

ФОЯ Версия



www.kuzstu-nf.ru

март, 2013, № 30

**АДМИНИСТРАЦИЯ ФИЛИАЛА И
ПРОФЕССОРСКО-
ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКИЙ СОСТАВ
ПОЗДРАВЛЯЮТ ЗАБНЕВУ ЭЛЬВИРУ
ИВАНОВНУ С УСПЕШНОЙ
ЗАЩИТОЙ КАНДИДАТСКОЙ
ДИССЕРТАЦИИ!**



8
Марта
*Март трает,
На сосульках тени,
Небо зонт раскрыло голубой,
С Женским днем Вас -
Ласковым и звонким,
С добрым счастьем,
Радостью, весной!!!*

Читайте в номере:

- Студенческий дневничок (стр. 2)
Весна и витамины (стр. 4)
Путешествие в весну (стр. 5)
Миф о вековечной бедности простого русского народа (стр. 7)

и другое...

**ООО «Полиграфист»
г. Новокузнецк,
ул. Орджоникидзе, 11,**

**тел./факс (3843) 45-49-28,
тел.: 74-30-62, 74-11-61**

Изготовление

- Газет формата А3, А2 (до 16 полос)
- Полнотонные журналы
- Буклеты
- Листовки
- Афиши и плакаты (до формата А2)
- Книги в твердом и мягком переплете
- Переплетные работы

ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПРАЗДНИКА 8 МАРТА

Итак, давайте разберемся, где корни этого замечательно праздника Международного женского дня или как его еще в народе называют - «женский день». Самая популярная версия возникновения данного праздника связана с забастовкой текстильщиц или как ее еще тогда называли «марш пустых кастрюль». Этот марш якобы был проведен 8 марта 1857 года работницами текстильной промышленности в Нью-Йорке. Они протестовали против невероятно тяжелых условий труда и мизерной зарплаты. Женщины требовали улучшения условий работы, сокращения рабочего дня и равную зарплату с мужчинами. В те времена женщины могли работать по 16 часов в сутки, при этом получая копейки за свою работу. Однако некоторые специалисты опровергают данный факт, утверждая что он не имел места в истории, а такая легенда была выдумана в 1955 году для отделения традиции праздника от

идеологии коммунизма. Это имело огромную важность для западных борцов за права женщин.

Теперь давайте пройдемся по истории и узнаем как же обстояли дела с 8 марта. Женщины о своих правах начали всерьез задумываться и требовать их вначале 20-го века. Началось все с 1908 года (8 марта) в США. В этот день Нью-Йоркская социал-демократическая женская организация призвала женщин провести митинг, на котором они требовали равных прав с мужчинами. В митинге участвовало более 15 тыс женщин. Они требовали сократить им рабочий день и зарплату на ровне с мужчинами. Кроме всего прочего, женщины требовали предоставить им избирательное право, в те годы они его не имели.

В результате этих событий в 1909 году Социалистическая партия США объявила национальный женский день. Его аж до 1913 года

отмечали в последнее воскресенье февраля. В 1910 году женская делегация из США прибыла в Копенгаген, где проходила Вторая Международная Конференция женщин-социалисток и там они встретились с Кларой Цеткин. На этой конференции, Клара Цеткин, в рамках 8-го конгресса Второго Интернационала, предложила сделать международный женский день. По ее задумке, в этот день женщины будут устраивать шествия и митинги, чтобы привлечь общество к своим проблемам. В честь «марша пустых кастрюль» была предложена дата 8 марта. Однако, поначалу с датой была неразбериха и разные страны праздновали этот праздник в разное время, но уже в 1914 году дату 8 марта уже окончательно зафиксировали. В России история Международного женского дня начинается с 1913 года, когда впервые женщины России отмечали 8-е марта. Этот праздник в истории России оставил

значительный след, связано это с тем, что в 1917 года 23 февраля или по новому стилю 8 марта текстильщицы Выборгского района в Петрограде объявили забастовку по поводу женского дня. Это событие привело к нарастанию массовых беспорядков и к последующим событиям Февральской революции.

По этой причине в 1921 году по решению 2-й Коммунистической женской конференции было принято решение 8 марта праздновать Международный женский день. А в 1966 года, в соответствии с Указом Президиума Верховного Совета СССР от 8 мая 1965 года, Международный женский день стал нерабочим днем и праздником.

Со временем в СССР праздник 8 марта утратил свою политическую окраску, а причины его появления были забыты. 8 марта стало «днем всех женщин», приобретя современные черты.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?

ГОРОДИЩЕ МАЯК

Клуб «Краевед» продолжает знакомить читателей «Своей версии» с памятными местами г. Новокузнецка.

Второй по значению и возрасту памятник Кузнецка – это городище Маяк, открытый в 1934г. и описанный покойным краеведом К.А. Евреиновым. Он собрал подъемный материал, составил глазомерный план памятника. Собранный раскопками материал свидетельствует о том, что прогрессивное развитие племен Кузбасса не остановилось на неолитическом этапе, на уровне техники каменного века.

Городище Маяк расположено на том же крутом берегу реки Иванцевки, выше в 300 метрах от Кузнецкого неолитического могильника.

Начатое в 1950 году историческим факультетом Сталинского педагогического института и продолженное Сталинским городским краеведческим музеем исследование этого памятника, явилось важным этапом археологических работ в Кузбассе.

Самую раннюю группу вещей, найденных на городище, составляют предметы эпохи бронзы, которая датируется XI-VIII вв. до н.э. В этот период жило в Кузбассе население, умевшее добывать цветные металлы из руды, плавить их в специальных тиглях и отливать разнообразные предметы из бронзы. Об этом свидетельствуют две складные литейные формы для отливки наконечников стрел, вырезанные на камне. Обитатели городища отливали бронзовые ножи, шилья. На городище найдены разнообразные отходы



производства бронзовых изделий.

В то время древние племена умели изготавливать оригинальные кельты-топоры, клевцы, кинжалы, об этом мы можем судить по изделиям из случайных находок, хранящихся в коллекциях Новокузнецкого городского краеведческого музея.

Совершенно ясно, что эпоха медно-бронзового века начинается на территории Кемеровской области в очень отдаленное время, не позже конца первой половины второго тысячелетия до н.э.

Первобытные племена Южного Кузбасса продолжали изготавливать оружие

и орудия труда из кремня и камня. Обнаружены пять кремневых наконечников стрел, другие изделия и многочисленные отщепы, осколки кремня. В эту эпоху обитатели края занимались скотоводством, охотой, рыболовством.

Обитателями городища были скотоводы пастушеского типа. Им были известны все виды современных домашних животных: коровы, овцы, лошади, верблюды, собаки. Здесь уже существовала нынешняя кузнецкая лесостепь. На территории городища

обнаружено 5 наземных жилищ, из которых одно было разрушено. Жители городища варили пищу в глиняной посуде, пользовались костяными ложками.

Таким образом, можно с полной уверенностью констатировать, что Кузбасс принадлежит к районам, мало изученным в археологическом отношении. Клубу предстоит еще немалая работа для того, чтобы не только прикоснуться к истории памятных мест города (Новокузнецка) Сталинска, но и изучить её, знакомясь с различными источниками.

КУЗНЕЦКИЕ МЕТАЛЛУРГИ – ЛАУРЕАТЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРЕМИИ СССР

Клуб «Краевед» продолжает знакомить наших читателей с металлургами, ставшими лауреатами Государственной премии Советского Союза. Сегодня наш рассказ о Степаненко Л.И.

Степаненко Леонид Иванович родился в 1910 году в селе Кундравах Миасского района Челябинской области в бедной семье сельского учителя. В 1925 году он поступил в школу. Где учился до 1928 года, во время учебы получил специальность тракториста.

С 1928 года Леонид Иванович работал трактористом в сельскохозяйской коммуне в своем селе. После окончания рабфака в городе Златоусте в 1931 году поступил в Сибирский металлургический институт, получил специальность инженера прокатчика. В 1936 году пришел работать на КМК сразу после окончания института. В 1938 году

вступил в ряды ВКП(б). До 1942 года работал в цехе комбината. С конца 1942 до 1947 года был на выборных должностях. В 1951 году вернулся на Кузнецкий металлургический комбинат, его назначили начальником прокатной лаборатории. В 1956 году Леонида Ивановича назначили начальником учебно-курсового комбината.

В 1949 году за коренные усовершенствования управления производством технологии на КМК, о б е с п e ч i в ш i e в y с o k u ю производительность и экономную работу, Леонид Иванович удостоен звания лауреата Государственной премии СССР.

**Статьи подготовила
член клуба «Краевед»,
ст. гр. МУб-121
Латина И.**

в интернет, сладкий дневной сон с последующим обязательным застольем. Прикольная вещь – праздники.

8 января. Осознание того, что завтра экзамен, ленивые звонки одногруппников с вопросом, во сколько завтра приходит. Уже завтра! Хождение по дому с умным видом и в смятённом состоянии духа. Получение сочувствия от Мамы, вместе с порцией салата «Оливье». Вечер. Принятие лекций в первом чтении. Крепкая нездоровая бессонница.

9 января. Жуткое ожидание преподавателя. Ленивая расфасовка шпаргалок по карманам. Вот это повезло! Случайно удалось сдать всё, причём совсем неплохо. Поездка домой в полном беспамятстве. Внезапный, но такой привычный дневной сон. Обещание в следующем году непременно начать готовиться к экзаменам пораньше, хотя бы 6 января.

ЗАПОЗДАЛЬЕ ЯНВАРИЗМЫ

Если ты ищешь работу, загляни в расписание.

Если под ёлкой ты готовишься к экзаменам, в прошлом семестре стипендии у тебя не было.

Если ты не знаешь, что тебе съесть в Новый год, значит, ты заснул в сугробе.

Если ты знаешь, что тебе съесть в Новый год, значит, мама ещё не знает, как ты сдал зачёты и курсовики.

Если ты видел расписание экзаменов и удивился, значит, ты был не на всех парах и некоторые предметы прошли мимо тебя. Не огорчайся –

военкомат про тебя не забыл.

Если ты видел расписание экзаменов и огорчился, в Новогоднюю неделю ты планировал другие мероприятия.

Если ты видел расписание экзаменов и не потерял дар речи, можешь ничего не бояться.

Если ты не знаешь, что загадать под бой Курантов, загадывай красный диплом. Это вещь.

**Статьи подготовила
Янкина М. А.**

К сожалению, материалы М. А. Янкиной не были опубликованы в январско-февральском номере «Своей версии», они поступили в редакцию, когда макет номера был уже сформирован. Но без них нашей газете не хватает остроты, проникновения в умы и души её читателей. Поэтому подборку статей мы публикуем уже в весеннем номере.

Коллектив редакции газеты

СТУДЕНЧЕСКИЙ ДНЕВНИЧОК. ДЕКАБРИК

Впечатление, что декабрь – один из самых коротких месяцев в году. Почему он пролетает так стремительно – загадка. Не успеет начаться – уже завершается. Ёлки продают с самого ноября, но это не утешает. Близится Новый год, вместе с ним сессия. Приятный праздник и не самая приятная процедура.

Ностальгия по школе сильнейшая. Ученики написали все контрольные. А нам ещё не все задания выдали. Все уже знают свои оценки за четверть. Мы за свои до сих пор волнуемся. Школьники катаются с горок. Мы сидим дома над методичками. Они снеговиков строят. Мы строим графики. Они играют в снежки. Наш восстановленец, похоже, уже доигрался. Они смотрят мульти фильмы. Мы рассматриваем лекции отличников. Не так уж весела студенческая жизнь.

СТУДЕНЧЕСКИЙ ДНЕВНИЧОК. ЯНУАР

Практически ягуар. Потому что внезапен. Полмесяца находишься в полуспящем режиме, полмесяца – в состоянии ЧП. Так неохота ничего делать. Особенно в Новый год. Праздник же. Святое. И никуда от него не деться. Да и не хочется. Семья вся в сборе. Подарки дарят. Ещё бы пореже про учёбу спрашивали. А то всех почему-то волнует, когда у меня экзамены. И, что самое печальное, меня это тоже начинает волновать. Ничто так не отправляет отдох.

По телевизору вроде тоже ничего интересного не идёт. Но на фоне глобальной подготовки к экзаменам даже самые заурядные передачи начинают казаться занимательными. Лишь бы тетрадки не читать. Опять же порядки повсюду так и тянет навести. О том, что экзамен будет завтра и пора готовиться, догадываешься поздно

вечером. И полночи не спишь, потому что боишься проспать тот миг, когда надо встать пораньше и дочитать кое-что полезное, не вместившееся в голову вчера. Ох уж эта сессия.

1 января. Час ночи. Ужин. После получасового безуспешного запуска затейливого китайского фейерверка никто сильно не расстроился, потому что все побыли на свежем воздухе. Два часа ночи. Ужин. Для успокоения после фейерверка. Полчасовой поход на ёлку, находящуюся в двух минутах ходьбы. После двадцати минут разглядывания ёлочки и поиска десяти отличий от прошлогодней была внезапно обнаружена горка. Несколько атак на ледяные ступени не увенчались успехами. Поэтому попытки взобраться на это чудо инженерной мысли были оставлены и возобновлены только после

**ДАТЫ. ЮБИЛЕИ. СОБЫТИЯ.
30 МАРТА
400 ЛЕТ ЛЕГЕНДАРНОМУ ПОДВИГУ
КОСТРОМСКОГО КРЕСТЬЯНИНА
ИВАНА СУСАНИНА**

ИСТОРИЯ ПОДВИГА

О жизни Ивана Осиповича Сусанина неизвестно в точности почти ничего. Сусанин был крепостным дворян Шестовых, проживавшим в селе Домнино, центре довольно крупной вотчины (примерно в 70 верстах к северу от Костромы). Согласно преданиям, родом Сусанин был из находившейся неподалёку от Домнина деревни Деревенъки. Протоиерей А. Д. Домининский, ссылаясь на бытовавшие в Домнине предания, первым указал, что Сусанин был не простым крестьянином, а вотчинным старостой. Позже некоторые авторы стали именовать Сусанина приказчиком (посельским), управляющим домининской вотчиной Шестовых и живущим в Домнине при боярском дворе. Поскольку о его жене ни в документах, ни в преданиях никак не упоминается, а его дочь Антонида была замужем и имела детей, можно полагать, что он был вдовцом в зрелом возрасте.

Согласно легенде (не подтвержденной научными изысканиями), поздней зимой 1613 года уже наречённый Земским собором царь Михаил Романов и его мать, инокиня Марфа, жили в своей костромской вотчине, в селе Домнино. Зная об этом, польско-литовский отряд пытался отыскать дорогу к селу, чтобы захватить юного Романова. Недалеко от Домнина они встретили вотчинного старосту Ивана Сусанина и приказали показать дорогу. Сусанин согласился, но повел их в противоположную сторону, к селу Исупову, а в Домнино послал своего зятя Богдана Сабинина с известием о грозящей опасности. За отказ указать верный путь Сусанин был подвергнут жестоким пыткам, но не выдал места убежища царя и был изрублен поляками

«в мелкие куски» на Исуповском (Чистом) болоте или в самом Исупове. Михаил Фёдорович и инокиня Марфа нашли спасение в Костромском Ипатьевском монастыре.

Доказательством реальности подвига Ивана Сусанина считается царская грамота от 30 ноября 1619 года о даровании зятю Сусанина Богдану Сабинину половины деревни с «обелением» от всех податей и повинностей «за службу к нам и за кровь, из терпения...»:

... Как мы, великий государь, царь и великий князь Михаил Фёдорович всея Руси, в прошлом году были на Костроме, и в те годы приходили в Костромской уезд польские и литовские люди, а тестя его, Богдана, Ивана Сусанина литовские люди изымали, и его пытали великими немерными муками, а пытали у него, где в те поры мы, великий государь, царь и великий князь Михаил Фёдорович всея Руси были, и он, Иван, ведая про нас, великого государя, где мы в те поры были, терпя от тех польских и литовских людей немерные пытки, про нас, великого государя, тем польским и литовским людям, где мы в те поры были, не сказал, и польские и литовские люди замучили его до смерти...

Жалованная грамота царя Михаила Фёдоровича

наследникам Ивана Сусанина 30 ноября 1619 года.

Последующие жалованые и подтверждительные грамоты 1641, 1691 и 1837 гг., данные потомкам Сусанина, только повторяют слова грамоты 1619 года. В летописях, хрониках и других письменных источниках XVII века почти ничего не говорилось о Сусанине, но предания о нём существовали и передавались из рода в род.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

- По сообщениям прессы, в 2003 году в некрополе села Исупово были обнаружены останки, предположительно принадлежащие Ивану Сусанину. Однако профессиональные историки оспаривают подлинность находки.

- С подвигом Ивана Сусанина сравнивался поступок ремесленника Осипа Комиссарова, спасшего в 1866 году от покушения императора Александра II. Родное село Комиссарова, Молвитино (ныне пос. Сусанино), находится всего в 12 верстах от села Домнино – родины Сусанина.

- В музее подвига И. Сусанина находится экспозиция «Они повторили подвиг Сусанина», рассказывающая о 58 «последователях»

И. Сусанина. В советское время вышла книга, описывающая их подвиги. Самый знаменитый из них Матвей Кузьмин, за свой подвиг был удостоен звания Героя Советского Союза.

- Улица Сталина в Костроме (бывшая Лазаревская) была переименована в улицу Ивана Сусанина в 1952 году, ещё при жизни И. В. Сталина. Это было связано с наличием в центре города проспекта Сталина (бывшая Павловская улица, ныне проспект Мира).

**Статью подготовила
Коркина С. Г.
по материалам сайтов:
<http://ru.wikipedia.org/> ;
<http://zanimatika.narod.ru/>**

КНИЖНОЕ ОБОЗРЕНИЕ

Представляем новые книги, предназначенные для преподавателей и студентов специальности «Социально-культурный сервис и туризм»

Баранова, А. Ю. Теория развития экономических интересов объектов туризмологии [Текст] : моногр. / А. Ю. Баранова. – М. : ИНФРА-М, 2012. – 151 с.

Туризм является одной из крупнейших высокодоходных и наиболее динамичных отраслей экономики многих

развитых и развивающихся стран. Россия по-прежнему отстает в этом вопросе по уровню доходов, количеству въезжающих туристов, объему государственного финансирования и иностранного инвестирования. Количество разработанных федеральных целевых программ ситуацию не спасает.

В монографии автор рассматривает развитие туризма как науки и предлагает меры по улучшению развития отечественной турииндустрии с помощью интеграции организаций и

учреждений науки, образования и бизнеса в данной сфере.

Ветитнев, А. М. Управление рынком детского оздоровительного туризма [Текст] : моногр. / А. М. Ветитнев, Е. В. Оргина. – М. : ИНФРА-М, 2012. – 138 с.

Монография отражает результаты многолетних исследований авторов по проблеме управления рынком детского оздоровительного туризма.

Гукова, О. Н. Организация и планирование деятельности предприятий сервиса [Текст] : учеб. пособие / О. Н. Гукова. – М. : Форум, 2012. – 160 с.

Предлагаемое учебное пособие предназначено для реализации требований федеральных общеобразовательных стандартов высшего профессионального образования по направлению подготовки Бакалавр в области сервиса. Вопросы для самоконтроля, приведенные в конце каждой темы позволяют студентам использовать его при самостоятельной работе и подготовке к зачетам и экзаменам.

Левченко, Т. П. Управление инвестиционной привлекательностью в туристско-рекреационной сфере [Текст] : моногр. / Т. П. Левченко, В. А. Янушкин, А. А. Рябцев. – М. : ИНФРА-М, 2012. – 162 с.

В монографии рассмотрены теоретические и финансово-экономические основы инвестиционной привлекательности. Показаны основные подходы к оценке инвестиционной привлекательности рекреационных районов. Определены тенденции развития инвестиционной деятельности рекреационных районов Краснодарского края. Сформулирован концептуальный подход к формированию механизма управления инвестиционной привлекательностью, предложена и обоснована система показателей оценки инвестиционной привлекательности рекреационного района.

Саак, А. Э. Управление развитием туристского комплекса муниципального образования [Текст] : учеб. пособие / А. Э. Саак, Е. В. Жертовская. – М. : Курс : ИНФРА-М, 2012. – 304 с.

Рассматривается управление развитием туристского комплекса в системе муниципального образования с помощью современных технологий. Представлена сущность туристского комплекса муниципального образования, его структура, специфика функционирования и управления, подходы и методы для разработки методики управленческих решений. Освещены целевые программы развития туризма на муниципальном уровне.

Пособие включает большой графический и статистический материал, а также учебно-методическое обеспечение дисциплины.

Христофорова, И. В. Маркетинг в туристской индустрии [Текст] : учеб. пособие / И. В. Христофорова, Т. А. Себекина, Т. А. Журавлева ; под ред. И. В. Христофоровой. – М. : Академия, 2012. – 208 с.

Учебное пособие создано с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Туризм».

Описаны теоретические и практические аспекты маркетинга туристской индустрии. Определена структура и раскрыта специфика комплекса маркетинга-микс, подробно изложены особенности продвижения туристического продукта и основы формирования комплекса маркетинговых коммуникаций в индустрии туризма, отражены подходы к продвижению дестинаций – мест привлекающих туристов.

**ИМЕНИНИКИ
В АПРЕЛЕ**

- | |
|---------------------------|
| Бубнова О. С. 05 |
| Наплекова Т. К. 06 |
| Лениш Т. Л. 06 |
| Настюхина Б. А. 12 |
| Пестов В. П. 12 |
| Пьянкова Л. А. 14 |
| Ходарина Н. В. 17 |
| Голубцов В. И. 18 |
| Карпова О. В. 18 |
| Радионова С. П. 18 |
| Березина Н. Г. 22 |
| Спицына Е. А. 22 |
| Черноусов Н. М. 26 |
| Сергеев А. И. 29 |
- Поздравляем!**

Красота

Море солнце пляж и, конечно же, загар. В разных странах загар, ложится, по особенному, на кожу и имеет различные оттенки, давайте рассмотрим несколько из них:

Темный шоколад - за таким оттенком отправляйтесь в Африку, там солнышко находится очень близко к экватору, тем самым дает быстрый загар любому бледнолицему. Но загорать нужно с умом, постепенно.



Загар кофейного цвета - Мальдивские острова подойдут именно для такого завораживающего загара. Обязательно использовать защитные средства. Сгореть на островах можно даже за 10 минут, поэтому будьте осторожны.

Бронзовый загар – самый притягательный загар, который может появиться в Сочи. Но загорать придется дольше и постепенно, также используйте защитный крем.

Для того чтобы загар закрепить употребляйте в пищу:

- *морковь
- *абрикос
- *персик
- *болгарский перец
- *арбуз

Отдыхайте, расслабляйтесь, загорайте, но не забывайте защитить вашу кожу, от прямых солнечных лучей!

**Статью подготовила
Бреева А.,
ст. гр. МУ-091**

ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ТУБЕРКУЛЕЗ ПОРЯЖАЕТ ВСЕ ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ

По инициативе ВОЗ с 1993 года 24 марта считается Всемирным днем борьбы с туберкулезом. Цель Всемирного дня борьбы с туберкулезом - повышение осведомленности о глобальной эпидемии туберкулеза и усилия по ликвидации этой болезни. Двадцать четвертое марта выбрано в связи с тем, что этот день в 1882 году немецкий микробиолог Роберт Кох объявил об открытии возбудителя туберкулеза. Символикой Всемирного дня борьбы с туберкулезом является белая ромашка. Около 80 % взрослого населения во многих азиатских и африканских странах имеют положительный результат туберкулиновых проб, указывающий на инфицированность микобактериями туберкулеза. В России туберкулизированность взрослого населения, возможно, в 10 раз выше, чем в развитых странах. Из числа заболевших в мире в целом доминирует возрастная группа 18-26 лет. Однако в странах, где заболеваемость туберкулезом значительно снизилась – таких как Америка – доминировать среди заболевших статистическая группа пожилых людей. Россия входит в число стран, где заболеваемость туберкулезом достаточно высокая. Ежегодно туберкулез убивает больше взрослых людей, чем любая другая инфекция. В странах третьего мира туберкулез обуславливает

около 26 % летальных исходов. На Африку приходится около 29 % от всех заболевших на планете.

Согласно исследованиям Всемирной организации здравоохранения, примерно каждую секунду возникает новый случай заражения микобактериями туберкулеза. В Сибирском и Дальневосточном федеральных округах заболеваемость туберкулезом в два раза выше, чем в целом по России. В г. Новокузнецке ежегодно заболеваемость всеми формами туберкулеза ежегодно увеличивается на 500 новых случаев. Эпидемическая ситуация по туберкулезу резко отягощается тем, что в последние годы более чем на 10 процентов увеличилось число больных, у которых болезнь выявляется на поздней стадии своего развития. Хотя уже длительный промежуток времени человек был болен, имея характерные симптомы инфекции (повышение температура тела, длительный (более 2 недель) кашель, ночное потоотделение и кровохарканье), но не обращался за медицинской помощью. Это значит, что источник инфекции (больной) длительное время контактировал с огромным количеством людей, в том числе с детьми, возможно, заражая их. Необходимо помнить, что основным источником микобактерий туберкулеза являются люди, больные

заразными формами туберкулеза, при этом главная роль принадлежит больным с локализацией процесса в легких. При кашле с мокротой, возбудитель выделяется во внешнюю среду с капельками слизи и оседает на объектах внешней среды. Заражение человека может произойти при вдыхании этих зараженных капелек при более или менее тесном контакте. Но при высыхании осевших капелек слизи и смешивании их с пылью можно, вероятно, говорить и о пылевом пути передачи возбудителя. Кроме того, всё больше новокузнецкан заражаются туберкулезом, имея ослабленную иммунную систему из-за приема иммуносупрессивных препаратов и злоупотребления психоактивными веществами. Существуют веские доказательства того, что голодание или достаточное питание снижает сопротивляемость организма. Доказано, что стресс и депрессия отрицательно влияют на состояние иммунной системы. Кроме того, потребление токсических продуктов, курение (особенно более 20 сигарет в день) и употребление большого количества алкоголя значительно снижает защитные силы организма и увеличивает вероятность туберкулеза в 2-4 раза. Для города актуален тот факт, что около 10 % больных заражаются

микобактериями, имеющими первичную лекарственную устойчивость, приводя к заметным сложностям в лечении туберкулеза и, как следствие, к неблагоприятному прогнозу заболевания. Одной из проблем мирового туберкулеза является его широкая сочетаемость с ВИЧ. В г. Новокузнецке 26 % больных туберкулезом инфицированы ВИЧ, что более чем в 2 раза выше, чем по РФ в целом. Кроме того, в городе отмечается высокая инфицированность и заболеваемость туберкулезом детей, что может свидетельствовать о наличии источников инфекции среди населения, в том числе среди родителей и родственников. Помните, что вакцинация и ревакцинация против туберкулеза – это предупреждение заболевания туберкулезом, а массовые профилактические осмотры, в том числе флюорография и туберкулиодиагностика помогают своевременно выявить больных туберкулезом и обеспечить им необходимое лечение.

**Статью подготовила
Королькова А. Н.,
заведующая
профилактическим отделом
Новокузнецкого Центра - СПИД.**

ОСТАНОВИМ ТУБЕРКУЛЕЗ!

Туберкулез – широко распространенное в мире инфекционное заболевание, он вызывается микобактерией туберкулеза (палочкой Коха) и чаще всего передается воздушно-капельным путем, при разговоре, кашле и чихании больного.

Заболеваемость туберкулезом взрослого населения в Новокузнецке продолжает увеличиваться. Ежегодно туберкулезом заболевают более 600 жителей города, умирают более 100 человек. Самая высокая заболеваемость в Куйбышевском и Кузнецком районах, самая низкая – в Новоильинском. 53% больных туберкулезом легких выявлены при прохождении профилактической флюорографии.

Существует несколько факторов, вызывающих повышенную

восприимчивость человека к туберкулезу:

- 1) ВИЧ;
- 2) Курение
- 3) Диабет;
- 4) Пребывание в местах заключения.

Чаще всего туберкулез поражает органы дыхательной системы (легкие и бронхи), реже почки, кости, суставы, глаза, кожу. Туберкулез легких может длительное время протекать бессимптомно и обнаружиться случайно при проведении флюорографии.

Обычно самыми первыми симптомами заболевания – слабость, бледность, повышенная утомляемость, вялость, апатия, температура (около 37 °C, редко выше 38°), потливость, особенно беспокоящая по ночам, похудение. Затем присоединяются симптомы со стороны пораженного органа. При туберкулезе

легких это длительный кашель, отхождение мокроты (часто с примесью крови), хрипы в легких, насморк, иногда затруднение дыхания или боли в грудной клетке. При туберкулезе кишечника – нарушения функции кишечника, запоры, поносы, кровь в кале и т. д.

Прогноз заболевания во многом зависит от своевременности обращения к врачу и начала лечения. Лечение сложное и длительное, требующее приема препаратов в течение как минимум 6 месяцев.

Своевременно начатое лечение позволяет добиться полного восстановления. Несвоевременное обращение за медицинской помощью может привести к смерти больного.

Основной профилактикой туберкулеза на сегодняшний день

является вакцинация. Первую прививку делают в роддоме, в первые 3–7 дней жизни ребенка.

В 7 и 14 лет проводят повторную вакцинацию.

Помните, что с целью своевременного выявления туберкулеза на ранних стадиях, всем взрослым необходимо проходить флюорографическое обследование в поликлинике не реже 1 раза в год. Лица, контактировавшие с больным, должны также проходить флюорографию, с целью в озможного назначения профилактического лечения.

**Статью подготовила
Врач терапевт
Тумакова Т. Г.**

ВЕСНА И ВИТАМИНЫ

Витамины весной просто

катастрофически необходимы организму. Весь их запас, который был накоплен за летнее и осеннее время был истрачен зимой на поддержание работоспособности. К весне же силы организма на исходе, он работает на износ. Об организме необходимо позаботиться, напитав его достаточным количеством витаминов и микроэлементов. Именно весной человек с легкостью подхватывает любые болезни, валится с ног от усталости и очень быстро утомляется. И все дело опять же в витаминах.

Если сильно утрировать и упростить определение, то витамины – это своего рода катализаторы для организма. Проблема заключается в том, что практически все животные могут синтезировать необходимые витамины самостоятельно. Человек же может получать их только из окружающей среды, с пищей и водой.

Теперь, когда стало понятно, что витамины весной просто необходимы организму, стоит рассмотреть какие именно и в каком количестве. В настоящее время хорошо изучено действие около 25 витаминов. Их можно разделить на две

группы: растворимые в воде и жире.

Водорастворимые очень быстро выводятся из организма, и по этой причине их пополнение должно быть более частым. К таким витаминам относятся: В1, В2, В12, Н, С. Витамин В1 регулирует углеводный и энергетический обмен, нормализует желудочную и нервную деятельность. Недостаток витамина приводит к утомляемости, потери аппетита. Симптомы недостатка – одышка, депрессия, нарушение координации. В этом случае поможет ежедневный прием 80 грамм дрожжей, 120 – пророщенной пшеницы, или 1,5 килограмма цветной капусты. Витамин В2 необходим для образования красных кровяных телец. Симптомы его недостатка – угревая сыпь, трещинки в уголках губ, резь в глазах. Восполнит недостаток – 1 яйцо, 80 грамм дрожжей, или 0,5 килограмма шампиньонов. Витамин В12 помогает синтезированию и регенерации красных кровяных телец. Симптомы его недостатка – головные боли, головокружение, сбои в работе сердца, проблемы со стулом. Восполнит его количество в организме 4 грамма говяжьей печени, 3 яйца, или 350 грамм

творога в день. Следующий важный витамин – Н. Его недостаток отражается на состоянии кожи и волос. Восполнит витамин Н в организме говяжья печень, яйца, пивные дрожжи и молоко. И, конечно, нельзя забыть про витамин С. Дефицит его может привести к цинге, слабости, депрессии и еще множеству негативных вещей. Поможет этого избежать апельсин, квашеная капуста, картофель, шиповник и смородина.

Жирорастворимые витамины накапливаются в тканях, и их недостаток встречается реже, но при передозировке они более токсичны. Витамины весной, за количеством которых следует следить, – это витамин А, который отвечает за образование белых кровяных телец, состояния кожи, зубов и зрения. Дефицит – тусклые волосы, плохая кожа, угрис, сухость во рту. Поможет решить эту проблему 4 грамма рыбьего жира, 10 грамм свиной печени, 27 грамм печени трески, или 60 грамм морковки в день. Витамин D помогает усвоению Са (кальция) и Р (фосфора), укрепляет нервную и иммунную системы организма. Дефицит – жжение во рту и горле, искривление костей. Витамин Е

повышает половую активность, замедляет процессы старения. Дефицит его проявляется слабо. Большое количество витамина Е находится в сое, растительном масле, яйцах и черном хлебе.

Витамины весной просто необходимы. К сожалению, практически все овощи и фрукты доходят до весны либо увядшими, либо размороженными. И в том и в другом случае большая часть их питательных свойств теряется. Тут на помощь приходят фармацевты, которые производят большое количество витаминных комплексов. Главное, это правильно подобрать их. А для этого, следует определить, каких именно витаминов в организме больше всего не хватает, и прочитать состав на упаковке. И есть... о бязательно проконсультируйтесь с врачом, выбирая витаминный комплекс, который вам необходим.

**Статью подготовила
Глухова М.,
ст. гр. Сб-111**

СТУДЕНЧЕСКИЕ КАНИКУЛЫ

ПУТЕШЕСТВИЕ В ВЕСНУ

Весна – идеальное время для поездок в большинство стран мира. В это время в одних широтах уже закончились холода и пришло время тепла и цветения, в других завершился сезон дождей и наступила ясная, солнечная погода, в третьих пока еще не началась изнуряющая летняя жара. Однако, к концу весны туристов за рубеж влечут не только благоприятные перемены климата, но и всевозможные фестивали и праздники, которые проходят по всему миру. Так куда же поехать весной? Существует множество вариантов.

На масленой неделе в английском городе Олни туристов ждет увлекательное и необычное зрелище. По главной улице города бегут женщины разных возрастов и весовых категорий. Объединяет их одно — каждая держит сковородку с блином, периодически подбрасывая его. Если вы не жительница Олни, то стать участницей забега не удастся, зато вполне можно насладиться этим зрелищем и поболеть за участниц — ведь они тренируются весь год!

Поговаривают, что такому необычному забегу положила начало одна домохозяйка, которая спокойно пекла блины на своей кухне, пока не услышала звон церковного колокола. И она так торопилась в церковь, что побежала туда вместе с блином на сковородке, по дороге подбрасывая его, чтобы допечь. Ей не только не вызвали скорую психиатрическую помощь, но и сделали такой забег традицией. Насколько эта история правдоподобна — судить сложно, ведь блинные бега

существуют аж с 1445 года.

Все люди уже отгуляли, а на Бали свой календарь — Цака, поэтому новый год там празднуют на следующий год после «новолуния», которым заканчивается девятый месяц, то есть в конце марта. Но ни шампанского, ни оливье здесь не застать. По индуистскому верованию мир начинался с абсолютного Ничто. И первый день нового года подразумевает аскетизм идержанность. Вместо праздничного стола верующих ждут четыре правила — «брата амати гени» — нет свету и огню, «амати карья» — нет работе, «амати лелунган» — нет движению и «амати леланган» — нет плотским утехам. Но так провести праздник может не каждый, поэтому такие строгие правила встречи Нового года компенсируются предпраздничными гуляниями — вот где народ отрывается на славу.

Стамбул в Турции, в целом, это город весны. На Босфоре, большинство роскошных дворцов и особняков, построенных для императоров и султанов, именно в это время года утопают в мягкой зелени. Морской воздух по-настоящему чистый и свежий. Как правило, жизнь города начинается в апреле.

Многие фестивали и показы мод проходят весной в Стамбуле. Вы должны поехать отдохнуть весной в Стамбул, чтобы увидеть много разных видов тюльпанов, разных размеров и цветов. Не удивительно, что тюльпан является символом Стамбула. Здесь даже проходит фестиваль тюльпанов! И конечно, знаменитый джазовый

фестиваль.

Одно из самых ярких и зрелищных торжеств проходит в столице Южной Кореи — Сеуле. В мае в странах Юго-Восточной Азии отмечается день рождения Будды. Это фестиваль лотосовых фонарей, который состоится с 6 по 8 мая. В честь праздника изготавливаются и зажигаются лотосовые фонари.

Порт-Дуглас — город, расположенный на Севере Австралии. Он находится на участке побережья, где Большой Барьерный Риф подходит ближе всего к материку. Но в Порт-Дуглас стоит приехать не только для того, чтобы полюбоваться одним из нерукотворных чудес света: с 19 по 29 мая здесь проходит шумный и веселый карнавал.

25 мая 1963 года была сформирована Организация единства Африки, и этот день был провозглашен Днем Африки. Он празднуется во многих африканских странах, где проходят народные гуляния и уличные торжества. Однако весенние месяцы Африки идеальны для поездки на этот континент еще и потому, что это время можно назвать настоящим праздником дикой природы. Только-только закончился сезон дождей, и в национальных парках — изобилие растительности, а значит, раздолье для животных.

Самый зрелищный, самый веселый и популярный весенний праздник в Мурсии — это, конечно, похороны сардин. Как ее хоронят? С помощью народного испанского юмора. А этим всегда и везде — не только в Испании — особо отличались студенты. Как-то раз полтора столетия назад в Мурсии за рыбным блюдом и бокалами

вина скучала одна студенческая компания. Стосковавшиеся за время сорокадневного поста по мясу, они рисовали в своем воображении одну аппетитную картину за другой на тему: какие хамоны, беконы и ростбифы им будет позволено отведать завтра, когда постный период года, наконец-то, закончится. Ненавистную рыбу хотелось зашвырнуть куда-нибудь подальше, разстоптать, закопать...

Студенты — народ цивилизованный, культурный и образованный, и потому желание закопать, высказанное одним, моментально трансформировалось в идею похоронить честь по чести, предварительно чинно и благородно пропащив по улицам города в нескорбной процессии с импровизированным гробом на плечах.

Кто бы знал, что такая незатейливая идея, не подкрепленная к тому же никакими официальными декларациями и предписаниями, настолько придется по душе народу, что станет одним из любимых праздников Мурсии! С тех пор ежегодно в субботу той недели, что следует сразу за Святой Пасхальной, празднуются веселые похороны.

Обострение «хандры» в конце русской зимы вполне оправдано. Усталость от холодов к началу весны приводит к тому, что некоторые россияне пребывают в подавленном настроении. Гарантированно избавит от тоски и грусти тур в любую из этих стран.

**Статью подготовила
Осинина Е.,
ст. гр. Ст-101**

ПРИВЫЧКИ И ПРИСТРАСТИЯ СТУДЕНТОВ К ПИЩЕ

Однажды известного т.е. стараются соблюдать рацион дня и древнегреческого философа Сократа питание, не употребляют фастфуды и спросили: «В чем причина вашего крепкого здоровья в столь зрелые годы, тогда как многие люди, намного моложе вас, имеют множество заболеваний?» На что, Сократ ответил: «Дело в том, что я ем для того, чтобы жить, а упомянутые вами люди живут для того, чтобы есть».

На самом деле, Сократ был прав в своем изречении. Иногда мы совсем не думаем, что мы едим и к чему это в результате приведёт. В прошлых номерах, мы с вами изучали пирамиду питания и предпочтения в еде в различных странах мира. После многое совместно с социально-психологической службой филиала было проведено тестирование среди студентов 3 курса, в данном исследовании приняли участие 60 человек.

Тест состоял из 10 вопросов, один из которых был открыт. Вопросы были следующие: «Как часто вы едите фрукты и овощи», «Какие молочные продукты находятся в вашем холодильнике», «Как часто вы употребляете соевые продукты» и открытый вопрос «Какие блюда преобладают в вашем повседневном рационе».

В результате тестирования выяснилось, что 44,1 % студентов невнимательно относятся к своему питанию, часто едят продукты, которые содержат соевые добавки, молочные продукты в их рационе или отсутствуют, или их совсем мало, часто едят фастфуды, употребляют много кофе и вредной газированной воды.

Также выяснилось, что 29,7 % респондентов почти правильно пытаются,

стараются соблюдать рацион дня и

прочие вредные продукты. В рационе преобладают молочные продукты, блюда из овощей.

И только 26,2 % опрашиваемых — практически, профессионалы в области здорового питания. В их рационе всегда присутствуют овощи, фрукты, рыба, кисломолочные продукты, такие как сыр, творог, молоко и др.

На вопрос: «Какие блюда преобладают в вашем повседневном рационе?», в основном отвечали так, что в их рационе преобладают супы, мясные блюда, картофель, плов, но многие ответили, что едят вредную пищу, такую как булочки, бутерброды, растворимую лапшу и т.п.

Ну, что же, проанализировав результаты, можно прийти к одному выводу, что большинство студентов не представляют, что значит правильное питание. Остается посоветовать лишь одно — контролировать свой рацион и стремиться идти к здоровому питанию, это значит употреблять каждый день молочные продукты, рыбу, мясо, овощи и фрукты, ну, и конечно же, горячее, а не есть в сухомятку, всё это вредит нашему здоровью и может привести к печальным последствиям.

Универсального продукта, подходящего всем без исключения, конечно же нет, однако существуют правила, соблюдая которые, человек закладывает основу правильного питания без особых финансовых затрат.

**Статью подготовила
Хвостова Н.,
ст. гр. СТ-101**

ЧЕМ ПОЛЕЗНО ПИТАТЬСЯ ВЕСНОЙ!

Весеннее солнышко дарит надежду. Но весна для нас является не только радостью — в это время часто обостряются различные болезни, ведь это и период нехватки витаминов. Прошлогодние овощи и фрукты к марта месяцу теряют большую часть своих полезных свойств и витаминов. Именно весной проявляются признаки авитаминоза: тусклые секущиеся волосы, ломкие ногти, шелушащаяся кожа. Консервированная и рафинированная пища только ухудшает положение, ведь каждая обработка продукта лишает его многих полезных качеств. Щадящей для витаминов будет засолка без уксуса, а с лимонной кислотой, которая действует не столь разрушительно по отношению к витаминам, чем уксус.

Улучшить положение могут замороженные фрукты и овощи, но только в том лишь случае, если готовить их правильно и хранились они в соответствии с правилами (не подвергаясь дополнительной разморозке и заморозке). Тогда они по качеству не только не уступают свежим продуктам, а считаются даже более полезными.

Если Вы предусмотрительно заморозили достаточное количество фруктов и овощей и не успели съесть их еще до прихода весны, значит, вам вряд ли нужно бояться авитаминоза.

В противном случае необходимо дополнительно принимать витаминно-минеральные комплексы, иначе витаминной недостаточности в весенне время вам не избежать.

Капуста. Весной самым дефицитным элементом для нашего

организма становится витамин С. Его главные источники — свежие овощи и фрукты, которые после зимнего хранения, увы, не могут похвастаться обилием полезных веществ.

Ранней весной в нашей средней полосе чемпионом по содержанию аскорбинки становится капуста. Несмотря на то что в течение зимы капуста теряет около 30% витамина С, всего 100 граммов полезного овоща обеспечит суточную потребность организма в данном витамине. Витамин С полностью сохраняется при квашении, поэтому квашенная капуста по содержанию витамина С ничуть не уступает свежей, а иногда даже превосходит ее.

Зеленый салат. В нем есть и аскорбинка, и витамины группы В. К тому же салат — чемпион среди овощей по содержанию витамина Е, известного антиоксиданта, который препятствует появлению морщин, делает кожу более гладкой, волосы густыми, а сосуды крепкими.

В салате достаточно много кальция, магния для здоровых ногтей и волос, йода и фосфора, которые не позволят вам впасть в маразм даже в глубокой старости.

Лимон. По содержанию витамина С лимону далеко до шиповника и черной смородины, однако он считается одним из лучших «хранителей» аскорбиновой кислоты, ведь этот желтый фрукт не теряет своих полезных свойств в течение долгой зимы.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 6

ЧЕМ ПОЛЕЗНО ПИТАТЬСЯ ВЕСНОЙ! (ПРОДОЛЖЕНИЕ)

Мякоть лимона богата это очень актуально) и способствует веществами под названием «пектин», которые выводят из организма токсины и шлаки, защищая его от сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. А в лимонной кожуре присутствуют другие вещества – так называемые биофлавоноиды, которые могут поддержать тонус тончайших капилляров. Так что лимоны помогают предотвратить появление сосудистых звездочек на лице.

Щавель часто называют «весенним королем». Эта травка появляется на грядках одной из первых, значительно раньше свежей петрушек и укропа, и становится одним из главных помощников организма в борьбе с весенним авитаминозом. А по количеству полезных веществ щавель значительно превосходит многих из своих зеленых собратьев. Щавель – чемпион среди овощей по содержанию витаминов группы В, потому любителям кисленького не страшны стрессы, бессонница и плохое настроение.

Тем, кто хочет сохранить свое зрение острым, а кожу молодой, тоже нужно стать поклонниками щавеля. Витамин А, который содержится в его листочках, поможет вам в этом.

Есть в щавеле и железо (улучшает состав крови и цвет лица), фтор (полезен для зубов), калий (укрепляет стенки сосудов и сердечную мышцу), магний (отвечает за хорошую работу нервной системы). Однако небольшая ложка дегтя в составе щавеля все-таки имеется. Это – щавелевая кислота. Она может стать причиной заболеваний почек и отложения солей, поэтому людям с предрасположенностью к этим заболеваниям увлекаться щавелем не рекомендуется.

Редиска содержит много аскорбинки. Причем чем краснее корнеплод, тем больше в нем витамина С.

Богата редиска витаминами группы В, без которых мы превратились бы в лысых прыщавых невротиков. Также в ней содержится железо, необходимое для хорошего цвета лица и бодрости, и калий, который улучшает работу сердца и укрепляет стенки сосудов.

Есть в редиске и особые вещества: фитонциды, своего рода, натуральные антибиотики. А потому любители остренького имеют очень неплохие шансы избежать весенних простуд и воспалительных заболеваний. Кстати, ботва редиски содержит не меньше витаминов и микроэлементов, чем корнеплод. Поэтому выбрасывать полезные листья – непозволительная расточительность. Тем более что «вершки» у редиски тоже съедобны. Из них готовят зеленые щи, их режут и добавляют в салаты и окрошки, а можно просто потушить ботву, как капусту.

Помидоры. Главное богатство помидоров – вещество под названием «ликонен», которое защищает клетки организма от негативного влияния окружающей среды (а весной, когда загазованность воздуха особенно велика,

САМЫЕ УГОНЯЕМЫЕ АВТОМОБИЛИ В РОССИИ

При покупке нового автомобиля любого будущего владельца интересует не только цена машины, стоимость обслуживания и надежность, но и защищенность от угона. Именно поэтому многие ставят самые разные противоугонные системы и устройства. Но, как говорят профессионалы, нет замка, который нельзя открыть, и нет автомобиля, который нельзя угнать. Все зависит от того, а будет ли вообще кто-то пробовать? Угадать этого

конечно нельзя, но поинтересоваться и понять какие именно автомобили популярны среди угонщиков вполне возможно, тем более, что от этого будет зависеть не только возможный выбор и спокойствие владельца, но и стоимость страховки по КАСКО.

Надо заметить, что торговля крадеными автомобилями является одним из наиболее динамично развивающихся видов криминального бизнеса во многих странах. И совсем скоро по прибыльности

и масштабам приблизится к таким наиболее доходным видам незаконного бизнеса, как торговля наркотиками и оружием.

Надо сказать, что рейтингов самых угоняемых автомобилей в России существует несколько. При этом некоторые модели занимают лидирующие позиции в нескольких списках сразу. Например, представители японского автопрома уверенно занимают почетные места в каждом из таких рейтингов.

Так, по данным группы компаний, занимающейся спутниковыми и противоугонными комплексами, а также на основе статистики ведущих страховых компаний Москвы и Московской области, десятка самых угоняемых автомобилей по итогам 2011 года выглядит следующим образом.

Первое место уверенно занимает Honda Accord. В 2010 году модель тоже пользовалась популярностью среди воров, но после обновления криминальный интерес к машине явно вырос и японский представитель класса D, сместил на шесть позиций вниз, до седьмого места, другой японский автомобиль этого сегмента – Mazda 6.

Хонда вообще плотно оккупировала три из первых пяти мест в рейтинге – третье место закрепил за собой «паркетник» CR-V, а пятерку лидеров замыкает Civic.

Ступенькой ниже японского Accord расположился... снова японец – Mazda 3. Машина уже достаточно давно пользуется устойчивой популярностью не только среди покупателей, но и среди угонщиков.

Неподдельный интерес со стороны

криминала вызывает и продукция компании Toyota. Четвертая строчка рейтинга – Toyota Camry. На шестом месте, лидер среди угоняемых авто 2009 года – Corolla. А девятое место за, никогда не покидающим десятку самых угоняемых, Land Cruiser.

Восьмая строчка досталась люксовому внедорожнику Lexus RX. А почетное десятое место рейтинга занял единственный европеец в списке – BMW X5.

Интересным является тот факт, что, несмотря на уверенное лидерство на протяжении нескольких лет японских автомобилей в подобном криминальном списке, автомобили корейского производства стремительно поднимаются вверх рейтинга. Так, например, корейский кроссовер Kia Sportage, уже плотно обосновался в двадцатке самых угоняемых.

Однако еще чаще, чем иностранные, угоняют отечественные автомобили. На модели АвтоВАЗа приходится более 25% всех автомобильных краж в Российской Федерации. И если в 2010-м угонщики особое предпочтение отдавали «девяткам», то в прошлом году особой их любовью пользовались Калина и Приора, хотя классику, как и раньше, тоже крадут.

При этом, как отмечают в ГИБДД, немалая часть угонов происходит только лишь по халатности и неосмотрительности самих автовладельцев.

Статью подготовил

Петухов Ю.,
ст. гр. АП-101



Компания Samsung 14 марта презентовала свой новый флагман – Galaxy S4. Предлагаем вам ознакомиться с его характеристиками.

Смартфон имеет 4.99 дюймовый Super AMOLED экран с разрешением 1920 x 1080 пикселей, который позволяет добиться плотности в 441 РР1. В нем все еще используется технология построения пикселей PenTile, хотя при такой плотности она не имеет особо значения для пользователя. Вернее, она вообще не будет заметна даже людям с супер зрением. А вот время работы аккумулятора сможет продлить.

Международная версия Samsung Galaxy S IV будет работать на 8-ми ядерном процессоре Exynos 5 Octa, который имеет четыре ядра Cortex-A15 с тактовой частотой ядра 1,8 ГГц, четыре ядра Cortex-A7 (1,2 ГГц) и графический ускоритель PowerVR SGX GPU 544MP3. Это позволяет добиться экономии энергии в повседневных приложениях, и показывают высокую производительность в ресурсоемких задачах.

Для некоторых рынков будет доступна версия с Qualcomm Snapdragon 600. Он включает 4 ядра Krait 300 и GPU Adreno 320. Обе версии будут работать в сетях LTE и иметь 2 Гб оперативной памяти.

На задней панели Galaxy S4, располагается камера в 13 мегапикселей. На передней стенке - в 2.1 МП. Samsung добавил с них кучу новых фишек, таких как двойной видеозвонок, позволяющий одновременно снимать и передавать видео с 2-х камер, слежения за глазами, «умный» редактор и много чего другого.

Samsung Galaxy S IV тоньше чем его младший брат. Его толщина составляет 7.9 мм. Также он имеет более тонкие рамки чем S3, меньше весит (130 грамм). При всем этом, инженерам Samsung удалось поместить в него на 5-ти дюймовый экран и съемную батарею в 2600 мAh.

Новый флагман будет иметь три варианта модификаций внутренней памяти

(16 ГБ, 32 ГБ и 64 ГБ) и все они будут оснащены слотом MicroSD для дальнейшего расширения. И это радует.

Так же, как HTC One, Galaxy S 4 включает в себя ИК-порт. Это позволит использовать его в качестве пульта дистанционного управления к телевизору и другим бытовым приборам.

S4 будет с коробки иметь Android 4.2.2 Jelly Bean, а также несколько новых интересных функций. Среди них такие как «Sound and Shot», которая позволяет записывать 9-ти секундный клип со звуком (по аналогии с HTC Zoe), «Drama Shot» — объединение фото в одно большое, «Cinema Photo» — снимать видео, а потом из его части сделать GIF анимацию.

Также из нововведений стоит отметить «S Translator», который поможет перевести email, или даже голос, что особенно пригодится для путешественников. «Smart Pause» поставит на паузу видео, которое вы смотрите, если смартфон обнаруживает, что ваши глаза не смотрят в экран. В то время как Smart Scroll поможет прокручивать веб-страницы автоматически. Здоровье и хорошее самочувствие является частью всех успешных людей. Контролировать их поможет улучшенный пакет TouchWiz. Специальное приложение позволит вам измерить шаги, калории и даже комфорт вашего окружения - температуру, влажность и т. д. Правда некоторые эти функции требуют специального аксессуара Rate Monitor.

Samsung Galaxy S4 будет в 2-х цветах: «белый мороз» и «черный туман». Цена пока неизвестна, но скорее всего, по традиции, в России она будет около 30.000 рублей. Купить новинку можно будет начиная с апреля.

Статью подготовил
Клюшин Д.,
ст. гр. МУ101
по материалам
интернет-сайтов

ПРАВОСЛАВНАЯ КНИГА РОССИИ

Величие русской литературы, как и всей ее культуры на протяжении всех веков развития определялось её глубоким духовным содержанием, восходящим к православной нравственности и истории христианства.

Древняя Русь оставила нам огромное наследие древнерусской литературы, над которым трудились семьсот лет десятки поколений русских книжников. Все они безвестные или известные нам только своими скромными именами, донесли до нас свои представления о месте человека в этом мире. Вселенная и человек! Все взаимосвязано, все значительно, все напоминает человеку о смысле его существования, о величии мира и значительности его судьбы. Лучшие образцы письменных памятников: «Повести временных лет», «Сказание о житии Александра Невского», «Слово о полку Игореве», «Хождение за три моря Афанасия Никитина», «Жития проповедника Аввакума», «Задонщина» до первых светских повестей ХVIII века показывают реальные деяния наших предков, удивляют простотой и искренностью изображения событий древности. В этих конкретных событиях и поступках трогают проявления заботы о других, доброты, преданности людям, идеям, родной стране. Именно эти духовные качества русского народа, отраженные как в литературе, так и в целом искусстве, явились духовно-нравственным стержнем общества, формируя православное мировоззрение, характер русского народа, культурные традиции и образ жизни, этические нормы, эстетические идеалы.

Мир литературы и в целом социально-политическая жизнь того времени не замыкалась пределами княжеств или границами отдельных территорий, так как идейно человек стремился охватить весь мир. Рукописи дарились и переходили за пределы целой страны, их перевозили из Болгарии на Русь, из Руси в Сербию и т.д. Книжники, как и артели зодчих мастеров, художников, писавших фрески, переезжали из страны в

страну. Таким образом, в литературном развитии Руси принимали некоторое участие болгары, сербы, греки. Эта литература, объединявшая различные славянские страны, существовала в течение многих веков, иногда впитывала в себя особенности языка отдельных стран.

XVI век ознаменовался расцветом книгопечатания на Руси, появлением первой датированной московской книги «Апостол». Она напечатана в 1563-1564 гг. Иваном Федоровым и Петром Мстиславцем и включает главы из Нового Завета, Деяния апостольские и Послания. Эта первая печатная книга явилась благой вестью о том, что православие является традиционной и культурообразующей религией на Русской земле. Христианская этика в течение веков регулирует человеческие отношения в семье, быту, на производстве, в общественных местах, определяя отношение россиян к государству, людям, предметному миру, природе. Православная Церковь объединяет народ в будни и в праздники, в годы испытаний, лишений, скорби и в годы великих созиданий и духовного возрождения. У любого народа идеи государственного устройства и общественные, гражданские, национальные идеалы неразрывно связываются с идеалами духовно-нравственными. Литература и искусство призваны воспитывать эти идеалы.

В современной жизни, к сожалению, очень сложно сделать правильный выбор среди хаоса и соблазнов, которые предлагают нам средства массовой информации. Духовный настрой, а также и идеи, и образный язык лучших произведений современного искусства России имеют под собой ту же основу, по-прежнему возвращают нас к православным ценностям, православной книге, изучая и переосмысливая их. Об этом очень точно писал великий русский писатель и философ Ф. М. Достоевский:

«При начале всякого народа, всякой

национальности идея нравственная всегда предшествовала зарождению национальности, ибо она же и созидала ее. Исходила же эта идея всегда из идей мистических, из убеждений, что человек вечен, что он не простое земное животное, а связан с другими мирами и вечностью... Кто не понимает в народе нашем его Православия и окончательных целей его, тот никогда не поймет и самого народа нашего».

Рекомендуемая литература для прочтения:

1. Добротолюбие: в 5 тт. – Свято-Троицкая Сергиева лавра, 1993.
2. Евангелие господа нашего Иисуса Христа. Новый Завет. – Издание Свято-Успенского Псково-Печерского монастыря. – 1993. – 368с.
3. Зорин К.В. Что скрывают от молодых. Соблазны и болезни века. – М.: Русский Хронографъ, 2011. – 224с.
4. Изборник: Повести Древней Руси / Сост. и прим. Л. Дмитриева и Н. Понырко. - М: Худ.лит., 1987. – 447с.
5. Ионина Н.А. Православные святыни. – РООССА. – 272с.
6. Калинина Г.В. Курс выживания для девочек. – М.: Лента Книга, 2012. – 320с.
7. Киприан (Ященко) игумен. Православное воспитание: лекции, интервью, воспоминания / игумен Киприан (Ященко). – М.: Благотворительный фонд «Покровъ», 2012. – 336с.
8. Под святительским омофором: фотоальбом к 15-летию Кемеровской и Новокузнецкой епархии / отв. ред. А.В. Правда. –

Кемерово: ИПП «Кузбасс», 2008. – 300с.

9. Православие. Полная энциклопедия. – СПб.: ИГ «Весь», 2008. – 448с.

10. Православная Церковь и современная медицина. – Сборник / Под общ. ред. к.м.н. священника Сергея Филимонова. – СПб.: «Общество святителя Василия Великого», 2002. – 432с.

11. Тайна сия велика есть: вопросы и ответы о семейной жизни / Архимандрит Рафаил (Карелин). – Самара: ООО «Самарский дом печати», 2010. – 352с.

12. Архимандрит Тихон (Шевкунов). «Несвятые святыне» и другие рассказы. – М.: Изд-во Сретенского монастыря, «ОЛМА Медиа Групп», 2012. – 640с.

13. Что противопоставить алкоголизму и наркомании. Советы опытного врача. Исповедь русского алкоголика. – М.: «Общество святителя Василия Великого», 2002. – 112с.

14. Энциклопедия православной жизни / авторы-составители Г. Калинина, Г. Стромынский. – Т.: Имидж Принт, 2009. – 400с.

15. Янушкевич Р.В., Янушкевичине О.Л. Основы нравственности: учебное пособие для школьников и студентов. – М.: ПРОПРЕСС, 2000. – 456с.

**Статью подготовила
Заведующая библиотекой
«Первая МБУ «ЦБС имени
Н.В.Гоголя»
Медведева В.Н.**

МИФ О ВЕКОВЕЧНОЙ БЕДНОСТИ ПРОСТОГО РУССКОГО НАРОДА



что даже чёрные люди и крестьяне носят рубахи, шитые золотом и жемчугом?.. Шапки, однорядки и воротники украшают наши вязаные и твердые, шариками, завязками, шнурами из жемчуга, золота и шёлка... Следовало бы запретить простым людям употреблять шёлк, золотую пряжу и дорогие алые ткани, чтобы боярское сословие отличалось от простых людей. Ибо никуда не годится, чтобы ничтожный писец ходил в одинаковом платье со знатным боярином... Такого безобразия нет нигде в Европе. Наиболее чёрные люди носят шёлковые платья. Их жён не отличить от первейших боярьин...»

Необходимо отметить, что только в XX веке мир пришёл к тому, что фасон одежды перестал определять достаток человека. Пиджаки носят и министры, и профессора, а джинсы может надеть как миллиардер, так и простой рабочий. А вот что пишет Крижанич про это:

«Русская земля по сравнению с Польской, Литовской и Шведской землями и Белой Русью гораздо плодороднее и урожайнее. Растут на Руси большие и хорошие огородные

овощи, капуста, редька, свекла, лук, репа и иное. Индейские и домашние куры и яйца в Москве крупнее и вкуснее, нежели в упомянутых выше странах. Хлеб, действительно, на Руси сельские и прочие простые люди едят намного лучший и больше, нежели в Литве, в Польской да Шведской землях. Рыба также добывается в изобилии...»

А вот каким было, по данным В. Ключевского, в 1630 году, типичное малоземельное (засевавшее поле размером в одну десятину, то есть 1,09 га) крестьянское хозяйство Муромского уезда: «3-4 улья пчёл, 2-3 лошади с жеребятами, 1-3 коровы с подтёлками, 3-6 овец, 3-4 свиньи и в клетях 6-10 четвертей (1,26-2,1 куб.м) всякого хлеба...»

Многие иностранцы отмечают дешевизну продуктов в России. Вот что пишет Адам Олеарий, который, будучи секретарём посольства, посланного шлезвиг-хольтиńskим герцогом Фридрихом III к персидскому шаху, побывал в России в 1634 и

1636-1639 гг. «Вообще по всей России, вследствие плодородной почвы, провинции очень дёшевы, 2 копейки за курицу, 9 яиц получали мы за копейку...»

А вот другая цитата из него же: «Так как пернатой дичи у них имеется громадное количество, то её не считают такой редкостью и не ценят так, как у нас: глухарей, меттеревов и рябчиков разных пород, диких гусей и уток можно получать у крестьян за небольшую сумму денег...»

Персиянин Орудж-бек Баят (Урухбек), который в конце 16 века приехал в составе персидского посольства в Испанию, где обратился в христианство и стал именоваться Дон Хуан Персидский, даёт аналогичные свидетельства относительно дешевизны еды в России: «Мы пробыли в городе Казани восемь дней, причём нас так обильно угостили, что кушанья приходилось выбрасывать за окно. В этой стране нет бедняков, потому что съестные притасы столь дёшевы, что люди выходят на дорогу отыскивать, кому бы их отдать...»

А вот, что пишет венецианский торговец и дипломат Барборо Иосафат, в 1479 году побывавший в Москве: «Изобилие хлеба и мяса здесь так велико, что говядина продают не на вес, а по глазомеру. За один марк вы можете получить 4 фунта мяса, 70 куриц стоят червонец, и гусь не более 3 марок. Зимою привозят в Москву такое множество быков, свиней и других животных, что за один раз можно купить до двухсот штук...»

Секретарь австрийского посла в России Гвариента Иоанн Корб, бывший в России в 1699 году, также отмечает дешевизну мяса: «Куропатки, утки и другие дикие птицы, которые составляют предмет удовольствия для многих народов и очень дороги у них, продаются здесь за небольшую цену, например, можно купить куропатку за две или за три копейки, да и прочие породы птиц приобретаются не за большую сумму...»

Однако, всё вышеописанное относится к периоду до 18 века, т.е. Московского царства. Посмотрим, что было в период Российской империи. Интересны записки Шарля Жильбера Ромма, активного участника Великой французской революции.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 8



Весьма распространено мнение, что простой народ в России всегда жил тяжело, постоянно голодал, и терпел всяческие притеснения от бояр и помещиков. Однако, так ли было на самом деле? У меня есть своя версия.

Конечно, в силу объективных причин, у нас сейчас почти нет статистических данных по дореволюционной России, таких как: ВВП на душу населения, стоимость потребительской корзины, прожиточный минимум и т.д. Но можно использовать цитаты из воспоминаний иностранцев об их посещении России в разное время. Они тем более для нас ценные, так как иностранцам нет нужды заниматься приукрашением действительности чужой для них страны.

Интересные записи оставил Юрий Крижанич, хорватский богослов и философ, в 1659 году прибывший в Россию. Он написал трактат «Разговоры о владетельстве», также известный как «Политика», в котором тщательно проанализировал экономическое и политическое положение России.

«Люди даже низшего сословия подбивают соболями целые шапки и целые шубы... а что можно выдумать нелепее того,

МИФ О ВЕКОВЕЧНОЙ БЕДНОСТИ ПРОСТОГО РУССКОГО НАРОДА (ПРОДОЛЖЕНИЕ)

С 1779 по 1786 год он жил в России, в Санкт-Петербурге, где работал учителем. Вот что он писал в 1781 году в своём письме Г. Дюбрёлю: (к сожалению, он не уточняет, о крестьянах какой именно области идёт речь).

«Крестьянин считается рабом, поскольку господин может его продать, обменять по своему усмотрению, но в целом их рабство предпочтительнее той свободы, к которой пользуются наши земледельцы. Здесь каждый имеет земли больше, чем может обработать. Русский крестьянин, далёкий от городской жизни, трудолюбив, весьма смекалист, гостеприимен, человекен и, как правило, живёт в достатке. Когда он завершит заготовку на зиму всего необходимого для себя и своей скотины, он предаётся отдыху в избе (*isba*), если не приписан к какой-либо фабрике, каковых в этой области много, благодаря богатым рудникам, или если не отправляется в путешествие по своим делам или по делам господина. Здесь царит простота правов и доволный вид...»

Обратим внимание, что о том, что русское «рабство» крестьянина более предпочтительно, чем «свобода» французских, пишет не кто-нибудь, а будущий активный участник Великой Французской революции, прошедшей под лозунгом «Свобода, равенство и братство». То есть, у нас нет причин подозревать его в необъективности и пропаганде крепостного права. Вот что он писал в одном из своих писем по поводу положения французских крестьян ещё до своего отъезда в Россию:

«Повсюду, мой дорогой друг, и у стена Версали, и за сто лье от него, с крестьянами обращаются столь варварски, что это переворачивает всю душу чувствительному человеку. Можно даже сказать с полным на то основанием, что здесь их тиранят больше, чем в



отдалённых провинциях. Считается, что присутствие сеньора должно способствовать уменьшению их бедствий, что, увидев их несчастья, эти господа должны постараться помочь с теми справиться. Таково мнение всех, у кого благородное сердце, но не придворных. Они ищут развлечения в охоте с таким пылом, что готовы пожертвовать для этого всем на свете. Все окрестности Парижа превращены в охотничьи заповедники, из-за чего несчастным [крестьянам] запрещается выпалывать на своих полях сорняки, которые душат их хлеб. Им разве что разрешено бодрствовать ночи напролёт, выгоняя из своих виноградников разоряющих их оленей, но не дозволено ударить никого из этих оленей. Работник, согбённый в рабской покорности,

часто понапрасну тратит своё время и умение, служа напудренным и вызолоченным идолам, которые безжалостно гонят его, если только он вздумает попросить плату за свой труд...»

Речь идёт как раз про тех самых «свободных» французских крестьян, «свобода» которых, по мнению Ромма, хуже «рабства» русских крепостных.

А.С. Пушкин, обладавший глубоким умом и хорошо знавший русскую деревню, отмечал:

«Фонвизин в конце XVIII в. путешествовавший по Франции, говорит, что, по чистой совести, судьба русского крестьянина показалась ему счастливее судьбы французского земледельца». «Иметь

корову везде в Европе есть знак роскоши; у нас не иметь коровы есть знак бедности...»

Отдельно хотелось бы осветить жилищный вопрос:

«Те, чьи дома погибли от пожара, легко могут обзавестись новыми домами: за Белой стеной на особом рынке стоит много домов, частью сложенных, частью разобранных. Их можно купить и задёшево доставить на место и сложить», — **Адам Олеарий**.

«Подле Скородума простирается обширнейшая площадь, на которой продаётся невероятное количество всякого леса: балок, досок, даже мостов и башен, срубленных уже и отделанных домов, которые без всякого затруднения после покупки и разборки перевозятся куда угодно», — **Яков Рейтенфельс**, курляндский дворянин, пребывал в Москве с 1670 по 1673 год.

Как видно, иностранцев удивляет, что дом можно купить целиком. Но если есть предложение, значит был и спрос на дома. Т.е. практически каждый крестьянин мог позволить купить себе дом.

Из всего вышеперечисленного видно, что, по свидетельству самих иностранцев, которые могли сравнивать быт простого народа, как в России, так и в своих странах, и которым нет надобности приукрашивать российскую действительность, во время допетровской Руси, и во время Российской империи простой народ жил в целом **богаче**, чем другие народы Европы.

Статью подготовил
Доцент к.т.н.
Зварич Е.Б.



присутствующий практически в каждой дизайнерской коллекции.

Наряду с деликатными и сочетаниями различных оттенков черного и белого присутствует и подчеркнутый контраст тонов. Очень трендовыми являются белые отделки по краю изделий из черной ткани или паву. Он придает особенный морской колорит контрастным сочетаниям. Это подчёркивают и вошедшие в моду горизонтальные полосы, отдаленно напоминающие тельняшки (их делают или гипертрофированно крупными или используют одну-две поперечные полосы).

Натуральные оттенки. Они в этом сезоне, также сложны. Здесь четко прослеживается разделение на две палитры: теплую и холодную.

Теплый беж напоминает нежнейшую персиковую шкурку. Однако он далек от привычного нам персикового цвета. Он скорее выглядит цветом, просматривающимся сквозь легкую пыльцу, осевшую на невидимые

Холодный беж - один из самых переливистых и загадочных в палитре натуральных цветов. Он играет различными оттенками серого, дымчато-голубого, пыльно-розового, но при этом базовым цветом является приглушенный, тихий оттенок коричневого.

Пастельные светлые тона. Оттенки этой палитры вторые по популярности после ароматических. Пастельные светлые легко комбинируются между собой, создавая воздушные и кокетливые ансамбли предстоящего сезона.

Холодная палитра представлена свежими, чистыми оттенками. Голубоватый оттенок дарит безмятежность, напоминая утреннее, прозрачное небо. Нежный оттенок зелени, освежает воображение, не хуже, чем чашечка свежезаваренного зеленого чая.

Оттенки в теплой пастельной гамме выглядят немного запылившимися. Но эта пыль не старит, а скорее придает оттенок благородства и многогранности. Пыльная роза – название, точнее всего передающее настроение этого сложного

оттенка. А второй, чуть менее популярный цвет из этой гаммы, теплый и уютный сиреневый.

Пастельные оттенки легко комбинируются между собой, создавая сложную и воздушную гамму в группе родственных и контрастных цветов

Пастельные темные тона. Группу пастельно-темной гаммы объединяет драматизм. Цвета запылившихся театральных портьер, которые томились в ожидании полного зала перед премьерой, находят отражение практически в каждой дизайнерской коллекции.

Их оттеняют холодные цвета. Один из них можно отнести к стилю милитари – это цвет перезрелой оливки.

Другой цвет похож на бирюзовое небо сквозь завесу густого серого дыма – он неоднозначен и сложен.

Оттенки ярких. Яркий оранжевый: мимо этого оттенка невозможно пройти – он перехватил внимание дизайнеров, послужив для многих коллекций мощным энергетиком. Оттенок спелого, марокканского мандарина имеет самый длинный цветовой луч среди трендовых оттенков предстоящего сезона, и, соответственно, возглавляет список самых ярких и самых островерхих оттенков сезона.

Светло-алый: остро модный цвет 2013 года, который можно описать, как карамельно-алый, он словно впитал в себя запахи, любимой с детства, кондитерской. Он очень уютный, немного сливочный, но в то же время яркий, оставляющий после себя приятное послевкусие.

Горчично-оранжевый: цвет спелого, налитого абрикоса. Этот трендовый оттенок – более сложный, спокойный и «куверенный в себе», чем остро модный оттенок яркого сочного мандарина. Идеально подходит для матовых тканей, натуральной или искусственной замши – эти материалы подчёркивают его сложность и самодостаточность.

Лимонный: теперь этот оттенок не брызжет кислотностью «до оскомин», а скорее, напоминает цвет недозрелой

чуть зеленоватой кукурузы, не достигшей стадии «молочно-восковой спелости». Оттенок очень нежный, но недостаточно скромный и тихий, чтобы его можно было отнести к пастельной гамме.

Оливковый: цвет оливы, впитавшей в себя всю энергию солнца, обещает быть очень популярным в предстоящем сезоне. Этот яркий тренд, словно сам излучающий тепло и положительную энергетику, нашел отражение во многих коллекциях.

Бирюза: оттенок голубой лагуны будоражит воображение воспоминаниями о курортной феерии, о времени, проведенном беззаботно и легко. Несмотря на принадлежность к холодной гамме этот трендовый цвет сезона словно ярко освещен южным солнцем.

Яркий ультрамарин: представляет собой экстра-концентрат данного цвета, не разбавленного примесями и при отсутствии малейшего намека на воздух. Он очень плотный, густой и чаще всего заполняет весь силуэт целиком, не оставляя возможности другим цветам вмешаться в его эксцентричную игру.

Таким образом, в целом в цветовой палитре летнего сезона по-прежнему доминируют неоднозначные сочетания сложных цветов. В них определенно присутствует большее разнообразие оттенков, по сравнению с прошлыми сезонами. Эта тенденция и дальше будет нарастать.

Другим направлением является использование контрастов морской тематики.

Из всего следует вывод: весна обещает быть яркой.

Статью подготовила
Глухова М.,
Ст. гр. Сб-111

Главный редактор: Пьянкова Л. А.
Ответственный редактор: Глухова М.
Дизайнер: Клюшин Д. С.
Редакторы: Зварич Е. Б., Янкина М.А., Коркина С. Г., Королькова А. Н., Тумакова Т. Г., Медведева В. Н., Латина И., Бреева А., Петухов Ю., Хвостова Н., Осинина Е.
Тираж: 120 экз.