

«И никогда ни один взрослый,
не поймёт, как это важно!»
Антуан де Сент-Экзюпери.



ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА НОВАЯ ЭРА

Суббота
20 октября 2012

№ 420 (6476)

Цена в розницу - свободная

Веб-сайт: <http://www.OblGazeta.ru>

Молодёжный спецвыпуск

Не один в доме

Екатеринбургская студентка занялась воспитанием ребёнка,
оставшегося без попечения родителей

Моей подруге Даше Вустриковой 19 лет. Каждую неделю она приезжает в детский дом, где навещает маленького мальчика Андрюшу. Вместе они играют, ходят гулять, познают мир. Даша абсолютно уверена – уже никогда она не сможет его оставить.

КАК ВСЕ НАЧИНАЛОСЬ

Когда мне было лет пятнадцать, моя душа рвалась помогать бездомным собакам и брошенным детям. Я ходила в школу и постоянно размышляла на тему нравственности вместе со своей хорошей подругой. Наши школьные мысли были светлыми и полны искренности. Мы не только строили воздушные замки по поводу волонтерства, а искали детский дом, в который бы нас взяли помощниками, но потом что-то нарушилось в нашей дружбе, мы перестали общаться. Я каждый день думала о том, что так всё заканчиваться не должно: ни наша дружба, ни наше общее дело.

Прошёл год. Я попыталась выйти на контакт с подругой и была приятно удивлена, что она пошла мне навстречу. Я увидела, что её жизнь изменилась в лучшую сторону, а самым приятным для меня стало то, что она дошла

до конца и теперь несколько раз в неделю ездит в детский дом навещать маленького мальчика.

Попасть туда было совсем непросто. Даша прошла через анализы в больницах и собеседования психологов. Чтобы работать с детьми, нужно многое знать и уметь, а ещё иметь большое сердце, быть терпеливой и понимать, что ребёнок – это очень сложное существо, и всё, что он испытывает в детстве, может аукнуться во взрослом возрасте.

Со дня первого визита Даша в детский дом прошло полтора года. Моя подруга в Доме ребёнка теперь уже не просто гостя. Она – наставник маленького Андрюши.

Этот малыш сильно отличается от других – у него врождённый дефект – отсутствуют уши. Родители, бросившие его, возможно, побоялись слишком большой ответственности, ведь это сложное испытание – воспитывать ин-



Даша и Андрей ходят вместе на прогулку каждые выходные.

Фото Екатерины ХАМИДУЛИНОЙ.

• КСТАТИ

Добровольческое движение «Дорогами добра» предлагает каждому помочь детям из детских домов на акции «Ёлка желаний». Сейчас волонтеры движения собирают от детей из 70 областных детских домов их письма Деду Морозу с пожеланиями на Новый год. А с 16 ноября в крупных торговых центрах Екатеринбурга появятся ёлки с детскими открытками и пункты приёма подарков. Работа также будет вестись через Интернет – социальные сети, форумы и блоги.

Пожелания у детей самые разные – от кукол и тёплых пледов до велосипедов и mp-3 плееров. Лена из Буланаша мечтает о розовой курточке и пяти «сникерсах». А Женя из Сухого Лога хочет выучить родной язык при помощи таджикско-русского словаря. Акция проходит 12-й год подряд. В прошлом году свердловчанам вместе удалось поздравить 6000 малышей. Этот год принёс почти 7000 заявок Деду Морозу.

• «НЭ» - НАШ ЭКСПЕРТ

Эрика КОТЕНКОВА, директор Свердловской школы-интерната для детей-сирот

– В последние три года особенно популярна новая форма опеки над ребятами из детских домов, её называют патронатом. Ребёнок, над которым оформлен патронат, остаётся жить в детдоме, при этом его навещают, могут забирать на прогулки или водить куда-то ещё. Как правило, патронат возможен с ребятами постарше – им можно объяснить: «Ты живёшь, как и прежде, в детском доме, но я при этом буду твоим другом, буду приходить к тебе, будем вместе гулять, ходить ко мне в гости, в кино или ещё куда-то». Дети помладше могут очень болезненно воспринимать каждое возвращение обратно в детдом после такой прогулки, ждать, что их заберут в семью, как-то рассчитывать на этого человека.

Перед Новым годом наши дети писали на листочках о своих желаниях, и одна девочка написала: «Я хочу посидеть в ванне, полной пены». Такое простое и осуществимое желание для обычного ребёнка. И трудноосуществимое для детдомовского – у нас душевые кабины по

одной на этаж. В этом смысле патронат помог бы ребёнку в осуществлении простой мечты. Дети в детдоме нуждаются в друзьях, которые приходят к ним просто так, не потому, что это их работа, а потому, что им интересно и важно общение с ними.

Патронат осуществляется через органы опеки. Там же проверяют информацию о человеке, который хочет его оформить. Это очень серьёзно. Детей нельзя доверить кому попало.

В нашем детском доме такой формы, как патронат, пока не существует. Но сейчас мы запускаем проект «Мой и твой день рождения в один день». Человек, у которого день рождения в один день с каким-то нашим ребёнком, может устроить для него праздник, провести с ним время. Не факт, что реализовать проект окажется просто. Ребёнок может и сам не захотеть общаться с незнакомым человеком. Особенно такое вероятно, если он старше десяти лет. Младшие дети открыты к общению с посторонними людьми – на подсознании они все хотят семью, в старшем возрасте смиряются со своим положением и общаются с посторонними с меньшей охотой.

валида. Но они не подумали, насколько тяжело сейчас самому ребёнку, который брошен на произвол судьбы.

Я наблюдала за успехами моей подруги вместе с этим ребёнком. Андрей менялся на глазах. Он научился ходить, стал многое понимать, растёт сильным мужчиной. Он называет Дашу мамой и всегда плачет, когда она уходит.

ПЕРВАЯ ВСТРЕЧА

– Первый раз я увидела Андрюшу 28 октября 2011 года. Я просто пришла в детский дом, хотела позаниматься с детками, но мне сказали, что просто так ходить к кому-то нет смысла и показали Андрюшку. Сначала я растерялась, потому что он не похож

на других. Недели две-три у нас ушло на привыкание друг к другу, – рассказала мне подруга. Я, в свою очередь, знаю, что она никогда не сторонится подобных вещей. Существует очень много людей с нарушениями, она всегда относилась к этому понимающе.

Моя подруга – очень светлый человек. Она рассказывает о том, как переживает, если не побывает в детском доме и не увидится с Андрюшей. С горящими глазами она говорит о том, что её стали отпускать вместе с Андрюшей за пределы дома ребёнка, рассказала о том, как они прокатились на трамвае.

(Окончание на 6-й стр.).

Звонок раздался В ночи

**Старшеклассники мечтают учиться во вторую смену,
несмотря на все её недостатки**

Живёте вы спокойно, и вдруг как снег на голову обрушивается новость, что вы будете учиться со второй смены. Хорошо это или плохо? Я опросила 484 школьника. И удивительно, только одна пятая из них огорчилась бы от этой новости.

Старшеклассница екатеринбургской школы №29 Мария Герасимова всегда училась с первой смены. Она признаётся, что не отказалась бы изменить свой график учёбы.

—Учиться со второй смены удобно не только из-за того, что можно подольше поспать, — говорит Мария. — Ко второй половине дня уже уверенно и спокойно вникаешь в происходящее на уроке, а не спишь, как это нередко бывает.

Одиннадцатиклассница Ирина Боровкова из школы №9 Артёмовского городского округа поддерживает Марию. Она уверена, что учиться со второй смены было бы неплохо. Но большая нагрузка мешает. Тогда из плотного графика учащегося старших классов выпадут факультативы и дополнительные занятия. Так что из двух зол она предпочитает выбирать ранний подъём.

Старшеклассница Анжелика Русинова из школы №30 Асбеста училась как с первой, так и со второй смены. И возвращаться после занятий поздно вечером ей совсем не нравится.

—Ещё же хочется погулять! — объясняет Анжелика. — Но нужно делать уроки, так как утром хочется выспаться. Таким образом, сбивается режим дня. Я считаю, что учёба должна начинаться с десяти утра.

Гораздо более категорично настроены



Фото Бориса СЕМАВИНА.

Мучиться от недосыпа, если учишься с первой смены? Или засыпать от усталости, когда уроки допоздна? Где же золотая середина?

младшеклассники и их родители. Чем же им вторая смена не угодила?

—Начиная с этого года моя дочь учится со второй смены, и её некому водить в школу, — говорит Ольга Апелькова, мать второклассницы школы №102 Екатеринбурга. — Кроме этого, вечером дочке гулять некогда. Она хоть и приходит уставшая, сразу садится за уроки, а раньше я водила её на танцы, которые ей очень нравились. Но теперь мы не успеваем их посещать.

● «НЭ» - НАШ ЭКСПЕРТ

Алексей КРЫЛОВ, директор лицея №180 «Полифорум», г.Екатеринбург:

—Когда школьники учатся со второй смены, они страдают от того, что уроки заканчиваются поздним вечером. Возвращаются домой уже затемно. Вечером остаётся меньше времени на личные дела. Но никто же не заставляет администрацию школы начинать вторую смену в два часа дня! Директор волен выстроить учебный процесс так, чтобы это было удобно всем — и ученикам, и учителям, и уборщикам, которые должны приводить в порядок классы в пересменку. Например, можно составить график так, чтобы уроки начинались в 10 или в 11 утра. В нашем лицее вообще нет второй смены. Всем учащимся хватает кабинетов, чтобы учиться с утра.

Учёба со второй смены — это плюс для тех, кто умеет выстраивать режим дня. А это приходит уже к ученикам старшей школы. Неоценимое удовольствие — приходиться на уроки выспавшимся и выполнять контрольные работы с ясной головой. Но с другой стороны, обидно, что сверстники бегут гулять, а ты только идёшь в школу. Хочется к друзьям. Если у тебя поменялось расписание в этом году, в любом случае не расстраивайся. Попробуй выстраивать график дня. При грамотном раскладе можно успеть всё. Проверено.

Мargarита СЕМЕЙКИНА, 17 лет.

Учителей напугала утка

Новость о разделении педагогов на «касты» взволновала школьное сообщество

На неделе учителей и учеников заставило переживать сообщение о том, что наших педагогов разделят на четыре категории: новатор, методист, исследователь и наставник. Правда, в итоге новость оказалась уткой. Но в свете рассмотрения Госдумой законопроекта «Об образовании» можно было бы ожидать всего, что угодно. К тому же новость не могла возникнуть на пустом месте. Так что бы произошло, если бы наших учителей разделили на соответствующие «касты»?

К новаторам причислили бы тех, кто занимается разработкой и внедрением новых дисциплин. Казалось бы, нас учат в школе всему. И порой не хватает времени, чтобы пройти всё по программе. Но нет, учитель-новатор должен будет «изобрести велосипед» и выдать новую общешкольную дисциплину.

Предположим, в каждой школе новаторы вдруг захотят вернуть в учебный план астрономию. Тогда региональные власти должны будут предоставить оборудование, элементарный телескоп. Хотя... неплохо, наверное.

Учителя-методисты, или, по-другому, ораторы, должны будут распространять важную информацию. Зачем это делать? Почти у всех школьников есть Интернет дома, а иногда и в школе благодаря планшетным компьютерам. Поэтому информация, донесённая до ученика оратором, скорее всего, будет для него неактуальной. Учителя-исследователи — наиболее безобидная каста. Научная работа даже полезна как смена деятельности.

Последняя, четвёртая категория учителей-наставников существовала всегда. Если в школу приходил молодой специалист, то за ним всегда за-

креплялся опытный педагог, который подсказывал ему, как вести себя в той или иной ситуации. Выделение таких преподавателей в отдельную категорию бессмысленно.

Так что если бы эта инициатива прошла, то вызвала бы бурю негодований в профессиональной среде учителей в силу своей ненужности и бесполезности. И ни в одном источнике не оговаривается повышение заработной платы учителей той или иной категории. Но можно предположить, что распростра-

нители информации получали бы гораздо меньше учителей-исследователей.

Те, кто уже окончил школу, облегчённо вздыхают со словами: «Слава богу, меня это уже не касается». Ну а школьникам и студентам остаётся принимать всё, как есть, подстраиваясь под ситуацию. Но лучше бы наших дорогих учителей не беспокоили такого рода новостями, даже если через пару дней они оказываются утками. Педагогам и без того забот хватает.

Юлия ПОЗДНЯКОВА, 17 лет.

● «НЭ» - НАШ ЭКСПЕРТ

Эдик ПЕТРОСЯН, учитель математики гимназии, г.Новоуральск, финалист всероссийского конкурса «Учитель года-2012»:

—Подобные ампулы уже есть у учителей. Есть воспитатели, организаторы... Но не считаю, что необходимо отдельно выделять такие категории. Каждый учитель сам чувствует, в чём он силен, и развивается в этом направлении без какой-либо категории.

● КОРОТКО

Лицеи области отметили свой праздник

Ученики екатеринбургского лицея №130 лучше всех знают математику.

Учебное заведение попало на первое место в рейтинге образовательных учреждений Свердловской области по результатам ЕГЭ по математике в нынешнем году.

А вчера учебное заведение вместе с другими лицеями области отметили Всероссийский день лицеев. Своим появлением этот праздник обязан Императорскому Царскосельскому лицейу, в котором учился поэт и писатель Александр Пушкин. Знаменитое учебное заведение открылось именно 19 октября (по старому стилю) 1811 года.

И сейчас статус лицея получают только школы высокого уровня, чья учебная программа нацелена главным образом на подготовку ребят к поступлению в вузы.

Дарья БАЗУЕВА.

ГИБДД усложнит экзамены в автошколах

Авторы инициативы предлагают дополнить теоретический экзамен ситуационными вопросами, в которых варианты ответов отсутствуют. А также добавить в теоретическую часть вопросы, на которые можно дать несколько правильных ответов.

Открытые вопросы билета будут оцениваться по баллам. Для каждой категории заданий разработают свою шкалу оценок. За неправильный ответ набранные баллы будут вычитаться.

Команда по акробатическому рок-н-роллу УрФУ одержала победу на первенстве Уральского федерального округа

Танцевальные соревнования прошли на днях в Екатеринбурге. В них приняли участие команды из Москвы, Санкт-Петербурга, Екатеринбурга и Новосибирска. Почётный «Малахитовый кубок» получила уральская команда «Фарисбо», в числе участников которой студенты Института математики и компьютерных наук и радиотехники и информационных технологий УрФУ. По словам её участника Дмитрий Смирнова, программа выступления «Фарисбо» была подготовлена всего за два месяца.

Ксения ДУБИНИНА.

Школьники занимают позиции

Освобождение одной из участниц «Пусси Райот» и выборы оппозиции подогрели интерес молодёжи к политике

Уверена, далеко не все мои сверстники знают о том, что в эти дни наша страна выбирает состав Координационного совета оппозиции. Выборы пройдут сегодня и завтра. Избирателей принимают региональные выборные комиссии, расположенные во многих субъектах Российской Федерации, в том числе и в нашей Свердловской области. Любой гражданин, достигший 18-летнего возраста, мог заранее зарегистрироваться на сайте Центрального выборного комитета. Проголосовать можно и в Интернете.

Координационный совет создаётся, чтобы взять на себя ответственность представлять интересы граждан, не связанных с политикой, и отстаивать их на возможных уровнях. Сегодня и завтра граждане выберут 45 членов Координационного совета, срок полномочий которых будет составлять один год. Познакомиться со всеми кандидатами можно было в ходе дебатов на интернет-телеканале «Дождь». Среди известных общественных деятелей и политиков кандидатами в совет стали заместитель председателя правительства РФ в прошлом Борис Немцов, бывший депутат Госдумы Дмитрий Гудков, координатор «Левого фронта» Сергей Удальцов, телеведущая и журналист Ксения Собчак, блогер Алексей Навальный и многие другие.

Но посмотреть дебаты кандидатов не представлялось возможным, потому что транслировали их в полночь по московскому времени. Так что с привлечением активных участников выборов в регионах у оппозиции оказалось туго. Избирательное право у людей появляется только с 18 лет. Поэтому всё, что оставалось школьникам, это

Главную тему этого номера «Новой Эры» подсказали читатели. Политические события, происходящие в стране, не оставляют их равнодушными. Если тебе тоже есть что сказать, поделись своим мнением.

«НЭ».



Почитать свежие новости в очередном номере газеты – ещё одна возможность скоротать перемену в школе.

Фото Алексея КУНИЛОВА.

посмотреть дебаты в записи... А в понедельник узнать, кто же теперь представляет несогласных.

Стоит ли создавать «ещё один парламент» – вопрос спорный. Один мой знакомый старшеклассник говорит, что совет – это объединение людей с

различными политическими взглядами, который в ближайшем будущем может стать местом для конструктивных дискуссий. Но с другой стороны, дискутировать можно бесконечно. Опять же мы вернёмся к тому, что нужны реальные действия. Координаци-

выгнали из храма. Поэтому Мосгорсуд решил, что чувства верующих она ничем не оскорбила и с чистой совестью отпустил её на волю, пусть и с условным сроком.

На этом всё. Ни громких заявлений от участников группы, ни истерики в СМИ не последовало. Не было слышно и криков радости в обществе, по случаю «победы справедливости и здравого смысла». Даже защитники православной веры молчат. Такое ощущение, что не было несколько месяцев назад самого громкого процесса года, как будто не было массовой истерии из-за слишком жёсткого приговора. Никому эта тема больше неинтересна. Газеты отстрелялись короткими заметками по этому поводу, блогеры написали посты.

В общем-то о состоявшемся освобождении не все знают. Стоит просто спрашивать знакомых, чтобы проверить это. Как будто мало кого, кроме политиков и журналистов, интересуют истинные мотивы Мосгорсуда по поводу изменения приговора. Есть люди, которые считают, что условный срок – это явная пощечина репутации предыдущих адвокатов Самуцевич. Ведь то, что они не смогли сделать за полгода,

пришедшие на их место люди сделали за неделю.

Также многие считают, что Екатерина Самуцевич пошла на сделку со следствием. Рассказывала полиции о других участниках группы, о будущих планах. Если простыми словами, то занималась банальными доносами. Тем самым и выбила себе свободу. Но те же самые адвокаты и просто приближённые к «Пусси Райот» утверждают, что Самуцевич никогда бы не пошла на такой шаг, так как непоколебима в своих взглядах, и в группе между участницами царят прекрасные отношения.

Однажды американский художник Энди Уорхол сказал такую фразу: «В будущем каждый сможет стать всемирно известным на 15 минут». Для «Пусси Райот» это время истекло. Их дело стало неактуальным и мало кому нужным. Как узников кровавого режима их уже никто не воспринимает. Как пропагандистов идей свободы – тоже. Их уже так ярко не осуждают за пляски в храме. 15 минут славы прошли. Освобождение Екатерины Самуцевич и реакция общества это доказывает. Точнее, её отсутствие.

Александр АРТЮШЕНКО, 18 лет.

онный совет – это орган, состоящий из людей среднего класса, из политической элиты, журналистов и общественных деятелей. Как таковой власти, способности влиять на политику они не имеют. Вот и получается некий замкнутый круг: выбрать выбрали, а кроме организации митингов, ничего нельзя сделать.

Когда я пыталась обсудить с одноклассниками выборы в Координационный совет оппозиции, многие спрашивали: «А что это такое?». Примерно такие же вопросы задавали даже некоторые учителя... И я им объясняла. Правда, в ответ слышала: «Да? Ну ладно, наверное, это хорошо». Или они просто пожимали плечами. Значит ли это, что градус протеста в обществе снижается? Или что информация просто не дошла до людей? Признаться, сама я узнала о выборах только благодаря хэштегу в «Твиттере». Если о выборах президента знали все, то о выборах в несистемной оппозиции слышали только те, кто регулярно за этим следит.

Но всё-таки это важно. Мы любим обсуждать положение дел в стране за чашкой чая на кухне. Здесь люди делятся на две категории – те, кто за, и те, кто против. Для того чтобы спор был конструктивным, необходимо обладать какими-то аргументами. И потом, когда школьники станут взрослыми людьми, с правом голоса. Чтобы сделать правильный выбор в нужный момент, надо следить за теми процессами, которые происходят в обществе. Чтобы голосовать не потому, что альтернативы нет, а потому, что ты осознаешь свой выбор и несешь за него ответственность. Как говорится, под лежащий камень вода не течёт.

Юлия ПОЗДНЯКОВА, 17 лет.

Я прекрасно помню, как летом молодёжь вела горячие споры по поводу «панк-молебна» «Пусси Райот» в храме Христа Спасителя в Москве. Как Интернет взорвался спорами о том, должны ли участницам дать реальный тюремный срок за их поступок. Девушки получили два года. И вот 10 октября Мосгорсуд рассмотрел кассационную жалобу участниц «Пусси Райот». В результате одной из осуждённых Екатерине Самуцевич изменили приговор. Вместо тюремного срока дали условный и в общем-то ту должжданную свободу, которую требовали либерально настроенные слои общества. И в ответ от общества тишина, как будто ничего не произошло. Почему так?

Официальная причина смены приговора – вина Самуцевич оказалась недостаточно тяжёлой для двух лет тюрьмы. В этом суд убеждали новые адвокаты девушки – Ирина Хрунова и Фарит Муртазин. Новой защите удалось сделать то, чего не смогли добиться её предшественники, а именно доказать суду, что Самуцевич даже гитару не успела расчехлить, как её

● «НЭ» – НАШ ЭКСПЕРТ

Александр ПИРОГОВ, политолог:

– Очень важно, чтобы молодой человек был способен составить своё мнение о происходящем без какого-либо давления со стороны взрослых, политиков, общественных организаций. В этом плане любые авторитеты излишни. Попытка самостоятельного анализа, пусть изначально некачественного, в любом случае лучше, чем пересказывание чужих мыслей.

Путь к самостоятельности извилист. Позиция, что какой-то человек, даже молодой, неправильно мыслит, неверна. Нет критерия истины. Навязывание чужих авторитетов – это не что иное, как попытка ограничить стремление к интеллектуальному познанию и подгонка под стереотипы. Даже психиатр не в состоянии определить то, насколько человек соответствует тем или иным нормам. Это вещь субъективная.

Объём информации, которую сегодня можно прочитать, велик. Чтобы принимать решения, нужно собирать её по крупицам и не обращать внимания на запреты. Нужно больше читать, меньше прислушиваться к категоричным мнениям. Гибкость мышления основывается на умении слушать, дискутировать и иметь собственную позицию.

«Смешинка» Вернулся чемпионом

**Золотой призёр Олимпиады-2012 Юрий Постригай
навестил родную школу №163 в Екатеринбурге**

Зал переполнен. Школьники всё прибывают. Мест нет, а как-то рассаживаются. Все ждут. Через несколько секунд взрываются аплодисменты. В зал входит бывший ученик нашей школы, а ныне – олимпийский чемпион по гребле Юрий Постригай.

«Я – ПРОСТОЙ УРАЛЬСКИЙ ПАРЕНЬ»

Слово берёт бывшая классная руководительница Юрия:

–Юра пришёл ко мне в пятом классе, – рассказывает она. – Хорошо помню, потому что я тогда только-только окончила учёбу, и мне всё было в новинку. Каким он был? Весёлым и позитивным. Помню, в восьмом классе он получил титул «Смешинка 8 «А» класса». А после восьмого класса, в 15 лет, Юра уехал в Москву. И, знаете, словами не передать, какое у меня было настроение, когда 11 августа 2012 года я узнала, что мой выпускник стал олимпийским чемпионом...

Сам спортсмен держался скромно, когда я его попросила что-нибудь рассказать:

–Что я могу о себе рассказать... Я – простой уральский парень. В десять лет я пошёл в секцию футбола. Потом – в греблю и до 15 лет занимался здесь, в Екатеринбурге. Потом уехал в Москву. Там было очень тяжело, москвичи меня сразу не полюбили. Но я смог доказать, что могу быть лучше них. Иногда я езжаю в Екатеринбург просто для того, чтобы заглянуть в свои родные места.

«В ГРЕБЛЕ ВЕСЕЛО»

У всех желающих была возможность задать Юрию вопросы. Спортсмен ответил на все, даже глупые.

–У вас был в жизни такой момент, когда вы хотели бросить греблю?

–Да, конечно! В 10 лет я выбирал между футболом и греблей, но пошёл в греблю, там водичка, весело... Были трудные времена, когда я проигрывал – но тут психологически мне помогла моя мама, благодаря ей я вышел в большой спорт.

–Какая мечта была у вас в юности?

–Как любой спортсмен, до 18 лет я очень хотел получить экипировку сборной России, выступать за нашу страну. Потом мечты стали такие: победить, попасть, стать...

–На какой дистанции вам легче всего выступать?

–Универсальной дистанции нет. Наверное, 100 метров, ну, или 500. Километровка мне ещё не даётся – относительно медленно гребу. Но буду стараться!

–Скажите, легко ли было победить и когда к вам пришло ощущение победителя?



То, что они стали чемпионами, Юрий (справа) понял, только когда его напарник Александр (слева) стал кричать от радости.

–Совсем не легко. Трудно. Очень трудно. За две недели до старта в Лондоне я повредил руку. И просто двигать ею не мог – не то что грести. Но справился. А вот стоять и получать медаль было легко. И классно. Чемпионом же я себя ощущать стал только месяц спустя.

–А как проходил олимпийский заплыв?

–Сначала стартовали. Была небольшая заминочка, но она быстро исчезла. Потом мы уже делали всё, чтобы победить. Гребли, я считаю, очень быстро и вышли на первое место. После пересечения финишной линии я ещё не очень-то понимал что к чему. Но потом слышу – сзади Санёк (Александр Дьяченко), мой напарник, кричит что-то, руками машет – вот я и понял, что вроде как мы первыми пришли. А когда медаль вручать стали, так только тогда до меня окончательно дошло – да, мы первые...

–А сколько вам лет?

–Сейчас 24. То есть в 163-ю школу я пришёл 14 лет назад.

–Вы планируете участвовать в Олимпийских играх-2016?

–Да, конечно, хотелось бы. И не только поучаствовать, но и вновь получить золото. Конечно, ещё звания чемпиона мира не хватает, но буду стараться и его достичь.

–Что бы вы хотели рассказать детям?

–Что мне помог Бог. Что он всегда во всём помогает. Всем.

–Вы женаты?

–Да, с 2011 года я женат.

–Планируете стать заслуженным мастером спорта?

–Знаете, я им уже стал. 20 августа мне присвоили это звание, чем я очень доволен.

–Вы очень высокий...

–184 с половиной сантиметра. Это все почему-то отмечают.

–Как вы тренируетесь?

–Я тренируюсь каждый день по несколько часов. Если хорошая погода, то на воде, плохая – в зале. У меня даже распорядок дня имеется: где-то в шесть встаю, потом тренировка один час. В 9.30, после завтрака, тренировка три часа, затем

обед и последняя тренировка в шесть вечера. Обычно у меня в день по три тренировки. А перед Олимпиадой я вообще четыре тысячи километров накачал на лодке. Это за два года-то!

–А что вы посоветуете современным школьникам?

–Во-первых, не расстраивать родителей. Это очень важно. Родители везде помогут. Во-вторых, не курить и не пить. Это реально не круто, а очень некультурно. И только слабые по духу люди так поступают. Ну и учителей слушаться!

–Что вам особенно запомнилось во время учёбы в 163-й школе?

–Учителя. И вам нужно радоваться, что вы у них учитесь!

«СПАСИБО МАМЕ»

Когда вопросы иссякли, к микрофону подошла мама чемпиона, которая приехала в Екатеринбург только ради этой школьной пресс-конференции:

–Знаете, я очень рада и горда, что вырастила такого сына. Юра был как все обычные мальчишки. Носился по дворам, получал тройки, ничего не желал делать. Но потом, когда ему открылась дорога в спорт, в греблю, стал совсем другим. И ещё Юра очень скромный, наверное, поэтому и не рассказал, что 13 августа он получил орден Дружбы из рук президента. Получил за вклад в развитие физической культуры и за спортивные достижения на Олимпийских играх в Лондоне.

Залу был продемонстрирован самый настоящий орден, с ленточкой в виде бантика сверху, с рельефными краями и с яркой серединкой и выглядел он так, будто его вручили только что.

–Кроме того, Юра ещё и военный, его повысили до старшего прапорщика. И делом он своим занимается, и блог ведёт (если кому интересно, зайти можно по адресу – <http://www.blog-champion.ru>). Ну и большое ему спасибо за то, что он вот такой вот самый лучший сын!

–Это тебе спасибо, мама, – неожиданно вмешался Юрий.

Кроме ответов на вопросы, чемпион торжественно вручил значок юному гребцу, которому скоро предстоит соревнования. Не передать, сколько радости было в глазах обоих: уже чемпиона, и будущего чемпиона!

А дальше Юрия Постригай с головой накрыла невесть откуда взявшаяся волна школьников, желающих получить автограф чемпиона. И я теперь очень горжусь – я тоже взяла у него автограф!

Александра НАМЯТОВА, 13 лет.

КОРОТКО

Французская байкерша отправится в Ирбит на мотоцикле «Урал»

28-летняя путешественница Лори Бернар уже проехала часть России – за плечами остались Нижний Новгород, Казань, Владимир, Пермь. Теперь она держит путь из Екатеринбурга в Ирбит, который станет финальной точкой её пути.

Идею путешествия по России французке предложили в наблюдательном совете заявочного комитета ЭКСПО-2020. Мотоцикл «Урал», на котором передвигается девушка, представил Ирбитский мотозавод. Путешествуя по России в футболке с надписью «Ekaterinburg EXPO-2020», Лори поддерживает инициативу столицы Урала в принятии Всемирной выставки. Одновременно с путешествием идет съёмки документального фильма об этом вояже. Ленту об Урале в начале 2013 года покажут телеканалы во всех франкоговорящих странах.

Дарья БАЗУЕВА.

11-летняя модель из Каменска-Уральского победила на Международном конкурсе красоты

На днях шестиклассница каменско-уральской школы №43 Яна Антропова вернулась из Турции, где проходил Международный форум моделей и талантов «World Art & Fashion 2012» (перевод с англ. – мировое искусство и мода). Участницы из Литвы, Болгарии, Казахстана, Украины, России и других стран боролись за право называться лучшими.

Девочка привезла на родину несколько престижных наград – стала лучшей телеведущей, моделью и фотомоделью, а также завоевала второе место в номинации «актёрское мастерство».

В качестве приза Яна получила украшения из драгоценного металла и приглашение на Всемирный чемпионат по изобразительному искусству в Лос-Анджелесе.

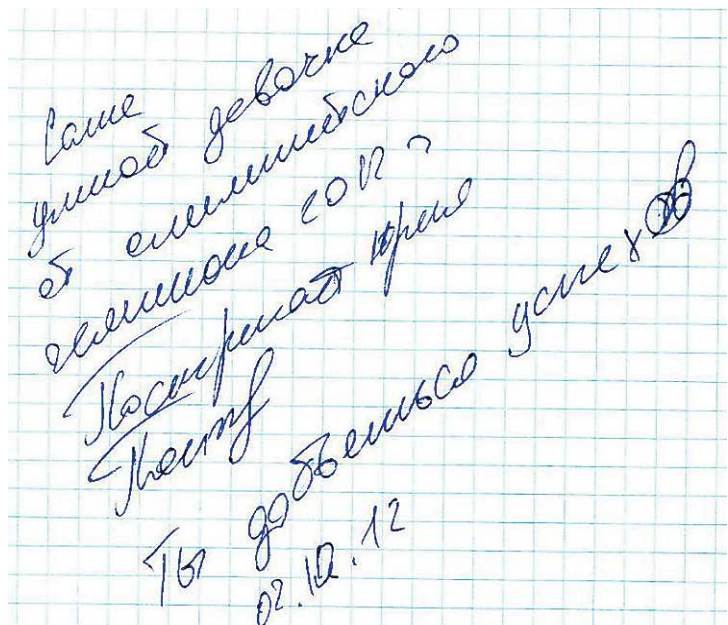
Ксения ДУБИНИНА.

Парашиюрист Феликс Баумгартнер совершил прыжок из космоса

Прыжок из стратосферы с высоты 39 километров стал новым мировым рекордом. Австриец Феликс Баумгартнер стал первым человеком, который преодолел скорость звука. В свободном падении из стратосферы он разогнался до скорости больше 1342 километров в час.

До сих пор официально максимальная высота, с которой прыгал человек, составляла 25,5 километра, а скорость свободного падения – 900 километров в час. Этот рекорд установил советский лётчик Евгений Андруев в 1962 году. Главная особенность нынешнего прыжка – преодоление звукового барьера. По расчётам учёных, человек должен выжить, но как именно организм будет реагировать на шок при превышении скорости звука, никто не знал. Ответ на этот вопрос и был одной из главных задач эксперимента.

Екатерина ГРАДОБОВА.



Тот самый автограф, который олимпийский чемпион дал нашему автору Александре Намятовой.

Доигрались до «Иглы»

Известной уральской группе «Сансара» исполнилось 15 лет

Екатеринбургская инди-рок группа «Сансара» недавно выпустила 11-й студийный альбом, отпраздновала своё пятидесятилетие большим сольным концертом и отправилась в гастрольный тур по крупным городам России. Несмотря на то, что каждому участнику коллектива уже далеко за тридцать, играют ребята с таким драйвом и самоотдачей, словно им и вправду, как и группе, только-только исполнилось 15 лет.

Без «Сансары» сегодня уже невозможно представить современную уральскую сцену. Во многом благодаря влиянию именно этого коллектива в Екатеринбурге стали появляться музыканты, чей стиль и манера исполнения кардинально отличались от музыки из других российских городов. «Сансара» смогла переломить устоявшиеся традиции Свердловского рок-клуба и открыть меломанам совершенно иной жанр, с которого и начала строиться третья «музыкальная столица» России. Помимо своей концертной деятельности ребята из группы активно участвуют в организации фестивалей, курируют клубы, создают своё радио. В общем, пытаются организовать музы-



Фото из архива группы.

Когда сегодня говорят о современном «уральском роке», имеют в виду их — группу «Сансара» (слева направо): Василий Устюжанин, Сергей Королёв, Феликс Бондарев, Александр Гагарин, Евгений Деревянных.

кальную жизнь Екатеринбургa.

Впервые о «Сансаре» заговорили ещё в 1997 году. В июне группа дала первый концерт в одном местном клубе. В том же году «Сансара» получила на местном рок-фестивале «Начало» приз зрительских симпа-

тий и приз за лучший мужской вокал. Вокал стал одной из отличительных особенностей «Сансары». Дефекты своей дикции солист Александр Лебедев, впоследствии поменявший фамилию на Гагарин, обратил в преимущество группы.

В 2000 году группа отыгра-

ла сольный концерт в екатеринбургском Театре эстрады и была приглашена на акцию «Грачи прилетели» группы «ЧайФ», традиционно поддерживающей молодых уральских музыкантов. Благодаря Владимиру Шахрину на команду обратили внимание организато-

ры фестивалей «Нашествие» и «Максидром», а в 2001 году на студии «Союз» вышел дебютный альбом «Всёвозможно». Уже тогда фронтмена группы Александра Гагарина окрестили музыкальным экспериментатором. Если взять всю дискографию «Сансары», то станет понятно, что ни один из альбомов не похож на предыдущий. В 2008 году ребята выпустили пластинку «Пожары», которая была записана в редком жанре «spoken word» (в переводе с англ. «произносимое слово», то есть стихи не пелись, а читались под аккомпанемент различных шумовых эффектов).

Вот и новый альбом молодых мэтров уральской сцены — «Игла», в отличие от предыдущего, электронного, записан в лучших традициях рок-музыки. В нескольких песнях нового альбома можно услышать солиста группы «Мумий Троль» Илью Лагутенко, который уже на протяжении долгого времени дружит с «Сансарой», и солиста «Смысловых галлюцинаций» Сергея Бобунца. Альбом только недавно появился в Интернете, а уже получил восторженные отклики как фанатов, так и музыкальных критиков.

Альбом можно прослушать и скачать на сайте <http://thankyou.ru>

Почему новый альбом группы «Сансара» сами музыканты называют твиттер-альбомом? Что вдохновляло на новые песни и музыку? Почему группа так меняется? Об этом и многом другом корреспонденту «Новой Эры» рассказал солист группы «Сансара» Александр ГАГАРИН.

—Саша, расскажи, для тебя и правда так важно постоянно меняться? Нет ли тут какого-то бегства от себя?

—На самом деле не так уж нас и «шатает». Истории всего две: то, что было во времена, когда нас крутили на волнах «Нашего радио», и то, что мы имеем сейчас. И лично мне сегодняшний период внутренне ближе. 15 лет назад, например, гости наших концертов выглядели совсем иначе. И какой бы безоблачной история «Сансары» в её период постоянного присутствия на различных музыкальных фестивалях ни казалась — сейчас мне намного комфортнее. Просто нужно было время, чтобы всё понять, а после этого ещё и начать всё сначала. В нашем случае это вдвойне сложнее, поскольку у людей были, да и остаются определённые стереотипы относительно группы. Тем не менее, это бесценный опыт.

—А тебя, к примеру, устраивает, сколько людей ходит на ваши концерты?

—Мы нарочно отказались от

каких-либо контактов с шоу-бизнесом. Мы никогда не гнались за рекламой. Возможно, поэтому сегодня нам хватает того количества слушателей, которое приходит к нам на выступления. Но моей маме хотелось бы людей побольше (смеётся).

—Раз уж «Сансара» постоянно меняется — что дальше?



Обложка нового альбома группы.

—Мы сейчас рок будем играть. Наша новая пластинка — это как раз яркий пример того, к чему мы уже давно шли. Мне кажется смешным, конечно, что рок-группе «Сансара» сегодня уже 15 лет, а рок в ней только начался, но, по-видимому, так должно быть.

—Я слышал, что новый альбом «Игла» ты сам не раз называл твиттер-альбомом — почему?

—По внутреннему ощущению казалось, что нужно укладывать в некоторое количество символов при написании песен: сказать о многом кратко. И потом я действительно часто пользовался сайтом вместо записной книжки. Писал какие-то твитты с ключевыми фразами и позже возвращался к ним, вставляя эти фразы в песни.

—Что вдохновляло на написание нового альбома?

—Очень сильно на меня повлияло наше путешествие в Украину. Несколько песен даже были написаны в тамбуре поезда по маршруту Одесса-Запорожье. А ещё перед самым выходом «Иглы» я побывал в Ереване. Гуляя по улицам, слушая ещё не сведённый альбом, я пребывал в каком-то детском восторге, что, конечно, очень мне помогло на завершающей стадии записи. Наверняка, без Еревана всё было бы по-другому.

—Саша, у тебя есть две прекрасные дочки: Марго и Мира. Хочешь ли ты, чтобы они пошли по твоим стопам и выбрали музыку или, например, театр?

—Марго сейчас 11 лет, а Мире три года. Да, старшая уже интересуется театром, играет в школьных спектаклях, не выпускает из рук гитару. А младшенькая смотрит на сестру и тоже пытается подражать. Но загадывать пока не хочется. Живём настоящим.

ТЕКСТЫ ПЕСЕН С НОВОГО АЛЬБОМА
«САНСАРА» «ИГЛА»

ЯНВАРЬ

То, что в октябре кажется
мартom,
На самом деле январь.
Мы с тобой увидим все
миллиарды
Звёзд, их снимет Альмодовар.

Кто хороший? Кто плохой?
Я помню точно, слово
в слово,
Твои стихи. Нас кто-то ловит
Рукой.

ПЛЫТЬ

В новом фильме.
Объясни мне,
Кто хороший? Кто плохой?
Я помню точно, слово
в слово,
Твои стихи. Нас кто-то
ловит...

Вдох в воду. Бьёт игла.
Зачем бежать по углам?
Надо бы только плыть.
Надо бы только быть.
Надо бы всё отдать.
Надо бы только знать.
Как это, волнам петь.
Как это просто — быть.
Кому это всё отдать.
Как мне тебя любить?

В новом фильме.
Объясни мне,
Кто хороший? Кто плохой?
Я помню точно, слово
в слово,
Твои стихи. Нас кто-то ловит
Рукой.

Зачем нам твоё кино?
Эту песню не спеть за ночь.
Надо бы только плыть.
Надо бы только быть.
Надо бы всё отдать.
Надо бы только знать.
Как это, волнам петь.
Как это просто — быть.
Кому это всё отдать.
Как мне тебя любить?

Вся зима — глюк. Твоя
мать-и-мачеха
Плачет так тихо во сне.
Нам с тобой осталась одна
математика
И две коробки конфет.

Надо бы только плыть.
Надо бы только быть.
Надо бы всё отдать.
Надо бы только знать.
Как это, волнам петь.
Как это просто — быть.
Кому это всё отдать.
Как мне тебя любить?

В новом фильме.
Объясни мне,
Кто хороший? Кто плохой?
Я помню точно, слово
в слово,
Твои стихи. Нас кто-то ловит...
В новом фильме.
Объясни мне,

Страницу подготовил Александр ПОНОМАРЁВ.

Парни – не промах

Солдат Иван Санников лично проверил – армия не так страшна, как кажется со стороны

Стою я сейчас в суточном отряде в роте. Все мои сослуживцы видят красочные сны. Повсюду тишина, и только я единственный не сплю, несу службу. Стою, размышляю над текстом из «Новой Эры» Александра Бредихина «Гитарный перебор» (был опубликован в номере за 29 сентября). Очень он мне понравился. Александр описал, как пел с друзьями под гитару, и к их компании подошли солдаты с просьбой исполнить армейские песни. Но не в этом суть. В конце текста автор перечислил причины, по которым парни не хотят идти в армию. Да, всё верно сказано.

Кто-то боится потерять девушку, кто-то считает, что служба в армии угрожает физическому и психическому здоровью. Кто-то боится или не хочет терять год. Вопрос таков: а что происходит в армии на самом деле сегодня? Ответ: армия не так страшна, какой она представляется со стороны. Да, кто-то прав, что боится потерять девушку. Беспokoится, что год жизни пройдёт впустую. Вроде так, но в то же время не совсем...

В армии ты познаёшь товарищество, дружбу, цену происходящего, начинаешь ценить то, что никогда не ценил. А девушку потерять – это не самая главная беда. На свете много других девушек лучше, красивее, умнее. Есть те, что ждут и будут ждать своих парней, и низкий им поклон за то, что они верны. А верны где-то 20-30 процентов – не больше, не меньше.



Фото: Алексей КУНИЛОВА

Ожидания от службы в армии часто расходятся с действительностью.

Вот, к примеру, меня взять. Я молодой симпатичный паренёк. Общительный, так что даже с сорокалетними людьми общаюсь на «ты». При этом они не против. Моё хобби – собирать коллекционные книги, различную музыку, фильмы. И могу сказать, что моя девушка ждёт меня. Но я её к этому не принуждал и не просил. Дождётся – молодец. Значит, я не промахнулся. А если не дождётся – её выбор, бог с нею. У меня в любом случае есть стимул вернуться в отчий дом живым и здоровым. Конечно, в армии скучаешь по дому. И

здорово, когда в часть приходит свежая пресса. Получаем мы и «Областную газету», и «Новую Эру». Интересно почитать и узнать, чем живёт молодёжь, что происходит дома на Урале. И когда читаешь, на душе становится как-то легко и просто.

Я отправился служить этой весной. Таких, как я, в Егоршино было пять тысяч человек. И вам, ребята, советую не бояться идти в армию. Здесь служат нормальные ребята. И армия плохому не научит.

**Иван САННИКОВ, 19 лет.
г. Красноуфимск.**

Не один в доме

● «НЭ» - НАШ ЭКСПЕРТ

Екатерина СУМИНА, координатор добровольческого движения «Дорогами добра»:

–Помочь детям в детском доме может каждый человек. Дети нуждаются, прежде всего, не в какой-то вещественной помощи, а в друзьях. Сейчас детские дома не такие закрытые, как прежде. Раньше, если ребёнок жил в детском доме, он там и обучался. Все дети варились в одном котле. Сейчас детские дома перестали быть обучающими учреждениями. Дети из детских домов ходят в обычную школу со всеми остальными ребятами. Но они не так часто попадают в семью, не видят, как ведут себя мама и папа. О семейных взаимоотношениях они узнают через Интернет, по книжкам, по разговорам и не могут в полной мере понимать, как на самом деле выстроены человеческие отношения.

Наши волонтеры проводят для детей из детских домов праздники, выводят в летние лагеря. Там мы знакомимся, и некоторые решаются стать для того или иного ребёнка друзьями, наставниками. Это не значит забирать ребёнка домой и становиться для него мамой или папой. Наставник навещает своего подопечного, поддерживает его в жизни, проводит с ним выходные.

Насколько открыт детский дом к волонтерам, зависит от его руководства. Но всегда есть официальный путь – оформить наставничество через органы опеки. Помощь в оформлении документов оказывают и некоммерческие организации. Стать наставником можно и в 18, и в 19 лет.

Если раньше детские дома нуждались в посильной вещественной помощи, то сейчас в ней нет острой необходимости. Детские дома обеспечены одеждой, игрушками, канцелярскими товарами, необходимыми для учёбы, питанием. В бюджет закладываются даже затраты на отдых детей. Другое дело, бывает, в Доме малютки на начало года заложены затраты на десять детей, а потом поступают ещё двадцать. И вот тогда объявляется экстренный сбор помощи.

Окончание.

Начало на 1-й стр.

Для нас, трамвай – это просто средство передвижения, а для маленького Андрюши поездка на трамвае была увлекательным путешествием! Представить только, как замирало сердце у маленького ребёнка, который впервые встречает столько разных людей, такой большой город. Моя подруга говорит, что когда видит, что Андрей счастлив, её сердце наполняется любовью.

ЧТО БУДЕТ ДАЛЬШЕ?

Даша понимает, что на её плечах лежит большая ответственность. Недавно Андрюшу крестили, а она стала его крёстной мамой. Теперь её обязанность заботиться не только о физическом разви-

тии малыша, но и о душе своего крёстного сына.

Эта необыкновенная девушка прививает маленькому ребёнку лучшие черты характера, передаёт свои собственные. Сейчас этот малыш уже может постоять за себя, как рассказывает подруга, может и сдачи дать тому, кто его обижает.

Сейчас Даша мечтает о том, чтобы быть всегда рядом с Андрюшей, чаще выбираться на прогулки за пределы Дома ребёнка.

В свои годы она старается сделать наш мир лучше, чище и может служить примером для окружающих. И я горжусь, что в нашем городе живёт такой человек, как Даша

**Екатерина ХАМИДУЛИНА,
студентка УрФУ.**

ВЕЩИ, КОТОРЫЕ СЕГОДНЯ ОСОБЕННО НУЖНЫ В ДЕТСКИХ ДОМАХ:

- Куклы в духе времени (не Барби);
- Машины;
- Настольные игры (шашки, шахматы и другие более оригинальные варианты);
- Игровые приставки;
- Бисер, пластилин, полимерная глина;
- Косметика (в том числе декоративная) и бижутерия.

● КОРОТКО

Объявляется кастинг на роль Ведущего интернет-фестиваля

Студенты театральных вузов, ученики школ искусств и просто творческие ребята могут принять участие в кастинге на роль ведущего молодёжного интернет-фестиваля, который пройдёт в Доме культуры «Елизаветинский» Чкаловского района Екатеринбурга.

Фестиваль организует при поддержке администрации Екатеринбурга и аппарата Уполномоченного по правам ребёнка в Свердловской области. Поучаствовать в кастинге можно 28 октября. Для этого необходимо сделать «домашнюю заготовку» – выучить стихотворение, или отрывок из художественного произведения и рассказать с выражением. В жюри кастинга будут профессиональные актёры, в том числе известная актриса театра и кино, ныне преподаватель Екатеринбургского театрального института Ася Смирнова.

Подробности кастинга можно узнать на сайте Дома культуры www.edke.ru

Уральская молодёжь соревнуется в конкурсе общественно-полезных проектов

Конкурс проводит творческая лаборатория «Теплица социальных технологий», на площадке которой встречаются молодые представители творческих профессий и гражданские активисты. Они создают интернет-ресурсы, которые призваны обсуждать важные общественные проблемы.

Сейчас на сайте <http://ural.te-st.ru> идёт голосование за лучшие идеи. В списке лидеров – Максим Мутовкин, организатор екатеринбургского движения «Беги за мной». На протяжении пяти месяцев он организует коллективные пробежки горожан по паркам, а сейчас решил взяться за ещё один полезный для общества проект – интернет-магазин «Благозин», где люди смогли бы продавать ненужные вещи. Все вырученные средства от продаж планируется передавать на благотворительные цели.

В числе участников конкурса и другие интересные проекты. Подведение итогов состоится 27-28 октября в Уральском государственном экономическом университете. Победители получат деньги на реализацию своих идей.

Дарья БАЗУЕВА.



Пусть пыль в глаза

Как обороняться, если не умеешь драться?

Чем ближе зима, тем раньше темнеет на улице. А ходить в темноте, даже когда светит фонарь, приятно мало. Всё время кажется, что тебя кто-то преследует. Что вот сейчас из-за угла выйдут трое и спросят: «Есть закурить?» или, если ты девушка: «Эй, красавица, куда торопишься?». В таком случае неплохо бы владеть хотя бы малейшими навыками самообороны. Мало ли что может случиться?

Не каждый находится в такой физической форме, чтобы дать достойный отпор. О том, как нехитрыми способами можно защитить себя и как укрепить свою физическую форму, рассказал тренер по самообороне **Иван ИЩУК**.

–Во-первых, нужно постараться не впадать в панику, если вы попали в такую ситуацию, где требуется самооборона. Если человек увидит, что вы боитесь, он поймёт, что на вас легко можно напасть. Самый простой способ успокоиться – это глубокий вдох. Банально, но действительно помогает. Лучше вообще стараться ходить по улице с таким видом, будто вам всё нипочем. В нашем клубе детям тренеры обычно предлагают представлять себя каким-нибудь спортсменом, который ему нравится, или животным. Это прибавляет уверенности в себе. Может быть, взрослому такой способ тоже подойдёт.

Если же всё-таки кто-то к вам подошёл, и вы видите, что намерения у него не самые хорошие, а драться вы не умеете – лучше

всего убежать. Представьте: подошёл к вам человек, а вы раз – и дёрну. Ему остаётся только смотреть, как пятки сверкают. Скорее всего, он растеряется и вряд ли за вами побежит. Поэтому мы на наших курсах всегда всем рекомендуем заниматься бегом. Это вообще полезно.

Убежать, конечно, хорошо. Но если ты девушка, которая именно в этот день одела десятисантиметровые шпильки, с этим могут быть проблемы. Да ещё если тебя схватят за руку. Такое, к сожалению, тоже случается.

–Проще всего просто резко дёрнуть руку вниз, – советует Иван. – А затем нанести удар. Самые уязвимые части нашего тела – это челюсть, глаза, нос, печень, солнечное сплетение, пах. Поэтому можно попробовать ткнуть хорошенько пальцем в глаз (если не уверены, что хватит сил

на крепкий удар) или же действовать ногой. Ноги, кстати, всегда эффективнее, чем руки. Если у вас острые колени и локти, удар будет ещё лучше. Можно постараться подсесть коленку или ударить кулаком в солнечное сплетение. Человек упадёт или потеряет дыхание, а вы в этот момент сможете убежать или позвать на помощь. Кроме того, можно использовать подручные средства – сумку, например. Если есть возможность, оглянуться



Удар сразу по двум уязвимым местам даёт большое преимущество во времени. Да и вряд ли потом тебя захотят догонять.

по сторонам, возможно, рядом валяются камень или палка. Попробовать припугнуть ими. Или же просто взять горсть земли и кинуть в лицо.

Но бывает и так, что нападают не в одиночку, а сразу несколько человек. В таком случае этими простыми способами не обойдёшься. Конечно, если драться не умеешь, придётся тугу. А научиться драться самому, без тренера, только по видеоурокам, например, которых полно в Интернете, оказывается, не

так-то просто. Постоянно делаешь что-то не так, а поправить некому. От родителей, которые ходят рядом и с удивлением спрашивают, чем это ты занимаешься, тоже толку не очень много. Можно, конечно, поискать курсы по самообороне в твоём городе, но бесплатные обнаружить достаточно трудно. Зато вот развить координацию и укрепить свой организм можно и самостоятельно. Для этого есть специальные упражнения.

Несмотря на забавные названия типа «зайчика» и «креветки», на практике они оказываются не такими уж лёгкими. Особенно если ты человек, далёкий от спорта. Сделаешь пару раз «креветку» или «зайчика» и соседи снизу обязательно придут ругаться. Попробуешь «складочку» и «лодочку» и на следующий день будешь проклинать всё на свете, потому что ни «складочки», ни «лодочки» больше светить тебе не будут – с кровати бы подняться. Но если вспоминать о том, для чего это делаешь, обязательно появятся дополнительные силы.

И всё-таки навыки самообороны могут пригодиться всегда. Конечно, было бы лучше вообще не попадать в ситуации, где они требуются. Но разве можешь быть уверенным на сто процентов, что они обойдут тебя стороной?

Ксения ДУБИНИНА.

Упражнения для укрепления мышц и пресса от Ивана Ищука

Каждый день понемногу выполняйте следующие простые упражнения:

● **«лодочка»** – ложись на живот, одновременно поднимаешь руки и ноги, так несколько раз. Кажется, ерунда, но на самом деле это тяжело, большая нагрузка на спину. Но она таким образом укрепляется. Если делать упражнение каждый день, можно добиться хорошего результата;

● **«складочка»** – наоборот, ложись на спину и «складываешься» – тянешь друг к другу руки и ноги (лучше, если они прямые). Таким образом качаешь пресс. А крепкий пресс – это самое главное. Благодаря ему можно многое выдержать, он защищает внутренние органы;

● **«зайчик»** – садись до конца и резко выпрыгиваешь. Тянутся мышцы;

● **«крокодилик»** – ложись на живот и передвигайся с помощью рук, ногами при этом не помогаешь. Укрепляет руки;

● **«креветка»** – то же самое, что «крокодилик», только нужно через каждые несколько шагов прыгать, одновременно поднимая руки и ноги.

Кроме того, весьма эффективны отжимания на кулаках. Костяшкам больно, зато они тоже станут более крепкими.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 13 ОКТЯБРЯ

Край родной

По строкам: Отечество. Тар. Дар. «Амо». Азу. Пресс. Янтарь. Том. Тонometr. Скот. Иван. Евро. Кипа. Караул. Автоним. Халат. Арка. Пара.

По строкам: Рождество. Кедр. Аника. Овал. Бекар. Мара. Меценат. Откос. Стрела. Нота. Азия. Рак. Врун. Сова. Окоп. Рутин. Пир. Арама.

Поговорка: **Родная сторона - мать, чужая – мачеха.**

Зачем люди говорят?

Трёхбуквенные сочетания впишите в свободные клетки таким образом, чтобы в каждой горизонтали получилось два слова, связанных между собой двумя буквами. В приведённом примере КА является окончанием слова ШАРМАНКА и началом слова КАПИТЕЛЬ.

АБА АКА БРЕ ДВИ
ДИА ЕСТ ЗЫГ ИЛО
ЛМА ЛЬЯ НОН РЫТ
ССА СТО СТР ТЫШ
ФОМ ГСТ ЪВО ЪЧУ

После выполнения задания, в выделенных вертикалях получится окончанием фразы Вольтера: «Люди применяют слова лишь для того, ...».

1	К	О	Л			Г	А			О	Л	И		
2	П	Р	О			Т	А			Н	К	А		
3	Г	Р	А			А	Н			Р	Е	М		
4	А	Р	К			З	А			Ж	К	А		
5	М	А	Р			К	А			А	Д	А		
6	О	Р	Х			Р	А			Т	О	Р		
7	Э	С	Т			Д	А			Т	И	Н		
8	С	О	М			Р	О			Р	Ы	Ш		
9	О	Т	К			К	А			Ц	И	Я		
10	В	О	Л			К	С			Ф	О	Н		
11	Ш	А	Р	М	А	Н	К	А	П	И	Т	Е	Л	Ь

Создано в Центре Кроссвордов Петра Ламина (www.lamin.5sreda.ru)

НЭ-АНКЕТА

Мы хотим составить портрет нашего читателя, узнать, кто он и откуда, чем увлекается и как давно с нами. Если ты держишь в руках этот номер, вырежи анкету, заполни и отправь в обычном почтовом конверте. Собирать анкеты мы будем до Нового года, а затем разыграем среди читателей призы. Для участия в розыгрыше нужно заполнить все графы. Каждый читатель может отправить только один купон. Ждём писем!

Имя, фамилия _____ Возраст _____

Населённый пункт _____

Я увлекаюсь _____

Я читаю «НЭ» с _____ года

Я получаю «НЭ» с _____ года

- по подписке
- покупаю в киоске
- беру в школе/библиотеке
- беру у знакомых

другое _____

Я узнал о «НЭ» от _____

Хотел бы прочитать в «НЭ» о _____

Люблю читать в «Новой Эре» о _____

Тел. для связи: _____

Спасибо за ответы! :) «НЭ»

ПРЕОБРАЖАЕШЬСЯ НА ГЛАЗАХ

Очки для вечеринки меняют образ до неузнаваемости

Прошло то время, когда ходить в очках было стыдно, неловко и можно было нарваться на прозвище «очкарик». Когда ты в очках для вечеринки, к тебе скорее подойдет с вопросом: «А где взять такие же?». Вот очки из сегодняшней фотоподборки «НЭ» существуют в единственном экземпляре. Их сделал екатеринбургский художник Андрей Баландин.

Андрей Баландин занимается художественным и декоративным искусством. Его работы выставляются как в России, так и за рубежом. Он рисует графику, делает различные панно... Мастерить очки для вечеринки – только одно из его увлечений. Как-то раз у Андрея сломались его собственные очки, и он решил их приукрасить, чтобы помолка оказалась незаметна. С этого всё и началось.

–Я всегда на вечеринку беру с собой очки, – рассказывает Андрей Баландин. – У меня есть любимые четырёхглазые. К очкам сварщика я приклеил ещё по две линзы на каждое стекло. Получилось шесть разноцветных стёкол.

Когда через них смотришь в монитор, получается подобие эффекта 3D. Ходить в таких очках постоянно небезопасно для зрения, потому что в очках должна быть нормальная видимость. Но для вечеринки они подходят идеально. Резко меняешь имидж.

Чтобы из обычных сделать очки для вечеринки, пригодятся любые подручные материалы – стекло, стразы, ракушки, фотообъективы... Приклеивать их можно на обычные очки или даже на недорогие строительные. Всё зависит от того, какой образ хочется создать.

Екатерина ГРАДОБОВА.
Фото
Анастасии МОСКВИНОЙ.



Эту модель художник закончил как раз перед выходом этого номера «НЭ», сам померили и прислали нам фото.

• ЕСТЬ КОНТАКТ!

В прошлом номере «Новой Эры» был опубликован обзор наиболее популярных сериалов. Свои варианты начали предлагать и читатели.

«В Интернете можно скачать много нашумевших сериалов для молодёжи. Буквально пару недель назад вышла первая серия четвёртого сезона сериала «Glee» (в русском переводе «Лузеры»). Каждую неделю все фанаты, которые именуют себя «гликами», ожидают продолжения. Вообще его можно отнести к сериалам-мюзиклам. Все проблемы так или иначе решаются благодаря музыке и танцам. Школьники поют друг другу о любви, родители танцуют, разбирая проблемы своих детей... Очень жаль, что в реальной жизни не может всё так просто решаться.

Ещё один нашумевший сериал «Skins» (в русском переводе «Молокососы»). Шесть сезонов, три поколения... Но сериал однозначно на любителя. Рассказывает о проблемах подростков и, что врать, многие смотрят его втайне от родителей. Когда наблюдаешь за сюжетной линией, находишь выходы из своих проблем. Ко всему прочему, отличное музыкальное сопровождение в каждом сезоне. Пополни свой плей-лист отличной музыкой.

Обзор сериалов и фильмов, которые нужно обязательно посмотреть подросткам, на мой взгляд, будет не полон без картины «Хорошо быть тихоней?». Фильм рассказывает о молодом человеке, у которого жизнь переворачивается с ног на голову в последний год его учёбы в школе. А всё благодаря тому, что он находит себе друзей. Лично я с нетерпением ждала выхода этого фильма по двум причинам. Во-первых, одну из главных ролей сыграла Эмма Уотсон, моя любимая актриса. Во-вторых, просматривая трейлер, я услышала цитату «Я хочу быть писателем, но не знаю о чём писать». Трудности выбора – актуальная тема! Фильм полностью оправдал мои ожидания. Тихоням к просмотру обязателен.

Ксения ПОНОМАРЁВА,
16 лет».



Спецвыпуск «Областной газеты» — «Новая Эра» для молодёжи
Выходит с апреля 2000 года. Сегодня вы прочитали выпуск № 577. Следующий номер выйдет 27 октября.
Пишите! Звоните!
Адрес редакции: 620004, г. Екатеринбург, ул. Малышева, 101.
«Областная газета» — «Новая Эра».
Тел.: (343) 375-80-33; тел. и факс 374-57-35.
ne@oblgazeta.ru

Главный редактор
Полянин Д. П.
РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:
Сергей АВДЕЕВ, Владимир ВАСИЛЬЕВ,
Василий ВОХМИН, Андрей ДУНЯШИН,
Ирина КЛЕПИКОВА,
Наталья ПОДКОРЬТОВА
Над номером работали:
Ксения ДУБИНИНА, Дарья БАЗУЕВА,
Александр ПОНОМАРЕВ, Екатерина ГРАДОБОВА
(корреспонденты),
Татьяна НИКИТИНА, Ирина ЛАНСКИХ (вёрстка),
Евгений СУВОРОВ (дизайн).



Учредители и издатели:
Губернатор Свердловской области,
Законодательное Собрание
Свердловской области
Адрес: 620031, г. Екатеринбург,
пл. Октябрьская, 1
Газета зарегистрирована в Уральском
региональном управлении регистрации
и контроля за соблюдением законода-
тельства РФ в области печати и массо-
вой информации Комитета Российской
Федерации по печати 30.01.1996 г.
№ Е-0966
При перепечатке материалов
ссылка на «ОГ» обязательна.

В соответствии с Законом РФ «О
средствах массовой информации»
редакция имеет право не отвечать
на письма и не пересылать их в ин-
станции.
Редакция может публиковать ма-
териалы, не разделяя точки зрения
автора.
За содержание и достоверность
рекламных материалов ответ-
ственность несет рекламодатель.
Все товары и услуги, рекламируе-
мые в номере, подлежат обяза-
тельной сертификации, цена дей-
ствительна на момент публикации.

Номер отпечатан в ЗАО «Прайм
Принт Екатеринбург». 620027,
г. Екатеринбург, пр. Космонавтов,
18-Н
<http://www.primeprint.ru>
По вопросам доставки газеты
звоните:
- по городу Екатеринбург
371-45-04 (начальник отдела
эксплуатации Екатеринбургского
почтамта);
- по области 359-89-13 (начальник
отдела эксплуатации УФС).
Подписка для предприятий
г. Екатеринбурга через интернет-
магазин <http://uralpress.ur.ru>