



Областная газета

www.kuzbass85.ru

12+

Издаётся с 7 января 1922 г.

83 (27409) Пятница, 31 октября 2025



«Металлург» на вершине 4

НОВОСТИ

СОВЕЩАНИЕ

Работа – без травматизма

Губернатор Кузбасса Илья Середюк обсудил с угольщиками, представителями надзорных органов и профсоюзов безопасность труда на предприятиях.

Расширенное заседание совета по вопросам промышленной безопасности на угольных и горнорудных предприятиях региона состоялось под председательством губернатора Кузбасса Ильи Середюка. Участие в нём приняли представители ключевых надзорных ведомств, профсоюзных организаций, научного сообщества и руководящий состав угольных компаний, сообщила пресс-служба администрации правительства Кузбасса.

«На фоне снижения добычи угля травматизм остаётся на прежнем уровне. Речь идёт о здоровье и жизни конкретных людей, чьи судьбы тесно связаны с нашим регионом – это наши друзья, родственники, товарищи по работе и соседи. Каждый несчастный случай на производстве – это не просто запись в отчётах, а настоящая человеческая драма, горе близких людей, утрата родного человека и разрушенная семья», – сказал Илья Середюк.

Участники заседания рассмотрели статистические данные по производственному травматизму за первые девять месяцев 2025 года, проанализировали основные причины нарушений и определили наиболее проблемные направления, требующие вмешательства.

Среди основных причин высокого уровня травматизма – человеческий фактор, несогласованность действий при выполнении работ, неправильная постановка задач сотрудникам и подрядчикам. По итогам сформирован комплекс конкретных мер, направленных на улучшение ситуации с промышленной безопасностью.

«Руководителям предприятий рекомендовано расширить использование существующих каналов обратной связи с работниками, усилить службу производственного контроля, повысить уровень организации работ участков аэрологической безопасности, обеспечить проветривание на шахтах, исключить формальный подход к отбору проб воздуха в горных выработках», – подчеркнул Илья Середюк.

Участники совещания единодушно признали, что только объединёнными усилиями государства, бизнеса и общественных организаций можно добиться реального снижения уровня производственного травматизма.

Ольга СОЛОВЬЁВА.

По этому QR-коду вы можете подписаться на официальный канал губернатора Кузбасса Ильи Середюка в мессенджере MAX.



МЕДИЦИНА

Реабилитация по-новому

В Кузбасс по нацпроекту поступило 20 единиц оборудования для реабилитации.

Оно закуплено для кемеровского диагностического центра имени И. А. Колпинского по региональной программе «Оптимальная для восстановления здоровья медицинская реабилитация» нацпроекта «Продолжительная и активная жизнь», сообщила пресс-служба администрации правительства Кузбасса.

«В числе поступившей техники – тренажёры для разработки верхних и нижних конечностей, стабилометрический комплекс для восстановления координации и коррекции осанки. Пациенты, перенёсшие инсульт, травмы и операции, смогут быстрее вернуться к полноценной жизни. Часть оборудования оснащена биологической обратной связью. То есть врачи и пациенты в режиме онлайн видят результаты на экране, а это значительно повышает мотивацию к восстановлению», – отметил губернатор Кузбасса Илья Середюк.

Так, интерактивный тренажёр с биологической обратной связью предназначен для функциональной терапии пальцев и кистей рук, а также лучезапястного сустава. При расстройстве вестибулярного аппарата врачи будут использовать балансирующую систему и др.

В медорганизации ежегодно проходят лечение более 4 тысяч пациентов с нарушением функции центральной нервной системы после инсульта, нейрохирургических операций, черепно-мозговых травм, а также функции костно-мышечной системы. Для каждого разрабатывается индивидуальная программа реабилитации, которая может проходить в амбулаторных условиях, круглосуточном или дневном стационаре.

Инга ПЕТРОВА.

АКТУАЛЬНО

Онлайн-диалог с губернатором

Вчера губернатор Кузбасса Илья Середюк провёл традиционный прямой эфир в социальных сетях, где ответил на вопросы граждан на темы здравоохранения, транспорта, угольной отрасли, благоустройства, экологии



Фото с сайта администрации правительства Кузбасса.

На очередное прямое включение губернатора поступило 328 вопросов от жителей региона, часть из которых уже начали решать ответственные структуры на уровне территорий.

Одной из основных тем прямого эфира стала ситуация в угольной отрасли. Глава региона отметил, что большое число угольных предприятий сегодня работает с отрицательной рентабельностью. Остальные основную часть выручки направляют в первую очередь на выплату заработной платы и поддержание работ предприятий.

«На федеральном уровне действует подкомиссия, по каждому предприятию принимается точечное решение о помощи. Либо это компенсация части логистических затрат, либо это заморозка уплаты налоговых платежей, страховых взносов, кредитных обязательств», – сказал Илья Середюк.

В соцсети главы региона поступило много вопросов по выплатам задолженности перед угольщиками. Как со-

общил губернатору директор компании «Северный Кузбасс» Станислав Лупий, полностью выплатили отпускные за июль и август, алименты – за август и сентябрь. Выплаты проводятся ежедневно в соответствии с поступлением средств за реализованную продукцию. Руководство шахты «Спиридоновская» планирует продолжить выплаты задолженности по заработной плате, как только будет реализована партия добытого угля, ориентировочно с 10 ноября. На следующей неде-

ле планируется встреча с коллективом, в которой по поручению губернатора Ильи Середюка примет участие министр угольной промышленности Андрей Брижак.

Ещё один актуальный вопрос – работа трамваев в Осинниках. Это основной транспорт для горожан. Сейчас на линию выпускается пять единиц техники, всего же для нормальной работы необходимо семь трамваев. Илья Середюк подчеркнул, что ещё 60 трамваев необходимо заменить в городе Ке-

мерово. На обновление транспорта в целом потребуется около 7 млрд рублей. Министерству транспорта региона поручено формировать заявку и привлекать федеральное финансирование.

Жителей Тайги интересовал вопрос оказания медицинской помощи. Губернатор подчеркнул, что Министерству здравоохранения Кузбасса поручено увеличить количество машин СМП, а также спланировать возможность улучшения работы первичного звена: привлечения специа-

листов, поставок нового оборудования.

На вопросы по загрязнению рек и воздуха глава региона ответил, что были проведены совещания в Кемерове и Новокузнецке, на которых обозначили ряд мер по улучшению ситуации. Губернатор напомнил, что в рамках экологических пресс-туров общественники, журналисты, блогеры смогут посетить предприятия региона и оценить их меры по минимизации воздействия на экологию.

Новокузнецкие интересовались благоустройством набережной в рамках комплексного развития незастроенной территории «Левобережный». Губернатор Кузбасса подчеркнул, что выполняются проектные работы, в том числе устройства дамбы, которая защищала бы от паводка. Он отметил, что это уникальная возможность сделать в Новокузнецке протяжённую набережную.

Также Илья Середюк ответил на вопросы по благоустройству дворов и дорог, ремонту домов, работе управляющих компаний. На вопросы, которые не прозвучали в прямом эфире, ответят профильные ведомства.

Как отметил руководитель региона, некоторые вопросы удаётся решить в момент эфира, какие-то – на следующий день, в основном же для решения ряда возникших проблем требуется время, чтобы выныкнуть в ситуацию. Многие вопросы рассматриваются на уровне муниципалитетов. В любом случае ни одно обращение не остаётся без внимания.

Запись этого и других прямых эфиров можно посмотреть на личных страницах губернатора Кузбасса Ильи Середюка в социальных сетях «ВКонтакте» и «Одноклассники», а также в МАХ-канале. Там же можно задать вопросы для следующего эфира под специальным тематическим постом.

Дарья ФИЛИПОВА.

ФАКТ

С начала 2025 года Отделение СФР по Кузбассу выплатило родителям более 9,8 тысячи детей единовременные пособия при рождении ребёнка. Общая сумма выплат составила 345,4 млн рублей. В этом году размер выплаты в Кузбассе составляет 35 024,22 рубля, размер пособия ежегодно индексируется, сообщила пресс-служба ведомства. Единовременное пособие при рождении ребёнка предоставляется всем семьям в России вне зависимости от трудового статуса и дохода родителей.

ФОТОФАКТ



ЧИТЫЙ КЕМЕРОВО – ЧИСТЫЙ КУЗБАСС. Администрация областного центра пригласила журналистов в пресс-тур по крупным промышленным предприятиям: «Азоту», Ново-Кемеровской ТЭЦ, «Южкузбассу». Представителям СМИ рассказали о том, как промышленные гиганты соблюдают требования экологического законодательства и о многом другом. Подробнее о пресс-туре – в следующем выпуске газеты «Кузбасс». Фото Анны Тимошук.



БИЗНЕС

Безопасность: продовольственная и экономическая

Неугольные отрасли нашего региона рассматриваются как один из векторов развития. Среди них – аграрная промышленность, машиностроение, туризм и креативные ремесла.

Трейд-ин для аграриев

На выставке «АгроКузбасс», которая завершилась 22 октября, были представлены более 80 производителей из Кузбасса, Санкт-Петербурга, Алтайского и Красноярского краёв, Новосибир-

ской, Томской областей, Республик Алтай и Крым, а также Республики Беларусь и Китая. Для работников сельского хозяйства была организована насыщенная деловая программа.

Там же во время торжественного приёма губернатор Кузбасса Илья Середюк

вручил федеральные и областные награды более 200 работникам отрасли.

Одним из важных вопросов была возможность беспрепятственно обменивать действующую технику на новую с доплатами.

Окончание на 2-й стр.

НОВОСТИ

СОВЕЩАНИЕ
Рыба – в меню

Президент Владимир Путин в режиме видеоконференции провёл совещание с членами Правительства РФ.

Обсуждался вопрос, связанный с развитием рыбохозяйственного комплекса страны. Глава государства подчеркнул, что Россия располагает уникальными запасами биоресурсов. И важно не только добыть их, но и обеспечить переработку и транспортировку. Причём в приоритете должны быть именно интересы внутреннего рынка, чтобы улов российских рыбаков, продукция рыбохозяйственных предприятий поступали на прилавки магазинов и рынков, а жители всех регионов России могли купить эти качественные товары по доступной цене.

Пока что уровень потребления рыбы и морепродуктов в структуре питания граждан отстаёт от норм, рекомендованной Минздравом РФ, сказал глава государства и обратил внимание на то, что в тех странах, где он достаточно высок, и продолжительность жизни увеличивается.

Как сообщает сайт Кремля, с 2018 года рыбохозяйственный комплекс России характеризуется устойчивым ежегодным выловом в объёме около 5 миллионов тонн. Серьёзный вклад в развитие отрасли вносит наращивание производства товарной аквакультуры. По итогам трёх кварталов этого года прирост составляет 4 процента.

В 2022–2024 годах были ощутимые изменения в работе рыбохозяйственного комплекса, связанные с внешнеэкономическими факторами, а это ограничение доступа к рынкам сбыта продукции в страны Северной Америки, Евросоюза, изменение логистических цепочек и доступности финансовых инструментов. Основными покупателями нашей рыбы остались преимущественно азиатские страны. Поначалу наблюдалось снижение экспортных цен на основные объекты промысла: минтай, сельдь, крабы и другие. В 2025 году экспортные цены вернулись к средним за многолетний период значениям, расширилась география наших экспортных поставок. Сейчас они осуществляются почти в 90 стран, но основными покупателями по-прежнему остаются Китай и Республика Корея.

В целях насыщения внутреннего рынка качественной продукцией, а также повышения экономической эффективности отрасли идёт переход к модели с высокой добавленной стоимостью. Доля рыбной продукции с высокой степенью переработки увеличилась с 15 процентов в 2017 году до 34 процентов по итогам 2024 года. Производство мороженого рыбного филе увеличилось в 1,6 раза, рыбного фарша – в 3,5 раза, производство рыбной муки выросло в 1,8 раза.

Вера СКВОРЦОВА.

РЕШЕНИЕ
Важные изменения
законодательства

В Кузбассе появились новые праздники, введены новые льготы и штрафы.

Значимые изменения в законодательство региона были внесены на 27-м заседании парламента Кузбасса.

Во исполнение поручений президента России по созданию условий участникам СВО для поступления на муниципальную службу по инициативе губернатора Кузбасса Илья Середюка внесены изменения в четвёртую статью регионального Закона «О некоторых вопросах прохождения муниципальной службы», сообщила пресс-служба администрации правительства Кузбасса. В стаже теперь будет учтён период участия в СВО.

Для развития и сохранения языков коренных малочисленных народов, а также для укрепления межнационального согласия в Кузбассе утверждены новые памятные даты: 24 марта в регионе будет отмечаться День телуэутской письменности, а 24 декабря – День шорской письменности.

Даты имеют историческую значимость для коренных народов. В марте 1841 года утвердили телуэутскую грамматику на базе кириллицы для алтайских этносов. 24 декабря 1887 года были выпущены первые буквы на шорском языке. Установить памятные даты предложили ассоциация телуэутского народа «Эне-Байт» и ассоциация шорского народа «Шория».

До 30 тысяч рублей теперь увеличится штраф за неправильную парковку автомобиля. Если машина мешает подъезду мусоровоза к месту сбора отходов, штраф составит для граждан 2 тысячи рублей, для должностных лиц – 7 тысяч рублей, для юридических лиц – 20 тысяч рублей. Фиксированные штрафы введены за парковку на детских и спортивных площадках, газонах и в других запрещённых местах: для граждан – 1,5 тысячи рублей, для должностных лиц – 5 тысяч

рублей, для юридических лиц – 15 тысяч рублей. Повторное нарушение обойдётся в 3 тысячи, 10 тысяч и 30 тысяч рублей соответственно.

Кроме того, в первом чтении принят законопроект, который предусматривает административную ответственность за нарушение требований к содержанию и выгулу домашних животных. Владелец собак в Кузбассе обязаны принимать меры для предотвращения самостоятельного выхода питомца за территорию домовладения. Выгул собак осуществляется только в разрешённых местах. При этом собаки выше 30 см могут гулять только на поводке и в наморднике. Также установлен запрет на выгул собак людям в состоянии алкогольного, наркотического опьянения. Собак в холке более 30 см самостоятельно могут выгуливать только лица старше 14 лет. За нарушение требований планируется ввести административный штраф в размере от 1,5 до 2,5 тысячи рублей. Повторное нарушение обойдётся от 2,5 до 5 тысяч рублей.

Инга ПЕТРОВА.

ПОГОДА

	31 октября	01.11	02.11
Кемерово	+10 - +11° +4 - +5°	+14 - +15° +3 - +4°	+3 - +4° +3 - +4°
Новокузнецк	+11 - +12° +1 - +2°	+13 - +14° 0 - -1°	+4 - +5° +5 - +6°

По материалам сайта «Яндекс.Погода»

Следующий номер газеты
выйдет в четверг, 6 ноября.

БИЗНЕС

Безопасность:
продовольственная и экономическая

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА 1-й СТР.

«Сразу договариваемся о том, как эффективнее работать над обеспечением продовольственной безопасности региона. Например, аграрии попросили внедрить в нашем мультибрендовом центре «Белорусские машины» систему трейд-ин, чтобы можно было сдать им старую технику и с небольшой доплатой купить новую. Поговорил с руководителем центра, они проработают вопрос с Министерством сельского хозяйства Кузбасса и выйдут с предложением к нашим фермерам. Конечный итог такого взаимодействия – свежие вкусные продукты от местных производителей на наших столах», – сказал Илья Середюк.

Губернатор отметил, что аграрии трудятся круглосуточно, чтобы убрать каждый колосок. Несмотря на сложные погодные условия, в этом году уже намолотили более 1,5 млн тонн зерна в бункерном весе. Урожайность хорошая: в среднем 31,2 центнера с гектара, в отдельных территориях показатель доходил до 100 центнеров с гектара. Кузбасская продукция востребована жителями, прежде всего это показатель хорошего качества.

«Несмотря на сложности в экономике, сельскохозяйственная отрасль – одна из ключевых для нашего региона. Сегодня Кузбасс полностью обеспечивает себя зерном, свинойной, мясом птицы, яйцом. Задача – выйти на самообеспеченность по молоку, причём не просто произ-

водить сырьё, а перерабатывать его здесь, в регионе, и получать продукцию с высокой добавленной стоимостью. В перспективе планируем строительство заводов по глубокой переработке молока и зерна, маслоэкстракционного завода», – отметил Илья Середюк.

Также глава региона рассказал о том, как решается кадровый вопрос в отрасли. «Президентом России Владимиром Владимировичем

Путиным поставлена задача: обеспечение кадрами сельскохозяйственной отрасли к 2030 году не менее чем на 95 процентов. Для этого в Кузбассе реализуется система бесшовного аграрного образования: от школы до предприятия. В 2025 году в регионе открыто 20 агротехнологических классов, где идёт усиленная подготовка по химии, биологии, даются основы растениеводства, животноводства, ребята вы-

езжают на практику», – подчеркнул Илья Середюк.

Поддержка
неугольных отраслей

Управляющий Отделением Банка России по Кузбассу Сергей Драница отмечает, что структурная перестройка промышленности и развитие смежных направлений, в частности открытие новой площадки по выпуску режущего инструмента с инвестициями более полумиллиарда рублей, помогают сбалансировать экономику и формируют условия для снижения инфляции в регионе.

Параллельно бизнес в других секторах сталкивается с ростом издержек и ограниченными возможностями повышать цены. Предприятия общепита отмечают, что рынок «нашупал потолок» стоимости услуг и для сохранения прибыли они оптимизируют меню и внедряют автоматизацию. В рознице и сфере услуг наедается снижение продаж: производители мебели, например, сообщают о падении спроса примерно на 30 процентов по сравнению с прошлым годом.

В то же время цифровая сфера Кузбасса демонстрирует противоположную динамику. Региональные ИТ-компании активно расширяют разработки, внедряют отечественные решения и автоматизируют процессы. Даже крупные угольные предприятия активно закупают российское

программное обеспечение, поддерживая развитие этого сектора.

Держать ухо остро

А теперь о безопасности экономической. В Кузбассе Центробанк выявил 9 нелегальных ломбардов. Все они выдавали займы посетителям, не имея соответствующих разрешений.

Статистику мониторинга рынка финансовых услуг с января по сентябрь 2025 года озвучили в отделении по Кемеровской области. Всего в России за этот период ЦБ обнаружил почти 4 300 таких компаний, 3 844 из них предлагали финансовые услуги онлайн.

«Публичное привлечение инвестиций физических лиц допускается только тем, кто имеет на это право, например банками, брокерами, управляющими компаниями, а также организациями, которые выпускают ценные бумаги в соответствии с законом. Чтобы убедиться в законности деятельности компании, перед подписанием договора стоит проверить, имеет ли она право работать с финансами», – отметил управляющий Отделением Банка России по Кемеровской области Сергей Драница.

Проверить компанию можно в Справочнике финансовых организаций Банка России. Также на сайт ЦБ можно сообщить и о подозрительной компании, если вы с ней столкнулись.

Дмитрий УВАРОВ.

ИНИЦИАТИВА

Кузбасские
школьники
продолжают играть
в «Вече»

Сотрудники избирательной комиссии региона проводят уроки по избирательному праву в школах Кемерова

Примечательно, что для серьёзных занятий выбирают формат настольной игры, но не абы какой, а специально разработанной по этой теме. Старшеклассники в интеллектуальной борьбе за победу применяют знания сразу по трём дисциплинам: истории, обществознанию и праву.

За месяц к «Вече» присоединяется несколько десятков человек. Предусмотрен и приятный бонус: победители получают сувениры с символикой Избирательной комиссии Кузбасса. «Игра «Вече» была разработана нашими коллегами совместно с Молодёжной избирательной комиссией Кузбасса год назад, – говорит председатель облигбиркома Светлана Демидова. – Впервые школьники сыграли в неё в конце октября 2024-го. Оригинальный формат, как модно сейчас говорить, «зашёл» школьникам и студентам. Игра оказалась востребована не только для нас в части повышения правовой культуры молодых и будущих избирателей, но и для учителей-предметников».

Настольная игра «Вече» изначально задумывалась для школьников старших классов и студентов, но, как показала практика, она интересна не только этой аудитории. К примеру, в неё уже сыграли участницы конкурса красоты и члены молодёжных организаций. «Кидашешь кубик и продвигаешь вперёд, оставляя позади себя целые эпохи. Чувство невероятное! – отмечает руководитель конкурса «Миссис России» в Кузбассе Виктория Московская. – Вопросы интересные! Игра дала возможность нашим участникам продемонстрировать не только знания, но и способность к командной работе. Плюс игра получилась весёлой. «Вече» – свежий подход к

истории и праву, безусловно, заслуживающий внимания».

Настолка представляет собой игровое поле, поделённое на исторические периоды. Каждому временному отрезку соответствует набор вопросов. Последний период состоит из заданий, которые входят во Всероссийскую олимпиаду по избирательному праву «Софиум».

Для прохождения игры требуется чуть больше часа. В неё можно играть и за себя, и за команду. Максимальное количество участников – 20. Триумфатором становится тот (или те), кто первым доберётся до финиша, правильно ответив на предложенные вопросы.

Между тем «Вече» – не единственная в регионе настольная игра, касающаяся избирательного права. Так, специальная библиотека Кузбасса для незрячих и слабовидящих разработала молодёжную интерактивную игру «Путь к выборам». В ней используются следующие технологии: рельефно-точечный шрифт Брайля, укрупнённый шрифт, говорящие карточки и тактильные элементы. Первыми игроками стали ученики специальных школ № 20 (Кемерово) и № 23 (Полысаево), а также гости Кузбасского инклюзивного коммуникационного центра дуста.

«Игра служит не только образовательным инструментом, но и платформой для обсуждения важнейших вопросов демократии, – уточняет главный библиотекарь Инна Леонова. – Кроме того, она содействует развитию критического мышления и навыков командной работы. Игра призвана вдохновить молодёжь на активное гражданское участие и формирование позитивного отношения к выборам и демократическим ценностям».

Алена СМІРНОВА.



Фото из архива Избирательной комиссии региона.

ОБРАЗОВАНИЕ

Когда главное
увлечение – химия

Школьник из Киселёвска Тимофей Бельц стал призёром финала Международного конкурса научно-исследовательских и инженерно-технических проектных работ «Учёные будущего», состоявшегося в Москве.

Тимофею – 14 лет. С третьего класса он занимается в Центре талантов Фонда Андрея Мельниченко. За это время разработал уже несколько проектов по химии и экологии, отмеченных на всероссийском уровне. К примеру, в его исследование интересовалось применение фотокатализа для фильтрации воздуха от угольной пыли и использование хлореллы – микроскопической одноклеточной зелёной водоросли для очистки воды. А в нынешнем году юноша создал композит на основе полианилина (проводящего пластика) и угольной золы, что повысило электропроводность полианилина в 10 тысяч раз. «По проводимости материал близок к алюминию, но вдвое легче, что делает его перспективным для энергетики, автомобилестроения и космической отрасли, – объясняет Тимофей. – Сейчас продолжаю совершенствовать технологию и изучать свойства композитов».

Именно с этим проектом юноша стал призёром финала Международного конкурса «Учёные будущего» в номинации «Химия». Парень получил путёвку в суперфинал, который стартует уже в декабре. Важно отметить: там же будут отобраны и участники для сборной России, которых ждут выступления на конкурсах и конференциях в Китае, Индии, ОАЭ и других странах.

Кстати говоря, финал состязания традиционно проходил в дни Международного фестиваля «Наука 0+». На сей раз событие посвятили теме «Моя квантовая вселенная». Площадки масштабного мероприятия были организованы в Московском государственном университете имени М. В. Ломоносова, в Национальном центре «Россия» и парке «Зарядье». Гости посетили разнообразные мастер-классы, выставки и лекции.

Отмечу: конкурс «Учёные будущего» собрал в текущем году рекордное количество участников, презентовавших 479 проектов. Из них эксперты одобрили 174 работы для участия в очном финале. Пытливым умам предстояло защи-



Тимофей Бельц. Фото из личного архива героя публикации.

тить свои исследования перед строгим жюри, в состав которого вошли профессора вузов, члены Российской академии наук и представители молодёжной комиссии (победители глобальных конференций разных лет).

Теперь перед Тимофеем стоит серьёзная задача – в течение ближайших недель усовершенствовать методы синтеза композита, подготовив таким образом убедительные аргументы для защиты проекта перед международным жюри. К слову, область материаловедения, в срезе которой и выполнено исследование, сейчас особенно востребована.

Защита проекта позволит юному учёному продемонстрировать высокие достижения отечественной научной школы и укрепить репутацию российского образования на международной арене.

Вовсе не удивительно, что Тимофей в недалёком будущем планирует поступать на химический факультет. А вот из его родственников никто не занимается точными науками – все по образованию и профессии гуманитарии. Для Тимофея химия стала главным увлечением. «В прошлом году заинтересовался олимпиадной химией и вошёл в олимпиадную сборную Фонда Мельниченко, – говорит мама Тимофея Евгения Вадимовна. – Стал победителем всероссийских и международных олимпиад по химии, причём выступал за класс старше (на данный момент сын учится в восьмом). Сейчас готовится к новому сезону олимпиад, а в планах – написать ВСОШ за 9-й класс».

Разумеется, на подготовку к олимпиадам и прочим научным состязаниям у Тимофея уходит много времени и сил, но он успевает и отдыхать: играет в компьютерные игры, смотрит аниме и рисует цифровых персонажей. «Вот только спать не успевает», – подмечает с улыбкой мама увлечённого подростка.

// МЕЖДУ ТЕМ

В кемеровском лицее № 62 открылся «Класс предпринимателей». Обучающиеся социально-экономического профиля будут знакомиться со сферой бизнеса с помощью экспертов и действующих предпринимателей. К обучению уже приступили ребята из 7-го класса, а программа рассчитана до 11-го.

А вообще, парень знает, к чему стремится. Участие в профильных конкурсах и олимпиадах даёт ему несколько важных преимуществ: формирует портфолио достижений и подтверждает высокий уровень знаний по профильным предметам, предоставляет возможность получить опыт публичных выступлений, презентаций и работы в конкурсной среде (полезный навык для учёбы и научной деятельности). Также участие в состязаниях расширяет круг профессиональных контактов: знакомит с преподавателями и единомышленниками. Кроме того, это открывает возможность для участия в российских и международных программах, стажировках и научных проектах.

Преподаватели химии Центра талантов Фонда Мельниченко в Киселёвске – Лариса Мансурова и Лидия Зайдель – всегда оказывают поддержку и помогают Тимофею.

«Моя цель – учиться и развиваться. А опыт участия в конкурсах даёт и профессиональные навыки, и личностный рост», – отметил исследователь. А его мама добавила: «Выдержажь такой ритм трудно, но стараемся помогать и поддерживать по мере своих возможностей».

Алена СМІРНОВА.

«КУЗБАСС»: НАША ИСТОРИЯ

Память о Великом Октябре

История некогда большого и грандиозного праздника – 7 Ноября, знаменовавшего собой победу Великой Октябрьской социалистической революции, начала нового периода в истории нашей страны, давно отошла на задний план. В 1996 году стали отмечать День согласия и примирения. А с 2005 года был учреждён новый государственный праздник – День народного единства, который приходится теперь на 4 ноября. Тем не менее многие люди старшего поколения помнят торжества и парады, проходившие в годовщину Великого Октября. И газета «Кузбасс» также хранит память об этом периоде истории в жизни нашей страны.

История газеты «Кузбасс» начинается в 1922 году. Но из-за неполной коллекции архива издания впервые о праздновании 7 Ноября в «Кузбассе» читаем в газете за 1926 год, в номере от 7 ноября. Это 9-я годовщина Октябрьской революции. Новая социалистическая республика всё ещё вставала на ноги. Именно поэтому на страницах печати мы видим материалы идеологического характера: «Мы строим социализм», «9 лет единства», «Минувшие дни борьбы», «Что получили рабочие за 9 лет Октября». Здесь же мы узнаём, что происходило 9 лет назад в Кемерове: «Красный Октябрь в Щегловск (в то время – с. Усть-Искитим) доказался гораздо позднее, чем в глухие углы европейской части России. Ко дню октябрьских завоеваний в центре у нас было введено только земство. В городе была резиденция Верховотомской волостной управы, которая объединяла около 60 населённых пунктов».

В 1926 году регион активно строит будущее. И, как повелось с первых дней, каждую годовщину завоеваний Октября встречает вместе со всей страной трудовыми победами. Что мы видим и в данном номере: производственная программа по добыче угля в копях индустриальной автономной колонии к 9-й годовщине Октябрьской революции увеличена до 17 миллионов пудов; рабочие Кемеровского рудника к 9-й годовщине Октября подняли производительность труда забойщика на 16 процентов и на 19 процентов – рабочего по шахте.

Тексты номеров газеты нового времени всё ещё сохраняют прокламационный стиль во славу диктатуры пролетариата, много программных пропагандистских статей перепечатывается из центральной прессы. Всё это идёт на фоне борьбы с классовыми врагами.

Но сегодня нам более интересна бытовая сторона вопроса – история повседневности: как успехи социалистического строительства улуч-



шали жизнь людей. И результаты впечатляют. Газета за 7 ноября 1932 года пишет, что по сравнению с 1929 годом сеть столовых в Кемерове выросла с 6 до 53 единиц. Растут торговые обороты. Если в 1929 году количество торговых точек в кооперации и госторговле города насчитывает 32, то сейчас – 253. За четыре года жилья построено вдвое больше, чем за 10 лет. Если в 1917 году жилая площадь старого Щегловска составляла 10,375 квадратных метра. То к 1929-му она измерялась уже в 154 тысячи квадратных метров. В 1932 году Кемерово имеет более 320 тысяч квадратных метров жилой площади.

Улучшается и медицинское обслуживание. Вместо одной сельской лечебницы в 1917 году в Кемерове есть не только больница с хирургическим, терапевтическим и другими отделениями, рентгенологическим кабинетом, но ещё и 10 пунктов скорой помощи на предприятиях, в совхозах и сельсоветках, пункт разъездной медпомощи.

В годы войны

В этот тяжёлый для страны период актуален лозунг «Все как один – на защиту завоеваний Велико-

го октября!», равно как и «Всё для фронта, всё для Победы!». В номере за 8 ноября 1941 года газета публикует доклад председателя Государственного Комитета Обороны И. В. Сталина, который ставит задачу освободить территории и народы от немецко-фашистского ига, а для этого требуется, чтобы тыл работал не покладая рук. И в ответ на речь кузбассовцы берут повышенные обязательства.

В последующие годы газета также не забывает об очередных годовщинах Октября, но вполне понятно, что речь больше идёт о фронтовом и трудовом подвиге жителей региона.

В газетах 1943 года, когда произошёл коренной перелом в ходе войны, мы уже читаем о том, что в городах Кузбасса прошли торжественные мероприятия в честь 26-й годовщины Октября. «В Кемерове слово для доклада представляется секретарю обкома партии тов. С. Б. Зодниченко. Докладчик подводит итоги нашей борьбы за год, подробно останавливается на успехах доблестной Красной Армии, наносящей фашистским бандитам удар за ударом, на успехах трудящихся Кузбасса, кующих в глубоком тылу оружие для победы», – пишет «Кузбасс».

А в газетах за 1945 год, когда страна уже строит мирную жизнь, мы читаем отчёт о праздничном параде 7 Ноября на Красной площади. Но ещё более интересно, как 28-ю годовщину Октября отмечали в Кузбассе. В этот день во всех городах региона и районных центрах прошли многолюдные демонстрации, митинги и собрания, корреспондент сообщает: «В 11 часов утра трудящиеся Сталинска вышли на демонстрацию, посвящённую Великому Октябрю. Обстановка живо напоминала предвоенные годы: стройные колонны, музыка, песни, пляски. Торжественное шествие открыли дети. Затем прошли стройными рядами физкультурники. На площадь вступила гвардия кузнецких металлургов...» По празднично украшенным улицам колонны трудящихся предприятий и учреждений гор. Кемерово стекались к Вокзальной площади. Отсюда в 11 часов они в строгом, заранее установленном порядке, двинулись к центральному трибунам на углу Советской и улицы Кирова. «...» Первая послевоенная демонстрация прошла с большим воодушевлением и подъёмом. В ней приняли участие десятки тысяч трудящихся города Кемерово».

Послевоенный подъём

К 40-летию Октябрьской революции, 7 ноября 1957 года, газета даёт большой доклад лидера страны Н. С. Хрущева. В эти дни публикуются развёрнутые репортажи празднеств из разных городов региона. О том, насколько яркими и красивыми были эти события, мы можем судить по описаниям и небольшому числу фотографий, которые приводит газета: «Ещё в канун великого сорокалетия во всём чувствовалось приближение большого, светлого, воистину всенародного праздника. На улицах и фасадах зданий струился кумач флагов, пламенили слова призывов, красочные панно. Вечером город заливали огни праздничной иллюминации».

Парад жители постарались представить ещё ярче: мимо трибун шли школьники в костюмах красногвардейцев, матросов, солдат, сандружинников – тех, кто 40 лет назад шёл на штурм Зимнего дворца. А следом двигалось большое панно с изображением легендарного крейсера «Аврора», были празднично украшены колонны трудовых коллективов предприятий.

В Сталинске также по традиции демонстрацию трудящихся открыли школьники и студенты. К примеру, над колоннами 25-й школы, металлургического и педагогического институтов медленно вращался макет земного шара, а вокруг него по орбите двигались искусственные спутники Земли, впервые запущенные Советским Союзом.

В полувековой юбилей, 7 ноября 1967 года, газета вышла в цвете, если точнее, использованием яркого цвета в оформлении первой полосы. Помимо большого отчёта о праздновании в Москве и Ленинграде, «Кузбасс» рассказывает о большом торжественном собрании по этому случаю, которое состоялось в кемеровском театре оперетты, а также о трудовых успехах кузбассовцев.

Все эти торжества продолжались до середины 1990-х годов, пока жизнь в стране не стала меняться. В 1995 году накануне 7 Ноября выступления лидеров региона в газете не такие радужные и прокламационные. А уже в 1996-м, 10 ноября, «Кузбасс» сообщает о том, что 7 ноября теперь будет другим праздником. Подписан указ президента о том, что этот день объявлен Днём согласия и примирения. Более того, весь 1997 год – год 80-летия Октябрьской революции, пишет газета, объявляется Годом согласия и примирения.

День согласия и примирения отмечался в стране по 2004 году. А с 2005-го мы празднуем День народного единства.

Оксана СОХАРЕВА.

Кузбасс СПЕШИТЕ! Открыта подписка

на 1-е полугодие 2026 года на газету «Кузбасс» в почтовых отделениях на любой адрес Кемеровской области.

Подписку можно оформить по вашему адресу, «до востребования», «до двери квартир», «до рабочего кабинета». О факте отказа срочно сообщайте по тел.: 58-34-00, 35-38-09 (Кемерово).

✓ Вы можете оформить подписку не выходя из дома: на сайте **podpiska.pochta.ru**; через **мобильное приложение** «Почта России».

КУЗБАСС ПЕРВЫЙ

Будь в курсе по **МОКСИМУМУ**

max.ru/kuzbass1
@kuzbass1

РАБОТА РОССИИ

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ с фондом «ЗАЩИТНИКИ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И СОЦИАЛЬНЫМ ЮРИСТОМ»

ИНФОРМАЦИОННАЯ И ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ПОДДЕРЖКА на рынке ТРУДА и ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КУРАТОР

«ЗЕЛЕНый КОРидор» - одно окно приема

#РаботаДляСвоих

ПРОЕКТ

ПРИОРИТЕТНОЕ СОДЕЙСТВИЕ ТРУДОУСТРОЙСТВУ

Проект, направленный на максимальное комплексное содействие в трудоустройстве уволенных с военной службы ветеранов боевых действий - мобилизованных, контрактников, добровольцев, принимавших участие в СВО, а также членами их семей

- ▶ ДИАГНОСТИКА профессиональных способностей и интересов
- ▶ АНАЛИЗ вакансий и персональные собеседования
- ▶ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ на рынке труда
- ▶ ПОДБОР программ профессионального обучения и содействие в их реализации

- ▶ КОНСУЛЬТАЦИИ по социальным гарантиям и льготам
- ▶ КЛУБНЫЕ ВСТРЕЧИ, вебинары, дискуссии
- ▶ БИЗНЕС-ТРЕНИНГИ «бизнес-стратегия карьеры»
- ▶ МАСТЕР-КЛАССЫ «отношения работодателя - сотрудник» и личностные компетенции

Комплекс услуг, объединенный в рамках данного Проекта, предоставляет адресную возможность получения в форме любого вида содействия в возобновлении трудовой деятельности и развитии профессиональных навыков и умений.

ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К СВОИМ

Материальная поддержка ветеранов боевых действий, контрактников, добровольцев, принимавших участие в СВО, а также членами их семей

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ ЗАКЛЮЧИ КОНТРАКТ И ПОЛУЧИ ЗА ПЕРВЫЙ МЕСЯЦ СЛУЖБЫ

Ежемесячное денежное от 210 000 рублей

Регистрация выплаты от 15 000 рублей

Ежемесячная выплата при увольнении контрактника от 400 000 рублей

Выплата пособия от 15 000 рублей

Пособие на погребение от 15 000 рублей

117 Героев России в запасном подразделении по контракту

Пункт отбора на военную службу по контракту (2 разряда) в Кемерово: г. Кемерово, ул. Лавочкина, д. 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000

ПРОФИЛАКТИКА

Удар, которого можно избежать

Проблема инсульта в России приобретает масштабы национальной эпидемии: 450 тысяч новых случаев в год, причём каждый третий – у человека моложе 40 лет. Шанс на полноценное восстановление имеют лишь 8 процентов пациентов. О том, как защитить себя и близких от этой катастрофы, рассказала доктор медицинских наук, профессор, врач-диетолог Кузбасского центра общественного здоровья и медицинской профилактики Елена Лобыкина.

– Как происходит инсульт?
– Инсульт представляет собой острую сосудистую катастрофу, при которой происходит внезапное нарушение кровоснабжения головного мозга. Это состояние развивается стремительно (в течение нескольких часов или даже минут) и проявляется комплексом неврологических симптомов. К ним относятся как очаговые нарушения, такие как расстройства речи, двигательные и чувствительные расстройства в конечностях, ухудшение зрения, так и общеозгочные признаки, среди которых сильная головная боль, спутанность сознания и рвота. Эти симптомы сохраняются более 24 часов и несут прямую угрозу для жизни, часто приводя к стойкой инвалидности.



Наиболее распространенной формой является ишемический инсульт, который по механизму напоминает инфаркт. Он возникает, когда просвет сосуда, питающего мозг, закупоривается тромбом, полностью блокируя приток крови и кислорода к определённой участку мозговой ткани. Значительно реже встречается геморрагический инсульт, который развивается по иному сценарию: в

– Расскажите о симптомах.
– Симптомы инсульта – это внезапно появившееся головокружение, потеря равновесия и координации движения, проблемы с речью, онемение, слабость или паралич одной стороны тела, потемнение в глазах, двоение предметов или стирание их чётких контуров, внезапная сильная головная боль. При появлении подобных симптомов необходимо срочно вызывать машину скорой помощи.
– Как быстро нужно оказывать помощь?
– В ситуации с инсультом время становится главным союзником врача и пациента. У медиков есть лишь крайне узкий «коридор возможностей» – примерно три золотых часа, так называемое «терапевтическое окно». Если успеть начать лечение в этот решающий период, у больного появляется реальный шанс избежать трагических последствий: гибели или тяжелой, обезвживающей инвалидности.
– Какие методы лечения применяют врачи?
– В арсенале современной медицины присутствует широкий спектр высокоточных методов диагностики и эффективных стратегий

лечения инсульта. Выбор терапевтической тактики является строго индивидуальным и определяется рядом факторов: характером инсульта (ишемический, геморрагический), объёмом и локализацией очага поражения, а также соматическим статусом и анамнезом пациента. Лечение носит комбинированный мультидисциплинарный характер, интегрируя в себе консервативные методы (медикаментозную терапию) и, при необходимости, инвазивные нейрохирургические вмешательства.
– Можно ли профилактировать инсульт?
– На вопрос, можно ли предотвратить инсульт, современная медицина даёт обнадеживающий ответ: да, и в подавляющем большинстве случаев. Согласно масштабным исследованиям, около 90 процентов всех инсультов можно было бы избежать за счёт целенаправленной работы с управляемыми факторами риска. Ключ к успешной профилактике лежит в осознанном образе жизни, который эффективно снижает риски даже при внесении относительно небольших, но последовательных изменений.
Фундаментом профилактики выступает комплексный подход, охватывающий несколько ключевых направлений. Начнём с физической активности, которая является мощнейшим инструментом укрепления сосудистой системы. Регулярные нагрузки (и для этого не обязательно идти в спортзал) поддерживают эластичность сосу-

дов, помогают контролировать вес и стабилизируют давление. Самое доступное и безопасное упражнение – это быстрая ходьба. Рекомендую уделять ей не менее 30 минут в день. Это может быть прогулка в парке, ходьба по лестнице вместо лифта или пеший путь на работу.
Не менее важную роль играет культура питания. Основной упор следует делать на домашнюю пищу, что позволяет контролировать состав и качество продуктов. Крайне важно минимизировать потребление так называемой ультрапереработанной пищи: готовых полуфабрикатов, фастфуда, сладких газировок и выпечки промышленного производства. Особое внимание стоит уделить контролю за солью: отказ от досаливания готовых



блюдов и ограничение продуктов со скрытой солью (копчёности, колбасы, соусы) напрямую влияют на уровень артериального давления, которое является ведущим фактором риска.
Отдельного упоминания заслуживает абсолютный отказ от никотина во всех его формах. Курение и парение повреждают внутреннюю выстилку сосудов, провоцируют спазмы и резко повышают риск тромбообразования.
Наконец, невозможно переоценить роль полноценного ночного сна, который является естественным восстановительным ресурсом для всего организма, и особенно для сердечно-сосудистой и нервной систем. Для поддержания оптимального гормонального баланса, контроля за метаболиз-

мом и уровня стресса критически важен не только объём сна (рекомендуемые 7–8 часов), но и его качество, которое во многом зависит от соблюдения циркадных ритмов. Регулярное отхождение ко сну до 23 часов способствует правильной выработке мелатонина и кортизола, что в долгосрочной перспективе является надёжной защитой от многих хронических заболеваний, включая инсульт. Таким образом, профилактика инсульта – это не разовые действия, а целостный и осознанный путь к здоровью, доступный практически каждому.
– На что стоит обратить особое внимание?
– Доказано, что артериальная гипертензия – самая важная предотвратимая причина инсульта. Если цифры систематически повышены (равно или более 140 мм рт. ст. систолического кровяного давления и равно или более 90 мм рт. ст. диастолического кровяного давления), тогда, безусловно, необходимо с врачом обсудить тактику нормализации давления. Так как артериальная гипертензия, атеросклероз, сахарный диабет, ожирение, мерцательная аритмия повышают риск развития инсульта, важно контролировать эти заболевания. При проблемах с артериальным давлением необходимо регулярно его измерять и строго соблюдать подобранную врачом схему лечения артериальной гипертензии. Эти простые правила многократно снижают риск инсульта.

Светлана БУЛАЕВА.

КОНКУРС

Красота и ум женщин – сила мужчин

В Новокузнецке и Кемерове прошли финалы конкурса «Кузбасская сударыня» – регионального этапа конкурса «Сибирская сударыня», в котором приняли участие женщины из семей бойцов специальной военной операции.

Проект «Сибирская сударыня» возник по инициативе Комитета семей воинов Отечества Омской области и реализован в четырёх регионах: Омской и Иркутской областях, Красноярском крае, а также в Кузбассе. В нашем регионе заявки подали наибольшее количество участниц – 136 женщин со всех уголков области, которые продемонстрировали не только талант, но и нестихаемую волю, силу духа, глубину души и мудрость.

«Этот проект о семьях героев, о тех женщинах, которые стоят за спинами наших мужчин. Они стали крепким и надёжным тылом для своих защитников Отечества. На конкурсе мы видим, какие они все разные, творческие, идейные и со-

зидательные. И этот проект как раз направлен на то, чтобы женщина творила, потому что когда она создаёт что-то, вокруг неё расцветает мир. Мы знаем, что красота спасёт мир, так пусть нашим бойцам там, на фронте, будет чуточку легче от мысли, что дома всё хорошо, дома их ждут прекрасные женщины, – говорит автор проекта «Сибирская сударыня», руководитель Комитета семей воинов Отечества Марина Брагина. – На наших красавиц сейчас смотрит не только Кузбасс и вся Сибирь, но и весь мир. Так пусть те, кто стоит против нас, видят этих сильных женщин, которые уверены, что победа будет за нами».

На первом этапе проекта женщины прошли курсы повышения квалификации по направлениям «Основы психологической помощи участникам СВО» и «Своё дело – личный успех». Также конкурсантки разработали проекты идей по реализации социальной или патриотической акции, собственноручно бизнеса.

«Наши участницы проходили обучение по психологии, где учились помогать своей семье, своим мужчинам во время их службы на СВО и узнали, что делать, когда они вернутся с фронта. В



Обладательница Гран-при конкурса среди участниц Южной агломерации Эльвира Ходыкина. Фото из группы в ВК «Сибирская сударыня – 2025».

ходе конкурсной программы они писали работы, делились переживаниями, и у многих я увидела такую мысль, что с мужчинами мобилизовали и их женщин с деть-

ми. Это очень глубокая мысль. В самом деле, мы не живём тут одну жизнь, а там другую. Мы живём одну жизнь. На конкурсе женщины показывают, как они хотели

бы изменить эту общую жизнь в Кузбассе и во всей стране к лучшему», – отмечает куратор проекта «Кузбасская сударыня», руководитель Комитета семей вои-

нов Отечества Кузбасса Наталья Иванова.

В финале выступили 20 жительниц нашего региона – по 10 участниц из территорий Южной и Северной агломераций. В Новокузнецке и Кемерове женщины дефилировали в деловых и вечерних нарядах, презентовали проекты социальных и патриотических направлений, показывали творческие номера. Большую поддержку им оказали их близкие, которые бурно приветствовали каждую участницу в зале.

По итогам в Южной агломерации Гран-при получила Эльвира Ходыкина, а звание победительницы присудили Зульфии Фирсовой. Участницы выступили с общей идеей создания реабилитационного центра для женщин, чья жизнь напрямую связана с СВО. В заключительном этапе конкурса среди представительниц северной части региона Гран-при достался Елене Бочкаревой, она выступила с проектом «Бал веры, любви и надежды». А победительницей стала Юлия Новикова, которая предложила проект сайта «Военный дневник», где будет собрана вся информация о помощи и поддержке бойцов и их близких.

«Рада была поучаствовать в этом конкурсе, потому что мы нашли общее дело, благодаря которому сплотились. У всех нас мужчины побывали на фронте или ещё находятся там. Мы все знаем, как это тяжело, как сложно это переживать. Познакомившись с участницами, мы сейчас сильно поддерживаем друг друга! Стали одной большой семьёй. Спасибо всем, кто был рядом с нами в течение всего конкурса. Не сдавайтесь никогда, дорогие женщины, идите вперёд. Посмотрите на наших участниц – у всех свои истории, каждая из которых трудна, но они не вешают нос, они двигаются дальше и верят в лучшее», – сказала в финальной речи Юлия Новикова.

Теперь четыре жительницы Кузбасса, которых выбрало жюри конкурса, станут участницами большого гала-концерта, где встретятся с победительницами других регионов. Межрегиональный финал пройдёт 26 ноября в Омске.

Организаторы проекта, который поддержал Фонд президентских грантов, уже запланировали на следующий год масштабировать идею и провести конкурс среди представительниц семей героев со всей России.

Евгения БЛИЗНИКОВА.

АКЦИЯ

«В единстве культур – сила народа»

Под таким девизом в этом году 3 ноября, в понедельник, пройдёт Всероссийская акция «Ночь искусств». Коллективы музеев, библиотек, театров подготовили новые уникальные программы, где кузбассовцы смогут соприкоснуться с искусством.

Музей изобразительных искусств Кузбасса. Источником вдохновения программы на «Ночь искусств» в этом году стала выставка «Иван Шишкин. Мастер эпического пейзажа». Организаторы подобрали разные форматы для погружения в творчество и жизнь знаменитого художника: экскурсии, арт-медиа-концерты, лекции, игры, дегустиацию и историческую реконструкцию.

Кузбасский краеведческий музей. В центре внимания отдела военной истории – события Отечественной войны 1812 года. Сотрудники музея готовят тематические мастер-классы, ночную экскурсию «Бородино: свет свечей, тени истории», будет живая музыка и сладкое угощение. В отделе истории посетители ждут театрализованные экскурсии, мастерская «Территория творчества», мастер-класс по фехтованию, музыкальный номер и многое другое. А в отделе природы – премьера сказки «Динозавры Такоша» (автор О. М. Гулакова), палео-арт «Рисуем мамонта шерстистого» и работа «Осенней мастерской». Вечер украсит выступление кавер-группы.

Новокузнецкий краеведческий музей. Сотрудники подготовили уникальную программу, в которой примут участие коллективы центра телеульской культуры «Томдор». Вокалисты и музыканты исполнят песни на телеульском языке, а танцоры представят зрителям творческие номера, отражающие дух и энергию телеульского народа в красочных традиционных костюмах. Во время «Ночи искусств» музей традиционно проводит краеведческие квесты и мастер-классы.

Новокузнецкий художественный музей. Творческая программа максимально со-



Фото Кузбасского краеведческого музея.

кратит дистанцию между искусством и зрителем и предоставит возможность стать активным участником происходящего. Что ждёт: театрализованная экскурсия по выставке «Ожерелье экватора», мастер-классы для детей и взрослых в режиме non-stop, концертная программа, увлекательные квесты, творческие встречи, конкурсы, сюрпризы и многое другое.

Музей-заповедник «Кузнецкая крепость» (Новокузнецк). Интерактивная программа пройдёт в здании солдатской казармы и Обер-офицерского дома. На мероприятии посетители смогут погрузиться в мир древнего искусства жителей Кузнецкой котловины. Гости познакомятся с подлинными археологическими находками, свидетелями о богатом прошлом этого региона. Дополнительно будет работать площадка с традиционными играми ушедших эпох, на ко-



торой гости узнают, в какие настольные игры играли дети и взрослые в дореволюционном Кузнецке.

Государственная библиотека Кузбасса для детей и молодежи. Здесь состоится лекция-концерт «Погудим? Русские гусли и их история». Встречу проводит поэт-песенник, мастер по изготовлению гуслей и древнерусских шумовых инструментов Роман Ицков. На его инструментах играют музыканты в России, Беларуси, Казахстане, Великобритании, Греции и США. В ходе встречи мастер расскажет о русской музыкальной культуре и истории гуслей, исполнит былинные песни, покажет старинные славянские инструменты. Будут и мастер-классы, квесты, игровые программы, выставки.

Библиотека имени Гоголя (Новокузнецк). В этот вечер двери распахнёт клуб молодежи «Советский лесоруб» с программой «Сегодня праздник!» у девчат, сегодня будут танцы!». Посетители смогут погрузиться в атмосферу моды 1950-

х годов. У каждого будет уникальная возможность перевоплотиться в образы киногероев фильма «Девчата» и сделать фото на память. Для любителей рисовать и творчески выражать себя подготовили мастерскую от объединения «Интуитивная живопись», творческую гостиную «Рукотельные девчата» и разнообразные мастер-классы. Для всех посетителей будет организован букинистический развал и выставка произведений декоративно-прикладного искусства.

Новокузнецкий драматический театр. «Ночь искусств» откроет спектакль «Сирано де Бержерак», и это будет не просто показ, а настоящая генеральная репетиция. Режиссёр Михаил Лебедев вместе с артистами подготовит особенную версию спектакля, наполненную новым взглядом, импровизацией и особым чувством юмора. Она не будет похожа ни на одну другую ранее показанную на сцене театра версию пьесы Эдмона Ростана. После показа состоится уникальная экскурсия по закулисам.

Театр кукол Кузбасса имени Аркадия Гайдара. Актёр театра Максим Килин ждёт всех на новом формате спектакля «Служебный вход». Это будет концерт актёрской песни с участием талантливых студентов 3-го курса мастерской А. Безъязыкова (филиал РГИСИ), яркий и душевный вечер. Ведь ничто так не объединяет, как хорошая компания и песни, близкие каждому. Такое вы можете увидеть только в «Ночи искусств»!

Подготовила Анна ТИМОЩУК.

СПРИНТ-НОВОСТИ

ХОККЕЙ

«Металлург» вернулся на первое место в турнирной таблице.

В Новокузнецке состоялся очередной матч Всероссийской хоккейной лиги (ВХЛ). Местные «сталеваары» принесли «Олимпии» из Кирово-Чепецка. Начало встречи осталось за хозяевами: уже на второй минуте отличился Дмитрий Шешин. После этого соперники обменялись опасными моментами, но счёт к перерыву не изменился.

Во втором периоде новокузнецчане усилиями Петра Пискунова увеличили преимущество в счёт. Но «Олимпия» быстро отыграла одну шайбу, а за полминуты до перерыва и вовсе восстановила равенство на табло – 2:2. В третьей двадцатиминутке «Металлург» снова вырвался вперёд благодаря голу Фёдора Храпова, но соперник сравнял счёт, реализовав большинство. Судьба матча решалась в овертайме, который продлился меньше минуты, – 4:3.

«Непростая игра. Надо отдать должное сопернику, он вышел мотивированный. Настрой был очень боевой, показали характер. Повели 2:0, немножко успокоило нас это, и сопер-

ник за это наказал. В третьем периоде получили необязательные, ничем не обоснованные удаления, которые привели к пропущенному голу. В овертайме случилось, что у нас побольше мастеровитых ребят, смогли создать момент и использовать его. Победили. Да, тяжело, сложно, но два очка есть два очка», – приводит слова главного тренера «Металлурга» Андрея Лунёва пресс-служба новокузнецкого клуба.

Победную шайбу забросил защитник Владислав Наумов. Примечательно, что матч с «Олимпией» стал для него трёхсотым в карьере в рамках ВХЛ. «Миша Шалагин хорошо подобрал шайбу и завёл в зону. Потом Саня Перевалов завладел ей и прострелил хорошо, я накатался и попал. Не знал, что у меня это юбилейная игра. Скану жене – посидим поужинаем», – поделился впечатлениями герой встречи. Благодаря этой победе «сталеваары» набрали 31 очко после 19 матчей и вернулись на первое место в турнирной таблице. Закрепиться на вершине «Металлург» попробует по ходу домашней серии матчей: до 3 ноября новокузнецчанам предстоит сыграть с пермским «Молотом», нефтянским «Торосом» и ижевской «Ижсталью».



Фото пресс-службы ХК «Металлург» (Новокузнецк).

ФУТЗАЛ

«Кузбасс» вышел в 1/8 финала Кубка России.

Определились все участники плей-офф турнира. Последнюю путёвку в стадию на выбывание завоевали кемеровчане. Причём из-за регламента соревнований сделали это в последний момент и в заочном противостоянии с соперниками. Но обо всём по порядку.

В отборочном этапе среди команд восточной зоны, который прошёл в областном центре в конце сентября, «Кузбасс» занял второе место. Первая строчка, а вместе с ней и прямой проход в 1/8 Кубка страны достались «Синтуру» из Енкатеринбурга. Кемеровчанам же оставалось ндать итогов отбора среди западной группы и надеяться, что финишировавшая там второй командой покажет результат хуже, чем у них. Ориентиром служили шесть очков, а при их равенстве – разница мячей «5».

Первым на западе стал тульский «ТЗМС», одержавший три победы в трёх матчах. Второе место занял новоренбургский «Факел Ямал», который в последнем туре не смог переиграть «Саратов-Волгу», – 5:5. Эта осечка привела к тому, что команда из Новоуренгоя набрала не шесть очков, а четыре. А значит, уступила последнюю путёвку в 1/8 Кубка страны «Кузбассу».

В стадии на выбывание кемеровчан ждёт грозный соперник – «Ухта», которая является действующим чемпионом страны. Оба матча этого противостояния состоятся в областном центре 7 и 8 ноября.

Кроме того, определились все участники Кубка лиги, который пройдёт в Кемерове с 22 по 27 декабря. Помимо хозяев турнира – кемеровского «Кузбасса», в нём примут участие восемь лучших команд Суперлиги. Ими стали МФК «КПРФ» (Москва), «Синара» (Екатеринбург), «Новая генерация» (Сыктывкар), «ИрАэро» (Иркутск), «Газпром-Югра», «Ухта», «Кристалл» (Санкт-Петербург) и «Тюмень».

Андрей ЕРМОЛЮК.

МТУ ФАУГИ в Кемеровской области – Кузбассе и Томской области в лице ООО «АРГУМЕНТ», ИНН 4250013095, ОГРН 1194205023814, действующее на основании государственного контракта от 14.11.2024 № 0139100005224000018, сообщает о проведении торгов в форме открытого аукциона по продаже арестованного имущества по следующим лотам:

Первые торги:

1. 302-СО/ Т/ НП/ 87,3/ г. Кемерово, ул. Терешковой, д. 41/ ООО «СИБТЭК»/ 10115500,00. 2. 303-СО/ Т/ НП/ 45,9/ г. Кемерово, ул. Терешковой, д. 41/ ООО «СИБТЭК»/ 5970900,00. 3. 304-СО/ Т/ НП/ 47,9/ г. Кемерово, ул. Терешковой, д. 41/ ООО «СИБТЭК»/ 6183500,00. 4. 2490Т/ ЖД/ 180,8/ и 3У/ 982,83/ г. Белово, пгт Грамотеино, ул. Блюхера, д. 42/ Евдокимов А.П., Евдокимова О.В./ 6224800,00. 5. 2522Т/ КВ/ 58,6/ г. Киселёвск, ул. Томская, д. 23, кв. 44/ Кузнецов Д.О./ 1772800,00. 6. 2563Т/ КВ/ 53,5/ г. Полысаево ул. Космонавтов, д. 77а, кв. 29/ Кнац К.В./ 2700000,00. 7. 2564Т/ КВ/ 30,8/ г. Кемерово, ул. 50 лет Октября, д. 12,

кв. 28/ Цевклинская К.А./ 3060000,00. 8. 2580Т/ КВ/ 48,8/ г. Юрга, пр. Победы, д. 10, кв. 158/Милитенко Е.В./4482221,60. 9. 2588Т/ КВ/ 27,5/ г. Тайга, ул. Рабочая, д. 138, кв. 2/ Буторина М.Л./ 100000,00.

Вторичные торги с понижением цен на 15%:

10. 1797Т/ ЖД/ 39,8/ г. Новокузнецк, ул. Байкальская, д. 31а/ Козловский М.В./ 1174360,00. 11. 2170Т/ 3У/ 375/ г. Калтан, с/т «Озеро Еремеш», квартал 2 уч. 10/ Вдовина Н.С./ 90440,00. 12. 2175Т/ КВ/ 22,8/ г. Кемерово, ул. Инцидентная, д. 27а, кв. 1/ Лелюх К.А./ 782000,00.

Торги состоятся 24 ноября 2025 г. в 11:00 по местному времени (07:00 по московскому времени).

Дата и время начала приема заявок на участие в аукционе – 31 октября 2025 г. 15:00 по местному времени, дата окончания – 19 ноября 2025 г. 15:00 по местному времени.

Заявки подаются в электронном виде на сайте <https://www.regiontorgi.ru> в соответствии с требованиями аук-

ционного документа, размещенной на сайте www.torgi.gov.ru, и регламента электронного площадки, находящейся в сети «Интернет» по адресу: <https://www.regiontorgi.ru/>.

Более подробное сообщение о данных торгах (условия участия, бланки документов, размеры задатков) размещено на сайте: <https://torgi.gov.ru>.

Ознакомиться с документацией, имеющейся у Организатора торгов, о предмете торгов можно по телефону +7 (905) 911-81-00.

Торги проходят в форме открытого аукциона на ЗТП <https://regiontorgi.ru>.

Вышеуказанная информация также размещается: <https://t.me/torgioooargument>; <https://vk.com/club213260494>.

РАСШИФРОВКА: № поручения/ Вид имущества/ Площадь/ Адрес местонахождения/ Должник/ Начальная стоимость.

СОКРАЩЕНИЯ: НП – нежилое помещение, ЖД – жилой дом, КВ – квартира, ЗУ – земельный участок.

Кузбасс

Газета выходит во вторник, четверг.
Индексы: П7111, П9014, П9016, 51901.
Тираж во вторник – 2500.

Директор ГАУ «РМХ «Кузбасс» П. В. Фомин.
tmkuzbass@kuzbass85.ru, тел. приемной 35-40-65.
Главный редактор В. А. Норолев.
Регистрационный номер и дата регистрации: серия ПИ № ТУ42-00939 от 31.08.2018. Зарегистрировано управлением Роскомнадзора по Кемеровской области. Учредители: Государственное автономное учреждение «Региональный медиахолдинг «Кузбасс»; администрация правительства Кузбасса. Издатель: Государственное автономное учреждение «Региональный медиахолдинг «Кузбасс».

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ И РЕДАКЦИИ:
650991, Кемеровская область, г. Кемерово, пр. Октябрьский, 28.
650000, Кемеровская область, г. Кемерово, ул. Арочная, 37А.
Электронные адреса:
official@kuzbass85.ru; modul@kuzbass85.ru.
СПРАВКИ: по рекламе — 8 (384-2) 54-55-11; по объявлениям — 8 (384-2) 35-38-04; по редакции — 8 (384-2) 35-40-65.
Цена свободная.

Газета является участником процесса по формированию единого информационного пространства. Материалы газеты, в том числе коммерческие предложения и реклама, размещаются на интернет-сайте: www.kuzbass85.ru. Редакция не отвечает за содержание публикуемых объявлений. Время подписания номера в печать по графику – 18.00. Сдан в печать в 18.00. Объем 2 п.л. Печать офсетная. Газета набрана и сверстана на компьютерном комплексе газеты «Кузбасс». Отпечатано в АО «Советская Сибирь»: 650000, Кемеровская область, г. Кемерово, ул. Карболитовская, 1г. Заказ № 83.