Вести потребкооперации

Жить заботами сельчан

Издается с октября 1991 года

Газета Белорусского республиканского союза потребительских обществ

30 июля 2021 года № 30 (1018)

Выходит один раз в неделю

Фото Дарьи ТИТОВОЙ и Минского филиала БТЭУ ПК
Дизайн Татьяны ГОРБАЧ

РАСШИРЯЕМ ГОРИЗОНТЫ

Кооператоры России и Беларуси развивают сотрудничество в сфере образовательных услуг

Делегация Центросоюза России, побывавшая с дружеским визитом в Белкоопсоюзе на минувшей неделе, посетила Минский филиал Белорусского торгово-экономического университета потребительской кооперации.

СТР. 2

СТР. 3

Опыт работы Березинского филиала, получившего почетный диплом МАРТ «Бронзовый Меркурий»

СТР. 4

В Глусском райпо определились лидеры в заготовке черники

СТР. 6

Ефрейтор, а позже кооператор Пелагея ФОМИНОВА отметила 95-летие

ISSN 1991-5349

ПОДРОБНОСТИ

Расширяем горизонты

Кооператоры России и Беларуси развивают сотрудничество в сфере образовательных услуг

Делегация Центросоюза России, побывавшая с дружеским визитом в Белкоопсоюзе на минувшей неделе, посетила Минский филиал Белорусского торгово-экономического университета потребительской кооперации.

Напомним, российскую делегацию встречал бывший председатель Белкоопсоюза, несколько недель назад назначенный Управляющим делами Президента страны Валерий Иванов. А в гости приехали председатель Совета Центросоюза Дмитрий Зубов с советником по международным связям Людмилой Зайцевой, начальником управления по работе с регионами Леонидом Казачковым и ректором Российского университета потребительской кооперации Алсу Набиевой. Российские кооператоры познакомились с ходом вступительной кампании в Минском филиале БТЭУ ПК.

Ректоры российского и белорусского кооперативных университетов Алсу Набиева и Светлана Лебедева обсудили стратегию развития взаимоотношений, обменялись опытом и коснулись внешнеэкономических проблем, связанных с глобализацией рынков, мировым экономическим кризисом и последствиями пандемии.

Заместитель председателя Правления Белкоопсоюза Инесса Короткевич презентовала российским коллегам основные достижения кооператоров Беларуси и рассказала о перспективах развития. Она отметила, что важно увлечь молодежь в кооперативное движение двух стран.

Минский филиал БТЭУ ПК постоянно укрепляет взаимоотношения и развивает сотрудничество и обмен опытом с коллегами из России. Одним из знаковых событий минувшего учебного года стало подписание соглашения о взаимодействии в сфере культуры и образования между руководством Минского филиала и смоленской общественной организацией «Российский союз молодежи». Совместные мероприятия с участием учащихся двух стран уже запланированы на следующий учебный год.

Первый заместитель председателя Правления Белкоопсоюза Александр Скрундевский во время переговоров с российскими друзьями сделал акцент на внедрении информационных технологий в учреждениях образования. Одним из наиболее удачных и перспективных стал проект ассимиляции в образовательную программу Минского филиала учреждения образования «Белорусский торгово-экономический университет потребительской кооперации» программных продуктов SET RIETAL 10 и LS FUSION, на работу с которыми сейчас активно переходит розничная сеть потребкооперации Беларуси.

Встреча делегаций проходила во второй день вступительной кампании. Российские кооператоры воочию убедились, как происходит подача документов абитуриентами – алгоритм полностью автоматизирован с помощью программного продукта 1С, адаптированного в систему образования потребительской кооперации страны. Программа позволяет в оптимально короткий срок обработать информацию и принять документы от поступающих по системе «одно окно».

Юлия АНТОНЕНКО
Фото предоставлено Минским филиалом БТЭУ ПК

ДЕЛО

Культура упаковки

80 процентов консервной продукции Белкоопсоюз выпускает в экологичной стеклянной таре

Многие еще помнят, как во времена СССР кефир, сметана и газировка были только в стеклянных бутылках, которые потом можно было еще и выгодно сдать в пункты приема. Но с развитием новых технологий у стекла появилась масса конкурентов: тетрапаки, пластиковые бутылки, металлические банки.

А что происходит сейчас на мировом рынке упаковки? Об этом рассуждали участники круглого стола в Доме прессы, посвященного новым экологичным тенденциям – увеличению производства продукции в таре из стекла.

Успешные выбирают стекло

Беларусь уже приступила к поэтапному снижению использования полиэтиленовой упаковки с ее замещением на безопасную альтернативу. Например, стекло. Это экологически чистый продукт, который (что доказано столетиями) не вредит здоровью человека. Стеклянная посуда долговечна, устойчива к влиянию агрессивных веществ и внешней среды. К тому же ее можно сколько угодно вторично перерабатывать. В производственной цепочке это снижает издержки. Организации алкогольной, пивоваренной и консервной отраслей нашей страны постепенно снова вводят стеклотару. Ей все больше отдают предпочтение производители детских плодоовощных пюре, соков, нектаров и молочных коктейлей. С нынешнего года в этом перечне еще и мясные, рыбные консервы для кормления детей раннего возраста.

Инесса Минова, начальник управления подакцизных товаров «Белгоспищепрома», отметила, что объемы производства продукции в стеклотаре напрямую зависят от спроса:

– Стремимся следить за тенденциями развития рынка.

БУДЬ В КУРСЕ!

Подсчитано, что внедрение депозитно-залоговой системы сбора тары позволит дополнительно перерабатывать не менее 85 тысяч тонн отходов стекла, 23 тысячи тонн пластика и 360 тонн алюминия.

Натуральному продукту – экологичная упаковка!

Отличительная особенность продукции Белкоопсоюза – натуральные ингредиенты из местного сырья, в том числе закупленного у населения. Кооператоры с годами лишь совершенствуют рецептуру изделий и внедряют современные технологии. И касается это не только самого товара, но и упаковки.

Производители консервов уже давно присоединились к общереспубликанскому экологическому движению и фасуют товар в банки от 0,25 до 3 литров и бутылки – 0,31 и 0,75 литра. Соки, нектары, морсы разливаются только в стекло. Это и сок березовый с добавлением сахара, сок натуральный «Славянский», с различными настоями и травами: «Бодрость», «Полевой». Кроме того, в стекле выпускают консервы для первых блюд – настоящая палочка-выручалочка на кухне современных и продвинутых хозяек. Можно даже не читать этикетку – в банке хорошо видны состав и консистенция будущего супа: щи, борщ, рассольник или традиционная солянка с грибами. Ну а куда же без мясных консервов! И здесь стеклянная банка хороша – мы точно видим, что покупаем. Кстати, именно в прозрачной таре бывает больше мяса и меньше жира. Ведь иначе не купят!

Цифры

Промышленность Белкоопсоюза сегодня – это около 300 предприятий и цехов, которые выпускают более 3000 наименований продукции.

Татьяна Косякова, заместитель начальника управления промышленности, качества и стандартизации Белкоопсоюза, отметила, что около 80 процентов консервов в организациях потребительской кооперации выпускается в стекле:

– А продукция премиум-класса из дикорастущих ягод и грибов фасуется исключительно в стеклянную упаковку. Это варенья, джемы и целебные нектары из черники, голубики, брусники, клюквы, малины. В красивой и удобной баночке видны каждая ягодка или грибочек.

И процесс перехода на экологичную тару продолжается. До 2025 года запланированы техническое переоснащение и модернизация на производственно-пищевом заводе в Червене – минеральную и питьевую воду здесь будут разливать в стеклянные бутылки.

Ольга Кунцова, начальник управления торговли Белкоопсоюза, уверена, что будущее за экологически чистой упаковкой:

– Планируем развивать это направление. У нас и сейчас достаточно широкий выбор продуктов в стеклянной таре. И хотя покупатель в последнее время чаще выбирает экологичную упаковку, оборачиваемость продукции в стекле пока довольно низкая. Нужно вести информационную работу с населением, освещать в СМИ вопросы раздельного сбора твердых коммунальных отходов, использования вторичных материальных ресурсов, а также ответственности потребителя при выборе упаковки и популяризовать наиболее безопасную.

Разделять и зарабатывать

Продолжая тему, Гадад Галимов, заместитель генерального директора ОАО «Белресурсы», отметил, что в 2023 году планируется введение депозитно-залоговой системы сбора стеклянной тары, алюминиевой и ПЭТ-бутылок:

– Депозитно-залоговая система должна была быть введена в Беларуси в 2021 году. Но сроки отодвигаются. Вопросами ее внедрения сейчас активно занимается Минжилкомхоз и, в частности, ГУ «Оператор вторичных материальных ресурсов».

Введение залоговых цен на стеклянную, алюминиевую и пластиковую тару практически сводит на нет ее попадание на свалку, улучшает качество вторсырья и станет отличным стимулом производителям и покупателям сделать твердый шаг в сторону использования экологичной тары. Но не все так просто: требуется время на создание инфраструктуры циркулярной экономики, закупку технологий, техники, разработку программного обеспечения.

Диана ВОЛЬСКАЯ
Фото Татьяны ЛЯШКЕВИЧ

ПО ПОВОДУ

Лидерское настроение

Березинские кооператоры – лучшие в области

Минский облпотребсоюз назвал победителей ежегодного отраслевого конкурса среди районных потребительских обществ региона. Березинские кооператоры возглавили престижный рейтинг, опередив коллег по итогам финансово-хозяйственной деятельности за 2020 год. Здоровые амбиции и стремление вперед – лучшее доказательство профессионализма. Ни конкуренция частных сетевых компаний, ни пандемия не повлияли на эффективную работу коллектива.

Потребительская кооперация, как известно, – многоотраслевая структура. Тут и торговля, и закупки, и переработка сельскохозяйственной, дикорастущей продукции и сырья у населения, и общественное питание, и промышленность. Однако ключевым направлением деятельности была и остается розничная торговля.

Ближе к покупателю

В Березинском филиале 74 магазина, из них 55 – в деревнях. И в 250 населенных пунктов по графику приезжают автолавки. Конечно, в передвижных магазинах в ассортименте только самое необходимое, но по заявкам доставят любой товар. Частенько именно автолавки привозят сельчанам стройматериалы или мебель.

И это только кажется, что сельский покупатель неприхотлив. На самом деле нужно очень постараться, чтобы клиент остался доволен. К примеру, в деревне Михалево Березинского района роль местного супермаркета выполняет кооперативный «Родны кут». На его 150 квадратных метрах поместилось множество товаров: от молока и творога до цемента и краски. Руководит процессом Тамара Гороховик, труд которой в преддверии Дня работников потребкооперации отмечен грамотой Белкоопсоюза. Тамара Васильевна более 35 лет в торговле, из них 33 – в сельском магазине. Большой специалист и мастер своего дела, потому и магазин всегда с прибылью.

– Нужно работать так, чтобы покупателю хотелось вернуться, – убеждена моя собеседница. – Прислушиваемся к пожеланиям наших клиентов и постоянно расширяем перечень. На рынке же все меняется, вот и мы идем в ногу со временем.

Тамара, кстати, вовсе не мечтала быть продавцом. Грезила о карьере школьного учителя. Но судьбу будущей заведующей определил один номер районной газеты, где была заметка о наборе в Минский кооперативный техникум по специальности «продавец». «Отличный способ упорхнуть из родительского дома, да еще и пожить в столице», – подумала тогда Тамара и поехала на экзамены. Поступила, и сама не заметила, как втянулась в торговую сферу. Особенно запомнились ей на практике огромные советские кассы в крупных магазинах Минска:

– Они больше походили на старые компьютеры: кнопочные ряды цифр и небольшое табло. А сама касса заводилась вращением ручки. Кроме того, ручкой можно было даже пробивать чеки: два оборота и готово. Конечно, мне было интересно поработать с такой техникой.

В ассортименте ее современного «Роднага кута» много кооперативной продукции. Визитной карточкой стали березинский хлеб и колбасы, пельмени, голубцы и блинчики.

Летом, когда небольшую деревеньку заполоняют дачники и туристы, особенно хорошо идут напитки, мороженое, что в общем-то предсказуемо, а еще… хлеб! Горожане так пристрастились к березинской выпечке, что закупают батоны и булки про запас – и для себя, и друзей угостить. Такая искренняя любовь, наверное, и есть лучшее доказательство отличного качества.

Вкусно и полезно!

Промышленная отрасль в филиале – довольно крепкое звено с хорошими результатами и весомой прибылью. Местный хлебозавод продолжает лучшие традиции национального хлебопечения и выпускает только натуральный, «живой» хлеб. В богатом разнообразии березинских кооператоров найдется продукт на все случаи жизни – от повседневного до праздничного. Ведь речь идет о более 30 наименованиях хлеба и кондитерских изделий. Кроме того, ежегодно в производство запускается не менее 10–15 новых видов. А совсем скоро вкусная и ароматная выпечка станет еще лучше: на хлебозаводе планируется масштабная модернизация. Обновят ремонтом цеха и частично заменят оборудование. Несомненно, покупателей прибавится.

Заместитель министра МАРТ Андрей КАРТУН вручает нагрудный знак «Выдатнік гандлю Республікі Беларусь» Валентине БОРИСЕВИЧ

За 2020 год Березинский филиал выпустил 745 тонн хлеба и хлебобулочных, 38 тонн – кондитерских, более 50 тонн – колбасных изделий, 310 тонн мясных полуфабрикатов. Переработано более 20 тонн овощей и фруктов, заморожено почти 50 тонн дикорастущих ягод.

Есть у завода и мясной цех, где производят более 20 наименований колбас и мясных полуфабрикатов. Самые популярные – сыровяленые и варено-копченые колбасы. Производство небольшое, но вся продукция рентабельна и быстро расходится по магазинам района и даже области.

Вырастить, собрать, продать

Если в торговле потребкооперация работает в условиях жесткой конкуренции, то в сфере заготовок позиции господствующие. Филиал закупает более 40 видов сельскохозяйственных продуктов и вторичных материалов. Часть излишков садов и огородов отправляется на продажу через собственную торговую сеть, а остальное поставляют перерабатывающим предприятиям и на экспорт.

Заготовительный процесс не прекращается круглый год. Открывают сезон ранние овощи, редис и лук. Затем начинается время клубники и раннего картофеля. В июле идут черника, смородина, вишня, затем капуста, морковь, свекла. Несут урожай и школьники, и молодежь, и пожилые. Процесс отлажен до мелочей.

Неслучайно Тамару Койпиш, заготовителя магазина «Модуль», накануне профессионального праздника поощрили благодарностью Правления Белкоопсоюза. Урожденная гомельчанка когда-то, чтобы поступить в Гомельский кооперативный техникум, выдержала конкурс в 22 человека на место. После учебы новоиспеченная товаровед распределилась в Березинское райпо. Здесь вышла замуж, а через несколько лет супруги построили дом. Восемь лет Тамара отработала товароведом. А после рождения дочери перешла в отдел заготовок.

Березинский район славится хорошими урожаями еще со времен СССР. А вот ранними овощами, фруктами и ягодами частенько помогала соседняя Украина. Тамара вспоминает постоянные командировки весной и летом:

– Везли помидоры, лук, капусту, черешню, арбузы… Порой в обыкновенной машине. Брали немного – всего несколько тонн, чтобы не испортился товар в дороге. Даже не представляю сейчас, как мы тогда справлялись без холодильников.

Женщина работает в филиале на полставки. Правда, условно: в разгар сезона сдатчиков бывает так много, что уйти раньше никак не выходит. Сейчас, например, ягодники вовсю несут чернику. А кооператоры готовы принять всю: закупили камеру шоковой заморозки.

Диана ВОЛЬСКАЯ
Фото предоставлено Березинским филиалом

Тамара ГОРОХОВИК, продавец 6-го разряда магазина деревни Михалево

Людмила ТИШКЕВИЧ, мастер колбасного цеха. Фото Елены ГРОМОВОЙ

ДЕТАЛИ

Темп роста производства Березинского филиала в 2020 году – 164,3 процента. Кооператоры выпекли почти 800 тонн хлеба, кондитерских изделий и получили 300 тысяч рублей чистой прибыли.

Ежегодно предприятие участвует в республиканских конкурсах и выставках. В прошлом году продукция хлебозавода получила достойную оценку и высокие награды на 30-й международной специализированной выставке «Белагро. Белпродукт-2020» и 26-й международной специализированной выставке «Продэкспо-2020».

КСТАТИ

В этом году Березинский филиал отмечает пусть и не круглую, но почтенную дату – 88 лет со дня образования. Конечно, за эти годы сменилось немало и сотрудников, и руководителей. Валентина Борисевич, нынешний директор, – опытный работник и профессионал своего дела. Именно благодаря ее стараниям коллектив ежегодно занимает почетные места не только в области, но и в стране. Но сама Валентина Ивановна уверена: хорошие результаты – заслуга каждого сотрудника.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Накануне Дня работников торговли заместитель министра антимонопольного регулирования и торговли Андрей Картун в Минском облисполкоме вручил почетный диплом и статуэтку «Бронзовый Меркурий» в номинации «За лучшую организацию торгового обслуживания населения» коллективу Березинского филиала. А нагрудным знаком МАРТ «Выдатнік гандлю Республікі Беларусь» награждена директор филиала Валентина Борисевич.

ГОРЯЧАЯ ТЕМА

Хвала умелым

В Глусском райпо Могилевского облпотребобщества идет заготовка черники

Нынешний сезон первой лесной ягоды начальник отдела заготовок Глусского райпо Татьяна Макаревич запомнит надолго. Урожай в этом году меньше. Массовый сбор выпал на время экстремальной жары, когда температура поднималась выше 30 градусов. Не выдерживали ни ягоды, которые осыпались, ни люди. Вводились запреты на посещение лесов – поставки дикоросов приостанавливались. И вдобавок почти вдвое увеличилось количество коммерсантов, которые готовы купить ягоду за хорошие деньги – до 8 рублей за килограмм.

Геннадий КУРАЧЕВ – один из лучших заготовителей в Осиповичском районе

Но глусские кооператоры сумели подтвердить свое мастерство. Конечно, довести объемы до уровня прошлого года, когда было закуплено и реализовано на экспорт 207 тонн черники (лучший результат в Белкоопсоюзе), трудно, но в нынешних условиях и половина этого объема – достижение. Что подтверждает и заместитель председателя по заготовкам и промышленности Анна Янушевская:

– Низкий поклон людям, которые собирали ягоду в жару при назойливых атаках кровожадного лесного гнуса. Мы сумели закупить 118 тонн и всю чернику уже отгрузили на экспорт. Наш цех шоковой заморозки не останавливался, перерабатывая каждые 24 часа до 20 тонн ягод. Упорядочили не только свой урожай, но и такой же объем – более 100 тонн – для соседних райпо и коммерческих организаций. Производственные линии с высокотехнологичным оборудованием обеспечивают очистку черники и закладку в морозильные камеры с температурным режимом минус 20 градусов. Мощности цеха позволяют хранить одновременно до 300 тонн продукции.

Сбор еще продолжается. Заготовителей, штатных и разъездных, радуют прогнозы об отступлении аномальной жары. Ягоду принимают и предприятия торговли в Глусском и Осиповичском районах.

На Осиповичской земле самые высокие показатели у Геннадия Курачева, который работает в деревне Лапичи, и у коллектива магазина деревни Осово. В Глусском районе лидируют заготовитель Людмила Макаревич и магазин деревни Городок.

А морозильные камеры цеха шоковой заморозки ждут еще черную смородину, бруснику, клюкву и грибы. Коммерческие структуры и предприниматели круглый год замораживают у глусских кооператоров шампиньоны. Это дополнительный доход для заготовительной отрасли райпо.

Светлана ЖИБУЛЬ
Фото предоставлено Глусским райпо

МЕСТНОЕ ВРЕМЯ

Мостик из прошлого

Ресторан «Береза» стал «Бистро»

Первых посетителей ресторан «Береза» принял в августе 1956 года. После несколько раз его обновляли, реконструировали и наконец переформатировали в кафе «Бистро».

Кафе «Бистро», общий вид после реконструкции

Эффект от обновления впечатляет. Сделана перепланировка зала общей вместимостью более 60 человек, количество мест добавилось. С потолка струится мягкий свет. Переоборудовано рабочее место барменов. На стенах – картины. В меню – большой выбор блюд, соков, напитков и вполне доступные цены.

Подремонтирован и покрашен фундамент. На фасаде при входе привлекающий посетителей слоган: «Кафе, где вино, еда и разговоры». На недостаток гостей кафе грех жаловаться и в обеденное, и в вечернее время.

Иван ОСКИРКО
Фото автора

Надпись при входе

Бармен Елена ПАШКЕВИЧ принимает заказ

Убранство зала

ЮРИДИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ

Ведущая рубрики – начальник юридического отдела Белкоопсоюза Наталья ШНИГИР

Ограничения только по суду

Может ли наниматель взять совместителей на работу, связанную с полной материальной ответственностью? Есть ли для них ограничения по заключению договора о полной материальной ответственности?

И. М. ФЕДОРЕНЧИК, Ляховичи

Письменные договоры о полной материальной ответственности наниматель может заключить с работниками, достигшими 18 лет, занимающими должности служащих или выполняющими работы, непосредственно связанные с хранением, обработкой, продажей (отпуском), перевозкой или применением в процессе производства переданных им ценностей (статья 405 Трудового кодекса).

Примерный перечень должностей и работ, замещаемых или выполняемых работниками, с которыми может заключаться такой договор, и примерная его форма утверждены постановлением Совета Министров от 26.05.2000 № 764 (в редакции от 28.01.2020). Наниматель вправе на основании коллективного договора, а при его отсутствии самостоятельно утвердить такой перечень.

При совместном выполнении работниками вышеуказанных видов работ, когда невозможно разграничить материальную ответственность каждого и заключить с ним индивидуальный договор, может вводиться коллективная (бригадная) материальная ответственность.

Совместительством признается выполнение работником в свободное от основной работы время оплачиваемой работы у того же – внутреннее совместительство – или у другого (других) нанимателя (нанимателей) – внешнее совместительство – на условиях другого трудового договора.

Продолжительность рабочего времени, устанавливаемого нанимателем для работающих по совместительству, не может превышать половины нормальной продолжительности рабочего времени, установленной законодательством. Исключение: работники, находящиеся в отпусках без сохранения или с частичным сохранением заработной платы, предоставляемых по инициативе нанимателя в случаях необходимости временной приостановки работ или уменьшения их объема, а также работники, находящиеся в трудовых отпусках по основному месту работы. В этих случаях можно работать по совместительству полный рабочий день (смену).

Трудовые договоры, заключаемые как по основному месту работы, так и по совместительству, могут содержать условие о полной материальной ответственности. Однако статьей 348 ТК не допускается прием по совместительству на материально ответственные должности служащих лиц, осужденных за корыстные преступления, если судимость не снята или не погашена в установленном порядке, а также на те должности служащих или виды деятельности, которые запрещены приговором суда для отдельных категорий граждан.

Таким образом, если неполное рабочее время, предусмотренное законодательством для совместителей, отвечает режиму работы у данного нанимателя для соответствующей должности и для работника-совместителя не наложены ограничения по статье 348, с ним может заключаться договор о полной материальной ответственности.

ДИРЕКТИВА № 1

Жизнь наоборот

Как реагирует организм на ночную смену

Когда большинство людей отправляются спать, некоторые приступают к работе. Это привычный долг службы таможенников, авиадиспетчеров, пожарных, а также врачей, железнодорожников, пекарей, специалистов кол-центров и продавцов круглосуточных магазинов. Оказывается, до 25 процентов взрослого населения разных стран несет «ночной дозор» несколько раз в неделю. Кто-то «переходит на темную сторону» постоянно, иные работают посменно.
Как справляется организм с ночной активностью? Какие последствия у жизни наоборот? Спросим у компетентных специалистов.

Обмануть себя

Не нарушать биоритмы – одно из основных правил долгожителей. Поскольку самой природой человеку предназначено быть активным днем, пассивным ночью. Этот негласный закон формировался тысячелетиями. Во время ночного сна происходит глубокое восстановление нервной системы. И это совершенно невозможно, когда кто-то трудится при свете луны. Надо сказать, что совсем немного людей имеют особую приспособляемость к ночной работе и могут без надлома годами работать в таком режиме. В любом случае эта деятельность лишь для тех, кто не имеет хронических заболеваний. Если же в анамнезе прописаны сахарный диабет, ИБС, язвенная болезнь или сердечная недостаточность – здесь и речи нет о работе затемно.

Тут многое замыкается на гормоне мелатонине, который вырабатывается исключительно в ночное время. Именно он заставляет зевать и потягиваться с наступлением сумерек, но главная его «работа» – защищать организм, подавляя активность вирусов, бактерий и раковых клеток. Когда же человек не спит ночью, уровень мелатонина повышается лишь незначительно. Получается, внутренняя оборона слабеет, иммунитет подтачивается. По мнению ***профессора, доктора медицинских наук, заместителя директора по научной работе Института физиологии НАН Беларуси, руководителя Центра мозга Владимира Кульчицкого***, человек не может быть ночью так же плодотворен в работе, как днем, из-за физиологического стресса. Ведь во время «всенощных» активной становится симпатическая нервная система, которая провоцирует выработку сигнальных молекул. Они, в свою очередь, становятся пособниками гормонов стресса – адреналина и кортизола. Потому активность ночью сопровождается сужением сосудов, учащением пульса и повышением давления. Пока человек молод, его запаса сил хватит на определенное время, а вот в среднем и зрелом возрасте механизм «восстановительных работ» ослабевает. И все только усугубляется, когда ночная работа связана с напряжением и высоким уровнем ответственности, – реанимация, милиция, сложное производство.

Мы пытаемся обмануть природу и свой организм. Но... не получается! Ведь все его системы, а прежде – нервная, эндокринная и иммунная, восстанавливаются именно в период ночного сна. Это время «капитального ремонта» клеток, органов и систем. Отдых в эти часы помогает сохранить здоровье, энергию, а еще хороший внешний вид.

Уже более десяти лет, как ВОЗ включила фактор работы в ночное время в список причин, приводящих к онкологическим заболеваниям. Специалисты пришли к такому выводу после анализа образа жизни мужчин с диагнозом рак простаты. Выяснилось: среди них большое число тех, кто работает «в третью смену». Что касается женщин, для них активность без сна с вечера до утра более восьми лет увеличивает риск рака груди в два-три раза. Виновник – низкий уровень мелатонина, гормона сна, который блокирует неконтролируемое деление клеток.

Лишний вес, несносный нрав

Замена дня на ночь нередко приводит к полноте, атеросклерозу и ожирению. В этом опять обвиняют сбой циркадных ритмов – сон-бодрствование. Ночью, как известно, обмен веществ замедляется и снижается уровень гормона лептина, который отвечает за ощущение сытости. К тому же развивается ощутимый дефицит витамина D, который выделяется в организме только при солнечном свете. Отсюда частые инфекционные заболевания, ощущение нехватки сил, слабость костной ткани и мышечные боли.

Помимо прочего, человек-«ночник» часто путает усталость и желание вздремнуть с ощущением голода. Подобная неразбериха сбивает с толку. А ночные перекусы приводят к нарушению обмена веществ, лишним килограммам, метаболическому синдрому. Дальше подключаются хроническая усталость и преждевременное старение. Неудивительно, поскольку довольно часто в ночное время человек питается на скорую руку. Это сэндвичи, каши и вермишель быстрого приготовления, что-то сладкое, чтобы взбодриться, плюс ароматизированный чай, растворимый кофе…

По словам ***заведующей кардиологическим отделением № 2 РНПЦ «Кардиология» врача высшей квалификационной категории, кандидата медицинских наук Ирины Лазаревой***, если человек отказывается от ночных работ, его пищеварительная и нервная системы способны восстановиться. А вот обратимость сердечно-сосудистой, увы, под вопросом. Ведь высокие цифры давления, а при бодрствовании ночью оно частенько повышается, со временем провоцируют ишемическую болезнь сердца, инфаркт и инсульт. Последний диагноз, кстати, чаще настигает мужчин.

– Такие пациенты есть в практике каждого врача. Помимо скачков давления и болей в сердце, они тревожны и возбудимы, интеллектуально истощены, имеют проблемы с памятью и концентрацией. При общении выясняется: человек не первый год работает по ночам. И если полноценно не восстанавливает силы, уходит в невроз, – подтверждает ***заведующий кафедрой неврологии и нейрохирургии БелМАПО, доктор медицинских наук, профессор Владимир Пономарев***. – Можете не сомневаться, его характер заметно испорчен. Довольно часто такие люди раздражительны и конфликтны, склонны к депрессии. Начинается же все незаметно, когда сбой биологических часов по капле отнимает силы.

Такое состояние вредит работе – человек с большой вероятностью допускает ошибки и просчеты, а также личным и семейным отношениям – иметь дело с вечно «помятым типом» со вздорным характером мало кому охота. Вывод здесь более чем очевиден: уходить «в ночное» без того, чтобы не подорвать собственное здоровье, можно только ограниченное время. Дальше поберегите себя, займитесь восстановлением самочувствия, сил и внешнего вида.

Алла МАРТИНКЕВИЧ

ПО ДЕЛУ

Если условия таковы, что приходится трудиться по ночному графику, тогда:

- Обеспечьте рабочее место источником яркого искусственного освещения, приятного для глаз имитатора солнечного света.
- На протяжении ночи пейте больше воды. Иначе обезвоживание может привести к спазму сосудов и головным болям.
- Осторожней с кофеином! Одну-две чашки бодрящего напитка – не больше. А дальше в ночную смену лучше оживить себя имбирным чаем или стаканом минеральной воды с лимоном.
- Полноценный отдых днем – золотое правило. Спать нужно примерно на час дольше, ведь из-за несоответствия естественным биоритмам дневной сон менее глубокий. Для «правильного» восстановления плотно закройте шторы, минимизируйте внешние шумы, отключите телефоны.
- Что касается варианта разбить дневную «сессию» отсыпания на две части, то есть укладываться сразу после возвращения домой с 08:00 до 12:00, а дальше – с 18:00 до 21:00, перед самой работой, здесь просто прислушайтесь к себе, найдя оптимальный вариант отдыха.
- Контрастный душ, адекватная физическая нагрузка, частые прогулки на свежем воздухе, массаж – все это обязательно для подержания себя в форме.
- На работу берите полезную еду – овощные салаты, запеченное или отварное мясо, куриную грудку, рыбу, орехи, натуральный йогурт и сыр.

ЮБИЛЯРЫ

Ефрейтор Пелагея Попкова

95-летие отпраздновала бывший бухгалтер, кооператор Полина ФОМИНОВА

Мстиславское райпо Могилевского облпотребобщества – яркий пример внимательного, уважительного отношения к своим ветеранам.

В их числе есть и ветераны Великой Отечественной войны – такое сокровище! Весной отпраздновала 95-летие бывшая заведующая магазином «Яновский» Зинаида Ивановна Овсянникова. Ее почтили визитом представители районной потребкооперации. А в эти июльские дни поздравления с такой же солидной датой принимала Полина Илларионовна Фоминова. К слову, по паспорту она Пелагея, но в молодости имя осовременила, назвавшись Полиной.

На пенсию героиня нашего рассказа вышла из Славгородского райпо, где работала бухгалтером. В праздничный для Полины Илларионовны день к ней домой с цветами и подарком приехали начальник отдела кадров, организационно-кооперативной и идеологической работы Мстиславского райпо Екатерина Новикова и председатель профсоюзного комитета Лидия Перцовая. Много теплых, сердечных слов благодарности услышала в свой адрес ветеран. Это укрепило ее силы и дух.

Живет юбиляр в семье сына Сергея. Ее невестка Алла, педагог по специальности, охарактеризовала свекровь как жизнерадостную, крепкую духом, несмотря на нелегкую судьбу.

В 1943 году девушка попала в действующую армию. В составе артиллерийского батальона ефрейтор Пелагея Попкова с освободительными боями дошла до Берлина, где и встретила День Победы.

В начале фронтового пути служила поваром банно-прачечного отряда. Затем – писарем в санчасти. У нее красивый почерк, и Полина с радостью и готовностью писала под диктовку раненых бойцов письма. Она была причастна к той любви, которую отправляли в военных конвертах-треугольниках солдаты своим близким.

Через всю жизнь Фоминова пронесла эти прекрасные чувства – милосердие, любовь к людям, терпение, умение выстоять в любых обстоятельствах, благодарность за каждый новый мирный день. Всем было приятно видеть, что в награду за такое отношение к жизни в свои золотые годы женщина заслужила бережное и заботливое отношение к себе в семье своих детей.

Светлана ЖИБУЛЬ
Фото Натальи МАНУСОВОЙ

СЕЗОН

Летні дзень год корміць

Дні бягуць, набліжаючы лета да фінішу. Кожны з іх напоўнены клопатам аб зборы ўраджаю садавіны і гародніны, яго перапрацоўкі на зіму

Вось і ў нарыхтоўчым аддзеле Стаўбцоўскага філіяла Мінскага аблспажыўтаварыства на апошнім тыдні ліпеня распачынаюць засолку агуркоў.

Гандаль імі ў свежым выглядзе быў арганізаваны з ранняй вясны. Прадукцыю дастаўляюць фермеры і прыватныя гаспадары са Столінскага раёна Брэсцкай вобласці. Паступае яна свежай – дзвюх гадзін дастаткова, каб даставіць на месца прызначэння.

Нарыхтоўшчыкі і агароднікі кожны год дамаўляюцца па цэнах. І такое супрацоўніцтва наладжана ўжо на працягу многіх гадоў. А вось бульбу стаўбцоўскія нарыхтоўшчыкі купляюць у нясвіжскага фермера Віктара Секержыцкага. Тавар выдатных смакавых якасцей, ёсць і самы ранні, і больш позні.

У гэтыя летнія дні ў гандлёвай сетцы спажывецкай кааперацыі можна набыць не толькі ўсю патрэбную гародніну, садавіну, але і чарніцы з мясцовых лясоў. На пачатку нарыхтоўчага сезона гэтую каштоўную лясную ягаду набывалі ад насельніцтва па два рублі за кілаграм, а цяпер цэны ўзняліся амаль да васьмі. Аднак у рознічным гандлі чарніцы – каля шасці рублёў за кілаграм. Такі кошт сфарміравалі запасы, зробленыя раней. Ураджай ягады ў гэтым годзе больш нізкі, і нарыхтоўшчыкі будуць рады, калі змогуць нарыхтаваць хаця б палову ад мінулагодняга аб'ёму. Летась Стаўбцоўскі філіял рэалізаваў на экспарт каля 30 тон.

Нарыхтоўшчык Аляксандр БОГАН

Мясцовае насельніцтва збывае лішкі чырвонай парэчкі. Паўтары тоны яе нарыхтоўшчыкі адправілі ўжо на Чэрвеньскі вытворча-харчовы завод. На чарзе – закупка брусніц, яблыкаў, грыбоў.

Святлана ЖЫБУЛЬ
Фота аўтара

ЛЮДИ И ДЕЛА

Первая запись в ее трудовой книжке: «Рабочая колбасного цеха Горецкого райпо», куда пришла в 1981 году после окончания Оршанского ПТУ № 39, получив специальность жиловщика.

Стабильность во всем

Кооператор со стажем Елена МАРЧЕНКО отмечает двойной юбилей

С профессией Елена Марченко определилась еще в 18 лет после окончания Городищенской средней школы Шкловского района Могилевской области в 1979 году. И о своем выборе ни разу не пожалела.

Жиловщика без преувеличения можно сравнить с хирургом, ведь он точно так же должен знать анатомическое строение мышечной, соединительной и жировой тканей. А еще различать качественные признаки мяса различных частей туши, субпродуктов, их производственное назначение, назубок усвоить требования технологической инструкции по жиловке и разборке мяса. Возможно, это и повлияло в какой-то степени на Елену при выборе профессии.

А в 2005 году Елена Степановна стала консервировщицей кожевенного и пушно-мехового сырья, кем и работает по сей день. Причем продолжает трудиться и на пенсии.

Постоянство у Елены Марченко и в семье. С мужем Алексеем Андреевичем, который работал водителем, воспитали двоих детей. Дождались уже двоих внуков. Неоднократно за трудовой вклад в развитие потребительской кооперации Елена Степановна отмечалась правлением райпо.

31 июля у нее двойной юбилей: 60-летие со дня рождения и 40-летие работы в системе потребительской кооперации. Желаем счастья, здоровья, радости! Пусть рядом будут близкие, с которыми тепло и уютно.

Наталья МАРКАШАНСКАЯ,
председатель Совета ветеранов труда Горецкого райпо

ВЫТВОРЧАСЦЬ

У дарогу – з «Марыляй»

Выпуск прахаладжальных напіткаў у Іванаўскім райспажыўтаварыстве зараз вырас на трэць

У гэтыя летнія дні, калі тэмпература паветра падымаецца вышэй за 30 градусаў, што толькі не прадпрымаем мы, каб ратавацца ад спякоты. Актуальная цяпер і прадукцыя разлівачнага цэху безалкагольных напояў і мінеральнай вады Іванаўскага райспажыўтаварыства Брэсцкага рэгіёна. Сярэднемесячны яе аб'ём за паўгода складае ля 15–16 тысяч дал, а ў летнія месяцы высокай запатрабаванасці ён вырас больш за 20 тысяч дал.

Вольга САХАНЧУК

Цэх з больш чым паўвекавой гісторыяй змог захаваць любімыя для многіх напіткі савецкіх часоў, напрыклад, «Сітро» і «Ліманад», і адкрыць новыя лінейкі прадукцыі. У мінулым годзе наладжана вытворчасць фруктова-газіраванай вады з брэндам fruit water, асвоена таксама вытворчасць напіткаў «Байкал», «Саяны» і некаторых іншых. А ўсяго ў асартыменце больш за 20 найменняў.

Таццяна РУМАК

Цэх выпускае не толькі духмяныя газіроўкі, але і мае свідравіну па здабычы мінеральнай вады «Марыля», якая разліваецца ў ПЭТ-бутэлькі ўласнай вытворчасці.

У тым, што цэх не губляе добрую рэпутацыю на рынку, заслуга яго працаўнікоў, якія на вытворчасці больш за 20 гадоў. Кіруе калектывам майстар Таццяна Румак, якая прыкладае ўсе сілы, каб вытворчасць паспявала за патрабаваннямі часу. Акрамя таго, Таццяна Аляксандраўна змагла стварыць у калектыве камфортны мікракліматдзе пануюць павага, давер, узаемадапамога.

Вытворчасць трымаецца на такіх прафесіяналах, як слесар Віталь Петух, прасоўшчык-выдувальшчык цэлулоідных вырабаў Валерый Пішч, машыністы разлівачна-напаўняльных аўтаматаў Іна Бебко, Наталля Балюк, Ірына Вакульчык, Ларыса Масляк, Вольга Саханчук.

Наталля БАЛЮК

Ларыса МАСЛЯК і Ірына ВАКУЛЬЧЫК

Прадукцыю іванаўскага цэха можна сустрэць на прылаўках не толькі Брэстчыны, але і ўсёй краіны.

Святлана ЖЫБУЛЬ
Фота Іванаўскага райспажыўтаварыства

ОБСУДИМ

Сверьте планы на лето

Как на каникулах правильно дать ребенку отдохнуть, чтобы потом ему хотелось учиться

– Представьте, что начальник предлагает во время отпуска доделать то, что не успели. Или подготовиться к сложному проекту в ваши законные длинные выходные. Или повысить квалификацию во время отпуска. Что вы в такие моменты почувствуете по отношению к руководителю? Звучит странно, не правда ли? Но ничего вам это не напоминает? – предлагает задуматься детский нейропсихолог Наталия Романова-Африкантова. Чаще всего родители так поступают с детьми на каникулах. Чем это чревато и как правильно мотивировать детей на занятия и на какие?

Три кита отдыха

Задачи отпуска и каникул – повысить ресурсы родителей, ребенка и наладить их отношения, считает нейропсихолог. Чтобы выполнить первые две, придется мамам и папам проделать большую работу над собой. Если у взрослых нет привычки отслеживать свое состояние, знать источники пополнения ресурса и оперативно его «подкреплять», то вряд ли они смогут замечать, каково сейчас детям. Да и наследники, которым не с кого брать пример, вряд ли смогут поддерживать в порядке не только внешность, но и дух. В помощь – различные практики, которых в последнее время появилось достаточно много. Даже известные психологи проводят бесплатные мастер-классы, направленные на изучение собственного состояния и источников его сохранения.

– Что касается отношений между поколениями, то девять месяцев родители ругались с детьми по поводу домашнего задания. И тут, во время каникул, снова родители дают задание, когда его делать уже необязательно. Опять появляется конфликт. Но основная задача каникул – пополнить ресурс, позволить отдохнуть и подойти всем к 1 сентября в хорошей форме, – подчеркивает Наталия.

Поменьше тревог, побольше безделья

Нейропсихолог предлагает детальнее остановиться на каждом пункте. И советует не распылять родительский ресурс во время каникул на организацию питания, развлечений, переживания и объяснения ребенку его распорядка и правил. А стараться вместе проводить больше времени, бездельничать.

– Первоклашка вполне эффективно может занимать сам себя, – считает Наталия. И советует мамам и папам дать себе отдых от контроля, уменьшить уровень тревоги, которая возникает от несовпадения ожиданий и происходящего.

– Живите без мыслей об ожиданиях. Возьмите и разрешите ребенку ничего не делать неделю, потом подумайте, изменилось ли от этого его знание, ситуация. Если ребенок понимает свои задачи насчет спорта, музыки, хобби, а не потому, что от него чего-то требуют и ждут, у него появится желание ими заниматься. Но полный отдых обязателен на какое-то время, – обращает внимание эксперт. – Все, чем вы заставите ребенка заниматься против его воли, даст небольшой результат. Но отрицательно повлияет на мотивацию в дальнейшем. Например, сын еще сильнее возненавидит музыкальную школу, элементарно не успеет соскучиться по ней.

Об итогах из первых уст

Что касается детского ресурса, вспомните колесо баланса. Сколько времени во время учебного года оставалось у ребенка на сектора, не связанные с учебой? Например, на здоровье? На отношения, в которых должно быть хоть какое-то общение с друзьями и родственниками? На яркость жизни, где отдых, хобби, путешествия, впечатления? Чьи-то дни рождения не в счет, они идут как передышки в череде учебных будней. А на духовность? В творчестве, которое преподают в художественной школе, например, много запротоколированной работы.

– Родители должны поддержать ребенка в конце учебного года. Даже если не довольны. Поздравьте хотя бы с завершением очередного этапа. Отметьте это семейным ужином, походом в пиццерию, совместной поездкой. Дайте ребенку радость от завершенности, возможность расслабиться, обсудите год, подбодрите, – рекомендует нейропсихолог.

При этом важно, как вы спросите ребенка о его впечатлениях от учебного года. Не рассказывайте свою версию, иначе включится защитная реакция. И тогда поговорить, исходя из чувств ребенка, будет невозможно. Плюс, когда вы первым показываете свое отношение, у детей до подросткового возраста может подмениться мотивация на мотивацию значимых взрослых, чтобы не рассердить и не потерять их внимание. Лучше спросить, рад ли ребенок, что учеба осталась позади, какой она была для него, что получилось, а что хотелось бы улучшить. И обязательно скажите и покажите, что вы любите его таким, какой он есть. Тогда сердце даже самого брутального подростка екнет.

После рефлексии можно плавно подойти к обсуждению того, что хотелось бы исправить, наверстать. Таким образом юного собеседника ненавязчиво подталкивают к мотивации через «хочу». Например, предложить определенные виды занятий, которые помогут быстрее читать. Обговорить, в какой части лета ребенок мог бы к ним приступить, записать все в совместно составленный план. И в любом случае подчеркнуть, что сложно идти к цели во время каникул, но вы это цените и будете поддерживать. Не помешало бы налечь на чтение? Предложите аудиокнигу, поход на спектакль. Надо «подтянуть» английский? Пусть ребенок смотрит TikTok на иностранном, играет в настольные игры, где правила на чужом языке. Если у детей трудности с обучением, вниманием, восприятием информации, усидчивостью, поделитесь мнением, что наследникам, кажется, тяжело. Затем скажите, что вам дали контакт человека, который может помочь.

Будущих первоклашек не надо натаскивать на письмо и счет. Учите коммуникации, усердию, сосредоточенности, когда отвлекают, укрепляйте малышей физически.

Вместе – веселее

Поможет сблизиться написанный вместе список планов на лето. Там могут быть и пикник, и сладкая вата, и несколько книг, и изучение нового языка, и наблюдение за падающими звездами. Задача в этот момент – помочь ребенку вспомнить, чего он хочет. В школьное время сложно определиться со своими желаниями. Когда список готов, мечтайте о нем, планируйте каждый пункт, предвкушайте. Это питает внутренний ресурс и тренирует планирование учебного года. Например, если записан поход, важно определить, будет он пеший или на байдарках, куда, с кем, что необходимо собрать, докупить, когда лучше отправиться. Отличный вариант общего отдыха, по мнению Романовой-Африкантовой, – семейные лагеря. Там есть время на отдых и без детей, и с детскими активностями, свободной игрой, а также аттракции для родителей и их чад.

За две недели до начала учебного года эксперт предлагает готовить детей к неотвратимому. Можно стартовать с покупки канцелярии, красивой формы.

– Поговорите с ребенком, узнайте, чего ему хочется, что для этого вы вместе можете сделать. Пусть он видит, что вы команда и что мама и папа готовы его поддерживать, – резюмирует нейропсихолог.

НА ЗАМЕТКУ

Дети в интернете

Сколько можно быть онлайн?

Во время каникул многие родители стараются предоставить детям больше свободы. В том числе в доступе к гаджетам. Но заведующая лабораторией проблем здоровья детей и подростков Республиканского научно-практического центра «Мать и дитя» Маргарита Девятловская напоминает: детям до десяти лет желательно общаться с виртуальным миром только во время школьных занятий и еще до получаса сверх. После количество времени за компьютером может увеличиваться, но преимущественно из-за учебных нагрузок.

Специалист перечисляет основные критерии того, что ребенок в опасности. Маячком служит четкая зависимость настроения ребенка от того, в виртуальной он жизни находится или в реальной. Еще один сигнал – явные недовольство, агрессия, когда пытаются остановить игру на компьютере, забрать телефон, ограничить время пребывания в соцсетях. Здесь важно понимать разницу: ребенок сутками сидит в интернете или зависает там больше, чем вы договаривались. Кстати, если время в онлайне не поддается контролю, это тоже один из критериев опасности. Как и поздние укладывания, капризы, протесты, попытки исподтишка взять телефон, включить интернет, когда все спят. Во время учебы перегруженные виртуальной жизнью дети рассеянны, снижаются их концентрация и успеваемость, возникают проблемы со зрением.

– Мышцы глаз привыкают работать иначе, если ребенок много времени проводит у монитора. И тогда, например, сложнее становится бросить мяч в цель – теряется связь между мозгом и моторикой, – поясняет эксперт.

Профилактикой Маргарита Девятловская советует заниматься с первого года жизни ребенка. До семи лет, как правило, формируются поведенческие стереотипы. До десяти лет их можно еще подкорректировать.

– Если вы приучили ребенка, что компьютер и телефон – это оборудование, при помощи которого можно получить какую-то информацию, то он будет схожим образом относиться к технике. Это как автомобиль – люди не живут в машине, потому что ей пользуются для передвижения и комфорта, – приводит пример специалист.

Полосу подготовила Мария ДРУК

СПРОСИМ У ДОКТОРА

Осторожно, солнце!

Правила грамотного загара

Сто лет назад аристократическая бледность считалась признаком богатства. Представители знати старательно оберегались от солнца всевозможными способами: закрытой одеждой, широкими шляпами и длинными перчатками. В те времена загорелая кожа выдавала представителей низших сословий и отнюдь не украшала. Однако с легкой подачи Коко Шанель ситуация поменялась кардинальным образом – приверженцами бронзового оттенка кожи стала богема: успешные и состоятельные люди. Солнечную терапию использовали не только для красоты, но и для лечения многих заболеваний – от псориаза до рахита.

И по сей день многие устремляются за естественным украшением на городские пляжи или морские курорты. Но солнце излучает не только свет и тепло, но и невидимые глазу ультрафиолетовые лучи. Как уберечь кожу от их опасного воздействия, что означает SPF и какие правила следует соблюдать при нанесении солнцезащитных средств, рассказывает дерматолог-косметолог Мария Бейманова.

– Мария Александровна, давайте начнем беседу с банального: нежиться на солнышке все-таки вредно или полезно?

– Все хорошо в меру. Под воздействием ультрафиолета в организме синтезируются витамины, белки, ферменты и гормоны. К тому же солнце разрушает бактерии, нормализует обменные процессы, усиливает тканевое дыхание и помогает облегчить течение некоторых кожных заболеваний.

А еще солнечные лучи – прямой путь к хорошему настроению. Поднимается уровень серотонина, человеческого гормона радости. Легкий загар золотисто-бронзового оттенка можно расценивать как благоприятный фактор. А вот неестественно смуглая кожа свидетельствует о превышении нормы и, к сожалению, сводит все полезные эффекты на нет.

Злоупотребление солнечными ваннами опасно преждевременным старением кожи и раком, в том числе меланомой. И если по-настоящему заботитесь о здоровье, ваши лучшие друзья – солнцезащитные средства.

– Еще со школы мы знаем про ультрафиолетовые лучи типа А и В. А чем они отличаются и как влияют?

– Длинноволновой ультрафиолет А проникает глубоко, вплоть до дермы, и вызывает образование свободных радикалов в клетках. А это фотостарение (проще говоря, морщины), аллергии, пигментации и рак. УФВ-лучи задевают только эпидермис. Именно благодаря им кожа приобретает бронзовый оттенок. Однако и они могут привести к ожогам, тоже стимулируют развитие рака. Вот почему важно защищаться от всех типов лучей.

– Некоторые утверждают, что загорать опасно только в жарких странах…

– Действительно, чем ближе к экватору, тем более прямой угол падения солнечных лучей, что гораздо коварнее для кожи, чем в северных странах. Защита должна быть особенно тщательной.

Но уровень ультрафиолетового излучения зависит еще от прозрачности атмосферы и облачности. Поэтому и в Беларуси летом в безоблачные дни интенсивность ультрафиолета может достигать критических показателей.

Но где бы вы ни находились, правило опасных часов работает везде: с 11:00 до 16:00 солнце однозначно вредно для кожи. Проще простого сгореть, а заодно и получить приличную дозу разрушительных лучей. Поэтому гулять под открытым небом не рекомендуется, а загорать – только под зонтом.

– Как правильно выбрать солнцезащитное средство?

– В первую очередь следует обратить внимание на SPF (фактор солнечной защиты). Цифра после SPF указывает время пребывания на солнце. Скажем, крем с маркировкой SPF 15 обезопасит нас на 75 минут (15 х 5).

Но SPF показывает только защиту от ультрафиолетовых лучей B (UVB), которые раньше всего приводят к ожогам. Еще нужно убедиться, что солнцезащитное средство не пропускает и лучи A (UVA), а это маркировки PA, PDD, IPD, broad spectrum или просто UVA. Показатель их степени защиты – количество плюсиков после аббревиатуры: от + до +++++. Оба фактора коррелируют между собой: чаще всего на флаконе вы увидите надпись вроде SPF 30/PA+++ или SPF 50/PA+++++.

– Нужно ли беречься зимой?

– Для зимы можно выбирать более легкие текстуры, но совсем забрасывать защиту от солнца не стоит. Снег и лед отражают ультрафиолет и получается двойное излучение – прямое и косвенное. Доказано, что снег может отражать до 80 процентов УФ-лучей, в то время как песок – только 25 процентов.

– Почему мы по-разному переносим солнце?

– Считается, что смуглая кожа хорошо воспринимают ультрафиолет, а бледнокожие и голубоглазые рыжие или блондины больше других подвержены атаке светила. Но такая расовая детерминация несколько устарела и не всегда соответствует реальному положению дел. Во-первых, на солнце обгорают абсолютно все: это лишь вопрос времени и степени беспечности. Ориентироваться на условный фототип при выборе SPF-средств не помешает, но защищаться нужно как минимум для предотвращения фотостарения. Особенно аккуратными на солнце стоит быть людям с обилием родинок на теле.

– Может ли защитный крем навредить коже?

– Даже самые лучшие санскрины (солнцезащитные средства) редко бывают универсальными. Некоторые компоненты могут вызвать аллергическую реакцию – от покраснения до шелушения и сыпи. Лучше всего заранее провести тест с небольшим количеством крема на внутренней части предплечья. А людям с чувствительной кожей следует выбирать натуральные солнцезащитные препараты на минеральной основе – они содержат безопасный активный ингредиент оксид цинка.

Кстати, сейчас ученые активно изучают вопрос возможности замены синтетических блокаторов солнца на природные составляющие. Соединение, найденное в морских водорослях, может защитить кожу от разрушительного воздействия, не причиняя вреда водным экосистемам. В любом случае какое средство вы бы ни выбрали, не ленитесь пользоваться базовой защитой от солнца. Это такая же естественная забота о здоровье, как регулярное мытье рук.

Диана ВОЛЬСКАЯ

Страничка доктора в Instagram – @dr.beimanova

НА ЗАМЕТКУ

Санскрины различаются и по составу фильтра: физические и химические. Химические образуют на коже тонкую пленку, которая уменьшает проникновение ультрафиолетовых лучей (в составе, например, авобензон и бензофенон). Физические же отражают ультрафиолетовое излучение (диоксид титана и оксид цинка). Есть также препараты, которые содержат комбинацию химических и физических защитных фильтров.

КСТАТИ

Специалисты рекомендуют наносить примерно пол чайной ложки солнцезащитного средства на лицо и столовую ложку на тело. В период активного солнца обновлять санскрин нужно пару раз в день, на пляже – раз в два часа.

В тему

Первый солнцезащитный крем изобретен в 1938 году студентом-химиком Францом Грейтером. Он же придумал и термин SPF – тот самый коэффициент защиты от солнца, который стал мировым стандартом оценки эффективности косметических средств.

Сводная таблица коэффициентов SPF:

SPF 15 – блокирует 93 процента ультрафиолета;
SPF 30 – блокирует 97 процентов ультрафиолета;
SPF 50 – блокирует 98 процентов ультрафиолета.

ВСЕ ОБО ВСЕМ

Когда отремонтируют дорогу?

? Между нашими деревнями Куриловичи и Нацково всего несколько километров. А дорога такая, что страшно смотреть, – яма на яме. После дождя их и не объехать. Деревья по обочинам – ветки падают на дорогу. А ведь здесь ходит школьный автобус каждый день, да и животноводов и доярок доставляют на ферму в Нацково. Куда мы только ни обращались, чтобы заасфальтировали проезжую часть, но дело с мертвой точки не сдвигается. Так вот и мучаемся.

Жители названных деревень Мостовского района

! Юрий КОСТОЛОМОВ, первый заместитель председателя Мостовского райисполкома:

– 2,7-километровый участок автомобильной дороги Н-20289 Куриловичи – Нацково находится на обслуживании дорожного ремонтно-строительного управления № 208 филиала коммунального проектно-ремонтно-строительного предприятия «Гроднооблдорстрой».

Дорожное полотно частично асфальтобетонное и находится в удовлетворительном состоянии. Ремонтное профилирование грунтового участка выполняется по мере необходимости согласно СТБ 1291–2016 «Дороги автомобильные и улицы».

Однако в связи с нависанием деревьев над дорогой после дождей гравийное покрытие размывается и длительное время не просыхает. Согласно таблице А.1 «Классификация и критерии оценки дефектов эксплуатационного состояния и качества содержания автомобильных дорог» ТКП 604–2017 «Автомобильные дороги. Оценка эксплуатационного состояния и качества содержания» недопустимо наличие мест с вертикальным габаритом менее 5 м из-за нависания над проезжей частью веток или крон деревьев.

Мостовский райисполком направил ходатайство в ГЛХУ «Щучинский лесхоз» по вопросу вырубки либо формовочной обрезке деревьев, произрастающих вдоль километрового участка дороги Н-20289.

Выполнить асфальтобетонное покрытие на данном отрезке в связи с отсутствием финансирования нет возможности.

Как прописаться в родительском доме?

? В 84 года, пенсионером и инвалидом II группы, вынужден вернуться на родину, в родительский дом. Но тут я теперь мигрант – ни оформить строение не могу, ни прописаться в нем. Как быть?

Анатолий, Октябрьский район

! Валентина ШЛАПАКОВА, управляющий делами Октябрьского райисполкома:

– По указанному в обращении адресу в деревне Рожанов зарегистрирован 50-летний внук бывшего собственника, который проживал здесь до смерти хозяина со своей матерью и братом.

По данным нотариальной конторы Октябрьского района, наследственных дел после умерших отца и сестры заявителя не имеется.

Инструкция о порядке совершения нотариальных действий гласит: принятие наследства осуществляется подачей нотариусу по месту его открытия заявления наследника о принятии наследства либо о выдаче свидетельства о праве на наследство.

Поскольку в доме умершей вашей сестры зарегистрирован ее сын, он является наследником по закону первой очереди и фактически принявшим наследство (п.1 ст.1057 Гражданского кодекса).

При отсутствии у умершей наследников первой очереди наследниками по закону второй очереди являются полнородные и неполнородные братья и сестры (п. 1 ст. 1058 Гражданского кодекса).

А регистрацию граждан по месту жительства осуществляют подразделения по гражданству и миграции органов внутренних дел, организации по эксплуатации жилищного фонда, товарищества собственников, а также сельские, поселковые исполкомы.

Согласно п. 4.2 Положения о регистрации граждан по месту жительства и месту пребывания (утверждено Указом Президента от 07.09.2007 № 413), к документам, которые являются основанием для регистрации гражданина по месту жительства, относятся:

- технический паспорт на жилое помещение и свидетельство (удостоверение) о государственной регистрации возникновения или перехода права собственности на жилое помещение;
- свидетельство о праве на наследство или его нотариально заверенная копия;
- договор найма жилого помещения;
- документ, подтверждающий родственные отношения: копия (выписка из) решения суда о вселении в жилое помещение либо о признании права пользования жилым помещением.

Никто не забыт?

? Мой отец, Громада Василий Яковлевич, 1907 года рождения работал на железной дороге дороге. Во время войны был ранен, когда помогал взрывать немецкие эшелоны. Так с немецкой пулей и ходил до самой смерти в 1977-м. Возле деревни Понятичи поставлен памятник погибшим железнодорожникам. Но имени моего отца на нем нет. Как восстановить справедливость?

Иван Васильевич, Пинск

! Владимир ПЕТЬКО, заместитель председателя Пинского райисполкома:

– На обелиске, установленном в 1967 году на окраине деревни Понятичи, увековечена память мирных жителей – работников 5-й дистанции пути Белорусской железной дороги, которые были расстреляны немецко-фашистскими захватчиками в 1943 году.

Для увековечения памяти вашего отца необходимы архивные материалы и документы, подтверждающие участие Громады Василия Яковлевича в боевых действиях в годы Великой Отечественной войны.

Для формирования запроса в военные архивы сообщите более подробные биографические сведения – даты рождения и смерти, места жительства и захоронения Громады В. Я.

Вместе с тем Пинский районный исполнительный комитет выражает вам признательность и благодарность за внимание к военной истории родного края, сохранению памяти об участниках Великой Отечественной войны.

Лес рубят – щепки летят

? У нас в районе идет активная чистка леса. Обращает внимание то, как захламляют участки порубочными остатками. Тракторы используют на рубках ухода, не предназначенных для трелевок, под их колесами гибнет подрост. При том, что полно сухостоя, валят молодые деревца. А когда начинается заготовка ягод и грибов, прямо в лесах открываются частные заготовительные пункты – сборщики вычищают все до последней ягодки и грибочка. Можно ли так относиться к нашему главному богатству?

Галина Чернова, Городокский район

! Юрий ЗАБЛОЦКИЙ, генеральный директор Витебского государственного производственного лесохозяйственного объединения:

– Действительно, в Смоловском лесничестве Городокского лесхоза немалые участки леса пострадали от прошедшей в начале января 2021 года ожеледи («ледяного дождя»). В связи с этим работниками лесничества проводятся санитарно-оздоровительные мероприятия на основании и в соответствии с разрешительными документами.

Изложенная информация принята к сведению и будет изучена во время контрольных мероприятий в Городокском лесхозе.

Рубрику ведет Ольга ПАРФЯНОВИЧ
Фото носит иллюстративный характер

ПРАЗДНИКИ. ДАТЫ. ТРАДИЦИИ

31.07 ***Всемирный день рейнджера*** учрежден в 2007 году, чтобы отметить вклад парковых рейнджеров в охрану природы и почтить память погибших во время несения службы. Это профессиональный праздник государственных инспекторов по охране животных и окружающей среды, без которых невозможно истребить браконьерство, сохранить редких животных и среду их обитания. С 2010-го празднование поддерживает Всемирный фонд дикой природы.

01.08 Первое воскресенье августа в Беларуси, как и в ряде стран бывшего СССР, – ***День железнодорожника***, появившийся в царской России в 1896 году и приуроченный ко дню рождения императора Николая I, родоначальника отрасли. Очевидно, поэтому после Октябрьской революции 1917-го праздник был забыт почти на 20 лет. Традиция возродилась в СССР лишь в 1936 году.

02.08 ***День десантников и сил специальных операций Вооруженных Сил Беларуси*** утвержден Указом Президента № 397 от 30 июля 2010 года. Хотя история даты из 1930-го: в этот день на учениях военно-воздушных сил Московского военного округа под Воронежем десантировалось на парашютах подразделение из 12 человек.

03.08 ***День арбуза.*** Родиной ягоды слывет Южная Африка. Уже в Древнем Египте люди возделывали это растение (например, семена были обнаружены в гробнице Тутанхамона). В России и Европе арбузы появились примерно в XI–XII веках, а в Америку доставлены в XVI вместе с африканскими рабами.

05.08 ***Международный день светофора*** отмечается в честь события, произошедшего в 1914 году: в американском Кливленде появился первый предшественник современных устройств. Он имел красный и зеленый фонари, а при переключении света издавал звуковой сигнал. Хотя самый первый светофор изобрел британец Джей Найт еще в XIX веке. Аппарат был установлен возле здания парламента в Лондоне в 1868 году. Но спустя три года фонарь взорвался и поранил полицейского. После этого о светофоре забыли почти на 50 лет – до 1910-го, когда было разработано и запатентовано первое автоматическое светофорное устройство с фонарями двух цветов.

29-й день рождения службы отмечают сотрудники ***органов финансовых расследований Беларуси***, деятельность которых связана с обеспечением экономической безопасности государства, противодействием коррупции и уклонением от уплаты налогов.

06.08 Дата празднования ***Дня железнодорожных войск Беларуси*** установлена указом Президента в октябре 1998 года.

Однако история железнодорожных войск насчитывает 160 лет – 6 августа 1851 года опубликован императорский указ о строительстве первых железных дорог в России. Параллельно с развитием железных дорог стали создаваться отдельные железнодорожные батальоны, напоминавшие по структуре обычные воинские части. Один из первых дислоцировался в Барановичах с августа 1876 года.

Основателем ***Международного дня пива*** стал американец Джесс Авшаломов, владелец бара, который хотел таким образом привлечь больше посетителей в свое заведение. Впервые праздник прошел в 2007 году в городе Санта-Круз (штат Калифорния, США). С 2012-го он отмечается в первую пятницу августа в 207 городах 50 стран на пяти континентах.

День Хиросимы, известный еще и как ***Всемирный день борьбы за запрещение ядерного оружия.*** Тяжелая дата отправляет нас к историческим событиям августа 1945 года, когда одобренный в конце июля президентом США Гарри Трумэном приказ о бомбардировке японских городов был приведен в исполнение. Первой жертвой стал японский город Хиросима, через три дня – Нагасаки. Ежегодно уже более 70 лет 6 августа в 08:15 японский город Хиросима замирает – минута молчания.

В результате бомбардировки были убиты и пропали без вести около 200 тысяч человек, ранены и подверглись радиоактивному облучению более 160 тысяч и до сих пор жертвы этого события продолжают умирать от лучевой болезни.

Пелагея БЕЛОУСОВА

ГУМАРЭСКІ

Іван СТАДОЛЬНІК,
член Саюза пісьменнікаў Беларусі

ВАЖНЫ ГОСЦЬ

Калаж Таццяны ГОРБАЧ

У кватэру куляй уляцела жонка. Гаспадар Аскольд Іванавіч Цыбулька ажно аслупянеў: што здарылася?

Марыя Адасьеўна хуценька паклала ў спальню нейкі вялікі пакунак, загорнуты ў каляную белую паперу, і, задыхаючыся ад хвалявання, засакатала:

– Хутчэй, бацечка, нешта рабіць трэба! Дарагі госць сёння ў нас будзе...

– Госць?.. Хто такі?

Гэтая навіна бухнула па ім, не раўнуючы, як доўбня па галаве. Яго жонка наогул гасцей не любіла. Калі атрымалі новую кватэру, у яе не ступала нага ніводнага чужога чалавека. Нават наваселле не справілі.

А тут на табе – госць! Ды яшчэ нейкі асаблівы!

– Што за госць! Хто? – не даваў веры сваім вушам Аскольд Іванавіч, бегаючы следам за жонкай, якая, нібы віхор, лётала то ў залу, то ў кухню, хапаючы крышталёвыя чаркі, талеркі, вазы.

– Кажу, важны госць – і ўсё! – як ад надакучлівай мухі, адмахвалася жонка.

– Дырэктар ваш? – згараў ад цікаўнасці Аскольд Іванавіч.

– Выдумаў – дырэктар! Што той дырэктар цяпер!

– Сам начальнік трэста?!

– Ну і ўляпіў. Патрэбен мне твой начальнік трэста!

– Тады… тады м-міністр? – нібы варам абдало Цыбульку.

– Маўчы ты, м-міністр! – перадражніла жонка ўжо са злосцю. – Тут трэба падумаць, як прыняць, а ё-он... Злётай да Соф'і Ігнатаўны. Яна абяцала ікру чорную, рулет... – і Марыя Адасьеўна хуценька дастала кашалёк, адлічыла грошы.

Цыбулька схапіў грошы, сумку і з маланкавай хуткасцю памчаўся ўніз па лесвіцы, ледзь не збіўшы з ног суседа па пляцоўцы, з якім за некалькі гадоў так і не паспеў пазнаёміцца. Добра, што гэты вусаты тып своечасова адхіліўся, прыліп да парэнчы.

Калі ўжо атавараны Цыбулька вярнуўся дамоў, жонцы асісціравала яе лепшая сяброўка Тамара Пятроўна.

Хутка пачуўся званок. Гаспадар зірнуў у дзвярное «вочка» – і ў другі раз аслупянеў: у калідоры стаяў той вусаты сусед, якога ён гадзіну назад ледзь не скінуў з лесвіцы. Цыбулька на дыбачках пайшоў у залу.

– Гэта сусед наш вусаты звоніць. Пусціць? – паўшэптам абвясціў ён жонцы.

Марыя Адасьеўна кінулася да дзвярэй. У наступны момант яна пад ручку ўвяла ў залу суседа.

– Будзем знаёмы. Бурак! – тыцнуў той цяжкую руку Аскольду Іванавічу.

– Цыбулька, – адрэкамендаваўся гаспадар, зусім збіты з панталыку такім нечаканым паваротам справы.

Першы тост быў жончын.

– Любыя мае госцейкі, – сказала яна. – Я хачу прыгубіць гэту крышталёвую чарачку за слаўнага нашага суседа – кладаўшчыка гандлёвай базы Міхася Халімонавіча Бурака, з якім нам выпала шчасце пазнаёміцца.

Не паспеў Бурак праглынуць першую дозу каньяку, як Тамара Пятроўна абвясціла новы тост – каб з лёгкай рукі суседа высакародную шыю Марыі Адасьеўны аздобіла неўзабаве чарнабурка. Потым пайшлі іншыя тосты. Бурак кіўком галавы падтрымліваў кожны, падмацоўваючы яго чарговай чаркай каньяку, пакуль язык перастаў слухацца яго. Госць пачаў ікаць, нешта бэкаць, мэкаць. А тут яшчэ як след не афармлена пагадненне: у які дзень можна атрымаць абяцаную чарнабурку. Толькі пасля доўгага пакутлівага намагання Бурак усё-такі сумеў выціснуць з сябе:

– З-заўтра...

Раніцай Марыя Адасьеўна памчалася на гандлёвую базу па дакляраваную чарнабурку, захапіўшы заадно і «лекаў» для папраўкі галавы ўчарашняму госцю.

Але калі адчыніла дзверы пакоя з шыльдачкай «Кладаўшчык», убачыла, што за сталом спінай да яе сядзіць мужчына і нешта піша.

– Міхась Халімонавіч, а я з лякарствачкам да вас... – лагодненька праспявала яна і тут жа ледзь не папярхнулася: на яе паглядзеў зусім незнаёмы чалавек.

– Якое лякарствачка? Вы, пэўна, памыліліся адрасам, шаноўная. Тут не бальніца.

– А... А дзе ж Міхась Халімонавіч?.. Бурак...

– А-а, Бурак? Ды збурачыўся Бурак ваш. З сённяшняга дня ён звольнены з працы.

У Марыі Адасьеўны адразу пацямнела ў вачах, быццам ёй закрылі белы свет чарнабуркай.

1979 год

КОРАК

Калаж Таццяны ГОРБАЧ

Ніхто ва ўпраўленні дакладна не ведаў, якую пасаду займаў у ім Швэнда, якую меў спецыяльнасць. Бачылі толькі, што круціўся ён увесь час каля начальства – Паліны Ціханаўны: то паперку якую ў аддзел занясе, то аб'яву якую прыклеіць, то пра нешта ціха так ёй нагаворыць...

Супрацоўнікі пабойваліся Швэнду. Не любілі яго звычку бясшумна ўсюды хадзіць, не любілі яго ліслівую ўсмешку на гладкім твары.

На працу ён прыходзіў на некалькі мінут раней і перш чым адамкнуць дзверы свайго кабінета, дыбаў да суседніх пакояў, прыкладваў вуха да дзвярэй, а потым ужо браўся за ручку – спрабаваў, ці замкнёна. У канцы рабочага дня ён паўтараў зноў тое ж самае.

Аднойчы раніцай Швэнда не з'явіўся на працу. Захварэў. З ночы залажыла левае вуха, ды так, што быццам сапраўды на яго мядзведзь наступіў. Швэнда адчуў сябе самым няшчасным чалавекам на зямлі. Ён уявіў, як прыйдзе да Паліны Ціханаўны, паздароўкаецца, а тая запытаецца:

– Ну што, Швэнда, чуваць?

І што ёй адказаць тады: не чуў? А як паглядзіць на гэта Паліна Ціханаўна?

Пэўна, скажа:

– Мала карысці ад цябе, Швэнда, мусіць, скарачаць будзем.

А куды тады? Дзе цяпер яшчэ знойдзеш партфель, калі за душой няма ніякай спецыяльнасці?.. Цяпер усё дыплом давай, справу давай. Добра, што ёсць такая спагадлівая Паліна Ціханаўна, прыжыўся, а тут на табе – бяда! Ахоплены сваімі горкімі думкамі, Швэнда пайшоў да доктара.

– Доктар, залаценькі, вярніце слых – век буду ўдзячны, – маліўся ён. – А то без вушэй мне як без рук.

– Не хвалюйцеся, грамадзянін, – суцяшаў доктар, – тут адна дробязь. Вось зараз толькі сястрычка папацее над шпрыцам – і пакутам вашым канец...

У небаракі ажно вочы палезлі на лоб, калі ўбачыў, што медсястра ўзяла ў рукі шпрыц велічынёй з паўлітровую бутэльку. Ён нават не чуў, як тая ўставіла ў вуха шпрыц-бутэльку, як тугім струменем свістала туды вада. Апамятаўся, калі ў вуху нешта шпокнула, быццам хтосьці ўляпіў добрую аплявуху, і адразу адчуў, што слых стаў нармальны, нават пачуў, як цуркала вада ў тазіку...

– Вось і ўсё ў парадку, сказаў доктар, усміхаючыся, – бруду шмат у вушы назбіраў, таму і ўтварыўся корак.

«Усё ж такі праўда, што ў сарочцы нарадзіўся», – узрадаваўся Швэнда і хуценька памчаўся ў сваю кантору. Трасучыся ад хвалявання, ён пастукаў у дзверы кабінета Паліны Ціханаўны і, не дачакаўшыся адказу, зайшоў.

– Паліна Ціханаўна!.. Я здар...

Не дагаварыўшы «…овы», Швэнда абяссілена абапёрся на вушак. На месцы Паліны Ціханаўны сядзеў другі начальнік, зусім незнаёмы чалавек…

НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ

Нервный

В Березе молодой человек разбил чужой автомобиль

На такой поступок 23-летнего парня толкнуло отчаяние после расставания с возлюбленной. Изрядно залив горе спиртным, он шел по центральной улице Березы, на пути оказался припаркованный «Фольксваген Сантана». И тут отвергнутый влюбленный решил выместить агрессию, а в качестве боксерской груши использовал авто, круша его руками и ногами. Очевидцы позвонили в милицию. Молодого человека задержали.

Дебошир успел повредить стекла и пассажирскую дверь автомобиля. Сумма ущерба – более тысячи рублей.

Шашлык с огоньком

Жительница Кобрина обгорела, разжигая мангал

Во дворе частного дома в райцентре по улице Невского 52-летняя дама разводила огонь в мангале. И решила воспользоваться легковоспламеняющейся жидкостью: чтобы ускорить процесс, облила ею дрова. Однако огонь вспыхнул так сильно, что пламя взвилось. В полночь 26 июля пострадавшую с ожогами доставили в больницу.

Горячая точка

На полигоне Лепельский загорелась боевая машина пехоты

Во время занятий по вождению боевых машин одна из них загорелась. Старший механик-водитель мотострелкового взвода заглушил двигатель и эвакуировался из горящего агрегата.

Пострадал солдат-срочник. С ожогами военнослужащий доставлен в медицинское подразделение механизированной бригады. Ефрейтор в сознании.

Планируется, что военнослужащий будет госпитализирован в Главный военный медицинский клинический центр в Минске. Возгорание ликвидировано. Причина устанавливается.

Агрессивный

В Мостовском районе браконьер стрелял в егеря

Вечером 24 июля в Мостовском лесничестве егерь застал двух браконьеров, один из которых выстрелил в инспектора, чтобы скрыться. Задержать злоумышленников помогла служебная собака.

На месте происшествия она взяла след нарушителей. И через километр пути по лесу и проселочной дороге вывела милиционеров к дому в деревне Стукалы. Там в родительском доме прятались разыскиваемые – два брата из Гродно 52 и 34 лет.

В доме обнаружены предметы и приспособления для охоты и незаконной рыбалки.

Сами спасатели

В Берестовицком районе работники сельхозпредприятия потушили загоревшийся грузовик

25 июля в 13:40 в МЧС поступила информация о возгорании вблизи агрогородка Олекшицы автомобиля МАЗ с полуприцепом, который вывозил с поля зерно. Пшеницу убирали 11 комбайнов. Для обеспечения пожарной безопасности сельхозпредприятием были подготовлены две бочки с водой по 5 тонн и трактор с плугами. Так что еще до прибытия подразделений МЧС работники сельхозпредприятия локализовали пожар с помощью огнетушителей и воды.

Огнем уничтожена кабина и оборудование моторного отсека, повреждены колеса и лакокрасочное покрытие.

КРИМИНАЛ

Коллекционер

За хранение японского холодного оружия жителю Лунинца грозит срок

У 48-летнего лунинчанина при обыске обнаружили два сая – это традиционное японское холодное оружие колющего действия.

По заключению экспертизы, это два металлических предмета, изготовленные самодельным способом. В 2014 году житель Брестской области приобрел саи у слонимчанина на одной из онлайн-площадок и получил их по почте.

Контрабанда

Более 760 кг мяса задержали на границе с Украиной

Вечером 24 июля в пункт пропуска «Мохро» из Украины прибыл грузовик «ДАФ» под управлением белоруса. При тщательном досмотре в баках транспортного средства заметили оборудованные тайники. Оттуда извлечено более 760 килограммов мяса.

По предварительной оценке, стоимость контрабандного груза составила около 11 тысяч рублей. Товарно-материальные ценности изъяты представителями таможенных органов. Автомобиль отправлен на штрафстоянку.

Хулиган

Гомельчанин разбросал на дороге металлические ежи

21 июня таксист в час ночи в районе остановки «Кристалл» пробил колесо в автомобиле, осмотрел его и нашел еж. Еще четыре такие же конструкции обнаружил на проезжей части.

Оперативники уголовного розыска РОВД вышли на злоумышленника. Им оказался 25-летний неработающий гомельчанин. Он изготовил металлические шипы и разбросал их по улице. Товарищ был ранее неоднократно судим. С 2014 по 2018 год – трижды за хранение наркотиков. На его счету и нанесение побоев членам семьи, и безбилетный проезд, и заведомо ложное сообщение.

По факту хулиганства возбуждено уголовное дело. Мужчину отправили в изолятор временного содержания.

НАРКОТИКИ

72 грамма – и уголовное дело

В Минске за сбыт наркотиков задержаны двое парней

Парней задержали после того, как те забрали оптовую партию наркотика для дальнейшей его реализации. При себе у задержанных обнаружили 40 свертков с особо опасным психотропом – параметилэфедроном общим весом 72 грамма.

Со слов задержанных, они работали на наркомаркет около двух месяцев. Ранее к уголовной ответственности не привлекались. Следователи дали правовую оценку их действиям и возбудили уголовное дело за незаконный сбыт наркотиков.

АВАРИИ

На красный

ДТП с двумя малолетними пассажирами в центре Минска

Водитель «Тойоты» проезжал перекресток на запрещающий сигнал светофора со стороны улицы Энгельса в направлении улицы Ленина и столкнулся с автомобилем «Вольво», который двигался в направлении проспекта Независимости. В «Вольво» находились два мальчика трех лет и шести месяцев, оба ребенка были пристегнуты в детских удерживающих устройствах.

Дети доставлены в медицинское учреждение для обследования.

Перевес лошадиной тяги

В Пуховичском районе автомобиль врезался в гужевую повозку

24 июля около 01:15 на 55-м километре автодороги М-5 Минск – Гомель 24-летний минчанин на «Пежо Боксер» вблизи деревни Крупки столкнулся с гужевой повозкой, возчик которой двигался попутно.

На месте происшествия погибла 44-летняя пассажирка повозки, жительница Пуховичского района. 45-летний возчик с травмами доставлен в реанимацию. Гужевая повозка не была оборудована световозвращающими элементами.

С автопоездом

Смертельная авария в Слуцком районе

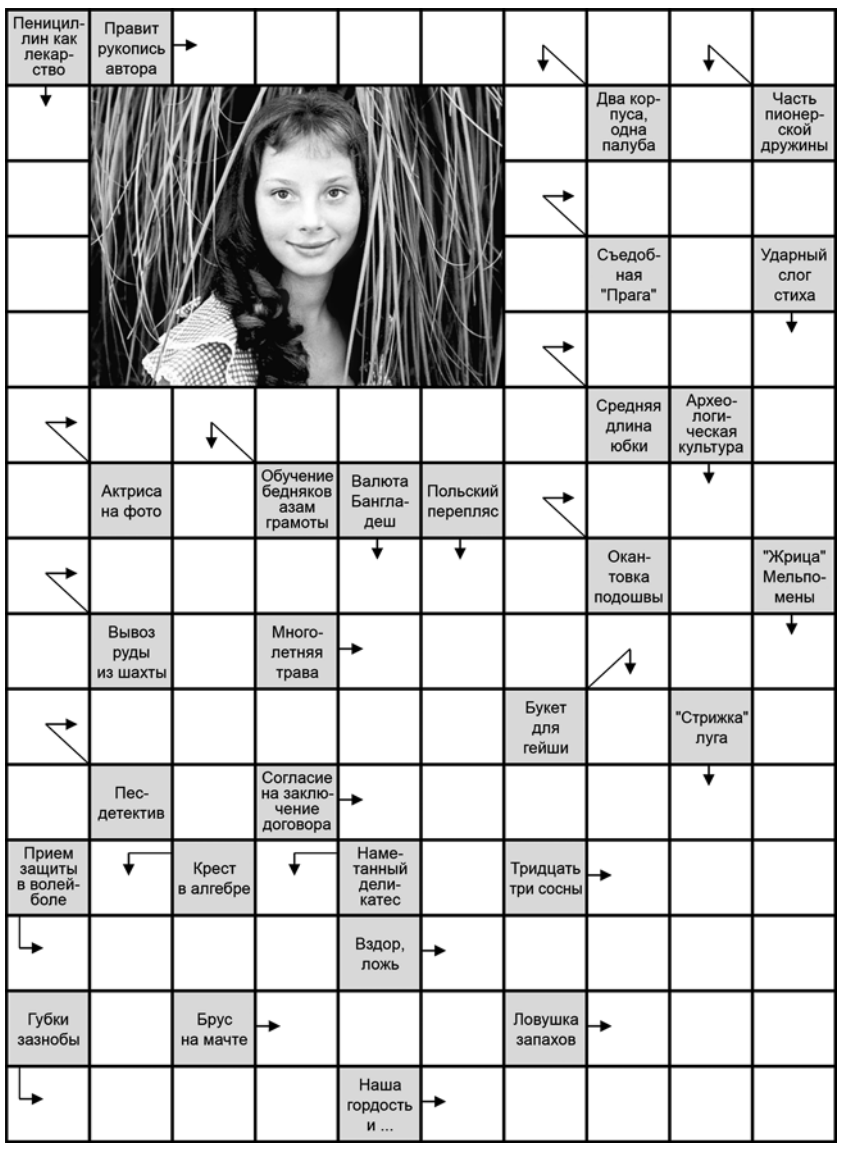
27 июля ночью вблизи деревни Васильково Слуцкого района 22-летний водитель «Тойота Авенсис» столкнулся с двигавшимся навстречу автопоездом под управлением 26-летнего дальнобойщика. В салоне «Тойоты» были еще двое молодых людей 22-х лет.

В результате ДТП водитель легкового авто скончался на месте. Пассажиры «Тойоты» и водитель автопоезда доставлены в больницу.

За новостями следил Артем БЕГЛОВ

Сканворд

Составил **Андрей АНДРЕЕВ** (Минск)



Ответы на сканворд

По горизонтали: Редактор. Торт. Миди. Беляева. Рант. Откатка. Арника. Ищейка. Акцепт. Бор. Блок. Враки. Рея. Нос. Уста. Краса.

По вертикали: Антибиотик. Плюс. Ликбез. Икра. Така. Краковяк. Катамаран. Икебана. Отряд. Нок. Покос. Икт. Актриса.

Сведения о результатах проведения рекламной игры «Мы – вместе! (18 тур)»

Организатор рекламной игры: учреждение Администрации Президента Республики Беларусь «Издательский дом «Беларусь сегодня», УНП 100243004, 220013, г. Минск, ул. Б. Хмельницкого, 10а.

Наименование рекламной игры: «Мы – вместе! (18 тур)».

Территория проведения: Республика Беларусь.

Сроки проведения: с 28 мая по 3 сентября 2021 года.

Свидетельство о государственной регистрации от 13.05.2021 г. № 3989, выдано Министерством антимонопольного регулирования и торговли Республики Беларусь.

Всего в рекламной игре приняли участие 1338 физических лиц, оформивших подписку на газеты «СБ. Беларусь сегодня», «Рэспубліка», «Народная газета», «Знамя юности», «Сельская газета» и «Вести потребкооперации».

Призовой фонд разыгран полностью.

Победители получают

Ноутбук ASUS Ноутбук ASUS X543MA-GQ1139T Pentium Silver N5030/4Gb/SSD256Gb/15.6"/HD/Win10/grey (90NB0IR7-M22060) выиграли:

1. Короткевич Г. А. (Витебская обл., г. Толочин);
2. Тимошенко З. А. (Могилевская обл., г. Осиповичи);
3. Сидорцев О. Л. (Витебская обл., Оршанский р-н, г.п. Болбасово).

Телевизор LG 32LK510BPLD черный выиграли:

1. Матусевич Г. В. (Минская обл., Пуховичский р-н, д. Зорька);
2. Носкович И. И. (Брестская обл., Лунинецкий р-н, д. Дятловичи);
3. Долгодилина Л. Д. (Могилевская обл., г. Круглое);
4. Дубач Т. М. (Брестская обл., Дрогичинский р-н, д. Нагорье);
5. Чулков И. И. (Гродненская обл., г. Щучин).

Велосипед 28" Stels Navigator 350 Lady 7-ск (+КОРЗИНА) Z010 Морская волна выиграли:

1. Стрибич Ю. И. (Брестская обл., г. Пинск);
2. Пашкевич Т. Г. (Гомельская обл., Брагинский р-н, д. Селец);
3. Лахей М. В. (Брестская обл., Ивацевичский р-н, аг. Любищицы);
4. Коршукова Н. И. (г. Могилев);
5. Сметанников В. С. (г. Минск).

Денежный приз в размере 100 (сто) белорусских рублей получают 50 победителей:

1. Занкович Л. Н. (Минская обл., Вилейский р-н, аг. Вязынь);
2. Климович Г. К. (Гродненская обл., г. Островец);
3. Костюкович Е. В. (Витебская обл., Толочинский р-н, г.п. Коханово);
4. Копенкова Е. С. (Витебская обл., г. Новополоцк);
5. Лихогруд Н. В. (г. Минск);
6. Красовский А. И. (Минская обл., Минский р-н, аг. Колодищи);
7. Медовник С. А. (Гомельская обл., Речицкий р-н, аг. Защебье);
8. Героник Г. А. (Минская обл., Логойский р-н, д. Бояры);
9. Анучка О. И. (Гомельская обл., Калинковичский р-н, д. Ковальки);
10. Аржановская И. П. (Витебская обл., г. Верхнедвинск);
11. Сташкевич С. Н. (г. Минск);
12. Миско Т. В. (Гродненская обл., Слонимский р-н, аг. Костени);
13. Капитан Г. И. (Гомельская обл., Калинковичский р-н, аг. Юровичи);
14. Состровчук Л. К. (Брестская обл., Барановичский р-н, д. Новая Мышь);
15. Ивашкевич М. В. (Минская обл., Солигорский р-н, г.п. Красная Слобода);
16. Квитун Е. К. (г. Минск);
17. Лахтеева Ж. В. (Витебская обл., Лиозненский р-н, д. Артемово);
18. Кульбеда В. С. (Брестская обл., г. Иваново);
19. Макаревич Л. М. (Витебская обл., Оршанский р-н, д. Судники);
20. Заступневич М. П. (Брестская обл., Лунинецкий р-н, д. Лахва);
21. Белячиц З. В. (Гродненская обл., Сморгонский р-н, д. Деновишки);
22. Хрущевская Л. П. (г. Минск);
23. Бушкевич А. С. (Брестская обл., Ивановский р-н, д. Мотоль);
24. Затирка Я. П. (Минская обл., г. Борисов);
25. Ковалев О. Н. (Гомельская обл., Гомельский р-н, аг. Еремино);
26. Лукина В. А. (Витебская обл., г. Новополоцк);
27. Ковган Т. А. (Брестская обл., Барановичский р-н, д. Бытковщина);
28. Дайнеко Т. М. (Минская обл., Минский р-н, д. Боровляны);
29. Ермолич Т. П. (Гомельская обл., г. Ветка);
30. Хацкевич Г. П. (г. Минск);
31. Сосновец О. С. (Гомельская обл., г. Мозырь);
32. Нигириш Н. П. (Брестская обл., Каменецкий р-н, д. Подбела);
33. Суровец Т. Р. (Гродненская обл., г. Ошмяны);
34. Околокулак Т. В. (г. Могилев);
35. Путова С. В. (г. Витебск);
36. Чернобай И. П. (Минская обл., Несвижский р-н, аг. Грицкевичи);
37. Белько В. И. (Гомельская обл., Петриковский р-н, д. Секеричи);
38. Воронович Л. В. (Брестская обл., Ивацевичский р-н, аг. Любищицы);
39. Масилевич М. М. (Могилевская обл., г. Бобруйск);
40. Матусевич Л. Н. (Минская обл., Клецкий р-н, д. Звонка);
41. Конопляникова В. Ю. (Гомельская обл., г. Жлобин);
42. Аскерко О. Ф. (Минская обл., г. Борисов);
43. Веремеева Т. В. (Минская обл., Борисовский р-н, д. Холхолица);
44. Суровец В. Р. (Гродненская обл., г. Ошмяны);
45. Мазуро С. В. (Брестская обл., Барановичский р-н, п. Первомайский);
46. Коркуц В. К. (Гомельская обл., г. Калинковичи);
47. Пашкевич А. И. (Минская обл., Солигорский р-н, аг. Хоростово);
48. Хрущуковский Б. С. (Минская обл., Борисовский р-н, аг. Старо-Борисов);
49. Бернат И. А. (Гродненская обл., г.п. Зельва);
50. Калиненко В. Ф. (Могилевская обл., г. Бобруйск).

Поздравляем победителей и благодарим всех принявших участие в рекламной игре!

К сведению обладателей призов

Победители, выигравшие ноутбук, телевизор или велосипед, получают их самостоятельно при предъявлении паспорта не позднее 3 сентября 2021 года или в субботу (21 августа 2021 года) с 10:00 до 14:00 в отделе развития издательского дома «Беларусь сегодня» по адресу: г. Минск, ул. Б. Хмельницкого, 10а. Для получения приза необходимо также предоставить копию страниц 31–33 паспорта (номер, серия, кем и когда выдан).

Дату и время получения приза победитель в обязательном порядке должен предварительно согласовать с представителем Организатора игры по телефонам: (8–017) 311-04-16, 311-02-87.

Если приз будет выдаваться в субботний день (21 августа 2021 года), время получения вещевого приза необходимо согласовать не позднее 18 августа 2021 года (среда).

Для получения денежных призов победитель должен предоставить Организатору игры не позднее 20 августа 2021 года (определяется по дате получения организатором игры) копию стр. 31–33 паспорта (номер, серия, кем и когда выдан).

Информация предоставляется лично в отдел развития издательского дома «Беларусь сегодня» по адресу: г. Минск, ул. Б. Хмельницкого, 10а, 7-й этаж, либо высылается письмом по почте на этот же адрес (с пометкой на конверте «Издательский дом «Беларусь сегодня», отдел развития»).

При выдаче вещевых или денежных призов, в случае необходимости, Организатор игры имеет право запросить у победителя Игры оригинал подписной квитанции, абонемента или другого документа, подтверждающего оформление подписки (если для участия в Игре была выслана копия).

Суммы денежных призов передаются победителям не позднее 3 сентября 2021 года почтовым переводом на адрес победителя, указанный на купоне участника.

В случае если победителем рекламной игры является несовершеннолетний участник, приз выдается его законному представителю (родителю, усыновителю, попечителю) при предъявлении паспорта законного представителя и свидетельства о рождении ребенка (иного документа, подтверждающего представительство несовершеннолетнего лица).

Телефоны для справок по вопросам проведения рекламной игры: (8–017) 311-04-16, 311-02-87.

УНП 100243004

Гороскоп на неделю (02.08–08.08)

ОВЕН
Стоит подумать о диете и утренних пробежках. Окружающие не будут под вас подстраиваться, но это не повод для конфликтов. Лучше попробуйте их убедить.
5, 8 6

ТЕЛЕЦ
Постарайтесь превратить работу в праздник. Обязательно ищите компромиссы. В конце недели будьте начеку – возможно столкновение с открытыми противниками.
2, 6 8

БЛИЗНЕЦЫ
В понедельник домашние хлопоты свяжут вас по рукам и ногам. А после наступит прекрасное время для творчества. Ждут удача в любви и судьбоносное знакомство.
6, 8 7

РАК
Работа будет занимать большую часть времени. А со среды – хорошее время для домашних дел. Но не вздумайте выяснять отношения с родными из-за имущества.
7, 8 4

ЛЕВ
Будьте экономны, контролируйте расходы. Предстоят непростые взаимоотношения с домочадцами. Проявите такт и уважение. Хорошо бы еще отправиться в поездку.
5, 6 2

ДЕВА
Придется хорошенько потрудиться, чтобы добиться желаемого. Поможет чувство долга и исполнительность. Будьте разборчивы в общении – случайные знакомства могут быть экстремальны.
2, 8 7

ВЕСЫ
Время для спокойного осмысления произошедших событий, будьте самокритичны. В середине недели больше общайтесь, необходим взгляд со стороны. И попутешествуйте.
3, 5 8

СКОРПИОН
Осуществятся планы перехода на новую работу, трудоустроиться помогут друзья. Отдохните на природе: поможет обрести равновесие и выстроить планы самореализации.
2, 6 3

СТРЕЛЕЦ
Бросьте все силы на достижение цели. Понадобится терпение и целеустремленность. Пришло время подумать об укреплении супружеских отношений совместными планами.
6, 8 7

КОЗЕРОГ
Удастся переделать многое. Начальство отметит успехи. Готовность к борьбе даст шанс изменить жизнь к лучшему. Не срывайте напряжение на домашних. И никаких навязчивых идей.
7, 8 6

ВОДОЛЕЙ
Будете азартно приниматься за любое дело. В пятницу при реализации цели можете столкнуться с трудностями. Помогут только хладнокровие, выдержка и поддержка друга.
6, 7 8

РЫБЫ
Будьте внимательны к окружающим, если обратятся за помощью. В середине недели, чтобы сохранить мир и согласие в доме, постарайтесь находить компромиссы.
3, 8 7

Убывающая Луна. 8 августа новолуние. Знакомьтесь, завязывайте дружеские связи. Будьте готовы к неожиданностям. Нельзя ни в чем сомневаться и хитрить.

Правление и коллектив Гродненского облпотребобщества выражает глубокие соболезнования Анне Гендриховне Сергей, заместителю директора Щучинского филиала, в связи с постигшим ее тяжелым горем и невосполнимой утратой – смертью МАТЕРИ.

Правление и коллектив Гомельского облпотребсоюза выражают глубокие соболезнования и слова искренней поддержки директору Торгового унитарного предприятия «Гомельский центральный рынок» облпотребсоюза Михаилу Владимировичу Асмыковичу в связи с постигшим его горем и невосполнимой утратой – смертью МАТЕРИ.

Вести потребкооперации ©

Регистрационное свидетельство № 44. Выдано 17 октября 2013 г. Министерством информации Республики Беларусь.

SSN 1991-5349

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
СЮЛЬЖИНА Аэлита Ивановна

Учредители – **Белорусский республиканский союз потребительских обществ; учреждение Администрации Президента Республики Беларусь «Издательский дом «Беларусь сегодня».**
Издатель – **учреждение Администрации Президента Республики Беларусь «Издательский дом «Беларусь сегодня».**

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
Татьяна ЛЯШКЕВИЧ – пресс-секретарь Белкоопсоюза, председатель редакционного совета,
Надежда ИСАЧЕНКО, помощник председателя Правления Белкоопсоюза,
Виктор КОРОЛЕВ, заместитель председателя Правления Белкоопсоюза

Индекс **63885**
Тираж **17 396**
Объем печатных листов – **3**
Подписано в печать **в 17:00 30 июля 2021 г.**
Заказ 1999
Цена договорная

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
220013, г. Минск, ул. Б. Хмельницкого, 10а.
Тел.: **8 (017) 311-03-61,**
электронный адрес: **respublika@sb.by, aelita@sb.by**
Тел./факс отдела рекламы:
8 (017) 311-02-65, 8 (017) 311-02-62, 8 (017) 311-02-54,
электронный адрес: **reklamar@sb.by**
Газета отпечатана в Республиканском унитарном предприятии «Издательство Белорусский Дом печати», проспект Независимости, 79/1, Минск, 220013.

М1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 П1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12