул. Малышева, 101, офис 555. Email: ne@oblgazeta.ru

НОВАЯ ЖИЗНЬ С ПОНЕДЕЛЬНИКА. #ПЕРЕСТАТЬ ЛЕНИТЬСЯ 2 стр., #ПОКОРИТЬ МИР 3 стр., #СОБРАТЬ ВСЕ ЛАЙКИ 4 стр., #ПРИВЕСТИ СЕБЯ В ФОРМУ 4 стр.

СВЕРХНОВАЯ ЗРА. Модельный суперфитнес «Ольга Пятницкая, 27 апреля 2018 года, №8 (17)». Image of a woman with long hair and a crown.

АЛЕКСЕЙ КУНИЛОВ



Перед началом выступления спокойно осмотрите зал и только потом начинайте говорить

#Во весь голос

Секреты публичных выступлений

Можно сколько угодно тратить времени на внешность: покупать красивую одежду, ходить в спортзал. Но даже самое лучшее первое впечатление можно перечеркнуть, просто раскрыв рот. Не секрет, что то, как мы говорим, напрямую влияет на мнение окружающих. «СверхНовая Эра» решила узнать, как сделать, чтобы ваша речь лилась легко и завораживала окружающих.

■ СЕЙЧАС Я ВАМ РАССКАЖУ...

Любое публичное выступление – это стресс. Мы все стараемся избежать того, что нас пугает, заставляя нервничать. Но, к сожалению, невозможно стать хорошим оратором, не выходя из аудитории. Ксения Телешова, телеведущая и речевой тренер, утверждает, что давно перестала бояться публичных выступлений. И не удивительно, ведь она постоянно на виду.

К слову, способы борьбы со страхом есть, они просты. Самое главное – это тема выступления, она должна быть интересна самому говорящему. Если приходится рассказывать о чём-то не очень увлекательном, нужно попытаться «заразиться» вопросом: найти какие-то новые любопытные материалы, факты. Желание поделиться интересной информацией обычно сильнее страха. Кроме того, во время выступления стоит обращать внимание на своё тело.

Когда мы боимся, мышцы всегда напрягаются, неважно, что является источником страха: злые собаки, гнев родителей или что-то другое, – объясняет профессор ЕПТИ, заведующая кафедрой сценической речи Азалия Блинова. – Когда мы выходим на аудиторию, у насжимаются плечи, шея. Кровь не поступает к голове, мы начинаем плохо соображать. Учитесь расслаблять зажим плечевого пояса, тело должно быть свободным.

■ А ЧТО ВНУТРИ?

Во время выступления сохраняйте спокойствие: вы однозначно лучше знакомы с темой, чем слушатели. Азалия Блинова отмечает, что ораторское мастерство – это искусство. Когда актёр исполняет роль, например, Гамлета, он приходит в театр за несколько часов и готовится, даже если играет этого персонажа давным-давно. Нужно настраивать себя на выход и готовиться.

Ещё Марк Твен говорил: «Ни одна импровизация не даётся мне так хорошо как та, которую я готовил три дня». Для любого выступления должны быть подобраны иллюстрации, доказательства высказываний, – объясняет преподаватель. – Держите перед собой план, в котором написаны главные тезисы выступления, можно зафиксировать их даже на ладонке.

Кстати, этот принцип работает и в межличностном общении. Если перед знакомством с человеком у вас есть возможность узнать о нём какую-то информацию, обязательно воспользуйтесь ею. – К любой речи нужно готовиться, – предупреждает Азалия Блинова. – Даже если вы собираетесь выяснять отношения со второй половинкой. Запишите себе проблему, основные мысли, подготовьте маленькие доказательства, тогда во время разговора получится говорить убедительно, спокойно, доброжелательно, не нервничая. Также полезно использовать в речи яркие выражения, фразеологизмы. Например, на собеседовании при устройстве на работу можно сказать, что ваш бывший начальник и его помощник не ладили между собой и вы были между ними как между Сциллой и Харибдой. Главное, удостоверьтесь, что вас поймут.

Голос – это всего лишь инструмент.

Мысль о том, что важна не форма, а содержание, общеизвестна и верна. Красиво и правильно произносить слова недостаточно. Главное, какой смысл вы в них будете вкладывать.

Эмоциональный интеллект – вероятно глубокая тема. Я много вкладываю в своё образование и делаю это регулярно, – отмечает Ксения Телешова. – Важно всё: содержание, энергетика, эмпатия. Именно они делают нас крутыми переговорщиками. Сегодня люди готовы платить за информацию не так уж много. Дорога интерпретация этой информации. Поэтому очень важно не только что говорится, но и кто это делает. Человек должен быть успешен, быть экспертом в какой-либо области. Никто не хочет слушать информацию от людей, которые сами не являются примером.

Здесь нет универсального рецепта, – объясняет она. – Выбирать регистр, громкость, тембр нужно исходя из конкретной аудитории или человека, с которым общаетесь. Поэтому нужно учиться управлять своим голосом, чем лучше вы умеете его ставить, тем в более выгодной ситуации будете. Настоящий профессионал постоянно вкладывается в себя.

Это, кстати, касается и вечной дилеммы, с какой громкостью нужно звучать. Ведь крикунов никто не любит, а шептун просто не слышат.

Всё индивидуально, когда-то нужно разговаривать громко, иногда очень аккуратно, тихо, – продолжает телеведу-

щая. – Абсолютно точно в голосе должна быть мелодика, глубина. Он должен быть завораживающим, поставленным. Когда люди пытаются быстро схватить какие-то шаблоны, это, как правило, выглядит смешно.

Работа над речью похожа на фитнес – это тренировка голосовых связок, дыхания. Но учась красиво говорить, мы работаем не только над телом, но и над сознанием, ведь именно голова управляет нашими речеголовосовыми органами.

Я бы не стала заниматься голосом самостоятельно, – говорит Азалия Блинова. – Как и в спорте, здесь можно не рассчитать нагрузку и надорваться. В Интернете, конечно, есть материалы, но в них легко запутаться, некоторые выступления там выглядят жутко, заставляют глаза, размахивают руками. Сейчас в городе множество школ, которые учат правильно говорить. В театральном институте также есть курсы по постановке голоса, у нас есть педагоги-речевики, работа проходит органично. Самому работать только с уральским говором и то если есть хороший слух и чувство ритма.

Педагоги советуют использовать любую возможность тренировать свои ораторские способности. С каждым разом выступать вам будет всё проще. Подготовьтесь, и на дне рождения друга поздравьте его громко при всех. Или перескажите своей приятельнице содержание понравившегося фильма или книги – это тоже полезный опыт. И, конечно, не забывайте читать книги, ведь хорошо говорить со скудным словарным запасом невозможно.

Юлия ШАМРО, 21 год, департамент «Факультет журналистики» УрФУ
идеально назову бардак

#Спорт в радость

Как успеть привести себя в форму до лета

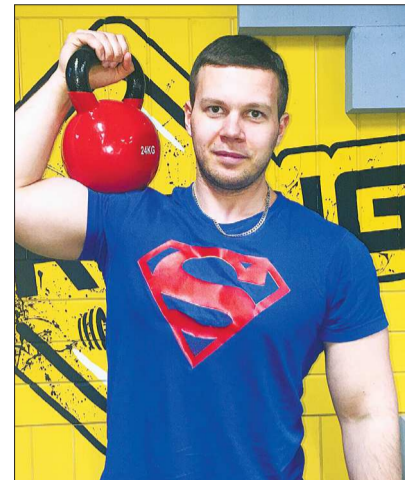
Весна уже подходит к концу, а многие из нас до сих пор задаются вопросом, как привести своё тело в порядок? Начать заниматься мешают лень, незнание, с чего начать, страх сделать что-то не так... За советом «СверхНовая Эра» обратилась к опытному фитнес-тренеру Андрею Сорокину, его стаж – 8 лет. Он рассказал нам, как сделать походы в зал полезными и приятными.

Выберите клуб рядом с домом, путь до него не должен вас утомлять и превращаться в отговорку. Посмотрите отзывы о клубе. Обратите внимание на интерьер, свежесть ремонта. Не стесняйтесь пройтись по залам, осмотреться, побеседовать с клиентами и персоналом. Ваш комфорт – превыше всего.

Купите себе новые спортивные вещи, их обязательно захочется «выгулять». Выбирайте одежду, которая не будет сковывать движения. Обувь должна быть мягкой лёгкой с хорошим супинатором. Также не стоит слишком утепляться, эффективность тренировок от количества слоёв одежды не повысится.

Большинство занимающихся не знают, чего они ждут от походов в зал. Поставьте конкретную цель: подтянуться 30 раз, влезть в любимую юбку или же просто скинуть пару килограммов. Предложите другу заниматься вместе, вдвоём легче начать и сложнее бросить на половине пути. Можете даже поспорить, что приведёте себя в форму быстрее. Азарт – неплохой способ мотивации.

Если начинаешь заниматься с нуля, то лучше обратиться к тренеру. Он введёт тебя в курс дела, расскажет о технике безопасности, подберёт комплекс упражнений. Сейчас много пособий, видеуроков, но, к со-



Тренер – лучший друг в спортзале, он помогает сделать занятия эффективными, а главное, безопасными

жалению, они не научат правильно выполнять упражнения, а иногда самостоятельные занятия могут даже навредить.

Не уделять внимание питанию – ошибка. Новички не задумываются о своём рационе и в итоге не видят результата. Начинайте свой день с каш. На обед лично я предпочитаю гуляш из соевого мяса, отварные цельнозерновые макароны с нежирным сыром или запечённую цветную капусту в панирке из манки, сливок и яичного белка. Перекусывать можно рикотой или гречневыми хлебцами

с творогом и зеленью, кефиром, ложечкой мёда или варенья. Закончить день можно лёгкой творожной запеканкой и овощным салатом.

Самое оптимальное время для занятий – утро. У человека есть пять форм утомления: психологическое, умственное, биологическое, эмоциональное и физическое. Если вы занимаетесь вечером, то по какому-то из этих пунктов будете испытывать усталость. Утром организм бодр и гормональный фон находится на благоприятном уровне.

Длительность тренировки нужно подбирать под себя. Не пытайтесь повторить результат других. Тренируйтесь так, как комфортно вашему телу. Любая тренировка делится на четыре части: подготовка, кардиоаэробика, основная часть и заключительная. На продолжительность занятий влияют пол, возраст, физическая подготовка. Обычно занятия длятся от часа до двух.

Не стоит бояться боли в мышцах после тренировок. Это происходит из-за выработки молочной кислоты, она образуется во время поступления в организм кислорода. Возникает небольшой воспалительный процесс, незначительные микроразрывы в мышечных волокнах. Это естественный процесс. Хорошее питание, сон, массаж и сауны, растяжка после тренировок – всё это поможет вернуть боль в мышцы.

Екатерина ОГЛЕЗНЕВА, Екатеринбург, школа №68, 16 лет
ЕМ много сладкого

#Худей правильно

Гармония в питании – залог здоровья и дисциплины

Обычно, когда люди хотят начать новую жизнь, они начинают задумываться о питании. Не секрет, что диеты работают только до тех пор, пока им следуешь, для того чтобы оставаться здоровым и привлекательным, нужно есть правильную еду постоянно. Но школад и пицца такие вкусные, а человек подвержен соблазнам... Нутрициолог (специалист по питанию) Алена СОЛОМЕННИКОВА рассказывает «СверхНовой», как побороть страсть к вредной пище и наконец обрести желанную фигуру.

Питание по графику влияет на самодисциплину. Необходимо заранее готовить еду для каждого приёма пищи, питаться по графику. Нет волшебных пилюль и порошков для похудения. Необходимо потратить время и силы, чтобы стать красивым и счастливым.

На мой взгляд, любовь к вредной пище идёт от неуверенности в себе. Мы заедаем сладким и жирным стресс и грусть. Каждый сам должен сделать выбор: пойти на поводу своих комплексов и съест что-то непозелное или сдержаться и быть привлекательным.

Когда мои подопечные хотят сорваться, я всегда спрашиваю у них: «Кого вы хотите видеть в зеркале, красивого стройного человека или полного, со складочками?» Чаще всего наше желание съест лишнее – это психологический голод. Удовольствие будет коротким. Но если совсем невмоготу, я разрешаю съесть небольшую дольку чёрного шоколада или овощной салатик.



Питание – это дело привычки. Если в вашей семье едят полезную пищу, вы тоже скорее всего будете её любить

Всё зависит от цели. Если хотите похудеть, то нужно отказаться от вредных вкусовых. А если просто хотите улучшить здоровье, можно съесть, например, шоколадку. Главное, чтобы в рационе соблюдался баланс жиров, белков и углеводов.

Люди часто занимаются самообманом. Не считают калории, тип приготовления пищи, количество масла. Некоторые говорят, что много едят, потому что тренируются. Но если потреблять калорий больше, чем тратит в зале, – похудеть нельзя.

Задачи должны быть определёнными. Например, некоторые начинают сбрасывать лишний вес и худеют, худеют, худеют. Нужно ставить перед собой цели, обязательно колоссальные, но всегда конечные.

ЛАВЕЛ ВОРОЖЦОВ



Главное в соцсетях – это регулярность. Но не забывайте о чувстве меры

#Имидж в соцсетях

О лайках, эмоджи и опросах

Популярные блогеры зарабатывают на своих аккаунтах миллионы, а крупные компании нанимают целый штат специалистов, работающих с соцсетями. Ведение личных страниц в Интернете – целая наука. Мы предлагаем начать её освоение со своего профиля. О правилах игры во Всемирной паутине рассказали руководители одного из уральских SMM-агентств Наталья ПОПОВА.

– Некоторые публикуют огромное количество постов в день, а некоторые ничего не пишут на своей странице месяцами... Где же золотая середина?

– Нет определённых законов, можно выставлять и одну запись в неделю, и три в день. Но в социальных сетях, например, во «ВКонтакте», не рекомендуется выкладывать более пяти публикаций в день, они просто не воспринимаются публикой.

– Как получить желанные лайки и репосты? – Можно просто попросить об этом своих друзей. Но не забывайте в ответ делать то же самое. Посещайте популярные интернет-площадки, оставляйте свои комментарии там. Попробуйте организовывать опросы, писать провокационные посты. Но помните: не стоит затрагивать темы, которые могут обидеть человека или ущемить его права.

– Что касается аватарки, какой она должна быть? – Безусловно, настоящей. Необходимо подбирать качественное фото. Имя и фамилию следует тоже указывать действительные, фальшивые фотографии и никнеймы доверия у посетителей вашей странички не вызовут.

– Уместно ли использовать в сообщениях смайлики или это детский сад? – Эмоджи нельзя злоупотреблять, но их наличие поощряется. Например, в рекламных постах не рекомендуется наличие более четырёх смайлов. Они делают текст более интересным и доступным для прочтения.

– Люди, которые живут только работой, – никому не интересны, бездельники – тоже. Какое должно быть соотношение на страничке личной и деловой информации?

– Конкретной цифры нет. Главное, ваша уникальность. Посты и тексты могут быть связаны и с работой. Кстати, не стесняйтесь рассказывать о своих успехах.

КАК ПРИВЛЕЧЬ ПОДПИСЧИКОВ

■ Заведите на своей страничке постоянных героев и публикуйте про них посты. Это могут быть домашняды, одноклассники, друзья.

■ Придерживайтесь единого стиля. Обрабатывайте все фото одним фильтром, используйте единый световой акцент на изображениях.

■ Задавайте вопросы. Спрашивайте совета, куда сходить, как поступить. Ваши друзья начнут отвечать вам в комментариях и тем самым спровоцируют активность.

■ Следите за тем, что происходит в мире. Поздравляйте подписчиков с праздниками, затрагивайте важные проблемы, пишите об опыте и ошибках. Это интересно.

■ Рассказывайте о своих эмоциях. Завели щенка, отправились на прогулку в парк, встретились с друзьями? Поделитесь впечатлениями со всем миром.

Софья БЕЛЯЕВА, 18 лет, департамент «Факультет журналистики» УрФУ
постоянно опаздываю на 4 минуты

Анна МАКУШИНА, 17 лет, Красноуральск, школа №32, 11-й класс
обидчивая и люблю попить