



Областная газета

# Кузбасс

www.kuzbass85.ru

Приносить  
пользу  
людям

12+

Издаётся с 7 января 1922 г.

35 (27460) Четверг, 21 мая 2026

Рубрика  
«Герои Кузбасса»

7

## Поддержка ветеранов СВО

От конкурсов к проектам

5



## Ни копейки аферистам!

Советы финансовых экспертов

6



■ Фото Константина Полюцкого.

# Герои становятся лидерами

Стартовал четвёртый модуль губернаторской программы «СВОи Герои. КуЗбасс»

Это заключительный блок образовательной программы для участников и ветеранов специальной военной операции. Напомним: она является аналогом федеральной программы «Время Героев», которая реализуется по поручению президента России Владимира Путина. В первый образовательный день слу-

шатели курса встретились с губернатором Кузбасса Ильёй Середюком. «Дорогие ветераны! Каждый из вас уже делом доказал, что любит и ценит Россию, верит в её будущее. Вы продемонстрировали ценные навыки, в том числе умение быстро принимать решения в критических ситуациях, работать в команде, до-

бываться целей даже в самых тяжёлых условиях. Эти качества и опыт обязательно должны послужить развитию Кузбасса. Желаю вам успехов в обучении», – напутствовал участников программы Илья Середюк.

В четвёртом модуле ветераны спецоперации будут знакомиться с современными технологиями го-

сударственного и муниципального управления. Ежедневно лекции будут читать действующие управленцы, промышленники, члены регионального правительства. Запланированы практические занятия, посещение государственных учреждений.

**ОКОНЧАНИЕ НА 2-Й СТР.**



# панорама новостей

// ОБРАЗОВАНИЕ

## Герои становятся лидерами

Окончание. Начало на 1-й стр.

Как сообщила пресс-служба администрации правительства Кузбасса, в первый день работы блока прошла тренинг-лекция по деловым коммуникациям. Участники узнали, как вести переговоры и работать с возражениями. В числе лекторов выступил губернатор Илья Середюк, также он показал слушателям программы свой кабинет, рассказал о работе.

«Иногда случается отступать от регламентов на благо жителей. В таких ситуациях часто приходится действовать исходя из накопленного опыта. Поэтому будущим управленцам так важно общаться с людьми, которые уже успели такой опыт наработать», – подчеркнул Илья Середюк.

Обучение проходит в течение года: с сентября 2025 по сентябрь

2026 года. Программа включает в себя четыре очных модуля: «Основы государственной политики и системы госуправления» (реализован в сентябре), «Экономика и финансы» (реализован в декабре), «Региональное и муниципальное управление» (реализован в феврале), «Современные технологии управления» (будет проходить до 28 мая).

Ольга Соловьёва.

// ПОМНИМ

## Пример мужества и героизма

В Кемерове почтили память пожарных, погибших в 1943 году при тушении возгорания на оборонном заводе.

Это произошло на заводе № 319 («Коммунар»). В годы войны в Кузбасс было эвакуировано несколько десятков заводов. В 1941 году с Украины перевезли завод «Коммунар», который разместили в Кировском районе. Предприятие занималось производством взрывчатых веществ. 19 мая 1943 года в одном из цехов случился пожар. Возникла угроза взрыва, которую огнеборцы пытались предотвратить, до последнего сражаясь с огнём. Но взрыва избежать не удалось. Он был такой силы, что на его месте образовалась воронка размером с двухэтажный дом. Из 24 пожарных в живых остались 2. В 1996 году пожарных, тушивших «Коммунар», прижизненно и посмертно наградили медалями «За отвагу».

На территории пожарно-спа-



■ Фото пресс-службы ГУ МЧС по Кузбассу.

сательной части № 3 в Кировском районе состоялся памятный митинг у мемориала, на котором высечены имена героев, сообщила пресс-служба ГУ МЧС по Кузбассу. Ежегодно в этот день здесь собираются специалисты кемеровского гарнизона пожарной охраны,

ветераны противопожарной службы, студенты профильных учреждений. В числе участников церемонии был начальник регионального управления МЧС. Участники возложили цветы к памятнику и почтили память героев минутой молчания.

Оксана Юрьева.

// ФАКТ

23 мая в Кемерове состоится забег в рамках Всероссийского полумарафона «ЗаБег.РФ».

Бегуны стартуют от здания Ледового дворца «Кузбасс» и преодолют дистанции в 21,1; 10; 5 и 1 км. Как сообщила ад-

министрация города, для участия уже зарегистрировано более 2 тысяч человек. Это всероссийское мероприятие проводится уже в десятый раз. Его задача – популяризация спорта в России и пропаганда здорового образа жизни.

// ДЕНЬ ШАХТЁРА – 2026

## Главный праздник региона

В Кузбассе идёт активная подготовка ко Дню шахтёра.

В этом году центром областных торжеств стал Прокопьевский муниципальный округ.

«Состоялось заседание муниципального штаба по подготовке к празднованию областного Дня шахтёра в 2026 году. В обсуждении приняли участие заместители, депутаты, руководители территориальных отделов и управлений, а также председатели общественных организаций», – сообщает в «Макс»-канале администрация территории.

Участники заседания подвели итоги выполнения поручений, данных на прошлом штабе, обсудили реализацию утверждённого плана праздничных мероприятий. Особое внимание уделено благоустройству знаковых объектов в пгт Краснобродском.

В частности, запланированы: ремонт коммунальной инфраструктуры и дорожно-транспортной сети, благоустройство зон отдыха, модернизация объектов торговли и общественного питания. Подчёркивается, что подготовка идёт в плановом режиме. Отметим: сайт муниципального округа уже украшает эмблема столицы праздника.

Ольга Соловьёва.



// НАЦПРОЕКТ

## Ключевое звено медицины

В Прокопьевске после капитального ремонта открылась поликлиника № 2.

Это первое масштабное обновление здания после открытия в 1990 году. Капремонт выполнен в рамках нацпроекта «Продолжительная и активная жизнь».

«Ситуация в экономике остается непростой, но, несмотря на это, будем продолжать развитие первичного звена здравоохранения, потому что оно имеет ключевое значение для защиты здоровья кузбассовцев. В этом году завершим строительство поликлиник в Белове и Киселёвске, также откроем шесть фельдшерско-акушерских пунктов, чтобы медпомощь была доступна и в отдалённых территориях», – подчеркнул губернатор Кузбасса Илья Середюк.

В здании заменили кровлю, системы отопления и водоснабжения, проводку. Установили два пассажирских лифта, смонтировали пожарную сигнализацию, видеонаблюдение и рамку металлоискателя. Обновили сантехнику, отремонтировали санузлы, коридоры и регистратуру, а также входную группу. В рамках нацпроекта закуплен аппарат МРТ стоимостью 112 млн рублей.

В поликлинику пришли работать молодые специалисты: участковый терапевт, эндокринолог, два участковых фельдшера, девять медсестёр. По целевому обучению в 2027 году планируется принять на работу хирурга, офтальмолога, профпатолога, невролога.

Как сообщила пресс-служба администрации правительства Кузбасса, за 5 лет в Кузбассе отремонтированы 118 подразделений медицинских организаций, в отдалённых территориях построено 245 ФАПов и врачебных амбулаторий, открыты 4 новые поликлиники: в Новокузнецке, пгт Бачатском и пгт Промышленная.

Вера Скворцова.

**ВМЕСТЕ ПОБЕДИМ**      ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ БПЛА (ОПЕРАТОР)  
НЕШТУРМНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ, ОРИГ. СЛУЖБЫ – 17ГД

**Заключи контракт и получи за первый год**

# 4 450 000 РУБЛЕЙ

**+ бонусы за уничтожение вражеской техники и ресурсов**

<p>1 500 000 рублей</p> <p>400 000 рублей</p> <p>от 210 000 рублей</p> <p>от 15 000 рублей</p> <p>от 15 000 рублей</p>	<p>списание долгов</p> <p><b>до 10 000 000 рублей</b></p>	<p>выплата за первый месяц</p> <p><b>2 140 000 рублей</b></p>
--	---	---

**ОБЛАСТНОЙ ПУНКТ ОТБОРА:**

**8 (3842) 77-07-57, 8 923 533 40 70**

1 Кемерово, в-о, ул. Академика Писняк 5, 6-й этаж, 3

горячая линия по вопросам службы по контракту 177

# Выполняем задачи комплексно

## Решение на благо жителей

В начале недели провёл традиционное аппаратное совещание правительства Кузбасса. Одной из главных тем обсуждения стало отопление социальных учреждений и жилого фонда региона.

В начале мая, когда стояла жаркая погода, мы получали большое количество сообщений от жителей, что в домах жарко, приходится включать кондиционеры. Тогда прогноз показывал устойчивое тепло на протяжении всего мая, поэтому главы округов приняли решение отключить отопление, но при этом сохранить циркуляцию.

На выходных уточнённый прогноз показал возвращение холодной погоды с осадками, поэтому принято решение возобновить подачу тепла не только в социальные объекты, но и многоквартирные дома. Поставил перед главами задачу организовать работу с ресурсоснабжающими организациями и как можно быстрее подать тепло там, где это возможно.

## Герои настоящего и будущего

Стартовал заключительный блок образовательной программы для участников и ветеранов специальной военной операции «СВОи Герои. КуЗбасс».

В первый образовательный день встретился с нашими героями, участниками программы. Показал им свой кабинет. Рассказал, чем руководствуюсь при принятии сложных, порой непопулярных решений. Когда приходится отступать от регламентов на благо жителей. В таких ситуациях часто приходится действовать исходя из накопленного опыта. Поэтому будущим управленцам так важно общаться с людьми, которые уже успели такой опыт наработать.

Участники спецоперации являются примером для подражания подрастающего поколения. У многих ребят уже с юных лет есть желание посвятить жизнь служению Отчизне, поэтому записались в военно-патриотические клубы. Позавчера стартовало важное для них событие: региональный этап Всероссийской военно-патриотической игры с применением цифровых технологий «Зарница 2.0». Этот



проект организован по нацпроекту «Молодёжь и дети», который реализуется по решению главы государства.

С одной стороны, это просто игра. С другой – в ней активно применяются цифровые технологии, БПЛА и современная инженерия. Благодаря этому у ребят формируется сильный характер и выносливость. В кругу единомышленников они учатся работать в команде и поддерживать друг друга, ставить цели и добиваться их, проявлять инициативу и брать на себя ответственность.

## Делаем спорт доступнее

Радостная новость для любителей активного и здорового образа жизни пришла из Новокузнецка. Столица Южной агломерации вошла в число 22 городов страны, где реализуется масштабный проект Всероссийской федерации лёгкой атлетики по строительству беговых центров.

Важно, что спортивная инфраструктура будет бесплатной. В центре смогут заниматься как начинающие спортсмены, так и опытные бегуны. Здесь будут проходить тренировки, мастер-классы, семейные и городские спортивные мероприятия. Проект поможет вовлечь ещё больше кузбассовцев в регулярные занятия спортом и сделать бег по-настоящему массовым. Это важный пример привлечения внешних ресурсов для развития спортивной инфраструктуры Кузбасса.

Новый центр откроется в парке культуры и отдыха имени Ю. А. Гагарина. Согласно рас-



чётам, его смогут посещать до 400 человек ежедневно (около 144 тысяч – ежегодно). Предусмотрены раздевалки, душевые, универсальные залы для тренировок и лекций, зоны отдыха, питания и восстановления, камеры хранения, площадки для занятий с тренерами, а также пространства со спортивной экипировкой.

В проект входит благоустройство прилегающей территории, создание беговых дорожек со специальным, прорезиненным покрытием, которое делает тренировки безопаснее и комфортнее, а также воркаут-зон, детских площадок и пространств для семейного отдыха.

## Боремся за чистоту

Последовательно работаем над ликвидацией незаконных свалок. По данным надзорных ведомств, в прошлом году их было 59. Больше трети из них, а именно 23, уже убрали.

Больше всего несанкционированных свалок было в Кемерове, сейчас из шести устранили пять. В Киселёвске из пяти ликвидировали только одну. В Гурьевском округе из пяти – вообще ни одной. В Междуреченском округе тоже до сих пор четыре, как и было.

Поручил главам разобраться в ситуации и оперативно доложить мне. Также важно, чтобы через соцсети они сообщали жителям, что и когда планируют делать. С конкретными сроками ликвидации.



учащихся младших классов и 40 дошколят. А 1 сентября принять учеников смогут школа № 10 и лицей № 89, которые капитально отремонтировались по государственной программе РФ «Развитие образования». Работы в зданиях практически завершены, сейчас специалисты благоустраивают пришкольные территории.

Кроме того, в новом учебном году после капремонта также откроются Заринская школа имени М. А. Аверина в поселке Плотниково Промышленновского округа, школа № 14 в Киселёвске, школа № 33 в посёлке Тайжина в Осинниках.

И раз уж речь зашла о школах, расскажу о последних звонках в Кузбассе. Как и по всей стране, в нашем регионе они прозвенят в следующий вторник, 26 мая. Основной тематикой на торжествах станет Год единства народов России, объявленный нашим президентом.

В этом году девятые и одиннадцатые классы окончат более 40 тысяч выпускников, и для них этот день должен стать настоящим праздником. Главам территорий поручил подготовить всё до мелочей. Тщательно проверить все помещения и территории, где пройдут мероприятия. Особое внимание – антитеррористической защищённости и пожарной безопасности.

Впечатления от этого праздника – на всю жизнь. Многие забудется спустя годы, но свой последний звонок ребята будут помнить всегда. И мы, взрослые, обязаны сделать так, чтобы всё прошло идеально!

**Илья Середюк,**  
губернатор Кузбасса.



По этому кьюаркоду вы можете подписаться на официальный канал губернатора Кузбасса Илья Середюка в мессенджере «Макс».



// ПРОЕКТ

## «Хочу быть нужным Родине»

**Ветеран Андрей Бедрев рассказал, как попал в программу «СВОи Герои. КуЗбасс».**



До мобилизации он работал водителем БелАЗа на угольном разрезе. Получив повестку в октябре 2022 года, беловчанин отправился в военкомат, а затем на службу. Боевой путь кузбассовец начал в Энергодаре, где вместе с однополчанами охранял от посягательств ВСУ Запорожскую атомную электростанцию. Через некоторое время подразделение Андрея Бедрева перебросили под Артёмовск в Донецкой Народной Республике, где шли кровопролитные бои. В сражении за Клещеевку Андрей получил тяжёлое осколочное ранение. Однако после лечения и реабилитации не остался дома, а вернулся «за ленточку» по длительному маршруту Уссурийск (расположение части) – Ростов-на-Дону (перевалочный пункт) – Клещеевка.

Из ДНР Андрея Бедрева направили в Херсонскую область. Там кузбассовец получил второе ранение, к счастью, лёгкое. Вылечившись, снова отправился на передовую. В боях за Волчанск в Харьковской области беловчанина снова ранили, в этот раз настолько тяжело, что вновь вернуться в строй он уже не смог. Демобилизованный боец стал размышлять, чем заняться «на гражданке».

«Я обратился в фонд «Защитники Отечества». Социальный координатор помогла мне во многом, в том числе с документами и протезами. Она и предложила отправить анкету для участия в программе «СВОи Герои. КуЗбасс», – рассказал Андрей Бедрев.

Обладатель боевой награды «За отвагу» и региональной медали Николая Масалова задумался. Одолевали сомнения в собственных силах. Однако он решился, подал заявку и, к удивлению, увидел свою фамилию в списке прошедших отбор кандидатов.

«Обучение – интересный процесс. Сам губернатор Кузбасса Илья Середюк выступил перед нами и рассказывает обо всей работе в регионе. И в целом в программе задействованы сильные спикеры и эксперты. Главное – узнать всю работу изнутри, как она

происходит. Бывают и тяжёлые моменты в обучении – надо принимать решения не в одиночку, а с товарищами. Хочу продолжать быть нужным Родине и помогать людям», – поделился впечатлениями Андрей Бедрев.

Помимо лекций и практических занятий, где участники программы «СВОи Герои. КуЗбасс» учатся решать те или иные управленческие задачи в ситуациях, смоделированных экспертами, есть ещё и «полевая» работа. Так, Андрей Бедрев познаёт тонкости муниципального управления под руководством мэра города Белово Сергея Алексея. Вместе с градоначальником ветеран спецоперации проводил личные приёмы и знакомился с разными проблемами, с которыми сталкиваются горожане.

Занимается Андрей и общественной работой. Например, на встрече с пятиклассниками в одной из беловских школ он рассказал о службе в зоне специальной военной операции. Также он показал ребятам письма, которые пишут школьники военнослужащим, и объяснил, что для каждого солдата на передовой детские послания важны.

После завершения обучения по программе «СВОи Герои. КуЗбасс» Андрей Бедрев планирует поступить в вуз и на университетском уровне освоить теорию государственного и муниципального управления.

**Сергей Семакин.**

// ПРОФИЛАКТИКА

## Безопасные каникулы – для детей и взрослых

**В преддверии лета в Кузбассе идёт проверка мест массового отдыха.**

Так, в этом сезоне будет открыто 825 детских летних оздоровительных организаций. В них отдохнут более 90 тысяч детей и подростков. Эти цифры привело Управление Роспотребнадзора по Кузбассу. Сейчас сотрудники ведомства проводят санитарно-эпидемиологическую экспертизу летних оздоровительных лагерей на соответствие требованиям санитарных норм и правил, а это лабораторный контроль питьевой воды, замеры искусственной освещённости, исследования воздуха закрытых помещений. Особое внимание уделяется гигиенической аттестации персонала, проведению обработки территорий от клещей и других нежелательных «соседей».

К слову, родителям напоминают, что при выборе детского летнего лагеря необходимо убедиться, что он

включён в областной реестр организаторов отдыха и оздоровления детей. Он есть на сайте Министерства образования Кузбасса.

Также перед началом купального сезона проверяется качество воды в открытых водоёмах и почвы в прибрежных зонах. Это делается не менее трёх раз в месяц. Как сообщил санэпиднадзор, места массового отдыха будут доступны в большинстве муниципальных образований региона. Планируется открыть и 13 пляжей. Но при условии, что они получают санитарно-эпидемиологическое заключение о соответствии санитарным правилам и условиям безопасного использования для здоровья людей.

Серьёзную опасность для отдыхающих представляют клещи. Специалисты Роспотребнадзора напоминают, что на природе надо избегать густой и высокой зелени. Лучше надевать светлые вещи с длинным рукавом и головной убор, штаны за-

правлять в носки. Одежду следует обрабатывать специальными средствами и часто осматривать себя.

Не меньше рискуют дачники и садоводы. По статистике, более 20 процентов человек заражаются клещевой вирусным энцефалитом на садовых участках. Поэтому там также надо чаще косить траву, не захламлять территорию. Специалисты напоминают: клещи совсем не любят солнца, чаще сидят в тени, охотятся с помощью обоняния и улавливают тепло тела, поэтому скапливаются там, где человек бывает чаще всего.

«Если вы выполняете все перечисленные мероприятия, но клещи появляются на участке, необходимо обратиться в специализированные организации, которые проводят противоклещевые обработки с помощью химических препаратов», – посоветовали специалисты кузбасского Роспотребнадзора.

**Оксана Панарина.**

property.rzd.ru

## АРЕНДА

объектов недвижимости ОАО «РЖД»

Место под банкомат (терминал оплаты):  
1,5 кв. м – в здании вокзала Новокузнецк  
Тел. 8 (383) 229-59-72

property.rzd.ru

## ПРОДАЖА

объектов недвижимости ОАО «РЖД»

3-комн. квартира: Кемеровская область, г. Новокузнецк,  
Куйбышевский район, ул. Транспортная, д. 63а, кв. 10; 134,5 кв. м  
СНИЖЕНИЕ ЦЕНЫ  
Тел. 8-905-967-53-33

## // ЛИЧНЫЕ ПРИЁМЫ

**Уважаемые кузбассовцы! С 25 по 29 мая 2026 согласно графику в администрации правительства Кузбасса проводятся личные приёмы:**

**27 мая (среда) – Догадов Валерий Анатольевич** – заместитель губернатора Кузбасса (по вопросам безопасности и правопорядка), **приём в 14:00.**

**28 мая (четверг) – Трофимова Марина Юрьевна** – заместитель губернатора Кузбасса (по внутренней политике), **приём в 14:00.**

**29 мая (пятница) – Малахов Игорь Юрьевич** – первый заместитель председателя правительства Кузбасса – министр финансов Кузбасса, **приём в 14:00.**

По вопросу записи на личный приём к должностным лицам правительства Кузбасса в соответствии с их полномочиями необходимо обратиться в приёмную граждан администрации правительства Кузбасса по телефону **8 (3842) 58-37-81**, время работы – с 08:30 до 17:30.

## // К ВЛАСТИ С ВОПРОСОМ

**Уважаемые кузбассовцы! С 25 по 29 мая 2026 года вы можете обратиться к заместителю губернатора Кузбасса, руководителям исполнительных органов Кемеровской области – Кузбасса по телефонам прямой линии:**

**25 мая (понедельник) – Полещук Яна Петровна**, начальник управления ЗАГС Кузбасса, **тел. 8 (3842) 36-69-17 (с 15 до 16 часов).**

**27 мая (среда) – Трофимова Марина Юрьевна** – заместитель губернатора Кузбасса (по внутренней политике), **тел. 8 (3842) 58-42-33 (с 16:30 до 17:30);**

– **Брижак Андрей Олегович** – министр угольной промышленности Кузбасса, **тел. 8 (3842) 58-21-08 (с 15 до 17 часов);**

– **Лопатенко Константин Андреевич** – министр транспорта Кузбасса, **тел. 8 (3842) 75-81-35 (с 15 до 17 часов).**

**28 мая (четверг) – Латышенко Елена Петровна** – министр туризма Кузбасса, **тел. 8 (3842) 90-02-58 (с 15 до 17 часов).**

**29 мая (пятница) – Садиков Максим Владимирович** – министр цифрового развития и связи Кузбасса, **тел. 8 (3842) 45-05-99 (с 15 до 17 часов).**

Внимание! Возможны изменения даты и времени проведения прямых линий, с актуальной информацией можно ознакомиться на официальном сайте администрации правительства Кузбасса ([www.ako.ru](http://www.ako.ru)) в разделе «Все новости», в социальных сетях «Одноклассники» и «ВКонтакте», аккаунте «Кемеровская область – Кузбасс», мессенджере «Макс» на канале «Кузбасс. Официально».

Ежедневно, кроме выходных и праздничных дней, с 8:30 до 17:30 работает телефон обращений к губернатору Кузбасса: **8 (3842) 58-41-97.**

## Открыта подписка

на 2-е полугодие 2026 г. на газету «Кузбасс» в почтовых отделениях на любой адрес Кемеровской области.

Подписку можно оформить по вашему адресу или «до востребования». О факте отказа сообщайте по тел.: (384-2) 58-34-00, 54-55-11, 35-40-65 (Кемерово).

- ✓ Вы можете оформить подписку не выходя из дома на сайте [podpiska.pochta.ru](http://podpiska.pochta.ru);
- ✓ через мобильное приложение «Почта России».



// АКТУАЛЬНО

# Время поддержки и новых возможностей

В России продолжают развиваться проекты, направленные на поддержку ветеранов специальной военной операции и их семей, укрепление семейных ценностей, развитие инклюзивной среды и сохранение культурных традиций. Одним из ключевых центров такой работы остаётся Государственный фонд «Защитники Отечества», который реализует инициативы в разных направлениях: от социальных программ и психологической помощи до патриотических и творческих конкурсов.

## Мода без ограничений

Завершился приём заявок на конкурс адаптивной одежды «На крыльях» для дизайнеров Сибирского федерального округа. Финалисты представят коллекции 11 июня в Красноярске на гала-показе. Организатором проекта выступает Государственный фонд «Защитники Отечества» при поддержке генерального партнёра ВЭБ.РФ и региональных правительств.

В конкурсе принимают участие профессиональные дизайнеры, модельеры, производители одежды, а также студенты средних и высших учебных заведений из России и зарубежных стран. Участники подготовили коллекции в шести номинациях: «Мы – семья», «Спорт и активная жизнь», «Повседневный комфорт», «От рабочего дня – к активным делам», «Торжество» и «С заботой о восстановлении».

Итоги работы жюри подведёт до 31 мая, а церемония награждения победителей состоится 12 июня – в День России.

Особое значение проекту придаёт участие ветеранов СВО. Многие из них не только становятся моделями на подиуме, но и сами создают одежду, опираясь на личный опыт и понимание того, какой должна быть действительно удобная и функциональная адаптивная одежда.

В 2026 году, объявленном Годом единства народов России, жюри уделяет особое внимание национальным мотивам и куль-

турным традициям, отражённым в конкурсных коллекциях.

За несколько лет конкурс «На крыльях» превратился из региональной инициативы Кузбасса в масштабный международный проект. В 2025 году он объединил 286 участников из 67 регионов России и 7 зарубежных государств.

## Сила единства

После завершения заявочной кампании продолжатся региональные этапы «Семейной зарницы». По их итогам определяются лучшие семейные команды, которые представят регионы на всероссийском финале.

В заключительный этап выйдут 89 сильнейших команд со всей страны. Финальные соревнования состоятся в августе-сентябре. Подготовкой участников займутся наставники – ветераны специальной военной операции.

Одним из главных событий финала станет масштабная квест-игра. Семьям предстоит пройти несколько тематических станций, выполнить интеллекту-

альные и спортивные задания, а также принять участие в военно-тактической игре на местности.

Победителем станет команда, которая сумеет лучше других проявить сплочённость, быстро принимать решения, грамотно распределять роли и действовать сообща. Кроме того, участники смогут продемонстрировать творческие способности и инженерное мышление в отдельном конкурсе.

Организаторами проекта выступают Государственный фонд «Защитники Отечества», «Движение первых», движение «Юнармия» и центр «Воин» при поддержке Министерства обороны РФ и Федерального агентства по делам молодёжи в рамках национального проекта «Молодёжь и дети».

## Правовые инициативы

Статс-секретарь – заместитель министра обороны РФ, председатель фонда «Защитники Отечества» Анна Цивилёва приняла участие в XIII московском инновационном юридическом форуме. В рамках стратегической сессии

«Социальная роль права в условиях технологизации общества» она рассказала о развитии правовых механизмов поддержки ветеранов СВО и членов их семей.

Сегодня фонд активно формирует предложения по совершенствованию социальных гарантий на основе обратной связи от самих ветеранов. Практический опыт сопровождения семей и участников специальной военной операции становится фундаментом для новых законодательных инициатив, многие из которых получают поддержку на государственном уровне.

«На форуме вместе с коллегами презентовала учебное пособие «Экономический анализ права». Уверена: издание будет полезно юридическому и экономическому сообществу, управленцам, общественным деятелям, преподавателям, студентам – словом, всем, кто стремится глубже понять взаимосвязь правовых норм и экономического развития общества», – отметила Анна Цивилёва.

Алексей Литвин.

// ГЕРОИЗМ

# За Родину!

Военные комиссариаты Кузбасса, а также областной пункт отбора продолжают работу с жителями региона, поступающими на военную службу по контракту.

С недавних пор у кузбассовцев появился шанс пополнить ряды операторов БПЛА. Это новое, элитное направление военной службы по контракту, открытое Министерством обороны РФ. Осваивать современные технологии по управлению беспилотниками приглашают молодых и энергичных людей. Контракт заключается на один год. Во время службы доброволец может вырасти по карьерной лестнице до офицера. Помимо всех выплат, положенных заключившим контракт, для операторов БПЛА предусмотрено дополнительное вознаграждение за уничтожение техники и ресурсов врага.

Кузбассовец Алексей Шавов прибыл заключить контракт оператора БПЛА осознанно. «Работа оператором БПЛА – очень ответственная и интересная деятельность. Отрасль новая, и за ней большое будущее. Я смотрю на перспективу, и занятия беспилотниками мне очень поможет в жизни», – считает земляк.

## Требования, предъявляемые в подразделении беспилотной авиации:

- а) по уровню образования:
  - операторы управления БПЛА – высшее, среднее профессиональное, базовое владение английским языком;
  - операторы управления целевой нагрузкой и инженеры (техники) – среднее профессиональное;
- б) по возрасту: от 18 до 45 лет;
- в) по состоянию здоровья: операторы управления БПЛА – отсутствие медицинских противопоказаний по графе VII расписания увечий, заболеваний (раздел II приложения № 1 к Положению о военно-врачебной экспертизе, утверждённом Постановлением правительства Российской Федерации от 4 июля 2013 года № 565).

## Как заключить контракт?

Лично – в пункте отбора на военную

службу по контракту либо в военном комиссариате муниципального образования по месту жительства или месту пребывания (адреса и контактные телефоны пунктов отбора и военных комиссариатов размещены на официальном сайте Минобороны России [службапоконтракту.рф](http://службапоконтракту.рф)).

Дистанционно – на официальном сайте Минобороны России [службапоконтракту.рф](http://службапоконтракту.рф) или на едином портале государственных и муниципальных услуг («Госуслуги») с использованием сервиса «Поступление на военную службу по контракту или добровольцем».

## Документы, представляемые гражданином:

- паспорт гражданина РФ;
- военный билет (при наличии);
- свидетельства о браке и рождении детей (при наличии).

Анкета по установленной форме оформляется в пункте отбора или военном комиссариате (при подаче заявления посредством сервиса «Госуслуги» имеется возможность оформить анкету и направить её в пункт отбора с использованием сервиса).

Автобиография оформляется в пункте отбора или военном комиссариате.

## Пять шагов для поступления на военную службу по контракту:

1. Сдать документы в пункт отбора на военную службу по контракту или военный комиссариат.
  2. Пройти собеседование с психологом.
  3. Пройти медицинское освидетельствование военно-врачебной комиссией.
  4. Подписать контракт.
  5. Получить предписание и убыть в воинскую часть.
- Время на прохождение всех мероприятий (с момента обращения до убытия в воинскую часть) – два-три дня.

## Преимущества для заключивших контракт оператора БПЛА:

1. Заключение специального контракта на срок от 1 года, в котором закрепляются дополнительные условия:
  - гарантированное увольнение с военной службы по истечении срока контракта при нежелании заключать новый контракт;
  - прохождение военной службы только в войсках беспилотных систем;
  - обязательное обучение по программе специальной подготовки специалистов беспилотных систем в учебной сети Министерства обороны Российской Федерации.
2. Сниженный риск попадания под огневое воздействие противника, связанный с выполнением боевых задач на удалении от линии непосредственного соприкосновения с противником.
3. Получение уникальных знаний и навыков по применению беспилотных систем, востребованных как в Минобороны России, так и в других силовых ведомствах, а также во многих отраслях экономики.

**А теперь немного цифр.** Кузбассовцы, заключившие контракт, получают 2 миллиона 140 тысяч рублей за первый месяц.

## Что входит в эту сумму:

■ единовременная федеральная выплата в размере 400 тысяч рублей в соответствии с указом президента России Владимира Путина;

■ единовременная выплата от правительства Кузбасса в размере 1 миллиона 500 тысяч рублей.

## Также добровольцы могут получить:

- денежное довольствие от 210 тысяч рублей;
- материальную помощь от 15 тысяч рублей;
- подъёмные средства от 15 тысяч рублей.

За первый год заключившие контракт люди могут получить 4 миллиона 450 тысяч рублей.

## Среди других преимуществ можно назвать:

- приобретение статуса ветерана боевых действий и право на соответствующие льготы;
  - сохранение рабочего места на время военной службы;
  - внеконкурсное зачисление детей в вузы для обучения на бюджетной основе.
- «С огромной гордостью и уважением мы относимся к кузбассовцам, которые выбрали службу по контракту, особенно по специальности «оператор БПЛА», – отмечают офицеры пункта отбора по контракту в г. Кемерово.

Кузбассовцы, желающие заключить контракт для прохождения военной службы, могут обратиться в военный комиссариат по месту жительства или напрямую в пункт отбора на военную службу по контракту по адресу: Кемерово, бульвар имени Академика Л. С. Барбараша, д. 3/1, тел. 8 (3842) 77-07-57. Также можно подать заявку через портал «Госуслуги».

Игорь Нефедов.

(Все имена и фамилии в публикации изменены.)

# С приветом от аферистов

**Россияне, в том числе и кузбассовцы, столкнулись с новой волной распространения поддельных мессенджеров: киберпреступники изменили тактику и вместо предложений скачать «альтернативные сборки «Телеграма» начали продвигать якобы «безопасные ресурсы нового поколения».**

По данным специалистов, за последние три месяца мошенники зарегистрировали более 13 тысяч доменов для продвижения таких сервисов, а количество подобных инцидентов выросло на 20 процентов. Под видом защищённых и децентрализованных платформ злоумышленники распространяют вредоносное программное обеспечение, средства удалённого доступа и программы для кражи пользовательских данных.

## Волна фейковых мессенджеров

Количество случаев, когда пользователи становились жертвами мошеннической схемы с поддельными мессенджерами, за первые четыре месяца года выросло на 20 процентов по сравнению с аналогичным периодом 2025-го, сообщили в компании «Интернет-Розыск». Злоумышленники предлагают скачать «фейковые приложения, выдавая их за «защищённые мессенджеры нового поколения». После установки заражённого ПО мошенники получают доступ к персональным данным пользователей и могут похищать деньги, если к устройству привязаны банковские сервисы и платёжные аккаунты. Кроме того, за год в даркнете появилось более 200 новых объявлений о продаже подобных вредоносных сборок.

Ограниченный доступ к привычным сервисам и недоверие части пользователей к новым отечественным платформам повысили интерес к децентрализованным средствам связи. В России стали активнее скачивать мессенджеры, работающие без центрального сервера или единой управляющей компании, рассказал эксперт Сергей Трухачев. По его словам, в таких сервисах сообщения передаются напрямую между пользователями либо через сеть независимых узлов. Это обеспечивает более высокий уровень анонимности, устойчивость к блокировкам и дополнительную защиту данных.

Трухачев отметил, что если раньше подобные решения были востребованы преимущественно среди пользователей, уделяющих особое внимание конфиденциальности переписки, то теперь интерес к ним стал массовым. Чем активно пользуются мошенники.

«При этом схема обмана строится не вокруг вымышленных приложений, а вокруг реально существующих решений. Это значительно повышает доверие пользователей к фишинговым ресурсам», – подчеркнул Сергей Трухачев.

Он добавил, что вместе с установкой якобы защищённого мессенджера пользователь может получить шифровальщики, кейлоггеры (программы, которые записывают все нажатия на клавиатуре, а затем передают эти сведения мошенникам) и другое вредоносное ПО, способное годами незаметно собирать данные с устройства.

По данным эксперта, только за апрель злоумышленники зарегистрировали более 4,7 тысячи доменов, связанных с якобы защищёнными и децентрализованными мессенджерами. За последние три месяца число таких ресурсов достигло примерно 13,6 тысячи. В среднем мошенники создают более 150 подобных сайтов ежедневно.

Устойчивый рост числа подобных атак наблюдается примерно с середины прошлого года, отметил председатель коор-

динационного совета негосударственной сферы безопасности РФ, основатель и владелец компании «Интернет-Розыск» Игорь Бедеров.

«Если раньше мошенники продвигали «чистый «Телеграм» без цензуры», то теперь ребрендинг на «анонимный мессенджер» работает как магнит», – пояснил он.

По его словам, злоумышленники продвигают такие приложения через «Телеграм»-каналы, поисковую выдачу и рекламу в соцсетях. Внутри установочных файлов для андроида могут находиться трояны, скрытые майнеры и уязвимости.

«Самое неприятное в том, что человек добровольно даёт приложению доступ ко всему на телефоне, полагая, что скачивает эталон безопасности», – отметил Игорь Бедеров.

По его данным, около 40 процентов подобных фейковых приложений содержат модули удалённого управления, превращающие смартфон пользователя в узел ботнета для дидос-атак или рассылки спама.

«Мошенники активно используют тему «безопасной связи» как приманку для пользователей. Сейчас акцент сместился на якобы новые защищённые мессенджеры, которые обещают анонимность, устойчивость к блокировкам и конфиденциальность переписки», – добавил директор центра противодействия мошенничеству Павел Коваленко.

По данным организации, в 62 процентах случаев вредоносное ПО распространяется через APK-файлы для андроида, замаскированные под патчи или программы-оптимизаторы. Еще 46 процентов атак осуществляется через мессенджеры в обход официальных каналов распространения приложений. Кроме того, в 2026 году доля инцидентов, связанных с модификацией или клонированием мобильных приложений, достигла 63 процентов.

Развитие технологий искусственного

интеллекта значительно упростило создание вредоносных версий популярных приложений, отметил айти-эксперт Николай Анисеня. По его словам, если раньше такие атаки требовали сложного реверс-инжиниринга и высокой технической квалификации, то теперь создавать опасные модификации способны даже злоумышленники без серьёзной подготовки.

Эксперт по кибербезопасности в «Лаборатории Касперского» Дмитрий Калинин добавил, что мессенджеры уже давно остаются одним из ключевых векторов атак на мобильные устройства. Злоумышленники используют как полностью фальшивые приложения без реальной функциональности, так и троянизированные версии настоящих сервисов. Под видом этих ресурсов распространялись банковский троянец «Мамонт», криптостилер «Спарк Кэт» и другие вредоносные программы.

## Почему бизнесу придётся усилить кибербезопасность

«Проблема вредоносных модифицированных приложений началась задолго до нынешнего всплеска интереса к защищённым мессенджерам», – уточнил федеральный эксперт Антон Бочкарев.

По его словам, первой крупной волной стали модификации «Тик-тока» после ограничения доступа к новому контенту для российских пользователей. Затем аналогичные схемы начали использоваться с «Телеграмом» и другими популярными сервисами. Причём жертвами становятся как обычные пользователи, так и корпоративные сотрудники, не соблюдающие базовые требования информационной безопасности на предприятии.

«Любое приложение, которое становится недоступным из-за блокировок или ограничений, быстро превращается в приманку для злоумышленников», – пояснил специалист.

Он подчеркнул, что установка поддельных мессенджеров и приложений несёт риски перехвата СМС-кодов, обхода двухфакторной аутентификации, кражи переписки, контактов и корпоративной информации. Особенно высокие риски возникают для сотрудников компаний,

использующих рабочие устройства для установки неофициального ПО.

Российский бизнес пока только формирует полноценную культуру кибербезопасности, считает эксперт направления «Лаборатории Касперского» Марианна Нечетова.

По её словам, постоянное взаимодействие между кадровыми подразделениями и подразделениями интернет-безопасности выстроено лишь в 11 процентах компаний, а в 19 процентах организаций вообще отсутствует формально закреплённый специалист, отвечающий за повышение осведомлённости сотрудников в сфере кибербезопасности.

«Важно перейти от разовых мер и не просто регулярно обучать персонал, но и донести до сотрудников и руководителей ценность обучения кибергиgiene», – подчеркнула она.

Директор по информационным технологиям и кибербезопасности хэдхантера Татьяна Фомина считает, что развитие культуры инфорбезопасности становится одним из ключевых факторов устойчивости бизнеса: «Когда человек понимает, зачем нужна регулярная смена пароля или использование второго фактора безопасности, правила перестают восприниматься как формальность и становятся частью корпоративной культуры».

Эксперты считают, что мошенники быстро адаптируются к изменениям информационной повестки. По их мнению, интерес пользователей к децентрализованным мессенджерам в ближайшее время сохранится.

## ТЕМ ВРЕМЕНЕМ...

*Государственная дума готовит новые меры по защите граждан от мошенников. Об этом в своём канале в мессенджере «Макс» сообщил председатель Госдумы Вячеслав Володин.*

*По его словам, злоумышленники используют новые технологии, поэтому механизмы защиты продолжают совершенствоваться.*

*«Планируем в ближайшее время выйти на новые решения, которые должны защитить от действий преступников», – отметил Володин.*

**Леда Генералова.**



# Наше будущее – в детях

**В этом году кемеровские ветераны СВО начали реализацию проекта «СВОи дети», в котором передают жизненный опыт трудным подросткам. Инициатором стал кемеровчанин Станислав Ставицкий. После возвращения со специальной военной операции он решил, что именно так сможет реализовать потенциал и приносить пользу обществу.**

## Акцент на воспитании

Станислав ушёл на СВО по призыву в 2022 году. Два года он выполнял боевые задачи, а в 2024-м вернулся домой, в мирную жизнь. Как рассказывает мужчина, за время, проведённое в зоне боевых действий, у него произошла переоценка ценностей, а в душе возникло желание стать полезным обществу и начать вести деятельность, которая позволила бы менять жизнь родного города и региона в лучшую сторону.

«Раньше я работал в далёких от общественной деятельности отраслях: в торговле, спортивным тренером, водителем. Никогда не думал о том, что стану общественником, хотя всегда старался помогать окружающим. Именно это направление показалось мне перспективным для личностного развития. Тем более мне всегда нравилось работать с людьми, – рассказал Станислав Ставицкий. – Большое влияние в этом выборе на меня оказала и Валентина Дмитриевна Богатенко, уполномоченный по правам ребёнка в Кемеровской области, у которой я некоторое время работал водителем. Я своими глазами видел, насколько важна её работа. Она своей деятельностью зарядила меня и вдохновила. Глядя на неё, я понял, что в моей нынешней работе нужно сделать акцент именно на детях. Для этого я даже пошёл получать высшее образование, связанное с воспитанием подростков».

Когда в регионе стартовала программа «СВОи герои. КуЗбасс», Станислав тут же подал заявку на участие, чтобы получить возможность освоить навыки управленца и, опираясь на этот опыт, вести работу над задумкой, которая тогда только формировалась в голове. Кемеровчанин прошёл все этапы отбора и начал обучение. Его наставником стал заместитель главы города Кемерово по вопросам жилищно-коммунального хозяйства Сергей Лысенко.

«Несмотря на то что Сергей Валерьевич работает в другом направлении, он помог мне связаться с людьми, которые способствовали реализации идеи работы с детьми и подростками. Рассказывая о видении будущего проекта, я чувствовал отклик среди соорганизаторов, все подтверждали, что задумка интересная и будет полезна. Так в работу включился заместитель главы города Кемерово по социальным вопросам Олег Владимирович Коваленко, а отдел молодёжной политики при городской админист-

рации взялся курировать мою инициативу», – продолжил рассказ автор проекта.

## Комплексная работа

Сегодня инициатива «СВОи дети» активно реализуется на территории города Кемерово. В помощь Станиславу пришли его товарищи – ветераны СВО, которые взялись за курирование работы в разных районах города. Сам Станислав отвечает за организацию участников проекта в Ленинском районе, в Заводском районе – Алексей Артамонов, в Центральном – Иван Курасов.

«Основная целевая аудитория – дети, которые относятся к категории несовершеннолетних группы риска. Большая часть ребят – подростки. Они находятся сейчас как раз в том периоде, когда формируется внутренний стержень. По нашему анализу, именно эти ребята находятся в наиболее уязвимом положении, потому что они вроде и не сироты, но по факту лишены должного влияния со стороны взрослых. Им важно иметь перед глазами пример наставника, человека, на которого можно равняться, к чьему мнению можно прислушаться. И наши ветераны СВО как раз являются такими людьми. Они могут задать подросткам верный вектор развития в жизни, – отметил Станислав. – Мы поддерживаем комплексный подход, поэтому работаем не только с трудными подростками, но и с их родителями. Нам важно укрепить родительский авторитет у ребят и решить проблемы в коммуникации отцов и детей. Главная идея – вовлечь



Воспитанники проекта из Центрального, Ленинского и Заводского районов вместе с наставниками – ветеранами СВО вышли на старт легкоатлетической эстафеты на призы газеты «Кузбасс», посвящённой Дню Победы в Великой Отечественной войне.

в активную социальную жизнь всю семью».

Проект является добровольческим, поэтому для его реализации важны социальные связи, помощники и спонсоры. И таких инициативных людей много. С проектной командой сотрудничают спортивные организации, учреждения культуры, предприниматели, которые предлагают площадки для проведения мероприятий, помощь специалистов и информационную поддержку.

«Наш хороший компаньон – это фан-клуб «Рыси Кузбасса», они предоставляли нам весь хоккейный сезон билеты на матчи, где наши подопечные вместе с родителями и другими ветеранами СВО смогли стать частью игры и болеть за наших спортсменов», – сказал Станислав.

Участники проекта вместе с наставниками регулярно посещают спортивные занятия, где знакомятся с разными видами спорта, культурные и образовательные мероприятия, экскурсии и мастер-классы, памятные встречи и уроки мужества. Каждое мероприятие направлено на то, чтобы пробудить в детях патриотические чувства и желание встать на путь исправления. Ве-

дётся и профориентационная работа с детьми, ведь многим из них в ближайшие год-два предстоит поступление в учреждение СПО или вуз. Мальчишкам и девочкам рассказывают о возможностях обучения, помогают определить вид профессиональной деятельности, которым было бы интересно заниматься в дальнейшем, и консультируют по вопросам поступления на выбранную специальность в конкретное учебное заведение.

«Нам хочется помочь детям адаптироваться в обществе, узнать больше об этом мире, найти себя и выбрать путь личностного и профессионального развития в жизни. Мы направляем их энергию в мирное русло, показывая, что можно что-то создать своими руками, достичь каких-то высот в разных направлениях, дружно коммуницировать со всеми вокруг и делать что-то полезное для общества. Находим и живое общение между ребятами и их родителями, показывая участникам проекта увлекательность реальной жизни в противовес онлайн», – подчеркнул инициатор проекта. – Приятно видеть результаты нашей работы, которые не заставили себя ждать. Уже несколько пар-

ней сняли с учёта ПДН, а некоторые из участников наших встреч серьёзно занялись спортом и уже имеют достижения на городском и даже региональном уровнях. Положительная динамика есть у каждого. Ребята смотрят и друг на друга, всё чаще берут положительный, а не отрицательный пример поведения. Даже делают замечания хулиганам-сверстникам, которые пакостят во дворе».

## Двусторонняя поддержка

Как отмечает Станислав, проект важен не только для подростков, но и для их наставников – ветеранов СВО.

«Работая с детьми, ветераны проще адаптируются к новым обстоятельствам в мирной жизни, заряжаются живой энергией, получают тонус и стимул развиваться, быть примером. Поэтому наша работа направлена и на эту категорию людей. Ветераны включаются в активную общественную деятельность, вливаются в воспитательный процесс и тем самым подают пример подопечным, а подростки общаются с наставниками и меняют представление о мире, ориентируясь на пример мужественного, смелого, активного человека», – добавил Станислав.

Идеей кемеровчанина уже заинтересовались и другие муниципалитеты нашего региона, а также некоторые регионы нашей страны. Так, Калуга запустила аналогичный проект с таким же названием. Организаторы проекта в Кемерове говорят, что открыты к сотрудничеству и готовы делиться наработками, главное, чтобы кто-то проявил инициативу.

«Хочется масштабировать идею, вовлечь в нашу команду ещё больше ветеранов, организаций, – поделился Станислав. – Нужно развивать проект, потому что дети – это наше будущее. И от того, насколько продуктивно мы поработаем сейчас, зависит наша жизнь, сохранность ценностей и судьба нашего государства в будущем».

Евгения Близинова.



# По зову профессии и сердца

**Готовность людей помогать друг другу особенно ясно проявляется в непростые времена. Без громких лозунгов, без расчёта на признание, просто потому, что иначе нельзя. Именно так несколько лет назад началась история кузбасских врачей и добровольцев, которые отправились с гуманитарной миссией в Донбасс. А со временем это начинание выросло в масштабную образовательную инициативу, получившую продолжение в стратегическом проекте Кемеровского государственного медицинского университета.**

«Идея гуманитарной помощи возникла ещё в 2014 году. Тогда немногочисленные группы людей собирали помощь, поддерживали Донбасс, и мы тоже участвовали. Просто не могли оставаться равнодушными. Люди там такие же, говорят на русском языке, это НАШИ люди», – вспоминает ректор КемГМУ Минздрава России доктор медицинских наук Сергей Кан.

## Знания для жизни

После начала специальной военной операции помощь стала более системной. Врачи, преподаватели, добровольцы стали объединяться вокруг общей задачи – сохранять жизни. Так, Сергей Кан вместе со своим другом хирургом-флебологом, врачом ультразвуковой диагностики кандидатом медицинских наук Олегом Ивановым стали думать, как их знания и умения могут пригодиться нашим бойцам на передовой.

«Мы читали сводки военных, внимательно следили за ситуацией на фронте. Сначала казалось, что помощь нужна самая простая: жгуты, бинты, аптечки. Но быстро стало понятно: главная необходимость – нехватка навыков оказания первой помощи прямо на поле боя», – рассказывает Олег Иванов.

Так появилась идея организовать обучение. Группа единомышленников нашла в Москве сильнейших инструкторов по тактической медицине и организовала курсы в Кузбассе. На первый поток приехали десятки человек: врачи, военные, преподаватели, добровольцы. Люди учились останавливать кровотечения, эвакуировать раненых, действовать в условиях, где одна ошибка может стоить жизни. Знания разошлись далеко за пределы Кузбасса: в Новосибирск, Томск, Алтай.

Курсы стали не просто местом передачи навыков, а точкой сбора настоящего сообщества единомышленников. К врачам присоединился доброволец Сергей Кручинин. Вместе с товарищами он обучал мобилизованных бойцов приёмам первой помощи. Мужчина и сам принимал участие в боевых действиях в качестве добровольца.

«Для меня это была и остаётся личная история. Если у тебя есть сердце и совесть, то ты просто не сможешь оставаться в стороне», – уверен Сергей Кручинин.

## От теории к практике

Позже участники проекта отправились в гуманитарные поездки на донбасское направление: привозили медицинские изделия и лекарства, обучали бойцов «за ленточкой» навыкам первой помощи, помогали организовывать систему медицинской подготовки. Особенно важным оказалось то, что накопленный опыт не остался внутри небольшой группы энтузиастов. Со временем он стал основой для большой образовательной работы.

«Именно для бойцов, особенно для штурмовиков, это необходимые знания. То есть они стабилизируют раненого силами подразделения и передают его профессионалам, которые затем лечат и возвращают. Но если пострадавшего не стабилизируют на момент ранения, то передавать уже будет некого», – поясняет Сергей Кручинин, ссылаясь на свой боевой опыт.

В одной из поездок в Донбасс кузбассовцы начали внедрять обучение ультразвуковой диагностики в полевых условиях. Для многих это казалось почти невозможным: УЗИ-аппарат – и рядом фронт. Но врачи понимали, насколько это важно. Портативное ультразвуковое исследование

позволяло за считанные минуты определить внутренние повреждения, скрытые кровотечения, понять, кого нужно срочно эвакуировать, а кому можно помочь на месте.

«Первые минуты после ранения решают всё, – подчёркивает Олег Иванов. – При этом обязательно быть профессиональным врачом. УЗИ-диагностика позволяет понимать, что делать: остановить кровь, стабилизировать человека, чтобы помочь ему дожить до госпиталя».

Работали они не ради отчётов в соцсетях и громких заявлений на публику. Брали отпуска за свой счёт, вкладывали личные деньги, собирали оборудование буквально всем миром. Многие поездки обходились очень дорого, но никто не считал расходы. Главным было другое – помочь своим. За самоотверженную работу Сергей Кан и Олег Иванов были награждены ведомственными медалями Минобороны «Участник СВО».

## Помощь в тылу

Образовательная деятельность приобрела масштаб: занятия по оказанию первой помощи начали проводить для спецподразделений и сотрудников различных служб и войск, обучать будущих инструкторов. А позже идеи, рождённые в тех гуманитарных поездках, наряду с другими, направленными на интеграцию науки и образования, легли в основу стратегического проекта Кемеровского государственного медицинского университета.

В октябре 2024 года в КемГМУ Минздрава России открылся научно-образовательный центр медицины экстремальных ситуаций. Здесь разрабатывают современные технологии и подходы к оказанию помощи в чрезвычайных ситуациях и новые модели подго-



товки медицинских и немедицинских специалистов, которые будут готовы действовать быстро и грамотно, когда счёт идёт на минуты.

«Научно-образовательный центр аккумулирует знания об оказании первой медицинской помощи при различных событиях – техногенных, природных и других чрезвычайных ситуациях. Мы ставим задачу создания моделей образовательного процесса в области медицины экстремальных ситуаций, их масштабирования и распространения. Сегодня наш медицинский университет выступает площадкой, объединяющей структуры и организации, работающие в сфере оказания первой помощи и медицины экстремальных ситуаций», – отметил ректор КемГМУ Минздрава России доктор медицинских наук Сергей Кан.

По его словам, речь идёт не только о подготовке врачей. Одна из задач – сформировать сообщество людей, готовых прийти на помощь в любой экстремальной ситуации. И это действительно вопрос государственной важности. Сегодня значительная часть смертей среди населения связана именно с внешними причинами: авариями, травмами, несчастными случаями. При этом специалисты подчёркивают: многие жизни можно спасти, если помощь будет оказана в первые минуты.

«Каждую пятую смерть от внешних причин возможно предотвратить, если вовремя оказать первую помощь», – подчёркивает Сергей Кан.

Практика здесь стоит во гла-

ве угла. В центре создаются уникальные программы обучения, оттачиваются навыки на тренировках и рождаются технологии спасения. Научный фундамент обеспечивают лаборатории: учёные ищут лучшие способы обучить людей первой помощи и тактической медицине, доводят до совершенства методы противошоковой терапии и помощи при тяжёлых травмах. Отдельный фронт работ – защита от биологических угроз и глубокая психологическая реабилитация. А в ближайших планах – запуск лаборатории медицинской реабилитации, которая замкнёт цикл восстановления.

В центре стираются границы между дисциплинами: медицина и психология здесь переплетаются с передовыми технологиями и суровым опытом работы «в полях». Но за сложными терминами и современным оборудованием стоит нечто большее. Главное сокровище центра – люди, верные идее, заложенной ещё в самом начале: никто не должен встречать беду в одиночку. Ведь в конечном счёте именно вовремя протянутая рука и нужные знания решают, будет ли спасена чья-то жизнь.

## // ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Сегодня в Кузбассе в соответствии с Концепцией развития первой помощи в РФ до 2036 года крупные образовательные организации: Кемеровский государственный медицинский университет, Кузбасский медицинский колледж, Новокузнецкий государственный институт усовершенствования врачей, Кузбасский клинический центр медицины катастроф имени профессора И. К. Галеева проводят мероприятия различного формата по обучению оказанию первой помощи. Это и программы повышения квалификации с выдачей документов государственного образца, и мастер-классы.

**Единый телефонный номер для справок по вопросам обучения первой помощи**

8-903-046-61-35.



// ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ

# Объединяя поколения

**В Кузбассе завершился региональный фестиваль «Победа за нами», посвящённый Году единства народов России, объявленному президентом России Владимиром Путиным.**

В течение трёх дней, с 12 по 14 мая, жители региона посещали лекции, круглые столы, мастер-классы, научные конференции и патриотические акции, посвящённые сохранению исторической памяти и героического наследия страны.

Масштабный форум охватил девять муниципалитетов Кузбасса и объединил около двух тысяч человек. Организаторами выступили региональное отделение Российского военно-исторического общества, Кемеровский государственный университет, Кемеровский государственный институт культуры, Общественная палата Кузбасса и «Движение первых» при поддержке правительства и Парламента Кузбасса.

## История через диалог

Главной темой фестиваля стало сохранение исторической правды о Великой Отечественной войне и многонациональном подвиге советского народа. На тематических площадках обсуждали проекты по увековечению памяти фронтовиков

и тружеников тыла, говорили о роли народов СССР в достижениях Победы, о преемственности поколений и современных формах патриотического воспитания молодёжи. Особое внимание участники уделили подвигу женщин Кузбасса.

В Кемерове в рамках фестиваля состоялась дискуссия государственной политики в сфере исторического просвещения. В Ленинске-Кузнецком, Прокопьевске и Мариинске говорили о современных подходах к изучению Великой Отечественной войны и вкладе кузбасских территорий в помощь фронту. Для школьников организовали турнир по шахматам «Наука побеждать». В финальный день фестиваля главное мероприятие прошло в Кемерове. А днём ранее – на площадках сразу в нескольких городах: Новокузнецке, Белове, Междуреченске и Юрге.

## Молодёжь – хранитель памяти

Участниками фестиваля стали активисты Российского военно-исторического общества,

историки, краеведы, преподаватели вузов, молодые учёные, представители Общественной палаты Кузбасса, активисты «Движения первых», юнармейцы, школьники и студенты.

Одно из мероприятий прошло в Государственной научной библиотеке Кузбасса имени В. Д. Фёдорова. С ноября прошлого года сотрудники собирали истории кузбассовцев – Героев России. С регионом связаны судьбы тридцати человек: шесть участников Великой Отечественной войны, восемь – СВО, остальные – военнослужащие, лётчики и моряки-подводники. Художники нарисовали портреты всех героев, оцифровали их и создали электронный ресурс «Герои Российской Федерации. Кемеровская область – Кузбасс» – набор открыток с биографиями, доступный на сайте библиотеки.

Также в рамках фестиваля презентован совместный проект КемГУ и филиала фонда «Защитники Отечества» – «Фронтная поэзия российских солдат: трудности перевода». Суть проекта – перевод стихов участни-



ков СВО на английский и выпуск иллюстрированного сборника. Ключевая задача – культурный (не просто лингвистический) перевод, чтобы донести до мира искренность и глубину поэзии российских воинов.

Торжественное закрытие фестиваля прошло в Кемерове. Председатель Парламента Кузбасса, председатель регионального отделения Российского военно-исторического общества Алексей Зеленин вручил пяти школьникам и студентам премии имени Героя Кузбасса Николая Ивановича Масалова. Награда была учреждена по инициативе Парламента Кузбасса в преддверии 80-летия Победы в Великой Отечественной войне. Она вручается школьникам и студентам, активно участвующим в общественной жизни региона и реализующим патриотические проекты, направленные на сохранение исторической памяти.

«В рамках регионального фестиваля «Победа за нами!»

участники изучили героический вклад народов СССР в Победу в Великой Отечественной войне, а также обсудили, как традиции взаимопомощи и единства проявляются в наши дни, в том числе в ходе специальной военной операции. Наша задача не просто помнить прошлое, не просто его изучать. Важно передать бесценный опыт нашим новым поколениям. Радуется, что много молодёжи участвует в работе площадок фестиваля», – подчеркнул председатель Парламента Кузбасса, председатель регионального отделения Российского военно-исторического общества Алексей Зеленин.

Фестиваль «Победа за нами» ещё раз показал: память о подвиге народа остаётся важнейшей объединяющей силой, а интерес молодого поколения к истории страны становится прочной основой для сохранения национального единства и преемственности поколений.

Лана Троянова.

## // ВЫСТАВКА

# Сезанн, Курбе и Писсарро

**Работы этих и других известных художников-импрессионистов можно будет увидеть в Кузбассе уже 26 июня. В Музее изобразительных искусств Кузбасса откроется выставка «Искусство впечатления. Импрессионизм» из коллекции Государственного музея изобразительных искусств имени А. С. Пушкина (Москва).**

Посетители увидят произведения XIX–XX веков из коллекции музея. Среди работ, представленных в экспозиции, – «Волна» Гюстава Курбе, «Осеннее утро в Эранны» Камиля Писсарро, «Дорога в Понтуазе (Поместье Матюрен в Понтуазе)» Поля Сезанна, «Водопой» Жюлья Дюпре. Государственный музей изобразительных искусств имени А. С. Пушкина представляет выставочный проект в рамках большого тура работ импрессионистов из своего собрания в городах Сибири, который начался в декабре 2025 года и завершится в ноябре 2026 года. Выставка в Кемерове – третья по счёту.

Кстати, впервые в рамках этих масштабных «гастролей» экспозиция дополнена разделом «Лаборатория импрессионизма». Он поможет получить представление о том, как возникновение в XIX веке готовых наборов красок в тубах, компактных этюдов, стандартных подрамников и холстов, изготовленных и загрунтованных на фабрике, подтолкнуло художников к экспериментам с техникой масляной живописи и работе на пленэре. Зрители узнают о технике и материалах, которыми работали импрессионисты, и о том, как изменилось восприятие цвета у художников.

Анна Познанская, куратор выставки, заместитель заведующего отделом нового западного искусства ГМИИ имени А. С. Пушкина, отмечает: «Работая над проектом, мы стремились обозначить основные вехи импрессионизма от первых пленэрных опытов мастеров барбизонской школы до того момента, когда живописцы обратились к светлой палитре и новой технике наложения красок, а работа художника превратилась в бесконечный творческий поиск».

Важной частью экспозиции станет раздел, посвящённый влиянию открытий импрессионистов на отечественное искусство. Он появился благодаря сотрудничеству ГМИИ имени А. С. Пушкина и Музея изобразительных искусств Кузбасса и делает проект «Искусство впечатления. Импрессионизм» уникальным. Специально для выставки кемеровский музей предоставит полотно Александра Куприна, Александра Лабаса, Валерия Пименова и работы других художников из своего собрания, на примере которых посетители узнают, как опыт французского искусства интерпретировался русскими художниками первой половины XX столетия.

Анна Тимошук.

**РШХБ**

**ПОЛУЧАЙТЕ ПЕНСИЮ В РШХБ И ОТКРОЙТЕ ВКЛАД ПОД 13,3% ГОДОВЫХ\***

\* СТАВКА 13,3% ГОДОВЫХ ДЕЙСТВУЕТ В РАМКАХ МАРКЕТИНГОВОЙ АКЦИИ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКИХ ЛИЦ «ВЫГОДНЫЕ ЗАЧИСЛЕНИЯ» (ДАЛЕЕ – АКЦИЯ) ПРИ ОФОРМЛЕНИИ ВКЛАДА «СВОИ ВКЛАДЫ» ЧЕРЕЗ ДИСТАНЦИОННЫЕ КАНАЛЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ НА 31 ДЕНЬ. УСЛОВИЯ АКЦИИ: ПЕРИОД ПРОВЕДЕНИЯ: С 08.00 ПО МСК 13.04.2026 ПО 23.59 (ПО МСК) 31.07.2026 (ВКЛ. ВИД ВКЛАДА – «СВОИ ВКЛАДЫ» БЕЗ ПОПОЛНЕНИЯ И БЕЗ РАСХОДНЫХ ОПЕРАЦИЙ (ДАЛЕЕ – ВКЛАД). ВЫПОЛАТА ВКЛАДА: РЫБЛИ РО. СРОК ВКЛАДА В ДНЯХ: СТАВКА В % ГОДОВЫХ: 1) ПРИ ОТКРЫТИИ ВКЛАДА В ОФИСЕ: 60/12,2%, 91/12,9%, 120/12,7%, 180/12,2%; 2) ПРИ ОТКРЫТИИ В ЛСО: 60/12,6%, 91/13,3%, 120/13,1%, 180/12,6%. ВЫПОЛАТА ПРОЦЕНТОВ В КОНЦЕ СРОКА. ДОСРОЧНОЕ ВОСТРЕБОВАНИЕ ПО СТАВКЕ ВКЛАДА – ДО ВОСТРЕБОВАНИЯ. ОТКРЫТИЕ ВКЛАДА В ПОЛЬЗУ ТРЕТЬИХ ЛИЦ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ. ПРОЛОНГАЦИЯ ВКЛАДА НЕ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ. УЧАСТНИКИ АКЦИИ – ФИЗИЧЕСКИЕ ЛИЦА, ПОЛУЧИВШЕЕ В ПЕРИОД 31 КАЛЕНДАРНОГО ДНЯ ДО ДАТЫ ОБРАЩЕНИЯ КЛИЕНТА В БАНК С ЦЕЛЬЮ ОТКРЫТИЯ ВКЛАДА В РАМКАХ АКЦИИ (ВКЛЮЧАЯ ДАТУ ОБРАЩЕНИЯ) ПЕНСИОННОЕ (СОЦИАЛЬНОЕ) ВЫПЛАТА, ОСУЩЕСТВЛЯЕМЫЕ ФОНДОМ ПЕНСИОННОГО И СОЦИАЛЬНОГО СТРАХОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ НА СЧЕТ ОТКРЫТЫЙ В БАНКЕ. ПОДРОБНО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ПРАВИЛАМИ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ МОЖНО НА САЙТЕ АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК»: WWW.RSHB.RU/API/V1/STORAGE/54A4040-3212-420E-AE00-320679884626/ATTACHMENT. ИНФОРМАЦИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНА С 12.05.2026 И МОЖЕТ БЫТЬ ИЗМЕНЕНА. ЯВЛЯЕТСЯ РЕКЛАМОЙ. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОБОБЩЕНИЕМ. ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ОБ УСЛОВИЯХ ПРОДУКТОВ, УСЛУГАХ, ТАРИФАХ И МЕРАХ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНУ НА ОФИЦИАЛЬНОМ САЙТЕ WWW.RSHB.RU ИЛИ В ОФИСАХ АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК». ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ № 3949 (БЕССРОЧНАЯ) 01.12.08.2015.

7787 | 8 800 100 0 100 rshb.ru

// ТВОРЧЕСТВО

## «Родной земли многоголосье»

Так назывался XXVIII городской фестиваль самодеятельного творчества ветеранов города Кемерово. Грандиозный гала-концерт состоялся в ДК имени 50-летия Октября. В этом году фестиваль был посвящён Году единства народов России.

На протяжении марта и апреля 2026 года в каждом районе города прошли отборочные туры, в которых жюри фестиваля отсмотрело 154 номера, их представили 49 коллективов и 34 солиста. В концертных программах приняли участие более 1 500 ветеранов. Они показали творчество в различных жанрах: вокале, хореографии, художественном слове, инструментальном исполнении, декоративно-прикладном творчестве и изобразительном искусстве.

На выставках ветераны пред-

ставили творческие работы: сувениры, поделки из бересты, украшения, мягкие игрушки, тряпичные куклы, элементы одежды, предметы домашнего обихода и живописные картины, отражающие тему фестиваля.

На отборочном этапе общественных организации ветеранов каждого района представили концертные программы со своим оригинальным сюжетом. К примеру, в Ягуновском и Пинонере зрители посмотрели мини-спектакль «Коммунальная квартира», в Рудничном рай-

оне мощно и актуально прозвучало выступление агитбригады ветеранов Лесной Поляны, в Заводском районе была интересно обыграна цифра 28, поскольку это уже именно 28-й фестиваль по счёту. В одном из номеров на сцену вышли 28 артистов, 28 минут звучало вступительное слово. В Ленинском районе под живописный видеоряд участники и зрители совершили виртуальное путешествие по всей многонациональной России. Организацией и яркой была программа вете-



■ Фото И. В. Окушко.

ранов Кировского района. Ветераны Центрального района порадовали академическим исполнением лирических и патристических композиций. Душевно, по-семейному смотрелись со сцены номера артистов Кедровки, Промышленновского.

На гала-концерте под крики «браво» ветераны-артисты исполнили 28 лучших творческих произведений.

**Л. Г. Лекомцева,**  
пресс-центр Кемеровской  
городской общественной  
организации ветеранов.

// ДОБРОВОЛЬЧЕСТВО

## Помогаем всем нашим

**В Тяжинском муниципальном округе работает несколько групп по оказанию помощи СВО, одна из них – «Эхо войны».**

Группа создана в 2022 году Галиной Олеговной Лис, вдовой бойца-добровольца. В декабре 2024 года Ольга Ивановна Тополя оживила группу и теперь ей руководит. Она собрала вокруг себя активистов-ветеранов. Базируются они в помещении совета ветеранов. Кроме основного состава активистов Г. А. Пупышевой, В. Н. Гуркиной, Н. К. Матвеевой, Н. В. Шаповаловой помогают и другие ветераны. Эти неутомимые труженицы приходят в совет ветеранов каждый день, как на работу, и трудятся с 9 часов и до

14:00. За это время ими сплетено 230 маскировочных сетей для техники и изготовлен 31 маскировочный халат. На собранные средства ветераны купили дрон, радиостанции, ноутбук, а также продукты питания, одежду, лекарства.

Группа поддерживает связь с участниками СВО, просьбы которых и выполняет. Некоторые ребята, приезжая в отпуск, навещают ветеранов и благодарят за помощь и поддержку.

А мы помогаем всем, кто обращается к нам, не делим на своих и чужих. Это бойцы из Волгограда, Перми, Приморья, а также все земляки из Кемеровской области. Также тесно сотрудничаем с группой волонтеров из Кемерово «Моя гражданская позиция».

**С. И. Нейкшина,**  
председатель Совета ветеранов  
Тяжинского муниципального округа.

// ОТКЛИК

## Уроки для председателей

**На базе Кемеровской городской общественной организации ветеранов состоялся семинар, на который были приглашены председатели городских и районных советов ветеранов.**

Мне, как вновь избранному председателю Совета ветеранов Промышленновского муниципального округа, важно было познакомиться с руководителями ветеранских организаций других территорий. Также важно было посмотреть методические разработки коллег, которые были представлены на выставке.

Мы все вместе познакомимся с мастерством народных умельцев. С большим интересом посмотрели фильм, посвящённый 60-летию Кемеровской городской ветеранской организации.

Много полезного для себя я узнала об организации основных направлений деятельности совета ветеранов, о работе комиссий, новых формах работы со старшим поколением. Понравилась поездка в Лесную Поляну и экскурсия в ботанический сад. Содержательный материал взят на вооружение. Наглядный опыт работы обсудили на бюро. Спасибо организаторам за семинар.

**З. И. Абдрафикова,** председатель  
ветеранской организации Промышленновского муниципального округа.

// НАГРАЖДЕНИЕ

## Медали для лучших волонтеров

**В Кемеровской городской общественной организации ветеранов впервые в торжественной обстановке состоялось награждение волонтеров-ветеранов общественной медалью «За оказание помощи участникам СВО».**

Это награда для тех, кто помогает фронту. Медаль выполнена в цветах триколора и украшена георгиевской лентой. Инициатором награждения выступил активист посёлка Борового Александр Васильевич Семенов. Его инициативу поддержали В. С. Балахонов, председатель Кемеровской городской общественной организации ветеранов, и Э. П. Пономарёва, председатель общественной организации ветеранов Рудничного района.

Первыми были награждены волонтеры, большинство из которых проживает в посёлке Боровом: А. А. Осипов, А. И. Вдовина, Г. А. Данилова, Р. П. Тимофеева, Н. Б. Панькова, В. А. Тимофеев, Г. Ю. Анульева, А. С. Колманова, Н. И. Вирченко, Р. А. Анкудинов. Председатель первичной ветеранской органи-

зации посёлка Борового В. П. Борздун был отмечен медалью «За бескорыстную помощь военным России».

Накануне Дня Победы общественные организации ветеранов всех районов Кемерово собрали большое количество посылок с необходимыми для фронта вещами и продуктами, а это постельное бельё, медикаменты, средства личной гигиены, окопные свечи, маскировочные сети, мёд и многое другое. Посылки от Кемеровской городской общественной организации ветеранов были отправлены землякам в рамках межрегионального гуманитарного патристического пробега «Путь к победе».

**Л. Г. Лекомцева,**  
пресс-центр Кемеровской  
городской общественной  
организации ветеранов.

Областной совет ветеранов, Кузбасский совет ветеранов угольной промышленности и фонд «Шахтёрская память» имени В. П. Романова с глубоким прискорбием сообщают, что в мае 2026 года на 94-м году жизни скончался заслуженный ветеран угольной промышленности Кузбасса **ОРИЩИН Александр Дмитриевич,**

кавалер ордена Трудового Красного Знамени, полный кавалер знака «Шахтерская слава», удостоенный наград «Знак Почета» и «Доблесть Кузбасса», и выражают искреннее соболезнование родным, близким и друзьям покойного.

Александр Дмитриевич Орищин был одним из видных руководителей угольной отрасли Кузбасса, в развитие которой внёс большой личный вклад.

**Н. П. Неворотова,**  
председатель Кемеровской региональной организации ветеранов,  
**Ю. Н. Ведяпин,** председатель Кузбасского совета ветеранов  
угольной промышленности,  
**Е. Б. Росстальной,** директор фонда «Шахтёрская память»  
имени В. П. Романова.

# Через смартфон – в казачью избу

**В Прокопьевском муниципальном округе работает музей ценностей казачьей семьи. Это проект Карагайлинской школы. Он направлен на сохранение и популяризацию культуры казачества. Чтобы посетить музей, ехать в село Карагайла не нужно. У него есть цифровой двойник.**

## Знать свои корни

О жизни и традициях казачьего народа в Карагайле знают не понаслышке. В местной школе даже открыты казачьи классы, где под руководством директора, атамана, казачьего полковника Петра Сергеевича Соскова в ребятах воспитывают честь, доблесть, трудолюбие и ответственность. Среди педагогов ООШ тоже немало потомственных казаков.

Первый казачий класс появился здесь в 2019 году. Причём первым он стал во всём Кузбассе. «За основу взяли успешный опыт работы образовательных организаций разных регионов страны, – отмечает заместитель директора по научно-методической работе Нина Олеговна Мелёхина. – Кроме того, создание такого класса стало продолжением работы клуба духовно-патриотического наследия «Казачья доблесть», действующего при школе с 2014 года. Его посещают дети во внеурочное время. Юноши и девушки изучают основы фланкировки шашкой под руководством педагога-организатора Владимира Самойлова, основы рукопашного боя, а также православные обычаи казачьего быта».

Кадетские классы охватывают обучающихся среднего звена. Ребята знакомятся с казачьей культурой не только на дополнительных занятиях, но и во время основных уроков. Среди них – история сибирского казачества и основы строевой подготовки. Помимо стандартной школьной программы дети изучают: основы православной культуры; историю и традиции казачества; военно-спортивные дисциплины (например, «Казачья удаль»). В региональный компонент тоже интегрированы тематические блоки.

Ученики носят унифицированную форму с узнаваемой атрибутикой: зелёные рубашки, синие брюки с красными лампасами (для мальчиков) или синие юбки (для девочек), аксельбанты, фуражки, пилотки с кокардой, красные погоны с вышитыми буквами «КК» (казачий класс), форменные кителя цвета морской волны с нашивками.

Подростки знакомятся с десятью заповедями казаков, среди которых следующие: «Честь и доброе имя для казака дороже жизни»; «Казаки все равны в правах»; «Держи слово, слово казака дорого»; «Чти старших, уважай старость».

Между тем значимым событием в жизни села Карагайла стало открытие в 2022 году школы верховой езды с манежем для тре-

## // ИЗ ИСТОРИИ

Казаки появились в Сибири, в том числе и на территории Кузбасса, в конце XVI века. Ключевым событием стало покорение Сибирского ханства отрядом казаков под предводительством атамана Ермака Тимофеевича в 1582 году.

нировок. Разумеется, в числе её воспитанников и ребята из казачьих классов. Здесь они обучаются верховой езде и джигитовке. Кроме того, в школе реализуется программа по иппотерапии, благодаря которой дети с ОВЗ могут физически и эмоционально развиваться. Несколько учителей Карагайлинской школы прошли профильное обучение в московском вузе и стали дипломированными тренерами. Среди них директор Пётр Сосков и педагог дополнительного образования Юлия Пармон.

А с 2023 года в Карагайле проводится региональный фестиваль «Кузбасская казачья крепость», который из школьного события масштабировался до яркого областного.

## Сокровища музейного фонда

В Карагайлинской школе расположена музейная комната «Казачья изба». Это единственный в округе казачий музей, а в России – один из немногих. Инициатива его создания принадлежит заместителю директора Нине Олеговне Мелёхиной. Её дедушка – саратовский казак. Ещё при Петре I в Саратове была основана Саратовская казачья станица. Казаки несли караульную службу в крепости, участвовали в походах. «По фамилии предков в Саратовской области назван населённый пункт: хутор Стерликов. Дедушка ездил в родные края навещать родственников. Жаль, что в детстве я многие ценные факты пропустила мимо ушей. Уже в зрелом возрасте обратилась к истории рода и сделала важные для себя открытия. Что же касается конкретно нашего села, то интерес к казачеству возник благодаря директору школы Петру Сергеевичу Соскову. Он родовой казак. Его личная харизма, энтузиазм и вовлечённость в большое дело дали результат. С его подачи и был создан клуб «Казачья доблесть», миссия которого – увлечь, заинтересовать детей и подростков, способствовать тому, чтобы они захотели изучать историю села и своей се-

мьи», – сказала Нина Олеговна.

Кстати говоря, сама она много лет обучает детей традиционным русским ремёслам: декоративной росписи, вязанию, плетению. Её прадед был краснодеревщиком. Чтобы сохранить историю казачества для потомков, Нина Олеговна с Ксенией Александровной Нечвеевой, заместителем директора по УВР, и другими учителями начали собирать предметы, связанные с казачьим прошлым и настоящим села. Откликнулись многие жители, не пожалели для музея даже старинных семейных реликвий.

Сейчас в музее можно увидеть то, чем жила казачья семья, причём много здесь и экспонатов дореволюционных времён. А первыми сокровищами стали утюги, чугуны и самовар.

Теперь благодаря экспонатам каждый посетитель может наглядно представить внешний вид казака и казачки прежних лет. К примеру, в фонде хранится казачья традиционная «парочка»: юбка и блузка, а также шаль и ботинки на венском каблучке. Стены музея расписаны вручную и украшены изделиями, созданными школьниками.

Есть в музее казачья шашка из булатной стали и нагайка. Это подарок директора школы Петра Соскова. Шашку и нагайку дают посмотреть и поддержать всем желающим, чтобы каждый мог ощутить, какое это во



■ Фото из архива Карагайлинской школы.

## // ЭТО ИНТЕРЕСНО

### Система самоуправления

В казачьем классе избираются:

■ атаман (руководитель);

■ есаул;

■ писарь;

■ знаменосец.

Они отвечают за дисциплину, порядок и выполнение коллективных задач.

всех смыслах весомое оружие.

Один из экспонатов музея – деревянная ступа 1700 года. Этажерку и сундук ручной работы передала жительница села Наталья Болтовская. Старинный диван, которому около ста лет, также нашёл достойное место среди экспо-

натов. Этот диван ручной работы Андрияна Исаева прибыл из Новокузнецка одним из последних, его на вечное хранение передали правнучки мастера Светлана Казанцева и Нина Мелёхина.

Кроме того, в музее собраны книги и материалы по истории казачества, а также чёрно-белые фотографии.

«Самый ценный экспонат нашего музея – старинная икона. Её нашли на чердаке дома новые хозяева во время ремонта. Образок принесли нам. Вместе с детьми мы отреставрировали его и поставили в красный угол музейной избы. Позднее батюшка освятил и комнату, и икону», – рассказала казачка.

Новые экспонаты привозят в музей и неравнодушные жители близлежащих окрестностей. Экскурсии проводят всем желающим по предварительной договорённости.

История музея Карагайлинской школы начинается с февраля 2015 года, а с недавних пор посетить его предлагается и онлайн. «Не каждый житель региона может приехать в наш музей, но желание побывать в нём есть у многих земляков. Именно для них мы и разработали сетевой проект», – акцентировала Нина Олеговна.

Интернет-площадка объединяет всех заинтересованных в сборе и систематизации семейных архивных материалов кузбассовцев. Сайт успешно апробирован на различных мероприятиях и получил диплом победителя Всероссийского образовательного форума «Образование, карьера».

Алена Смирнова.

По этому кьюаркоду можно посетить музей ценностей казачьей семьи.



// ЗДОРОВЬЕ

# Клещ не дремлет – берегись!

**Затянувшаяся холодная весна спасает нас от обилия укусов клещей. Но тепло всё равно будет. И надо вспомнить о факторах защиты, в том числе и активной, везде бегающей детворы. Сегодня нам в это помогает постоянный эксперт «Детской комнаты» – кемеровский педиатр Анна Ганина.**

– Анна, какие риски после встречи с клещом в нашем регионе?

– Клещи в нашем регионе чаще переносят боррелиоз, реже – клещевой энцефалит, ещё реже – некоторые другие инфекции. Самое надёжное – избегать укуса клеща.

– Что мы можем сделать для этого?

– Главное – правильная одежда и обработка инсектицидами. Одежда должна предотвращать доступ клеща к коже. Клещи обычно ползут снизу вверх. Поэтому штаны заправляем в носки, футболку в штаны, длинные рукава обязательно должны быть с плотной манжетой. А если собираемся в серьёзный поход, можно взять костюм с продувными клапанами-ловушками. Это хоть какой-то шанс, что клещ останется в таком клапане и не найдёт подход к телу. Одежда предпочтительнее светлая, на ней проще увидеть насекомое. А осматривать себя и детей на природе желательно раз в пару часов.

Одежду и обувь, колёса коляски, вход в палатку есть смысл обработать акарицидными средствами, парализующими клещей (самые распространённые и доступные – аэрозоли «Рефтамид-антиклещ» с альфациперметрином). Внимание! Эти вещества токсичны, их нельзя доверять детям. Использование – строго по инструкции! Параллельно можно наносить на кожу средства с ДЭТА, они могут отпугивать клещей, но не убивают их.

– Как гулять с детьми с наименьшими рисками?

– Во время прогулки или похода старайтесь идти по центру тропы, не заходя в траву и кустарник. Ведь клещи не прыгают сверху, они на траве и кустарниках (на уровне ваших ног). Они под действием статического электричества, как волосы зимой, приклеиваются к проходящему человеку, но, если расстояние до клеща 5–10 сантиметров, вряд ли он до вас дотянется.

Не редкость, когда клещ приезжает домой на собаках или других животных, которые гуляли по траве. Не забывайте об этом. Защищайте животных препаратами от клещей и осматривайте их после прогулки.

– Важный вопрос – вакцинация. Поговорим?

– Обязательно. Хотя клещевой энцефалит и реже встречается, чем боррелиоз, но он, к сожалению, никак не лечится. Да-да, уже и в отечественных рекомендациях признали, что иммуноглобулин не лечит клещевой энцефалит, а возможно, даже утяжеляет его течение. Поэтому – вакцинация! В России есть вакцина от энцефалита с 12 месяцев. И вакцинация проводится круглый год. И в сезон, весной-летом, – в том числе. Вакцинация в сезон также эффективна и безопасна. К сожалению, среди медработников есть устойчивый миф, что летом нельзя прививать. Этот



миф может оставить людей без защиты.

Вакцинация состоит из двух доз с интервалом от 14 дней (если прививаем уже в сезон) до 7 месяцев. И потом ревакцинация через 9–12 месяцев. Далее в нашем регионе рекомендуется однократно раз в три года делать прививку для поддержания высокого уровня защиты.

Да, на вакцину бывает и не-

домогание, и температура. Встречается и высокая температура в первые 48 часов после прививки. Само по себе это неопасно. И куда безопаснее энцефалита!

– Что делать, если клещ всё же укусил?

– Немедленно удалите его с кожи. Чем дольше он на теле, тем выше шанс, что он передаст инфекцию. Удаляем его не голыми руками. Перчатки, нить, которой его обвяжете, клещедёр (его можно взять в поход или вообще носить все лето с собой). Но не масло, бензин, крем! Надо механически вытянуть клеща из кожи. Если в коже осталась часть клеща, её можно удалить как занозу. Ранку помыть водой с мылом, можно обработать водным раствором хлоргексидина. Для профилактики боррелиоза можно использовать однократную дозу доксицилина. Да, всего одна таблетка (или доза на вес ребёнка, рассчитанная врачом), один раз для детей и взрослых. В любом случае после укуса нужно наблюдать за кожей и состоянием. Нет ли вокруг укуса сыпи крупными кольцами, нет ли повышения температуры, воспаления суставов, мышц и каких-то других непонятных и тревожных симптомов.

– При появлении симптомов...

– ...обязательно обратиться к врачу. Без симптомов сдавать кровь на антитела смысла нет, потому что антитела могут появиться, а болезни нет и лечение не требуется. Да, бывает, что инфекция не развивается в болезнь, организм человека сам с ней справляется без симптомов и жалоб. Будьте внимательны и здоровы.



■ Фото автора.

// ПРЕМЬЕРЫ

## История взросления

**30 мая в новокузнецком театре кукол «Сказ» состоится премьера спектакля «Красная Шапочка».**

Это постановка для всей семьи о том, как важно слышать друг друга. О мудрости, которую родители передают детям. И о том, что в жизни иногда случается «тёмный лес» и свои «серые волки».

Лес шумит, зовёт, разговаривает. Всё в нём кажется приветливым: птицы, белки, земляника, цветущие поляны. Здесь легко почувствовать себя смелым и уверенным, как Красная Шапочка. Она убеждена, что справится с дорогой к бабушке сама и не спешит слушать близких. Но у этого мира есть свои законы, и волки – один из них. Знакомый с детства сюжет звучит легко и с юмором. Это история взросления, где «волки» – естественная часть жизни, с которой нужно научиться жить. Создатели спектакля: режиссёр – Анна Вовчок, художник-постановщик – Алиса Олигерова.



■ Фото Ии Потешкиной.

## Дипломный дебют

**В прокопьевском драмтеатре прошёл техсовет по новой постановке «Бедная Лиза».**

Спектакль по повести Н. М. Карамзина – особенный. Это дипломная работа Алены Примининой, студентки 4-го курса Кемеровского филиала РГИСИ (мастерская А. Э. Нордштрема). Молодой режиссёр представляет руководству театра и театральным цехам свою концепцию спектакля, эскизы костюмов и сценографии.

Спектакль войдёт в проект «Театр у школьной доски», в рамках которого школьники и студенты знакомятся с русской классикой с помощью театра. В проекте уже есть спектакли по произведениям А. С. Пушкина, А. П. Чехова, Ф. М. Достоевского, Н. В. Гоголя. И, кстати, два из них: «Двойник» по Ф. М. Достоевскому и «Станционный смотритель» по А. С. Пушкину – тоже являются дипломными работами выпускниц (Александры Протасовой и Полины Кардымон). Сдача нового спектакля намечена на начало июня.

Полосу подготовила Анна Тимошук.

// СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

# Медпомощь по полису ОМС для маломобильных граждан



В редакцию обратилась кемеровчанка Валентина Николаевна: «Я инвалид II группы. Из дома практически не выхожу. Участковый терапевт ко мне на дом приходит, а вот другие специалисты (хирург, невролог) – нет. Лечусь сама по тем рекомендациям, которые мне дали пару лет назад врачи областной больницы. Я могу, конечно, доехать до поликлиники на социальном такси, а дальше как? Кто меня будет водить по кабинетам, которые ещё и на разных этажах расположены? Сама я не справлюсь. Подскажите: что мне делать? Как получить необходимую медицинскую помощь?»



■ Фото пресс-службы Отделения СФР по Кемеровской области.

К сожалению, проблема, с которой столкнулась читательница нашей газеты, знакома многим маломобильным пациентам. И проблемы с получением медицинской помощи чаще всего возникают от незнания своих прав. Разъяснить ситуацию мы попросили Анастасию Просветову, заместителя начальника отдела организации защиты прав застрахованных ТФОМС Кузбасса. Её рекомендации помогут не только Валентине Николаевне, но и всем, кто оказался в похожем положении.

## Помощь в перемещении по поликлинике

Многие маломобильные пациенты уверены: довели до крыльца поликлиники, а дальше – сам. Но это миф. По закону вы имеете полное право на сопровожде-

ние по медицинской организации. Это требование закреплено в статье 15 Федерального закона № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов» (так называемая доступная среда). Придя в поликлинику, вы можете попросить помощи у сотрудников регистратуры или поста охраны. Но лучше действовать на опережение.

Чтобы в назначенное время за вами точно был закреплён сопровождающий, рекомендуем заранее, за день-два до визита, позвонить в регистратуру поликлиники и сообщить диспетчеру: «Пациентка с инвалидностью II группы, передвигаюсь в кресле-коляске, нуждаюсь в сопровождении к хирургу и неврологу».

По закону вам обязаны выделить сотрудника, который помо-

жет переместиться между кабинетами (в том числе и по разным этажам поликлиники);

– оформить необходимые медицинские документы;

– проконсультировать по всем вопросам, связанным с порядком, объёмом и условиями предоставления бесплатной медицинской помощи в рамках программы госгарантий.

Важный нюанс: для маломобильного гражданина наличие сопровождающего – это не каприз, а необходимое условие получения медицинской помощи. И услуга должна предоставляться абсолютно бесплатно.

## Оказание медицинской помощи на дому

Согласно действующей Программе государственных гарантий, медицинская помощь инвалидам и маломобильным гражданам, которые нуждаются в постороннем уходе, предоставляется в том числе и на дому. Для получения необходимой медицинской помощи необходимо обратиться к участковому терапевту.

При наличии медицинских показаний он организует проведение плановых диагностических исследований и консультаций необходимых врачей-специалистов, в том числе и на дому. Если назначенное обследование можно провести только в условиях медицинской организации (например, КТ, МРТ, эндоскопическое исследование), то пациентов с инвалид-

ностью доставляют в поликлинику. Для этого используется транспорт социальных служб (со специальным подъёмником для инвалидной коляски), а сопровождать могут родственники либо социальные работники.

Кроме того, в рамках территориальной программы ОМС для маломобильных пациентов может быть организован стационар на дому – полноценное лечение в привычной обстановке.

## Диспансеризация в стационарных условиях

С 2025 года в Программу государственных гарантий включено положение, которое предусматривает, что маломобильные граждане, проживающие в отдалённых районах, сельской местности, или те, чья доставка в поликлинику затруднена, могут быть госпитализированы в стационар на срок до трёх дней для прохождения профилактического медицинского осмотра или диспансеризации.

При этом медицинская организация, оказывающая специализированную помощь, должна быть оснащена всем необходимым оборудованием и иметь укомплектованный штат врачей для проведения первого и второго этапов диспансеризации.

Если во время такой «стационарной» диспансеризации у маломобильного пациента выявятся заболевания, для лечения которых необходима специализированная, в том числе высокотехнологичная медицин-

ская помощь, медицинская организация обязана её оказать – в рамках программы ОМС.

## Как защитить свои права

Право на квалифицированную доступную и уважительную медицинскую помощь есть у каждого пациента, независимо от степени его мобильности.

Если по каким-то причинам у вас возникают сложности с получением медицинской помощи, рекомендуем для начала написать обращение на имя главного врача медицинской организации (или заведующего поликлиникой) с просьбой оказать содействие для получения медицинской помощи на дому или в поликлинике с сопровождением.

Если вопрос не решится на уровне медицинской организации, звоните в свою страховую компанию (номер телефона указан на полисе ОМС, в личном кабинете по «Госуслугам») или в контакт-центр ТФОМС Кузбасса по телефону 8-800-200-60-68.

Страховые представители проведут проверку, помогут с маршрутизацией пациента и при необходимости примут меры в отношении медицинской организации.

Вопрос доступности медицинской помощи для инвалидов и маломобильных граждан находится на особом контроле Минздрава Кузбасса, Территориального фонда ОМС Кузбасса и страховых медицинских организаций.

Пётр Романов.

## // СПРИНТ-НОВОСТИ

### ВОЛЬНАЯ БОРЬБА

#### В Кемерове пройдёт большой финал командного турнира.

23 мая в ГЦС «Кузбасс» встретятся четыре лучшие команды этого сезона.

Участники областного командного турнира по вольной борьбе среди юношей до 16 лет «Лига борьбы Кузбасса» всё ближе к большому финалу, в котором встретятся четыре лучшие команды этого сезона. Гранд-финал соревнований пройдёт в универсальном зале ГЦС «Кузбасс» 23 мая в честь празднования Международного дня спортивной борьбы. Возраст участников – 14–16 лет.

В этом году в финальном этапе примут участие команды из Белова, Кемерова, Новокузнецка и Осинников. В шестой раз молодые кузбасские борцы оспорят право поднять над головой переходящий кубок Лиги и вписать именно свою команду в историю турнира. После пяти сезонов пальма первенства принадлежит представителям Новокузнецка – у них три победы, ещё по одной – на счету Осинников и Междуреченска.

Соревнования традиционно проходят в командном формате «стенка на стенку», и победа здесь присуждается по итогам схваток всех участников сборной команды. Кто станет победителем в командном турнире в шестом сезоне Лиги борьбы Кузбасса, узнаем уже на следующей неделе.

Помимо этого, в рамках турнира зрители и болельщики смогут увидеть и оценить уровень лучших представительниц кузбасской борьбы, которые проведут матчевые встречи среди

девушек 2011–2012 года рождения против спортсменок из Казахстана и Киргизии.

Каждый год начиная с осени и на протяжении нескольких месяцев участники проходят соревновательные этапы Лиги борьбы Кузбасса для того, чтобы в итоге только четыре сильнейшие команды смогли попасть в финальный этап и побороться за особенный приз – переходящий кубок Лиги. Действующим обладателем переходящего кубка является команда из Новокузнецка. Именно ей придётся защищать своё прошлогоднее чемпионство в Лиге.

Финалистов по итогам соревнований ждут как личные награды в виде медалей и грамот, так и внушительный призовой фонд на команду: 150 тысяч рублей – за первое место, 100 тысяч – за второе и 50 тысяч – за третье.

### ФУТБОЛ

#### Кузбассовца вызвали в сборную России.

Александр Головин стал одним из трёх «легионеров» в окончательном списке национальной команды.

Тренерский штаб сборной России объявил расширенный список игроков на товарищеские игры с Египтом (28 мая), Буркина-Фасо (5 июня) и Тринидадом и Тобаго (9 июня). В числе 32 футболистов – уроженец Калтана, полузащитник «Монако» Александр Головин, которого главный тренер национальной команды Валерий Карпин в недавнем интервью назвал одним из лучших игроков нынешней сборной России, выделяя его мастерство.



■ В новом сезоне главным тренером «сталеваров» будет Виктор Александров (справа). Фото пресс-службы ХК «Металлург» (Новокузнецк).

### ХОККЕЙ

#### В «Металлурге» – новый главный тренер.

Новым главным тренером «сталеваров» стал Виктор Александров. Об этом сообщили в пресс-службе хоккейного клуба. Александров сменил Андрея Лунёва в связи с истечением срока действия контракта последнего.

Виктор Александров два минувших сезона был одним из тренеров команды. С ним «Кузня» дважды брала кубок ВХЛ, выиграла матч открытия, стала бронзовым призёром чемпионата России.

Кроме того, в тренерском штабе «Метал-

лурга» остался Дмитрий Мегалинский, отвечающий за работу с защитниками. А за работу с нападающими будет отвечать Фёдор Полищук, который в прошедшем сезоне возглавлял молодёжную команду «Кузнецкие Медведи», а во время плей-офф ВХЛ вошёл в тренерский состав «Металлурга».

### ВОЛЕЙБОЛ

#### «Кузбасс» покинули ещё три игрока.

Кемеровский клуб продолжает работу по обновлению состава к новому сезону.

Кемеровскую команду покинул либеро Михаил Каштанов. Воспитанник казанского «Зенита» выступал за «Кузбасс» с 2023 года, но только в минувшем сезоне стал основным игроком, до этого подменяя более опытных Валентина Голубева и Романа Брагина. В 29 матчах Суперлиги – 2025/26 Каштанов показал 55 процентов позитивного приёма.

Два сезона провёл в «Кузбассе» Кирилл Супрунов, который составлял пару диагональных с Егором Сиденко. В прошлом сезоне в 19 играх Супрунов набрал 99 очков при реализации 48 процентов. В новом сезоне кемеровчане будут обходиться без него. Также «Кузбасс» отказался от услуг доигровщика Ивана Пискарева, который защищал цвета кемеровского клуба на протяжении прошедшего сезона и в 25 встречах чемпионата России записал на свой счёт 12 эйсов, 8 блоков, показал 47 процентов позитивного приёма и 47 процентов реализации атак.

Подготовили Тамара Свердлова и Сергей Исмагамбетов.

# Колба как символ единения

**Пробовать национальные блюда разных народов – это один из лучших способов начать знакомство с другой культурой, приобщиться к её традициям. Бывает, что кухни могут объединять общие компоненты, как, например, колба в Кузбассе. Этот дикорос, богатый витаминами, любят многие жители региона, посвящают ему праздники и фестивали.**

Прошедшая «Ночь музеев», посвящённая теме «Родное», была приурочена к Году единства народов России. Каждый музей старался найти изюминки и показать, как сохраняются традиции народов, проживающих в Кузбассе. Очередной фестиваль колбы в музее-заповеднике «Красная Горка» показал, как местный дикорос может объединять людей разных национальностей.

На входе гостей встречали приветливые хозяйки в народных костюмах и вручали всем по пучку колбы. Все с удовольствием брали, некоторые тут же чистили и пробовали на вкус. Кто-то из местных ребятшек, которым также подарили по связочке дикороса, оказалось, не знал, что его можно и нужно есть. Его товарищи дружно показали, как это делается. Но таких непросвещённых людей у нас в Кузбассе мало. Другое дело иностранцы.

Здесь же, на входе в музей, пучок колбы вручили и Сунгалу Траоре, студенту из Африки. Он приехал в Кузбасс из Буркина-Фасо, чтобы учиться на математическом факультете КемГУ.

«Попробуйте, это можно есть, только почистить надо...» – говорят студенту и показывают, как это делается. Сунгалу пробует и улыбается.

«Окей, окей, окей, – повторяет он. – Вкусно!»

Ему тут же поясняют, что это первые весенние витамины, которые полезны для здоровья.

А вот нашим людям не надо разъяснять пользу колбы. Кемеровчанка Валентина Манькова и вовсе научилась выращивать колбу в огороде. «У меня грядочка в тени. Я срезала пучок, через недельку отрастает. А посадила её недавно, лет семь назад», – делится она опытом.



творчеством. Они же любители колбы.

«Пирожки с колбой и салат с колбой простой можно приготовить, он вкусный – всего лишь яйцо и колба», – делится Зоя.

«А я на зиму морожу, она потом и в окрошку, да хоть куда!» – вторит ей подруга.

А ещё салатики с колбой, просто колба с маслом и со сметанкой, колбу можно и в гарниры добавлять, и тушить с овощами или просто есть дикорос с солью и хлебом – каких рецептов мы только ни услышали от любителей весеннего деликатеса.

А кемеровчанка Валентина Манькова и вовсе научилась выращивать колбу в огороде. «У меня грядочка в тени. Я срезала пучок, через недельку отрастает. А посадила её недавно, лет семь назад», – делится она опытом.

«Колба объединяет разные народы, проживающие в Кузбассе. Этот продукт имеет общее значение и историю для многих

жителей региона. Поэтому колба стала символом единства народов Кузбасса. Её едят представители всех национальностей. Она остаётся любимым продуктом, используемым в различных блюдах от окрошки до пиццы, – говорит директор музея-заповедника «Красная Горка» Наталья Шелепова. – Это блюдо было популярным и востребованным на протяжении десятилетий, включая трудные времена войны. Колба помогала людям выживать в голодные годы послевоенного периода. Сейчас она не меньше ценится за содержание витаминов и полезных веществ».

Кульминацией праздника стала дегустация традиционного пирога с колбой.

Также на фестивале колбы работало много площадок, где проводились мастер-классы по росписи предметов керамики, кокошников, лепке из глины. Особым спросом у гостей



пользовалась чайная музей, где можно было согреться горячим чаем с травами и подкрепиться пирогами. Весь вечер выступали фольклорные коллективы. В здании музея работал ретрокинозал: показывали народные сказки с помощью фильмоскопа.

## Окрошка дружбы

Колба является неизменным ингредиентом в первую очередь кухни коренных народов Кузбасса. Неспроста в Мысках, месте компактного проживания шорцев, уже много лет также проводят Праздник колбы.

С инициативой организации праздника в своё время выступила директор Мысковского историко-этнографического музея, председатель Мысковской городской общественной организации коренного малочисленного народа – шорцев «Томазак Тура» Светлана Дудкина. «Я рада, что праздник подхватили и в других городах», – говорит она.

Нынешний Праздник колбы в Мысках состоится уже в предстоящую субботу, 23 мая. Пройдёт он в центре шорской культуры «Эне Таг» в посёлке Чувашка.

«Город Мыски начинался с маленького улуса, где жило коренное население. Потом сюда стали приезжать люди из других регионов большой и великой страны СССР и обживать наши края. Многие осели, и эти места стали родиной для их потомков. И, конечно, наш город, как и весь Кузбасс, многонационален, – отмечает Светлана Михайловна. – И все дружно употребляют в пищу весенний дикорос. Это вкусно, сочно, питательно и полезно. Его особый привкус добавляет пикантности во многие блюда, где раньше его и не использовали».

А какие новые блюда с колбой

придумывают наши мастерицы! К примеру, как мы говорим, колбосало – перекрученное сало с колбой, оно стало фирменным блюдом на нашем празднике на протяжении многих лет. Женщины стали сейчас мариновать колбу, делать из неё аджику. Это просто удивительно! Все эти новинки появляются за время проведения праздника».

Светлана Михайловна часто рассказывает о деликатесе и на экскурсиях в историко-этнографическом музее.

«Вы знаете, я так часто рассказываю про колбу, что как-то ребята – ветераны СВО, поступившие в наш центр реабилитации, попросили угостить их пирожками с колбой. Говорят: «Хотим попробовать, а то вы так вкусно рассказываете!» Конечно, сотрудники напекли пирогов. Уж что-то, а у шорцев в холодильнике колба есть круглый год – замороженная, часто её хранят в солёном виде».

По словам Светланы Дудкиной, особое внимание на празднике уделяют семьям. Они будут состязаться в умении готовить как можно большее количество блюд с колбой, расскажут о них, представят в творческом формате. Для гостей праздника выступят национальные и творческие коллективы города, будут организованы игры и конкурсы, выставка-продажа изделий народных промыслов и ремёсел. Как всегда, будут установлены полные угощения шорские станы, где можно будет дегустировать разнообразные яства, в том числе из колбы.

Главным блюдом станет фирменная «Окрошка дружбы», с колбой, по особому рецепту. Светлана Михайловна приоткрыла его нашим читателям: «Особый рецепт в том, что в окрошке используем домашний квас на ржаном хлебе, конечно же, колбу, а ещё огурчик, картошку и колбасу для сытности. А главное – это любовь к родному краю!».

Ну а после того, как все отведают главного блюда праздника, то возьмутся за руки и проведут хоровод дружбы.

«Праздник колбы в этом году посвящён Году единства народов России. Поэтому он станет тем событием, которое как раз объединяет все народы, живущие у нас в городе», – подчеркнула Светлана Дудкина и напомнила, что это событие всегда происходит во второй половине мая, когда сезон колбы заканчивается. Так что, кто не успел побывать на фестивале колбы в Кемерове, тот может успеть на Праздник колбы в Мысках. Торопитесь приобщиться к традициям – сезон дикороса на исходе.

Оксана Сохарева.



Фото автора.

# Давление под контролем

**Артериальная гипертензия давно стала одной из главных угроз здоровью современного человека. Болезнь может годами развиваться практически незаметно, постепенно разрушая сосуды и внутренние органы. Почему повышенное давление так опасно, кто находится в группе риска и можно ли предотвратить развитие гипертонии? Об этом мы поговорили с врачом Кузбасского центра общественного здоровья и медицинской профилактики Галиной Латаевой.**

– Галина Васильевна, почему гипертонию называют «тихим убийцей»?

– Потому что заболевание действительно может долгое время никак себя не проявлять. Многие люди живут с повышенным давлением годами и даже не подозревают об этом. Иногда единственными симптомами становятся периодическая головная боль, слабость, шум в ушах, чувство усталости или тяжести в голове. Но зачастую и этих признаков нет. В это время болезнь медленно, но последовательно поражает сосудистую систему. Страдают так называемые органы-мишени: сердце, головной мозг, почки, глаза. Повышенное давление повреждает сосудистые стенки, ухудшает кровоснабжение тканей, делает сосуды менее эластичными. Именно поэтому гипертония опасна не только цифрами на тонометре, а теми последствиями, к которым она приводит. Инфаркты, инсульты, сердечная недостаточность, нарушение зрения, поражение почек – всё это нередко становится результатом длительно существующей гипертонии.

– Многие уверены, что повышение давления – это нормальная реакция организма на стресс или физические нагрузки. Где проходит граница между временным состоянием и заболеванием?

– Действительно, артериальное давление не является постоянной величиной. Оно может изменяться в течение дня в зависимости от физической активности, эмоционального состояния, погодных условий, режима сна, приёма пищи, кофе, крепкого чая или некоторых лекарственных препаратов. Даже у здорового человека показатели могут колебаться на 15–25 миллиметров ртутного столба. Поэтому единичное повышение давления ещё не говорит о наличии гипертонической болезни. О заболевании мы говорим тогда, когда при повторных измерениях в разные дни артериальное давление стабильно превышает 140/90 мм рт. ст. и не нормализуется самостоятельно. Причём важно понимать: иногда человек при таких цифрах чувствует себя вполне нормально, что и делает болезнь особенно коварной.

Но сами показатели – это лишь вершина айсберга. Основная проблема заключается в том, что длительное повышение дав-

ления постепенно повреждает сосуды и внутренние органы.

– Почему гипертония требует постоянного лечения?

– Потому что это хроническое заболевание. Распространённая ошибка – принимать лекарства только тогда, когда давление резко повышается или ухудшается самочувствие. Такой подход опасен. Лечение гипертонии должно быть системным и непрерывным. Главная задача терапии не просто снизить давление здесь и сейчас, а защитить сосуды и предотвратить развитие осложнений.

Подбирать лечение должен врач. Для постановки диагноза и оценки состояния пациента важно регулярно измерять давление и фиксировать показатели в специальном дневнике. Обычно мы рекомендуем вести такие записи в течение двух – четырёх недель. Это позволяет увидеть реальную картину течения заболевания. Кроме того, пациенту могут назначить суточное мониторирование артериального давления, обследование сердца, сосудов, почек и органов зрения. Важно не упустить момент, когда болезнь начинает поражать органы-мишени.

– Насколько образ жизни влияет на развитие гипертонии?

– Он играет огромную роль. Во многих случаях именно это становится определяющим фактором. Сегодня люди много работают, мало двигаются, испытывают постоянный стресс, неправильно питаются и часто не уделяют внимание отдыху. Всё это напрямую влияет на состояние сердечно-сосудистой системы.

Особенно серьёзной проблемой остаётся избыточная масса тела. Исследования показывают, что среди работников умственного труда именно лишний вес среди факторов риска гипертонии. Причём особенно опасным считается абдоминальный тип ожирения, когда жировые отложения накапливаются в области живота. Контроль массы тела чрезвычайно важен. Нормальным считается индекс массы тела от 18,5 до 24,9. При этом каждый лишний килограмм способен повышать артериальное давление на 1–3 мм ртутного столба. Казалось бы: цифры небольшие, но при постоянной нагрузке это серьёзно отражается на работе сосудов и сердца.



■ Фото Министерства здравоохранения Кузбасса.

– Часто ли пациенты недооценивают значение правильного питания?

– Часто. Многие воспринимают рекомендации по питанию как нечто второстепенное. На самом деле рацион играет колоссальную роль и в профилактике, и в лечении гипертонии. Питание должно быть сбалансированным, с ограничением животных жиров, быстрых углеводов и продуктов с высоким содержанием холестерина. В рационе обязательно должны присутствовать овощи, фрукты, продукты, богатые калием и клетчаткой.

Но особое внимание необходимо уделять соли. Её избыточное потребление приводит к задержке жидкости в организме и повышению давления. Более пяти граммов в сутки – уже серьёзная нагрузка для сосудов. У многих людей избыток натрия вызывает спазм сосудов, из-за чего давление начинает повышаться. Со временем сосудистые стенки становятся более плотными, менее эластичными и хуже справляются со своей функцией. Причём проблема не только в том, что человек пересаливает пищу. Огромное количество скрытой соли содержится в готовых продуктах: колбасах, копчёностях, соусах, консервах, фастфуде, снеках. Даже обычный хлеб включает достаточно большое количество соли, хотя многие об этом не задумываются.

– Какую физическую активность можно считать достаточной для профилактики гипертонии?

– Здесь важнее всего регулярность. Необязательно заниматься профессиональным спортом

или изнурять себя тяжёлыми тренировками. Для поддержания здоровья достаточно умеренной, но постоянной физической активности. Рекомендуется ежедневно проходить не менее 3 тысяч шагов и уделять хотя бы 30 минут умеренной нагрузке. Это может быть ходьба, плавание, велосипед, танцы, йога, занятия на тренажёрах или обычная лечебная физкультура.

Регулярные занятия помогают снизить артериальное давление на 10–20 миллиметров ртутного столба. Это хороший результат, особенно на ранних стадиях заболевания. Кстати, именно для женщин низкая физическая активность является одним из наиболее значимых факторов риска развития гипертонии.

– Сегодня многие люди живут в постоянном напряжении. Насколько стресс связан с гипертонией?

– Связь тесная. Хронический стресс – один из важнейших факторов развития сердечно-сосудистых заболеваний. Постоянное эмоциональное напряжение, высокая ответственность, ночные смены, дефицит сна, шум, переутомление – всё это влияет на сосудистый тонус и работу сердца. Организм просто не успевает полноценно восстанавливаться. Со временем это приводит к стойкому повышению давления. Поэтому крайне важно соблюдать режим труда и отдыха. Человеку необходим полноценный сон, регулярные прогулки, смена обстановки, физическая активность. Хорошо помогают дыхательные практики, релаксация, любимые занятия, творчество, общение с близкими людьми.

Иногда большое значение имеет даже умение спокойнее реагировать на бытовые трудности и не накапливать внутреннее напряжение.

– Насколько опасны вредные привычки?

– Курение и злоупотребление алкоголем значительно повышают риск гипертонии и её осложнений. Во время курения происходит спазм сосудов, возрастает нагрузка на сердце, ухудшается питание тканей кислородом. По сути, каждая сигарета вызывает очередной скачок давления. Алкоголь сначала расширяет сосуды, а затем резко их сужает. Для человека с гипертонией это особенно опасно, поскольку возрастает риск сосудистых катастроф: инфарктов и инсультов. К сожалению, именно сочетание гипертонии с вредными привычками часто приводит к тяжёлым и трагическим последствиям.

– Что бы вы хотели пожелать читателям?

– Главное – не откладывать заботу о здоровье на потом. Важно регулярно проходить диспансеризацию и профилактические медицинские осмотры. Многие заболевания, в том числе гипертония, легче предупредить или выявить на ранней стадии, чем потом бороться с осложнениями. Здоровье складывается из ежедневных привычек. Правильное питание, движение, полноценный отдых, отказ от вредных привычек и внимательное отношение к организму помогают сохранить активность и хорошее самочувствие на долгие годы.

Будьте здоровы и берегите своё сердце!

Светлана Булаева.

// О ЧЁМ ПИСАЛ «КУЗБАСС»



■ Фото из газеты «Кузбасс» от 19 мая 1962 года.

# Юные ленинцы

19.05.1962

Сегодня наша страна отмечает 40-летие Пионерской организации имени Владимира Ильича Ленина. Восемнадцать с половиной миллионов ребят насчитывается в рядах советской пионерии.

Организация юных ленинцев прошла боевой путь в ногу со старшими товарищами – комсомольцами и коммунистами. В ногу с ними она шагает и сейчас. Одновременно с соревнованием бригад коммунистического труда зарождалось движение пионерских отрядов – «Спутников семилетки». В них, как и в коллективах коммунистического труда, есть свои заповеди, главная из которых: «Один за всех и

все за одного». Только в Кузбассе таких отрядов 1 430. <...>

В Кузбассе около 220 тысяч пионеров. Их работа концентрируется не только в пионерских отрядах и дружинах школ. В нашей области прекрасные дворцы пионеров, детские секторы при клубах, детские комнаты при домоуправлениях. <...>

Растёт и ширится пионерское движение. Гвардия юных ленинцев подрастает трудолюбивой, любознательной, преданной своей Родине. На её знамени ярко горит пламя горячих пионерских сердец, ей сопутствует добрая и мудрая улыбка Ильича. (Текст с сокращениями.)

//КОММЕНТАРИЙ

Всесоюзная пионерская организация была создана 19 мая 1922 года. Со временем ей на смену приходили другие детские объединения. Сегодня традиции пионерии продолжает Российское движение детей и молодежи «Движение первых». Неслучайно оно было учреждено в 2022 году, когда пионерская организация отмечала 100-летие. Эта дата широко праздновалась в Кузбассе. В регионе были организованы выставки, концерты, викторины, классные часы, развлекательные программы, которые помогли взрослым жителям вспомнить пионерскую юность, а детей познакомили с историей создания пионерской организации, её активистами. Отметим также, что мероприятия ко Дню пионерии проводятся ежегодно. И этот год не стал исключением. К примеру, кемеровские библиотеки подготовили ретрочтения «Мы были пионерами – страны нашей детьми», интеллектуальную игру «Пионер – всем ребятам пример» и другие мероприятия.

Оксана Сохарева.

На склад ОЗОН требуются:

- УБОРЩИКИ/ЦЫ
- ОПЕРАТОРЫ ПМ

Дневные и ночные смены.  
З/п от 66 000 - 90 000 руб.

8 (933) 194-59-39  
8 (950) 591-00-01

// СКАНВОРД

Музыка на шнуре	Родоначалник басни	«Зубной газ»	Знак препина-ния	
Развед-чик	Жена Адама	Кукуруза	Азотно-кислая соль	
Как агент 007	Духовой инстру-мент	Женское имя	Почти цвет	
Полное имя Иуды	Число-щип судбу по звездам	Гадаль-ные карты	Старая игра с монетами	
Раструб у перчаток	Немоло-дая (имя)	Шелковая кольбель	Режиссер в комедии Гайдю	
Чурикова	Персо-наж «Иронии судьбы»	Насе-комое-хищник	Часть квартиры	
Антипол	Персона- грата	Позья-ные кошки	Лесной Питачок	
Хотя, вовсе, всё-таки	Внутрен-нее чутье	Наливное судно	Десять в квадрате	
Изделие из металла	Процесс старения меха-низма	Не розница	Сумчатый попрыгун	
Инер-ный газ	Искусный повар	Тайный ход	Отпелый транжир	
Рос. авторское общ-во	Садовый вреди-тель	Футболь-ная дуэль	Аэропорт в Париже	
			Памир-ский бык	

Ответы на сканворд, опубликованный в номере за 14 мая

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** Паркет. Радиола. Уговор. Наказ. Рол. По. Скит. Сам. Генри. Чек. Нани. ВУЗ. На. ЦАР. Еле. Раб. Ляпис. Галя. Оле. Арина. Тор. Клик. Тар. Танго. Еж. Мачете. Остап. Лес. Она. Чапаев. Аэро. Мистик. Омлет. Аир. Ют. Ату. Ункас. Анкор.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** Переулоч. Родион. Ежонок. Маг. Вал. Ра. Оригинал. Сленг. Зам. Псица. ИНН. Северянин. Акула. Арт. Инфаркт. Зебу. Порт. Ил. Секрет. ГАИ. Ли. Те. Ро. АЗС. Гран. Карачи. Желвак. Ева. Острота. Том. Пак. Ом. Вето. Сан. Тик. Ира. Лак. Тур.