



СОВЕТСКАЯ РОССИЯ

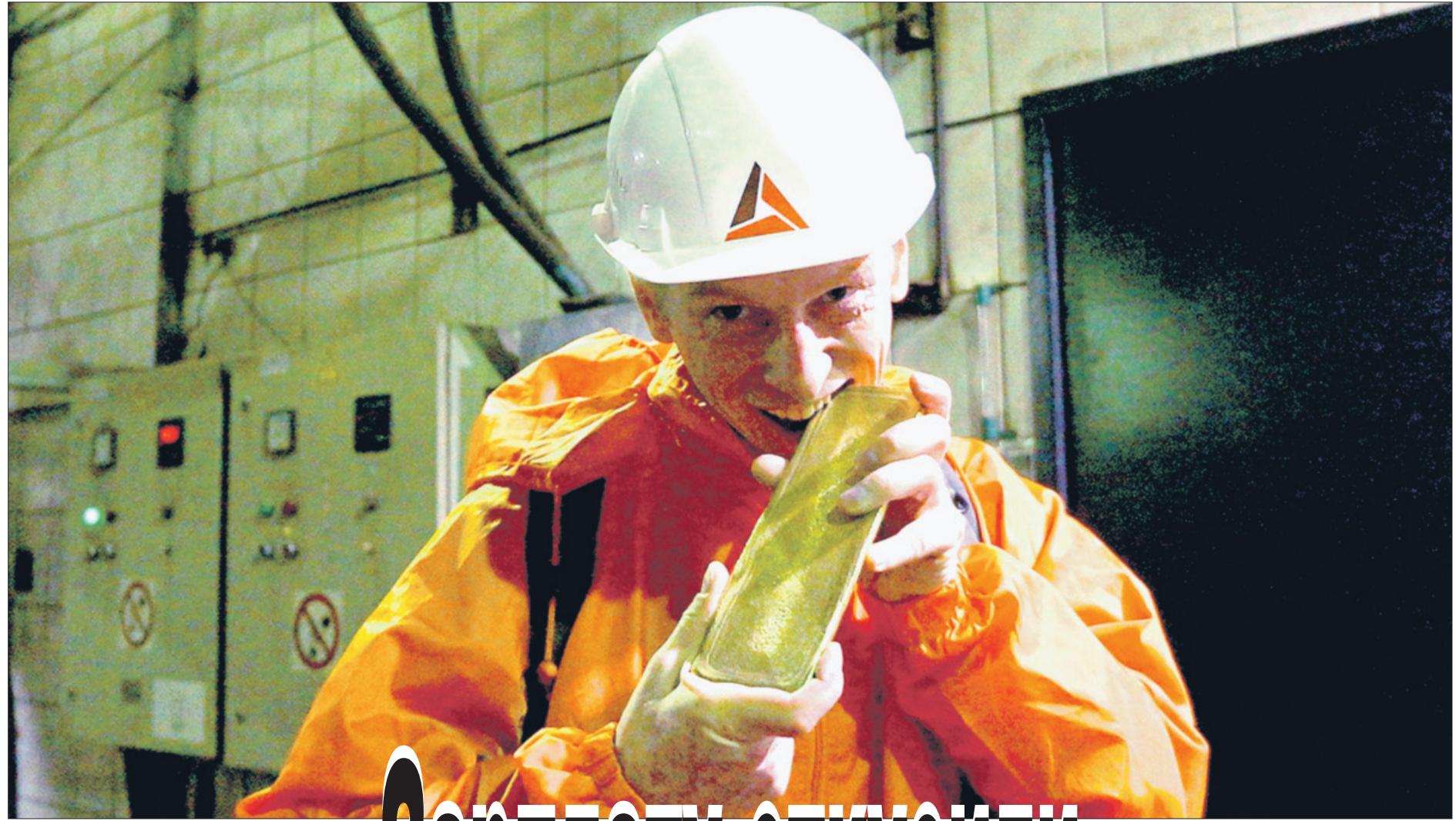
№58 [15173]
четверг, 2 июня 2022 года

Голос народа | Отечественные записки | Улики | Форум | Конституция

Основана в июле 1956 года
http://www.sovross.ru
Цена договорная

Социальная хроника

Забастовка на золотом прииске ПАО «Полюс» завершилась победой



Как рассказывала «Советская Россия» в предыдущем номере, строители золотодобывающей компании «Эста Констракшн» отказались работать из-за трехмесячной задержки заработной платы. Сотни рабочих прошли более 5 километров по дороге к офису. Они не получали заработную плату с марта этого года. «Эста Констракшн» выполняла строительные работы на территории золотодобывающей компании ПАО «Полюс». Строительная компания существует

Зарплату откусили

с 2006 года, принадлежит турецкому миллиардеру Бахаттину Демирбили. Из-за широкого общественного резонанса краевая прокуратура в тот же день организовала проверку.

Установлено, что в строительной компании постоянно нарушили сроки выплаты заработной платы. Долг по зарплате составил 24,5 млн рублей перед 690 работниками. Массо-

вой протест заставил руководство компании мгновенно искать решение проблемы. Видя приближающийся срыв сроков и остановку строительства, хозяева сразу «вспомнили» о своих обязанностях. Накануне стало известно, что компания полностью погасила задолженность по зарплате перед работниками после бунта строителей. Бунт рабочих заставил владельцев выплатить людям не только сам долг, но и проценты за ее просрочку.

КПРФ. Всероссийское совещание актива

31 мая в режиме видеоконференции прошло Всероссийское совещание партийного актива КПРФ. Перед участниками форума выступил Председатель ЦК КПРФ Г.А. Зюганов, его заместители, секретари ЦК КПРФ.

Основную часть совещания составили выступления руководителей региональных отделений Компартии. О своей работе рассказали А.Н. Долгачев (Приморский край), В.О. Коновалов (Хакасия), Т.Н. Казанцева (Тюменская область), О.Н. Алимова (Саратовская область), В.Н. Иконников (Орловская область), М.В. Булатов (Калининградская область), К.К. Бытдаев (Карачаево-Черкесия), Н.И. Осадчий (Краснодарский край), Н.В. Коломейцев (Ростовская область).

Социально-экономическая обстановка в регионе, деятельность коммунистов, подготовка к 11 сентября – региональным выборам, предложения – законотворческие, касающиеся подготовки к выборам, текущие проблемы – вот круг тем, освещавшихся участниками.

Мобилизующую речь произнес Г.А. Зюганов. Он подчеркнул: «Нацизм, бандеровщина, НАТО развернули против нас войну. А война имеет свои законы: полная мобилизация ресурсов и воли – все сделано для сплошения».

Но какое может быть сплошение?

«...65% крупной промышленности в РФ принадлежит иностранцам, причем такие базовые отрасли, как энергетика, транспортное машиностроение, 44 тыс. предприятий зарегистрированы в 82 странах мира. Пора бы вернуться на Родину! 92% торговли принадлежит иностранцам, часть из них разбежалась – так отдайте своим...

Резервы в 300 млрд долларов арестованы. На них можно было бы поднять экономику по ряду отраслей... Но не дали день своей стране».

Сбербанк, Газпром, Роснефть – только на 50% с концепцией наши, осталось у иностранцев. Дерипаска отдал «Русал» англичанам. А народные предприятия, которые эффективно работают исключительно на отечественную экономику, подвергаются произволу. Какое же тут может быть сплочение? Без левопатриотического курса вытащить страну невозможно».

Против этого вывода никто уже и не возражает, но правящий олигархический клан не может смириться с приближающимся отстранением от власти.

«Нами внесен проект закона о государственном флаге», – сообщил Николай Васильевич Коломейцев, первый секретарь Ростовского обкома КПРФ, координатор фракции в Госдуме.

Себя и не такое переживала. Л. Калашников сравнил: 100 лет назад – с 1917-го до 1922-го, до провозглашения СССР, – наша страна оказалась под чудовищными санкциями. Все порты были заняты иностранными войсками, от Архангельска английскими до черноморских – немцами, мы были отрезаны от нефти, от Сибири, – отовсюду, но коммунисты спрашивали, страну подняли и фашизм победили».

Сейчас мы, КПРФ, требуем выхода России из ВТО, из МВФ, полностью из Болонской системы. «Сегодня, – по мнению Л. Калашникова, – происходят процессы в пользу народа. Центробежные силы, которые действовали в начале 90-х при Горбачеве, меняются на центроцентрические. Донбасс, Херсонская, Запорожская области хотят воссоединения с Россией. И это только начало. Празднование 100-летия СССР

должны превратиться в мощный рычаг по восстановлению нашей единой страны».

Секретарь ЦК КПРФ, первый зампред Госдумы Иван Иванович Мельников положительно оценил инициативу министра Фалькова освободить высшую школу РФ от Болонской системы. «КПРФ изначально была против нее», – отметил коммунист. Но любопытно наблюдать, как мгновенно изменили свою позицию «Единая Россия» и ее сателлиты.

«Вот я поднял материалы, как в Госдуме проходило голосование по внесению Болонской системы в наше обновление. Система бакалавр –магистр была протащена в Госдуме голосами двух фракций – «Единая Россия» и ЛДПР, они практически 100% голосами «за». Теперь эти же фракции – в первых рядах тех, кто выступает против Болонского процесса. Считаю, нам нужно всему народу раскрыть подлинную этикет эти партийцев и в подходе к Болонскому процессу, и к ЕГЭ, и к пенсионной реформе, повысившей пенсионный возраст нашим гражданам».

Лидер краснодарских коммунистов Николай Иванович Осадчий призвал коллег плотнее заняться подготовкой к региональным выборам 11 сентября.

Он предложил фракции КПРФ «вынести на обсуждение Госдумы законопроект, которым устанавливается бытование для лиц, изобретающих лицензии, таких как Андрей Левченко, Николай Платошкин, Валерий Рашкин, Николай Бондаренко, Екатерина Енгалычева и руководителей народных предприятий».

Подготовила Галина ПЛАТОВА

Сегодня приложение
«ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ЗАПИСКИ»

Оборона Москвы–Сталинградская битва

СССР о себе

К. Симонов
В. Суходеев
В. Молотов
ОМСБОН

П. Козленков
Сталин-Жданов
А. Толстой
А. Чуянов

В этом выпуске

А. Гарриман
В. Бережков
И. Старинов
Е. Долматовский



ЧИТАТЕЛЬ: ВЗГЛЯД НА ПОЛИТИКУ

НА БОЙ С ПОЖАРОМ...

ВНОВЬ сводки новостей, не касающиеся Украины, пестрят сообщениями о лесных пожарах. Снова копаются на пожарщиках погорельцы, а СМИ вешают о мерах по борьбе с пожарами, о героизме пожарных-десантников.

Но гляди на кадры репортажей, вновь и вновь замечаяшь, что из года в год картина не меняется. Всё так же лесные пожары пытаются остановить с помощью техники, которая примчалась из городов. И которая абсолютно не годится для противостояния с огненной стихией на лесных просторах.

Оддельно надо говорить о нехватке пожарной авиации. Казалось бы, ситуация прошлых лет диктует насущную необходимость кратко нарастить численность пожарной авиации. Но этого не происходит. И не по вине МЧС. Пресловутые «эффективные менеджеры» в Объединенной авиационной корпорации, Минпромторге и Минэкономразвития сделали всё, чтобы угрохать отечественные гражданские и транспортные авиастроения под лозунгом «широкой международной кооперации». Когда в угол забугорным дядям гробились отечественные авиа- и моторостроительные школы, гноились предприятия. И вот сейчас МЧС требуются пожарные Ил-76, но их производство в нынешних условиях стало почти невозможным, поскольку «эффективные менеджеры» практики уничтожили еще и отечественное гражданское авиационное моторостроение. И двигатели нет не только для Ил-76, но и для Бе-200. Поэтому воздушные пожарные летают на той технике, которая была построена чуть ли не на излете СССР. И имеющиеся авиационные силы МЧС, так их буквально рвут на части, авиаотряды мечутся по стране без отдыха, едва выкравши время на обслуживание машин. Да еще их бесконечно не хватает против лесных пожаров.

Насосное оборудование должно обеспечивать развертывание на установленном нормативами фронте пожарных стволов на лафетах, для создания водяной завесы на пути фронта огня или же для пролива водой почвы и леса для предотвращения возгорания. Насосное оборудование должно обеспечивать как подачу воды из цистерн, так и забор воды из естественного водоема, если он есть поблизости, и подачу воды в рукау и стволы, минуя цистерну.

Второе: 4-6 транспортных цистерн. Тягачи колесной формулой 8x8, с дизельным многотопливным двигателем и насосной установкой. Транспортная цистерна (50-60 куб. м). Задача: перекачка воды из цистерн боевых машин пожаротушения, транспортировка воды от пунктов захвата к боевым машинам. Машина должна обеспечивать возможность забора воды в цистерны из естественных водоемов (озер, прудов, рек). Возможен вариант, чтобы транспортных цистерн было вдвое больше, чем боевых машин. Чтобы первая группа машин после передачи воды боевым машинам убывала для забора воды, а вторая группа в это время продолжала подпитывать боевые машины.

Дополнять боевые и транспортные машины должна машина управления, машина или машины технического обслуживания и машины или машины хозяйствственно-бытового обеспечения. Ведь этим подразделениям вполне возможно придется действовать на большом удалении от населенных пунктов.

При наличии таких вот подразделений у МЧС появится возможность сосредоточить технику, имеющую большие запасы воды, на пути верховых и низовых лесных пожаров. Изготовить цистерны – не проблема, вагоностроительные заводы – не проблема, транспортные цистерны – не проблема. Но чтобы машины технического обслуживания и машины хозяйственного обеспечения могли противостоять лесным пожарам, придется дать им полный иммунитет от ответственности за любые провалы в работе и настоящий саботаж. Как будто у них есть нечто, что они могут в любой момент предъявить руководству, что заставляет это руководство смотреть сквозь пальцы на их откровенный саботаж не только развития гражданского самолетостроения, но и многих других отраслей экономики.

Однако все «эффективные менеджеры», успешно уничтожавшие гражданское самолетостроение, остаются при должности и высоких зарплатах. Конечно, для разведки принцип «своих не сдаешь» великодержан. Но когда люди, проводившие все и вся, не несут никакой ответственности за провалы, невольно закрываются мыслью, что они обладают некоторыми «страховыми полисами», которые дают им полный иммунитет от ответственности за любые провалы в работе и настоящий саботаж. Как будто у них есть нечто, что они могут в любой момент предъявить руководству, что заставляет это руководство смотреть сквозь пальцы на их откровенный саботаж не только развития гражданского самолетостроения, но и многих других отраслей экономики.

Помимо авиации ведь есть и другие средства пожаротушения. Совершенно очевидным является то, что брошенная на борьбу с лесными и полевыми пожарами техника, созданная для тушения огня в городских условиях, для лесов и полей абсолютно непротиворечит. Следовательно, нужна техника, которая будет способна тушить пожары там, где нет пожарных гидрантов, где нет поблизости водоносных башен.

Не нужно быть семи пядей во лбу, чтобы понимать, что лесной пожар невозможно потушить, имея несколько машин с 2-3 тоннами воды на каждой. Следовательно, нужна иная техника. Которая должна стоять к месту пожара десятки тонн воды и обеспечить подачу этой воды на гравийный фронт или на очаги возгорания. Которая обладает необходимой проходимостью, чтобы пройти по проселкам и даже бездорожью и встать на пути фронта огня. Несколько лет назад я уже обращалась к этому вопросу. Что необходимо коренным образом преоснащать пожарных частей МЧС, закрываясь на ознакомление с ходом его выполнения.

Ну, а там принимающая сторона в предвкушении возможных заказов постараётся принять от всей широты души. Во-вторых, можно разместить заказы за рубежом. А тут вполне может наметиться география в виде «благодарности» загуборного поставщика. В-третьих, после заключения контракта, командировки за рубеж с целью ознакомления с ходом его выполнения. В общем, все в шоколаде.

А тут предлагается вся делать в Брянске, Минске, в каком-нибудь Рижске или Торже. Да «эффективные менеджеры» вправе очевидным являться то, что брошенная на борьбу с лесными и полевыми пожарами техника, созданная для тушения огня в городских условиях, для лесов и полей абсолютно непротиворечит. Следовательно, нужна техника, которая будет способна тушить пожары там, где нет пожарных гидрантов.

Нужно быть семи пядей во лбу, чтобы понимать, что лесной пожар невозможно потушить, имея несколько машин с 2-3 тоннами воды на каждой. Следовательно, нужна иная техника. Которая должна стоять к месту пожара десятки тонн воды и обеспечить подачу этой воды на гравийный фронт или на очаги возгорания. Которая обладает необходимой проходимостью, чтобы пройти по проселкам и даже бездорожью и встать на пути фронта огня. Несколько лет назад я уже обращалась к этому вопросу. Что необходимо коренным образом преоснащать пожарных частей МЧС, закрываясь на ознакомление с ходом его выполнения.

А тут предлагается вся делать в Брянске, Минске, в каком-нибудь Рижске или Торже. Да «эффективные менеджеры» вправе очевидным являться то, что брошенная на борьбу с лесными и полевыми пожарами техника, созданная для тушения огня в городских условиях, для лесов и полей абсолютно непротиворечит. Следовательно, нужна техника, которая будет способна тушить пожары там, где нет пожарных гидрантов.

А создание и запуск в производство тяжелых мобильных противопожарных систем – это не только спасение от огня лесов и населенных пунктов, но и развитие отечественной промышленности.

Это ясно всем, кроме «эффективных менеджеров», у которых одна парадигма – ничего самим создавать и производить не надо, а надо гнать за бугор нефть, газ и прочее сырье, и покупать там всю неизобилию технику и оборудование.

Удастся ли переломить ситуацию? Тут невозможно ответить ни положительно, ни отрицательно. С одной стороны, в условиях «аэроксанкций» вроде бы идут разговоры, что надо делать как можно больше производственных резервов.

Первое: 4-6 боевых машин пожаротушения. Тягачи с колесной формулой 8x8, с дизельным многотопливным двигателем и энергогенератором для питания насосной установки подачи воды. Боевая платформа (прицеп или полуприцеп) с цистерной для воды (50-60 куб. м), автономная силовая установка для обеспечения работы пожарных насосов, ящики для стволов с лафетами и другого пожарного оборудования, катушки для пожарных рукавов. Кабины тягачей должны обеспечивать перевозку необходимого количества личного состава.

Естественно, что боевая машина пожаротушения должна иметь всё необходимое, чтобы защищать экипаж от задымления как внутри машины, так и перевозить индивидуальные средства защиты.

А делать хоть что-то – насущная необходимость. Сгоревшие леса – это не только и не столько дреесина. Это «легкие» нашей страны, которые поглощают углекислоту, это грунтовые воды, это, наконец, красивейшие виды на уходящие к горизонту лесные чащобы. И отдавать их на погибель огненной стихии – просто преступление перед нынешними и грядущими поколениями народов России.

Андрей РАЙЗФЕЛЬД
Москва

«Мериле цен» - окрошка

Средний размер трат на покупку продуктов, которые можно условно считать набором для приготовления окрошки, вырос в мае до 897 руб., что на четверть выше, чем в прошлом году. Об этом свидетельствуют данные портала «Чек Индекс», который измеряет потребительскую активность. При расчете расходов на набор ингредиентов для красной окрошки по советскому рецепту на четырех порции: редис (300 г), картофель (400 г), яйца (5 штук), огурцы (300 г), сметана (250 г), квас (1 л), лук и укроп (по одному пучку каждого). В Москве на набор ингредиентов для окрошки нужно потратить 1166 руб., в Санкт-Петербурге – 843 руб. Самый высокий размер чека на Чукотке (2310 руб.) и Магаданской области (1910 руб.), самый низкий – в Орловской области (500 руб.) и Мордовии (482 руб.). Из самого бюджетного и народного блюда окрошка сегодня превратилась в деликатес, который стал очень многим просто не по карману.



Сколько мы переплачиваем за проезд в общественном транспорте, сколько на самом деле должен стоить бензин и дизельное топливо, и как это связано с об-

щим ростом цен на товары и услуги, на продукты и лекарства? В этом детально разбирались депутаты фракции коммунистов в Мосгордуме

Н.Г. ЗУБРИЛИН, руководитель фракции КПРФ в Мосгордуме

Десять выводов для мэра

Уважаемые участники круглого стола, сегодня мы с вами обсудим проблему роста цен на товары и услуги, на продукты и лекарства, вопросы роста цен на автомобильное топливо, горючие смазочные материалы и связанные с этим издержки, обратим внимание на удорожание услуг в системе ЖКХ, на завышенные цены на пиломатериалы и стройматериалы.

Происходящее в сфере оптовой и розничной торговли сейчас вызывает особенную тревогу у граждан, у покупателей. Органам власти следует обратить внимание на крупные торговые сети и цепочки посредников, поставляющих продукты питания. Известно, что чем больше посредников, тем выше цена на товар, потому что каждый посредник увеличивает прибавочную стоимость товара и присваивает ее себе, что ведет к искусственному уровню уровня цен. Наличие нескольких посредников увеличивает количество нахлебников у производителей продуктов и товаров, которых могли быть в два, три раза дешевле! По подсчетам маркетологов и социологов, избавление от посредников позволит оплату за ЖКХ снизить в три раза, а МРОТ и пенсии довести до 25 тысяч.

Нам 30 лет говорили о зависимости цены от курса доллара, но он все эти годы был как ниппель – рост курса доллара обеспечивался мгновенно, при снижении курса доллара цены продолжали стоять как скакало! Это доказывает: никакой привязки к доллару на самом деле нет, есть «спекулятивный, обманский трюк» применяемый банками и финансистами для ухода от ответственности перед населением за необоснованное повышение цен во всем спектре товаров и услуг. Именно за счет этого, в известной степени, олигархи наживают свои капиталы. В ситуации, когда нет роста производства, нет роста качества, банкиры и финансисты придумывают себе виды незаработанных доходов за счет обзывания псевдоинфляции, с последующим ростом цен на товары и услуги, на продукты и лекарства и скажками про доллар...

Сейчас ссылки на политические проблемы могут быть актуальны, но только частично. К тому же даже в «словно хорошие» времена цены всегда ежегодно росли и курс доллара постоянно был негативной проблемой для населения. Дефолты и экономические катастрофы случались регулярно как по расписанию – 1992 г., 1994 г., 1998 г., 2003 г., 2008 г., 2012 г., и сегодняшний кризис не новый, а очередной! Сегодня правительство нам обещает повысить пенсии и прожиточный минимум с 1 июня. В среднем по стране размер пенсии будет почти 13 тысяч рублей. Обещают, что МРОТ также будет поднят с 1 июля, в среднем до 15 278 рублей. Сейчас МРОТ составляет 13 890 руб., прожиточный минимум 12 654 руб. в целом по России. Планируется, что средняя пенсия будет насчитывать около 19 тысяч рублей – это пособие только для физического выживания на скучную продуктивную корзину. Но здесь не заложено средств на одежду, обувь, на постельное белье, на мелкие бытовые расходы...

А что происходит с ценой за проезд в общественном транспорте? Ведь за это мы платим немалые деньги! Стоит отдельно сказать про нефть и топливо, как производные из нефти. И велика ли зависимость цен на бензин и дизельное топливо, о чём нам всегда говорят при росте цен на

перевозки и перевозимые товары и продукты. Но почему-то не обсуждается тема про многократную окупаемость и суперприбыльность продукции и веществ, получаемых при переработке нефти. И в итоге за что мы платим?

На самом деле с каждого литра нефти после получения бензина, керосина, дизельного топлива, автомобильного масла для двигателя внутреннего сгорания, гидромасла для гидравлики, рулевого механизма и др. и при их реализации на рынке добывчики, переработчики и производители готовой продукции уже получают огромную прибыль – по сравнению с советским периодом, когда цена проезда на транспорте была в 6 раз ниже цены 1 литра бензина с коэффициентом 5 копеек за поездку на автобусе или метро, к 33 копейкам за литр бензина.

Что происходит дальше? После полной окупаемости и даже с прибылью из остального вещества при разделении вязкой нефти получают: инертный газ, ликроин, мазут, солидол, УТВ (универсальная топливная гидравлическая смазка), технический вазелин, гудрон; парафин, сирь для производства пластмассы (полиэтилен и его разновидности), твердые отходы, которые вместе с гудроном применяются при производстве асфальта.

А теперь давайте посчитаем, сколько еще кроме перечисленной продукции делается из нефти? Это огромное количество товаров широкого применения: игрушки; полимерные емкости; стройматериалы, отдельные синтетические, крахмал, лаки; резиновые изделия; электроды, прочие детали из отрасли металлургии; упаковочные материалы; текстиль; препараты; бытовая техника; моющие средства; пищевые добавки; обувь и многое другое.

Различная косметическая продукция – кремы, мази, парфюмерия, поэтому в итоге прибыль от продажи различной продукции из 1 литра нефти может достигать более 1000%.

И после этого нам будут говорить, что цена на топливо тянет за собой цены на все перевозимые товары и продукты. Зависимость, конечно, есть, но она должна быть объективная, а не служить формой обмана и наживы узкого круга собственников-олигархов, диктующих общество и государство непомерные и никак не обоснованные цены на нефтепродукты и топливо. Поэтому сегодня объективно цена за проезд в общественном транспорте, даже с прибылью транспортников, должна быть не более 7–8 рублей за одну поездку!

Оплата проезда по цене за один литр топлива – 50 рублей в среднем, 40 пассажиров должны проехать 100 километров, чтобы полностью оплатить свои затраты при покупке билета. В среднем пассажиры общественного транспорта проезжают за одну поездку на одной единице транспорта от 3 до 5 километров. Приоритетами нового Госплана определить возобновление полноценной работы станко- и автомобилестроения, энергетики и радиоаппаратуры. Гарантировать развитие промышленности города Москвы с применением высоких технологий. Обеспечить ограниченный контроль за тарифами и ценообразованием, не вынуждая грузов и товаров. Если ценовую политику на потребительском рынке привести к естественному уровню и уйти от необоснованных цен и спекулятивных

форм торговли, цена на хлеб, молоко, овощи и фрукты может быть ниже в три-четыре раза!

А что происходит по факту? Продукты подорожали в два раза, лекарства в полтора, это очевидно. Ожидается с 1 июля рост квартплаты и коммунальных платежей. В среднем у бедных и средних слоев населения, у которых большая часть доходов тратится на продукты, транспорт и лекарства, инфляция за несколько месяцев уже съела около 50%. И пока индексации пенсий и МРОТ дойдет до реальных выплат, инфляция еще тоже съест. Так неоднократно уже было в 90-е годы, потому что законы пресловутого российского спекулятивного рынка диктуют нам это все 30 лет. Что съест арендных платежей – это тоже рынок, и он зависит от состояния цен на электроэнергию, холодную и горячую воду, отопление, от уровня цены на жилье и нежилые помещения, этажности и категории здания. Рентабельность арендных помещений не должна быть выше 50% от вложенных затрат. Для граждан находящихся в трудной жизненной ситуации, дать возможность совершили покупки через беспроцентный кредит и при помошнице социальных карт.

3. Остановить спекулянтов. Создать государственную сеть торговли продуктами питания и товарами массового спроса. Продавать их с минимальной наценкой, не более 50% от вложенных затрат. Для граждан находящихся в трудной жизненной ситуации, дать возможность совершили покупки через беспроцентный кредит и при помошнице социальных карт.

4. Надежно защитить трудящихся от безработицы. Срочно сформировать отвечающую сегодняшним вызовам государственную программу поддержки занятости. Она должна эффективно способствовать сохранению рабочих мест и активному созданию новых.

5. Провести аудит экономического потенциала столицы. Восстановить и обновить технологические цепочки на новой, современной основе.

6. Поддержать трудовые коллективы предприятий различных форм собственности, для стимулирования роста экономики и социальной защиты трудящихся. Пресечь административное и рейдерское давление на коллективы предприятий и их руководителей.

7. Немедленно отменить повышение возраста выхода на пенсию. Данное решение правительства нием не обосновано, кроме снижения ответственности государства за судьбы людей! Необходимо вернуть прежний пенсионный возраст: 55 лет – для женщин, 60 лет – для мужчин. Упразднить коммерческую систему ОМС – обязательного медицинского страхования, страхование медицины, восстановить государственную систему здравоохранения.

8. Повысить вдвое минимальную оплату труда и прожиточный минимум. Это позволит остановить сокращение населения.

Уже сегодня прожиточный минимум и пенсия не могут быть ниже 25–30 тысяч рублей. Восстановить единую тарифную сетку для медицинских и педагогических работников. Оплачивать труду учителей и врачей из федерального бюджета. Отменить неэффективное подушевое финансирование образовательных организаций.

9. Взять под особый контроль строительство социального жилья для жителей Москвы. Рассматривать право на жилье как гарантированное право на жизнь. Перейти к масштабным инвестициям государства в жилищное строительство и коммунальное хозяйство. Заморозить тарифы на услуги ЖКХ, отменить «взносы» за квартплату и общедомовые нужды. Плата за ЖКХ не может превышать 10% семейного дохода.

10. Развивать и укреплять экономические и культурные связи между российскими городами и регионами. Между республиками бывшего СССР и зарубежными дружественными странами. Перечисленные меры предлагаются направить мэру Москвы, в органы исполнительной власти города Москвы, в профильные департаменты правительства Москвы.

Рабочая сила стареет и сокращается

Россия с 2019-го по 2030 год может лишиться 1,9 млн человек из численности рабочей силы. Такую оценку в среднем варианте демографического прогноза дали эксперты НИУ. Вместе с сокращением общей численности рабочей силы изменится и ее возрастной состав. Так, к 2030 году для тех, кому меньше 40 лет, в численности рабочей силы может сократиться до 37,4% с 42%. Старт рабочей силы в России ускоряется, поскольку в трудоспособном возрасте вступают малолетнее поколение 1990-х и 2000-х годов, а повысивший пенсионного возраста продлевает трудовую жизнь старших поколений работников.

При этом, согласно «реально негативному» сценарию, Россия столкнется с сокращением численности рабочей силы на 3 млн человек. Это означает, что в 2030 году в России будет 1,9 млн рабочих, запоминается детям и взрослым. У костра поют песни. В советское время много написано прекрасных пионерских песен. У нас посвящают пионерам свои стихи и песни иркутский поэт Анато-

«Алые паруса» на Байкале

Перед каникулами в юбилейный год Пионерии рассказывает Сергей ЛЕВЧЕНКО, первый секретарь Иркутского обкома КПРФ

Наступили школьные каникулы. Детворе хочется провести их так, чтобы они запомнились, чтобы оставили яркие впечатления.

Незабываемы смены в пионерлагеря «Алые паруса», действующем в Иркутской области. Он международный, как «Артек». Придумал его коммунисты, а точнее первый секретарь обкома КПРФ Сергей Георгиевич Левченко в 2001 году. С тех пор популярность лагеря растет, причем не только в Иркутской области, но и в других регионах России, и даже за рубежом – во Вьетнаме, в Китае. Побывать в «Алых парусах» мечтает каждый иркутский пионер, но удается только тем, кто хорошо учится и активен в пионерской работе.

В этом году лагерь открывается под флагом 100-летия Всесоюзной пионерской организации им. В.И. Ленина.

– Наша пионерия тоже носит имя Ленина, – подчеркивает С.Г. Левченко, – но совершенно законных оснований. В 2013 году мы официально в Министерстве юстиции зарегистрировали нашу Иркутскую областную пионерскую организацию имени В.И. Ленина. Я лично обращался за разрешением к родной племяннице Владимира Ильина, Ольге Дмитриевне Ульяновой, дочери младшего брата Ленина Дмитрия Ильина. Она дала нам свое согласие. С тех пор наша пионерия носит имя Ленина. Мы этим очень гордимся.

Несмотря на то, что нынешней власти не нравится наше пионерское движение, ей приходится с нами мириться, мы узаконенная организация. В ее рядах около 5 тысяч пионеров. В День столетия, 19 мая, мы пришли в пионерские лагеря, чтобы сокращение рабочей силы на 3 млн человек. Этот сценарий отражает кризисное экономическое развитие страны, в него закладываются медленные темпы повышения ожидаемой продолжительности жизни и уменьшающейся с каждым годом миграционный прирост. Накануне заместитель директора департамента занятости населения Минтруда РФ Денис Шамуров заявил, что в настоящий момент примерно 40% работодателей реального сектора экономики России отмечает дефицит квалифицированных кадров, однако лишь 24% выпускников вузов идут работать по специальности.

При этом, согласно «реально негативному» сценарию, Россия столкнется с сокращением численности рабочей силы на 3 млн человек. Это означает, что в 2030 году в России будет 1,9 млн рабочих, запоминается детям и взрослым. У костра поют песни. В советское время много написано прекрасных пионерских песен. У нас посвящают пионерам свои стихи и песни иркутский поэт Анато-



лий Хотулов. А ребята после костра рассасываются, обмениваются адресами, плачут и клянутся, что будут вечно хранить эту дружбу. Такие вот «Алые паруса»...

– Рыночное общество, которое не приемлет ни пионерию, ни пионерлагерь имееет познавательное значение?

– Да, ребята в течение смены расширяют знания по истории, в частности, о Советском Союзе, о пионерской организации, о культуре. В нашем пионерлагере насыщена жизнь, проводится много творческих, интеллектуальных конкурсов, спортивных соревнований. По их итогам выбираются лучшие для поездки во Вьетнам. Обмен визитами с вьетнамцами стал уже традицией.

– «Алые паруса» впечатляют...

– Не только. После нашего пионерлага ребята взрослеют, я бы сказал, западят. Мне поступают с ардесами, плачут и клянутся, что будут вечно хранить эту дружбу. Такие вот «Алые паруса»...

– Да власть пытается в 90-е годы запретить пионерию, создавая скакуны, или «Большой перемены», проект который лежит в Госдуме. Это всё пустышки. Они не смогут воспитать достойных граждан своей страны. Они взращивают поколение, которому все равно, где жить, чем заниматься, у которого не возникнет понимания, что Родину надо защищать, и что деньги – не главное.

А мы не понимаем, что, если нет идей, не будет ни РДШ, ни скакуны, ни «Большой перемены», проект который лежит в Госдуме. Это всё пустышки. В них нет ничего, кроме скакуна. Несколько лет назад провозгласили Российское движение школьников – РДШ. В регионах есть люди, которые имеют должности и получают зарплаты за РДШ. Хотя РДШ не видно и не слышно.

Люди не понимают, что, если нет идей, не будет ни РДШ, ни скакуны, ни «Большой перемены», проект который лежит в Госдуме. Это всё пустышки. Они не смогут воспитать достойных граждан своей страны. Они взращивают поколение, которому все равно, где жить, чем заниматься, у которого не возникнет понимания, что Родину надо защищать, и что деньги – не главное.

Мы отметили 100-летие пионерии в мае. Но это только часть празднования. В нашем пионерлагере юбилей получит особое звучание. Планируется множество новых встреч, концертов, конкурсов. Это будут особенные сезоны. «Алые паруса» распахивают свои двери перед красногородскими юбилярами. И никак что нас не остановит...

Записала Галина ПЛАТОВА

Ни свободы, ни погон

Бывшему самарскому полицейскому запросили 12 лет

Гособвинение запросило для бывшего заместителя главы самарского управления МВД России Вячеслава Хомских штраф в размере десятикратной суммы взятки с лишением права занимать определенные должности на срок восемь лет и с лишением звания «полковник полиции». Кроме того, прокуратура просит конфисковать автомобиль «Нива» и обратить его в собственность государства, поскольку это имущество «получено в результате совершения преступления». Вячеслав Хомских обвиняется в получении взятки в особо крупном размере от преступной группировки «Законовские». Сумма взятки, по версии следствия, составляет 22 млн руб. Бывший поли

Заявление Председателя ЦК КПРФ Г.А. Зюганова

Варварская стратегия киевского режима

Уничтожение городов и жителей Донбасса

На днях Донецк подвергся самому мощному обстрелу за последние 8 лет. Вновь погибли и ранены десятки граждан, включая женщин и детей, причинены многочисленные разрушения. Вновь огонь велен не по военным объектам, а по школам, больницам и жилым домам.

Сознательные обстрелы мирных городов – это военные преступления. Ответственность за эти злодеяния несет не только исполнители из ВСУ, но и руководство Украины, которое санкционирует такие преступления. Это циничный государственный терроризм. Обстрел городов Донбасса ведется с применением американских дальнобойных гаубиц М777. Таким образом, власти США в очередной раз становятся спонсорами международного бандитизма.

Бесчеловечное разрушение городов – осознанная политика бандеровской хунты. Даже отступая под натиском Российской армии, ВСУ и нацистские батальоны продолжают обстреливать жилье кварталы Донбасса из тяжелых орудий. Это та же тактика выжженной земли, которую применяли немецкие фашисты, уходя с захваченных территорий СССР. Так же варвары вели себя американцы на земле Вьетнама, Ирака и других оккупированных ими стран. Неонацисты-бандеровцы знают, что не удержат Донбасс, поэтому беспощадно разрушают его города, поселки и заводы.

По-прежнему применяется гнусная тактика использования мирных граждан в качестве «живых щитов». В войсках неонацистского режима официально распространяются инструкции, согласно которым огневые позиции следуют располагать в многоэтажных жилых домах. При этом на первом этаже надо устанавливать тяжелое оружие, на втором и третьем – удерживать жильцов дома, а на четвертом и последующих этажах размещать снайперов, минометчиков, расчеты комплексов ПВО и противотанковых средств. Такие действия ведут к разрушению жилых домов и гибели мирных людей. Это чудовищное нарушение общепринятых норм и обычая ведения войны.

Но не лучше отношение бандеровской хунты к собственной армии. Зеленский запрещает отвод войск, даже когда этого требует оперативная ситуация. Такие решения ведут к резкому увеличению потерь личного состава. Так произошло в Мариуполе, где затрат на отступление привел к бесчеловечным жертвам ВСУ и нацистов. Так происходит сейчас в Северодонецке и Лисичанске, где настойчивые просьбы командования ВСУ об отводе войск из «котла» нацбатов. Так происходит на жесткий отказ Зеленского. В бой бросят настеп сформированные части территории.

Спецоперация на Украине – Интерфакс – Свой флот в ДНР

Спецоперация на Украине – Интерфакс – Свой флот в ДНР

Решение о будущем Луганской и Донецкой народных республик, а также Херсонской и Запорожской областей Украины будут принимать сами жители этих государств и регионов, заявил пресс-секретарь президента Д. Песков: «Мы недоговариваемся, что люди сами должны выбирать свое будущее. Как раз жители двух государств – ЛНР и ДНР и жители территории Запорожья, Херсонщины, именно они должны принимать решения о своем будущем. Мы не сомневаемся, что они примут самое лучшее решение», – отметил он. Россия признала независимость ДНР и ЛНР 21 февраля 2022 года. 24 февраля президент В. Путин объявил о начале спецоперации по освобождению Донбасса. Сейчас российские военные контролируют части Запорожской области и целиком Херсонскую область. Пресс-секретарь также заявил, что пока нет четкого понимания по встрече между Россией, Украиной и ОИОН, предложенной президентом Турции Реджепом Тайипом Эрдоганом в ходе телефонного разговора с Владимиром Путиным. Отвечая на уточняющий вопрос, связан ли предстоящий визит главы МИД РФ Сергея Лаврова в Турцию 8 июня с этой темой, он сказал: «Контекст у всего этого один, естественно, поэтому, да, действительно, здесь косвенно все события связаны». В Кремле никогда не исключали возможности встречи лидеров России и Украины, но для этого должна быть проведена подготовка. «Если Путин и Зеленский будут встречаться, то только для того, чтобы финализировать некий документ», – сказал он, отметив, что «работа над документом была наставлена достаточно давно и с тех пор не возобновлялась».

Следует отметить, что власти сделали соответствующий официальный запрос на встречу главы МИД РФ Сергея Лаврова в Турцию 8 июня с президентом Турции Реджепом Тайипом Эрдоганом. В Белгородской области после обстрела остановилась работа предприятия «СМ-Арго». Как сообщил его директор Андрей Егоров, в ходе обстрела была повреждена осколками электропроводка, сгорели силовые кабели, предприятия работать не может. Также были повреждены склады и подготовительные производственные здания в поселке Полтавецкий. Зернотоцк площадью около 3,6 тысячи квадратных метров требует полноценного восстановления: там разрушены стены и около половины кровли. Еще на двух складах придется менять кровлю. «На одном [...] 2,5 тысячи кв. м кровли практически вся в решето, практически все менять надо, еще на одном под 1 тыс. кв. м кровли тоже, потому что там лежит

«Джо Байден, президент: – США не ищут войны с Россией

В статье для The New York Times президент США Джо Байден заявил, что Штаты не собираются напрямую вступать в конфликт на Украине – до тех пор, пока они или их союзники не будут атакованы.

«Мы не стремимся к войне между НАТО и Россией... Пока Соединенные Штаты или наши союзники не подвернутся нападению, мы не будем напрямую участвовать в этом конфликте ни посредством отправки американских войск на Украину, ни посредством нападения на российские силы. Мы не поощряем не позволим Украине наносить удары за пределами ее границ. Мы не хотим затягивать войну только для того, чтобы навредить России», – написал Байден. – Поскольку противостояние продолжается, я хочу четко понимать цели Соединенных Штатов в этих усилиях. В конечном счете оно окончательно закончится только дипломатией. Каждые переговоры отражают факты на местах». Далее Байден пишет: «Мы продолжим сотрудничать с нашими союзниками и партнерами по российским санкциям, самым жестким из когда-либо введенных в отношении крупной экономики. Мы продолжим предоставлять Украине современное вооружение, включая противотанковые ракеты Javelin, зенитные ракеты Stinger, мощные артиллерийские и высокоточные ракетные системы, ракеты, беспилотные летательные аппараты, вертолеты Ми-17 и боеприпасы. Мы также направим еще миллиарды в виде финансовой помощи, как это санкционировано конгрессом. Мы будем работать с нашими союзниками и партнерами по решению глобального продовольственного кризиса. И мы можем помочь нашим европейским союзникам и другим уменьшить нашу зависимость от российского ископаемого топлива и ускорить наш переход к чистому энергетическому будущему. И совсем недавно я приветствовал заявления Финляндии и Швеции о вступлении в

The New York Times (США)

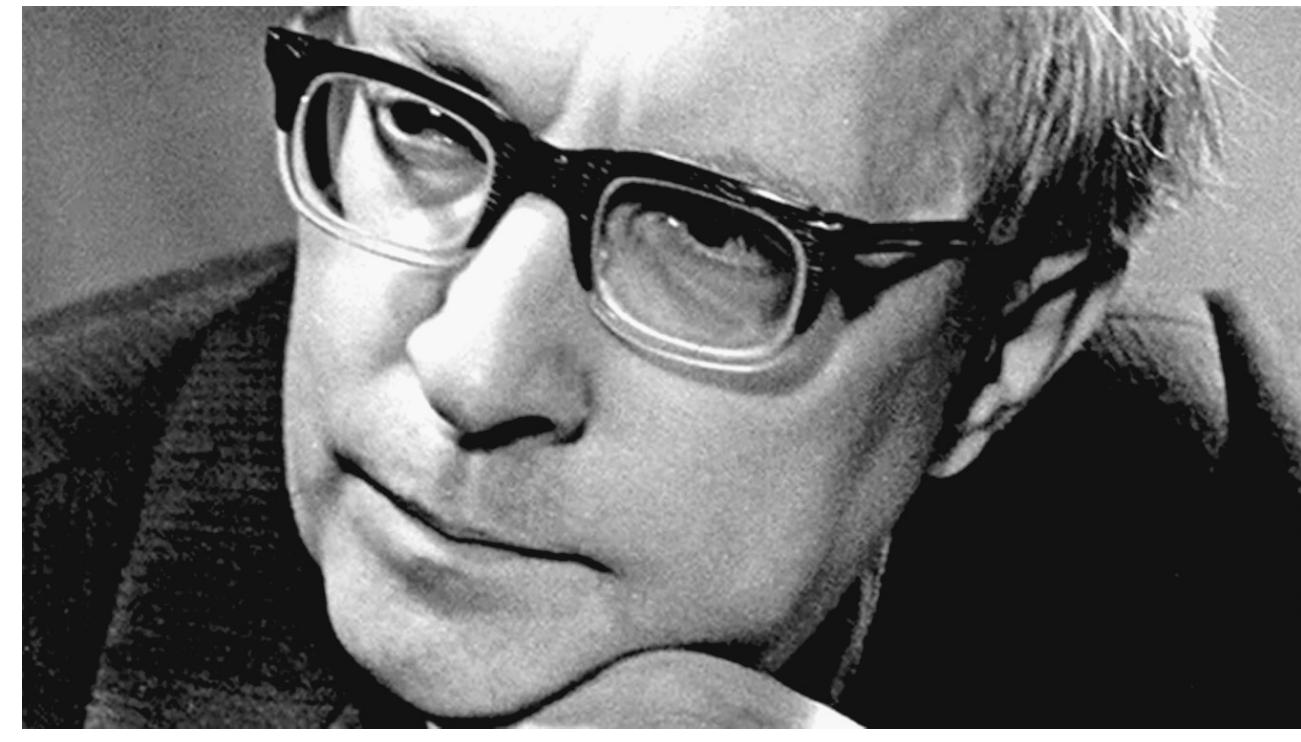
НАТО, шаг, который укрепит общую безопасность США и Трансатлантических союзников из-за введенных в отношении крупной экономики. Мы продолжим предоставлять Украине современное вооружение, включая противотанковые ракеты Javelin, зенитные ракеты Stinger, мощные артиллерийские и высокоточные ракетные системы, ракеты, беспилотные летательные аппараты, вертолеты Ми-17 и боеприпасы. Мы также направим еще миллиарды в виде финансовой помощи, как это санкционировано конгрессом. Мы будем работать с нашими союзниками и партнерами по решению глобального продовольственного кризиса. И мы можем помочь нашим европейским союзникам и другим уменьшить нашу зависимость от российского ископаемого топлива и ускорить наш переход к чистому энергетическому будущему. И совсем недавно я приветствовал заявления Финляндии и Швеции о вступлении в

США не ищут войны с Россией

The New York Times (США)

К 110-летию со дня рождения Л.И. Ошанина

Лев Иванович Ошанин – выдающийся советский поэт-песенник, автор более 70 поэтических сборников. За свои заслуги он был удостоен Сталинской премии первой степени, орденов Ленина, Октябрьской революции, Трудового Красного Знамени и «Знак Почета».



ПЕСНИ, ПРИНЯТЫЕ НАРОДОМ

Лев Иванович Ошанин родился 30 мая 1912 года в старинном и живописном городе Рыбинске, расположенным у слияния рек Волги, Шексны и Черемушки в Ярославской губернии. Он был седьмым ребенком в большой многодетной семье. В три года маленький Левушка лишился отца в результате неожиданной его смерти. Все заботы об огромной семье полностью легли на плечи матери, достойной восхищения иуважения, которая, несмотря на сложные жизненные обстоятельства, сумела дать своим детям хорошее образование. После Октябрьской революции семья Ошаниных переехала в Ростов Великий, где мать основала первый государственный детский сад в городе. Семья Ошаниных не задержалась в Ростове Великом, окончательно поселившись с 1922 года в Москве. После семилетки Л. Ошанин посещает рабочий литературный кружок «Закал», при поддержке которого издал свою первую книгу – «Этажи» о школьных годах. Обращает внимание, что в СССР фактически при любом промышленном предприятии были творческие коллектизы (на коммерческой основе!) по разным направлениям: вокал, литература, танец, хоровое пение, изостудии и т.д. Сегодня все ушло в прошлое с переворотом власти в августе 1991 года. В конце 20-х годов юноша Ошанин был принят в Российскую ассоциацию пролетарских писателей (РАПП). Публикует стихи в «Комсомольской правде», «Огоньке», «Молодой гвардии». В этот период он знакомится с великим поэтом Владимиром Маяковским и настолько сближается с ним, что, по воспоминаниям Льва Ивановича, не раз проводил вместе с ним досуг, играя в волейбол. Однажды на волейболе, как он отметил, в результате сильной подачи мяча разбил член великого поэта. По словам Л. Ошанина, «это было бурно-веселое, счастливое время, и я представил себе нашего парня, еще почтенный, но уже зрелого солдата, человека, спасшего родную землю, и человека, у которого все впереди... И сама собой пришла емкая и гордая строка – «Ехал я из Берлина...». А песню не имел права, пока Победа не стала свершившимся фактом. И когда она пришла, я сразу легко начисто написал песню. Мне показалось, что по характеру она наиболее близка солнечной палире Дунаевского». Стихотворные строчки будущей песни понравились мэтру. И буквально в течение нескольких часов родилась мелодия. Для полноценной песни не хватало прописи, и я просебе композитора Л. Ошанин тут же его написал.

Эй, встречай, Да крепче обнимай.

Чарочки хмельную Полине наливай.

А затем родилась и долгождданная страна гражданам с добринским прохождением, чтобы продолжить учебу в техникуме, вузе или пронесиутся по карьеру, требовалось в течение 2-3 лет отработать на заводе, фабрике и т.д., чтобы заработать рабочий стаж. Так же от них требовалось темы или иными делами подтверждать свою лояльность или преданность Советской власти. В перестроечные годы и в наши дни либерал-демократы с гневом осуждали и осуждают такую практику советских органов власти. Но что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

В тот период молодой советской стране гражданам с добринским прохождением, чтобы продолжить учебу в техникуме, вузе или пронесиутся по карьеру, требовалось в течение 2-3 лет отработать на заводе, фабрике и т.д., чтобы заработать рабочий стаж. Так же от них требовалось темы или иными делами подтверждать свою лояльность или преданность Советской власти. В перестроечные годы и в наши дни либерал-демократы с гневом осуждали и осуждают такую практику советских органов власти. Но что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Вот что-то от либерал-демократов мы не слышали негодований в отношении царского циркуляра «О сокращении гимназического образования» (1887 г.), прозванного в народе «циркуляром о кухаринских детях», согласно которому детям из рабоче-крестьянской среды воспрещалось получать гимназическое образование за исключением одаренных генетическими способностями. В соответствии же с советскими порядками в образовательной подотрасли из бывшей дворянской, купеческой и церковной среды не воспрещалось получить специальное и высшее образование, если у них был рабочий опыт.

Омолодить мозг

Регулярные физические упражнения в течение шести месяцев вкупе с правильным питанием могут остановить старение мозга и даже обратить этот процесс вспять, считают ученые.

Сама эта идея не нова, но команда психиатра Джеймса Блюментала удалось подтвердить ее экспериментально и доказать, что мозг начинает работать лучше уже после полугода упражнений.

В ходе эксперимента исследователи пришли к выводу, что регулярные упражнения могут обратить вспять признаки слабоумия даже у тех престарелых людей, у которых они начали проявляться.

В эксперименте группы Блюментала участвовали 160 человек в возрасте старше 55 лет. В начале эксперимента их когнитивные показатели



были хуже, чем в среднем у мужчин и женщин их возраста. Результаты тестов на интеллект среди участников показали уровень, который обычно демонстрируют в глубокой старости (старше 90 лет).

Испытуемых разделили на четыре группы.

Одной прописали кардиотренировки (три раза в неделю по 35 минут).

Другая соблюдала диету, богатую цельнозерновыми продуктами, фруктами и овощами.

Третья группа делала одновременно, что первая и вторая.

Четвертая группа была контрольной: ее участники читали лекции о старении мозга.

Шесть месяцев спустя участники третьей группы, которые одновременно занимались физкультурой и правильно питались, показали гораздо лучшие результаты в тестах на интеллект, чем остальные.

Если в начале эксперимента их умственные способности в среднем соответствовали людям в возрасте 93 лет, то спустя шесть месяцев менタルный возраст испытуемых снизился до 84 лет.

«Выход в том, что упражнения приносят пользу в любом возрасте, даже в случае с этими людьми, у которых были явные признаки когнитивной недостаточности», — говорит Блюменталь.

Ученые связывают улучшение работы мозга с повышением сердечной активности. Хорошее кровообращение — один из ключевых факторов для правильной работы мозга, которому постоянно нужна подпитка кислородом.

Кроме того, мозг действительно увеличивается от регулярной нагрузки на тело. В частности, увеличиваются в размерах синапсы — места контакта нейронов. Клетки в мозгу становятся больше, и между ними возникают новые связи. По мнению Блюментала, этот метод можно будет использовать для лечения деменции. «Я не говорю, что нашел лекарство, однако сегодня деменцию невозможно вылечить с помощью препараторов», — говорит он. Диета и упражнения остаются очень действенными профилактическими средствами.

Физические упражнения в возрасте после 70 лет помогут остановить усыхание мозга и появление признаков старения, утверждают и ученые Эдинбургского университета. Результаты томографии 638 человек пенсионного возраста показали, что у тех, кто активно занимается физкультурой, на протяжении трех лет объем мозга уменьшался медленнее.

Упражнения не должны быть изнурительными — достаточно нескольких прогулок в неделю. Упражнения должны быть именно физическими, поскольку умственные упражнения — разгадывание кроссвордов, например, — считаются менее эффективными. Чтение книг или встречи с друзьями и родными — менее активное времяпровождение — не замедляет усыхание мозга.

Члены общиначики, что у людей старше 70 лет, которые были более физически активными, меньше

Понедельник		6 июня		Среда		8 июня		Четверг		9 июня		Пятница		10 июня		Суббота		11 июня		Воскресенье		12 июня																													
1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 «ТОБОЛ», Х/Ф (16+) 22.45 «Большая игра» (16+)	1 КАНАЛ	5.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 3.00 Новости 9.20 «Анти-Фейк» (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 3.05 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.