

Общественно-политическая газета
Советского муниципального округа
Ставропольского края

ВТОРНИК

№74 (12363)
20 октября 2026 года

Цена
свободная

Издается
с 1930 года



OK



MAX



ВК

Новую жизнь –
старой площадке

В селе Правокумском приступили к благоустройству детской площадки (первая очередь) по губернаторской программе поддержки местных инициатив.

В 2008 году она была оснащена качелями, игровым, спортивным оборудованием и двумя беседками для отдыха. Но со временем инвентарь износился и сейчас требует обновления. Жители села в прошлом году проголосовали за проект благоустройства детской площадки, изъявив готовность поддержать его личными средствами и внести лепту своим трудом. Он прошёл конкурс краевого минфина, благодаря чему из бюджета региона выделено более 1,8 млн рублей, из казны округа направлен 1 млн. Индивидуальные предприниматели, фермеры и сельхозпредприятие внесут 210 тысяч и выведут технику для наведения порядка по завершении работ, сельчане собрали немногим менее 72,7 тыс. рублей. Здесь уложат 487 кв. метров тротуарной плитки по периметру и в переходах между зонами, установят девять скамеек и 11 урн. Предполагается, что в будущем году благоустройство площадки продолжится, на ней установят игровое оборудование (вторая очередь).

Проект разработали специалисты Архитектурно-строительного бюро г. Зеленокумска, оно осуществляет и технический надзор на всех этапах работ. Подрядная организация уже устанавливает бордюрные камни. Согласно условиям контракта, площадка будет готова до конца года. Всего в Советском округе в 2026-м реализуются семь проектов по программе поддержки местных инициатив, на которые из краевого бюджета привлечено 14,2 млн рублей. Четыре из них уже завершены. А помимо детской площадки в Правокумском, ведутся работы на комплексной спортивной площадке в х. Восточном и в зоне отдыха в п. Селивановке.

Кухня, где считают калории и улыбки

Дата в календаре. Работа школьного повара, кроме мастерства, требует знания детских вкусов /7



Повар школы №16 посёлка Селивановки Светлана Александровна Зубенко творит кулинарные чудеса. / фото: АНДРЕЙ МОРОЗ

Андрей МОРОЗ

Героев профессионального праздника, который отмечается сегодня в России, - Дня повара - легко представить в сверкающих интерьерах дорогих ресторанов и изысканных блюд.

Есть другая сторона - не менее важная, куда более трогательная. Это кухня школьной столовой, где главная награда — пустые тарелки и искреннее детское спасибо.

Хозяйки кухни

Именно туда, в царство кастрюль и ароматов, отправи-

лась «Панорама». Мы побывали в пищеблоке ООШ №16 посёлка Селивановки и увидели, как труд, любовь и современные технологии приносят пользу для здоровья и хорошего настроения детей.

Более 60 лет в школе не было полноценной столовой, правда, в последние 15 появился буфет. С приходом главы округа С.В. Гулятьева ситуация кординально изменилась.

Год назад случилось настоящее событие: на средства окружного бюджета здесь открыли новый пищеблок и столовую. Всё: от вентиляции до кухонной утвари - современное, технологичное и удобное. Шесть холодильников, пароконвектомат, печь, мармиты для

горячей и холодной пищи, мясорубка, весы, микроволновка. Оборудованы холодный и овощной цеха, есть комната для персонала.

И главное, везде идеальная чистота, будто кухня готовится не к обеду, а к визиту взыскательной проверяющей комиссии. Теперь все 73 ученика школы обеспечены полноценным питанием.

В этом отлаженном механизме главные люди - те, кто вкладывает в каждое блюдо частичку души. Светлана Александровна Зубенко - повар, чьё мастерство не измеряется разрядами, а проверяется детскими улыбками.

Несмотря на поварское образование, её трудо-



Кухрабочая Татьяна Васильевна Сардалова превращает продукты в радость для детей

вой путь изначально был далёк от кухни: она успела поработать контролёром ОТК на арматурном заводе, 16 лет - почтальоном, недолго - в колхозной пекарне, а с 2011 года - в школе, правда, на пищеблоке - всего год. Но признаётся, что готовить любила всегда.

Рядом с ней Татьяна Васильевна Сардалова, кухрабочая с не менее своеобразной трудовой биографией: образование в сфере газового обслуживания, разные работы, никак не связанные с кулинарией. Но умение и любовь к делу не зависят от диплома. Вместе они - команда, которая каждый день превращает продукты в радость для детей.

По материалам управления пресс-службы и информационной политики губернатора Ставропольского края и правительства Ставропольского края

**Поддерживают
бизнес в разных
отраслях**

Гарантийный фонд Ставропольского края за девять месяцев текущего года выдал порядка ста поручительств на общую сумму 642 млн рублей. Благодаря поддержке предприниматели смогли привлечь на развитие бизнеса более 1,3 млрд рублей заёмных средств. Как уточнили в министерстве экономического развития края, чаще всего поручительства предоставлялись предприятиям торговли. На это направление пришлось 35,4% поддержки. Ещё 22,6% получили представители сельского хозяйства, 18,8% - производственного сектора, 15,6% - сферы услуг, 7,5% - строительства.

Отдельное внимание уделяется участникам специальной военной операции и их семьям. С начала года они получили от фонда поручительства на 8,2 млн рублей, что позволило привлечь более 16 млн рублей заёмных средств. Меры поддержки реализуются в рамках нацпроекта «Эффективная и конкурентная экономика» и краевой госпрограммы «Экономическое развитие и инновационная экономика».

**Соцучреждения
адаптируют**

В регионе продолжается работа по адаптации подведомственных учреждений министерства труда и социальной защиты населения для людей с инвалидностью. В текущем году на эти цели из бюджета края выделено более 4 млн рублей. Работы уже завершены в двух учреждениях, до конца года планируется адаптировать ещё одно.

Важное направление – оснащение организаций реабилитационным оборудованием, оргтехникой, программным обеспечением, мебелью и бытовой техникой, а также обучение специалистов. За первое полугодие 2026 года 21 организация закупила более 260 единиц реабилитационного оборудования. Власти края также работают над информационной доступностью. Работа ведётся в рамках регионального проекта по повышению доступности приоритетных объектов и услуг для инвалидов и других маломобильных групп населения и развитию системы комплексной реабилитации и абилитации. Проект входит в государственную программу края «Социальная поддержка граждан».

По итогам прямой линии губернатор дал поручения

От первого лица. Владимир Владимиров в прямом эфире ответил на вопросы жителей края в социальных сетях

По итогам общения с земляками губернатор дал ряд поручений, касающихся благоустройства дворов семей участников специальной военной операции, устранения проблем с водоснабжением и подготовки к отопительному сезону.

Владимир Владимиров отметил, что около полусотни вопросов удалось отработать непосредственно в прямом эфире, остальные обращения также включают в план дальнейшей работы.

Одним из решений станет создание новой краевой программы благоустройства дворов, где живут семьи участников СВО. С такой просьбой к губернатору обратился военнослужащий из посёлка Анджиевского Минераловодского округа. Владимир Владимиров поручил министру жилищно-коммунального хозяйства края Александру Рябкину подготовить соответствующую программу и предусмотреть её финансирование на следующий год. В качестве образца губернатор предложил использовать уже действующую про-



Владимир Владимиров в ходе прямой линии. / фото: УПРАВЛЕНИЕ ПРЕСС-СЛУЖБЫ И ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОЛИТИКИ ГУБЕРНАТОРА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ И ПРАВИТЕЛЬСТВА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

грамму «Дорога к ветерану», реализуемую совместно с краевым министерством дорожного хозяйства.

– Предусмотрите, чтобы субсидии могли получать не только муниципалитеты, но и управляющие домами организации. Минфин, подключитесь к этой работе, – поручил глава региона.

Отдельный блок обращений касался водоснабжения. Жители посёлка Бородиновка Минераловодского

округа сообщили о протечке уличного водопровода, которую не удавалось устранить на протяжении месяца. Губернатор поставил главе округа и руководству крайводоканала задачу оперативно решить проблему. Также на прямой линии подняли вопрос о сроках строительства подводящего водовода к СНТ «Авиатор» в Шпаковском округе.

– Мы выделяли на это средства. Прошу главу округа взять вопрос на контроль

и довести работу до логического завершения, – отметил глава Ставрополья.

В ответ на обращение жителей Минеральных Вод по поводу неприятного запаха от местных канализационных очистных сооружений губернатор сообщил о принятых мерах. На насосной станции уже установили новый насос. В течение недели неприятный запах должен уйти.

Ещё одно направление – содержание и капитальный ремонт многоквартирных домов. Владимир Владимиров подчеркнул, что ремонт кровель и фасадов не должен затягиваться на месяцы, а жители не должны сталкиваться с протечками и сыростью. По таким обращениям поручено разбираться с подрядчиками и добиваться качественного завершения работ.

Подводя итоги прямой линии, губернатор отметил, что поступившие обращения станут основой дальнейшей работы краевых и муниципальных органов власти.

– Каждое обращение – на контроле. Остаёмся на связи, – заключил Владимир Владимиров.

Здоровье. Сохраняют доступность детского отдыха

На Ставрополье продолжается круглогодичная оздоровительная кампания для детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, а также ребят, которым по медицинским показаниям необходимо санаторно-курортное лечение.

Работу организует министерство труда и социальной защиты населения края в рамках государственной программы Ставропольского края «Социальная поддерж-

ка граждан». На финансирование этих мероприятий в текущем году предусмотрено более 170 млн рублей из регионального бюджета.

Краевая система социальной поддержки предусматривает предоставление бесплатных путёвок в санаторно-оздоровительные лагеря круглогодичного действия, детские загородные оздоровительные центры и лагеря с дневным пребыванием. Благодаря этому дети могут получить возможность отдохнуть и укрепить

здоровье в течение года, а не только во время летних каникул.

Особое значение такая помощь имеет для семей, которым сложно самостоятельно оплачивать детские отдых и оздоровление. Бесплатные путёвки предназначены в том числе для детей из малообеспеченных семей, ребят, находящихся под опекой, детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов. Отдельное направление – обеспечение санаторно-курортно-

го лечения по медицинским показаниям.

Министр труда и социальной защиты населения Ставропольского края Елена Мамонтова подчеркнула, что организация детского отдыха – важная составляющая поддержки семей.

– Мы делаем всё возможное, чтобы каждый ребёнок, независимо от жизненных обстоятельств, мог отдохнуть, поправить здоровье и получить яркие впечатления, – отметила она.

Экономика. Туристическая сфера пополняет бюджеты

Поступления от туристического налога на Ставрополье по итогам первого полугодия 2026 года превысили плановые показатели.

В местные бюджеты поступило 330 млн рублей при запланированных 309 млн. Итоги администрирования налога подвели в министерстве туризма и оздоровительных курортов края. Основной объём поступлений обеспечивают санаторно-

но-курортные учреждения. На них приходится более 70% собранных средств.

Одновременно в регионе увеличивается число платёльщиков туристического налога. Если в первом полугодии 2025 года их насчитывалось 542, то за аналогичный период 2026-го – уже 722.

Как отметил министр туризма и оздоровительных курортов края Андрей Толбатов, туристический налог имеет значение не только как источ-

ник бюджетных поступлений, но и как инструмент развития территорий.

– Туристический налог – это важный механизм развития территорий. Средства, поступающие в местные бюджеты, возвращаются в виде благоустроенных парков, обновлённых набережных, комфортных общественных пространств, которыми пользуются и жители, и гости, – подчеркнул министр.

Туристический налог действует на Ставрополье с января 2025 года, когда он пришёл на смену курортному сбору.

Поступления направляются непосредственно в бюджеты муниципальных образований и используются для урегулирования вопросов местного значения. Решение о введении налога на сегодняшний день приняли 32 муниципальных образования края.

От бухгалтерских таблиц к делу по душе

Господдержка. Средства социального контракта помогли землячке реализовать творческие наклонности в новой профессии

Лариса КОЗЛОВЦЕВА

Жительница Зеленокумск Вера Николаевна Голутво сумела не только сменить сферу деятельности, но и найти призвание. А начинала она трудовой путь как бухгалтер.

Иди, всё получится!

Переехав в 15 лет с семьёй в Зеленокумск из Тамбова, Вера поступила в Невинномысский колледж по направлению «Коммерция», затем продолжила образование в вузе и устроилась на работу по специальности.

Поначалу ей всё нравилось, но через год девушке с художественной натурой бухучёт наскучил: постоянная и неумная тяга к чему-то новому и креативному жила в ней с детства и подталкивала к переменам.

Когда у Веры появилась семья, остро встал жилищный вопрос: молодая мама находилась в отпуске по уходу за вторым ребёнком, работал один супруг. Она хотела помочь ему, пробовала на дому делать маникюр, потом прошла обучение, и хобби начало перерастать в полноценную работу.

А поворотным моментом в жизни стала история её хорошей знакомой, которая ранее воспользовалась возможностями для оказания услуг в бьюти-сфере. «Иди, всё получится!» - убедила она землячку. Вера составила бизнес-план, а специалисты управления труда и соцзащиты сопровождали на всех этапах оформления соглашения с государством. В июне 2025 года женщина заключила соцконтракт на 12 месяцев и получила выплату в размере почти 350 тысяч рублей.

Контракт на мечту

Господдержка стала стартом для самозанятой. Вера Николаевна приобрела необходимое профессиональное



Мастер маникюра и педикюра Вера Николаевна Голутво. / Фото: Личный архив В.ГОЛУТВО

оборудование: педикюрное электрическое кресло, стулья для мастера и клиента, рабочий стол, сухожар, вытяжку, аппараты для маникюра и педикюра, лампы, бестеневую лампу, ультразвуковую мойку, а также расходные материалы.

Теперь у неё есть полноценный кабинет в строящемся семейном доме, где она оказывает широкий спектр услуг: от гелевого наращивания и коррекции ногтей до аппаратного маникюра, педикюра и других востребованных процедур. Свои фантазии и творческие способности реализует в создании на ногтях неповторимых узоров.

Её день начинается с планирования записей клиентов за чашечкой кофе. Вера признаётся, что работа приносит не только финансовую стабильность, но и чувство собственной значимости. Она с удовольствием наблюдает, как женщины выходят из её кабинета уверенными в себе, и радуется за них.

- Я очень люблю своё дело. Каждый мой новый день - общение, вдохновение и шаг к финансовой стабильности. Это меня мотивирует и делает счастливой, - делится мастер.

А ещё Вера помогает супругу в строительстве их дома не только финансово, но и физически: вместе обои

клеят и плитку укладывают.

Время действовать

Заключить социальный контракт могут граждане и семьи, которые признаны малоимущими. Ключевое условие - их среднедушевой доход по причинам, не зависящим от них самих, должен быть ниже прожиточного минимума, который в 2026 году составил 17045 рублей.

В 2025-м ею воспользовались почти 5 тысяч семей Ставрополя и уже в первом полугодии текущего - свыше 1,7 тысячи. Планируется

охватить программой 5 тысяч человек и в этом году. Общий объём выделенных для её реализации средств в Ставропольском крае на 2026-й превысил 1,1 млрд рублей.

Глава региона поручил сохранять высокий объём финансирования соцконтрактов и продолжить развитие поддержки в приоритетном порядке. Так же по распоряжению губернатора Владимира Владимировича с начала года 20% этих средств резервируются для участников СВО и их семей. В прошлом году по программе поддержаны 63 земляка этой категории на сумму более 12,8 млн рублей.

В нашем округе с начала текущего года 46 жителей оформили соглашения, по которым обязались увеличить доход своих семей. На эти цели направлено более семи миллионов рублей. 19 человек использовали полученные средства на поиск работы, 17 земляков начали свой бизнес, девять смогли справиться с тяжёлыми жизненными обстоятельствами, и один уже ведёт личное подсобное хозяйство.

В прошлом году этой возможностью воспользовались 90 земляков, а общий объём финансирования составил свыше 19 миллионов рублей.

Хотите начать своё дело с помощью социального контракта? В управлении труда и социальной защиты населения вам помогут разобраться в условиях программы. Такая поддержка может стать трамплином, который приведёт вас к успеху и изменит жизнь к лучшему.

Справка

Программа господдержки на основании социального контракта - это инструмент, который помогает малоимущим гражданам выйти из сложной финансовой ситуации. Она является частью нацпроекта «Семья» и регпроекта «Многодетная семья». Эта мера улучшает материальное положение жителей края, помогает открыть или развить своё дело.

**8(86552)6-11-57,
6-50-52.**

Слово - главе. В Нинах и Отказном заасфальтируют дороги

На прямую линию губернатора Владимира Владимировича поступил вопрос от жительницы села Нины о критичном состоянии дорог на улицах Советской и Кирова.

- Вопрос находится в поле нашего внимания - будем учитывать его при формировании перспективных планов дорожной деятельности. В числе прорабатываемых шагов подготовка проектно-сметной докумен-

тации, что в дальнейшем позволит участвовать в конкурсных отборах краевого миндора и претендовать на субсидии, - прокомментировал ситуацию глава округа Сергей Гуляев.

Другой земляк из Отказ-

ного сообщил губернатору о том, что тема асфальтирования улицы Набережной поднимается не первый год.

Один из рабочих механизмов для решения данной проблемы - программа инициативного бюджет-

ирования, которая позволяет привлечь средства краевого и местного бюджетов. Она как раз создана для того, чтобы жители могли напрямую влиять на благоустройство своей территории.

«Я не выбирал жизнь – я выбирал забвение»

Исповедь. Бабушка гладила по голове и говорила: «Игнатушка, ты будешь хорошим мальчиком». А потом самого родного и близкого человека не стало, и мир раскололся, разделился на чёрное и белое. Реальная история зависимого человека, который потерял всё, но нашёл в себе силы выбрать жизнь

Ирина Иванчук

Выбирай работу. Выбирай карьеру. Выбирай семью. Выбирай будущее. Выбирай жизнь. Но зачем мне всё это? Я не стал выбирать жизнь. Я выбрал кое-что другое. Почему? Да потому! Какие могут быть почему, когда есть наркотик?

Спрашивал сам у себя главный герой фильма «На игле». Также подумал и решил для себя Игнат (имя изменено – прим. автора). Со стороны – симпатичный молодой человек в хорошей физической форме. Глядя на него, никто и не догадывается, что большую часть жизни он провёл в собственном аду, упал на самое дно и уже несколько лет пытается жить дальше, забыть всё, с чем ему пришлось уживаться долгие годы.

Раны детства и замкнутый круг

С самого начала жизнь Игната была наполнена неопределённостью и болью. Мама, погружённая в собственные проблемы и алкогольную зависимость, не могла дать ему то, в чём он больше всего нуждался, – любовь, заботу и стабильность. Нет, конечно, она пыталась быть хорошей мамой: уделять ему время, помогать с уроками и просто присутствовать в жизни собственного сына. Но кратковременные трезвые попытки не могли компенсировать долгие периоды пренебрежения.

Одним из первых переломных моментов в жизни мальчика стал переезд к бабушке – человеку, который дал Игнату ощущение тепла и безопасности. Но когда пришлось время возвращаться к родной матери, мальчик не узнал в ней близкого человека. Он вцепился в юбку бабушки, которую уже привык считать мамой, и умолял не отдавать его «тёте».

Мир для Игната разделился на чёрное и белое: бабушка – это добро, мама – зло. После смерти бабушки хорошего больше не осталось, и теперь придётся жить с плохим. Так случился первый надлом.

Отношения с матерью ухудшались. Вместо поддержки и понимания сыпалась упреки и обвинения. Попытки Игната остановить маму, когда она пыталась свести счёты с жизнью, оборачивались новой порцией оскорблений. Параллельно в душе мальчика росла ненависть к отцу, который находился в местах лишения сво-

боды. Ему очень не хватало отцовского плеча в трудные минуты. Так произошёл второй надлом.

Игнату было сложно социализироваться. Он не умел общаться со сверстниками, прятался от шумных компаний и мечтал о настоящих друзьях. Мальчик загадывал желание на падающую звезду, чтобы и у него когда-нибудь появились товарищи, с которыми можно гулять и делиться радостями.

В какой-то момент мечта сбылась. Игнат познакомился с беспризорным мальчишкой Колей, и они стали проводить время вместе. Возможно, у кого-то возникнет вопрос: в чём тут особенность? Ведь многие дети гуляли на улице, бегали грязными и голодными, но при этом оставались счастливыми. Например, оттого, что построили новый шалаш или выиграли бой на траве. Но Игнат проводил время иначе...

В 14 лет он уже употреблял алкоголь и начал «баловаться» наркотиками. Как объясняют зависимые люди, всё начинается с так называемых «лёгких» веществ.

Игнат всё свободное время проводил на блатхатах (место сбора маргинальных групп людей), сам решал, где и что «намутить» (достать), и как «убить» (принять наркотик) на ночь.

– Всегда ждал вечера, потому что знал, что ночью будет хорошо, – объясняет Игнат. – Голова отключается, тело становится мягким, наступает состояние эйфории. Мой друг «убивался» со мной ночью, а утром уходил домой и жил обычной жизнью: учился, делал домашние дела. А я так не мог. Утром было отвратительно и физически, и эмоционально, пока снова не догонишься. Так и попадаешь в замкнутый круг: плохо – надо догнаться, догнался – скоро снова будет плохо.

И этот замкнутый круг стал новой реальностью Игната. Зависимость заменила ему мечты, цели и даже саму жизнь. В шестнадцать лет он уже не скрывал свою зависимость. Зимой получил основное наказание. В течение

двух лет состоял на учёте в полиции и у нарколога.

Ощущение страха и обиды от осознания ситуации усугублялось негативным отношением окружающих. Это стало третьим надломом и окончательным разрушением веры в себя и в то, что мир может быть добрым.

Затем жизнь несколько наладилась. Отец вернулся в семью, они переехали в другой город, попытались устроиться на работу и жить «как все». Но нерешённые проблемы перебрались вместе с ними и начали тяготить быт. Вместо того, чтобы решать трудности, семья снова искала забвение в стакане или дозе.

– Однажды вечером мы все вместе смотрели фильм. Было так спокойно... Мама гладила меня по руке. Я вернулся к ней и увидел, как искажилось её лицо. Мы тут же решили поехать в больницу. Позже я сидел во дворе медучреждения и ждал. Отец вышел, закурил и тихо сказал: «Мамы больше нет». Инфаркт, сердце не выдержало, – вспоминает Игнат, и я вижу, как блестят его глаза, от выступивших слёз.

Больше он не пытался искать оправдания. Знал: всё, что с ним происходит, – его собственный выбор. На протяжении пяти лет он повторял один и тот же сценарий: найти дозу, найти место, где можно отключиться. Утро встречало его головной болью, дрожью в руках.

Вспоминал бабушку и её тёплые руки, тихий голос, читавший сказки перед сном. Воспоминания приходили, как вспышки. Вот она гладит его по голове, а вот говорит: «Игнатушка, ты будешь хорошим мальчиком, я знаю». Эти образы жгли изнутри. Они напоминали о том, кем он мог бы стать, если бы... Если бы что? Если бы бабушка не умерла? Если бы мать не спилась? Если бы отец был рядом? Если бы он сам не сделал тот первый шаг к краю?

Но потом приходила новая доза, и воспоминания растворялись. Оставалось только тело, дрожащее в ожидании следующей порции забвения.

«Это тебя убьёт»

Игнату исполнилось 23 года. Казалось бы, жизнь только начинается, впереди столько возможностей и интересно. Но для него всё выглядит иначе. За плечами ни одного по-настоящему светлого воспоминания, а в душе ни капли надежды на то, что будущее может быть лучше.



Находясь под бабушкиной защитой, окутанный её теплом и заботой, Игнат ещё не знал, что впереди боль, одиночество, наркотики, потеря матери и долгие годы падения, и что однажды он всё-таки поверит бабушкиным словам. Но позже. Гораздо позже. / фото: ИРИНА ИВАНЧУК

Он погряз в порочном круге. Кредитные деньги уходили на очередную дозу, окружение – сомнительные приятели-наркоманы, дни сливались в бесконечную череду поисков «клада», а в голове постоянно стучала одна мысль, что вот-вот «примут» (заберут в полицию), и всё окажется напрасным.

В один из таких дней бледный, истощённый так, что кости проступали сквозь кожу, Игнат лежал в прокуренной квартире с застывшим, немигающим взглядом. Возле суетился товарищ, не замечая, что рядом на грани жизни и смерти балансирует молодой парень, который так и не успел ничего увидеть в жизни, так и не научился хотеть чего-то настоящего.

В один из очередных наркомарафонов на пороге появился отец Игната и настоял, что с этим пора покончить. Его отвезли к наркологу.

Врач, внимательно взгля-

нув на измождённого парня, понял, если дать ему таблетки и позволить отоспаться, то после пробуждения всё вернётся на круги своя, и Игнат тут же отправится за новой дозой. Поэтому посоветовал единственное верное решение – отправить молодого человека на лечение в реабилитационный центр.

– Я видел, как отец плачет, всего два раза в жизни, – вспоминает Игнат. – Первый раз – когда умерла мама. Второй – когда он вёз меня в рехаб. Это были слёзы бесилия и отчаяния, ведь он понимал, насколько далеко всё зашло.

Игнат думал, что проведёт в центре пару дней и вернётся к прежней жизни. Но остался на несколько месяцев. На второй день он стоял на улице худой, с опухшим лицом и писал отцу бумажное письмо. В нём были слова осознания, обещания измениться и просьбы о прощении. Но за этими

фразами скрывалась горькая правда. Он отчаянно хотел получить дозу и был готов на любую ложь, лишь его поскорее забрали из этого места.

Первые недели были самыми тяжёлыми. Тело требовало дозы, разум цеплялся за старые привычки. Но рядом были специалисты, которые не давали сорваться. На групповых занятиях Игнат услышал истории других людей. И вдруг осознал, что он не один. Многие прошли через подобное или того хуже и нашли в себе силы вырваться из этого замкнутого круга.

За время пребывания в реабилитационном центре Игнат старался строго следовать правилам и выполнять всё, что от него требовали. У каждого проходящего лечение был свой функционал, который нужно было исполнять на протяжении двух недель. Парень активно участвовал в общих субботах, готовил еду для обитателей центра и помогал поддерживать порядок.

Но всё это было лишь маской выздоровления. Игнат общался с ребятами, которые тоже не планировали лечиться всерьёз. Они обменялись номерами телефонов в надежде встретиться на свободе и продолжить старую жизнь.

Через три месяца Игнат вышел из центра. Его забрал отец, и жизнь началась с чистого листа. Перед отъездом консультант сказал ему: «Сорвёшься – не смей брать привычную дозировку, тебя это убьёт». Человек может ошибочно полагать, что его восприимчивость осталась на прежнем уровне, и не учитывая произошедшие изменения в организме.

Раньше Игнат видел, как умирают друзья от наркотиков, и ему было всё равно, что он может стать следующим. Теперь же страх смерти стал реальным и осязаемым. Первые пару месяцев после центра он чувствовал себя, как запуганный зверёк, и именно этот страх помог удержаться от срыва.

Игнат начал строить жизнь заново, не без трудностей, конечно. Устроить-ся на работу получилось не с первого раза, постепенно приводил себя в хорошую физическую форму.

В реабилитационном центре объяснили, что его эмоциональный возраст остался на уровне подростка. Игнат был совершенно не социализированным. Ему пришлось заново учиться поддерживать разговор, доверять людям, просить о помощи и радоваться мелочам.

Постепенно парень начал заполнять недостающие

пробелы в своей жизни. Он нашёл людей на группе анонимных наркоманов, которые прошли через похожие испытания, и теперь они поддерживают друг друга. Он начал мечтать не о дозе, а о будущем.

Шестьсот дней чистоты

Но такой обычной жизни хватило на восемнадцать месяцев. Затем Игнат сорвался. И точкой невозврата стало моральное давление, которое постепенно накапливалось внутри.

На работе требовали результатов, а он всё ещё чувствовал себя неуверенно, словно не до конца вписывался в «нормальную» жизнь. Друзья из прошлого то и дело напоминали о себе звонками: «Ну что, совсем завязал? Да ладно, один раз не считается...» А в голове крутились мысли: «А вдруг это не моё – быть «правильным»? Может, это просто не моя жизнь?»

Однажды он оказался в заброшенном здании. Здесь пахло сыростью, стены были исписаны граффити. Игнат сел на холодный бетон, достал из кармана свёрток и усмехнулся. «Вот и всё, – подумал он. – Это и есть мой мир.

Цитата

Психиатр-нарколог Советской районной больницы Марина Александровна Шейко:

- Наркомания - это социально значимое заболевание, его лечение всегда комплексное, включающее в себя различные методы лечения и реабилитации, а также большую работу с окружением пациента. Первое, что нужно сделать - обратиться к врачу-наркологу в поликлинику по месту жительства, специалист определит необходимость госпитализации и направит пациента в специализированное учреждение.

Ни прошлого, ни будущего. Только сейчас. Только доза».

– Все зависимые люди думают, что бегут от чего-то. А на самом деле мы просто бежим. Без цели по кругу. И этот круг никогда не кончится. Я не искал спасения, не мечтал о новой жизни. Просто хотел перестать чувствовать, помнить, перестать быть. Как будто мне снова четырнадцать, – объясняет Игнат.

Первые дни после срыва парень чувствовал себя нормально. И это затянулось на три месяца. Но затем пришло осознание ничтожности собственного положения. Он понял, что, если ничего не изменить, этот круг станет бесконечным. Он снова вернулся в группу поддержки. Начал изучать концепцию выздоровления, писать шаги программы.

Одним из важнейших этапов выздоровления стало прощение матери:

– Я простил её совсем недавно. Простить – не значит, оправдать всё, что происходило. Это значит, отпустить боль, которая годами тянула на дно, перестать нести в себе груз обиды, дать себе шанс на новую жизнь. Но главное – понять, что она была не только источником боли, но и человеком со своими травмами и слабостями.

Сегодня Игнату 26 лет, и у него шестьсот дней «чистоты». Двадцать месяцев он не употребляет алкоголь и наркотики.

Четыре года не употребляет «тяжёлые» наркотики. За эти месяцы по крупицам выстраивает новую жизнь, упорно работая над собой в психологическом плане и в физическом. Он получил водительские права и купил машину. Параллельно заканчивает строительство дома. Он поймал себя на мысли, что, наконец, чувствует себя «настоящим папаном» – как будто поставил две галочки в списке взрослой жизни.

Игнат также сосредоточился на том, чтобы выстроить отношения с девушками. Понимает, чтобы получилось что-то настоящее, нужно учиться доверять, открываться, говорить о чувствах, а это даётся непросто, ведь опыта здоровых отношений исписаны граффити. Игнат сел на холодный бетон, достал из кармана свёрток и усмехнулся. «Вот и всё, – подумал он. – Это и есть мой мир.

Однажды он оказался в заброшенном здании. Здесь пахло сыростью, стены были исписаны граффити. Игнат сел на холодный бетон, достал из кармана свёрток и усмехнулся. «Вот и всё, – подумал он. – Это и есть мой мир.

В глубине души Игнат, как и любой человек, мечтает о большой и крепкой семье, где будут царить любовь и понимание, то самое тепло, которого так не хватало ему самому в детстве. Теперь он осознаёт: чтобы создать такой мир рядом с собой, нужно сначала научиться любить и принимать себя, прощать ошибки и верить в лучшее. И каждый новый день чистоты приближает его к этой цели.

Вместо эпилога

С Игнатом мы познакомились девять лет назад совершенно случайно в одной компании. Тогда он запомнился мне парнем в очках и чёрной футболке. Подозрительный прищур, ухмылка, от которой по телу пробежала неприятная дрожь. Он отталкивал от себя на интуитивном уровне, и я старалась держаться подальше.

Затем мы встретились снова спустя пять лет. Игнат вернулся из реабилитационного центра, и я не поверила своим глазам. Передо мной стоял другой человек. Не тот мрачный парень с циничной ухмылкой, а более спокойный, осознанный молодой человек.

Я видела Игната и во время срыва после полутора лет «чистоты». Было тяжело наблюдать, как человек, который столько работал над собой, снова оказывается в плену зависимости. Но даже тогда в нём чувствовалась внутренняя борьба.

И вот спустя ещё полтора года мы сидим на кухне. На столе стоят две чашки чая, и Игнат делится своей историей.

Чтобы написать этот материал, понадобились два длинных вечера и несколько часов уговоров, чтобы убедить его: эта история должна увидеть свет.

Он рассказывает спокойно, без самодовольствия, о детстве, где не было опоры, годах в здании. О том, как отец, несмотря ни на что, не опустил руки и помог ему наладить жизнь, первых неуверенных, но важных шагах к выздоровлению.

Сегодня Игнат выбирает своё будущее. Он осознанно делает шаги к жизни без наркотиков, к отношениям, построенным на доверии, к мечтам, которые раньше казались недостижимыми. Эта исповедь – о силе воли, поддержке и вере в лучшее. Она даёт надежду тем, кто сейчас находится в похожей ситуации. Выход есть, и он начинается с первого шага.

ПЯТНИЦА23.10

	05.00 «Доброе утро» ⁽⁰⁺⁾ 09.00 , 12.00, 15.00 Новости ⁽¹⁶⁺⁾ 09.25 «Модный приго- вор» ⁽⁰⁺⁾ 10.15 «Жить здорово!» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.00 , 12.15 «Время пока-	жет» ⁽¹⁶⁺⁾ 14.00 , 17.00 «Большая игра» ⁽¹⁶⁺⁾ 15.15 «Давай поженим- ся!» ⁽¹⁶⁺⁾ 16.05 «Мужское/Женское» ⁽¹⁶⁺⁾ 18.00 Новости ⁽¹⁶⁺⁾	18.40 «Время покажет» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.45 «Поле чудес» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.00 «Время» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.45 «Голос. Дети» ⁽⁰⁺⁾ 23.25 «Наша новая музыка» ⁽¹²⁺⁾ 00.30 «Подкаст. Лаб» ⁽¹⁶⁺⁾
---	--	--	--

	05.00 «Утро России» ⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 , 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 «Вести» ⁽¹⁶⁺⁾ 09.30 «Местное время» ⁽¹²⁺⁾ 09.55 «О самом главном» ⁽¹²⁺⁾ 11.30 , 21.10 «Вести. Мест- ное время» ⁽¹⁶⁺⁾ 12.00 , 18.00 «60 минут» ⁽¹²⁺⁾	14.30 Т/с «Тайны след- ствия» ⁽¹⁶⁺⁾ 17.00 «Малахов» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.30 «Ну-ка, все вместе!» ⁽¹²⁺⁾ 23.55 «Истории большой страны» ⁽¹²⁺⁾ 00.55 Х/ф «Дом для куклы» ⁽¹²⁺⁾	У Дины есть всё - яркая внешность, муж – успешный красавец, верные друзья и нако- нец - желанная бере- менность. Но в один миг счастью приходит конец
---	---	---	--

	07.15 «Театральная лето- пись» ⁽¹²⁺⁾ 07.45 , 14.55 Д/ф «Пещера Шове. Первый шедевр в истории че- ловечества» ⁽¹²⁺⁾ 08.40 Т/с «Люди и манеке- ны» ⁽⁰⁺⁾ 10.00 , 12.30, 17.00, 19.30, 23.45 Новости куль- туры ⁽¹²⁺⁾ 10.20 Х/ф «Отарова вдова»	⁽¹⁶⁺⁾ 11.50 «Власть факта» ⁽¹²⁺⁾ 13.00 Д/ф «Илья Франк. Нобелевские победы русской науки» ⁽¹²⁺⁾ 13.45 Д/с «Забытое ремес- ло» ⁽¹²⁺⁾ 14.00 Т/с «Следователь Ти- хонов» ⁽¹⁶⁺⁾ 15.50 «Энигма. София Гу- байдулина» ⁽¹²⁺⁾ 16.30 «Письма из провин-	ции» ⁽¹²⁺⁾ 17.15 К 100-летию со дня рождения Галины Вишневской ⁽¹²⁺⁾ 19.45 К 100-летию со дня рождения Спартака Мишулина ⁽¹²⁺⁾ 20.25 Х/ф «Достояние ре- спублики» ⁽¹⁶⁺⁾ 22.40 60 лет С. Жилину ⁽¹²⁺⁾ 00.00 Х/ф «Бесконечный апрель» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	---	--

	06.00 , 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегод- ня» ⁽¹⁶⁺⁾ 06.25 «Утро. Самое лучшее» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоя- щим» ⁽⁶⁺⁾ 09.25 «Человек в праве»	⁽¹⁶⁺⁾ 10.35 «Первая переда- ча» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.10 Т/с «Лесник. Своя земля» ⁽¹⁶⁺⁾ 13.25 «Чрезвычайное про- исшествие» ⁽¹²⁺⁾ 14.00 «Место встречи» ⁽¹⁶⁺⁾	16.50 «ДНК» ⁽¹⁶⁺⁾ 17.55 «Жди меня» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.00 Т/с «Тверская. Здесь и сейчас» ⁽¹⁶⁺⁾ 22.15 Т/с «Аутсайдер» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.20 «Своя правда» ⁽¹⁶⁺⁾ 02.10 «Квартирный вопрос» ⁽⁰⁺⁾ 03.00 Х/ф «Борец» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	--	--

	05.00 , 09.00, 13.00, 17.00 «Известия» ⁽¹⁶⁺⁾ 05.25 , 09.30 Т/с «Следо- пыт» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 «Ваше здоровье!»	⁽¹²⁺⁾ 13.30 Т/с «Великолепная пятёрка-6» ⁽¹⁶⁺⁾ 16.05 Т/с «Великолепная пятёрка-7» ⁽¹⁶⁺⁾	17.30 Т/с «След» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.10 «Светская хрони- ка» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.10 «Они потрясли мир» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	--	---

	05.00 «С лёгким утром!» ⁽¹⁶⁺⁾ Идеальный старт дня – бодро и со вкусом! Кулинарные путеше- ствия, рецепты, идеи для выходных и ново- сти шоу-бизнеса	09.00 , 21.00 «Уральские пельмени» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.30 «Уральские пельме- ни». Мастер на все звуки» ⁽¹⁶⁺⁾ Смешные и смелые, забавные и непред- сказуемые, всегда	разные, но неизмен- но яркие, российское творческое объедине- ние из Екатеринбурга, работающее в коме- дийном жанре. Орга- низовано в 1993 году как команда КВН
---	---	---	--

	07.30 , 05.00 «Давай разв- дёмся!» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 , 03.05 «Тест на от- цовство» ⁽¹⁶⁺⁾ 10.40 «Прости меня...» ⁽¹⁶⁺⁾	11.40 «Беду отведу» ⁽¹⁶⁺⁾ 12.55 , 01.45 «Знахарка» ⁽¹⁶⁺⁾ 13.30 , 02.10 «Верну люби- мого» ⁽¹⁶⁺⁾ 14.05 , 02.40 «Голоса ушед- ших душ» ⁽¹⁶⁺⁾	14.40 Т/с «Я тебя нашла» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.00 Т/с «Раненое сердце» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.10 «Уютное утро» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.45 «Понять. Простить» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	---	--

	05.00 «Самые шокирую- щие гипотезы» ⁽¹⁶⁺⁾ 06.00 «С бодрым утром!» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 , 12.30, 16.30, 19.30 Новости ⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 «Документальный спецпроект» ⁽¹⁶⁺⁾	10.00 «Засекреченные списки» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.00 «Как устроен мир» ⁽¹⁶⁺⁾ 12.00 , 16.00, 19.00 «112» ⁽¹⁶⁺⁾ 13.00 , 17.00, 04.20 «Тайны Чапман» ⁽¹⁶⁺⁾	18.00 , 03.35 «Главные тайны мира» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.00 «Безумные факты» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.50 Х/ф «Законопослуш- ный гражданин» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.00 Х/ф «Выживший» ⁽¹⁸⁺⁾ 01.55 Х/ф «Скалолаз» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	--	---

	05.20 Х/ф «Женатый холо- стяк» ⁽¹²⁺⁾ 06.50 Д/ф «Позывной «Чайка»» ⁽¹⁶⁺⁾ 07.40 , 09.25, 01.45 Т/с «Люди на мосту» ⁽¹²⁺⁾ 09.00 , 13.00, 17.00, 18.00 Новости дня ⁽¹⁶⁺⁾	10.25 , 13.25 Т/с «СМЕРШ» ⁽¹⁶⁺⁾ 14.50 , 15.05, 17.15 Т/с «Дружба особого на- значения» ⁽¹⁶⁺⁾ 15.00 Военные новости ⁽¹⁶⁺⁾ 17.25 , 18.40 Т/с «Краповый берет» ⁽¹⁶⁺⁾	22.00 «Здравствуйте, това- рищи!» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.30 Х/ф «Трое в лодке, не считая собаки» ⁽¹²⁺⁾ 03.20 Х/ф «Свинарка и пастух» ⁽¹²⁺⁾ 04.45 Д/с «Хроника Победы» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	---	--

	07.00 , 09.00, 12.55, 15.30 Новости ⁽¹⁶⁺⁾ 07.05 , 15.35, 23.00 «Все на «Матч!»» ⁽¹²⁺⁾ 09.05 «Небесная грация» ⁽⁶⁺⁾ 09.25 Футбол. ЧМ-2026. Финал. Испания – Ар- гентина ⁽⁶⁺⁾ 12.35 «По домам. Сергей	Песьяков» ⁽¹²⁺⁾ 13.00 «Есть тема!» ⁽¹²⁺⁾ 14.25 «Чемпионы на все времена. Виктор Кро- вопусков» ⁽¹²⁺⁾ 14.55 «Что за спорт?» ⁽¹²⁺⁾ 16.30 Смешанные едино- борства. UFC. Пётр Ян против Мераба Два-	лишвили» ⁽¹⁶⁺⁾ 17.30 Футбол. Лига Пари. «Торпедо» – «Ротор» (Волгоград) ⁽⁰⁺⁾ 20.00 Спортивная гим- настика. Чемпионат мира. Женщины ⁽¹²⁺⁾ 00.00 «Евротур» ⁽¹²⁺⁾
---	--	---	--

	06.00 , 08.30, 18.45 Ново- сти на «Своём» ⁽¹⁶⁺⁾ 06.30 , 17.45 «Прямой эфир» ⁽¹⁶⁺⁾ 07.00 «Актуальное интер- вью» ⁽¹²⁺⁾ 07.30 «Дзержинского, 102» ⁽¹⁶⁺⁾ 07.45 , 17.00 «За здоро- вье» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.45 «Профессия – Родину защищать»	⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 , 09.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости ⁽¹⁶⁺⁾ 09.05 , 09.35, 10.05, 12.10, 13.10 «ОТражение» ⁽¹²⁺⁾ 11.00 «Человек и судьба» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.30 «Почитаем!» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.45 «Нескучное дело» ⁽¹²⁺⁾	15.15 Х/ф «Парад планет» ⁽¹⁶⁺⁾ 18.15 «Человек на своём месте» ⁽¹²⁺⁾ 20.15 «Календарь» ⁽¹²⁺⁾ 20.45 Х/ф «Миллионер из трющоб» ⁽¹⁶⁺⁾ 22.35 Х/ф «Игра в правду» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.10 Х/ф «Обнажённые» ⁽¹⁸⁺⁾ 02.15 Х/ф «Русалка» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	---	--

СУББОТА24.10

06.00 «Доброе утро» ⁽¹²⁺⁾ 09.00 «Умницы и умники» ⁽¹²⁺⁾ 09.45 «Слово пастыря» ⁽⁰⁺⁾ 10.00 , 12.00, 18.00 Ново- сти ⁽¹⁶⁺⁾ 10.15 К 100-летию со дня рождения Спартака	Мишулина ⁽¹²⁺⁾ 11.10 «Вспомнить всё» ⁽¹²⁺⁾ 12.15 «Поехали!» ⁽¹²⁺⁾ 13.20 «Слово не воробей» ⁽¹²⁺⁾ 14.25 «Горячий лёд» ⁽⁰⁺⁾ 15.50 Т/с «Формула пре- ступления» ⁽¹²⁺⁾	18.20 «Сегодня вечером» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.00 «Время» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.35 «Что? Где? Когда?» ⁽¹⁶⁺⁾ 22.45 «Команды» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.50 Х/ф «Грани любви» ⁽¹⁸⁺⁾ 01.40 «Подкаст. Лаб» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	--

05.00 «Утро России» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.00 «Местное время» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.35 «По секрету всему свету» ⁽⁰⁺⁾ 09.00 «Формула еды» ⁽¹²⁺⁾ 09.25 «Пятую на одного» ⁽⁰⁺⁾ 10.10 «Сто к одному» ⁽⁰⁺⁾ 11.00 , 14.00, 17.00, 20.00	«Вести» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.30 «Наши. Военкоры» ⁽¹²⁺⁾ 12.00 «Доктор Мясников» ⁽¹²⁺⁾ 13.00 «Большие переме- ны» ⁽¹²⁺⁾ 14.30 , 20.50 «Вести. Мест- ное время» ⁽¹⁶⁺⁾	14.50 «Парад юмора» ⁽¹⁶⁺⁾ 17.50 «Привет, Андрей!» ⁽¹²⁺⁾ 21.00 Т/с «Дорога к сердцу» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.45 Т/с «Неродная» ⁽¹²⁺⁾ 04.00 Т/с «Формула сча- стья» ⁽¹²⁺⁾
--	---	--

07.05 , 02.30 Мультфиль- мы ⁽⁶⁺⁾ 07.50 , 00.15 Х/ф «Мы с вами где-то встреча- лись» ⁽⁰⁺⁾ 09.20 «Эти загадочные жи- вотные» ⁽¹²⁺⁾ 09.35 «Мы – грамотеи!» ⁽¹²⁺⁾ 10.20 К 100-летию со дня рождения Спартака Мишулина ⁽¹²⁺⁾ 11.00 Х/ф «Малыш и Карл-	сон, который живёт на крыше» ⁽⁰⁺⁾ 12.30 «Человеческий фактор» ⁽¹²⁺⁾ 13.00 «Чёрные дыры. Белые пятна» ⁽¹²⁺⁾ 13.40 «Эрмитаж» ⁽¹²⁺⁾ 14.15 , 01.45 Д/с «Заповед- ное» ⁽¹²⁺⁾ 15.00 «Факультет исто- рии» ⁽¹²⁺⁾ 15.55 «Большие и малень-	кие» ⁽¹²⁺⁾ 17.50 Х/ф «И жизнь, и слёзы, и любовь» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.30 Новости культу- ры ⁽¹²⁺⁾ 19.50 Х/ф «Корона Россий- ской империи, или Снова неуловимые» ⁽¹⁶⁺⁾ 22.00 «Агора» ⁽¹²⁺⁾ 23.00 «Клуб «Шаболовка, 37»» ⁽¹²⁺⁾
--	---	---

06.55 «Первая переда- ча» ⁽¹⁶⁺⁾ 07.25 «Смотр» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.00 , 10.00, 16.00 «Сегод- ня» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.20 «Поедем, поедим!» ⁽¹⁶⁺⁾ 09.20 «Едим дома» ⁽⁰⁺⁾ 10.20 «Главная дорога» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.00 «Живая еда» ⁽¹²⁺⁾	12.00 «Квартирный вопрос» ⁽⁰⁺⁾ 13.15 «Сатья» ⁽¹⁶⁺⁾ 14.20 «Фобия» ⁽¹²⁺⁾ 15.00 «Своя игра» ⁽⁰⁺⁾ 16.20 «ЧП. Расследова- ние» ⁽¹⁶⁺⁾ 17.00 «Следствие вели...» ⁽¹⁶⁺⁾	18.00 «Криминальная Россия. Самые гром- кие преступления» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.00 «Центральное теле- видение» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.20 «Ты не поверишь!» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.20 «ВИА «Суперстар!» ⁽¹⁶⁺⁾ 01.10 «Квартирник НТВ у Маргулиса» ⁽¹⁶⁺⁾
--	--	--

05.00 , 10.20, 19.25 Т/с «Ус- ловный мент-6» ⁽¹⁶⁺⁾ 07.25 , 10.05, 18.35 Т/с «Ус- ловный мент-7» ⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 «Страна советов»	⁽¹⁶⁺⁾ 09.30 «Стройнадзор» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.15 Т/с «Моя девочка» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.00 «Известия. Глав-	ное» ⁽¹⁶⁺⁾ 01.05 «Светская хрони- ка» ⁽¹⁶⁺⁾ 02.10 Т/с «Илья Муровец» ⁽¹⁶⁺⁾
---	---	---

05.00 «Уральские пельме- ни» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.50 «ПроСто кухня» ⁽¹²⁺⁾ 10.00 «100 мест, где поесть» ⁽¹⁶⁺⁾ 11.00 «Две стороны одной страны» ⁽¹⁶⁺⁾ 12.00 «Чем заняться в вы-	ходные?» ⁽¹⁶⁺⁾ 12.30 «Химия жизни» ⁽¹⁶⁺⁾ 13.30 «Суперниндзя» ⁽¹⁶⁺⁾ 17.25 М/ф «Алёша Попович и Тугарин Змей» ⁽¹²⁺⁾ 19.05 М/ф «Добрыня Ни- китич и Змей Горы-	ныч» ⁽⁶⁺⁾ 20.35 М/ф «Илья Муромец и Соловей-разбой- ник» ⁽⁶⁺⁾ 22.05 Х/ф «Отпетые напар- ники» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.20 Х/ф «Кредо убийцы» ⁽¹⁶⁺⁾
---	--	--

06.30 Т/с «Подари мне, подари» ⁽¹⁶⁺⁾ 09.40 «Уютное утро» ⁽¹⁶⁺⁾ 10.15 Т/с «За рулём судьбы» ⁽¹⁶⁺⁾ 14.40 Т/с «Капкан для	двоих» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.00 Т/с «Я тебе неров- ная» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.30 Т/с «Подари мне на- дежду» ⁽¹⁶⁺⁾ 03.05 Д/с «Эффект Матро-	ны» ⁽¹⁶⁺⁾ 05.10 Т/с «Сколько стоит совесть?» ⁽¹⁶⁺⁾ Семейная пара ста- новятся свидетелями страшной аварии
--	--	--

05.00 , 03.05 «Самые шоки- рующие гипотезы» ⁽¹⁶⁺⁾ 06.00 «С бодрым утром!» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 , 12.30, 16.30, 19.30 Новости ⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 «Минтранс» ⁽¹⁶⁺⁾ 10.00 «Самая полезная программа» ⁽¹⁶⁺⁾	11.00 , 13.00 «Военная тайна» ⁽¹⁶⁺⁾ 15.00 «Совбез» ⁽¹⁶⁺⁾ 16.00 «112» ⁽¹⁶⁺⁾ 16.55 «Документальный спецпроект» ⁽¹⁶⁺⁾ 18.00 «Засекреченные списки» ⁽¹⁶⁺⁾	19.00 «Добровэфи́ре» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.00 «100 вопросов обо всём» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.50 Х/ф «Западня» ⁽¹⁶⁺⁾ 23.00 Х/ф «Охота на килле- ра» ⁽¹⁸⁺⁾ 01.00 Х/ф «Беги без огляд- ки» ⁽¹⁸⁺⁾
--	--	---

05.20 Х/ф «Иван да Марья» ⁽⁶⁺⁾ 06.50 , 03.45 Х/ф «Я шагаю по Москве» ⁽¹²⁺⁾ 08.10 , 09.20 Х/ф «Человек- амфибия» ⁽¹²⁺⁾ 09.00 , 13.00, 18.00 Ново- сти дня ⁽¹⁶⁺⁾	10.25 Х/ф «Поезд вне рас- писания» ⁽¹²⁺⁾ 12.05 , 13.20 Т/с «Узник замка Иф» ⁽¹²⁺⁾ 17.25 , 18.25 Т/с «СМЕРШ» ⁽¹⁶⁺⁾ 22.00 «Фетисов» ⁽¹²⁺⁾ 22.50 Х/ф «Сицилианская	защита» ⁽¹²⁺⁾ 00.40 Х/ф «Свет в конце тоннеля» ⁽¹²⁺⁾ 02.10 Х/ф «Ключи от рая» ⁽¹²⁺⁾ 05.00 Д/с «Артиллерия Второй Мировой войны» ⁽¹⁶⁺⁾
--	--	---

07.00 , 09.00 Новости ⁽¹⁶⁺⁾ 07.05 , 12.30, 00.00 «Все на «Матч!»» ⁽¹²⁺⁾ 09.05 Смешанные едино- борства. UFC. Пётр Ян против Мераба Два- лишвили ⁽¹⁶⁺⁾ 10.00 Смешанные едино- борства. UFC. Мовсар	Евлоев против Лерона Мерфи ⁽¹⁶⁺⁾ 10.55 Падел. Междунаро- дный турнир «Москва- 2026». Женщины ⁽¹²⁺⁾ 13.00 Бокс. Чемпионат России. Женщины ⁽¹⁶⁺⁾ 14.30 Спортивная гим- настика. Чемпионат	мира» ⁽¹²⁺⁾ 19.00 Смешанные едино- борства. UFC. Алек- сандр Волкановски против Мовсара Евло- ева. Пётр Ян против Мераба Двалишви- ли ⁽¹⁶⁺⁾ 01.00 «Формула-1» ⁽¹²⁺⁾
--	---	---

07.15 , 18.00 «Человек на своём месте» ⁽¹²⁺⁾ 07.45 , 17.00 «За здоро- вье» ⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 «Итоги на «Своём» ⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 , 15.50 «Календарь» ⁽¹²⁺⁾ 09.25 Х/ф «В моей смерти прошу винить Клаву К.» ⁽¹²⁺⁾ 10.40 Х/ф «Клетка для ка- нареек» ⁽¹⁶⁺⁾	11.50 , 12.05 Х/ф «Сдаётся дом со всеми неудоб- ствами» ⁽¹²⁺⁾ 12.00 , 15.00, 19.00 Ново- сти ⁽¹⁶⁺⁾ 13.25 «Преодоление» ⁽¹⁶⁺⁾ 14.05 , 05.05 «Большая страна» ⁽¹²⁺⁾ 15.05 «Специальный ре- портаж» ⁽¹²⁺⁾ 15.20 , 03.30 «Песня оста- ётся с человеком» ⁽¹²⁺⁾	15.35 «Отчий дом» ⁽¹²⁺⁾ 16.15 «Очевидно. Вероят- но» ⁽¹²⁺⁾ 17.45 «Око государево» ⁽¹⁶⁺⁾ 18.30 «Я не местная» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.15 «Очень личное» ⁽¹⁶⁺⁾ 19.55 «Вспомнить всё» ⁽¹⁶⁺⁾ 20.20 Х/ф «Тесты для на- стоящих мужчин» ⁽¹⁶⁺⁾ 21.30 Х/ф «Работа без ав- торства» ⁽¹⁶⁺⁾ 00.30 Х/ф «Семья Тоот» ⁽¹⁶⁺⁾
--	--	---

ВОСКРЕСЕНЬЕ25.10

7 ПЕРВЫЙ	06.55 «Часовой»⁽¹²⁺⁾ 07.25 «Здоровье»⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма»⁽⁰⁺⁾ 09.10 «Непутёвые замет- ки»⁽¹²⁺⁾ 09.30 «Мечталлион»⁽¹²⁺⁾ 10.00, 12.00, 18.00 Ново-	сти⁽¹⁶⁺⁾ 10.15 «Жизнь других»⁽¹²⁺⁾ 11.10 «Повара на колё- сах»⁽¹²⁺⁾ 12.15 «Будем жить!»⁽¹⁶⁺⁾ 13.10 «Видели видео?»⁽⁰⁺⁾ 14.20 «Сила ароматов.	Долины»⁽¹²⁺⁾ 15.15 «Горячий лёд»⁽⁰⁺⁾ 16.45 «MONEYпуляторы»⁽¹⁶⁺⁾ 19.00 «Точь-в-точь»⁽¹⁶⁺⁾ 21.00 «Время»⁽¹⁶⁺⁾ 23.00 «Большая игра»⁽¹⁶⁺⁾ 00.10 «Подкаст. Лаб»⁽¹⁶⁺⁾
1 РОССИЯ-1	06.00 Х/ф «Я подарю тебе любовь»⁽¹²⁺⁾ 08.00 «Местное время. Воскресенье»⁽¹⁶⁺⁾ 08.35 «Когда все дома»⁽⁰⁺⁾ 09.25 «Утренняя почта с Ни- колаем Басковым»⁽¹²⁺⁾ 10.10 «Сто к одному»⁽⁰⁺⁾	11.00, 14.00, 17.00 «Вести»⁽¹⁶⁺⁾ 11.30, 01.40 «Рассказы из русской истории»⁽¹²⁺⁾ 12.55 «Судьба человека»⁽¹²⁺⁾ 14.30 «Вести»⁽¹⁶⁺⁾ 15.00 «Весёлые ребята»⁽¹⁶⁺⁾	17.50 «Песни от всей души»⁽¹²⁺⁾ 20.00 «Вести недели»⁽¹⁶⁺⁾ 22.00 «Киселёв»⁽¹²⁺⁾ 22.30 «Москва. Кремль. Путин»⁽¹²⁺⁾ 23.00 «Воскресный вечер»⁽¹⁶⁺⁾
К РОССИЯ-К	06.30, 02.25 Мультфиль- мы»⁽⁶⁺⁾ 07.50 Х/ф «И жизнь, и слёзы, и любовь»⁽¹⁶⁺⁾ 09.30, 00.35 «Диалоги о животных»⁽¹²⁺⁾ 10.15 «Больше, чем любовь»⁽¹²⁺⁾ 10.55 Х/ф «Корона Россий- ской империи, или Снова неуловимые»⁽¹⁶⁺⁾	13.10 «Неизвестные марш- руты России»⁽¹²⁺⁾ 13.55 «Невский ковчег. Теория невозможно- го»⁽¹²⁺⁾ 14.25 Д/ф «Евгений Шварц. Сказочник, который выжил»⁽¹²⁺⁾ 15.10 Х/ф «Золушка»⁽¹⁶⁺⁾ 16.30 «Картина мира»⁽¹²⁺⁾ 17.15 «Пешком...»⁽¹²⁺⁾	17.45 100 лет со дня рож- дения Галины Виш- невской⁽¹²⁺⁾ 18.35 «Линия жизни»⁽¹²⁺⁾ 19.30 Новости культуры⁽¹²⁺⁾ 20.25 Х/ф «Руфь»⁽¹⁶⁺⁾ 21.50 Опера «Царская не- веста»⁽¹²⁺⁾ 01.20 «Искатели»⁽¹²⁺⁾ 02.05 Д/с «Первые в мире»⁽¹²⁺⁾
НТВ	06.35 «Центральное теле- видение»⁽¹⁶⁺⁾ 08.00, 10.00, 16.00 «Сегод- ня»⁽¹⁶⁺⁾ 08.20 «У нас выигрыва- ют!»⁽¹²⁺⁾ 10.20 «Цифровые рассле- дования»⁽¹⁶⁺⁾ 11.00 «Чудо техники»⁽¹²⁺⁾	12.00 «Дачный ответ»⁽⁰⁺⁾ 13.00 «НашПотребНад- зор»⁽¹⁶⁺⁾ 14.00 «Однажды...»⁽¹⁶⁺⁾ 15.00 «Своя игра»⁽⁰⁺⁾ 16.20 «Человек в праве»⁽¹⁶⁺⁾ 17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования»⁽¹⁶⁺⁾ 18.00 «Новые русские сен-	сации»⁽¹⁶⁺⁾ 19.00 «Итоги недели с Вла- димиром Черныше- вым»⁽¹²⁺⁾ 20.20 «Ты супер! 10 лет спустя»⁽⁶⁺⁾ 23.00 «Звёзды сошлись»⁽¹⁶⁺⁾ 00.35 «Основано на реаль- ных событиях»⁽¹⁶⁺⁾
5 ПЯТЫЙ	05.00, 09.30 Т/с «Илья Муровец»⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 «Фирменный	рецепт»⁽¹²⁺⁾ 09.30 Т/с «Илья Муровец»⁽¹⁶⁺⁾	10.05 Т/с «Стражи Отчиз- ны-4»⁽¹⁶⁺⁾ 00.45 Т/с «Моя девочка»⁽¹⁶⁺⁾
СТС СТС	05.00 «Как прогулять школу с пользой»⁽¹²⁺⁾ 06.45 М/ф «Последний дракон»⁽⁶⁺⁾ 08.25 «Две стороны одной страны»⁽¹⁶⁺⁾ 09.30 «Мне туда надо»⁽¹⁶⁺⁾ 10.30 «Бери и делай»⁽¹⁶⁺⁾	11.00 М/ф «Алёша Попович и Тугарин Змей»⁽¹²⁺⁾ 12.40 М/ф «Добрыня Ни- китич и Змей Горы- ныч»⁽⁶⁺⁾ 14.00 М/ф «Илья Муромец и Соловей-разбой- ник»⁽⁶⁺⁾	15.45 «Суперниндзя. Фи- налисты»⁽¹⁶⁺⁾ 17.00, 01.40 Шоу «Супер- ниндзя»⁽¹⁶⁺⁾ 21.00 «Форт. Возвращение легенды»⁽¹⁶⁺⁾ 04.40 «100 мест, где поестъ»⁽¹⁶⁺⁾
ДОМАШНИЙ	06.30 Т/с «Сколько стоит совесть?»⁽¹⁶⁺⁾ 08.45 «Метод Рогова»⁽¹⁶⁺⁾ 10.00 «Пять ужинов»⁽¹⁶⁺⁾	10.15 Т/с «Внучка до вос- требования»⁽¹⁶⁺⁾ 14.40 Т/с «Жизнь в её руках»⁽¹⁶⁺⁾ 19.00 Т/с «Мамино сча- стье»⁽¹⁶⁺⁾	23.15 «Твой Домашний доктор»⁽¹⁶⁺⁾ 23.30 Т/с «Отпуск по соб- ственному желанию»⁽¹⁶⁺⁾ 06.20 «6 кадров»⁽¹⁶⁺⁾
РЕН-ТВ	05.00 «Самые шокирую- щие гипотезы»⁽¹⁶⁺⁾ 06.00 «С бодрым утром!»⁽¹⁶⁺⁾ 08.30, 12.30 Новости⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 «Самая народная программа»⁽¹⁶⁺⁾ 10.00 «Знаете ли вы, что?»	⁽¹⁶⁺⁾ 11.00 «Наука и техника»⁽¹⁶⁺⁾ 12.00 «112»⁽¹⁶⁺⁾ 13.00 «Неизвестная исто- рия»⁽¹⁶⁺⁾ 14.00 «Легенды и мифы»⁽¹⁶⁺⁾	15.00 Т/с «Спецы»⁽¹⁶⁺⁾ 23.00 «Итоговая програм- ма с Петром Марчен- ко»⁽¹⁶⁺⁾ 23.55 «Великие тайны. Мо- розов»⁽¹⁶⁺⁾ 01.30 «Самые шокирую- щие гипотезы»⁽¹⁶⁺⁾
ЗВЕЗДА	05.50 Т/с «Краповый берет»⁽¹⁶⁺⁾ 09.00 «Новости недели»⁽¹⁶⁺⁾ 09.25 «Служу России»⁽¹²⁺⁾ 09.55 «Военная приём- ка»⁽¹²⁺⁾ 10.40 «Мужики»⁽¹⁶⁺⁾ 11.10 «Ищу своих»⁽¹²⁺⁾	12.00 Д/с «Война миров»⁽¹⁶⁺⁾ 12.50 «Не факт!»⁽¹²⁺⁾ 13.20 Д/ф «Советские про- рывы: вдохновение для будущего»⁽¹⁶⁺⁾ 14.05 Т/с «Операция «Тайфун». Задания особой важности»⁽¹⁶⁺⁾	18.00 «Главное с Ольгой Беловой»⁽¹⁶⁺⁾ 19.40 Д/с «Легенды совет- ского сыска»⁽¹⁶⁺⁾ 23.05 Т/с «Узник замка Иф»⁽¹²⁺⁾ 03.05 Х/ф «Человек-амфи- бия»⁽¹²⁺⁾
МАТЧ! МАТЧ-ТВ	07.00, 09.00 Новости⁽¹⁶⁺⁾ 07.05, 12.30, 01.00 «Все на «Матч!»»⁽¹²⁺⁾ 09.05 Смешанные едино- борства. UFC. А. Вол- кановски против М. Евлоева. Пётр Ян против Мераба Два- лишвили⁽¹⁶⁺⁾	10.55 Падел. Междунаро- дный турнир «Москва- 2026». Женщины. Финал⁽¹²⁺⁾ 13.00 Бокс. Чемпионат России. Женщины⁽¹⁶⁺⁾ 15.00 Футбол. Альфа-Банк Российская Премьер- Лига. ЦСКА – «Спар-	так» (Москва)⁽⁰⁺⁾ 18.30 Спортивная гим- настика. Чемпионат мира⁽¹²⁺⁾ 20.00 «После футбола»⁽⁰⁺⁾ 22.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Барсело- на» – «Реал»⁽⁰⁺⁾ 02.15 Падел. Мужчины⁽⁶⁺⁾
ОТР СВОЁ ТВ	07.15 «А что там есть?»⁽¹⁶⁺⁾ 07.45, 17.00 «За здоро- вье»⁽¹⁶⁺⁾ 08.30 «Актуальное интер- вью»⁽¹²⁺⁾ 09.00, 16.00 «Календарь»⁽¹²⁺⁾ 09.30 «Всё по-взрослому»⁽¹²⁺⁾ 10.30 «На приёме у главно- го врача»⁽¹⁶⁺⁾ 11.25, 12.05 Х/ф «Забывая	мелодия для флейты»⁽¹⁶⁺⁾ 12.00, 15.00, 19.00 Ново- сти⁽¹⁶⁺⁾ 13.35 «Конструкторы бу- дущего. Послесло- вие»⁽¹²⁺⁾ 14.05 «Большая страна»⁽¹²⁺⁾ 15.05 «Моя история»⁽¹⁶⁺⁾ 16.30 «Свет и тени»⁽¹⁶⁺⁾ 17.45 «Дзержинского, 102»⁽¹⁶⁺⁾	18.00 «Итоги на «Своём»⁽¹⁶⁺⁾ 18.30 «Я не местная»⁽¹⁶⁺⁾ 19.15 «Клуб главных ре- дакторов»⁽¹⁶⁺⁾ 20.00 Х/ф «Русалка»⁽¹⁶⁺⁾ 21.40 «Огни большого города»⁽¹²⁺⁾ 23.00 Д/ф «Против ветра»⁽¹⁶⁺⁾ 00.20 Х/ф «Мальтийский сокол»⁽¹²⁺⁾

Дата в календаре.
Кухня, где считают
калории и улыбки /1



Ученики первого класса школы №16 довольны обедом.
/ фото: АНДРЕЙ МОРОЗ

Экспертиза, что строже
мишленовской

Угодить детям - задача со звёздочкой. Это самые честные критики: они не станут вежливо улыбаться, если невкусно, и не промолчат, если понравилось. Их оценка звучит просто, но ценится дороже любых наград. Особенно, когда слышишь: «Всё очень вкусно!» или «Если честно, я дома суп не очень-то люблю, а здесь — просто супер!»

После третьего урока младшеклассники первыми примчались на обед. С аппетитом съели всё до последней крошки, а на вопрос, понравилось ли, отвечали так искренне, что расспрашивать дальше было просто незачем.

Светлана Александровна признаётся, что каждый раз немного волнуется, когда ждёт оценки детей. Но пустые тарелки и улыбки на лицах говорят сами за себя.

Добрые слова в адрес работников пищеблока исходят и от родителей учеников. Дома ребята рассказывают о школе, в том числе, что было на обед, понравилось ли. А папы и мамы, в свою очередь, на родительских собраниях делятся друг с другом, просят классных руководителей передать благодарность поварам.

Хит меню
и наука о питании

Есть в перечне блюд школы №16 бесспорный фаворит. «Наше картофельное пюре с куриными биточками - просто успех. Всегда идёт на ура!», - рассказывает повар. И в этом нет никакой магии - только опыт и желание сделать так, чтобы было вкусно.

За внешней простотой скрывается серьёзная наука. Питание школьников - это не просто еда, а сбалансированное наполнение растущих организмов белками, жирами, углеводами, витаминами и многим другим. Поэтому для учеников 1–4 и 5–9 классов разработано 10-дневное меню, включающее первые

и вторые блюда, солёные, тушёные и свежие овощи, компоты из сухофруктов. Блюда одинаковые, разница лишь в порциях: например, плова для старшеклассников на тарелке на 30 граммов больше, а энергоценность обеда - на 7 килокалорий выше (712 против 705). Такой подход позволяет учитывать потребности растущего организма и обеспечивать детей именно тем, что им нужно.

В день визита «ПНЖ» на столах у ребят были суп картофельный с клёцками, плов из цыплят, хлеб пшеничный и ржаной - на выбор, чай с сахаром. Просто, сытно, по-домашнему и, главное, вкусно.

Награда за труд

Когда школьники, основательно подкрепившись, расходятся по классам грызть гранит науки, работа в пищеблоке не заканчивается. Светлане Александровне и Татьяне Васильевне предстоит помыть посуду, навести порядок, подготовиться к завтрашнему дню. В 7:30 печи снова будут запущены, и начнётся новый цикл: нарезка, варка, тушение, запекание - всё, чтобы к обеду на столах появились горячие, ароматные, любимые детьми блюда.

Быть школьным поваром - значит не только владеть профессиональной техникой и знать рецепты. Нужно уметь чувствовать, угадывать, заботиться и приготовить так, чтобы пищу, которую ребёнок не любит дома, он с удовольствием уплетал бы в школьной столовой. А ещё должна быть уверенность, что приготовленная тобою еда даёт силы учиться и расти.

Профессия требует терпения и выносливости - это тяжёлый физический труд: ранние подъёмы, долгие часы на ногах, жар от плит. Но самое важное в ней - любовь к своему делу и детям. Именно она превращает обычную готовку в заботу. Когда повар вкладывает в блюда частичку тепла, это чувствуется: дети охотнее едят, а в столовой царит уютная, почти домашняя атмосфера.



Важно! Традиционные ценности как основа безопасности

На днях Центральная библиотека и её филиал №1 организовали мероприятие в формате круглого стола под названием «Религиозный экстремизм: угрозы и вызовы современности».

Животрепещущие темы обсуждали представители духовенства: благочинный Зеленокумского округа, настоятель Петропавловского храма протоиерей Роман Квитченко, имам-хатыб г.Зеленокумска, куратор религиозных объединений Кировского, Курского и Советского муниципальных округов Расул Шавкиев, а также начальник подразделения по делам несовершеннолетних Наталья Епифанцева, помощник следователя Советского межрайонного следственного отдела Екатерина Тарасенко, младший научный сотрудник Зеленокумского краеведческого музея Екатерина Шишгутова, директор Молодёжного центра Советского района Алина Морозова, специалист по работе с молодёжью Евгения Лаптева и учащиеся городских школ.

Тема встречи подчеркнула острую необходимость консолидации усилий общества и государства перед лицом глобальных вызовов. Представители духовенства выступили с совместным заявлением о недопустимости использования религии как инструмента политической борьбы и насилия. В своих речах они акцентировали внимание на истинных мирных ценностях традиционных конфессий и важности духовного воспитания молодёжи.

Представители правоохранительных органов рассказали, как на ранней стадии выявить детей и подростков, попавших под влияние деструктивных сообществ. Затем собравшиеся ознакомились со статистическими данными по данному направлению и посмотрели социальный короткометражный фильм «Расходник» (2026 год) - проект, созданный, для того, чтобы помочь подросткам осознать риски вовлечения

в преступную деятельность и научиться противостоять манипуляциям.

Сотрудник следственного комитета разъяснила правовые последствия участия в экстремистской деятельности, привела примеры из практики и особое внимание уделила методам вербовки в сети «Интернет».

Наглядным пособием послужила демонстрация десятой части документального фильма «Терроризм. За кадром», посвящённого проблеме вовлечения молодёжи в террористическую деятельность. Картина раскрывает механизмы вербовки, с помощью которых радикальные группы привлекают подростков и молодых людей. В фильме приводятся конкретные примеры: по данным на 2025 год, более четверти терактов в России совершила молодёжь, завербованная через социальные сети и Интернет.

Сотрудник музея представила исторический экскурс, предложила использовать выставочные экспозиции как инструмент формирования толерантности и критического мышления у подрастающего поколения.

Представители Молодёжного центра поделились опытом организации альтернативного досуга для юных земляков, провели по теме круглого стола опрос учащихся городских школ, присутствующих на мероприятии.

Участники встречи пришли к единому мнению, что эффективное противодействие экстремизму возможно только при условии тесного сотрудничества школы, семьи, духовенства и правоохранителей.

Была выработана стратегия дальнейшего взаимодействия, включающая проведение совместных мероприятий, пропагандирующих традиционные ценности и мирное сосуществование. Только совместными усилиями мы сможем сохранить мир и согласие в нашем обществе!

Жанна Серикова,
методист Центральной
библиотеки Советского района

ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ:

крыши, отмостки, ворота, заборы, навесы, пристройки, сайдинг, замена шифера, фундамент, утепление, плитка, гипсокартон, дома под ключ и многое другое.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ.
Имеется весь строительный материал.
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА.

Тел. 8-951-498-49-99

ИНН 614110280270

Реклама / 479-2



Строительная бригада.
ВСЕ ВИДЫ
СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ.
ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА.
Тел. 8-918-512-69-86

Реклама / 487-1

► «Панорама нашей жизни» принимает объявления и поздравления для размещения в газете и социальных сетях. Тел.: 8(86552)6-10-46, 6-10-47

Реклама

Хлебный алфавит

Гля, какие! Второклассники пекли душистые булочки, батоны, пироги

16 октября ученики 2«Б» класса городской школы №1 вместе с классным руководителем Натальей Викторовной Дерябиной устроили в честь Дня хлеба настоящий праздник, наполненный интересными открытиями, творчеством и ароматом свежей выпечки!

Накануне у себя на кухне ученики вместе с родителями приготовили разнообразные угощения: булочки, пирожки, печенье, слойки и другие вкусности. Каждый принёс что-то особенное, чтобы поделиться с одноклассниками. А Ульяна Зеленская вместе с папой испекла батоны с кунжутом в форме аббревиатуры своего класса - 2«Б». Эта оригинальная выпечка стала символом дружбы и сплочённости наших второклашек.

В беседе с ребятами Наталья Викторовна рассказала им, что хлеб - это символ труда, добра и благополучия. Школьники узнали о его значении в жизни человека, о том, что он бывает белым и чёрным, пшеничным и ржаным, круглым и прямоугольным. А ещё - булочками, ватрушками, рожками, пышками и другой разнообразной сдобой.

Проследили его долгий путь от маленького зёрнышка до ароматной булки и согласились, что этот продукт занимает особое место на столе, ведь за каждым из них стоит труд многих людей.

Второклассники познакомились с профессиями людей, которые работают ради того, чтобы у нас был хлеб: агронома, тракторис-



Ульяна Зеленская. /фото: ПРЕДОСТАВЛЕНО АВТОРОМ

та, комбайнёра, мельника, пекаря. С гордостью говорили и о родном Ставрополе - богатом плодородными землями, бескрайними пшеничными полями, золотистыми колосьями и великими тружениками.

Не обошлось и без творчества! Школьники подготовили интересные поделки и собрали корзину с хлебом, а также смастерили из бумаги фигурку пекаря. Работы помогли им проявить фантазию и ещё больше заинтересоваться этой темой.

Особое внимание уделили бережному отношению к хлебобулочным изделиям: вспомнили, как важно брать столько, сколько сможешь съесть, правильно их хранить.

Праздник получился познавательным и вкусным. Он подарил детям новые знания, радость совместного творчества и понимание того, как важно ценить хлеб и уважать труд земледельцев.

Анастасия Мокан, родительница
2«Б» класса СОШ №1
г.Зеленокумска

Погода

По информации из открытых источников

☁ **21 октября** пасмурно, ветер переменных направлений, днём юго-восточный до 1,5 м/с, вечером ожидается местами сильный дождь. Температура ночью +13°...+14°, днём

+20°...+21°. Атмосферное давление приближено к норме.

☁ **22 октября** кратковременные осадки, ветер восточный 3-4 м/с. Температура ночью

+12°...+13°, днём +18°...+19°. Атмосферное давление незначительно понизится.

☁ **23 октября** ночью ожидается сильный дождь, утром -

слабый, днём преимущественно облачно, ветер восточный 2-4 м/с. Температура ночью +12°...+13°, днём +16°...+17°. Атмосферное давление останется прежним.

Учредитель и издатель:
ГАУ СК «Издательский дом
«Периодика Ставрополя».
Индекс издания: ПР 416.
Периодичность: выходит
по вторникам и пятницам.
Тираж: 2960 экз.

Газета зарегистрирована Управлением
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий и
массовых коммуникаций по Северо-Кав-
казскому федеральному округу. Реестро-
вая запись о регистрации СМИ: ПИ № ТУ
26-00777 от 28 ноября 2023 года.

Врио главного редактора
Л.А.КОЗЛОВЦЕВА
Адрес редакции: 357910,
Ставропольский край,
Советский муниципаль-
ный округ, г.Зеленокумск,
ул.Мельничная, 38.

Контакты редакции:
6-10-46 - гл. редактор;
6-10-51 - тех. редактор;
6-10-47 - отд. рекламы;
6-10-34 - журналисты.
Электронная почта:
panoramang@yandex.ru

Ответственность за содержа-
ние и достоверность сведе-
ний в газетных материалах и
рекламных объявлениях несут
авторы. Их точка зрения не-
обязательно отражает позицию
редакции.

Все газеты края:

