

# 8·часов

ЖУРНАЛ О ЗДОРОВОМ ОТНОШЕНИИ К РАБОТЕ

#7-8 ИЮЛЬ-АВГУСТ 2015

УЛЕТНОЕ ПИТАНИЕ

чем кормят  
на борту

ГРАЖДАНЕ  
АЛКОЛОГИКИ  
И ТУНЕЯДЦЫ

вчера и сегодня

ЮВЕНАЛЬНАЯ  
ЮСТИЦИЯ

теперь и в России

И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ АНДРЕЯ ЧЕРНЫШОВА

мы чемпионы!!!!



## ПЕРЕДОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБЛАСТИ ОХРАНЫ ТРУДА

ОЦЕНКА УСЛОВИЙ ТРУДА | УПРАВЛЕНИЕ РИСКАМИ | АУТСОРСИНГ | ИТ-ТЕХНОЛОГИИ | СЕРТИФИКАЦИЯ | ОБУЧЕНИЕ

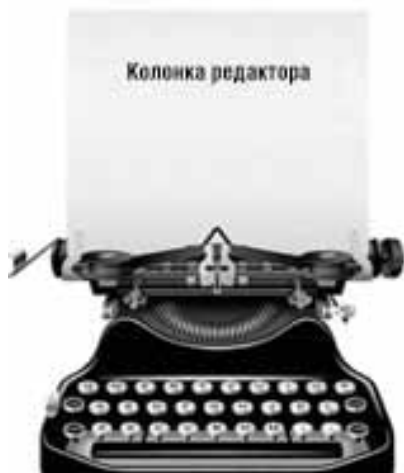
☎ 8-800-333-0077  
[www.kiout.ru](http://www.kiout.ru)



КЛИНСКИЙ ИНСТИТУТ  
ОХРАНЫ И УСЛОВИЙ ТРУДА

ПОСТАВЩИК ИГР  
СОЧИ 2014

**Объективно, большая часть лета впереди. Настроение, что естественно, нерабочее.** *Всех зовёт одно: как бы побольше ухватить солнечного тепла и света за оставшиеся до осени дни. Однако есть и те, кто труждится в поте лица даже в самое «ленивое» время года. Так, буквально на днях состоялось первое заседание Совета Ассоциации «ЭТАЛОН», на которой были подведены итоги Первой Всероссийской Недели охраны труда, прошедшей в апреле, а также были намечены некоторые планы на весну 2016 года. Можно сказать, едва переведя дыхание, организаторы Первой Недели снова с головой в работу: выводы сделаны, началась подготовка к проведению второго по счёту мероприятия.*



*Только кажется, что времени осталось более чем достаточно. На практике – не успеешь оглянуться, как весна «катит в глаза». И безусловно, всем нам хочется быть максимально к ней подготовленными. А сделать это во второй раз, с одной стороны, легко – есть возможность учесть и исправить ошибки 2015 года. С другой, все осложняется стремлением организаторов сделать мероприятие еще масштабнее, ярче и разностороннее.*

*Ну, а нашим читателям мы желаем излишне не забивать голову рабочими вопросами – раз уж на дворе лето. С одной оговоркой: если ваши планы вам это позволяют.*

ТАТЬЯНА ФОМИЧЁВА

СЛОВО РЕДАКТОРА	5	О САМОМ «ЛЕНИВОМ» ВРЕМЕНИ ГОДА и ТЕХ, КТО ТРУДИТСЯ ПОД СОЛНЦЕМ
ТЕХПОДДЕРЖКА	6	НОВИНКИ: гаджеты, дизайн, технологии
ЭКСПЕРТИЗА	8	ЧТО НОВОГО? Инновации в сфере охраны труда
СЛУЖЕБНЫЙ ВХОД	18	И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ АНДРЕЯ ЧЕРНЫШОВА
УСЛОВИЯ ТРУДА	24	ЕЛЕНА МАХИНЯ: МОНИТОРИНГ СПЕЦОЦЕНКИ
ФАКТОР РИСКА	28	ПРЕДУПРЕЖДАЯ РИСКИ Простой алгоритм для бдительных работодателей
	38	ОЛЬГА ЯКУШЕВА: ЗА ВСЕ НУЖНО ОТВЕЧАТЬ
КАРЬЕРА	40	ДВЕ СТОРОНЫ SEO Оптимизировать – это вам не с бубном танцевать!



8



12



28



40

КАРЬЕР	44	ГРАЖДАНЕ АЛКОГОЛИКИ И ТУНЕЯДЦЫ ВЧЕРА И СЕГОДНЯ
ПРОФИ	52	ЧТО ВРУТ О РАБОТЕ СТЮАРДЕСС Кому заказан путь на небо?
МАМА НА РАБОТЕ	56	С МОЛИТВОЮ ПРИСТУПИМ К ПИФАГОРУ Основы православной культуры в современной школе
	66	ЮВЕНАЛЬНАЯ ЮСТИЦИЯ Теперь и в России
ХВОРЬ-КОНТРОЛЬ	72	НИКОЛАЙ АМБАРЦУМОВ: НЕ БОЙТЕСЬ ПСИХИАТРА!
ЛАНЧ О КЛОК	82	УЛЕТНОЕ ПИТАНИЕ Чем кормят на борту
НА ВСЕ 4 СТОРОНЫ	86	ПУТЕШЕСТВИЕ СО ВКУСОМ... Гастрономический туризм на российский просторах
ЦИВИЛЬНОЕ ПЛАТЬЕ	96	НАКОНЕЦ-ТО ОНО ПРИ-ЛЕ-ЛЕТО!



52



56



72



86



## умные ВЕЩИ

Новые технологичные изобретения для тех, кто боится потеряться в метро...

### СЕЛФИ НОН-СТОП

Устройство для фанатов селфи **Memoto** автоматически снимает всю повседневную жизнь владельца! При помощи клипсы гаджет крепится на одежде и самостоятельно делает **5**-мегапиксельные снимки каждые **30** секунд. Благодаря встроенному приемнику спутниковой системы навигации **GPS** к изображениям добавляются координаты местности.

Заряда аккумуляторной батареи, как утверждается, должно хватить на двое суток неустанного труда. Для работы с отснятыми материалами есть специальные приложения для платформ **Android** и **iOS**. Встроенной памяти хватает на **4000** фотографий.



### ПОДЗЕМНЫЙ ПУТЕВОДИТЕЛЬ

Еще одной носимой умной вещью в мире стало больше. На этот раз новинка порадует пользователей, страдающих таким распространенным недугом, как «*ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ КРЕТИНИЗМ*», и вообще будет полезна всем рассеянными и попросту не очень собранными людьми. Так, например, те, кто часто ездит в метро, хоть раз проезжали свою станцию, задумавшись или задремав. Браслет **Subway Navigator** предназначен решить эту проблему, потому как умеет оповещать носителя, на какой станции тот находится, сигнализировать о приближении нужного поезда, показывать расчетное и фактическое время в пути, называть следующую станцию и ее статус: пересадочная или транзитная. Все это в совокупности не даст пользователю зазеваться и опоздать к началу рабочего дня. Концепт гаджета разработан международной инновационной компанией **Frog Design**, дело за малым – инвестициями в изобретение.

## РЕМНЯ ЗАХОТЕЛИ?

В наш век сидячей работы и бытовой малоподвижности многие сталкиваются с проблемами боли в спине и искривления позвоночника. А если нет времени на занятия спортом, то уповать остается лишь на смарт-устройства, которые в большом количестве предлагает современная индустрия здоровья и красоты. К последним относится и сенсор на тканевом ремне **LUMOback 4.0**, закрепляющийся вокруг талии благодаря простым застежкам, вибрацией он даст понять, что вы сутулитесь либо как-то иначе противоестественно выгибаете спину. Прекращение вибрации обозначает, что положение выбрано правильное с точки зрения безопасности для здоровья. Данные об осанке постоянно передаются на смартфон. Таким образом фиксируется, как часто и как тщательно пользователь следит за своей осанкой, сколько времени проводит стоя или сидя, сколько проходит в день шагов.



## НА ЭЛЕКТРОТЯГЕ

С наступлением лета многие горожане пересели с «тяжелого» транспорта на велосипеды. Но не всякому по силам доехать на двух колесах от дома до работы. Новинка **Pedalst** представляет собой гибрид велика с электромобилем – электрический веломобиль. По правде говоря, от велосипеда в нем немного, начиная с того, что он имеет три колеса – одно сзади, два спереди. Встроенная силовая установка на **750** Вт гарантирует разгон до **32** км/ч. Батарея обеспечивает запас хода на **80** км. Диапазон легко расширить за счет педальной тяги. Колеса изготовлены из легких сплавов. А еще **Pedalst** удивительно компактен, его ширина всего **89** см. И это при том, что в нем есть пассажирское сиденье.



...ТЕХ, КТО ВСЕРЬЕЗ ОЗАБОЧЕН ОСАНКОЙ,  
И ТЕХ, КОМУ НЕ ВСЕ РАВНО, НА ЧЕМ  
ДОБИРАТЬСЯ НА РАБОТУ.

Почему болеть вредно, зачем на даче лестница, как оценить условия труда рыбака и врача «скорой» и как стать экспертом в области промышленной безопасности.

*Ирина Гульченко*

## СНИЖЕНИЕ ВЫПЛАТ ПО «БОЛЬНИЧНЫМ»

Проект Федерального закона «О внесении изменений в Федеральный закон «Об обязательном социальном страховании на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством» предлагает выплачивать пособие по временной нетрудоспособности в размере 100% среднего заработка при наличии страхового стажа от 15 лет.

Сейчас пособие в размере 100% выплачивается работнику, имеющему страховой стаж от 8 лет.

Проектом увеличивается также продолжительность страхового стажа, необходимого для выплаты пособия в размере 80% среднего заработка. Если сейчас такое пособие выплачивается при до-





стижении страхового стажа **5** лет, то согласно проекту необходимый стаж – **8** лет.

При наличии меньшего стажа (в настоящее время – до **5** лет, согласно проекту – до **8** лет) пособие выплачивается в размере **60%**.

В целях адаптирования к новым условиям предлагается установить переходные положения: начиная с **2016** по **2028** год требования к наличию страхового стажа будут увеличиваться постепенно.

Кроме того, лицам, которые на **1** января **2016** года имеют страховой стаж **8** и более лет, предлагается сохранить право на пособие в размере **100%**, имеющим страховой стаж от **5** до **8** лет, – право на пособие в размере **80%**.

### СОБЛЮДЕНИЕ ТРУДОВОГО ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА

Утверждена Концепция, направленная на повышение эффективности соблюдения трудового законодательства. Цели Концепции:

- обеспечение соблюдения установленных норм и правил в сфере регулирования трудовых отношений;
- повышение эффективности

государственного надзора за соблюдением трудового законодательства.

Для этого необходимо:

- обеспечить определенность, прозрачность и открытость федерального надзора в сфере труда;
- сформировать и пропагандировать систему внутреннего контроля соблюдения работодателями требований трудового законодательства;
- создавать условия для развития мотивации работодателей к соблюдению требований трудового законодательства, к улучшению условий труда работников;

С 1 июля 2015 года вводится в действие Общероссийский классификатор информации о населении (ОКИН) ОК 018-2014. Он принят Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 12 декабря 2014 г. № 2019-ст взамен (ОКИН) ОК 018-95. Общероссийский классификатор является документом по стандартизации и предназначен для использования при сборе, обработке и анализе демографической, социальной и экономической информации о населении, решения задач учета, анализа и подготовки кадров предприятиями, учреждениями и организациями всех форм собственности.

**С 2015 г. ШТРАФ ЗА ПОВТОРНОЕ НАРУШЕНИЕ ТРУДОВОГО ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА СОСТАВЛЯЕТ ОТ 10 ТЫС. ДО 20 ТЫС. РУБ. ДЛЯ ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦ И ОТ 50 ДО 70 ТЫС. РУБ. ДЛЯ КОМПАНИЙ.**

- внедрять риск-ориентированные подходы к организации федерального надзора в сфере труда;
- развивать потенциал федеральной инспекции труда при осуществлении федерального надзора в сфере труда;
- оптимизировать процессы взаимодействия федеральной инспекции труда с работниками и работодателями.

Ожидаемым результатом реализации Концепции является обеспечение к **2020** году создания условий для снижения случаев нарушения трудового законодательства, повышения эффективности федерального надзора в сфере труда, улучшения условий труда работников и формирования заинтересованности работодателей в соблюдении трудового законодательства.

(Распоряжение Правительства РФ от **05.06.2015** № **1028**-р «Об утверждении Концепции повышения эффективности обеспечения соблюдения трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права (**2015-2020** годы)»).

В 2015 г. напряженная ситуация на рынке труда сложилась в 19 субъектах РФ.

В 2014 г. напряженной признавалась ситуация на рынке труда только в 17 субъектах РФ.

В соответствии с п. 9 Постановления Правительства РФ от 21.11.2000 N 875 «О Правилах отнесения территорий к территориям с напряженной ситуацией на рынке труда» федеральные и региональные органы исполнительной власти обязаны принять меры по стабилизации положения на рынке труда в указанных субъектах РФ. (Приказ Минтруда России от 27.05.2015 № 319н).

Уровень безработицы в России на начало весны **2015** г. составляет около **5.4%**.

## ВЫНОСИМ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Проектом федерального закона «О внесении изменений в Трудовой кодекс Российской Федерации по вопросам совершенствования федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства...» при выявлении незначительных нарушений трудового законодательства работодателю предлагается выносить предупреждение.

Согласно проекту государственный инспектор труда при выявлении нарушения трудового законодательства обязан вынести работодателю предупреждение, за исключением нарушений, влекущих выдачу предписаний либо применение административных наказаний в виде административного штрафа.

Предупреждение выносится за впервые совершенное нарушение трудового законодательства и при отсутствии причинения вреда или возникновения угрозы причинения вреда жизни и здоровью людей, а также за нарушения требований трудового законодательства, не влияющее напрямую на права работников.

В случае неустранения работодателем указанных в предупреждении нарушений в установленный в нем срок без уважительных причин



государственный инспектор труда обязан выдать работодателю обязательное для исполнения предписание или составить протокол об административном правонарушении в порядке, предусмотренном законодательством РФ об административных правонарушениях.

#### МЕХАНИЗМ ФОРМИРОВАНИЯ МРОТ

Разработан проект федерального закона, согласно которому предлагается установить единую величину МРОТ, выраженную в процентах от региональных прожиточных минимумов трудоспособного населения.

Так, минимальный размер оплаты труда с 1 января 2016 года составит 7 198 рублей в месяц.

Начиная с 2017 года минимальный размер оплаты труда устанавливается в соотношении к величине прожиточного минимума трудоспособного населения в субъекте РФ, определенной в порядке, установленном федеральным законом, за I квартал предыдущего года, равном:

- с 1 января 2017 года – 65%;
- с 1 января 2018 года – 75%;

Прожиточный минимум на душу населения по России за I квартал 2015 г. вырос с 8 234 до 9 662 руб.

В сравнении с четвертым кварталом 2014 г. в первом квартале 2015 г. прожиточный минимум вырос:

– для трудоспособного населения – с 8 885 до 10 404 руб.;

– для пенсионеров – с 6 785 до 7 916 руб.;

для детей – с 7 899 до 9 489 руб..

- с 1 января 2019 года – 85%;
- с 1 января 2020 года и в последующие годы – 100%.

Поскольку установление величины МРОТ в соответствии с прожиточным минимумом трудоспособного населения по субъектам РФ учитывает региональные различия, предполагается внести соответствующие изменения в часть третью статьи 133 Трудового кодекса РФ.

Вносимые изменения могут вступить в силу с 1 января 2016 года.

Вновь устанавливаемые размеры и условия оплаты труда (включая надбавки и доплаты) не могут быть ниже размеров и условий оплаты труда (включая надбавки и доплаты), представлявшихся работникам по состоянию на 31 декабря 2015 года.

(Проект Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты (в части установления минимальных гарантий по оплате труда работников»).

#### В РЕЖИМЕ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Правительство РФ предлагает ужесточить требования противопожарного режима. Согласно подготовленному проекту все должностные лица, включая руководителей организаций, а также индивидуальные предприниматели обязаны проходить обучение мерам пожарной безопасности. Руководитель, собственник (юридическое лицо), индивидуальный предприниматель или уполномоченное им лицо обеспечивают проведение противопожарного инструктажа со всеми поступающими на работу.

Кроме того, не допускается размещать детей в мансардных помещениях зданий, сооружений IV и V степеней огнестойкости, а также

более 50 детей в помещениях зданий, сооружений IV и V степеней огнестойкости.

Собственниками индивидуальных жилых домов, в том числе жилых помещений в домах блокированной застройки, расположенных на территориях сельских поселений, садоводческих, огороднических и дачных некоммерческих объединений граждан к началу пожароопасного периода обеспечивается наличие на своих земельных участках приставной лестницы, достигающей крыши, а на кровле – лестницы, доходящей до конька крыши.

С 10 июня 2015 г. российские туристы могут въезжать в Индонезию на срок до 30 дней без необходимости платить за визу.

Новыми правилами визовый режим для граждан России отменен: по прибытии в паспорта бесплатно проставляется штамп, разрешающий находиться в Индонезии в течение данного срока, без права его продления или изменения статуса пребывания.

Граждане России могут въезжать в Индонезию через следующие пункты миграционного контроля: аэропорты «Сукарно-Хатта» (Джакарта), «Нгурах-Рай» (о. Бали), «Куаланаму» (Медан), «Джуанда» (Сурабая) и «Нанг-Надим» (о. Батам), а также морские порты Сри-Бинтан, Секупанг, Батам-Центр и Танджунг-Убан.  
(Сообщение МИД России от 16.06.2015)

На период устойчивой сухой, жаркой и ветреной погоды, а также при введении особого противопожарного режима на территориях поселений и городских округов, садоводческих, огороднических и дачных некоммерческих объединений граждан, на предприятиях вводится запрет на разведение костров, сжигание мусора, сухой растительности, отходов и тары, проведение пожароопасных работ.

На землях населенных пунктов запрещается разводить костры, а также сжигать мусор, траву, листву и иные отходы, материалы или изделия кроме как в местах и (или) способами, установленными МЧС России.

Запрещается на территории поселений, городских округов и внутригородских муниципальных образований, а также на расстоянии менее 1000 метров от лесных массивов запускать неуправляемые изделия из горючих материалов, принцип подъема которых на высоту основан на нагревании воздуха внутри конструкции с помощью открытого огня. Запрещается сжигание стерни, пожнивных остатков, мусора, иных материалов или изделий, а также разведение костров на землях сельскохозяйственного назначения и землях запаса.

У въездов на территорию строительных площадок, дачных и гаражных кооперативов, садоводческих товариществ должны быть вывешены схемы с нанесенными на них въездами, подъездами, пожарными проездами, местонахождениями источников противопожарного водоснабжения.

(Проект Постановления Правительства РФ «О внесении изменений в правила противопожарного режима в Российской Федерации...»).

## АТТЕСТАЦИЯ ЭКСПЕРТОВ ПО ПРОМЫШЛЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Установлены условия и критерии для аттестации специалиста в качестве эксперта в области промышленной безопасности.

В ходе аттестации рассматриваются представленные заявителем документы на соответствие обязательным требованиям, а также проводится квалификационный экзамен – в форме тестирования и решения ситуационных задач. Для заявителей, претендующих на прохождение аттестации первой или второй категории, квалификационный экзамен завершается устным собеседованием по вопросам заявляемой области аттестации.

По принятии положительного решения заявителю присваивается одна из категорий:

ГРАЖДНАМ, ПОСТРАДАВШИМ В РЕЗУЛЬТАТЕ ПОЖАРОВ, ПРОИЗОШЕДШИХ В 2015 г. В ХАКАСИИ И ЗАБАЙКАЛЬЕ, НАПРАВЛЕННЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА НА ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОМОЩИ. РАНЕЕ ПРЕДУСМОТРЕННЫЕ БЮДЖЕТНЫЕ АССИГНОВАНИЯ НА ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЖИЛЬЯ, ОБЪЕКТОВ КОММУНАЛЬНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ УВЕЛИЧЕНЫ С 2 641 860 ТЫС. РУБ. ДО 3 488 376,5 ТЫС. РУБ.

– эксперт в области промышленной безопасности первой категории с правом проведения экспертизы в отношении опасных производственных объектов **I, II, III и IV** классов опасности;  
– эксперт в области промышленной безопасности второй категории с правом проведения экспертизы в отношении опасных производственных объектов **II, III и IV** классов опасности;  
– эксперт в области промышленной безопасности третьей категории с правом проведения экспертизы в отношении опасных производственных объектов **III и IV** классов опасности.  
(Постановление Правительства РФ от **28.05.2015**. № **509** «Об аттестации экспертов в области промышленной безопасности»).

### ОБРАЩЕНИЯ В КОНСТИТУЦИОННЫЙ СУД

С **1** августа **2015** года обращение в Конституционный Суд РФ может быть направлено в электронной форме. Для этого необходимо заполнить специальную форму на официальном сайте Конституционного Суда РФ в сети Интернет или направить электронный документ, подписанный усиленной квалифицированной электронной подписью.

**В настоящее время в Российской Федерации с обвинительным уклоном рассматривается более 60% уголовных дел, а уголовных дел рассматривается около 1 млн, тогда как всего дел рассматривается 20 млн. То есть 19 млн дел – это гражданские дела.**

В случае направления обращения в электронном виде прилагаемые к нему документы и иные материалы также представляются в электронном виде.

Информация о дате и времени заседаний Конституционного Суда РФ размещается на его официальном сайте, в доступных для граждан местах занимаемого Судом здания,

а также в средствах массовой информации.

(Федеральный конституционный закон от **08.06.2015** № **5-ФКЗ**).

### В АВТОБУСЕ – ДЕТИ!

Минспорт России напоминает о порядке организованных перевозок групп детей. С **1** июля **2015** года для организованной перевозки детей (в том числе, на спортивные мероприятия) используются автобусы, с года выпуска которых прошло не более **10** лет. Автобус должен быть оснащен тахографом и аппаратурой спутниковой навигации ГЛОНАСС или ГЛОНАСС/GPS.

В длительных поездках, при нахождении в пути согласно графику движения более **4** часов, не допускается включение в группу детей младше **7** лет.

В ночное время (с 23 часов до 6 часов) допускается организованная перевозка группы детей к железнодорожным вокзалам, аэропортам и от них, а также завершение перевозки (доставка до конечного пункта или до места ночлега) при незапланированном отклонении от графика движения. При этом после 23 часов расстояние перевозки не должно превышать 50 километров. (Письмо Минспорта России от 04.06.2015 № ЮН-04-10/3489).

### СПЕЦОЦЕНКА НА «СКОРОЙ»

По согласованию с Минздравом России определены особенности проведения специальной оценки условий труда на рабочих местах:

- отдельных категорий медицинских работников, непосредственно оказывающих скорую медицинскую помощь вне медицинской организации, в том числе в ходе медицинской эвакуации;
- медицинских работников, расположенных в помещениях с особым режимом микробиологического состояния среды и функционирования оборудования (отделения реанимации, интенсивной терапии, операционные);
- медицинских работников, непосредственно осуществляющих диагностику и лечение с использованием медицинской аппаратуры (аппаратов, приборов, оборудования), на функционирование которой могут оказывать воздействие средства измерений, используемые в ходе проведения специальной оценки условий труда.

В частности, обязательным измерениям на рабочих местах медицинских работников, непосредственно оказывающих скорую медицинскую помощь, подлежат химический фактор, шум, вибрация, параметры микроклимата (в салоне транспортного средства, задействованного при оказании помощи в экстренной или неотложной формах), биологический фактор, тяжесть и напряженность трудового процесса.

Если на предприятии уже была проведена спецоценка или аттестация рабочего места, но условия труда изменились, то требуется внеплановая СОУТ.



Кроме того, определен перечень медицинской аппаратуры (аппаратов, приборов, оборудования), на нормальное функционирование которой могут оказывать воздействие средства измерений, используемые в ходе проведения специальной оценки условий труда. (Приказ Минтруда РФ от **24.04.2015** № **250**н «Об утверждении особенностей проведения специальной оценки условий труда на рабочих местах отдельных категорий медицинских работников...»).

С 1 июля 2015 г. вступил в силу закон, согласно которому период суммированного учета рабочего времени лиц, занятых на вредных или опасных работах, может быть увеличен отраслевым соглашением или коллективным договором, но не более чем до 1 года. Ранее данный период составлял 3 месяца. Когда по условиям работы не может быть соблюдена норма рабочего времени, допускается введение суммированного учета рабочего времени с тем, чтобы продолжительность рабочего времени за учетный период не превышала нормального числа рабочих часов. (ФЗ от 08.06.2015 № 152-ФЗ).

**Работодатель  
ИМЕЕТ ПРАВО ОСПОРИТЬ  
РЕЗУЛЬТАТЫ СПЕЦОЦЕНКИ.**

## СПЕЦОЦЕНКА НА РЫБОЛОВЕЦКИХ СУДАХ

Минтруд России определил особенности проведения специальной оценки условий труда членов экипажей морских и рыбопромысловых судов, а также судов внутреннего плавания.

Для проведения такой оценки создается спецкомиссия, состав которой формируется из представителей работодателя, представителей выборного органа первичной профсоюзной организации или иного представительного органа работников.

По решению комиссии спецоценка проводится:

– у работодателя, имеющего от **2** до **5** однотипных судов одной модификации, – на одном из таких однотипных судов;

– у работодателя, имеющего более **5** однотипных судов одной модификации, – на **20%** от общего количества таких однотипных судов, но не менее чем на **2** судах.

Исследования и измерения вредных и опасных производственных факторов проводятся в основных рабочих режимах судна с учетом типа и назначения судна, а также необходимости обеспечения безопасности судоходства и лиц, находящихся на судне.

При нахождении судна в длительном рейсе без захода в порт приписки, в том числе вне территориальных вод РФ, в качестве результатов таких исследований могут быть использованы результаты исследований, выполненных аккредитованной испытательной лабораторией при проведении ходовых испытаний при приемке судна от судостроительного предприятия (верфи), где оно построено.

Исследования не проводятся в помещениях и на палубах, где членами экипажа осуществляются работы повышенной опасности,





представляющие угрозу жизни и здоровью экспертов и иных работников организации, проводящей специальную оценку условий труда.

(Приказ Минтруда России от **18.05.2015** № **301**н «Об утверждении особенностей проведения специальной оценки условий труда на рабочих местах членов экипажей морских судов, судов внутреннего плавания и рыбопромысловых судов»).

### БЕЗОПАСНЫЙ ФУТБОЛ

Установлен порядок работ по обеспечению безопасности спортивных объектов, задействованных в проведении чемпионата мира по футболу FIFA **2018** года, Кубка конфедераций FIFA **2017** года. Стадионы в период их строительства (реконструкции) будут оснащены утвержденными техническими средствами.

А ранее построенные стадионы будут дооснащаться в соответствии с утвержденными требованиями.

(Постановление Правительства РФ от **20.05.2015** № **485** «Об утверждении требований к объектам спорта, предназначенным для проведения чемпионата мира по футболу FIFA **2018** года, Кубка конфедераций FIFA **2017** года»). ¶

**СРЕДСТВАМИ МАТЕРИНСКОГО КАПИТАЛА** можно оплатить первоначальный взнос на покупку (строительство) жилья. **Обладатель государственного сертификата на материнский (семейный) капитал** может направить соответствующие средства не только на погашение основного долга и уплату процентов по кредиту (займу) на строительство или приобретение жилья, но и на уплату первоначального взноса. (**Федеральный закон от 23.05.2015 № 131-ФЗ**).

служебный Вход<sup>18</sup>



фото: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

И жизнь,  
и слезы, и любовь

## Андрея Чернышова

Он возглавляет списки самых желанных мужчин, но тщательно скрывает свою личную жизнь. Редко появляется на красных дорожках. Не любит давать интервью, не желает глянцевої славы и не гонится за рейтингами. Он запоминается ролями совершенно разных по характеру героев, каждого из которых наделяет своим главным качеством – мужеством.

*Алиса Журавлева*

### ВРЕМЯ ГОДА

Лето: теплый ветер, солнечный день и цветущие деревья, – в этом времени года я чувствую себя наиболее комфортно. Зимы не люблю. Видимо, намерзся за семь лет, которые провел вместе с родителями в Сибири, в Читинской области. Когда зима вместо трех месяцев длится десять, то волей-неволей начинает тянуть в теплые края. Осень тоже меня не особо вдохновляет, скорее, напротив, навеивает легкую грусть. Наверное, это какое-то инстинктивное ощущение, потому что ни с какими жизненными событиями оно не связано. Несмотря на всю красоту этого периода, я очень рад, когда осень проходит мимо меня быстро и незаметно.

### МЕСТО ПОД СОЛНЦЕМ

«Место под солнцем» для меня ассоциируется с Баку. Очень люблю этот город, туда хочется возвращаться снова и снова... Помню, как впервые оказался там во время съемок фильма и тут

же влюбился в город, в жителей, в азербайджанскую кухню... Хотя на самом деле лично для меня найти «место под солнцем» означает не только определиться с некой точкой в пространстве, но и также обрести самодостаточность. Конечно, я стараюсь прислушиваться к себе, и в моей жизни есть секунды, те самые мгновения, когда я ощущаю гармонию. Хотя не знаю, кто может похвастаться вечным блаженством. Но наверняка существуют такие целостные люди, которые принимают себя такими, какие они есть. Я же довольно часто занимаюсь самокопанием. С одной стороны, это не такое уж и плохое качество, оно помогает оставаться человеком во время кризисов и различных катаклизмов, как мировых, так и личностных. С другой стороны, оно может перейти опасную черту и помешать творческому процессу. Иногда, вместо того чтобы получать удовольствие от работы, я начинаю заниматься самокритикой, «ухожу в себя» и не всегда быстро возвращаюсь в предлагаемые обстоятельства.

### СИНДРОМ ДОРИАНА ГРЕЯ

В школе для меня чрезвычайно важна была внешность. В те годы в моде были итальянские исполнители. Я помню, как смотрел на себя в зеркало, в профиль, и расстраивался, что весьма далек от итальянца, в отличие от моего одноклассника... У него был тот самый отличительный знак – шикарный нос с горбинкой. Но когда я поступил в театральный институт, то страшно комплексовал по поводу своей внешности – не хотел, чтобы она как-то повлияла на проходной балл, и всегда очень опасался ролей смазливых героев. Для меня всегда важна была суть, профессия, а не желание ходить по сцене и красоваться перед зрителями. И эту жизненную позицию я не отношу к числу своих заслуг. Спасибо надо сказать моим родителям, которые воспитали меня таким. Вообще красота бывает разной. Например, Барбара

Стрейзанд – красивая женщина, правда, по внешним данным ее сложно назвать идеалом женской красоты. Выходит, что красив тот человек, который нашел внутренний покой, гармонию с самим собой, отсюда и вытекает его отношение к миру, к людям, к событиям. Он не зависит от мнений и обстоятельств, он прекрасно знает, что достойно справится со всеми радостями и горестями, которые, так или иначе, встречаются на пути каждого.

### ПЕРЕКРЕСТКИ ЖИЗНИ

Все мы проходим через переходный возраст, я тоже отдал дань юношескому максимализму и даже нигилизму, когда мне казалось, что я все знаю, а меня никто не понимает, что все советы родителей слишком старомодны и их просто нельзя воспринимать всерьез. Но когда в 17 лет я уехал от родителей в Москву поступать в театральный институт, стал жить один в совершенно незнакомом городе, то все больше приходил к мысли, что во многом родители были правы и, наверное, именно тогда начал учиться отвечать за свои поступки. Вообще мне всегда хотелось казаться старше своего возраста. В 15 лет я воспринимал себя взрослым и самостоятельным человеком. Но с приближением возраста, кото-

рый я «примерял» на себя в 15, понимал, насколько иллюзорными были мои собственные представления о себе. Сейчас я живу с мыслью, что соответствую своему возрасту, и даже не пытаюсь представить, что со мной будет через год или через пять лет, потому что загадывать все равно бессмысленно. А вот назад довольно часто оглядываюсь. Ничего не хочу менять — все события меня чему-то научили. Просто хочется вернуться в те моменты, которые не сбылись или же я сделал другой выбор, и увидеть, как бы сложилась моя жизнь, если бы в чем-то я поступил иначе...

## СБРАСЫВАЯ МАСКИ

У Георгия Вицина есть замечательная фраза: «Уходя со сцены, не забудьте выйти из образа». Существует мнение, что актеры и в жизни великие лицедеи. Я искренне считаю, что вранье простить можно, но весь ужас заключается в том, что восстановить доверие после лжи невозможно. Даже если желаешь этого всей душой. Конечно, в детстве я привирал родителям, но серьезного обмана за собой не припомню. Я очень дорожу доверием близких людей и боюсь испортить их отношение ко мне. А что касается лицедейства, то мой педагог Римма Гавриловна Солнцева учила нас, студентов, проживать роль. Я не говорю, что у меня это получается, но это то, к чему я стремлюсь. Соответственно, для меня лицедейство — это не обман, а наоборот, приближение к правде.

## ИСТОЧНИК РАДОСТИ

У каждого свои поводы для радости: филателист будет несказанно рад столетней марке,

## СПРАВКА

### ЧЕРНЫШОВ АНДРЕЙ ВЛАДИМИРОВИЧ

Родился 3 февраля 1973 г. в Киеве в семье педагогов.

Окончил Театральное училище имени М.С.Щепкина в 1994 г.

Играл в спектаклях: «Две женщины», «Королевские игры», «Юнона и Авось», «Безумный день, или Женитьба Фигаро», «Мудрец», «Варвар и еретик», «Безымянная звезда».

Участвовал в независимых антрепризах: «Дама и ее мужчины», «Дамочка, или превратности любви», «Не будите спящую собаку».

Фильмография: «Стерва для чемпиона», «Мужчина в моей голове», «Общая терапия», «Одна ночь любви», «Широка река», «Право на любовь», «Близнецы», «Две судьбы», «Свободная женщина», «Маяковский. Два дня», «Ледников» и др.

Принимал участие в популярных проектах: «Форт Боярд», «Король Ринга», «Две звезды», «Большие гонки», «Лед и Пламень».

которую случайно нашел на улице. Для меня же эта марка не будет представлять никакой ценности. В разные периоды жизни абсолютно разные вещи могут доставлять удовольствие. Иногда один бокал красного вина после напряженного съемочного дня может создать настроение. Казалось бы, обычное вино! Что в нем такого? Возможно, именно этот бокал отождествляется с отдыхом, приближением ночи и желанием подумать о чем-то своем, побыть в тишине и просто выспаться. Сейчас этот «источник радости» уже не актуален. Я с удовольствием могу и кино посмотреть, причем неважно какое, черно-белое немое или современное цветное, и с

друзьями пообщаться, и джаз послушать, и концерт, к примеру, гениальной Ширли Бэсси посмотреть. А сейчас, когда на улице тепло и солнечно, самый лучший способ восстановить силы – отправиться на природу. Всем людям важна эта связь, именно поэтому многие проводят выходные на даче, выбирают с друзьями на пикники и проводят отпуск на берегу моря.

### СЕРДЕЧНЫЕ ТАЙНЫ

Лично для меня влюбленность – это достаточно легкое, вдохновляющее чувство. С любовью же все гораздо сложнее и серьезнее – это переживания, страдания, размышления, сомнения... И даже слезы. Например, я не считаю, что мужские слезы – проявление слабости, для меня это большая степень откровенности перед кем-то, даже перед самим собой... Есть ли различия между женским чувством и мужским? Наверное, есть. Как мне кажется, женщины предпочитают забегать на несколько шагов вперед в отношениях, а мужчины, как правило, наоборот, делают шаги назад. У меня был период, когда я, не раздумывая, следовал увлечениям, но тем не менее, сверхзадачей всегда было желание встретить женщину, с которой бы я смог провести всю свою жизнь, так же как и она со мной. Мне часто задают вопрос: «Что главное в отношениях?» Конечно, людям должно быть комфортно друг с другом. Я не против того, чтобы женщина реализовывала себя не только в семье, но и в карьере. Если у человека есть желание и стремление проявить свой талант, то почему я должен препятствовать этому? Если женщине больше нравится создавать в доме уют, то это тоже ее право, значит, она будет жить в гармонии, и мне с ней будет хорошо. Так что в отношениях, на мой взгляд, помимо любви, важны верность, уважение и желание поддерживать друг к другу интерес. ¶





«Я ВСЕГДА ОПАСАЛСЯ РОЛЕЙ СМАЗЛИВЫХ ГЕРОЕВ, ДЛЯ МЕНЯ ВАЖНА СУТЬ ПРОФЕССИИ, А НЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ХОДИТЬ ПО СЦЕНЕ И КРАСОВАТЬСЯ ПЕРЕД ЗРИТЕЛЯМИ».

## ЕЛЕНА МАХИНЯ: МОНИТОРИНГ СПЕЦОЦЕНКИ



**Я хотела бы более подробно остановиться на уже существующих методах совершенствования охраны труда и на тех средствах, которые еще могут быть задействованы.**

Во всем мире, и Россия не исключение, решение таких основополагающих задач, как охрана труда, находится на стыке интересов государства, работника и работодателя, всех сторон социального партнерства. Охрана труда, жизнь и здоровье трудоспособного населения является одним из приоритетов государственной политики. Если мы говорим о крупных предприятиях, то высокий уровень охраны труда на крупных предприятиях подразумевает, как правило, и высокую социальную роль этого предприятия в выполнении поручений президента. Если мы говорим о малом бизнесе, то состояние охраны труда там – это прямое отражение того, насколько быстро адаптируется система управления на предприятии, что говорит об уровне его конкурентоспособности. И жизнеспособности, если хотите. Потому что если происходит какой-то прецедент на предприятии, то с большой вероятностью это предприятие будет просто-напросто закрыто и, в лучшем случае, продолжит свою работу под другой вывеской. К сожалению, очень часто роль и важность

### МАХИНЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ КОМИТЕТА  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА И СОХРАНЕНИЮ  
ТРУДОВЫХ РЕСУРСОВ

ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ «ДЕЛОВАЯ РОССИЯ»

(По материалам выступления в рамках  
Первой Всероссийской Недели охраны труда,  
Сочи, апрель 2015)



работы по охране труда на предприятиях, особенно на малых, недооценивается.

Есть одно из заданий президента по созданию **25** млн высокоэффективных рабочих мест. Конечно, это относится большей частью к крупному бизнесу. Но эта очень амбициозная задача может быть решена только в свете улучшений условий труда и модернизации рабочих мест, потому что естественного прироста рабочей силы в РФ нет. Можно сравнить, какими темпами идет прирост в странах БРИКС и у нас. Экономически активное население увеличивается ежегодно в такой богатой людскими ресурсами стране, как Индия, порядка на **2,4%**. В Китае, на который сейчас с интересом смотрит весь мир, а Россия видит в нем стратегического партнера, – всего лишь **2,7%**. В Бразилии – **1,9%**. А мы ставим для себя высокую планку в **4,4%** прироста экономически активного населения в год. При текущей структуре трудовых ресурсов, конечно, можно создавать новые высокоэффективные рабочие места – но только в очень ограниченных количествах. И здесь появляется еще один посыл к экономическому стимулированию со стороны государства. Основными направлениями, за счет чего можно создавать новые высокоэффективные рабочие места, может быть и повышение качества профобразования, и обучение по охране труда, – та, собственно говоря, образовательная линия, которая реализовывалась за счет средств ФСС. Потребность в ней не отпала.

Другим посылом может быть модернизация производства в целом и применение высокоэффективных современных СИЗ. А также нельзя не учитывать необходимость упрощения доступа на наши рынки высококвалифицированной рабочей силы, в том числе и с других рынков.

Постулат о том, что профилактика всегда экономически выгоднее по сравнению с лечением и возмещением, ни для кого не новость, и в связи с этим сейчас в Минтруде разрабатывается концепция закона о гигиене и безопасности, которая предусматривает переход от системы абсолютной безопасности к системе управления профессиональными рисками. В настоящее время на предприятиях с вредными и опасными условиями труда обеспечение спецодеждой и обувью, СИЗ работников, защита их жизни и здоровья осуществляется в соответствии с типовыми нормами, – и порой эти типовые нормы являются и морально, и технологически устаревшими, так как были разработаны достаточно давно, в том числе и до вступления в силу технического регламента Таможенного союза **0192011** и, собственно

«Сейчас при разработке национальной системы компетенции и квалификации, при переходе от старых справочников профессий к профессиональным стандартам мы перешли от понятий «инженер по охране труда» к понятию «специалист по охране труда», что повысило статус наших коллег. Экономические меры – это важно, но, с другой стороны, существуют и имиджевые моменты, то, как позиционируется охрана труда на предприятии».

«Если говорить о потерях вследствие неблагоприятных условий труда то, в целом в мире эта цифра составляет порядка 4%. В России это еще на 10% больше, и более половины из этой суммы ложится на плечи работодателя. Это и потери вследствие травматизма и профзаболеваемости, и дополнительные отпуска, и сокращение продолжительности рабочей недели».

говоря, ряд профессий уже просто не соответствует тем профессиям, которые отражены в типовых нормах. И это приводит к тому, что часть работодателей вынуждены обеспечивать улучшение условий труда, защиты своего персонала за счет своей прибыли. Что в нынешней экономической ситуации является еще одной нагрузкой. К сожалению, в настоящее время не финансируется разработка новых норм со стороны государства и, как правило, нормы появляются в тех сферах, где инициаторами являются представители бизнеса, то есть, это, как правило, крупные предприятия.

Если конкретно говорить о тех механизмах, которые мы можем использовать сейчас – Фонд социального страхования, – это прежде всего финансирование предупредительных мер, мер по сокращению производственного травматизма и профзаболеваний, в соответствии с приказом 190н, который в том числе предусматривает финансирование и проведение специальной оценки условий труда, которую многие сейчас проводят либо планируют проводить, и реализацию различных мероприятий по приведению в соответствие с нормативными требованиями в сфере охраны труда, обучение в сфере охраны труда, и приобретение СИЗ, и даже проведение медицинских осмотров. В настоящее время размер финансового обеспечения может составлять до 20% средств, отчисляемых в ФСС. Профсообщество выходило

с предложением увеличить эту сумму до 30%. Работа в этом направлении продолжается. За весь период применения этого инструмента государством было выделено более 50 млрд руб., в том числе за прошлый год порядка 7,5 млрд руб, из которых 3,5 млрд пошло на приобретение средств индивидуальной защиты, спецодежды и обуви.

Еще один инструмент, который станет для нас доступен в самое ближайшее время, – это система изменения класса-подкласса условий труда при применении средств индивидуальной защиты. В данный момент Минтруд – а я вхожу в состав рабочей группы по мониторингу проведения специальной оценки – приглашает предприятия, представителей бизнеса для апробации данной методики, в ходе которой можно будет оценить систему в режиме ручного содействия у себя на предприятии, стать пилотным предприятием и эталоном для дальнейшей оптимизации этого инструмента. В данный момент при применении работниками эффективных СИЗ – именно тех СИЗ, которые прошли обязательную сертификацию, так как в настоящее время методика распространяется только на сертифицированные СИЗ – в ходе работы комиссии может быть на одну степень снижен

класс условий труда на основании заключения эксперта. А в ходе согласования с территориальным органом Роспотребнадзора возможно снижение на **2** степени. А в дальнейшем будет вестись работа, чтобы методика была распространена не только на СИЗ, которые подлежат обязательной сертификации, но и добровольной. Потому что у нас есть масса системообразующих ключевых предприятий, где очень важные сферы деятельности сотрудников защищаются СИЗ, которые в соответствии с требованиями ТР ТС не подлежат обязательной сертификации.

Что нам дает эта методика для прямой оптимизации расходов работодателя? Мы также можем использовать дополнительные дифференцированные тарифы дополнительных взносов в пенсионный фонд. Сейчас в разы отличаются ставки этих тарифов: для класса **3.1** – это **2%**, для класса **3.2** – **4%**, **3.3** – **6%**.

Хочу обратить внимание на то, что данная методика может применяться только для рабочих мест с вредными условиями труда. Она не распространяется на оптимальные допустимые условия работы, а также на места с опасными условиями труда.

Для крупных предприятий отсутствие травматизма является одним из важных показателей и работы менеджмента, и работы совета директоров. Это формирование имиджа социально-ответственного работодателя, что всегда очень важно для привлечения высококвалифицированных рабочих кадров. И повышения лояльности работников. И повышения удовлетворенности персонала своей работой. Также это напрямую связано с формированием корпоративной культуры и понимания сотрудников, что безопасность должна идти прежде всего.

Нашим комитетом при поддержке центра стратегических инициатив реализуется проект по созданию сети внедрения современных средств охраны труда, и проект как раз подразумевает консультационно-разъяснительную работу по вопросам эффективного использования механизма господдержки и правильного выбора и применения СИЗ. Он является абсолютно бесплатным для участников, префекты реализуются практически на всей территории РФ, с некоторым акцентом на те регионы, где сосредоточено максимальное количество рабочих мест с вредными и опасными условиями труда. Наш комитет является интеграционной площадкой для обсуждения и поиска путей решения существующих проблем и перспектив развития в сфере охраны труда. Приглашаем к совместной работе, в том числе и по совершенствованию существующего законодательства, и по вопросам формирования профессионального сообщества. ¶

«Что касается совершенствования норм по бесплатной выдаче СИЗ – это та работа, которая требует активного участия всех заинтересованных лиц. В декабре 2014 года были приняты новые нормы, новая редакция норм для сквозных профессий, этот документ затрагивает практически все отрасли и закрывает те профессии, которые не были учтены так или иначе в других отраслевых нормах».

предупреждая РИСКИ



**RISK**

В нашей стране возрастающий интерес к вопросам охраны труда и безопасности сотрудников со стороны компаний, к сожалению, по большей части связан с изменением и ужесточением нормативных законодательных требований и увеличением штрафов при проверках государственными органами...

Татьяна Язева

**Однако на этом фоне многие организации начинают присматриваться к западной модели управления охраной труда и внедряют лучшие практики, которые имеют более системный подход, охватывающий каждый уровень организационной структуры, каждый уголок на производстве и каждый производственный и вспомогательный процесс.**

Охрана труда в такой системе становится более проактивной и начинается уже на этапе планирования, а не на этапе расследования несчастного случая, как это часто встречается. А ведь предупредить инциденты на самом деле совсем не сложно, как это может показаться на первый взгляд, и, более того, совершенно не нужно изобретать велосипед. В зарубежных, международных практиках уже существует множество инструментов для этого. Одной из превентивных мер по предотвращению инцидентов является идентификация и оценка рисков. Оценка рисков – система мероприятий, направленных на выявление и уменьшение рисков на рабочих местах, которые представляют или могут представлять угрозу для жизни и здоровья сотрудников. В процессе таких мероприятий идентифицируются риски, которые могут иметь не только реальное, но и потенциальное влияние на здоровье и безопасность сотрудников. Под рисками в данном случае понимаются хорошо всем нам известные опасные и вредные производственные факторы.

Оценка рисков уже завоевала свое место в бизнесе многих крупных компаний благодаря системе менеджмента профессиональной безопасности и здоровья **OHSAS**, частью – можно даже сказать, сердцем – которой она является, и уже давно и активно используется по всему миру. Это непрерывный про-

Если не брать в расчет представителей малого и среднего бизнеса, которые по-прежнему на охране труда предпочитают экономить, то крупные государственные корпорации и предприятия-гиганты сегодня к проблеме безопасности своих сотрудников относятся вполне серьезно.

## ОЦЕНКА РИСКОВ

Идентификация и оценка рисков проводится с целью определения воздействий производственной деятельности организации на здоровье и безопасность сотрудников. Это постоянный и непрерывный процесс в организации, определяющий прошлое, текущее и потенциально возможное будущее воздействие прямой и косвенной деятельности организации на здоровье работников и безопасность труда.

Процесс идентификации опасностей и назначения необходимых мер для оперативного на них реагирования, начиная с момента планирования производства и с учетом всех происходящих изменений как внутри организации, так и извне.

Как у любого процесса, у оценки рисков есть входные и выходные данные, которые сразу помогут вам ответить на вопрос: зачем нужно проводить оценку рисков и если все-таки нужно – что для этого понадобится?

Итак, входными данными процесса являются:

- ▶ законодательная и другая нормативная документация, которая регламентирует требования производства в сфере охраны труда;

- ▶ данные об инфраструктуре, оборудовании и материалах, которые используются при осуществлении деятельности организации.

Выходными данными процесса являются:

- ▶ реестры рисков на рабочих местах подразделений организации с присвоенной степенью опасности;

- ▶ мероприятия по минимизации рисков (план действий).

Ответив на два самых главных вопроса и приняв положительное решение о необходимости проведения оценки рисков, можно углубиться в детали самого процесса.

Здесь сразу стоит отметить, что процесс оценки рисков сам по себе является очень гибким, разные организации используют разные методы и разные инструменты оценки рисков, но, тем не менее, все приходит к общему знаменателю. Поэтому в этой статье будет описана «рыба» процесса одного из вариантов проведения оценки рисков.

Первичная оценка и ежегодный периодический пересмотр рисков на рабочих местах проводится руководителем подразделения или сотрудником, назначенным ответственным за выполнение данного процесса приказом, при участии представителя службы охраны труда.

Оценка рисков, как правило, проводится ежегодно, а также в случае, если:

- ▶ проводятся изменения в производственных процессах;

- ▶ произошел несчастный случай или инцидент;



- ▶ вводится в эксплуатацию новое оборудование или участок;
- ▶ внедряются изменения в виде деятельности;
- ▶ изменяются законодательные или другие требования.

Процесс оценки рисков на рабочих местах включает следующие четыре этапа:

1. Анализ объекта.
2. Заполнение матрицы идентификации и оценки рисков.
3. Определение параметров частоты возникновения рисков и причиненного воздействия, присвоение класса риска.

#### 4 ЭТАПА ОЦЕНКИ РИСКОВ

- 1) АНАЛИЗ ОБЪЕКТА
- 2) ЗАПОЛНЕНИЕ МАТРИЦЫ ИДЕНТИФИКАЦИИ И ОЦЕНКИ РИСКОВ
- 3) ОПРЕДЕЛЕНИЕ КЛАССА РИСКОВ
- 4) ОПРЕДЕЛЕНИЕ КОРРЕКТИРУЮЩИХ И ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИХ МЕР



#### ПРОСТО И УДОБНО

Плюсы метода идентификации и оценки рисков:

- простота в работе;
- доступность в информации и материалах;
- относительная быстрота выполнения;
- реализуемость конечного результата;
- является проактивным инструментом;
- не несет никаких финансовых затрат;
- вовлекает в работу сотрудников разных уровней.

4. Определение корректирующих и предупреждающих действий. Давайте рассмотрим подробнее вышеперечисленные этапы:

1) Анализ объекта. На этом этапе необходимо собрать полную информацию о процессе и окружающей его инфраструктуре:

► Здание, техника и оборудование (занимаемая площадь, состояние и количество оборудования), техническая документация и т.п.;

► Нормативные документы, регламентирующие все производственные процессы;

► Персонал (количество, должностные инструкции, уровень подготовки и т.п.);

► Выполняемые процессы, блок-схемы, производственные инструкции и т.п.

Информация собирается с помощью документации, а также с помощью опросов сотрудников, занятых на производстве на каждом конкретно рассматриваемом рабочем месте.

2) Заполнение матрицы идентификации и оценки рисков. Вся собранная информация вносится в соответствующие столбцы указанной ниже матрицы.



► В столбец **2** заносятся выполняемые стандартные процессы производства, а также нестандартные и вспомогательные процессы (в том числе работа подрядных организаций)

по информации от владельцев и участников данных процессов с помощью блок-схем и производственных инструкций.

► В столбец **3** заносятся выполняемые действия (пошаговые), из кото-

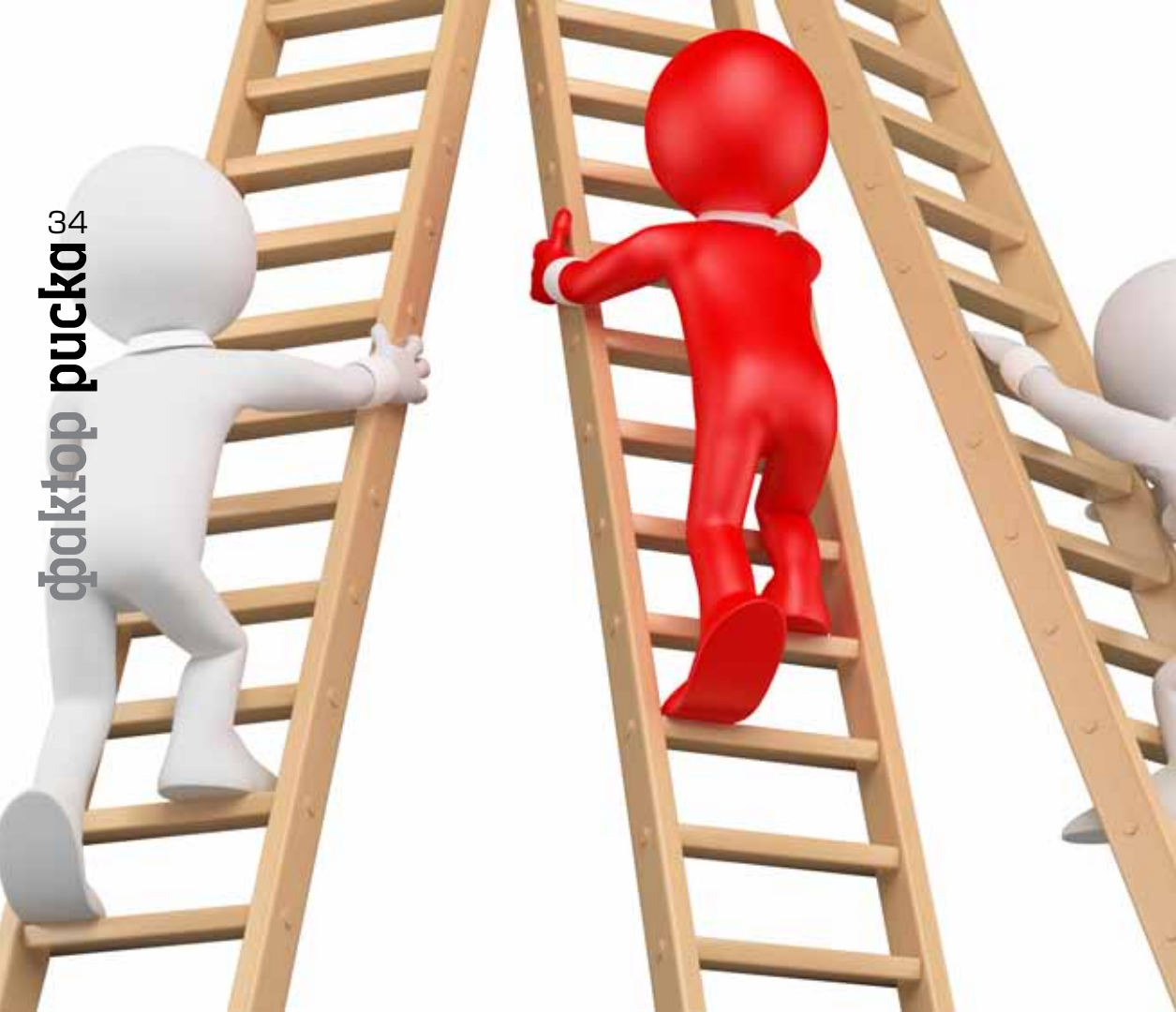
рых состоит сам производственный процесс.

► В столбец **4** заносятся риски (опасные и вредные факторы), возникающие на рабочем месте во время выполнения работы – конкретного действия.

Матрица 1

1	2	3	4	5	6	7	8
№	Процесс	Действия	Опасные и вредные факторы	Частота	Причинное воздействие	Класс риска	Корректирующие и предупреждающие действия





Корректирующие и предупреждающие меры по каждому риску разрабатываются в следующем порядке:

- 1) Устранение
- 2) Замена
- 3) Увеличение мер технического контроля
- 4) Размещение знаков безопасности
- 5) Выдача СИЗ

3) Определение параметров частоты возникновения рисков и причиненного воздействия, присвоение класса риска. С помощью Таблицы 1 определяется частота возникновения рисков (опасные и вредные факторы) по каждому выполняемому действию и заносится в столбец 5 матрицы.

Таблица 1

Частота воздействия	
1	Вероятность травмы практически исключена
2	Низкая вероятность травмы
3	Подобная травма однажды происходила
4	Подобная травма неоднократно происходила
5	Высокая вероятность травмы, может произойти в любую минуту

Таблица 2

Причиняемое воздействие	
1	Незначительные последствия, которые могут потребовать первую помощь, утрату трудоспособности менее чем на 1-3 дня
2	Последствия, которые могут привести к потере трудоспособности более чем на 3 дня
3	Последствия, которые влекут к потере трудоспособности более чем на неделю
4	Серьезные последствия или инвалидность
5	Серьезные необратимые последствия или смерть

4) С помощью Таблицы 2 определяется степень причиняемого воздействия при худшем исходе воздействия опасных и вредных факторов. Результат заносится в столбец 6 матрицы.

Далее, с помощью нижеуказанной Таблицы 3 определяем класс риска на пересечении выявленной степени воздействия и выявленной частоте возникновения рисков. Полученный показатель заносится в столбец 7 матрицы.

4) Определение корректирующих и предупреждающих действий. После того как все действия каждого рабочего процесса оценены и каждому присвоен класс риска, можно начинать работу над снижением класса риска.

Здесь каждая организация решает самостоятельно, над какими рисками стоит работать, а с какими можно смириться, так как их класс совсем не высокий и находится в «зеленой» зоне. Многие сводят к минимуму класс каждого риска, независимо от его класса. (Безопасность лишней не бывает!)

Таким образом, по каждому требующему вниманию действию разрабатываются предупреждающие меры в следующем иерархическом порядке:

- ▶ Устранение.
- ▶ Замена.
- ▶ Увеличение мер технического контроля.

#### РИСК = ОПАСНОСТЬ

Выявив опасную ситуацию, необходимо задуматься над ее причинами и следствиями. Тщательный поиск и анализ причин, приводящих к опасной ситуации, поможет разработать наиболее эффективные мероприятия по ее предотвращению. Важно также установить цепь событий, приводящих к опасной ситуации.

Причины опасных ситуаций и событий, приводящие к ней, необходимо искать в разных сферах, учитывая организацию труда, его методы, условия труда, учитывать действия работников и опасные приемы трудовой деятельности, организацию и руководство производством.

(OHANA-BGD.RU)

Таблица 3

	1	2	3	4	5	Воздействие
1	1	1	1	2	3	
2	1	2	3	3	6	
3	1	3	4	6	8	
4	2	3	5	7	9	
5	2	4	6	8	10	
Частота						

**ЧТО ТАКОЕ OHSAS?**  
**OHSAS – ЭТО МЕЖДУНАРОДНЫЙ СТАНДАРТ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЙ РАБОТУ ОРГАНИЗАЦИЙ В ОБЛАСТИ ОХРАНЫ ТРУДА, БЛАГОДАРЕ КОТОРОМУ РАБОТОДАТЕЛЬ ПОЛУЧАЕТ В РУКИ ИНСТРУМЕНТЫ КОНТРОЛЯ И УПРАВЛЕНИЯ РИСКАМИ, ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ИНЦИДЕНТОВ И НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ, СОЗДАНИЯ БЛАГОПРИЯТНЫХ И ЗДОРОВЫХ УСЛОВИЙ ТРУДА, СОКРАЩЕНИЯ КАК ПРЯМЫХ, ТАК И КОСВЕННЫХ ИЗДЕЖЕК КОМПАНИИ.**

- ▶ Размещение предупреждающих надписей или мер административного управления.
- ▶ Выдача и использование СИЗ.

Вся информация заносится в столбец **8** матрицы идентификации и оценки рисков.

Таким образом, мы получаем план действий, который должен быть выполнен до следующей оценки рисков. Полученные действия можно также добавить в план мероприятий на год, который по нормативным требованиям должен разрабатываться в каждой организации на ежегодной основе.

Здесь следует добавить, что многие предприятия после намеченных мер повторно оценивают данные риски, учитывая запланированные мероприятия, чтобы проверить, насколько понизится класс риска и насколько эффективны запланированные меры.

На этом основной цикл процесса оценки рисков завершается – риски идентифицированы, меры по их устранению обозначены. Впереди предстоит непрерывная работа над планом действий, идентификация новых рисков и, соответственно, ежегодный пересмотр.

Как мы видим, оценка рисков является со всех сторон выгодным и удобным инструментом охраны труда. Она позволяет вовремя найти и по максимуму снизить воздействие вредных и опасных факторов на сотрудников заблаговременно. Это один из самых мощных проактивных инструментов охра-



ны труда, позволяющий вовремя «подложить соломку». Оценкой рисков можно пользоваться без каких-либо специализированных обучений и программ и эта форма является абсолютно бесплатной для организации.

Также, как огромный и отдельный плюс, важно отметить вовлеченность и вклад рядовых сотрудников в этот процесс. Когда сотрудники будут вовлечены в процесс оценки рисков и будут принимать в нем непосредственное участие, они уже не смогут пройти мимо нарушения, пренебрежительно относиться к правилам охраны труда, будут вовремя сообщать о каких-либо неисправностях и инцидентах на рабочем месте. Ведь безопасные условия труда – ответственность каждого из нас!

**P.S.** Тем, кого заинтересовала данная статья и кто хочет получить более детальную информацию по идентификации опасности, оценке риска и управления рисками, стоит обратиться к **OHSAS 18001** и его руководству по внедрению – **OHSAS 18002**. ¶

Кроме собственно опасностей необходимо выявить работников, подвергающихся опасностям. Подверженными опасности будут, помимо оценщиков, работающие лица, а также все посторонние лица, на которых может по разным причинам воздействовать опасность.  
(OHRANA-BGD.RU)

## ОЛЬГА ЯКУШЕВА: за все нужно отвечать



Требования в сфере охраны труда установлены как Трудовым кодексом, в котором эти вопросы включены в главу 33, так и многочисленными законами, постанов-

лениями правительства, санитарными нормами и другими подзаконными актами.

Поэтому, как правило, если предприятие попадает под плановую или внеплановую проверку Государственной инспекции по труду, то львиная доля нарушений приходится именно на охрану труда.

### ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ С «НЕ»

Как правило, на предприятиях все нарушения начинаются с приставки «не» – непроведение обучения и инструктажей по ОТ, невыдача СИЗ, непроведение специальной оценки условий труда. А ведь причиной несчастных случаев становятся именно эти нарушения.

Как ни грустно об этом говорить, но на первом месте по нарушениям в сфере охраны труда продолжает оставаться строительство. Самое страшное здесь – падение с высоты. Практика показывает, что подобные инциденты случаются по самым банальным причинам: работников не обучили азам охраны труда, или не обеспечили страховочным поясом, или забыли огородить опасные зоны, или не провели оценку вредных производственных факторов и потенциальных рисков на рабочем месте. Говоря коротко, о спецоценке попросту забыли.

ОЛЬГА ЯКУШЕВА

Директор филиала «Саратовский»  
направления «Охрана труда и Экология»  
Группы компаний SRG

Весь трагизм ситуации усугубляется наличием в строительстве «серой занятости», когда работодатель не оформляет работника официально по трудовому договору. Этот факт абсолютно снимает любую ответственность с работодателя. Он всегда может сказать, что видит пострадавшего на стройке человека впервые, и как он оказался на объекте строительства, неизвестно. А это значит, пострадавший вряд ли получит материальную компенсацию от государства или нанимателя.

Но помимо травм, серьезной проблемой является воздействие вредных производственных факторов на человека. То есть, на работника могут воздействовать повышенный уровень шума (риск потери слуха), химические факторы (риск снижения иммунитета, развития аллергических заболеваний, поражения почек, печени и др.) и ряд других факторов.

Уже второй год действует 426-ФЗ «О специальной оценке условий труда», который обязывает каждого работодателя с привлечением специализированной аккредитованной организации оценить те вредные факторы, которые есть на рабочих местах и в обязательном порядке проинформировать о них работников. А в случае выявления вредных условий труда предоставить предусмотренные Трудовым кодексом компенсации: доплату, дополнительный отпуск, сокращенную продолжительность рабочего времени.

С 1 января текущего года введены и уже действуют новые штрафы за нарушение требований охраны труда. Непроведение специальной оценки условий труда обойдется работодателю в **60-80** тысяч рублей. Допуск работника без прохождения обучения по охране труда, а также медицинских осмотров влечет наложение штрафа на юридических лиц – от **110** до **130** тысяч рублей. Необеспечение работников средствами индивидуальной защиты будет стоить юридическому лицу от **130** до **150** тысяч рублей. Помимо этого предусмотрены достаточно высокие штрафы на должностных лиц и ИП.

Что делать, если ваши права в сфере охраны труда нарушаются? На каждом предприятии, как правило, есть специалист по охране труда. Это первый человек, к которому вам следует обратиться. Руководители стали уделять больше внимания охране труда из-за увеличения размеров штрафов. Но если работодатель не хочет идти вам навстречу и исправить нарушения, будет логично обратиться в Государственную инспекцию труда. Обычно Госинспекция проводит оперативное расследование и принимает эффективное решение. При этом, по вашему желанию, ваше имя не будет разглашено. ¶

В Саратовской области, по данным регионального Минтруда, наибольшее количество работников, занятых в неблагоприятных условиях труда, приходится на производство нефтепродуктов – **89,9%**, химическое производство – **63,6%**, производство минеральных продуктов – **35,9%**, производство транспортных средств и оборудования – **34 %**, производство электроэнергии, газа и воды – **29,7%**, на организации транспорта – **36,7%**, строительства – **30%**.



ADVANCED  
SCORE  
PLACEMENT  
RESULT  
PROMOTION  
POSITIONING

# SEO

SEARCH ENGINE OPTIMIZATION



СПРАВКА

**ВЯЧЕСЛАВ ЧЕРКАШИН**



Преподаватель курса  
«SEO от основ до  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ПРОДВИЖЕНИЯ»  
учебного центра UNIBRAIN

**ЛАРИСА АЛЕКСЕЕВА**



Выпускница курса  
«SEO от основ до  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ПРОДВИЖЕНИЯ»  
учебного центра UNIBRAINS

**ДМИТРИЙ ПУШИЛИН**



Преподаватель курса  
«SEO от основ до  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ПРОДВИЖЕНИЯ»  
учебного центра UNIBRAINS





# две стороны SEO

В народе говорят, оптимизаторами не рождаются – оптимизаторами становятся. О том, как проходит обучение такой немаловажной сегодня специализации, как SEO, рассказали преподаватели и студенты учебного центра Unibrains.

## ОТ ШАМАНОВ ДО СПЕЦИАЛИСТОВ

**Вячеслав Черкашин, преподаватель курса «SEO от основ до профессионального продвижения» учебного центра Unibrains:**

– Наш курс посещают студенты разного уровня знаний. Одни совсем не понимают, что такое SEO: по их мнению, оно сродни шаманским танцам с бубнами вокруг сайта, который в результате этих действий растет в поисковой выдаче. Другие знакомы с основами SEO, но знания требуют структурирования и актуализации: некоторые слушатели всерьез полагают, что на положение сайтов в поисковиках влияет ссылочное ранжирование и что ссылки нужно покупать постоянно.

Студенты проходят обучение на собственных проектах. Хотя мы и советуем не вносить полученные рекомендации до окончания курса, не все слушатели способны удержаться. Тем интереснее наблюдать, как быстро наступают положительные изменения: у кого-то растет конверсия, кто-то выводит ресурс в ТОП по запросам.

Но это не значит, что обучение проходит легко: некоторые темы приходится объяснять по несколько раз, приводить разные точки зрения. Но именно

SEO (SEARCH ENGINE OPTIMIZATION) – это ряд мероприятий в Интернет, целью которых является достижение рейтинговых позиций сайтов в поисковых системах по выбранной группе ключевых запросов (например, «купить кондиционер», «регистрация ООО»). Главной задачей SEO является привлечение большого количества посетителей, чтобы впоследствии достичь определенных целей, которые ставят перед собой коммерческие фирмы либо частные лица.  
(сайт Школа SEO)

такие сложные вопросы усваиваются лучше всего. Этому способствует и совместная практическая работа, во время которой слушатели могут поделиться опытом и наблюдениями с коллегами.

Прогресс студентов иногда поражает: на курсе был слушатель, который хотел самостоятельно продвигать свой интернет-магазин или хотя бы научиться ставить задачи подрядчикам. Первое время мне казалось, что он не сдаст экзамен – настолько тяжело давались знания. Но вопреки ожиданиям, студент продемонстрировал, насколько полно ему удалось применить полученную информацию на проекте путем качественной оптимизации сайта.

#### КОКТЕЙЛЬ ИЗ SEO И МАРКЕТИНГА

**Дмитрий Пушилин**, преподаватель курса «SEO от основ до профессионального продвижения» учебного центра Unibrains:


– Многие классические инструменты SEO идут вразрез с общей маркетинговой стратегией компании. Поэтому в оптимизации нельзя забывать про маркетинг и бизнес в целом, хотя зачастую специалисты уходят в технические детали ремесла.

На этой тонкой грани студенты балансируют и при сдаче выпускного экзамена. Их задача – составить SEO-аудит проекта, а потом защитить работу перед преподавателями курса. Проверяющим важно все: техническая сторона аудита, скрупулезность его составления, знание теоретической базы, а также умение слушателя донести свои мысли. Были случаи, когда студенты с хорошей технической базой не могли аргументировать принятые решения и убедить в их правильности. Тогда как в SEO без твердой позиции не обойтись, потому что на внедрении изменений на сайте часто приходится настаивать.

Процесс обучения требует отдачи от студентов: многочисленные тесты, задания, дополнительные занятия держат в тонусе до окончания курса. Сдать экзамен удастся не каждому: по статистике, около 35% слушателей не справляются с высоким уровнем нагрузки в ходе обучения.

#### SEO-ТЕРМИНЫ

УПОМИНАЕМЫЙ  
ТОП – ЭТО НА ЯЗЫКЕ ПРОФИ ПЕРВАЯ ДЕСЯТКА В ВЫДАЧИ. КОГДА ВЫ НАБИРАЕТЕ ЗАПРОС В ПОИСКОВУЮ СТРОЧКУ БРАУЗЕРА, ВАМ ГУГЛ ИЛИ ЯНДЕКС ВЫДАЮТ ПЕРВЫЕ 10 ОТВЕТОВ, ПЛЮС МИЛЛИОНЫ ДРУГИХ СТРАНИЦ, ВОТ ЭТИ ПЕРВЫЕ 10 ОТВЕТОВ И ЕСТЬ ТОП – ВЕРШИНА ВЫДАЧИ. НО! ОПЫТНЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЫ ОТМЕЧАЮТ, ЧТО ДАЖЕ ПРАВИЛЬНО ОПТИМИЗИРОВАННАЯ СТРАНИЦА ЕЩЕ НЕ ГАРАНТИРУЕТ ВЫХОДА В ТОП ПОИСКОВЫХ СИСТЕМ.



Если говорить о выпускниках, то, как и в любом учебном процессе, выделяются люди с большими или меньшими успехами в изучении предмета. Иногда недостаточно мотивации, иногда не хватает времени на тщательное выполнение домашних заданий. Среди выпускников можно выделить 20% тех, кому бы я реально доверил работу над своим проектом. Как ни странно, это студенты, поступившие на курс с минимальными знаниями в поисковой оптимизации.

## С 20 СТРАНИЦЫ НА 20 МЕСТО

**Лариса Алексеева**, выпускница курса «SEO от основ до профессионального продвижения» учебного центра UniBrains: – В марте 2014 года я открыла собственный интернет-магазин по продаже одежды для новорожденных. Сайт был не оптимизирован и находился аж на 20 странице выдачи «Яндекса». И что бы я ни делала, улучшить позиции не получалось.

Сначала пыталась найти ответы в профессиональной литературе, на тематических форумах, но окончательно запуталась – настолько противоречива была информация. К тому же, новые знания тяжело усваивались: чтобы понять специализированные тексты, приходилось постоянно уточнять незнакомые слова в «Википедии». В итоге оформилось только четкое понимание, что нужно ближе познакомиться с SEO.

Поступив на курсы, уже после первых занятий стало ясно: у моего сайта большие проблемы.

Хотелось как можно скорее кардинально изменить его, но преподаватели отговорили. По их словам, полное представление о проблеме и ее решении сложится к окончанию курса. Действительно, ближе к этому времени осознала, что начинать нужно с семантического ядра.

Я была крайне удивлена, когда в результате увидела сайт на первой странице органической выдачи. Продолжив работу, расширила пул запросов и добилась того, что по одним сайтам поднялся с 20-30 страницы на 20-30 место, а по другим – стал входить в ТОП-10. ¶

## SEO-ТИПЫ

Люди, которые занимаются SEO продвижением, подразделяются на два типа:

1) Оптимизаторы, которые любыми путями продвигают свои страницы, невзирая на качество и потребность пользователей. Так называемое «черное» SEO.

2) Веб-мастера и оптимизаторы, которые естественным путем развивают свои ресурсы и стараются сделать их более доступными для поисковых систем, чтобы в итоге дать пользу людям, а сайты вести долгое время. Так называемое «белое» SEO.



# алкоголики И ТУНЕЯДЦЫ

Помните сцену с «гражданами алкоголиками и тунеядцами» из комедии о приключениях Шурика? В момент выхода фильма на экран, в 1965-ом, тема тунеядства была не просто актуальна – она вызывала ужас даже у законопослушных граждан. Волею судьбы оставшиеся без работы даже на пару дней рисковали заполучить массу неприятностей. Похоже, те времена возвращаются.

Екатерина Вулих

## НУ, КТО ЭТО ТУТ ТУНЕЯДЕЦ?

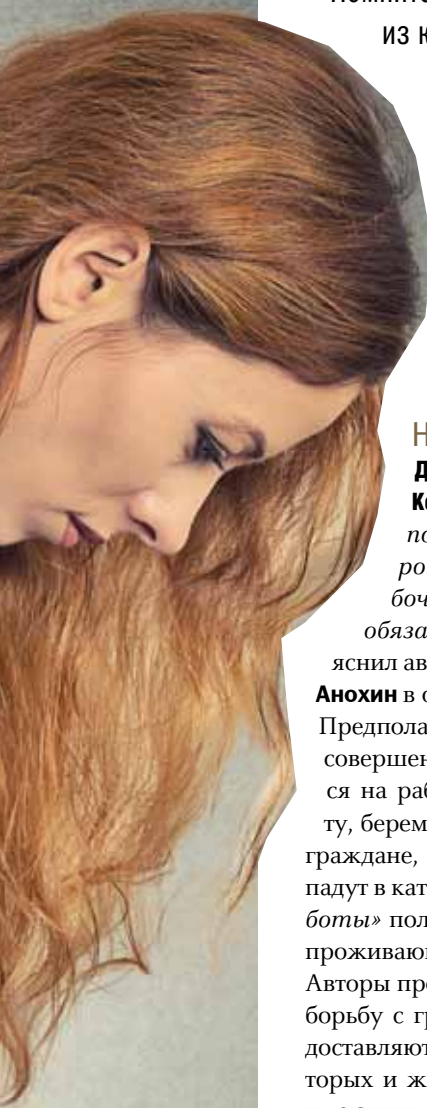
**Депутаты Санкт-Петербурга предложили немного «подправить» Конституцию РФ.** *«...В числе прочего я предлагаю внести поправки в 37-ю статью Конституции: с одной стороны, мы обязуем государство обеспечить граждан рабочими местами, а с другой – вводим такое же понятие обязательного труда и для самих жителей России»,* – пояснил автор инициативы, депутат петербургского ЗАГСа **Андрей Анохин** в одном интервью.

Предполагается, на год принудительных работ будут привлечены совершеннолетние граждане, так и неудосужившиеся устроиться на работу в течение шести месяцев. Согласно законопроекту, беременные женщины, матери детей до 14-летнего возраста, граждане, ухаживающие за инвалидами (членами семьи), не попадут в категорию тунеядцев. Официальное «освобождение от работы» получают также священнослужители и россияне, постоянно проживающие за границей.

Авторы проекта уже пояснили ряду СМИ, что закон направлен на борьбу с гражданами, которые ведут асоциальный образ жизни, доставляют массу неприятностей членам своей семьи, за счет которых и живут. Вроде бы, забота о добропорядочных россиянах, имеющих в семье подобного «паразита», понятна и даже приятна. Однако, как всегда, нашелся целый ряд «но».

Как только законопроект был озвучен, обсуждения не заставили себя долго ждать. *«Давайте, задушите русский народ законом о тунеядстве. Мало вам того, что и так приходится неофициально работать, потому что официальные зарплаты мизерные, так теперь хотите, чтобы*

В САМОМ ОТВЛЕЧЕННОМ, БЫТОВОМ ПОНИМАНИИ слова, тунеядство – это безделье. Однако в СССР с 1961 по 1991 гг. это жизненное явление было уголовно наказуемо.





В СССР обычной практикой было посылать «общественный актив» из горожан на обход и «ознакомление» с жизнью и бытом жителей многоквартирных домов.

*все работники требовали официального трудоустройства от работодателей, потому что если этого не будет, им будет грозить статья», – восклицает в Сети Катерина Кривоухова.*

*«Безделье как образ жизни порождает ряд условий и предпосылок для вовлечения лиц, являющихся тунеядцами, в преступную среду и деятельность. Повышенная общественная опасность тунеядства обусловлена еще и тем, что оно не только чуждо принципам общества и государства, но и является питательной средой для многих других преступлений. Неработающие лица нередко совершают имущественные, насильственные и другие опасные преступления и живут на нетрудовые доходы», – резонно замечает другой пользователь.*

Интернет-пользователи сразу же нашли в законопроекте множество нестыковок. К примеру, почему должен считаться тунеядцем владелец квартир, который сдает жилье внаем официальным образом? Ведь он оплачивает все полагающиеся налоги и отчисления. Как быть фрилансерам, которые работают, согласно договорам, от проекта к проекту? Почему под статью не попадают всевозможные официальные знахарки-гадалки, тогда как священнослужители, согласно проекту, смогут не трудиться официально? Словом, вопросов пока больше, чем ответов. Да и сами авторы проекта признаются, что документы не проработаны до конца.

В СССР лицам, обвиненным в тунеядстве, присваивалась аббревиатура БОРЗ (без определенного рода занятий), а позже в уголовной среде появилась формулировка на жаргоне – «борзой», то есть человек, стойко не желающий работать, лентяй. В советскую эпоху эта уголовная статья нередко использовалась для так называемой «показательной порки» и борьбы с инакомыслящими.

Заместитель председателя Комитета по государственно-правовой деятельности, законности и правам человека Законодательного Собрания Вологодской области **Роман Заварин** в интервью одному из крупных российских изданий высказал ряд опасений по поводу принятия поправок: *«В настоящее время я бы этот законопроект не поддержал, так как у нас есть такие профессии, которые не входят в официальные перечни. Например, писатель сидит дома и пишет книгу. Он тунеядец? Мы что, его наказывать должны? Он же не зарегистрирован как индивидуальный предприниматель, не оформлен по трудовому договору. Таких творческих людей – художников, анималистов, писателей – очень много. Можно посмотреть и в других сферах. Это могут быть даже изобретатели, создатели компьютерных программ. Поэтому, чтобы вводить подобную ответственность, надо первоначально решить, как быть с такой категорией людей».*

Между тем, в соседней Белоруссии аналогичный закон уже работает на благо родной экономики.

## ЦЫГАНКЕ – ДОРОГА ДАЛЬНЯЯ

Закон по сути своей совсем даже неплохой. Не секрет, что в каждом городе, в каждом районе существуют своеобразные «точки», на которых безработных и не слишком трезвых граждан можно встретить и в 7 утра. Они уже успели выкрасть у жены («стрельнуть» у соседей, выклянчить у матери-пенсионерки) пару сотен рублей, опохмелиться и обсудить с «товарищами по несчастью» всю глубину экономического кризиса. И так каждый день: «утром выпил – весь день свободен». А жены и матери бегают по близлежащим пунктам приема металлолома и разыскивают исчезнувшие из дома баки, тазы и сковородки. Либо по ломбардам – в поисках золотых украшений и бытовой техники.

Но вся «закавыка» в перекосах, имеющих место быть всегда и всюду. Люди старшего поколения до сих пор с содроганием вспоминают времена борьбы с паразитизмом: с патрулем по вылавливанию тунеядцев можно было встретиться даже по дороге в поликлинику и минут на 10 почувствовать себя настоящим преступником. Разбирательство с патрулем может заметить из окна соседка, к вечеру расскажет всему дому, там недалеко и до партсобрания... Словом, доказывай потом, что ты просто лечился во время болезненного, а никак не тунеядствовал. «То ли он

Активисты проверяли выполнение обязательств своих соседей в борьбе «за культурный быт», заодно и выявляли неблагополучные семьи.



шапку украл, то ли у него, – в общем, была там какая-то темная история». Таким образом, трудяги, имевшие полное право появляться в разгар белого дня на улице (работавшие посменно, командировочные, вахтовики, учителя в день самоподготовки), лишний раз пытались не рисковать. Улицы городов, по воспоминаниям старшего поколения, выглядели пустынями по сравнению с сегодняшним днем.

Неблагополучными автоматически оказывались семьи, где имелись пьяницы, тунеядцы и даже... пенсионеры, особенно в количестве более одного человека.

И даже мамы с колясками были редкостью: декретного отпуска практически не было, предоставляли всего лишь месяц «отдыха» после роддома.

Указом «Об усилении борьбы с

лицами (бездельниками, тунеядцами, паразитами), уклоняющимся от общественно-полезного труда и ведущими антиобщественный паразитический образ жизни» от 4 мая 1961 года к паразитам приравнивались и попрошайки, и алкоголики, и трудолюбивые огородники, торгующие своими овощами. Подрабатывающие частным извозом или частными уроками также причислялись к группе БОРЗ (без определенного рода занятий). Продающий на рынке выращенную собственноручно курицу мог загреметь «в места, не столь отдаленные» вместе с цыганкой-гадалкой. Последние, кстати, считались «злостными паразитами» и отправлялись в северные края особо крупными партиями. Еще в 1956 году в сибирские дали было сослано более 10 тысяч цыган. Срок наказания тунеядцам назначался от 2 до 5 лет.

Кстати, самым известным тунеядцем в истории СССР был поэт **Иосиф Бродский**. В 1964 году он был приговорен к пяти годам принудительных исправительных работ, но через полтора года был амнистирован под давлением возмущенной мировой общественности.

В 1965 году ссылку «паразитов» в Сибирь заменили принудительным «трудоустройством» по месту жительства. Как раз такие воспитательные моменты и взяты за основу легендарного фильма Гайдая, только в комедийной форме. В реальности отбывание наказания в виде 15-ти суток принудительных работ вряд ли можно было посчитать «веселенькой» вехой автобиографии.

Советские законы – самые гуманные в мире, но их человеколюбие должно распространяться лишь на честных тружеников, а в отношении паразитических элементов, всех тех, кто живет за счет народа, законы должны быть суровы, ибо указанная категория лиц – это наш внутренний враг. (Из речи председателя КГБ при СМ СССР А.Н. Шелепина на XXII Съезде КПСС)





## ВСЯ ЖИЗНЬ НА ОДНОМ ЗАВОДЕ

Пожалуй, едва ли не каждый второй сравнительно молодой житель России хотя бы однажды слышал от своей бабушки (мамы, тетюшки): *«Кошмар, ты уже третье место работы меняешь, а вот я 45 лет на одном заводе отработала, имею 10 почетных грамот, 20 благодарностей...»*. Действительно, в трудовой книжке многих людей старшего поколения порой имеется всего две записи: о приеме на работу и об увольнении в связи с достижением пенсионного возраста. Может быть множество «промежуточных» записей: о переводе с одного участка на другой, о поощрениях, о повышении по службе.

92-летняя **Мария Кузьминична Ярыгина** не без юмора рассказала о своем рабочем пути на одном из машиностроительных заводов:

*– Я-то много чего пережила: и войну, и послевоенные годы, и жизнь Сталина, и смерть Сталина, и кукурузу Хрущева, и речи Брежнева. А как устроилась на один завод – так на нем и проработала. У станка работала, тяжелую операцию выполняла, наряду с мужчинами. Потом замуж вышла, забеременела, меня на позднем сроке на легкую работу перевели – «легкотрудницей» называлась. Бумажки перекладывала, детали учить вала. Потом вернулась в цех, потом снова на легкую работу... В 50 лет все суставы уже больные были, особенно колени. Инвалидность не давали, продолжала работать. По-всякому было: и трудно, и казалось, что все, не выдержу*

С «неблагополучными» гражданами «общественники» проводили «большую индивидуальную воспитательную работу», о чем потом подробно отчитывались в соответствующие жилконторы.



Основной целевой группой для применения законов по борьбе с тунеядством было молодое и именно городское население страны.

*больше. А уволиться-то боялась! Мало ли – не возьмут больше нигде? Или квартиру отнимут, которую на предприятии дали? Да еще вышлют за 101-й километр как тунеядку, детей по интернатам распределят. Такие времена были. Это сейчас безработица, правнук никак устроиться не может...*

**Михаил Звонарев**, 50-летний токарь, вспоминает те времена с юмором, как забавное приключение, в котором нужно было обязательно выжить и остаться человеком.

*– Меры применялись не только к безработным, но и к школьникам, студентам. Я был учащимся ПТУ, когда разразился страшный скандал: меня и еще трех друзей остановили милиционеры в разгар учебного дня. Не помню, какой был повод, но мы в тот день вдруг решили не ходить на учебу, а посидеть в парке и выпить пива. Это называлось, «как большие». Пива выпить не успели, но «на допросе» один приятель проговорился, что хотели. Что тогда было! В училище «телегу» написали, нас к участковому вызывали, родителей затаскали по всем инстанциям, на работу им сообщили... Сейчас вот думаю: «перегнули палку» или так и нужно было? Ведь я до сих пор пью только по праздникам. Может, воспитательные меры, предпринятые тогда, подействовали? Или я сам по себе не стал бы выпивохой, кто знает?*

НЕПРЕДУСМОТРЕННЫМ ЭФФЕКТОМ «ЗАКОНОВ О ТУНЕЯДСТВЕ» СТАЛО ТО, ЧТО КОНТРОЛЬ НАД НАДЛЕЖАЩИМ ОБЛИКОМ СОВЕТСКОЙ МОЛОДЕЖИ ТОЛЬКО УСИЛИЛ ПРОЦЕССЫ СОЦИАЛЬНОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОТЧУЖДЕНИЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ ОТ ИДЕОЛОГИИ. ЭТО ПРОЯВИЛОСЬ – ВОПРОТИВ ИДЕЯМ, ЗАЛОЖЕННЫМ В СТ. 209 – В УЗНАВАЕМЫХ ПРИМЕТАХ ГОРОДСКОЙ ЖИЗНИ ПОСЛЕДНИХ ЛЕТ СОВЕТСКОЙ ВЛАСТИ: МНОГОЧИСЛЕННОСТИ ТЕХ, КТО ЯВНО НЕ СПЕШИЛ НА РАБОТУ В ТЕЧЕНИЕ РАБОЧЕГО ДНЯ. (Татьяна Ластовка, «Антропологический форум»)

Михаила и товарищей упрекали: «Вы бесплатно учитесь, на вас государство деньги тратит, а вы прогуливаете?! Вам спецодежду бесплатную выдали, у вас проезд льготный, питание льготное, у вас медицина бесплатная, из вас государство специалистов высокого уровня делает, а вы не цените, решили стать алкоголиками?!».

– Сейчас понимаю, что доводы были вполне резонными. И стипендия была ощутимая, и на зарплату жить было можно. А сейчас как же будет? Есть свободная ставка в 5 тысяч рублей – скорей устраивайся, иначе осудят как паразита? Будет адекватная зарплата – люди сами пойдут работать и перестанут выискивать способы нажиться каким-то иным образом. Я говорю про обычных людей, конечно, иным и 400 тысяч в месяц все мало, – уточняет Михаил.

### НАМ БЫ СТИХИ БРОДСКОГО ВЗЯТЬ И ОТМЕНИТЬ

«Национальный комитет +60» потребовал от Законодательного Собрания Санкт-Петербурга срочно прекратить обустройство музея памяти поэта **Иосифа Бродского**. На том основании, что он был осужден по «паразитической» статье.

Интернет-издание Joinfo.ua публикует несколько цитат из официального письма неравнодушных граждан: «В связи с инициативой питерского парламента вернуть в УК РФ наказание за тунеядство «Национальный комитет +60» обращается к председателю ЗС СПб, руководителю ЕР Макарову В.С. с требованием немедленно пресечь разбазаривание бюджетных средств, направляемых на обустройство музея имени злостного тунеядца Бродского И.А. Этот бывший гражданин СССР, ставший матерым борцом с советской властью, вел паразитический образ жизни, был осужден на 5 лет по статье 209 «за тунеядство!»

Вместе с диссидентами и отщепенцами гражданин США Иосиф Бродский сделал все для развала Великой страны и в награду за это, видимо, получил «нобелевку!».

Собственно говоря, вот так будущее причудливым образом оказывается прошлым. Вопрос: мы на самом деле не можем придумать ничего нового, – или хотя бы взять из прошлого лучшее? Так и будем вытаскивать из бабушкиных сундуков пропахшие нафталином и побитые молью «инновации»?.. ¶

Как водится, закон о наказании для тунеядцев еще не принят, а некоторые особо сознательные граждане уже заплодировали. И выступили со своими инициативами.



## ЧТО ВРУТ О РАБОТЕ СТЮАРДЕСС

По статистике, каждая десятая девушка мечтает стать стюардессой. Путешествия, экзотика далеких стран, сексуальная униформа – романтика полетов кружит голову и заставляет желать невероятного.

Кристина Фирсова

Но как в действительности обстоят дела в профессии бортпроводницы? Все ли так чудесно, как кажется на первый взгляд? Что правда, а что ложь в работе «покорительниц небес»?

### СТАТЬ СТЮАРДЕССОЙ ОЧЕНЬ СЛОЖНО. ЛОЖЬ

На самом деле, для того чтобы попасть на борт самолета в качестве «хранительницы неба», не требуется чего-то сверхъестественного. Главное в этой профессии – «болеть небом», именно это качество поможет пройти собеседование. Однако сложности подстерегают на втором этапе приема на работу – медкомиссии. Даже если вы никогда не болели, это не гарантирует вам стопроцентного одобрения медицинской комиссии: здоровые стюардессы должны быть идеальными. Давление, сердце, слух и зре-

ние, скорость реакций и проблемы с пищеварением, – проверяется все. Но особый акцент делается на органах дыхания. Даже искривленную носовую перегородку придется исправлять – иначе вас просто не пустят в небо. После медкомиссии наступает очередь профессиональных курсов бортпроводниц. В среднем, на них отводится месяц, однако на практике обучение может продолжаться от двух недель до полугода – все зависит от требований компании-перевозчика. Затем идет небольшая стажировка – и все, вы приняты в список «покорительниц небес».

Асем, компания «Air Astana», Казахстан: «Я сильно комплексовала по поводу своей внешности. Чуть не отказалась от мечты стать стюардессой. Но для девушки главное – это уверенность в себе. Моя мечта сбылась!»





## ОСОБЫЕ ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ. ПРАВДА

На специальных курсах будущие стюардессы постигают тонкости профессии – от знания конструкции парашюта до правил обращения с тележкой. Основной акцент делается

Наталья, компания «J7», Россия: «Я вожу с собой маленького такого плюшевого медвежонка, которого мне подарил пассажир. Игрушка меня «оберегает».

на двух вещах: умении обращаться с неадекватными пассажирами и оказании первой медицинской помощи. На особом стенде моделируются различные ситуации, которые могут сложиться на борту самолета, и задача девушки – не только найти выход, но и сохранить хладнокровие, не ударившись в истерику.

## В СТЮАРДЕССЫ БЕРУТ ТОЛЬКО ДЕВУШЕК С МОДЕЛЬНОЙ ВНЕШНОСТЬЮ. ЛОЖЬ

Как говорят сами девушки, достаточно обладать привлекательной внешностью. Главное

– умение «держать лицо». А стереотип об идеальных красавицах на борту берет свое начало из 70-х годов прошлого века, когда стюардессы были частью кампании по привлечению клиентов. Тогда главной задачей бортпроводницы было не столько поддержание порядка во время полетов, сколько «услужение взору» пассажиров. Отсюда и строгие претензии к внешности – в контракты стюардесс включались требования не менять цвет волос, не худеть и не поправляться даже на пару килограммов, использовать только яркие цвета в макияже и прочее.

В наше время строгие стандарты претерпели существенные изменения. Так, основное требование – отсутствие татуировок, заметных дефектов, родимых пятен и шрамов на открытых участках кожи. Помимо этого, стюардесса должна носить 42-46 размер одежды, быть ростом от

## ЧТО ДОЛЖНО СОДЕРЖАТЬ РЕЗЮМЕ СТЮАРДЕССЫ?

► Светлана Аверьянова, ведущий специалист Кадрового Агентства «КАРЬЕРА»: «Соискателям должности бортпроводницы или стюардессы необходимо озаботиться подробным резюме, где четко расписаны не только ваши знания и умения, но и желания – почему вы претендуете на эту должность. И да, к резюме обязательно должна быть приложена фотография хорошего качества – без фото кандидатуры даже не рассматриваются. Главное, что вы должны продемонстрировать работодателю на первом собеседовании, – это умение общаться с незнакомыми людьми и огромное желание подняться в небо».

163 см и не иметь существенных дефектов речи.

### ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ЗНАНИЕ ЯЗЫКОВ. ПРАВДА

Обязательное требование крупных компаний – знание английского не ниже уровня Intermediate. Помимо этого, пилоты и бортпроводницы проходят дополнительные курсы профессионального языка, где узнают тонкости терминологии. Однако в небольших компаниях зачастую требования не столь суровы, а на внутренние рейсы могут взять и вовсе без знания языка.

### ЗАПРЕТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ. ЛОЖЬ

Многие девушки уверены, что стюардессам нельзя иметь детей – и это останавливает их при выборе профессии. Никто не увольняет стюардесс, готовящихся познать радости материнства, наоборот, с первых же дней их переводят в наземную службу, чтобы

тяготы перелетов не сказались на состоянии будущей матери – компании стараются заботиться о своих служащих. Однако после декрета работнице придется «освежить» профессиональные навыки перед допуском к полетам, пройдя краткий курс переподготовки.

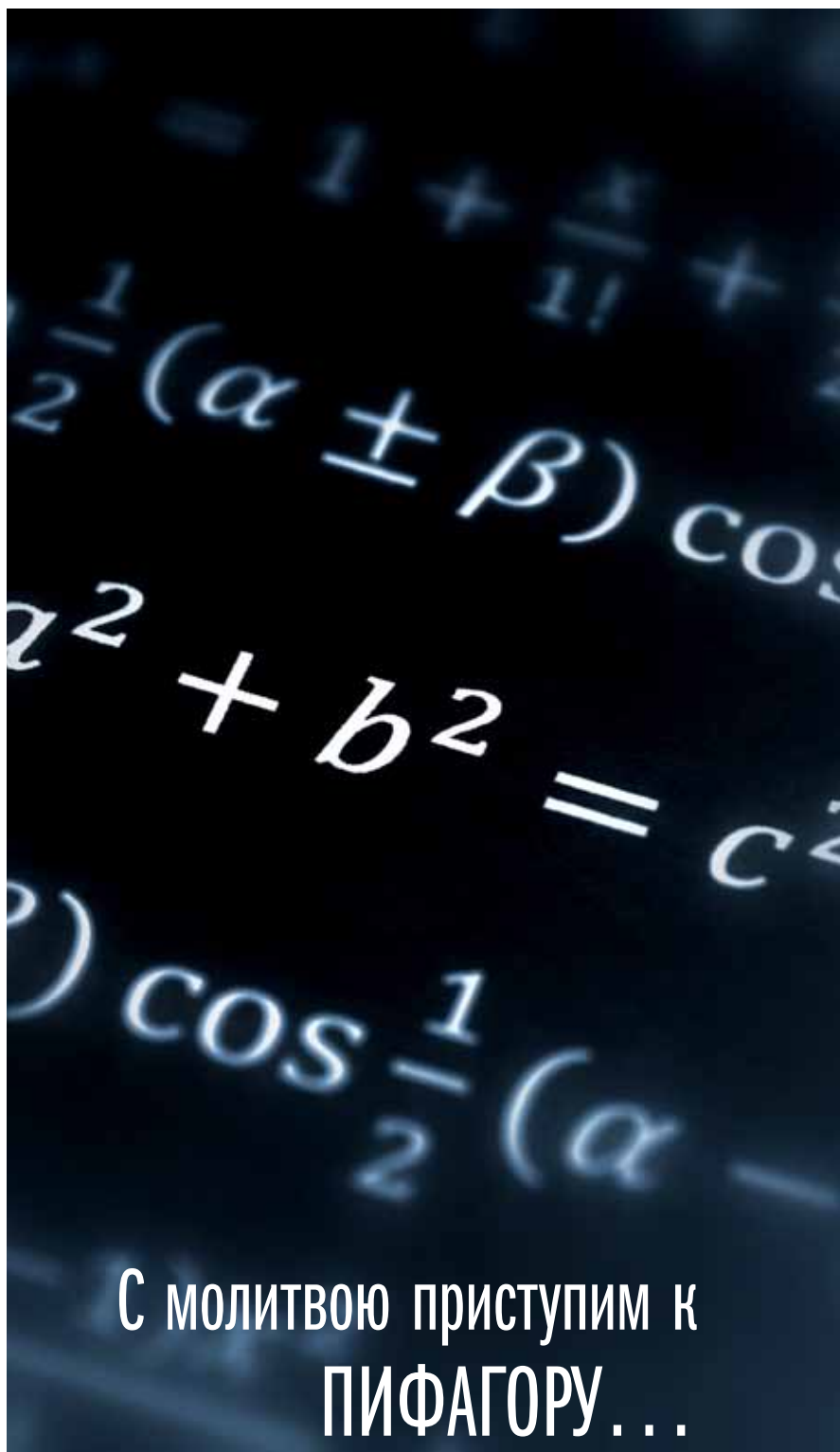
### ПРИМЕТЫ И СУЕБЕРИЯ. ПРАВДА

В любой профессии есть свои особые приметы, несоблюдение которых чревато большими неприятностями. Как показывает статистика, стюардессы стоят на третьем месте по количеству всевозможных суеверий. И неудивительно – при такой-то ответственности. Самая известная из примет – запрет на шитье в небе, так что у бортпроводниц даже иголки с ниткой с собой нет. ¶

Светлана, компания «Иртыш», Казахстан: «На первую ступень трапа надо всегда ступать левой ногой. Если я начну с правой, обязательно случится какая-нибудь гадость».

Многие ли взрослые знают, как жить и работать в светском мире, не преступая законов Божьих? Почему Бог не наказывает грешников? Почему жизнь дается нам как череда испытаний, а не единой полосой светлых радостей? Тысячи вопросов, на которые нет ответа. А теперь представьте, что должно происходить в голове у ребенка, который еще даже не может понять, «как эта тетя попала в телевизор»?

*Екатерина Владимировна*



С молитвою приступим к  
**ПИФАГОРУ...**



**Каким образом втолковать малышу, что гром и молния – это природные явления, а не гнев Божий и не конец света?** Страшно представить, что происходит с его неокрепшим сознанием. Не каждый взрослый может пережить такой «взрыв мозга» и остаться в здравом рассудке.

### ВИНЕГРЕТ КАК ДИАГНОЗ

Тема насколько наболевшая, настолько же и опасная: верующие в последнее время очень часто оскорбляются и то и дело подают в суд. А то и безо всякого суда расправляются с неугодными: то с работы уволят, то из города выживут. Тем не менее, поднимать тему «*православия с горшка*» необходимо. Иначе мы получим поколение, которое начнет сжигать на костре учителей физики и химии. Это после того, как уже будут уничтожены все «*неправильные*» книги и учебники.

Если бы Конституция РФ была действительно основополагающим документом и свято чтилась бы всеми проживающими в стране во веки веков, для написания данной статьи не имелось бы оснований. Ведь статья 14 гласит однозначно: «*Российская Федерация – светское государство. Никакая религия не может устанавливаться в качестве государственной или обязательной. Религиозные объединения отделены от государства и равны перед законом*». Все просто, казалось бы. Но – нет. Сначала прокатилась волна скандалов, связанных с ношением хиджаба в средних школах, где обучаются девочки-мусульманки. Мол, это наша религия, основа основ, и точка. По той же логике, дабы не оставить от «*тренда*», нам следовало бы обязать православных девочек ходить в школу в платочках и юбках до пят. А еще приглашать на все праздники православных священников, запретить Новый год и 8 Марта, оставить Рождество и Крещение... Складывается ощущение, что за этой «*войной миров*» все военачальники забыли о главном – о детях. Об их хрупкой психике, неокрепшем разуме и настоящему чистых еще душах.

Чему учит православие? Не убий, не укради, не возжелай, чтить отца своего... Это непререкаемо, это очень правильно и необходимо. Но... разве не эти же простые истины втолковывает каждый родитель своему чаду

на любом континенте? Брать чужое нельзя, завидовать нехорошо, злиться и скандалить некрасиво, слушаться маму и папу – необходимо. И это – вечные истины, они вне религий, хиджабов и платков, молитв и песнопений. А молния – это *«гигантский электрический искровой разряд в атмосфере, обычно может происходить во время грозы, проявляющийся яркой вспышкой света и сопровождающим ее громом»* (Википедия – прим. авт.), а не кара Господня. И – все, без вариантов.

Многие моменты вызывают недоумение у взрослых людей даже с научными степенями. Как понимать *«ударившему тебя по щеке подставь и другую, и отнимающему у тебя верхнюю одежду не препятствуй взять и рубашку»?* Отдай все грабителю, не сопротивляйся насильнику и даже не помысли подавать заявление в полицию – ведь это уже будет похоже на месть и жажду кары?

Вникая в требования, которые предъявляет общество к современному подростку, хочется пожалеть его, выкрасть из цивилизации и спрятать в непроходимой чаще. Он должен обладать знаниями по биологии и геометрии, уметь писать патриотичные стихи и сдавать нормы ГТО, при этом носить георгиевскую ленточку и православный крестик, гордиться подвигом дедушки – участника Великой Отечественной войны – атеиста, преданного Сталину, отсидевшего в сталинских лагерях за опоздание из увольнения. Если дети на самом деле примутся размышлять над этим винегретом, в школе придется вводить штатные единицы санитаров и психиатров. Потому что логика, православно крестясь и суеверно сплевывая через левое плечо, в первобытном страхе отступает перед исторической действительностью нашего *«особого пути»*.

## РОДИТЕЛИ ПИШУТ

► Я не собираюсь соглашаться на изучение «Основ православия» для моего ребенка. Главным образом, потому что нагрузка в младших классах и так очень серьезная. Мы с мужем хотим, чтобы ребенок изучал русский язык и литературу, математику и обществоведение, словом – науки, а не идеологию и религию. Грубых, невоспитанных хамов можно встретить и в церкви, так же неверующие люди могут быть отзывчивыми, сострадательными, честными и порядочными. Так что не в принадлежности к религии тут дело. У меня есть время воспитывать сына основам нравственности, так что не думаю, что он должен еще и зубрить молитвы.

(Ангелина Ерошина, Троицк)

► Хотите, чтобы знали все лучше православие – напишите несколько глав в школьный учебник истории, если же речь о духовном развитии – приглашайте детей в храм. Результаты будут гораздо лучше. Ввести нужно противовес в виде часов по курсу истории религиозных войн, мракобесия, политического интриганства, инквизиции и т.п.

(Пользователь LENAR, ФОРУМ МЕГАОБЗОР)



МИНОБНАУКИ  
РЕКОМЕНДУЕТ

Вы, наверное, слышали, что существует рекомендация по линии Министерства образования не отмечать в школах Хеллоуин. Но дети же любят наряжаться. Я разрешила им надеть маскарадные костюмы на осенний праздник урожая. После этого мне пришлось писать главе района объяснительную о том, что я не сатанистка, и в доказательство отправлять сценарий! Вроде бы смешно, а на самом деле – горько.

(Татьяна Коцерава, «Новая газета»)

### «СЛУЧАЙНАЯ СРЕДА»: ОБИДНО, ДА?

Разговор о преподавании основ православия в школе еще впереди, но хотелось бы затронуть тему православного воспитания в детских садах. Появление оных описывается создателями как преодоление дьявольских козней и почему-то сразу противопоставляется государственным ДОУ.

На одной из общедоступных интернет-страниц можно ознакомиться с историей возникновения православного детского сада в Москве. *«Мы долго не могли найти что-то подходящее для дочки. Государственный садик мы даже не рассматривали. Мы считаем, что развитие ребенка в возрасте 3-7 лет чрезвычайно важно, он впитывает все как губка, он усваивает не то, чему его учат и что ему говорят, а что он видит и что он прочувствовал, прожил и проиграл. Садик для нас – не просто место, где ребенок находится под присмотром, пока мы работаем. Это среда, образ мыслей, примеры поведения, представления о плохом и хорошем, которые ребенок воспримет как норму, запишет на самом глубоком уровне сознания – и потом не сотрешь. Нам не хочется доверять своего ребенка случайной среде»*, – пишет учредитель **Евгения Бочкарева** (в крещении Валентина).

Вполне возможно, что этот детский садик вовсе даже не плохой, что в нем замечательные воспитатели и счастливые дети. Но любопытно, внушается ли детям, что они – особые, духовные, избранные? Что они – «не случайная среда»? И не оскорбятся ли родители детей, которые воспитываются в той самой «случайной среде», после прочтения данной характеристики?

Кстати, стоимость посещения выше-



## ВЫБОРЫ БЕЗ ПРАВА ВЫБОРА

Сегодня было очередное собрание в школе. Нам предлагали написать заявление на выбор модуля в новом курсе для 4 класса «Основы религиозных культур и светской этики». Предлагалось 6 модулей, состоящих из 4 основных религий в отдельности, всех религий сразу, и основ светской этики. Предмет будет обязательный. Причем сразу было сказано, что кроме модуля «Основы православной культуры» выбирать ничего не получится, т.к. вести будет некому, и учебники только такие закуплены.

Некоторые родители были категорически против ОПК. Лично я не против ОПК, но когда так насаждают!.. То есть, дают заявление, чтобы могли сделать выбор, но при этом выбора просто нет! Я принципиально против, из уважения к тем, кто хочет изучать другой модуль или вообще светскую этику. Что за дежурная плановая духовность?!

А потом Путину рапортуют, что родители сами выбрали ОПК! Да у нас выбора не было! Какое-то партийное православие, насаждаемое в светских школах».

(Пользователь Просто Наталия, форум «Мир психологии»)



описанного детского сада такова, что сразу становится понятно: действительно, учреждение предназначено только для избранных. Вступительный взнос – 35 тысяч рублей, ежемесячная оплата – 28 тысяч (полный день).

Опять же, нет ни желания, ни смысла рассуждать, справедливо это или нет, здорово или не очень – возникает вопрос: а где дальше будет обучаться ребенок? В некоей ЦПШ (церковно-приходской школе)? Ведь в обычной, «случайной» школе ребенок с «углубленным» православным воспитанием вряд ли будет правильно понят сверстниками. Ведь в среднестатистическом учебном заведе-

► В Конституции РФ записано: «Россия – светское государство» В широком и бытовом понимании – это нерелигиозное. Правильное же понимание: светское государство – это государство, в управлении которого не участвует никакая религиозная организация. (Татьяна Майорова, к.п.н.)



нии не молятся перед обедом и полдником, а на уроках физкультуры одеваются во «фривольную», не слишком целомудренную спортивную форму.

Представим другой вариант: ребенок поступил в такую же школу «с православным уклоном». Получил диплом, поступил в ВУЗ, к примеру, на теологический факультет... Это будет означать только одно: родители с самого детства, с трех лет, лишили своего ребенка свободы выбора. Уготовили ему путь, тесно связанный с церковными обрядами и неприятием реального мира. Хочется спросить: за что? Да, современный мир несовершенен, не всегда справедлив, часто жесток, но это все же наш мир, в котором пока что каждый человек имеет право выбора. А укрыться от мира в монастырских стенах гражданин РФ всегда успеет, например, когда вырастет и осознает свое призвание, свое предназначение.

### СЛАВА БОГУ И ПАРТИИ!

Школа. На протяжении многих лет ее трясет и шатает из стороны в сторону, за нее воюют все сильные мира сего. Одни стремятся выиграть тендер на поставку питания и спортивного оборудования, другие мечтают ввести с десяток новых дисциплин – от юриспруденции до основ сексуального общения. Над школой не перестают ставить эксперименты: то вводят должности классных дам, то «усовершенствуют» ЕГЭ, то оптимизируют преподавателей, то вводят обязательную форму и на родительские деньги в срочном порядке закупают интерактивные доски. Невозможно перечислить все новшества, от которых рыдают и дети, и их родители. Уже в первом классе ребенку придется отсиживать по пять-шесть уроков! Дополнительные уроки как бы факультативные, а как бы и нет. Не согласятся родители, чтобы их ребенок посещал дополнительные платные (!) часы, – станет ребенок «белой вороной».

В пору «безвременья» в 90-е годы в школы проникали даже сектанты – агитировали и учителей, и школьников. Справились с этой напастью – появилась следующая, «секспросветительская». Мол, каждый школьник с малолетства должен знать, как доставить удовольствие себе и партнеру. Тут уж большинство родителей возопило: «Господи, за что?!». И святые отцы тут же пришли на выручку: секспросвета не будет, будем мы и религия. Многие школы тут же «взяли под козырек», и вот уже православные священнослужители не просто гости, а постоянные обитатели некоторых школ.

Немного лирики из личного опыта. Год назад бывшая однокурсница (имя по просьбе героини изменено), добрый и по-настоящему светлый человек, начала выкладывать на личной страничке фото своего класса и своих детей – все в платочках, на фоне икон и батюшек. Подивилась и спросила: наверное, это воскресная школа при храме? Вера ответила отрицательно: это обычная сельская средняя школа, в которой она преподает, в которой учатся три ее дочери. На вопрос, почему на всех фото фигурируют батюшки, Вера ответила очень эмоционально: *«Это наши наставники, мы отмечаем все православные праздники, изучаем жития святых, разучиваем молитвы. А как иначе?! Посмотри, что творится вокруг – наркотики, пьянство, разврат! Как уберечь от всего этого детей? Как научить их уважать родителей, не желать большего, чем дал Господь, не завидовать грешникам? Только страх перед карой Господней спасет их, только стремление к вечной счастливой жизни после смерти заставит поступать праведно. Это вы в городе совсем забыли Бога, а мы в деревнях стараемся блюсти себя, воспитывать детей в чистоте!»*. Далее следовала славица «правящей партии», которая позволила верить и молиться, не скрываясь.

Как говорится, *«все смешалось в доме Облонских»* и в голове приятельницы студенческих лет. А может, не смешалось? Может, так и надо? Особенно в свете последних событий и *«приключений»* завуча хвалынской средней школы №3 **Татьяны Коцеровой**.

Как известно, родители третьеклассников вправе выбрать, какой из шести предметов (основ православной, исламской, иудейской, буддистской культуры, мировых религиозных культур или светской этики) будут изучать дети. И надо же такому случиться, *«Основы православной культуры»* выбрало *«всего лишь»* 83% родителей. В пользу *«Основ исламской культуры»* высказались 4%, а целых 13% родительского состава захотели, чтобы их дети изучали *«Светскую этику и основы мировых религий»*. Вот за эти *«несознательные проценты»* Коцеровой пришлось ответить по полной программе: написать объяснительную записку в местное управление образования, отчитаться, почему она сама не посещает храм, оправдаться за празднование в школе Хэллоуина. Коцерову тут же обвинили в антиправославной агитации среди родителей, старообрядчестве и антироссийских настроениях одновременно. К тому же, местные власти открыто

В 2012 г. скандал разразился в Подмосковье. Жители поселка Менделеево были возмущены тем, что во время торжественной линейки, посвященной Дню знаний и началу учебного года, был организован церковный молебен. Возмущенные внештатным обрядом родители даже обратились в прокуратуру. (NEWSLAND.COM)

предположили: Коцера – орудие в руках темных сил, финансируемых «*понятно откуда*», тем самым отказав завучу школы в умении самостоятельно мыслить. Видимо, **Татьяна Коцера** должна была заставить (пригрозить? использовать шантаж?) всех родителей согласиться на то, чтобы их дети изучали основы православия.

Должность завуча по воспитательной работе была сокращена, Коцеровой пригрозили судебными разбирательствами.

Вот интересно: оказывается, вся наша культура основана на православии? Это какая же? Может, народный костюм? И что же там православного? Живопись? Получается, что Шишкин, Айвазовский, передвижники – это все православная культура? Может, литература? Какое отношение имеет православие к Пушкину? То, что он сказку о попе написал? (...) Так что давайте, братья, отделим пшеницу от плевел и будем считать православие – православием, а культуру – культурой, и преподавать Закон Божий в воскресных школах, а в светских – просто воспитывать культурных людей.  
(Интернет-форум [JesusChrist.ru](http://JesusChrist.ru))

### СОВМЕСТИТЬ НЕСОВМЕСТИМОЕ?

Вроде бы, никто не спорит с тем, что ребенку неплохо бы знать основы мировых религий – в общеобразовательном плане. И совсем неплохо – жить по православным заповедям. И протест большинства родителей вызывает не сам предмет основ православия, а давление, которое оказывается на родителей при выборе школьных предметов. И некое



Композитора Чайковского с его нетрадиционной ориентацией также вряд ли можно назвать представителем «православной культуры».



– зримое и незримое – присутствие представителей РПЦ в школах.

Буквально в конце мая представители РПЦ предложили ввести в школьную программу еще один предмет «Нравственные основы семейной жизни». Основам будут учить старшеклассников. Авторы учебника – иерей **Дмитрий Моисеев** и монахиня **Нина (Крыгина)**. Уже один этот факт вызывает массу вопросов. К примеру, как монахиня, отрекшаяся от всего мирского, может знать, какой должна быть светская семья? Почему современная молодежь априори рассматривается как «недопонимающая» в плане семейных ценностей? Почему родители заранее выставлены этакой безликой массой, которая не занималась, не занимается и не собирается заниматься духовным и моральным воспитанием своих детей? И, кстати, почему родители должны доверить такое ответственное дело, как моральное воспитание своих родных чад, кому-то еще?

Педагог с 30-летним стажем **Марина Станиславовна Иванова** (фамилия собеседницы изменена – прим. авт.) согласилась рассказать нашему изданию о том, как православие входит во все школьные процессы.

*– Соседние школы взяли курс на углубленное изучение точных наук, гуманитарных или иностранных языков, а у нас – простая среднеобразовательная школа в спальном районе города. Видимо, поэтому руководство решило хоть как-то «заработать баллы» - «углубить процесс» православного воспитания. Три года подряд на 1 сентября и на Последний звонок приглашались священники – читали молитвы, кропили всех святой водой. Спортивный зал после ремонта тоже освящали. Сначала коллеги посмеивались, потом перестали – предпочли согласиться с политикой директора, но не быть уволенными. В этом году все эти обряды как-то сошли на нет – видимо, местное управление образования порекомендовало не обострять обстановку. Хочу сказать: слава Богу! Я сама человек «умеренно верующий»: хожу в церковь по большим праздникам, стараюсь соблюдать пост, но никому не навязываю своего образа жизни и мыслей. Кому по душе православие – тот сам придет в церковь, а кого-то навязанная вера может отвратить от настоящей веры, вот что нехорошо. Есть же воскресные школы, есть какие-то специальные православные общества – там очень нужны наставники-священнослужители. А в общеобразовательной шко-*

ВПЕРВЫЕ ВСЕРЬЕЗ О ВВЕДЕНИИ В РОССИЙСКИХ ШКОЛАХ ПРЕПОДАВАНИЯ ОСНОВ РЕЛИГИОЗНОЙ КУЛЬТУРЫ ЗАГОВОРИЛ, НА ТОТ МОМЕНТ ПРЕЗИДЕНТ РФ, ДМИТРИЙ МЕДВЕДЕВ. УЖЕ ТОГДА ЭТО ВСЕОБЪЕМЛЮЩЕЕ РЕШЕНИЕ ВЫЗВАЛО РЯД ВОПРОСОВ: ЕСЛИ ЭТОТ ПРЕДМЕТ НЕ СДЕЛАТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ, ТО КОМУ ИЗ ВЕРУЮЩИХ БУДЕТ ОХОТА ЕГО ПОСЕЩАТЬ ВМЕСТО СООТВЕТСТВУЮЩИХ ХРАМОВ? А ЕСЛИ СДЕЛАТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ, ТО КАК ОН ВО ВСЕМ СВОЕМ МНОГООБРАЗИИ ВПИШЕТСЯ В СОВРЕМЕННУЮ ШКОЛЬНУЮ АТТЕСТАЦИЮ? КАК И ЧЕМ ПРОВЕРИТЬ, НАСКОЛЬКО ХОРОШО ДЕТИ УСВОИЛИ ЗНАНИЯ? КАК УБЕДИТЬСЯ, ЧТО У НИХ В ГОЛОВЕ НЕ ПОЛНАЯ КАША?



*ле от разнообразных идеологий у ребят и так голова кругом идет. А что будет, если в школе захотят преподавать любители животных и вегетарианцы? Ведь*

#### КАК ПРИ КОММУНИСТАХ

Я не только против такого предмета, как «Основы православия» в школах – я в принципе против промывания мозгов, даже в рамках семьи! Вера и Религия – это выбор. Осознанный выбор. Когда ребенок сам решит, тогда пусть изучает. Но до этого ребенка надо в любви, добре и заботе воспитывать, тогда не будет того, чего якобы боятся наши «доброжелательные» законодатели – бескультурия, безверия и жестокости. наших учителей самих надо учить: боюсь, что те, кто в наших школах сейчас преподают, просто превратят через год этот предмет в обязательную когда-то историю компартии. И вместо любви к православию внушат только ненависть или фанатизм. И если уж на то пошло, пусть в школах на равных правах существуют азы исламизма, буддизма, иудаизма и т.д. (интернет-форум «Материнство»)

*у каждого из них тоже своя идеология, они тоже по-своему будут правы: порядочный человек не должен обижать животных, тем более, убивать их.*

*Вместо заключения хотелось бы напомнить вечные слова баснописца Крылова: «Беда, коль пироги начнет печь сапожник, а сапоги тачать пирожник». Молитвы уместно воспринимаются в церкви, а в детском саду пусть, как и прежде, звучат песенки про ежиков и зайчиков, равно как школе – теоремы и формулы. ¶*



Будем же, братья, везде и всюду насаждать православие! Как в свое время, кстати, делали храмовники, только с католицизмом.



МАМА НА РАБОТЕ



# Ювенальная юстиция: ТЕПЕРЬ И В РОССИИ

В мировом сообществе действуют различные законы, но, пожалуй, ни один из них не вызывает таких бурных дискуссий и эмоций, как ювенальный. Это целая система, которая регулирует отношения родителей и несовершеннолетних детей.

Татьяна Корнеева

**Наверняка многие из вас слышали о ювенальной юстиции в Европе. Но мало кто знает, что 1 января 2015 года она пришла в Россию.** Пока граждане пили шампанское под елками, вступил в силу закон №442 «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации». В нем-то ювенальная юстиция и прописана. Причем сам закон был подписан президентом еще 30 декабря 2013 года. Тогда общественность активно возмущалась, но ситуацию «спустили на тормозах». Эти два года подготавливалась почва для вступления закона в силу, создавались бюрократические институты. К сожалению, новая система начала вводиться без широкой информационной поддержки родителей, которых нововведения вполне обоснованно удивят.

Изначально «ювенальная юстиция» понималась как правосудие в отношении несовершеннолетних, оказавшихся в конфликте с законом, то есть ювенальная юстиция - это сфера уголовной юстиции. Но постепенно оно включило в себя и социальный патронат.

## СТРУКТУРА

Раньше функцию помощника при необходимости выполняло государство. Теперь государство будет передавать денежные средства некоммерческим организациям (НКО), а те уже будут самостоятельно оказывать услуги социального сопровождения (социальный патронат). Взрослые

граждане смогут выбирать услуги самостоятельно. В случае с детьми принцип совсем другой – не заявительный, а выявительный. Дети, которым нужна помощь, будут выявляться и получать эту помощь принудительно. Помощь может включать и неожиданное для родителей изъятие ребенка без судебного распоряжения, с помещением ребенка в реабилитационный центр. И родителям не обязательно быть наркоманами или алкоголиками. Достаточно громко поругаться или произвести плохое впечатление на участкового врача или школьного учителя. Если поступает жалоба, включается межведомственное взаимодействие, и информация поступает в органы опеки. Любое обращение, даже анонимное, может инициировать проверку.

## ПРИНЦИП ЮВЕНАЛЬНОЙ ЮСТИЦИИ И РОССИЙСКИЙ МЕНТАЛИТЕТ

Ювенальная юстиция основывается на принципе равенства детей и взрослых. Любое ограничение свободы (физическое или моральное) означает насилие над личностью, вне зависимости от возраста человека. В этой системе ребенок – равноправный участник отношений, и он может обратиться в федеральный орган с заявлением на родителей, что повлечет разбирательство. Если взять «ювенальную» трактовку насилия, сюда относятся любые попытки ограничения свободы. Взрослые не дают смотреть телевизор? Заставляют учить уроки? Заставили мыть посуду? В странах, где действуют нормы ювенальной юстиции, это достаточный повод. Если речь идет о малыше, то любое подозрение на ограничение свободы может стать фатальным. При этом все мы знаем, что в каждой стране есть свои традиции воспитания. С такими принципами не согласовывается российская традиция уважать и слушаться старших. Иногда повышать голос или заставлять школьника сидеть за уроками – в нашем понимании норма. И редко можно встретить семью, где ребенка хотя бы раз в жизни слегка не шлепнули по попе. В странах, где введена ювенальная юстиция, все это противозаконно и может привлечь внимание органов опеки.

## В ЧЕМ ОПАСНОСТЬ

Существуют случаи жестокого обращения с детьми, когда помощь действительно нужна, – считает юрист **Александр Никитин**. Но здесь не об этом. Представим нормальную семью, на которую по личным мотивам пожаловались соседи. В 29 ст. Закона №442 указано, что может быть «обследование условий жизнедеятельности гражданина,

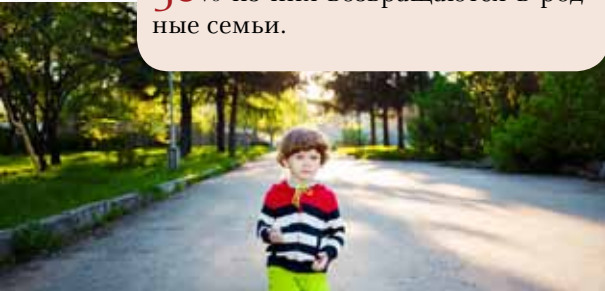
## НОВЫЕ ГРАНИ «ДОВЕРИЯ»

Люди в России привыкли рассчитывать на себя, нет у нас безоговорочного доверия государственным структурам и нет душевной прохлады, чтобы оторвать от сердца родное дитя. Для этого нужно время и искренняя вера в то, что чужая тетя позаботится о ребенке лучше. То есть, доверять этой незнакомой тете нужно больше, чем родным родителям. И искренне верить, что если органы опеки назвали ребенка «неблагополучным», значит, так оно и есть. Такой подход очень далек от нашей ментальности. Да что там говорить, попросту несовместим с ней!

определение причин, влияющих на ухудшение этих условий». К этой размытой формулировке может относиться вход в квартиру. Допустим, ничего не подозревающие родители открыли дверь и впустили сотрудников опеки. Этим сотрудникам что-то не понравилось, и они решили, что ребенка лучше забрать. Забирают ребенка на время, пока ситуация в семье не стабилизируется. Если органы опеки вдруг решат, что родная семья неправильно воспитывает или не очень хорошо одевает малыша, он может навсегда потерять родных родителей. Как это и происходит во многих развитых странах. Самое ужасное, что нет четких критериев неблагополучия – слишком многое зависит от настроения и представлений о жизни у работников органов опеки. Также нечеткость в законе

#### В "РАЗВИТЫХ" СТРАНАХ

...В Норвегии очень активно работает ювенальная служба Barnevernet, за последние 5 лет там из семей забрали 61 тыс. детей. Из них 40 тыс. переданы в семьи опекунов. Согласно докладу, предоставленному в «Комитет по правам человека в скандинавских странах», в Швеции на февраль 2012 г. изъято 300 тысяч детей. Только в 2011 г. из шведских семей забрали 18 400 детей. Причина – «насилие со стороны родственников, в том числе психологическое», – как отметил на встрече с Павлом Астаховым уполномоченный по правам детей в Швеции Фредрик Мальмберг. В среднем, только 30% из них возвращаются в родные семьи.



► Чем больше «неблагополучных» детей, тем больше денег смогут заработать НКО и другие институты опеки. Государство выделяет бюджет на «заботу», а родители имеют меньше полномочий для защиты.





**ВАЖНО!**

– Согласно статье 25 Конституции Российской Федерации и ч. 1 ст. 3 ЖК РФ жилище неприкосновенно. Даже если сотрудники опеки пришли в сопровождении полиции, гражданин имеет право не открыть дверь. Обязать впустить может только суд.

– Если все-таки решили впустить, то лучше договориться на другое время и подготовиться к визиту. Лучше, чтобы в это «другое время» в квартире присутствовал ваш знакомый юрист.

– Посещение представителей органов опеки желательно снимать на видеокамеру или хотя бы записывать на диктофон (предупредив об этом).

– На всякий случай попросите сотрудников опеки разуться, а ребенка держите на руках.

– Если в квартире не идеальный порядок, вы имеете право запретить фотографировать.

– Если представители органов опеки пришли ночью, не пускайте их в любом случае и пишите жалобу.

делает возможным изымать детей по политическим или любым другим мотивам.

В Законе №442 прописана возможность отказа от социального обслуживания, но не прописано, на каком этапе можно отказаться от социального сопровождения. Например, если ребенка неожиданно забрали в реабилитационный центр или сотрудники органов опеки обещали зайти на следующей неделе? Пока это кажется довольно туманным. Введение ювенальной юстиции может навести на мысли, а стоит ли рисковать и заводить нескольких детей. И вообще, стоит ли заводить хотя бы одного ребенка, если в жизнь семьи начнут вмешиваться,

принося дополнительные страхи и волнения, которых у родителей и без того немало.

#### ГРУППА РИСКА

► Как ни парадоксально, но в группу риска теперь попадают все, кто обращается за помощью к государству. Например, матери-одиночки и малоимущие семьи могут теперь получить не совсем ту социальную поддержку, на которую рассчитывали. Совершенно неожиданно семьи могут начать проверять незнакомые тети и дяди – на основании того, что родители «не справляются».

## А ЧТО «У НИХ»?

Во многих странах, в том числе во Франции, Германии и Швеции, закон позволяет передавать ребенка в другую семью без согласия родителей. Это произошло, в частности с российской актрисой **Натальей Захаровой** по причине «*удушающей любви матери к ребенку*». Она не может вернуть свою дочь уже более **10** лет.

По официальным данным федерального министерства по делам семьи, престарелых, женщин и молодежи, в **2009** г. в Германии сотрудники службы по делам защиты детей отобрали у родителей **28,2** тыс. детей и подростков. Самые распространенные причины – «*недостаток ухода*» и «*недостаточно хорошие материальные условия жизни ребенка*».

В **2000** г. из **2** млн социальных сирот около половины были отобраны у родителей без достаточных на то оснований.

При этом, по данным британских и американских исследований, дети в приемных семьях (согласно оценкам детских врачей) в **7-8** раз чаще подвергаются насилию, в том числе сексуальному.

## О ДЕТСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Если посмотреть на ситуацию с психологической точки зрения, поясняет психолог **Мария Гаврюшина**, для ребенка любовь и присутствие родителей – каркас, позволяющий спокойно и гармонично развиваться. Через любовь семьи ребенок осознает свою личность. Никакой соцпатронат или fosterная семья не могут дать такого же спокойствия и ощущения собственной ценности. Если говорить о капризах, то есть детские возрастные кризисы. Сам кризис – это когда у ребенка появляются новые возможности и ему уже не подходит то, как с ним обращались на предыдущих этапах. И кризис требует от родителей границ, с одной стороны, а с другой – перестройки отношений. Если потакать всем просьбам, рядом может вырасти махровый эгоист. В то же время, самому ребенку нужны границы. Если родители контролируют, значит, они заботятся. Значит, не позволят навредить себе.

Ювенальная юстиция не учитывает и детский инфантилизм. Дети часто действуют под влиянием эмоций. И далеко не каждый ребенок, спонтанно пожаловавшийся на родителей, на самом деле готов с ними расстаться. ¶

# Николай Амбарцумов:

## НЕ БОЙТЕСЬ ПСИХИАТРА!

Жизнь – штука совершенно непредсказуемая. Бывает, запланируешь что-нибудь и – бац! – полнейший «кризис жанра», а иногда просто такая щемящая тоска от всего сразу накатывает – не знаешь, что предпринять. А бывает, что и без врачебного вмешательства не обойтись.

Марина Овчинникова

Многие до сих пор не вполне понимают, чем психолог отличается от психиатра. А раз так, нужно выяснить у самого специалиста, к нему идти на прием – или все-таки к другому доктору.

У практикующего психоневролога с многолетним опытом **Николая Амбарцумова** мы узнали, нужно ли бояться визита в его кабинет, если симптомы достаточно неоднозначные.

**8 часов:** *Николай, как ваша профессия на медицинском языке точно звучит? Вероятно, к вам по целому ряду самых разных душевных болячек люди обращаются?*

**Николай Амбарцумов:** Моя специальность – психиатрия. Это достаточно широкий круг заболеваний (по международной классификации болезней 10-го пересмо-

тра – раздел «F»). Начиная со слабоумия (деменции), алкоголизма и наркомании, шизофрении и бредовых расстройств – до расстройства настроения, невротических и соматоформных расстройств, расстройств личности и поведения, расстройств влечений, умственной отсталости. И всем этим занимается психиатр. В нашей специальности есть подразделы: наркология, психотерапия, сексология, судебная психиатрия. То есть, необходимо сначала закончить институт – стать врачом, затем получить базовую специальность – психиатрия (а с ней и сертификат), и можно специализироваться дальше – стать наркологом, психотерапевтом, сексологом, судебным психиатром.

**8ч.:** *Чем психиатр от психоневролога отличается? И*





**Невропатолог – это ныне ушедшая специальность. Теперь эти профессионалы именуется неврологами. Это врачи, получившие диплом и далее специализирующиеся в области неврологии.**

какая ваша самая первая специализация?

**Н.А.:** Психиатр – это врач, получивший медицинское образование (я, например, в Московской Медицинской Академии им. Сеченова). Далее, после шести лет обучения, есть специализации – интернатура (один год обучения) или ординатура (два года обучения). В моем случае – ординатура в Институте Судебной Психиатрии им. Сербского. После – сдача экзаменов и получение сертификата.

С психоневрологом дело сложное. Вот цитата, чтобы обобщить лаконично и по теме: «Боятся идти к нам – узким специалистам, а зря!». То есть, это дело прошлое, но и в

настоящее время такое встречается.

И немного минусов. Очень важно, чтобы специалисты занимались тем делом, в котором они и являются специалистами. А так как к психиатру пациенты идут в последнюю очередь, то нам, психиатрам, часто приходится корректировать, а то и полностью менять то лечение, которое человеку было назначено врачом-неврологом (!), ну, или как они себя иногда называют, психоневрологом. Причем, лечение «нашими», психиатрическими препаратами.

**84.:** Почему вы выбрали именно эту профессию? Ведь перед молодыми людьми столько дорог открыто...

**Н.А.:** Выбор специальности – дело трудное и неоднозначное. Много сейчас говорят о выгорании, что приходит усталость, разочарование в выбранной профессии. Это серьезная и важная проблема. Тем более, в такой сложной и «странной» профессии, как психиатрия. Как однажды мне сказал один из моих учителей, профессор психиатрии: «В психиатрию надо попадать случайно – ошибся дверью, пришел с другом, не оказалось других удобных мест...». То есть, речь идет о том, что если человек сознательно, с детства мечтает стать психиатром – лучше не надо, не стоит... Но это только у нас. Например, у хирургов



это всячески приветствуется и поощряется.

**84.:** Скажите, пожалуйста, взаимозаменяемы ли доктор: психолог, невропатолог и психоневролог? Если нет, то почему? Ведь в маленьких городках не всегда есть узкие специалисты всех направлений.

**Н.А.:** Чуть подкорректирую вопрос: психолог – это не доктор. Это специалист, получивший психологическое образование, и потом специализацию – медицинский психолог (что дает ему право работать с пациентами под контролем врача-психиатра). Невропатолог – это уже ушедшее название. Теперь эта специальность называется невролог. Это врач, получивший диплом и далее специализирующийся в области неврологии (после обучения в интернатуре или в ординатуре). Очень сложная и важная специальность.

По поводу взаимозаменяемости – есть места, где всех лечит только фельдшер...

Однако там, где выбор все же возможен, я бы посоветовал обращаться к нужному специалисту. С неврологическими проблемами – к врачу-неврологу, с психическими – к врачу-психиатру, с психологическими – к сертифицированному медицинскому психологу. А если возникнет необходимость, то специалист сам вам посоветует, к кому необходимо еще обратиться.

## СПРАВКА

НИКОЛАЙ АЛЕКСЕЕВИЧ АМБАРЦУМОВ

Врач-психотерапевт, врач-психиатр.  
Санкт-Петербург.

Консультирует по темам: преодоление депрессии, апатии; освобождение от страхов, фобий, невротозов; улучшение отношений в семье.

Опыт индивидуального консультирования более 10 лет.

Цитата: «В своей методике исхожу от человека, а не от метода. Кому-то из клиентов необходима рациональная беседа, кому-то – анализ, а с кем то необходимо провести несколько сеансов гипноза».

**84.:** Однажды на каком-то «околомедицинском» форуме я общалась с женщиной, закончившей некие курсы психологов и решившей, что со своим дипломом она получила право «ремонтировать души», причем далеко не бесплатно. Для нашего времени данное явление – нормально?

**Н.А.:** Увы, вы правы. К великому сожалению, это беда, и не только наша. Общемировая. Дилетантизм, малообразованность. Нельзя забывать, что за последние 25 лет мы прошли много. Многие помнят это за силье на радио и ТВ кашпировских, чумаков и прочих «психотерапевтов, целителей, колдунов». Я не знаю, проводились ли исследования, но, по моему мнению, вред, который это принесло, еще разгрести и разгрести. Став популярной, профессия психолога стала преподаваться не только в серьезных профильных вузах, но и во всевозмож-

В психиатрии есть подразделы: наркология, психотерапия, сексология, судебная психиатрия. То есть, необходимо сначала закончить институт – стать врачом, затем получить базовую специальность – психиатрия (а с ней и сертификат), и можно специализироваться дальше – стать наркологом, психотерапевтом, сексологом, судебным психиатром.

Очень важно, чтобы специалисты занимались тем делом, в котором они и являются специалистами. А так как к психиатру пациенты идут в последнюю очередь, то собственно психиатрам часто приходится корректировать, а то и полностью менять то лечение, которое человеку было назначено врачом-неврологом.

ных организациях, к этой специальности и близко не относящихся. Это для школьников. Месячные курсы – и вы «специалист по душам!» Ну, а дальше имеющий «корочку» начинает свой прием, пытается лечить, не зная и не понимая того, что причиняет вред. Опасно даже то, что человек теряет время, ходя по таким «лечилам».

**84.:** Николай, а учиться весело было? Если есть что вспомнить, то расскажите какой-нибудь курьезный случай из жизни будущего врача.

**Н.А.:** Учеба в медицинском ВУЗе – это и правда трудно и сложно. Помню, как завидовал своим друзьям из других ВУЗов: у них с курса третьего-четвертого свобода, можно работать, иногда посещать

институт... А вот у нас – отработки. Помню, написал своей знакомой в Америку: «Поступил в медицинский институт». Ее ответ меня порадовал. «Real?! Круто! У нас, говорят так: учеба – тюрьма, зато потом зарплата – sky rockets...». Я ей ответил, что давно она уехала от нас: в те времена зарплата была гораздо ниже. Но учеба и у нас была «тюрьмой»: прогулял, заболел – не важно, отработай.

**84.:** Мне всегда казалось, что психоневролог – деликатная профессия, но я могу ошибаться. Бывают же у человека такие пограничные состояния, что излишняя деликатность только навредит процессу реабилитации?

**Н.А.:** Чуть поправлю – скорее, речь идет о враче-психотера-



певте и психиатре. Если делать разграничение, то психиатр занимается тяжелой патологией, психозами. Применяет психотропные лекарства, занимается профилактикой осложнений, следит за течением болезни, контролирует прием лекарств. Врач-психотерапевт лекарств не применяет, лечит «словом», применяя разные психотерапевтические методы.

**84.:** *А вы можете без конкретизации рассказать об одном из самых сложных случаев своей врачебной практики, чтобы читатель приблизительно представлял, с чем сталкиваются ваши коллеги почти ежедневно?*

**Н.А.:** Ежедневно психиатр сталкивается с пациентом. Единственный способ получения информации о болезни у психиатра – это клиническая беседа. Мы разговариваем с человеком, выясняем, что происходит, что его мучает, что изменилось с его прошлого визита. Насколько «хорошо» действуют лекарства, не усилились ли побочные действия. Смотрим на него, оцениваем не только то, что он говорит, но и «невербальные» показатели – позу, мимику и проч. На основании всего выставляем диагноз и пишем рекомендации по лечению. Это обычность, рутина. Сложные случаи – они разные. Первый прием всегда сложен, у чело-

Распространенный миф: «Пришел к психиатру раз – будешь ходить туда постоянно».

Конечно, все не так. Как существуют хронические соматические болезни, так же существуют и хронические психические заболевания, например, шизофрения, при которой пациенту всю жизнь приходится контролировать свое психическое состояние. Однако есть ряд психических заболеваний, при которых нет необходимости регулярно посещать психиатра: расстройства привычек и влечений, игромания, булимия, депрессия и т.п.

века нет выставленного диагноза, есть только набор жалоб, которые всегда разные, часто противоречат друг другу. Необходимо понять пациента, прочувствовать его, приспособиться к его языку, дать ему «надежду». Но наверное, самое сложное в нашей работе – это «увидеть человека» среди набора симптомов и диагнозов. Ведь человек – это уникальность, это всегда целый мир, «не похожий на другого».

**84.:** *Вам не кажется как доктору, что алкоголизм и наркомания не только «молодеет», но и «стареет»? Я имею в виду, что по каким-то неведомым причинам стерлись возрастные границы этих заболеваний. У вас есть объяснение причин дегенерации определенной части общества?*

**Н.А.:** Позволю себе некоторую вольность, но скажу лич-

Отмечено, что если у одного из близнецов развивается шизофрения, то очень высока вероятность появления заболевания и у второго. Почти 70 лет назад один из самых известных исследователей близнецов Франц Кальман (Franz Kallman) пришел к выводу, что если одному из близнецов поставлен диагноз шизофрения, то второй близнец в 86 % случаев также столкнется с этой проблемой. (infoniac.ru)

но мое мнение: я не считаю алкоголизм и наркоманию (странное разделение – все это и есть наркомания, а водка – наркотик) психически заболеваниями. Да, есть последствия приема алкоголя и других «плохих» веществ, так называемые «интоксикационные» повреждения головного мозга, приводящие к болезни. А вот сама наркомания – это «патология воли», или, в более понятном смысле, распушенность. Я как психиатр точно знаю, что необходимо сделать при психозах, какие лекарства назначить для выведения человека из болезни, как далее вести пациента, чтобы болезнь не усилилась. Поэтому я и называю, например, шизофрению – психическим заболеванием. Ну, а у алкоголиков и наркоманов, выведи их из запоя, прокапай, приведи в чувство – и что? – а ничего... Перестанет пить или колоться? Да щас! Первым делом кинется искать стакан или дозу. И забыл, как плохо было, как почти умер. Что-то я у психически больных ни разу не видел того, чтобы они опять так и стремились в психоз... Наоборот, появляется критика, может, не сразу, но постепенно. И начинают пить лекарства, думают о том, как вылечиться. Так причём здесь болезнь? Давайте это называть другим словом. Как мне кажется, распушенность – самое точное.

**84.:** *Странное явление: некоторые молодые женщины ежедневно легко и непринужденно выпивают по бутылке вина, оправдываясь тем, что вино «сухое». Это можно считать уже диагнозом или в данном случае еще распушенность?*

**Н.А.:** Алкоголь и женщины – дело особое. Наверное, потому, что у женщин больше ответственности, по крайней мере, за детей, на уровне безусловных рефлексов. И вот, когда женщина переходит границу, начинает ставить алкоголь выше всего остального – скорость ее падения стремительная.

**84.:** *Как нужно реагировать на то, что совершенно молоденькие мамочки гуляют с детьми, пьют пиво и угощают им грудничков, чтобы те «крепче спали»? Каковы для детей последствия таких ранних «дегустаций»?*

**Н.А.:** Что тут скажешь? Мне как-то рассказывали, в Средней Азии в советское время очень много народу почти полгода проводили «на хлопке» – многие семьями, с малолетними детьми. Так вот, там делали так: клали ребенка в деревянную люльку с дыркой, привязывали, чтобы не сильно двигался, а чтобы не мешал и не плакал, в рот давали жвачку – маковую солому... Ну а что потом выросло – то выросло.

**84.:** *«Горе от ума» – достаточно распространенное явление, я имею в виду шизофрению. Так ли это? Ваша практика показывает процент в сторону увеличения численности заболевания? С чем это может быть связано?*

**Н.А.:** Ответу с конца: количество шизофреников примерно одинаково во всех популяциях – около 4%, и эта цифра почти не колеблется. Ну, а то, что при данном заболевании интеллект страдает не сразу и своеобразно, и создается впечатление, что человек именно от ума страдает. Однако огорчу: в конечном итоге, с исходом болезни, эти несчастные представляют собой весьма жалкое зрелище. Не зря раньше эта болезнь назвалась Dementia praecox (лат. «раннее слабоумие»). Вот и задача врача-психиатра и не довести человека до такого состояния.

**84.:** *У таких людей бывает только период ремиссии, или же иногда полное выздоровление возможно?*

**Н.А.:** Понятие абсолютного здоровья – идеальное. Кто может про себя такое сказать? Все мы немножко больные – зубы, желудок, спина. Да и врачи – они не лечат в прямом смысле. Отрезать ногу – не значит вылечить ее. Врачи улучшают качество жизни. И конечно, лучше жить без ноги, чем умереть. Вот и в моей профессии такое: психиатрия дает воз-

можность человеку не только жить со своей болезнью, но и работать, учиться, учить и многое другое. С помощью лекарств и психотерапии мы выводим человека в ремиссию, и если болезнь не очень «злая», то у этого человека есть шанс никогда больше не попасть в больницу.

**84.:** *Николай, сейчас есть «список препаратов №1», лекарства из него без рецепта получить невозможно. Часто проблема возникает не у тех, кому только что назначили препарат, а у определенной категории людей, которые данный препарат принимают давно, но возможность его получить у них отняли...*

**Н.А.:** Увы, не все гладко и легко. Кризис. Бюджеты сворачивают, денег нет, лекарств нет. Пропадают из аптек очень нужные лекарства. Но вот по поводу рецептов выскажусь так: мне нравится американская система, кто был, тот видел – почти невозможно просто так купить лекарство, только по рецепту. И это верно. По мне, я бы в тюрьму посадил людей, которые организуют рекламу лекарств. Это ужасно. Я учился 10 лет – сдавал экзамены, получал сертификаты. И все это для того, чтобы иметь возможность прописывать и назначать лекарства. Никто, наверное, не проводил исследований, сколько народу просто умерли, принимая «безобидные лекарства от боли».

ВОССТАНОВЛЕНИЕ  
ОТ ПСИХИЧЕСКИХ  
РАССТРОЙСТВ НЕ  
ОБЯЗАТЕЛЬНО  
ПОДРАЗУМЕВАЕТ  
ЛИКВИДАЦИЮ ВСЕХ  
СИМПТОМОВ. ДЛЯ  
МНОГИХ СТРАДАЮЩИХ  
ПОКАЗАТЕЛЕМ  
ЯВЛЯЕТСЯ  
ДОСТИЖЕНИЕ  
ПОСТАВЛЕННЫХ  
ЖИЗНЕННЫХ ЦЕЛЕЙ  
И ПОСЛЕДУЮЩЕЕ  
ПОДДЕРЖАНИЕ  
ДОСТОЙНОГО УРОВНЯ  
ЖИЗНИ, НЕЗАВИСИМО  
ОТ ТРУДНОСТЕЙ.  
(INFONIAS.RU)

В ШИРОКОМ СМЫСЛЕ, ПСИХИЧЕСКОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА – ЭТО ПЕРЕХОД ОТ ЗАЩИЩЕНИЯ НА ПАТОЛОГИИ И СИМПТОМАХ К АКЦЕНТУ НА ЗДОРОВЬЕ И ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ. СВОБОДНЫЙ ОТ ОЦЕНОК И ПЕССИМИЗМА ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ДОГМЫ, СМЫСЛ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ РЕАЛИСТИЧНОЙ ЦЕЛЬЮ ДЛЯ ВСЕХ.

**84.:** *Несколько слов о фобиях. Они лечатся или нет? Вообще, когда человек должен обратиться к специалисту со своей проблемой? Ведь все дело в том, что к узкому специалисту обычно направляет терапевт.*

**Н.А.:** Фобии – это отдельный класс психических расстройств. И хотя они относятся к более легким формам, их лечение весьма сложно и длительно. Например, для лечения панической атаки необходимо не только участие психиатра, но и обязательная работа с психотерапевтом. А про обращение – никаких проблем, опытный терапевт сразу направит к психиатру или к психотерапевту.

**84.:** *Люди каких профессий наиболее уязвимы в плане нервных срывов, других серьезных психических расстройств? Или профессия роли вообще не играет? Если не профессия, то что еще может работать «ускорителем»?*

**Н.А.:** Профессия, конечно, накладывает свои отпечатки. Есть профессии, связанные с повседневным риском, стрессом, высоким напряжением. Конечно, у людей с такими профессиями выше риск заболеть психическими расстройствами, но риск – это всегда вероятность, но не точность. Я бы сказал, тут работает принцип «где тонко – там и рвется». И если совпало то, что у

человека «тонкая» психика и тяжелая, стрессовая работа – можно ждать срывов.

**84.:** *Иногда говорят, что с годами доктора, работающие в вашей специализации, начинают напоминать своих пациентов. Что необходимо предпринять, если хочешь остаться в любимой профессии, но сам чувствуешь, что безумно устал?*

**Н.А.:** Ну, наверное, это касается не только нас. Проблема выгорания – серьезная везде. Если «безумно» устал – «умно» отдохни.

**84.:** *В вашей практике бывали случаи, когда вы не могли помочь кому-то из грузей или близких?*

**Н.А.:** Лечение близких – дело сложное и неблагодарное. В медицинской среде это считается дурным тоном. Хирурги, если есть такая возможность, не оперируют родных. И в психиатрии то же – «нельзя». Направить к знакомому специалисту, лучше подальше – вот правильный путь. Ведь принцип «нет Пророка в своем отечестве» еще никто не отменял.

**84.:** *Имеет ли значение рост и физическая подготовка психоневролога для его профессии?*

**Н.А.:** Если работать на скорой психиатрической бригаде и одному ездить на вызовы – то да, хрупкой миниатюрной



женщине не стоит, в остальном же самое главное – голова. Надо почаще думать, и тогда вы станете хорошим специалистом в этой сложной области.

**84.:** *Для доктора такой ужкой и серьезной направленности что является «страховочными ремнями»: семья, возможность свернуть в смежную специальность, религия?*

**Н.А.:** Медицина – это трудно и тяжело, в каком бы направлении ты ни работал. Но если это делать честно и с любовью, то сама работа и будет тебе давать тот нужный и необходимый «страховочный пояс».

**84.:** *Дайте, пожалуйста, совет именно как доктор по нервным расстройствам: как нужно выстроить свою жизнь, что делать в ней еже-*

Статистически, количество людей с психическими заболеваниями в современном мире постоянно увеличивается, причем, большинство больных не получают профессиональной помощи, да и вовсе не знают, что у них есть проблемы. Главная причина этого явления, судя по всему, заключается в том, что психиатрия регулярно пополняется открытием новых заболеваний, зачастую симптомы которых включают в себя нормальную реакцию на жизненные испытания.

*дневно и в любом возрасте, чтобы голова была ясной, а душа не «падала в депрессию»?*

**Н.А.:** Тут могу ответить только строчками из одной хорошей песни: «Что же за всем этим следует – следует жить, шить сарафаны и легкие платья из ситца... Вы полагаете – все это будет носиться? Я полагаю, что все это следует шить!». ♪



# улетное ПИТАНИЕ

Что мы знаем о питании в самолетах? Например, то, что от длительности рейса и времени суток зависит, что будет предложено на борту – напитки, обеды, ужины или завтраки. Еда приготавливается заранее и пакуется в контейнеры на земле. Контейнеры с пищей разогреваются до необходимой температуры в тепловых конвекционных шкафах самолета. За сроками реализации строго следят наземные службы, и если рейс задерживается по каким-либо причинам, то предназначенные по времени наборы уничтожаются... Ну, а в чем же все-таки заключаются принципиальные отличия бортового питания от еды на земле?

*Кристина Фирсова*

**Еда, сервировка, приборы первого и бизнес-классов отличаются от экономического соответственно цены билета.** Так, в бюджетном,

экономическом классе, в зависимости от времени, направления и длительности перелета, предложат горячий завтрак, холодные закуски ночью или горячий обед днем. Угостят десертом (булочкой, кексом, печеньем) и горячим питьем: чаем или кофе, безалкогольными напитками, соками и водой. Обед состоит двух-трех горячих блюд на выбор, упакованных в касалетку (посуду из фольги) с пластиковыми приборами. В отдельные бумажные пакетики завернуты сухие приправы и сахар, салфетки. Стюардессы элегантно и непринужденно развезут тележки с едой и напитками, предлагая на выбор рыбу, мясо или курицу. Из напитков – соки, чай, кофе, минеральную или простую воду из пластиковых бутылок.

В бизнес и первом классах предлагаемая еда на порядок дороже. Пассажиров рейса обслуживают, как в ресторане. Еда вкусная, разнообразная, сытная и изысканная. Меню состоит из нескольких вариаций: закуски, салаты, йогурты, три-четыре вида горячих кушаний и корзинки с хлебом. Предлагают мороженое, молочный или горький шоколад и пирожное. Из напитков: чай различных видов, какао, кофе, алкоголь. Сервировка стола на льняных или хлопчатобумажных полотенцах, приборы – из металла, а посуда – фарфоровая.

Время суток в полете определяет меню. Так, например, завтрак может состоять из холодной сырной или мясной закуски, горячего омлета с овощами, хлебной корзины и фруктов. Блюда подаются красиво, украшаются листьями салатов, зелени, дополнительно предлагаются разные соусы. Дольки лимона, кусочки овощей и сыра – все очень элегантно.

На обед предлагают четыре блюда: закуска, салат, горячее и десерт. В любое время предоставляется возможность утолять жажду водой (минеральной или простой), морсами, соками и алкоголем разной крепости.

Бортовое питание экипажа корабля соответствует питанию бизнес-класса, с той разницей, что пилоты и командир упо-



**Кому-то из пассажиров нравится вкус бортовой еды, кому-то нет. Но очевидно, что стандартные пищевые наборы утоляют голод и не вызывают отравлений.**

В ЦЕХАХ БОРТОВОГО ПИТАНИЯ, КОТОРЫЕ, КАК ПРАВИЛО, РАСПОЛОЖЕНЫ ВБЛИЗИ АЭРОПОРТА ИЛИ НА ЕГО ТЕРРИТОРИИ, ИЗГОТОВЛИВАЮТ, ФОРМИРУЮТ И ОХЛАЖДАЮТ ДО НУЛЕВОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ САМОЛЕТНЫЕ РАЦИОНЫ. СФОРМИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ ДОСТАВЛЯЕТСЯ НА САМОЛЕТ. ДО ПОСАДКИ ПАССАЖИРОВ НА ВОЗДУШНОЕ СУДНО ПРОИЗВОДИТСЯ ПОГРУЗКА И УСТАНОВКА ТЕЛЕЖЕК С ЕДОЙ НА БОРТОВУЮ КУХНЮ В ШТАТНЫЕ, ОПРЕДЕЛЕННЫЕ МЕСТА.

требляют разные блюда рациона – для сохранения работоспособности, в случае недомогания одного из членов экипажа.

### ТАК ГДЕ ЖЕ РАЗНИЦА?

Начнем с того, что вкус еды в воздухе – совершенно иной, нежели на земле. Объясняется такой феномен просто – микроклимат в самолете отличен от земного. Воздух гораздо суше, атмосферное давление ниже, а постоянный непрерывный фон в виде шума снижают уровень чувствительности рецепторов вкуса. Человек получает не столько вкусовое удовольствие от еды, сколько зрительное. Как бы то ни было, редкий пассажир отказывается от приема пищи. Возможно, подсознательно люди понимают, что так быстрее проходит время полета.

Для всех ведущих мировых авиакомпаний бортовая еда является показателем престижности. Известные эксперты характеризуют кейтеринг следующим образом.

Директор **Dellos Air Service** **Дмитрий Коньков**: «Техно-

*логии приготовления блюд разрабатываются нами особо, с учетом всех тонкостей бортового питания. Повара модифицировали и доработали все хитовые блюда из ресторанов, чтобы при доставке и подаче на борту они сохранили свой неповторимый вкус и аромат. Какие задачи нам пришлось решать? Например, у нашего ключевого партнера, авиакомпании «Трансаэро», сервировка регламентируется собственной сервисной политикой, поэтому нам нужно было «вписать» блюда в их видение, по сути, совместить две концепции, откорректировать размер порции, формат подачи. Притом что блюдо доставляется в самолет в «разобранном виде», в виде некоего конструктора, и только на борту приобретает законченный вид (в соответствии с требованиями*



Средняя цена питания на одного пассажира для непродолжительных рейсов – 30-90 руб. Для продолжительных рейсов, с горячим блюдом – 130-270 руб. Бизнес-класса – 250-500 руб.

*Роспотребнадзора, мы не имеем права привозить на борт, например, заправленные салаты)».*

**Михаил Волков**, член комитета по экономическому развитию и предпринимательству, по поводу вариантов меню Саратовских авиалиний высказал особое мнение: «В новом варианте меню присутствует сбалансированность по белкам и углеводам. Я могу сказать, что такая пища здорова. Вакуумная упаковка, которую легко открыть и которая не испачкает рук, действительно удобна. Таким меню пассажиры должны быть удовлетворены, хотя я понимаю, что у людей есть собственные предпочтения: кто-то любит китайскую, кто-то итальянскую, кто-то традиционно русскую кухню. Комментировать на уровне «нравится – не нравится» я бы отказался, поскольку у всех разные вкусовые предпочтения. Здесь уместнее комментирование с медицинской и гигиенической точек зрения. Несмотря на то, что я достаточно жестко отношусь к фастфуду и никогда не пускаю туда своих детей, даже там в последнее время появляются новые интересные продукты в виде овощей, завернутых в лаваш. Достаточно мало углеводов, мало жиров, что позволяет сделать более или менее приемлемым питание».

Директор по европейскому, восточному и северному регионам **LSG Sky Альфред Риглер** убежден: «Клиенты таких крупных перевозчиков, как «**Chefs Lufthansa**», «**British Airways**», «**Virgin Atlantic**», «**Air France**» или «**Etihad Airways**» могут быть уверены в том, что их всегда накормят хорошей и качественной пищей. Более того, в зависимости от личных вкусов и предпочтений им будут предложены специализированные меню: от детских обедов до питания для пассажиров, имеющих проблемы со здоровьем. Кроме того, на выбор могут быть предложены блюда различных национальных кухонь или направлений, например, сырая пицца, морепродукты, блюда, обогащенные клетчаткой, и т.д.».

ЧТОБЫ НАКОРМИТЬ ПАССАЖИРОВ АВИАРЕЙСОВ КАЧЕСТВЕННОЙ И ВКУСНОЙ ЕДОЙ, ТЫСЯЧИ СОТРУДНИКОВ В РАЗНЫХ УГОЛКАХ ПЛАНЕТЫ ЗАНЯТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЕМ КОМПЛЕКТОВ ПИТАНИЯ. МЕНЮ РАЗРАБАТЫВАЕТСЯ С УЧЕТОМ КАЛОРИЙНОСТИ, ВКУСОВЫХ КАЧЕСТВ И СБАЛАНСИРОВАННОСТИ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ.

В РЕЙТИНГЕ АВИАКОМПАНИЙ ПО ЛУЧШЕМУ БОРТОВОМУ ПИТАНИЮ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОШЕДШИХ МЕСЯЦЕВ 2015 ГОДА ПЕРВОЕ МЕСТО ЗАНИМАЕТ КОМПАНИЯ **MONTENEGRO AIRLINES**, ВТОРОЕ – «**СИБИРЬ**», ТРЕТЬЕ – **NORD WIND**.



# ПУТЕШЕСТВИЕ СО ВКУСОМ...



Гастрономический туризм в России стал популярен не так давно, но гурманы уже убедились, что, путешествуя по родной стране, можно составить свой вкусный рейтинг, свой обжорный ряд любимых блюд и яств, употребление которых составляет истинное наслаждение. В нашей стране есть смысл отправляться за семь верст киселя хлебать. А аппетит, между тем, приходит во время езды.

*Алексей Фошкин*

**Прежде всего, гастрономические туры – удел гурманов, желающих насладиться яствами «в оригинале».** С каждым годом в России появляется все больше удивительных мест гастроуризма. Сегодня с этой целью можно отправиться во многие регионы России, например:

► **Ленинградская область.** Сюда едут отведать свежайшего мяса, вид которого открыто говорит, что животное росло счастливым и думало о хорошем. Кроме того, здесь лучший в мире творог, молоко, которое выдает на два пальца сливок, и бесконечные деликатесы, не уступающие произведениям Прованса – область держит первые места в рейтинге лучших мест гастроуризма;

► **Псковская область.** Славится прежде всего пчеловодным промыслом. Здесь проводится ежегодный «Медовый фестиваль», где каждый желающий может отведать и приобрести лучшие виды натурального меда. Есть возможность отведать деликатес из рыбки снеток, а в Пушкинских горах попробовать вол-

шебные по вкусу молочные продукты;

► **Республика Коми.** Великое разнообразие копченой оленины, семга «печерского посола», соленые белые грузди, пироги «калитка» – одни из многих традиционных блюд, которыми приезжие любят полакомиться.

**Сыктывкар (Коми) славится удивительно вкусным пивом. Чтобы сварить пиво, нужны только солод, хмель, дрожжи и вода.**



► **Удмуртия.** Известна своим старинным блюдом «перепечи». Есть здесь и чудесные молочные продукты высшего качества, сыры, рыба...

И это лишь несколько регионов. Чтобы узнать побольше, отправляемся в путешествие со вкусом.

### ...КАЛИТКИ

Трехдневный гастрономический тур в Карелию насыщен «вкусняш-

ками» на любой вкус, для детей и взрослых. Например, на первое вам могут предложить мастер-класс по приготовлению национального карело-финского блюда «Лохикейто» – сливочного супа с лососем. На второе – посещение пивоварни в одном из лучших ресторанов-пивоварен Петрозаводска «Paulaner». Пиволюбые узнают об особенностях характера каждого вида напитка и смогут лично убедиться в этом во время дегустации – здесь пиво можно пить без ограничений! На закуску попробовать традиционное баварское блюдо «Бротцайт» (мясные закуски, сыр, корнишоны и другие ингредиенты). Детям предложат вкусные блинчики и сок. А на десерт – мастер-класс по приготовлению карельских пирожков «калитка». На дегустации туристам предложат и ароматные карельские ягодные наливки.

### ...ЧАК-ЧАК

В Касимов, столицу двух культур, едут не только за живописными пейзажами и необыкновенной архитектурой, не только за экзотическим сочетанием старинной русской православной архитектуры и пятисотлетних

## КАЛИТКИ

Это маленькие открытые пирожки, типа ватрушек, с разнообразными начинками из каш, картофеля или ягод. А трапеза с калитками – это целый ритуал.

Обычно в семье на середину стола выставлялась большая чаша с горячим молоком, смешанным со сливочным маслом.

Все калитки выкладывались в чашу, и когда они смягчались и пропитывались молочной смесью, хозяйка раздавала их, начиная с главы семьи.

Едят калитки руками. А запивают душистыми травяными чаями.

султанских мавзолеев. На протяжении столетий здесь живут в дружбе и согласии два народа – русские и татары. Традиции, обычаи и привычки двух культур причудливо переплелись, и туристам посчастливится познакомиться с жизнью этого невероятного и счастливого города. После экскурсий по городу туристов пригласят на национальный обед в трапезной настоящей мечети, посвятят в тайны культуры и обычаев татарского народа. Гостеприимные хозяева предложат щедрый и невероятно вкусный обед из национальных блюд татарской кухни: домашняя лапша, плов, пироги, перемячки (беляши), кудря (сладкое воздушное тесто) и душистый чай из самовара. А во время обеда старейшина семьи – добродушная и очень колоритная татарская бабушка – проведет удивительный мастер-класс по приготовлению главного татарского десерта, знаменитого чак-чак.

## ...ПРЯНИКА

Одной из первых освоила гастрономическое направление древняя Тула.

Да и странно было бы, если б мировые тульские пряники оказались в стороне от столбовых гастрономических маршрутов. Побывать на экскурсии в пряничном цехе, самому состряпать печатный пряник на настоящем оборудовании – это вам не колбки катать! Ведь до сих



Современные умные машины умеют выпускать только прямоугольные пряники.

пор деревянные формы для пряников мастера вырезают из дерева вручную, тщательно прорабатывая каждый завиток в пряничном узоре.



Конечно, где-то рядом с лакомством окажется и знаменитый тульский самовар – пожалуйста чаю испить.

**Круглые, овальные, фигурные пряники до сих пор выпускают вручную.**



Но возможны и варианты, причем тоже экологически чистые и здоровые, например, посетить молочный комбинат и вспомнить вкус настоящего кефира «как в детстве», отведать уникальный питьевой творог или – та-дам! – йогурт со вкусом тульского пряника!

### ...РАКОВ

На два дня рассчитан тур в край, где рак свистнул. Старинный городок Весьегонск – самый северный в Тверской области, поэтому его прозвали «Тверской Сибирью». Издревле славился он своими ярмарками, но истинную славу принесли городу... раки. Уж очень они здесь вкусные. Раков из Весьегонска поставляли еще к столу Екатерины II. Рак даже изображен на гербе города: «Рак на золотом поле». Есть тут и музей Рака. Другим приятным сюрпризом для гурманов станет в Весьегонске посещение винзавода, открытого еще в 1914 году. Изюминка в том, что он производит уникальные ягодные вина по

старинным семейным рецептам. После экскурсии по заводским цехам вам предложат продегустировать романтические розовые и красные мускаты, сухие и полусладкие сортовые вина, а также старый добрый портвейн, выдержанный в дубовых бочках!

### ГУБИТ ЛЮДЕЙ НЕ ПИВО!

► Небольшой однодневный круиз по Волге с пикником и пивом – что может лучше украсить летний отпуск! Путешествие начнется у стен старинного города Калязин и продолжится роскошным пикником на живописном волжском берегу. «Рыбный день на Волге» начинается хлебом-солью, по русскому обычаю. А затем – настоящий рыбацкий пикник: уха из котелка, рыба в кляре, расстегай рыбный! Картошечка, салатик, пирожки... Под уху с расстегайчиками – дегустация тверских настоек и наливочек. Любителей пенного напитка ожидает дегустация нескольких сортов знаменитого волжского пива.

### ...МЕДА И МАЛИНЫ

Рязанское село Новоселки издавна считается «столицей малинового царства». Когда-то местный батюшка привез сюда особый сорт малины из путешествия в Святую землю. С тех пор малина здесь растет самая крупная и сладкая во всей России! Именно ее поставляли к царскому столу. В июле здесь проходит «Малиновый фестиваль» – не только с веселыми играми и плясками, но и с души-

**СКОЛЬКО ВЫ ЗНАЕТЕ**

блюдо из огурцов? – Точно меньше, чем их готовят в старинном купеческом селе Поречье Рыбное. Там ежегодно, в начале августа устраивается праздник «Зеленый огурец» с ярмаркой и народными гуляниями. Здесь вы встретите огурцы соленые, вяленые, сушеные, огурцы фаршированные, похлебку из огурцов, огуречное варенье... Продолжить праздник можно в Музее-огороднике «Пореченский огородник».

стым чаем с малиновым вареньем. И с пирожками – конечно, с малиной!

Но сладкая жизнь будет неполной, если не заехать в соседний с Новоселками городок Рыбное, где разводят правильных пчел, которые делают правильный мед! А иначе и быть не может – ведь в городе действует единственный в России НИИ пчеловодства. Подробности о жизни пчел можно узнать в музее при институте, например, как во все времена у пчел решался жилищный вопрос: здесь представлены ульи всевозможных конструкций, в том числе улей-колодья, улей-церковь,

африканский улей и знаменитые колоды «Царь», «Царица» и «Царевна», принадлежавшие царю **Алексею Михайловичу**. А на пасеке можно даже заглянуть в настоящий улей и понять, что «это ж-ж-ж неспроста». И в завершение прогулки – чаепитие с дегустацией нескольких сортов меда. Их можно будет и увезти с собой – а также пергу, пыльцу, трутневый расплод и другую продукцию пчеловодства.

**...КАШИ**

*«Сюда на кашу приезжали, нам говорили, в старину.*

*Ее на площадях едали – назвали Кашин потому.»*

Именно в Кашине сохранились известные когда-то по всей Руси исконно русские традиции и рецепты кашеварения. Здесь можно принять участие в интерактивной программе «Кашинский базар».

А в музее Каши познакомиться с древнеславянскими обычаями и обрядами, с легендами и былями древнего Кашина, с историей кашинских

ремесел и атрибутикой кашеваров. Научиться разбираться в крупах и узнать все об особенностях и способах приготовления 30 видов перловки, полбы, толокна, боярской каши. Только здесь можно увидеть и



купить некоторые редкие виды круп для рассыпчатой, ароматной, исконно русской королевы-Каши, побывать на русских «вечорках» и даже научиться толочь зерно в ступе! А затем стать участником мастер-класса по росписи традиционного кашинского пряника-жамки. И, конечно, отведать знаменитой каши по старинным

забытым рецептам – такую вряд ли где-нибудь еще попробуешь.

## ...ИТАЛЬЯНСКОГО СЫРА

С тех пор как итальянец **Пьетро Мацца**, сыровар в шестом поколении,



**Суп-таратор из простокваши со свежими огурцами – прекрасное охлаждающее блюдо для летнего дня.**

основал в селе Медное Тверской области агроферму «*Fattoria del sole*» – «Солнечную ферму», к нему буквально не зарастает народная тропа. Поклонники итальянской кухни, да и просто любии-

тели вкусно поесть приезжают сюда большими группами, чтобы провести целый день на настоящей ферме без прикрас и рекламных «*спецэффектов*». А хозяйство у **Пьетро Мацца** большое: ослик, пони, страус Эму,

лошадка Розана, овцы, козы, коровы, кролики, кабан и верблюд Майкл. Но главное, за чем приезжают сюда голландные туристы – дегустация свежих сыров, которые **Мацца** производит сам из молока собственных коров. Для начала гостям предложат 8-9 видов сыра: бурату, бутирро, моцареллу, рикотту, «золотой пармезан» и другие. Основу ассортимента составляют классические калабрийские и неаполитанские сыры (тянущиеся сорта варятся исключительно из коровьего молока): моцарелла, рикотта, бутирро (начинка: сливочное масло), бурата (начинка: сливки и в «русском варианте» – сливки с красной икрой). А про-

должится праздник живота обедом из нескольких итальянских блюд, таких как лазанья, польпетта и другие, к которым подается свежеспеченный хлеб по итальянским рецептам.

...МЯСА

## ...МЯСА

Еще один иностранный гость в нашем обжорном ряду – **Джон Кописки**. Англичанин, обосновавшийся в России, превратил некогда пустовавшие земли в образцовую ферму, которая теперь считается лучшей во всей России. Ферму «*Богдарня*» (Дар Бога) прекрасно знают не только в Петушках, но и по всей стране. Гурманы едут сюда, чтобы отведать отменных стейков (нескольких видов), а также колбасок и купат. И не надо опасаться стероидов и антибиотиков – здесь выращивают телят особого откорма, так что мясо буквально тает во рту. А за поставки мяса от **Джона Кописки** буквально борются лучшие рестораны страны. Естественно, ни одна дегустация мясных деликатесов здесь не проходит «*просто так*». Туристов научат не только разбираться в мясе, но и правильно жарить его на живом огне! Расскажут,

## В ГОСТИ

### К ВИНОДЕЛАМ

Станица Гостагаевская под Анапой – уже известный пункт винных маршрутов Краснодарского края. Если вы попадете сюда в сентябре, то сможете даже принять участие в процессе сбора и переработки винограда нового урожая. В маленькой винодельне производят уникальные по вкусу вина – но совсем небольшими партиями, поэтому не стоит упускать возможность попробовать 7-10 сортов вина. Тем более, что к ним подаются шашлыки, сыр, салат и лаваш.

чем рибай отличается от клуб-стейка и стриплоин-стейка. И как приготовить поджаристый филе-мильон, сочный ти-бон или аппетитный портер-хаус. Разумеется, запивают эти волшебные блюда бокалом красного вина.

Как и на всякой ферме, здесь можно пообщаться с животными – **Джон** держит пони, козочек, милых вьетнамских поросят, уток, гусей и кур декоративных пород. Но истинной страстью англичанина стали лошади. Орловские рысаки, владимирские тягеловозы, русская рысистая, донецкая, вятская, – посетителей ждет целое конное шоу!

А после всех этих увлечений туристов ожидает полноценный деревенский обед из экологически чистых продуктов.

### ...ПАСТИЛЫ

Однодневный тур в древнюю Коломну непременно приведет сладкоежек в единственный в мире «Музей пастилы».

Необычная коллекция поселилась в старом доме знаменитого купеческого рода Сурановых. Лажечников, Новиков, Гиляровский не раз бы-

вали здесь. В доме напротив жил Борис Пильняк, где он написал рассказ «Коломенская пастила». Возрожденный продукт, изготовленный по оригинальному рецепту, и легендарный образ Коломенской пастильницы легли в основу экспозиции музея «Коломен-



Пастильщики в Коломне готовят пастилу с добавлением в яблочное пюре мякоти ягод – брусники, рябины, малины, смородины.

ская пастила. У Николя на Посадах». После экскурсии по «ароматному музею» гостей ожидает с дегустация 6 видов па-

стили, приготовленной из взбитого яблочного пюре с добавлением сахара, меда, орехов, ягод, сока фруктов, ароматных тра-

**Исторически в Коломне особенно часто предпочитали добавлять в пастилу клубнику.**



вяных специй по старинным рецептам. Следующая дегустационная программа – в фирменном магазине продукции Коломенского Пчеловодческого Комбината «Золотой улей». Фирменное угощение здесь – два вида медовых вин и бальзамов.

## ...КЕФАЛИ

За кефалью, морским окунем и ставридой лучше отправляться прямиком к самому синему

Черному морю. Например, в Балаклаву, небольшой курортный городок в Крыму неподалеку от Севастополя. Как рассказывают бывалые туристы, рыба здесь сама на крючок бросается. И не мудрено, ведь сами жители называют Балаклаву «рыбным мешком». А в переводе с турецкого название города означает «Рыбье гнездо». Ближе к берегу можно таскать кефаль, а в открытом море, где глубина достигает 40-60 м, идет серьезная рыбалка на морского окуня, ставриду, пикшу.

Можно отправиться на дневную рыбалку, по окончании которой вся компания насладится собственноручно пойманной свежей рыбой, приготовленной прямо при вас по традиционным крымским рецептам. Совсем другое дело – ночная рыбалка. В море рыбаки отправляются вечером, а в качестве

► **САМЫЕ ЗАЯДЛЫЕ СЛАДОЕЖКИ НЕ ПРОПУСТЯТ В ПОКРОВЕ МУЗЕЙ ШОКОЛАДА И ПАМЯТНИК ФЕЕ ШОКОЛАДА. ПОКРОВ СЧИТАЕТСЯ СТОЛИЦЕЙ РОССИЙСКОГО ШОКОЛАДА, ТАК КАК ЗДЕСЬ, НА ЗНАМИТОЙ КОНДИТЕРСКОЙ ФАБРИКЕ КРАФТ FOODS, ВЫПУСКАЮЩЕЙ ВСЕМ ИЗВЕСТНЫЕ МАРКИ ALPEN GOLD И MILKA, СЕГОДНЯ ПРОИЗВОДИТСЯ 30% ВСЕГО РОССИЙСКОГО ШОКОЛАДА. А МУЗЕЙ СООРУЖЕН ПО ТЕХНОЛОГИИ «УМНЫЙ ДОМ», ЧТО ПОМОГАЕТ ПОЛНОСТЬЮ ПОГРУЗИТЬСЯ В ВОЛШЕБНЫЙ МИР ФЕИ ШОКОЛАДА И ПОБАЛОВАТЬ СЕБЯ ГОРЯЧИМ ШОКОЛАДНЫМ НАПИТКОМ С ПРЯНИКОМ.**

трофея привозят богатый улов морского ерша – скорпены. Прогулочные маршруты предполагают остановки, во время которых можно отдохнуть, искупаться и, конечно, устроить пикник и пожарить улов.

## ...ВИНОГРАДА

Туристические компании уже подготовили для любителей изысканных вин полноценные винные туры в Крым в виде комплексного пакета с размещением в гостиницах, питанием и посещением ряда винодельческих хо-

## ВИНА КРАСНОДАРА

Ведущие винодельческие компании Краснодарского края сегодня – это «Кубань-Вино», «Фанагория», «Лефкадия», «Абра-Дюрсо», «Аврора», «Союз-Вино», «Южная винная компания». По результатам дегустации независимого конкурса, проведенного в Кубани 2014 г., в котором приняли участие эксперты Краснодар, Москвы, Ростова-на-Дону, Австрии и Франции, лучшим белым вином стало «Шардоне Крю Лермонт» ОАО «Фанагория», а лучшим игристым вином – «Рислинг молодое» ООО «Кубань-Вино».

зайств и заводов. Еще больше предложений – по однодневным экскурсиям той же тематики. Но и без лишних хлопот легко составить себе винный маршрут по полуострову самостоятельно. И на этом пути вам никак не обойти стороной Массандру, Новый свет, Ялту, Алупку и Севастополь. «Столица» винного туризма на полуострове – поселок Массандра на окраине Ялты, где, собственно, и находится легендарное объединение «Массандра», выпуска-

ющее вина высочайшего класса. Здания завода построены в 1894-97 гг., и в эти же годы Лев Голицын начал собирать лучшие образцы вин по всему миру и развивать виноделие в Крыму. И сегодня ни одно винодельческое хозяйство мира не может похвастаться столь обширной и разнообразной коллекцией виноградных вин, как здешнее. Вместе с тем лишь в 90-х годах прошлого века «Массандра» вышла на международный рынок. Зато теперь успешно поставляет вина более чем в двадцать стран мира. Особым успехом пользуется портвейн красный «Ливадия», впервые приоткрытый для винных погребов царской семьи, мадеры и мускаты разных марок. Славная страница в истории объединения связана с вином «Солнечная долина», букет которого создан уникальными свойствами двадцати различных сортов аборигенного винограда. Из 9 млн бутылок вина, которые производятся на заводах объединения за

год, около 50 % продукции идет на экспорт. Другой крупный производитель вин в Крыму – севастопольский завод «Инкерман», основанный в 1961 г. Профессиональные виноделы покажут гостям самый



крупный винный погреб Крыма и предложат продегустировать до 10 сортов вина. Любителей игристых вин радушно встретят на производстве шампанских вин «Новый Свет», основанном в 1878 г. Этот дом шампанских вин выпускает знаменитые игристые «Князь Лев Голицын» и «Крым». Здесь можно спуститься в вы-

долбленные в горе Кобакя подземные тоннели, общая протяженность которых составляет 7 км, а также осмотреть дом-музей Голицына, основателя производства. Чтобы повысить градус, стоит побывать на зна-



**Сорта крымского винограда и сами звучат как песня: Ришелье, Кардинал, Юбилей херсонского дачника, Память голодрыги**

менитом заводе «Коктебель». В дегустационном зале можно попробовать несколько сортов вин и коньяк. А на предприятии увидеть залы первичной переработки, погреба и самую крупную

в Европе мадерную площадку с оранжереей для выращивания мадеры.

Ждет гостей и национальный институт винограда и вина «Магарач» в Ялте, который был основан еще в 1828 г. В этом институте были получены особые ценные сорта винограда, а сегодня хранится огромная коллекция винограда, в которую входят более 3 000 образцов. В институте можно попробовать разные сорта вин, включая редкостный белый мускат, производимый по технологии 1870-х гг.

Еще одной жемчужиной крымского виноделия являются десертные вина Госпредприятия «Гурзуф». Именно в Гурзуфе производят знаменитый «Мускат Белый Красного Камня», полу-

чивший 22 золотых медали на Кубке «Супер Гран-при» в 1944 г. Белое ликерное вино называется так, потому что изготавливается из винограда сорта «Мускат белый», который выра-

щивается неподалеку от скалы Красный камень. Нельзя пройти и мимо розового ликерного вина «Пино-гри Ай-даниль», обладателя 10 золотых медалей (1880г.), и «Токая Южнобережного», награжденного 18 золотыми медалями на Кубке «Гран-при» в 1932 г.

Самые любознательные туристы непременно завернут в Дегустационный зал «Дом виноградаря» при агрофирме «Золотая Балка» (Балаклава), чьи вина за последние 20 лет завоевали сотню с лишним наград. И в Музей вина в поселке Солнечный находится в гроте Седьмое Небо, известном в народе как «Бокал». Здесь после экскурсии посетителей ждет самая большая дегустация – 12 образцов. Кроме того, в разных точках полуострова проходят различные мероприятия, которые стоит посетить. К примеру, «Виноградные сезоны» в Алуште, Winefeofest в Феодосии или «Дни Голицына» в Новом Свете. А наиболее масштабное мероприятие – фестиваль Art Wine Fest в Севастополе, начало которому было положено в 2012 г. ¶



РУССКИЕ НАРОДНЫЕ МОТИВЫ,  
ЦВЕТНОЕ ИЗОБИЛИЕ,  
ТЕЛНЯШКИ НА ЛЮБОЙ ВКУС  
И КРУЖЕВНЫЕ УЗОРЫ  
ДЛЯ ВАШЕГО ГАРДЕРОБА.

**Наконец-то  
оно прилелето!**







ФОТО: БОРИСА КУДРЯВОВА



## ЦВЕТНЫЕ ДНИ

Долгожданное путешествие в лето начинается с летних новинок. И в этом сезоне в вашем гардеробе непременно должно найтись место для цветов! Как рекомендуют замечательные дизайнеры, мама и дочь Яна и Анастасия Шевченко, показавшие на днях очень яркую и жизнерадостную круизную коллекцию бренда YANASTASIA. Продемонстрировать наряды на веранду московского Royal Bar пришли друзья дизайнеров, звезды Корнелия Манго, Лариса Вербицкая, Сергей Зверев, Эвелина Бледанс, Анастасия Волочкова, группа «На-На» и Бари Алибасов, Прохор Шаляпин, Алла Довлатова, Анна Городжа и многие другие. Для дальних и не очень поездок, для активного отдыха и расслабленного лежания на пляже, а также для романтических вечерних прогулок прекрасно подойдут и наряды в цветочек в русском стиле, и модели в гламурных пайетках. И ваше лето не пройдет незамеченным!

ТРЕНД СЕЗОНА: МОРЕ

8 часов  
плати  
8





**ПОДНЯТЬ ЯКОРЯ!**  
 Морской стиль словно бы приближает дни вожделенного отпуска. А законодательницей мод в этом направлении по праву считается... Коко Шанель. В 30-е годы она спровоцировала скандал, появившись на пляже в Монте-Карло в трикотажных штанишках и в матроске. Сегодня мода позволяет носить морские мотивы и зимой, и летом. Это не только полосатая тельняшка, футболка и бело-синяя гамма. В морской стиль аккуратно вписываются красные аксессуары, белые рубашки и куртки, синие джинсы и кеды. Элементы морского стиля можно привести и в офисную одежду. Идеально сочетаются низ в полоску и однотонный жакет, однотонные брюки-клеш и продольная полоска вверху, на блузке или легком жакете.

1. **Топ**, Miss Selfridge.
2. **Ободок**, Debenhams.
3. **Очки**, New Yorker.
4. **Кольца**, New Yorker.
5. **Бикини**, H&M.
6. **Сумка**, Accessorize
7. **Платье**, Miss Selfridge.
8. **Браслеты**, New Yorker.
9. **Юбка**, New Yorker.
10. **Майка-туника**, Monki.
11. **Босоножки**, Next.
12. **Юбка**, H&M.
13. **Эспадрильи**, New Yorker.
14. **Топ бикини**, New Yorker.
15. **Блузка**, Monki.
16. **Сумка**, Accessorize.
17. **Модель в одежде** Accessorize.

ТРЕНД СЕЗОНА: ЦВЕТЫ

100  
цивильное платье



## ЦВЕТОЧКИ-ЯГОДКИ

Алые маки, розы, пионы и гвоздики пышным цветом цветут в модных коллекциях этого лета. Неувядаемая цветочная классика никогда не выйдет из моды. Но всякий раз мы находим в ней новые оттенки. Этим летом мы учимся сочетать между собой несколько цветочных принтов. Но если опасаетесь запутаться, то возьмите за основу гармоничного образа контраст ярких цветов с пастельными оттенками. Так, отлично сочетаются брюки с цветами и белая футболка, или же, наоборот, красочная блуза с однотонной юбкой. Аксессуары с цветочными мотивами также очень актуальны: сумочки и броши, украшения и обувь с цветами превращаются в маленькие клумбы.



1. Шляпа, H&M.
2. Браслеты, New Yorker.
3. Шейный платок, Accessorize.
4. Брелок, H&M.
5. Платье, Debenhams.
6. Часы, New Yorker.
7. Шорты, New Yorker.
8. Модель в одежде Accessorize.
9. Сумка, Debenhams.
10. Очки, New Yorker.
11. Зспадринли, New Yorker.
12. Кеды, New Yorker.
13. Бикини, New Yorker.
14. Галстук, H&M.
15. Шляпа, Debenhams.
16. Часы, Debenhams.
17. Рубашка, Debenhams.
18. Футболка, Debenhams.
19. Модель в одежде Debenhams.





## НА ПРОСВЕТ

Кружево – вечный символ нежности и женственности, изысканности и утонченности. Кружево идет абсолютно всем женщинам. А визуально ажурные одежды создают впечатление "минус 10 кг".

«Больше воздуха» – говорят дизайнеры и украшают невесомыми узорами не только текстиль, но и кожу, используя перфорацию.

К ним примыкают платья и топы самой причудливой вязки, а также всевозможные техники плетения (макраме) и сетки. Выбирайте прозрачные узоры и оставайтесь открытыми настолько, насколько вы этого хотите.

1. Кружевная туника, *Accessorize.*
2. Браслет, *H&M.*
3. Украшение на волосы, *H&M.*
4. Кружевной жакет, *New Yorker.*
5. Ожерелье, *Accessorize.*
6. Рюкзак, *Accessorize.*
7. Платье, *New Yorker.*
8. Браслет, *Miss Selfridge.*
9. Кольцо, *New Yorker.*
10. Кеды, *New Yorker.*
11. Шорты, *Miss Selfridge.*
12. Броги, *H&M.*
13. Топ, *New Yorker.*
14. Платье, *Miss Selfridge.*
15. Кольца, *New Yorker.*
16. Шорты, *River Island.*
17. Кружевные туфли, *New Yorker.*
18. Шорты, *H&M.*
19. Бикини, *New Yorker.*