



**Наши выпускники!  
17 золотых медалистов  
и три «стобалльника»  
по результатам ЕГЭ.**

**Совместный  
труд  
и высокие  
результаты**

3



**Фурмановский  
муниципальный  
район**

# НОВАЯ ЖИЗНЬ

**Общественно - политическая газета**

**Издается с мая 1930 года 16+**

**Четверг  
27 июня  
2019 года  
№26  
(15622)**

**День молодежи. Гастроли в столице**

## «Веснушки» зажигают!»



Фурмановский народный коллектив «Веснушки» за 30 лет своего существования сумел заслужить любовь большинства своих земляков. Все эти годы под руководством бессменного руководителя В.В. Балдина самодеятельные артисты радовали зрителей яркими композициями, демонстрируя сольное и хоровое искусство пения, народного танца, игры на самых, казалось бы, необычных и совсем не музыкальных инструментах – ложках, пиле, струне, на ведрах. Все их концерты неизменно превращались в красочный праздник – веселый, душевный, зажигательный. Не удивительно, что любые мероприятия, проходящие в Фурманове на сцене ЦДК или Летнего сада, обязательно включают в себя выступления этого замечательного коллектива.

Известно, что удивительное творчество наших «Веснушек» давно покорило и зрителей других регионов, ими восхищались члены компетентного жюри различных, в том числе и международных, конкурсов. Всем по душе, пусть всего лишь на несколько минут, окунуться в атмосферу народного праздника, буйства танца и народного фольклора. Уже не раз наши земляки выступали и на Центральном телевидении, и там они нашли почитателей их талантов. А недавно народный коллектив ЦДК выступил в эфире телеканала «ТВ-Центр». Эфир программы «Приют комедиантов» состоялся 12 июня, а съемки проходили в Москве в Центральном Доме литераторов.

**(Окончание на 5 странице).**

**Материалы, посвященные Дню молодежи, читайте на страницах 4-5.**

## «Зеленая волна»

**С 20 июня по 31 августа -  
профилактика ДТП среди подростков**

Анализ состояния детского дорожно-транспортного травматизма свидетельствует о ежегодном осложнении ситуации с обеспечением дорожно-транспортной безопасности несовершеннолетних в виду массового присутствия детей и подростков на объектах улично-дорожной сети.

С начала 2019 года на территории Фурмановского муниципального района зарегистрировано 2 дорожно-транспортных происше-

ствия с участием несовершеннолетних, в которых 2 ребенка получили травмы различной степени тяжести. Во всех дети получили ранения по вине взрослых участников дорожного движения.

В целях повышения эффективности профилактики участия несовершеннолетних в ДТП в период летних школьных каникул, с 20 июня по 31 августа 2019 года на территории Ивановской области организовано про-



ведение профилактического мероприятия «Зелёная волна».

**ОГИБДД ОМВД России  
по Фурмановскому району**

### СЕГОДНЯ В ВЫПУСКЕ:

*Новости, события,  
факты: районные  
и областные.*

2

*Экзамен  
на аттестат  
зрелости сдан.  
Благоустройство  
территорий, ремонт  
дорог и летний отдых.*

3

*Танец - это жизнь.  
Активные,  
спортивные  
и любознательные.*

4

*К Дню молодежи.  
Начинающий  
фотомастер.*

5

*Закон и общество.  
За качество  
капремонта  
отвечает регоператор.*

6

*Историческая  
память.  
Малая родина.  
О наших земляках.  
Памяти  
Н.И.Горшкова.*

11

*Ваше здоровье.  
Работать на грядках  
можно только  
после зарядки  
и завтрака.*

12

*Афиша культурных  
мероприятий,  
реклама,  
объявления,  
справочная  
информация.*

14

16



Фурмановский муниципальный район 22 июня 2019 года принял участие во Всероссийской военно-патриотической акции «Горсть Памяти». Ее цель - увековечить память участников Великой Отечественной войны. На территории Никольского кладбища города Фурманова находятся воинские захоронения, где покоится прах 106 солдат.

В настоящее время в Москве ведется строительство историко-мемориального комплекса Главного Храма Вооруженных сил России. Там, в специальных капсулах, будет находиться земля со всех мест захоронения воинов, умерших в госпиталях от полученных ранений в годы Великой Отечественной войны.

Для того, чтобы собрать землю для будущего Московского мемориального комплекса и там почтить память погибших, на местах воинских захоронений прошла акция «Горсть Памяти».

Во Всероссийской военно-

патриотической акции приняли участие: начальник Департамента строительства и архитектуры Ивановской области Юрий Викторович Тростин, исполняющий обязанности главы Фурмановского муниципального района Александр Александрович Ключев, заместитель главы администрации Фурмановского муниципального района Сергей Александрович Окунев, представитель объединенного военного комиссариата города Фурманов Анатолий Евгеньевич Надала, начальник МКУ «Многофункционального центра Фурмановского муниципального района» Елена Николаевна Толстоносова, учащиеся общеобразовательных школ № 3 и № 7.

## «Горсть памяти»

**Всероссийская военно-патриотическая акция**



Участники акции возложили цветы к братским могилам, а небольшую горсть земли собрали в специально подготовленный «военный кисет». Земля с места воинских захоронений передана в военный комиссариат города Фурманов, оттуда ее переправят в Москву.

Однако миссия Памяти на этом не окончена. Впереди у каждого неравнодушного гражданина нашей страны ещё много работы. Ведь, как говорил Суворов, «Война не окончена до тех пор, пока не будет похоронен последний солдат».

Важно, чтобы каждый фурмановец искренне понимал, насколько необходимо чтить память тех, кто отдал жизнь ради мира на земле.

Завершилась акция минутой молчания, которой собравшиеся почтили память о солдатах Великой Отечественной.

## На самых аварийных трассах появится освещение



ВЭБ.РФ и Ивановская область договорились о сотрудничестве по развитию дорожной инфраструктуры и общественного транспорта в регионе. Институт развития ВЭБ.РФ примет участие в реализации проекта строительства искусственного освещения на региональных автомобильных дорогах в Ивановской области. Это стало одним из ключевых направлений сотрудничества, предусмотренного соглашением, которое подписали губернатор Ивановской области Станислав Воскресенский и заместитель председателя ВЭБ.РФ, генеральный директор АО «ВЭБ-лизинг» Артём Довлатов в рамках рабочей поездки в регион команды институтов развития России во главе с председателем ВЭБ.РФ Игорем Шуваловым.

Соглашение предусматривает проработку совместных проектов, направленных на решение приоритетных задач социально-экономического развития Ивановской области.

Губернатор Ивановской области Станислав Воскресенский отметил: «Мы выявили в этом году в

ходе специального исследования наиболее опасные участки дорог с точки зрения аварийности. Протяженность таких участков у нас 268,9 километров. Запланировали на этих участках установить освещение, барьеры, знаки. Но эта программа длилась бы пять лет, учитывая, что нам требуются значительные средства».

С ВЭБ.РФ мы договорились таким образом работать, что эта программа будет реализована вместо пяти лет - за год. Для нас приоритетом является качество жизни и безопасность дорожного движения. Я надеюсь, что реализация соглашения приведет к результатам, которые мы ожидаем, — к снижению числа аварий на дорогах и спасению человеческих жизней».

Стороны также обсудили необходимость обновления подвижного состава на регулярных автобусных маршрутах. ВЭБ.РФ выразил готовность рассмотреть участие в государственных программах развития дорожной инфраструктуры Ивановской области.

## Оценили инвестпроекты области

Члены команды институтов развития России во главе с председателем ВЭБ.РФ Игорем Шуваловым обсудили с губернатором Ивановской области Станиславом Воскресенским, членами правительства региона и представителями бизнес-сообщества инвестиционные перспективы ряда инфраструктурных и промышленных проектов, создание экспортно ориентированных производств, а также проекты создания комфортной городской среды.

Совещание состоялось в рамках совместной рабочей поездки в Ивановскую область руководителей фонда «МОНОГОРОДА.

РФ», Федеральной корпорации по развитию малого и среднего предпринимательства, Российского банка поддержки малого и среднего предпринимательства, ДОМ.РФ и Российского экспортного центра.

Станислав Воскресенский рассказал, что за последние дни командой институтов развития проведено несколько мероприятий — конференции, круглые столы — с общим числом участников более тысячи человек. «Мы делаем это в том числе для того, чтобы узнать, как работают институты развития, познакомить наши предприятия и малый бизнес с действующими мера-

ми поддержки. У нас по каждому есть набор проектов. Для нас важны все ресурсы группы ВЭБ, поскольку качество жизни, рост благосостояния граждан — это то, ради чего мы работаем», — подчеркнул губернатор.

Команда институтов ВЭБ.РФ оценила проекты по благоустройству Кинешмы, Шуи, Юрьевца и других территорий. Станислав Воскресенский рассказал Игорю Шувалову, что работы будут идти в этом и следующем году.

При финансовом участии «МОНОГОРОДА.РФ» планируется реализация двух

инвестпроектов в регионе: проект создания ткацкого производства хлопчатобумажных тканей для домашнего текстиля в городе Наволоки и проект по производству льноволокна для прядильных производств в Юже.

На совещании также презентован проект по возрождению льняного производства в Ивановской области «Шуйский лен». Заявку на поддержку проекта рассмотрит ВЭБ.РФ. Он предполагает строительство трех льнозаводов, цеха котонизации и прядильной фабрики, создание 600 новых рабочих мест.

## Видеоконференция с Минтрансом России

Вопросы создания сети качественных и безопасных автомобильных дорог обсудил с руководителями субъектов Российской Федерации глава Минтранса России Евгений Дитрих в ходе всероссийского селекторного совещания. В Москве в мероприятии принял участие губернатор Ивановской области Станислав Воскресенский.

В ходе совещания участники также обсудили вопросы заключения контрактов

полного жизненного цикла, применения новых технологий, ценообразования, безопасности дорожного движения и снижения числа пострадавших в ДТП, формирования реестра добросовестных подрядчиков.

В Ивановской области, напомним, в рамках нацпроекта реализуются региональные проекты «Дорожная сеть», «Общесистемные меры» и «Безопасность дорожного движения».

Дорожно-ремонтные работы начались

1 мая и в настоящее время ведутся на восьми региональных трассах: Фурманов — Дуляпино — Писцово; Палех — Южа; Суздаль — Гаврилов Посад; Тейково — Гаврилов Посад; Кинешма — Юрьевец — Пучеж — Пурех; Холуй — Южа — Дубакино; Ростов — Иваново — Нижний Новгород; Иваново — Ярославль.

Губернатор поставил задачу по усилению контроля качества проводимых дорожных работ. Кроме того, для диагностики и оциф-

ровки региональных трасс заработала мобильная дорожная лаборатория. Работы по диагностике будут выполнены на 341 дороге общей протяженностью 3,5 тыс. км. Она оснащена самым современным оборудованием, с возможностью проверки качества текущих ремонтов.

Всего в 2019 году на строительство, реконструкцию и ремонт дорог в Ивановской области предусмотрено более 3,4 млрд рублей.

## Гран-при «Зеркала» получил фильм «Дылда»

Итоги XIII Международного кинофестиваля имени Андрея Тарковского «Зеркало» подвели на торжественной церемонии закрытия киносмотр. Всего на кинофоруме, стартовавшем 14 июня, показано более 40 картин из 15 стран мира. За восемь дней фестиваля состоялось более 70 показов в Иванове, Юрьевце, Вичуге, Фурманове, Кинешме, Кохме, Плесе, специальные показы прошли в Москве. Общее количество зрителей киносмотр в этом году превысило семь тысяч человек.

Перед торжественной церемонией закрытия с организаторами и почетными гостями киносмотр встретился губернатор Ивановской области Станислав Воскресенский. Глава региона обсудил перспективы развития кинофести-

валя в Ивановской области с президентом кинофорума Сергеем Бодровым и актером и режиссером, народным артистом России Олегом Меньшиковым.

Гран-при фестиваля получил фильм Кантемира Балагова «Дылда». Выпускник мастерской Александра Сокурова Кантемир Балагов уже был удостоен Гран-При фестиваля «Зеркало» в 2017 году со своим дебютным фильмом «Теснота». Картина «Дылда» — участник конкурса Каннского фестиваля этого года «Особый взгляд». В Каннах фильм награжден призом за лучшую режиссуру. Фильмом закрытия кинофорума стала картина Сергея Бодрова «Кавказский пленник». Вместе с режиссером картину пред-

ставил исполнитель одной из главных ролей, актер Олег Меньшиков.

Президент кинофестиваля Сергей Бодров рассказал, что картина стала кинодебютом его сына, Сергея Бодрова-младшего. Во многом благодаря актерскому дуэту Олега Меньшикова и Сергея Бодрова-младшего фильм удостоен награды «За лучшую мужскую роль» на фестивалях «Кинотавр» и «Ника», приза за лучший дебют Международного кинофестиваля «Балтийская жемчужина» и приза кинопрессы лучшему актеру года, отмечен Государственной премией России и был номинирован на премии «Оскар» и «Золотой глобус».





**Физиолог**  
**Сергей Бубновский,**  
профессор, доктор  
медицинских наук

*Лето – самая активная пора не только для детей и молодёжи, но и для пенсионеров. Весь год проводившие время преимущественно на диване перед телевизором, с наступлением тёплых дней они отправляются на дачи.*

*Что делать, чтобы отдых на лоне природы не подорвал здоровье, а укрепил его?*

## «Работать на грядках можно только после завтрака и зарядки»

### Труд во благо

**- Сергей Михайлович, как не надорваться, работая на дачном участке?**

- Действительно, дача у нас у всех ассоциируется со здоровьем, но, увы, оттуда многие приезжают с больной спиной, проблемами с сердцем, высоким давлением и прочими заболеваниями, от которых потом лечатся весь год до следующей поездки на дачу. Ведь загородная жизнь – это не только свежий воздух, витамины с грядки и родниковая вода, но и совсем другой, новый образ жизни, связанный с высокими физическими нагрузками, к которым организм оказывается не готов. Отсутствие адаптации может привести отнюдь не только к переутомлению и проблемам со спиной и суставами, но и к очень тяжёлым последствиям. Поэтому нельзя считать, что свежий воздух искупает всё и гарантирует безопасность любого нашего поведения.

### Инсульт на грядке

**- Кто уязвим больше всего? И какие именно проблемы могут возникнуть от избыточной физической нагрузки без должной подготовки?**

- В наибольшей опасности – люди со слабым физическим здоровьем, лишним весом, заболеваниями сердечно-сосудистой и бронхо-лёгочной системы, а также гипотоники и гипертоники, те, кто страдает частыми головными болями и болями в сердце (это свидетельствует о слабом кровотоке). Для них обычные работы на огороде: прополка, копание, переноска дров – могут стать причиной развития инфарктов и инсультов.

Взять, например, банальную прополку или рыление грядок. При этом занятии человек долгое время находится в неудобной позе, причём в наклонном положении. Когда голова ниже таза, кровь приливает к мозгу, а потом, когда человек резко встаёт и распрямляется, кровь не успевает отхлынуть, и слабые сосуды могут не выдержать. А если ещё при этом человек работает под прямыми солнечными лучами и организм перегревается, то катастрофа почти неминуема.



### Укрепляйте мышцы!

**- Как этого избежать?**

- Только укрепляя мускулы упражнениями, которые улучшают кровоток, обмен веществ и кислородный обмен, выводят токсины. Ведь кровеносные сосуды проходят именно внутри мышц. Желательно как минимум за неделю до поездки на дачу начать заниматься гимнастикой. Впрочем, можно приступить к этому и на даче, прямо на свежем воздухе.

**- Но разве работа на грядке не**

ездой на велосипеде, ходьбой по пересечённой местности (терренкур), скандинавской ходьбой с палками. Но приседать не стоит, если есть артроз коленных или тазобедренных суставов.

**Упражнения на пресс.** Они производят висцеральный массаж внутренних органов, расположенных в центре тела. Качать пресс нужно лёжа на спине, положив на какую-то поверхность согнутые в коленях ноги.

**Отжимания.** Прорабатывают плечевой пояс, спину, руки. Укрепляют не столько бицепсы, сколько голову, являясь попутно профилактикой деменции и инсульта. Чтобы было легче их выполнять, ноги могут быть согнуты в коленях. Можно отжиматься не только от пола, но и от стены, скамьи, стола.

### Разминка и заминка

**- А что делать дачникам, если им предстоит тяжёлый день на огороде, например, когда идёт битва за урожай?**

- Как минимум надо хорошо разогреть тело до нагрузки – сделав махи руками и ногами, прогнуться в спине, как кошки и собаки. Потом позавтракать, выпить горячего чая с молоком. И только потом идти на грядки. А после необходимо облить холодной водой прямо на улице, растереться досуха и сделать заминку (упражнения на растяжку уставших мышц). Тогда не будет болей в спине, головных болей, судорог и других неприятных ощущений в мышцах после нагрузки. Растягивать мышцы надо сидя на-

полу и расставив ноги: на выдохе тянуться сначала к одной ноге, затем к другой. В идеале надо дотянуться до носка и потянуть его на себя. Или можно подойти к стене дома, опереться об неё руками, встать под углом 60 градусов, стараясь, чтобы пятки стояли на земле. При этом будут растягиваться ахиллово сухожилие, коленные сухожилия, мышцы спины и плеча.

**- Правильное движение лечит, неправильное – калечит, любите говорить вы. А какие движения неправильные?**

- Не стоит приседать на корточки, если есть проблемы с коленями. Нельзя работать на садовом участке с сутулой спиной. Наклоняясь, тоже надо контролировать тонус спины. Опасно резко разгибаться. Нужно делать это медленно и на выдохе, со звуком «ха!». Переносить тяжести важно, распределяя вес поровну на обе руки (недаром раньше носили ведра с водой на коромысле). Это самые элементарные правила...

### Жизнь прекрасна

**- Мы совсем напугали наших читателей грозящими им опасностями. Но ведь дача – это же больше не про угрозы, а про здоровье?**

- Конечно! Жизнь на природе прекрасна! Только надо уметь всем этим пользоваться. Свежий воздух, прогулки на лоне природы, пение птиц, натуральные продукты, физическая активность, правильный режим дня (ранний подъём и ранний отход ко сну), ограничение, а лучше отказ от телевизора, а ещё обливания холодной водой на крыльце и банька с веником раз в неделю непременно принесут пользу. А ещё здорово утром прогуляться по росе, так чтобы ноги покраснели, а потом растереть их вафельным полотенцем. И тогда зарядка бодрости хватит на целый год!

### КСТАТИ

**Главное в гимнастике - регулярность и правильная техника выполнения упражнений.**

**Тренироваться до изнеможения не следует. Устали - отдохните несколько минут.**

**Но большие паузы между упражнениями делать нежелательно. Появление на теле пота, покраснение лица - знак, что нагрузка была достаточной.**

**Также физически ослабленным людям рекомендуется научиться контролю пульса. Если нет пульсометра, можно считать пульс самим, засекая время.**



**заменяет гимнастику? Это ведь тоже активность, да ещё какая!**

- При работе на садовом участке напрягаются лишь определённые группы мышц. А нужно, чтобы работали все. Для этого я рекомендую три «золотых» упражнения, которые разрабатывают все мышцы снизу доверху. Это:

**Приседания.** Они нагружают ноги, ведь именно от них венозная кровь движется сначала в центр тела, а затем к сердцу и голове. Это упражнение можно периодически заменять