

БОЛЬШАЯ ТРЕВОГА

В Петропавловске неизвестные «заминировали» несколько зданий

ВО ВТОРНИК, 22 ЯНВАРЯ, ПЕТРОПАВЛОВСК-КАМЧАТСКИЙ АТАКОВАЛИ ЛЖЕ-ТЕРРОРИСТЫ. ЗЛОУМЫШЛЕННИКИ «ЗАМИНИРОВАЛИ» НЕСКОЛЬКО ШКОЛ, ДЕТСКИХ САДОВ И МЕДУЧРЕЖДЕНИЙ КРАЕВОГО ЦЕНТРА – ВСЕГО БОЛЕЕ 10 ОБЪЕКТОВ.

НОВАЯ ВОЛНА

Серия сообщения о минировании зданий поступила на электронные адреса учреждений утром. По тревоге были подняты все оперативные службы. Из нескольких «заминированных» зданий была проведена эвакуация.

В школах Петропавловска детей первой смены отправили по домам, сославшись на ухудшение погоды, а занятия для учеников второй смены отменили также из-за циклона, хотя он к тому времени уже стих.

БОЛЕЕ 10

ОБЪЕКТОВ БЫЛИ ПРОВЕРЕНЫ.

Анонимное сообщение с угрозами терактов появилось и в социальных сетях. «Наверняка слышали про взрывы в Магнитогорске? Теперь очередь дошла и до вашего города», – говорится в письме, которое рассылали злоумышленники.



Сомнительные сумки проверяют собаки.

Как сообщили в правоохранительных органах, были проверены все сообщения. Взрывных устройств обнаружено не было.

ЛОЖНЫЕ АТАКИ

Петропавловск подвергался массовой атаке лже-террористов в 2017 году, причём несколько раз. 13 сентября взрывные устройства были «заложены» в зданиях краевой и городской администраций, аэропорту, нескольких школах и магазинах и в порту. На 13 «заминированных» объектах провели массовую эвакуацию. В ходе проверок ни одно из сообщений не подтвердилось.

9 ноября неизвестные «заминировали» 7 торгово-

фисных комплексов Петропавловска. Прошла массовая эвакуация горожан, все объекты были проверены, но информация также не подтвердилась.

После этого, 20 декабря экстренные службы по сообщению о заложенных взрывных устройствах эвакуировали людей из больниц, школ, торговых центров и СИЗО. Однако на этом злоумышленники решили не останавливаться и 28 декабря вновь сообщили о «бомбах». Посетителей торговых центров, готовящихся к новогодним праздникам, также эвакуировали. К счастью, информация о заложенных взрывных устройствах всякий раз оказывалась ложной.

Константин БЕЛЫХ

БЕЗЫМЯННЫЙ НАПОМНИЛ О СЕБЕ

СТИХИЯ

В НОЧЬ НА 21 ЯНВАРЯ ПРОИЗОШЛО СИЛЬНОЕ ВЗРЫВНОЕ ИЗВЕРЖЕНИЕ ВУЛКАНА БЕЗЫМЯННЫЙ, КОТОРЫЙ МОЛЧАЛ БОЛЕЕ ГОДА. ИСПОЛИНУ БЫЛ ПРИСВОЕН «КРАСНЫЙ» (САМЫЙ ВЫСОКИЙ) КОД АВИАЦИОННОЙ ОПАСНОСТИ.

В Камчатской группе реагирования на вулканические извержения (KVERT) сообщили, что высота пеплового выброса составила до 10 километров над уровнем моря. Через пять часов со спутника был сделан снимок пеплового облака, которое распространилось в северо-западном направлении от вулкана на расстоянии около 600 километров и достигло территории Магаданской области.

По данным краевого управления МЧС, выпадения пепла в населённых пунктах края зафиксировано не было. Однако, как сообщил начальник Камчатской вулканостанции Юрий Демянчук, пеплопад прошёл недалеко от посёлка Майское в Усть-Камчатском районе. Полевой отряд вулканологов выехал в этот район пеплопада



Вулканологи собрали свежий пепел.

для площадного отбора свежего материала.

После взрывного извержения исполин снизил активность. В по-

недельник авиационный код был снижен до предупреждающего «оранжевого», во вторник – до умеренного «жёлтого». Вместе с тем в KVERT отмечают, что из кратера вулкана продолжает выделяться парогазовая смесь.

Предыдущий раз Безымянный извергался 20 декабря 2017 года. Тогда был зафиксирован пепловый выброс на высоту 15 километров.

Василий БЫСТРОВ

СПРАВКА

Высота вулкана Безымянный – 2 882 метра. Ближайший населённый пункт – посёлок Козыревск Усть-Камчатского района – находится в 49 км. Расстояние до Петропавловска-Камчатского – 338 км. Вулкан считался потухшим до 1955 года, когда 22 октября к удивлению учёных началось его извержение. До 30 марта 1956 года оно носило умеренный

характер. Однако в этот день на вулкане произошёл сильный взрыв, высота пепловых выбросов превысила 40 километров, а грязевые потоки заполнили реку Камчатка. Извержение 1956 года стало одним из крупнейших в масштабах всего земного шара в текущий исторический период. В память об этом событии 30 марта отмечается День вулканолога.

«РОССИЯ» ВЕРНЁТСЯ В АПРЕЛЕ

ТРАНСПОРТ

Будет ли увеличено количество рейсов в Москву в «пиковый» период?

А. Бакшин, Петропавловск

Сейчас ежедневные авиарейсы по направлению Петропавловск-Камчатский – Москва – Петропавловск-Камчатский осуществляет только «Аэрофлот», сообщил министр транспорта и дорожного строительства Камчатского края Владимир Каюмов.

По его словам, количество рейсов в зависимости от сезонности ежегодно меняется.

В этом году авиакомпания «Россия» приостановила рейсы на Камчатку с 12 января по 31 марта. С 1 апреля компания выходит на регулярные 2 рейса в неделю, а с мая будет выполнять полёты ежедневно.

С «Аэрофлотом» правительство края ведёт переговоры о необходимости осуществлять полёты бортами максимальной вместимости. Кроме того, поскольку на минувшей неделе завершилась продажа билетов для жителей Камчатки по программе субсидирования авиарейсов, в федеральное профильное ведомство направлено обращение с просьбой о выделении дополнительного финансирования на эти цели.

НАЗНАЧЕНЫ ДВА МИНИСТРА

ВЛАСТЬ

Кто занял вакантные должности в правительстве края?

В. Сидорова, Петропавловск

В правительстве края назначены министры финансов и здравоохранения. В должность официально вступил Сергей Течко, исполнявший обязанности главы финансового ведомства на протяжении последних двух месяцев. Пост министра здравоохранения заняла Елена Сорокина, главврач Камчатского краевого кардиологического дис-

пансера, сообщили в краевой администрации.

Елена Сорокина окончила Хабаровский медицинский институт, профессиональную деятельность в системе здравоохранения региона начала в 1986 году. Камчатский краевой кардиологический диспансер возглавила в 2012 году. Награждена знаком «Отличник здравоохранения».

Сергей Течко работал в структуре финансовых органов Камчатского края с 2002 года. С 2013-го по 2018-й возглавлял Фонд капитального ремонта Камчатского края. В прошлом году занял должность заместителя министра финансов региона.

ВЫПЛАТИЛИ ДОЛГИ ПО ЗАРПЛАТЕ

ДЕНЬГИ

Какая на Камчатке задолженность по заработной плате?

С. Ожегов, Елизово

На Камчатке на 1 января просроченная задолженность по выплате заработной платы (по данным, полученным от организаций, не относящихся к субъектам малого предпринимательства) составила 6 млн 488 тыс. руб., сообщили в Камчатстате.

За месяц она снизилась на 7 млн 807 тыс. руб. (на

54,6 %). Деньги пока не получили 57 человек. Просроченная задолженность по заработной плате в расчёте на одного работника составляет 113,8 тыс. рублей. В учреждениях бюджетной сферы деятельности задержек по выплате зарплаты не зарегистрировано.

Ситуация с погашением задолженности находится на постоянном контроле правительства региона. Также в крае продолжает действовать телефон горячей линии по вопросам своевременной выплаты заработной платы 8 (4152) 234-911.

ГРИПП КАМЧАТКЕ НЕ ГРОЗИТ

ЗДОРОВЬЕ

Какова эпидемиологическая ситуация по гриппу и ОРВИ в крае?

О. Худова, Петропавловск

Показатель заболеваемости населения в крае ниже уровня недельного эпидпорога на 24,6 %, по Петропавловску-Камчатскому – ниже на 55,3 %. За неделю зарегистрировано три случая гриппа у не-

привитых детей 2, 4 и 11 лет, сообщили в краевом минздраве.

По сравнению с аналогичной неделей 2018 года заболеваемость ОРВИ и гриппом в Камчатском крае ниже на 21,2 % или на 167 случаев, в Петропавловске-Камчатском выше на 3,5 % или на 12 случаев.

Как отметили в министерстве, на Камчатке привито против гриппа более 144 тыс. человек, что составляет 45,6 % от численности населения края.

НЕЛЕГАЛЫ ПОЛЕТЕЛИ НА РОДИНУ

ЗОНА ЗАКОНА »

Сколько нелегальных мигрантов было выдворено с Камчатки?

С. Плетнёв, Елизово

Судебные приставы в прошлом году принудительно выдворили с Камчатки 179 иностранцев, незаконно находившихся на территории России, сообщили в краевом Управлении ФССП.

Количество нелегальных мигрантов, отправленных

домой, по сравнению с 2017 годом выросло на 10 процентов. В большинстве случаев это граждане Узбекистана, Туркменистана, Киргизстана, Таджикистана, Белоруссии, Украины.

Всего с 2012 года, когда функции по выдворению незаконно находящихся на территории Российской Федерации иностранных граждан были переданы Службе судебных приставов, полуостров вынужденно покинуло 1 104 нарушителя миграционного режима.

ОБСТРЕЛЯЮТ ОПАСНЫЕ СКЛОНЫ

СРЕДА ОБИТАНИЯ »

В связи с обильными снегопадами повышен риск схода снежных лавин. Что предпринимают спасатели?

А. Мухин, Вилючинск

На Камчатке с 23 по 24 января пройдёт предупредительный спуск лавин в районе Вилючинского перевала. Обстрелы лавиноопасных участков будут выполнены силами подразделений Минобороны, сообщил руководитель Камчатского противолавинного центра Владимир Хуртин.

Под артиллерийские залпы попадут лавиноопасные участки в районе сопки Бархатная,

вулкана Вилючинский, горы Зайкин мыс и Паратунского моста. Обстрелы будут проведены с целью не допустить возникновения чрезвычайных ситуаций, связанных со сходом снежных лавин, и для защиты автодороги посёлок Термальный — перевал Вилючинский и высоковольтной линии, расположенной возле лавиноопасных участков.

Краевое управление МЧС рекомендует туристическим организациям не допускать доставку групп в районы, где будет проведён принудительный спуск лавин. Снегоходчикам и любителям экстремальных видов спорта также необходимо воздержаться в ближайшие дни от поездок в указанные районы.

В КРАЕ СДАДУТ 15 НОВОСТРОЕК

СТРОИТЕЛЬСТВО »

Что построят в крае в этом году?

В. Лапин, Петропавловск

На Камчатке в 2019 году планируют ввести в эксплуатацию 15 строительных объектов. В их числе школа в городе Елизово, рассчитанная на 990 мест, новый корпус Паратунского дома-интерната для престарелых и инвалидов, а также детский сад на 150 мест в селе Тилички Олюторского района, сообщил министр строительства Камчатского края Андрей Дегодьев.

Также в 2019 году в эксплуатацию будут введены жилые дома, расположенные на территории города Елизово, сёл Ачайваям, Вывенка, Хаилино, Хайрюзово, Тигиль, Ковран, Аянка, Усть-Большерецк,

Анавгай, Манилы и посёлка Ключи.

Продолжится строительство стадиона «Спартак», Камчатского театра кукол и реконструкция здания городского дома культуры СРВ. Также продолжат строить два многоквартирных девятиэтажных жилых дома в районе улицы Карбышева в Петропавловске, комплекс из пяти многоквартирных жилых домов в районе «Приморский» в Вилючинске и многоквартирный дом по улице Строительной в Елизове.

В 2019 году в крае приступят к строительству ещё пяти социально значимых объектов. В трёх отдалённых районах края начнут возведение детских садов, а в Петропавловске — физкультурно-оздоровительного комплекса с бассейном. В Палане приступят к реконструкции Коряжской школы искусств имени Д. Б. Кабалевского.

ПОГАСИЛИ 11 МИЛЛИОНОВ ДОЛГОВ

КОШЕЛЁК »

На какую сумму списал должникам пени «Камчатский водоканал»?

В. Ветров, Елизово

«Камчатский водоканал» подвёл итоги акции «В Новый год без хлопот», которая проходила с 1 по 31 декабря в Петропавловске-Камчатском, а также Елизовского и Мильковского

муниципальных районов. Погашено долгов на общую сумму более 10,9 млн руб., сообщила пресс-секретарь предприятия Анна Пташинская.

По данным Единого расчётного центра, в акции приняли участие 3 696 абонентов. Все они освобождены от уплаты пени на сумму больше 3,1 млн руб. Самая крупная погашенная задолженность составила 99,1 тыс. руб. Сумма списанной пени — более 24,7 тыс. руб.

СКОЛЬЗКИЙ МОМЕНТ

Что мешает нормальной снегоочистке в Петропавловске

ПОСЛЕ КАЖДОГО СЕРЬЁЗНОГО ЦИКЛОНА В КАМЧАТСКИХ ПАБЛИКАХ РАЗГОРАЮТСЯ НЕШУТОЧНЫЕ СТРАСТИ. ОДНИ РУГАЮТ ПОДРЯДЧИКОВ И ВЛАСТЕЙ ГОРОДА ЗА НЕКАЧЕСТВЕННУЮ СНЕГООЧИСТКУ, ДРУГИЕ — НОСТАЛЬГИЧЕСКИ ВСПОМИНАЮТ, МОЛ, ВОТ РАНЬШЕ-ТО БЫЛИ СУГРОБЫ, А СЕГОДНЯ — ЕРУНДА.

Есть ещё третьи — они искренне благодарят дорожников за расчистку магистралей и внутриквартальных проездов. Таких сообщений пока не очень много, и всё же этой зимой только ленивый не заметил: власти Петропавловска стараются учиться на своих ошибках. Процесс этот, как водится, не быстрый.

ЗИМА ЗАМЕТАЕТ

В канун главного зимнего праздника на полуостров пришёл мощнейший циклон. И пока одни жители полуострова дежурили в главном камчатском аэропорту, пытаясь улететь на материк, другие — стояли в бесконечных пробках на дорогах, добираясь до магазинов и на семейные ужины. А сразу после праздничной ночи — снова пурга, через несколько дней — ещё две.

В такой ситуации мешкать со снегоочисткой было нельзя, но в очередной раз без «проблемных участков» не обошлось. Как итог — в Интернет полетели фотографии дворов, которые, несмотря на все усилия подрядчиков и мэрии Петропавловска, до сих пор находятся в снежном плену.

— А вы мне подскажите, куда обращаться, если двор не почищен? До сих пор ходим «козьями тропами», а куда звонить — не знаем, — говорит жительница Петропавловска Светлана Мясникова. — Никакой информации о том, кто должен чистить наш район, найти не могу. Почему бы в конце ноября не начать её на квитанциях печатать? У нас же с лета к зимним пургам город готовится, кажется, так говорят во всех местных новостях?

Светлана Евгеньевна подметила справедливо: информации о подрядных организациях, которые задействованы в уборке снега этой зимой, доступна не для всех горожан. И это несмотря на появившуюся ещё осенью информацию о том, что с 2019 года в Петропавловске станет работать больше подрядчиков по снегоочистке.



Гололёд опасен для здоровья

Фото Руслана Ишмухаметова

— «Кто чистит район Госпитального переулка?» «Интересно, дождётся грейдера во двор на Солнечную?», «На Горизонте снова ни пройти, ни проехать», — пишут в соцсетях возмущённые горожане. Иногда огласка приносит свои плоды, и уже на следующий день в паблицах появляется счастливое: «Нас, наконец, почистили!». Как говорится — дождались.

ДОРОЖНЫЙ ФРОНТ

Впрочем, жителям краевой столицы тоже следует помнить: по правилам благоустройства Петропавловска, внутриквартальные проезды должны быть расчищены в течение трёх суток после прекращения осадков. Если подрядчик не уложился в этот срок, можно смело жаловаться в контролирующие органы. Активисты Общероссийского народного фронта в Камчатском крае, кстати, уже проинформировали городские власти о недостатках содержания дорог зимой.

71 авто

ЭВАКУИРОВАЛИ В ПЕТРОПАВЛОВСКЕ В ЯНВАРЕ.

— В момент, когда проводилось обследование, спрессованные снежные кучи можно было увидеть практически во

всех районах города и не только во дворах, в межквартальных проездах, но и на обочинах главных магистралей.

Это мешает проходу или проезду, но самое главное — ограничивает обзор, что может стать причиной происшествий, — поделился результатами мониторинга активист регионального ОНФ Александр Атаян. — Некоторые районы Петропавловска расположены на склонах, и чтоб люди могли спокойно ходить по улице, посыпку склонов нужно производить периодически.

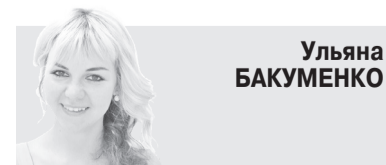
Причинами главных замечаний общественников стало также обледенение участков схода с тротуаров на пешеходные переходы и «карманов» на остановках общественного транспорта. По мнению «фронтовиков», дорожники с их пор ограничивались приведением в порядок автобусных павильонов и не обращали внимания на состояние их подъездных путей.

Растаянуть на льду, конечно, неприятно, но куда опасней, упасть, попав под колёса транспортного средства. Подобный трагический случай в этом году, к несчастью, уже был: 9 января в районе ЖБФ погиб 9-летний ребёнок. Мальчик поскользнулся и скатился с горки прямо под проезжающий мимо рейсовый автобус.

— Всего с 1 января с ушибами, растяжениями, переломами в травмпункт обратилось 568 человек, — рассказал главный врач Петропавловск-Камчатской городской больницы № 1 Людмила Кравченко. — Из них только 189 получили травмы при падении по причине гололёда. Все цифры соответствуют средним показателям. Кстати, если сравнивать с аналогичным периодом прошлого года, то «уличных» травм почти в полтора раза меньше. Так что никакого всплеска травматизма мы не наблюдаем.

ИФ КСТАТИ

До 50 штрафов ежедневно выписывают сотрудники ГИБДД в Петропавловске-Камчатском за парковку автомобилей в неподходящем месте. Особенно актуальна эта проблема становится именно после обильных снегопадов. Как рассказал заместитель директора Службы автодорог города Андрей Ромаденков, в некоторых районах дорожные службы вынуждены оставлять целые участки в межквартальных проездах нечищенными — мешает брошенный автотранспорт. Кроме того, многие водители ставят машины на обочине прямо под временными знаками, запрещающими парковку. Их установили на зимний период. По словам Андрея Ромаденкова, если автотранспорт мешает снегоочистке, дорожные службы имеют право вызвать эвакуатор. По данным МУП «Автостоянка», с начала года на штрафплощадку был эвакуирован 71 автомобиль. В прошлую зиму под «арест» попали немногим более двухсот.



Ульяна БАКУМЕНКО



ПОПУЛЯРНЫЕ В ЭПОХУ ВИДЕОКАССЕТ КИНОЛЕНТЫ «КУЛАК ЯРОСТИ», «РОККИ» И «КРОВАВЫЙ СПОРТ» НАДОЛГО ЗАКРЕПИЛИ В СОЗНАНИЯХ ЛЮДЕЙ ОБРАЗ НЕСГИБАЕМОГО И МУЖЕСТВЕННОГО СПОРТСМЕНА-БОЙЦА. ОДНАКО НЕ СТОИТ СЧИТАТЬ ЕДИНОБОРСТВА ПРЕИМУЩЕСТВЕННО МУЖСКИМ ВИДОМ СПОРТА.

Собственным примером это ярко доказывает признанная в 2018 году лучшей спортсменкой Камчатского края, мастер спорта России по всестилевому каратэ, чемпионка России и Европы по рукопашному бою **Наталья Сафронова**. На счету девушки неоднократные победы и призовые места на всероссийских и международных турнирах.

«ЗАКУСИЛО»

- **Наталья, с чего началась ваша спортивная жизнь?**

- Я училась в школе в посёлке Авача, и там у нас было только две секции — хореография и рукопашный бой. Танцы мне были совсем не интересны, знаю, что это точно не моё, поэтому и выбрала спорт. Мне было лет семь, когда начала заниматься рукопашным боем.

ДОСЬЕ

Наталья САФРОНОВА.
Родилась 27 августа 1996 года на Камчатке. Четырёхкратная чемпионка мира, мастер спорта России по всестилевому каратэ, чемпионка России и Европы по рукопашному бою. Лучшая спортсменка Камчатского края 2018 года. Мастер спорта международного класса по рукопашному бою.

ДЕРЖИ УДАР

Как девушке достичь успеха в рукопашном бою

На первых соревнованиях я потерпела поражение, и меня это, можно сказать, «закусило», — я не бросила занятия, а продолжила усердно работать. Так и продолжаю до сих пор.

- **Единоборства и боевые искусства принято считать преимущественно занятием для мужчин. Вас это никогда не задевало?**

- Ни разу подобным вопросом не задавалась, хотя многие люди часто спрашивали, зачем мне это, называя рукопашный бой «пацанским» видом спорта. У меня же нет никаких предрассудков по этому поводу, думаю, что каждый волен отдавать предпочтение тому делу, которое ему по-настоящему нравится и приносит удовольствие.

А начинать искать себя нужно с юного возраста. Ведь, к сожалению, нередко бывает, когда молодые люди не могут найти себе занятие по душе, направить свою энергию в нужное русло и начинают, что называется, гулять по подворотням и дворам. Не знаю, что в большей степени влияет на то, почему молодёжь часто не может себя реализовать, но общественное мнение, на мой взгляд, точно играет не последнюю роль. Поэтому размышления о подходящих и неподходящих, мужских и женских, занятиях лучше оставить в стороне, главное, чтобы человеку нравилось.

В БОЮ ЭМОЦИЙ НЕТ

- **Какие соревнования стали для вас самыми яркими и запоминающимися?**

- Наверное, мой первый выезд на соревнования. Это было, кажется, в 2008 году. Поехала на Олимпиаду боевых искусств, проходившую в Санкт-Петербурге. И завоевала там даже не один комплект медалей, а несколько. Конечно, испытала тогда невероятные эмоции, и о той поездке сохранились исключительно тёплые воспоминания.

Ещё яркими и запоминающимися стали для меня первые по-настоящему серьёзные соревнования по ММА. Это было



Китайская спортсменка не устояла под напором Натальи

в 2016 году в Пекине, причём о своём выступлении я узнала за неделю до турнира. Так сложились обстоятельства, что спортсменка, которая должна была участвовать, не смогла прилететь, а я была тогда на сборах в Хабаровске, и мне предложили выйти на замену. Это был поединок с опытной китайкой, звездой женского ММА, и многим казалось, что исход боя заранее ясен. Но мне удалось её нокаутировать на 25-й секунде первого раунда.

А в 2017-м завоевала первое место на чемпионате России по рукопашному бою. Для меня это тоже стало значимым достижением, поскольку уровень этих соревнований высокий и серьёзный. Победа на открытом чемпионате Европы в этом году тоже, конечно, вызвала бурю эмоций.

- **Завоёванные титулы, успешные выступления, победы — всё это, наверное, изрядно увеличивает уровень ответственности?**

- Да, не без этого, ответственности с каждым достижением становится всё больше. Сегодня я имею звание мастера спорта международного класса

и участвую в соревнованиях самого высокого уровня. Выходя на поединки, я понимаю, что за меня болеет весь Дальний Восток, зрители надеются на мою победу. А такие вещи, не скрою, иногда психологически мешают.

НА 25-Й

СЕКУНДЕ НОКАУТИРОВАЛА КИТАЙСКУЮ ЗВЕЗДУ ММА

Но в спорте без сложностей никуда — и физических, и моральных. У меня случались периоды, когда было очень тяжело, хотелось всё бросить. Такие мысли посещали в период сдачи школьных экзаменов, университетских сессий. Потому что хорошо успевать в напряжённые моменты учёбы, и вместе с этим готовиться, и летать на разные соревнования непросто, а уделять внимание важно и тому, и другому. Но, как показывает практика, оно того стоит, старания и усердная работа даром точно не проходят.

- **Скажите, какие эмоции вы обычно испытываете во время боя?**

- Вообще никаких. Как только я выхожу на бой, сразу же забываю обо всём. Не слышу ни шума, ни болельщиков, ни даже тренера. Я включаюсь в поединок, знаю свою задачу именно в этот момент, в этом месте и времени, и стремлюсь её выполнить. Всё окружающее словно пропадает. И так у меня было всегда.

Конечно, переживания и беспокойство присутствуют, особенно перед выходом на бой, когда в голове куча мыслей, и ты анализируешь ситуацию и обстоятельства, продумываешь варианты развития

поединка. Но стоит только выйти — и всё пропадает, эмоции остаются за пределами ринга. Спортсмены во время соревнований нередко получают травмы, но даже не замечают этого, а боль начинают чувствовать уже через какое-то время, когда адреналин пропадает.

В ЖЁСТКОМ РЕЖИМЕ

- **Наталья, у вас строгий распорядок дня?**

- Сейчас у меня непростой период, тренировки совмещаю с двумя экзаменационными сессиями — я учусь во Всероссийской академии внешней торговли и Камчатском государственном университете. Поэтому отклонения от режима бывают. А в идеале отбой желателен до 23:00, подъём — в 06:30, а в 8:00 — время первой тренировки. В день их, как минимум, две — это стабильно, бывает и три — обычно в межсезонье. Одна направлена на общую физическую подготовку, потом плавание или пилатес — это расслабление после силовой нагрузки и, конечно, специализированная тренировка — рукопашный бой или бокс.

За последнее время конкуренция в нашем виде спорта значительно выросла, всё больше девушек начинают заниматься рукопашным боем. Поэтому время и силы сейчас уделяю не только специализированным тренировкам, но и занимаюсь у разных тренеров. Кроме того, обратилась к специалисту, который помогает мне следить за питанием. Кстати, у нас мало кто обращается к спортивным диетологам, считаю это ошибкой. Многие спортсмены думают, что можно почитать какие-то рекомендации в Интернете, и этого будет достаточно. На самом деле сгонять вес в необходимые периоды и, вообще, следить за питанием важно правильно. Это позволяет сохранить силы, а помочь в этом может только специалист. Профессиональный подход, безусловно, положительно влияет на организм.

- **А есть определённая цель, которой вы обязательно хотите достигнуть?**

- Моя цель — получить звание заслуженного мастера спорта. И, соответственно, мой тренер по рукопашному бою, Андрей Владимирович Савин, сможет стать заслуженным тренером России. Я осознаю, что это сложно, и нужно очень сильно постараться. Это звание — высшая ступень, для достижения которой понадобится не один год. На всех соревнованиях — от чемпионата России до чемпионата мира — необходимо занимать первые места. Только таким образом можно набрать необходимые баллы, которые пойдут в зачёт для получения звания заслуженного мастера спорта. Но я буду стараться и работать.

ВЗЯЛА ЗОЛОТО В СЛОВЕНИИ

СПОРТ

КАМЧАТСКАЯ ГОРНОЛЫЖНИЦА РИНАТА АБДУЛКАЮМОВА СТАЛА ПОБЕДИТЕЛЬНИЦЕЙ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ FIS В СЛАЛОМЕ-ГИГАНТЕ. СОРЕВНОВАНИЯ ПРОХОДИЛИ НА МИНУВШЕЙ НЕДЕЛЕ В СЛОВЕНСКОМ ГОРОДЕ СЕРКНО.

Рината сумела в упорной борьбе выиграть 0,01 секунды у известной словенской спортсменки Аны Бучик, регулярно выступающей в этой дисциплине в Кубке мира. Третьей финишировала финка Джулия Тойвиайнен, проигравшая 1,16 секунды.

Как сообщили в краевом министерстве спорта, камчат-

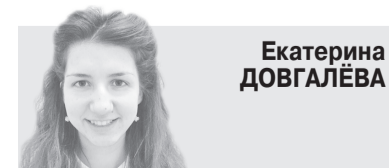
ские горнолыжники успешно открыли зимний сезон 2018-2019 года. В декабре наши спортсмены завоевали более 15 медалей на этапах Кубка России по горнолыжному спорту, а также две золотые медали в скоростном спуске: на чемпионате России — Елизавета Тимченко и на первенстве России — Егор Сазонов. Оба спортсмена — воспитанники спортивной школы олимпийского резерва «Морозная».

В ближайшие дни сборная Камчатского края примет участие в этапах Кубка России по горнолыжному спорту, которые пройдут в городе Калуга и посёлке Терскол (Кабардино-Балкарская Республика).

Василий КОЛЧИН

КСТАТИ

С 27 марта по 3 апреля в Елизове на горнолыжном комплексе «Морозная» продут чемпионат и первенство России по горнолыжному спорту. Программа рассчитана на 6 дней и включает соревнования по четырём дисциплинам: 28 и 29 марта — слалом; 30 марта — параллельный слалом; 1 и 2 апреля — слалом-гигант. Ожидается более 200 участников: спортсменов, тренеров, технических специалистов команд и судей. Планируется, что на Камчатку приедут горнолыжники не только из России, но и из Европы, стран АТР и СНГ.



Екатерина ДОВГАЛЁВА

СКАНДАЛ

НА ВСТРЕЧЕ ДЕЯТЕЛЕЙ КУЛЬТУРЫ С ВЛАДИМИРОМ ПУТИНЫМ ГЕНДИРЕКТОР БОЛЬШОГО МОСКОВСКОГО ЦИРКА ДРЕССИРОВЩИК ЭДГАРД ЗАПАШНЫЙ ВЫСТУПИЛ С РЕЗКОЙ КРИТИКОЙ ПЛАНОВ СТРОИТЕЛЬСТВА В СТРАНЕ СТАЦИОНАРНОГО ЗДАНИЯ ДЛЯ КАНАДСКОГО ЦИРКА «ДЮ СОЛЕЙ».

А чем так насолили иностранцы народному артисту России — неужели испугался конкуренции? Об этом мы спросили самого Запашного.

— Сначала о том, чего я боюсь. «Братья Запашные» на сегодня — самый известный цирковой бренд в нашей стране, и наша популярность только растёт. Потому с появлением любого конкурента «братья Запашные» пострадают последними. Представим, что Рики Мартин и Мадонна будут петь в России каждый день — на популярности Киркорова это никак не скажется, его зритель останется с ним. А вот другие наши певцы могут очень пострадать.

Ещё важно: моя позиция в отношении западного влияния не ограничивается только цирковой сферой, она распространяется прежде всего на саму страну. Цирк «Дю Солей» — это мировой монополист, «монстр с добрым лицом», эдакая цирковая благодать, которая снисходит, как они себя позиционируют, только на избранных. И я вижу, что заходя они в любую страну с далеко идущими планами. Не только коммерческими, но, что более важно и страшно, политическими. Они пытаются внедрить в сознание свою идеологию.

И я понимаю — как только «Дю Солей» зайдёт в Россию, региональным циркам настанет конец.

«КАКОГО ЧЁРТА ИМ ЭТО ПОЗВОЛИЛИ?»

— Ну и хорошо. Придут профессионалы, а ненужные доморощенные цирковые объединения отомрут. Зритель только в плюсе — получит наконец качественное шоу по всей стране...

— Давай вернёмся на несколько лет назад и посмотрим, что канадцы в нашей стране уже сделали? И самое главное — прости меня за грубость — какого чёрта им это позволили? Вот примеры, которые меня — как гражданина России, не как деятеля циркового искусства — категорически не устраивают. Молодой певец Дима Билан приводит нам «Евровидение» — событие мирового масштаба. Его открытие в «Олимпийском» транслируют по телевидению на весь мир. Предвкушаю, как в ходе 3-часовой трансляции мы покажем всем что-то наше, русское: красоту, душу, гостеприимство. Продвигнем в конце концов свой товар: покажем ансамбль «Берёзка», хор имени Пятницкого, Александровский хор, Большой театр, Малый театр, Безрукова, наконец. И что я вижу в реальности? Концерт открывает... цирк «Дю Солей». Почему? Как это позволили?

Идём дальше. Универсиада в Казани. Культурная про-

ПРАВИЛЬНЫЙ ПИАР ХОМЯКА

Эдгард Запашный: «Цирк «Дю Солей» — это монстр с добрым лицом»



Эдгард Запашный: «Цирк не является местом издевательств над животными».

Фото Facebook.com

грамма. Главный хедлайнер на площади перед Казанским кремлём — цирк «Дю Солей». Правительству Татарстана тогда, что, показать нечего было?

Олимпийские игры в Сочи. Главный режиссёр церемонии закрытия — канадский режиссёр из цирка «Дю Солей». Вы что, ребята, даже это не могли отдать Михалкову? У нас что, своих режиссёров не хватает?

Про нас и так шутят: что бы русский ни делал, всё равно выходит автомат Калашникова. Ну так и будет продолжаться же! Я уверен, все эти факты говорят о продажности определённых наших чиновников, об отношении этих людей к российскому, к тому, что не верят в своих.

Как говорила ранее в интервью директор «Дю Солей» Наталья Романова, было запланировано строительство развлекательно-учебного центра. Это категорически неприемлемо: в стране, где всегда славились опера, балет и цирк как три главные составляющие прорыва железного занавеса, вдруг иностранцы будут менять сознание наших детей? Рассказывать им про свой канадский цирк? Вот эти составляющие позволяют мне так категорично высказываться. При этом я в начале разговора с президентом сказал: никто не против гастрольной деятельности. Но для меня постройка стационарной базы канадского цирка — это всё равно что базу НАТО построить прямо в Калининграде.

— А может, дело не в коррупции, просто там артисты более профессиональные и шоу гораздо лучше?

— В год в мире проходит 20–25 цирковых фестивалей разного уровня. Это такие цирковые чемпионаты мира, куда приезжают артисты из разных стран,

борются за свою награду. Так вот, цирк «Дю Солей» какое-то время вывозил своих артистов, потому что есть ТВ-трансляция, статьи в мировой прессе. Но потом перестал. Потому что реально результаты у его актёров были, мягко скажем, не блестящие. Второе. Есть такой бородатый анекдот. Крыса спрашивает у хомяка: «Ты грызун и я грызун — но почему тебя все любят, кормушечки специальные продают, а меня только травят и ловят?» А хомяк в ответ: «Правильный пиар». Так и цирк «Дю Солей» благодаря очень грамотной раскрутке стал в умах простого обывателя небожителем.

— В «Дю Солей» треть артистов — русские. Борьась с цирком, не сделаешь ли ты плохо коллегам?

— Я тебе могу привести в пример десятки людей, которые сейчас трудятся в Большом Московском цирке, которые уже работали в «Дю Солей» или получали приглашение туда. И это нормально. Раздражает другое. Благодаря лазеркам в нашем законодательстве «Дю Солей» не имеет ни одного контракта ни с одной российской цирковой компанией. Они всегда перед артистами ставят условие — увольняйтесь. И я об этом президенту тоже говорил. Получается, мы на протяжении многих лет готовим кадры, государство кормит-поит. Они становятся профи, и с поставленным им прекрасным номером уезжают работать за границу. Я не сторонник того, чтобы артисту перекрывали кислород, должно быть, как в спорте: у меня есть контракт с артистом, «Дю Солей» им заинтересовался, я говорю — нет проблем. С вас столько-то тысяч долларов, и забирайте. В футболе же так? А почему в цирке, опере, балете должно быть иначе?

«СТУКАЧИ ПО-ДРУГОМУ РАБОТАЮТ»

— У «Дю Солей» нет номеров с животными. А ты — дрессировщик. Не надоело животных «мучить»?

— Цирк не является местом издевательств над животными. И если ты хочешь действительно освободить животных и создать им какие-то другие условия, которые сам себе придумал в голове, прежде всего надо сделать этот мир вегетарианским. Но я не вижу зоозащитников около ресторанов быстрого питания. Или салонов дорогих автомобилей. Почему? Потому что те компании обладают многомиллиардными бюджетами. Любую зоозащитную организацию они просто выпотрошат в судах.

Все ругают цирк, а что же домашние животные? Ведь любое из них, обладающее интеллектом — лошадь, собака, кошка, корова в деревне, — всё равно дрессированное. Собаке нельзя кусать хозяина, требуют, чтобы

она ела и спала в определённом месте, терпела с опорожнением кишечника до прогулки. И чем тогда домашний дрессировщик отличается от меня? Если следовать логике зоозащитников, то надо выпустить всех домашних животных, запретить зоопарки, служебное собаководство, конный спорт, разведение коров и коз с овцами...

За последние 15 лет с планеты Земля полностью исчезли 13 видов животных. И все они дикие, ни одного домашнего. То есть там, где человек пускает дела природы на самотёк, происходит настоящий беспредел. Волки, расплодившись, пожирают домашний скот. Милые дельфины, которые так великомерно размножаются, сжирают целые виды рыб. Крысы и тараканы разносят ужасные инфекции. А что, тоже зверушки, трогать нельзя.

— Ургант в своей программе подколот тебя: мол, Запашный — стукач...

— Да, Ваня решил меня так подколоть. Но стукачи-то по-другому работают: закончилось заседание, подходишь к президенту: «Владимир Владимирович, можно вам что-то скажу?» И всё то же самое, только один на один. И дальше цирк «Дю Солей» не понимает, почему к нему вдруг отношение резко поменялось. Я же хотел, чтобы это прозвучало громко. Знаю, меня поддерживают коллеги. Причём не только цирковые.

Я уверен: и «Ла Скала» был бы не против иметь здесь свой филиал, и Лувр. И хоккейная команда «Вашингтон Кэпиталс», наверное, не отказалась бы иметь свою базу в России и учить с помощью канадских тренеров нас хоккею — почему нет? Возникает только один вопрос: а зачем это надо нам как гражданам своей страны?



Беседовала
Юлия
ТУТИНА,
U.Tutina@aif.ru

ЗДОРОВЬЕ

МОЖЕТ ЛИ ОРГАНИЗМ САМ ВЫРАБАТЫВАТЬ АЛКОГОЛЬ?

Слышала, что в Британии живёт человек, организм которого сам вырабатывает алкоголь. Что за ерунда такая? М. Филиппова, Самара

Британец Мэттью Хогг с детства болен необычным недугом: его организм перерабатывает крахмалистые продукты, а также сладкое в алкоголь. В результате Хогг может испытывать опьянение от таких продуктов, как хлеб, картофель или рис. «Организм в процессе распада глюкозы вырабатывает эндогенный, то есть внутренний, алкоголь в различных концентрациях, — говорит врач-психондocrinолог Михаил Богомолов. — Он присутствует даже в крови у младенцев и абсолютных трезвенников. Слу-

чается, что в результате генетической аномалии у человека блокируется один из ферментов, ответственный за концентрацию эндогенного алкоголя, и тогда его количество в крови начинает возрастать, приходится пьянеть от каши, картошки, хлеба. Перед российскими законодателями этот вопрос встал, когда пытались определить допустимое количество алкоголя в крови водителя. Оказалось, что «полный ноль» тут попросту невозможен. Есть и такая зависимость: чем уровень внутреннего алкоголя выше, тем счастливее чувствует себя человек. Однако, если не лечить последствия этой болезни, она может нанести организму ущерб, схожий с последствиями хронического алкоголизма».

КОГДА АБОНЕМЕНТ НЕ НУЖЕН

Здоровые люди в спортзал не ходят

ФИТНЕС

МИНЗДРАВ ПРЕДЛОЖИЛ ОБЯЗАТЬ КРУПНЫЕ КОМПАНИИ ОПЛАЧИВАТЬ СОТРУДНИКАМ АБОНЕМЕНТЫ В ФИТНЕС.

Между тем, как утверждают многие врачи-физиологи, чтобы сохранить здоровье, совершенно необязательно посещать дорогостоящие спортивные клубы.

ТРЯПКУ В РУКИ

Скажем, вовсе не посещают их те, кто живёт в «голубых зонах». Так называют места на планете с наивысшей продолжительностью жизни. Это, например, итальянский остров Сардиния, полуостров Никоя в Коста-Рике, японская префектура Окинава и городок Лома-Линда в Калифорнии.

Жители этих мест в массе своей постоянно находятся в движении. Они возделывают свои сады, много ходят пешком и занимаются благоустройством родного жилища: моют полы и окна, сами готовят, стирают и пр. Как говорят врачи, такие рутинные, физиологически обусловленные движения способствуют долгой, активной жизни независимо от места жительства человека. А значит, подобные привычки будут полезны и для жителей крупных городов, офисных работников, которые проводят по 8 часов за компьютером.

ЗАБЫТЬ ПРО АВТОБУС

Забудьте о личном автомобиле и сведите к минимуму использование общественного транспорта. Утром детей в школу или в сад — пешком. За про-

дуктами или в гости — пешком, в крайнем случае, на велосипеде. В идеале стоит вообще отказаться от иного передвижения, кроме как на ногах или велосипеде. В условиях большого города, конечно, это прак-

тическая невозможность, но хотя бы 15 минут в день каждый из нас должен выкроить для пешей прогулки. Кстати, по данным Американского онкологического общества, 6 часов ходьбы в неделю — лучшая профилактика рака. А ещё это отличное лекарство для мозга. Как подсчитали сотрудники Каролинского института (Швеция),

Если утром и вечером времени на прогулку нет, разделите пешее движение на несколько коротких участков (соотношение: 5 минут ходьбы на каждый час бодрствования). Не сидите за рабочим столом больше часа — обязательно встаньте, пройдите по офису. В обед тоже выходите на свежий воздух.

Дарья КАБАНОВА

Врачи утверждают: мытьё полов отлично заменяет спортзал.

Фото Alamy/TACC

Если утром и вечером времени на прогулку нет, разделите пешее движение на несколько коротких участков (соотношение: 5 минут ходьбы на каждый час бодрствования). Не сидите за рабочим столом больше часа — обязательно встаньте, пройдите по офису. В обед тоже выходите на свежий воздух.

СКОЛЬКО КАЛОРИЙ СЖИГАЕТ ДОМАШНЯЯ РАБОТА (ККАЛ ЗА ПОЛЧАСА)

Сон	20	Мытьё полов	130
Разговор по телефону	40	Полив огорода	160
Мытьё посуды	50	Вскапывание грядки	180
Принятие душа	50	Сбор грибов и ягод	182
Прогулка	62	Игры с ребёнком	190
Стирка	60–120	Уборка снега	220
Глажка	70	Езда на велосипеде	250
Приготовление еды	75	Ходьба по лестнице вверх	270
Вытирание пыли	80		
Чтение книги вслух	90	Мытьё окон	280

КОММЕНТАРИЙ



Завкафедрой профилактической медицины и основ здоровья НГУ им. Лесгафта, профессор,

д. м. н. Роза Цаллагова:

— Утверждать, что занятия в фитнес-клубе негативно влияют

на здоровье, — это сильное преувеличение. Физическая активность может быть нежелательной только в том случае, когда человек занимается слишком интенсивно. Если тренировки следуют одна за другой, в результате чрезмерной мышечной нагрузки в организме накапливаются продукты обмена, которые отравляют

его и ухудшают самочувствие. Но, если человек тренируется умеренно, «по силам», состояние его здоровья только улучшается. Люди, которые занимаются спортом, выглядят моложе, чувствуют себя лучше и живут дольше. То же касается и ходьбы — такая физическая активность, безусловно, полезна всем.

РЕБЁНОК НА ЗАКАЗ

В КИТАЕ РОДИЛИСЬ ПЕРВЫЕ ДЕТИ С ОТРЕДАКТИРОВАННЫМ ГЕНОМ. ЗНАЧИТ ЛИ ЭТО, ЧТО ТЕПЕРЬ МОЖНО БУДЕТ РОДИТЬ РЕБЁНКА НА ЗАКАЗ — С НУЖНЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ И ЖЕЛАТЕЛЬНЫМ ЦВЕТОМ ГЛАЗ?

«Технологии редактирования генома — это проблема, которой занимаются учёные во всём мире на протяжении последних 10 лет, — рассказывает директор по развитию компании Genotek Артём Елмуратов. — Самой перспективной считается технология CRISPR/Cas9, которая даёт возможность исправлять неправильную последовательность генов и таким образом лечить наследственные заболевания. Именно её учёные впервые начали применять для редактирования генома людей».

Учёные многих стран, в том числе и России, экспериментально не раз применяли её на практике — но только на стадии эмбрионов. Китайский исследователь пошёл дальше всех и довёл отредактированный эмбрион до рождения. В результате на свет появилась девочка, неуязвимая для вируса ВИЧ. Несмотря на то что многие эксперты подвергают этот факт сомнению (независимых подтверждений эксперимента нет), возникает вопрос: позволит ли эта технология создать суперлюдей, защищённых от болезней и лишённых недостатков?

Клинические испытания геномного программирования уже ведутся, но отдалённые результаты станут известны не ранее чем через 15–20 лет после внедрения этой технологии во врачебную практику. На первых порах она будет исключительно дорогостоящей, и показанием для её применения будут лишь тяжёлые недуги, которые вылечить другим способом невозможно (онкологические и наследственные заболевания).

В репродукции прогресс идёт семимильными шагами. Уже сегодня у пар, чьи генетики предупредили о высоком риске рождения ребёнка с тяжёлыми наследственными заболеваниями, появилась возможность родить здорового ребёнка.

«Это позволяет технология предимплантационного генетического тестирования (ПГТ) — исследование наследственного материала эмбрионов, полученных в цикле ЭКО до переноса в полость матки, — поясняет президент Российской ассоциации репродукции человека профессор Владислав Корсак. — Предимплантационное тести-

рование позволяет исключить вероятность рождения ребёнка с хромосомными аномалиями (синдромом Дауна) и некоторыми моногенными заболеваниями (муковисцидозом, наследственной миопатией, мышечной атрофией и т. д.). Однако даже результаты ПГТ не дают 100%-ной гарантии рождения здорового ребёнка, поскольку исключить все мутации по всем группам заболеваний эта технология пока не может.

Зато исправить некоторые нарушения в наследственности ребёнка способен его собственный организм. Во-первых, проблемные беременности в подавляющем большинстве замирают (т. е. перестают развиваться) и затем прерываются. Эксперты считают, что в 70% случаев причиной самопроизвольных аборт в первом триместре



Маловероятно, что в будущем будут программировать геном, чтобы обеспечить рождение ребёнка с нужными параметрами.

беременности служит как раз врождённая или наследственная патология. Во-вторых, репродуктологи считают, что в организме существует механизм, позволяющий отчасти корректировать наследственность будущего ребёнка собственными силами. Во врачебной практике нередки случаи, когда женщина наперекор страшным, основанным на результатах пренатальной диагностики предсказаниям сохраняла беременность — и на свет появлялся здоровый малыш.



Лидия ЮДИНА,
L.Udina@aif.ru

КСТАТИ

Автор сенсации — китайский генетик Цзянькуй Хэ пропал без вести сразу после сенсационного сообщения. Он вышел из здания, где проходил международный саммит по редактированию генома в Гонконге, и... больше на связь не выходил. Сейчас его ищут родственники, коллеги, полиция, федеральные ведомства КНР. В его лаборатории проходят обыски. Но учёный пропал в неизвестном направлении.

Эксперименты с «генно-модифицированными» людьми считаются во всём мире неэтичными и чаще всего запрещены. Один из создателей технологии генетического редактирования, Фэн Чжан — сам учёный, чьё детище жизни связано с генетикой — призвал ввести глобальный запрет на ЭКО с применением отредактированных эмбрионов и последующее рождение «модифицированных» детей.

«АиФ-Камчатка» в Интернете:

www.kamchatka.aif.ru

vk.com/aif_kamchatka

www.odnoklassniki.ru/aif.kamchatka

<http://poluostrov-kamchatka.ru>

