



miasskiy.ru



4 6 2 7 1 0 3 6 5 0 0 2 2



Фото Д. Ахмедова.

# Разделяй!

## В Миассе прошла первая акция по сбору вторсырья для дальнейшей переработки

В минувшие выходные несколько десятков неравнодушных горожан собрались в сквере Молодежном и на бульваре Мира. Здесь впервые в городе прошла акция по сбору вторсырья «Разделяйка».

Акция проводится при поддержке Челябинской региональной общественной организации развития экологической культуры «Сделаем» и уже проходит в нескольких городах Челябинской области. Вот и инициативные жители Миасса решили подключиться к сортировке отходов для их дальнейшей переработки.

Пока акция будет проводиться раз в месяц и, специально для удобства жителей, сразу в двух точках — в сквере Молодежном в микрорайоне и в центральной части города — на бульваре Мира.

К акции могут присоединиться все желающие. Принимаются все категории вторсырья, кроме мягкого пластика. Сначала собранное вторсырье будет

отправляться на склад АО «ЮУрСЦУ», а по мере накопления достаточного количества — непосредственно переработчикам.

— Главное отличие такого метода утилизации — это то, что мы собираем вторсырье, а не мусор. Оно должно быть подготовленным — чистым и сухим, — рассказывает один из организаторов акции в нашем городе Мария Сайко. — Мы принимаем пластик, некоторые косметические и медицинские средства, химию, пакеты, пищевую пленку, крышечки, батарейки, жести, алюминий, стекло, электронику, чеки, картон и бумагу. Как только участники начнут хорошо ориентироваться, мы добавим другие категории.

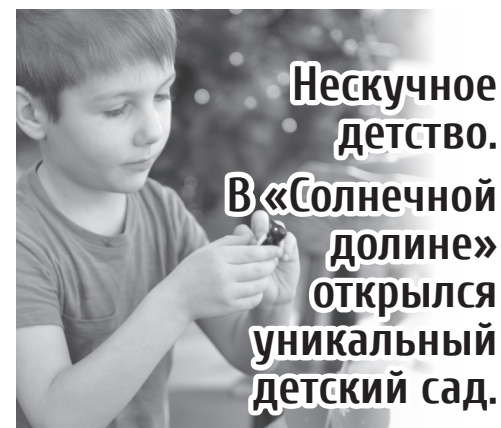
Кроме сбора вторсырья, организаторы «Разделяйки» поддерживают проект «Крышки добра». Собранные в ходе акции крышки от пластиковых бутылок и

другой тары передаются на переработку, а вырученные средства направляются в благотворительный фонд «Искорка».

— На последующие акции мы приглашаем всех неравнодушных к общественной среде, природе, своему городу и будущему людей, — говорит Мария Сайко. — В первый раз можно собрать дома то, что найдется. Стекло, батарейки, крышечки, картон, газеты, твердые упаковки покупок — это копится в большом количестве за пару дней. Достаточно прийти один раз и увидеть, что это несложно. Приятно осознавать, что отходы жизнедеятельности не будут гнить на свалках тысячи лет, загрязняя окружающую среду, им будет дана вторая жизнь.

Подробнее о принимаемых категориях вторсырья и последующих акциях можно узнать в группе «ВКонтакте»: [vk.com/razdelyaika\\_miass](https://vk.com/razdelyaika_miass).

Читайте  
в следующем  
номере:





13 ЯНВАРЯ —  
ДЕНЬ РОССИЙСКОЙ ПЕЧАТИ

*Уважаемые работники средств массовой информации!  
Искренне поздравляю вас с профессиональным праздником — Днем российской печати!*

Информационными партнерами АО «ГРЦ Макеева» являются ведущие городские и областные СМИ. Мы постоянно ощущаем заинтересованность журналистов в освещении деятельности нашего предприятия и с удовольствием делимся информационными поводами. Наша совместная работа из года в год крепнет, дает положительные результаты, и в этом — несомненная заслуга журналистского корпуса Миасса.

Дорогие друзья! Желаю успешной реализации творческих проектов, журналистского азарта, ярких событий и хороших новостей! Крепкого вам здоровья, семейного благополучия и удачи во всем!

**В. ДЕГТЯРЬ,**  
генеральный директор,  
генеральный конструктор  
АО «ГРЦ Макеева»,  
академик РАН,  
почетный гражданин города Миасса.

## Письма в будущее

Школьники Челябинской области  
напишут послания своим внукам

Стартовал прием заявок на конкурс «Письма в будущее». Как сообщает «Губерния», южноуральским школьникам и студентам предлагают поучаствовать в создании архива сочинений-обращений, адресованных потомкам.

В письмах подростки и молодые люди расскажут своим еще не родившимся детям и внукам о тыловых или военных подвигах предков.

Участниками конкурса смогут стать и дети-сироты, им предлагают написать о сверстниках, живших в военное время.

Все «письма в будущее» планируют передать на сохранение в Объединенный государственный архив Челябинской области.

Заявки на конкурс будут принимать до конца февраля. Подробнее о конкурсе можно узнать на сайте [memoryisus.tilda.ws/2020](http://memoryisus.tilda.ws/2020).

## Посягнул на святое

Юный житель Миасса украл  
ящик с пожертвованиями

Вопиющий случай произошел в одном из магазинов города. Инцидент попал на камеру видеонаблюдения магазина, сообщает [cheltv.ru](http://cheltv.ru).

На видео ребенок несколько минут стоит возле стола для покупателей, разглядывая что-то. Дождавшись, когда вокруг никого не будет, подойдя к прозрачной коробке с деньгами, мальчик долго решает на кражу, несколько раз одергивает руку. В конечном итоге подросток все же хватается за ящик, после чего выходит на улицу.

Видеозапись произошедшего уже распространилась по соцсетям, сотрудники магазина просят мальчика одуматься и вернуть украденное:

«Уважаемые родители этого ребенка или сам мальчик (если вдруг проснется совесть), просьба вернуть коробочку с деньгами, которые предназначались для больных детей».

Скорее всего, администрация магазина не стала обращаться в полицию, надеясь, что юный нарушитель принесет деньги обратно.

# От добрых сердец

Традиционную акцию «Рождество в каждый дом» провели ребята из молодежного миссионерского общества «LOGOS»

В канун Рождества, по сложившейся традиции, ребята из молодежного миссионерского общества «LOGOS» поздравили с праздником детей — подопечных Комплексного центра социального обслуживания населения города Миасса.

Как отмечает руководитель ММО «LOGOS» Глеб Бляшон, с каждым годом акция приобретает все более масштабный и качественный характер — силами волонтерского центра обеспечивается поздравление все большего количества адресатов, а подарки не только несут в себе символический смысл передачи рождественской радости, но и стали действительно нужными и по-настоящему ожидаемыми.

Кстати, в этом году к акции присоединились ребята из Центра помощи детям «Радуга», а также добровольцы-студенты из клуба волонтеров «МОСТ» при Миасском геологоразведочном колледже.

Подарочные комплекты были собраны на средства, пожертвованные прихожанами храма в честь образа Божией Матери «Достойно есть». На собранную сумму в этот раз удалось для каждого адресата приобрести подарочный сертификат.

Также в комплекты вошли подарки от спонсоров храма и новогодние наборы от Комплексного центра социального обслуживания населения. Приятным дополнением ко всему послужили замечательные поздравительные открытки, которые своими руками сделали ребята из Центра помощи детям «Радуга», внося свою лепту добра и деятельного участия.



Фото ММО «LOGOS».

**Глеб Бляшон,**  
руководитель молодежного  
миссионерского общества «LOGOS»:

— Подобные акции уже давно стали для нас обязательными. Мы поздравляем ребятшек и в другие даты — например, развозим подарки в День защиты детей и дарим канцелярские наборы накануне Дня знаний. Наша волонтерская деятельность отличается от работы обычных добровольцев. Мы совершаем дела милосердия не для того, чтобы нас похвалили и сказали «ой, какие хорошие ребята». Дело в том, что наше волонтерство — это проявление нашей веры и христианской нравственности. И особенно радостно, что к нашим акциям присоединяются волонтеры светские — ведь дело добра всегда будет добром, вне зависимости от религиозных и каких-то любых других взглядов.



## Область поддержит В 2020 году вырастут выплаты и пособия

Законопроект об увеличении ежемесячной денежной выплаты, установленной для реабилитированных лиц и лиц, признанных пострадавшими от политических репрессий, поддержали депутаты на заседании Законодательного Собрания Челябинской области.

Проект областного закона «О внесении изменений в статьи 5 и 6 Закона Челябинской области «О мерах социальной поддержки жертв политических репрессий в Челябинской области» и статью 3 Закона Челябинской области «О наделении органов местного самоуправления государственными полномочиями по социальной поддержке отдельных категорий граждан» предусматривает увеличение размера:

— ежемесячной денежной выплаты, установленной для реабилитированных лиц и лиц, признанных пострадавшими от политических репрессий, с 1 200 рублей до 1 600 рублей (размер ежемесячной денежной выплаты с учетом индексации с 1 января 2019 года составляет 1 474 рубля);

— возмещения расходов, связанных с погребением реабилитированного лица, с 2 000 рублей до 5 000 рублей.

Полномочия по осуществлению ежемесячной денежной выплаты и возмещению расходов, связанных с погребением реабилитированного лица, переданы органам местного самоуправления.

Также еще до Нового года депутатами Заксобрания был принят закон об увеличении размера пособия в

случае трудоустройства родителя (опекуна) ребенка-инвалида, воспитывающегося в неполной семье.

Сейчас неработающим родителям (опекунам), осуществляющим уход за ребенком-инвалидом, Пенсионным фондом Российской Федерации производится выплата в размере 11 500 руб. В случае трудоустройства родителя (опекуна), осуществляющего уход за ребенком-инвалидом, выплата прекращается.

Законопроектом предлагается увеличить размер денежных средств на ребенка-инвалида, воспитывающегося в неполной семье, при трудоустройстве родителя, осуществляющего уход, за ребенком-инвалидом до величины прожиточного минимума для детей, установленной в соответствии с законодательством Челябинской области во втором квартале года, предшествующего выплате денежных средств.

При принятии законопроекта на 2020 год дополнительно потребуется 157 млн 639,1 тысячи рублей, расчет произведен исходя из нового размера прожиточного минимума 10 661 рублей, утвержденного постановлением губернатора Челябинской области от 15.08.2019 № 304, и с учетом численности 1214 детей-инвалидов, воспитывающихся в неполных семьях, по данным Управлений социальной защиты населения Челябинской области.



# Двигайтесь больше – живите дольше



Персональный фитнес-тренер  
Лариса Ромасько — о физической активности

Продолжение. Начало в № 83 от 14 ноября 2019 г.

Тело человека — это огромная микровселенная. Только микробиота (совокупность микроорганизмов, которая является обязательной составляющей нормальной жизнедеятельности человеческого организма) в желудочно-кишечном тракте представлена 50 триллионами самых различных бактерий. А каждая человеческая клетка — это целый город со своими фабриками, электростанциями и заводами.

→ Наталья КОРЧАГИНА

фото из архива Л. Ромасько

Даже когда человек спит, работа в его теле не прекращается ни на минуту. Сегодня автор коуч-программы «Конструктор здоровья», блогер, персональный фитнес-тренер, кандидат в мастера спорта России и чемпионка мира по жиму штанги лежа Лариса Ромасько рассказывает о том, почему же все-таки движение — это жизнь.



**Больше жира,  
меньше мышц**

Уже после 35 лет в организме человека начинается возрастной процесс снижения мышечной массы. Если ничего не предпринимать для сохранения мышечной массы, то она постепенно заменяется жировой.

Меняется композиция тела: больше жира, меньше мышц. Даже те, кто считает себя стройными, без тренировок и спорта становятся просто «жирными худышками» со всеми вытекающими из этой пропорции последствиями.

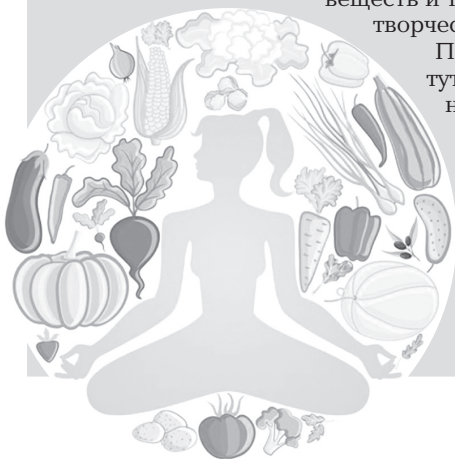
Подобный процесс происходит и многократно усиливается тогда, когда человек сидит на бесконечных диетах. Он теряет мышечную массу, которую затем намного тяжелее восстановить, и накапливает жир.

## ...Плюс десять лет

Мы потребляем пищу, которая дает нам энергию. Полученную энергию тратим на внутренние биопроцессы (размножение, восстановление, очищение, обмен веществ и т. п.) и внешнюю деятельность (труд, отдых, творчество).

По словам доктора биологических наук Института общей генетики им. Н. И. Вавилова Светланы Боринской «гарантийный срок» человека в среднем составляет 40 лет, но «зарядка и правильное питание положительно влияют на работу организма, в том числе и через изменение работы определенных генов».

И поэтому ученые уверены: мы можем улучшить свое здоровье, делая зарядку и правильно питаясь. Последние научные исследования показывают, что это дает прибавку в десять и более лет жизни.



**Физические упражнения устраняют депрессию не хуже антидепрессантов.**

## Чтобы нравилось

Мне могут возразить: я много тружусь физически (в саду, на работе, по дому), поэтому мои мышцы всегда в тонусе. При подобных работах мы нагружаем одни и те же мышцы, в то время как другие остаются невостребованными. Наш организм устроен так, что то, что мы не используем в своей жизнедеятельности, постепенно перестает функционировать, утрачивает навык.

Спорт и физкультура не только сохраняют мышцы и наши двигательные функции, но и приносят массу положительных эмоций, способствуют повышению уверенности в себе, помогают избежать депрессий и нервных перегрузок, увеличивают интеллектуальные способности, помогают сохранять здоровье.

Важно выбрать для себя такой вид спорта или физической нагрузки, которая бы нравилась, приносила удовольствие. Только тогда ее можно будет придерживаться в долгосрочной перспективе.

## Лучше совмещать

Все виды тренировочной нагрузки можно условно разделить на нагрузки с аэробным режимом (например, ходьба, бег, плавание, велоспорт, работа на кардиотренажерах) и анаэробным (например, пауэрлифтинг, бодибилдинг, работа с отягощениями и на силовых тренажерах).

Аэробные нагрузки хорошо влияют на работу сердечно-сосудистой системы, обогащают кровь кислородом.

Анаэробные помогают наращивать и восстанавливать мышцы, противостоят остеопорозу (разрыхлению костей), усиливают суставы и связки. Лучшим вариантом для здоровья является совмещение обоих режимов.

Двигайтесь больше — живите качественнее и дольше!



**Силовые тренировки два раза в неделю положительно влияют на нервную систему.**

## Держать в тонусе

Сегодня средний возраст человека увеличился, и каждый из нас мечтает не просто долго жить, а жить качественно. Качество жизни без здоровья невозможно. Крепкое здоровье без двигательной активности — нереально.

Из чего же складывается повседневная двигательная активность человека, на которую мы тратим свою энергию?

70% энергии, полученной от употребления пищи, мы тратим на основной обмен веществ (работа внутренних органов и биологические процессы).

Еще 20% отвлекает на себя наша бытовая деятельность.

И всего 10% энергии нам необходимо тратить на тренировочную деятельность, чтобы держать свои мышцы в рабочем состоянии, способными выполнять все необходимые двигательные функции. Именно от состояния мышц зависит наша дееспособность и функциональность.

**Ходьба улучшает способность находить множество решений одной и той же проблемы.**



# Спешите принять участие в фотоконкурсе от «МР»!

## Расскажите нам, как вы «Погуляли от души»!

На сайте «Миасский рабочий.ru» проходит новый фотоконкурс, принять участие в котором может каждый.

Дорогие читатели, мы ждем ваших снимков со встречи Нового года. Делитесь с нами своими новогодними историями, попавшими в объектив фотоаппаратов. Как встречали? Где отдыхали? Что принес Дед Мороз? Чем угощали гостей?

Открыв сайт «Миасский рабочий.ru», вы найдете баннер фотоконкурса, кликнув на который, перейдете в конкурсную фотогалерею, где и сможете загрузить свой снимок.

Голосовать за понравившееся фото можно сразу же после того, как снимок будет опубликован на сайте. Победителями станут три участника, набравшие наибольшее количество голосов, а также жюри редакции «МР» выберет троих призеров. Итоги подведем 20 января.

Победители получат призы от магазина канцелярских товаров «Бюрократ».



В МИРЕ ДЕТСТВА

## Из детского сада — в сказку

### Ребята украсили новогоднюю елку самодельными игрушками и познакомились с Дедом Морозом

Декабрь — особый месяц в году. Он наполнен неповторимым волшебством, радостью и ожиданием чуда. Дети всегда с особым нетерпением ждут прихода Нового года. Сверкающая елка, чудесные игрушки, подарки — все это приобретает особое очарование, если создано своими руками.

В детском саду № 1 решили, что пора готовиться к встрече Нового года — мастерить новогодние игрушки и украшения.

Елка с самодельными игрушками излучает особое тепло, а совместное творчество сплачивает детей и взрослых, оставляя самые приятные воспоминания.

Так появилась идея создания коллективного творческого проекта «Украшим

детский сад к новомуднему празднику», цель которого — вовлечение детей и взрослых в творческий процесс.

Каждая возрастная группа на определенное время превратилась в творческую мастерскую. Новогодние поделки — игрушки, елочки, снеговик, открытки и макеты — получились яркими, разнообразными и креативными. Все игрушки изготовлены из подручных материалов — ткани, макаронных изделий, бисера, газеты и даже конфет! Ребята мастерили елочные украшения, используя техники оригами и квиллинга. А на входных дверях каждой группы разместились «Парад новогодних елочек» — оригинальное воплощение идеи педагогов, не без помощи детской фантазии.

Самые оригинальные поделки украсили холлы детского сада и стали экспонатами коллективной выставки «Новогодний калейдоскоп».



Атмосферу предстоящего новогоднему празднику создавала и оформленная руками педагогов детского сада фотозона с уютным камином и свечами.

А в новогодние праздники дошколята очутились в сказочном мире Деда Мороза, встретились с самим зимним волшебником, Снегурочкой и другими сказочными героями, получив радость, веселье и заряд положительных эмоций.



Администрация МБДОУ № 1 выражает благодарность всем родителям за проявленную фантазию, творчество и активную работу.

**Е. Попова,**  
старший воспитатель  
МБДОУ № 1.

Врач-офтальмолог из Оренбургского филиала МНТК «Микрохирургия глаза» им. акад. С.Н. Фёдорова

проводит отбор пациентов на БЕСПЛАТНЫЕ ОПЕРАЦИИ и лечение глазных заболеваний **25 января 2020 г.** в оптике «Сфера» по адресу: **г. Миасс, ул. Калинина, 13** (торгово-офисный комплекс «БИЗНЕС-ДОМ»)

**Предварительная запись по тел. 8-951-471-16-83.**

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Поздравляем Сергея Юрьевича Берсенева с Новым 2020 годом! Желаем счастья в семейной жизни, здоровья, удачи, творческих успехов во всех начинаниях и исполнения всех намеченных целей.

Приносим сердечную благодарность и низкий поклон за открытие в сжатые сроки очень значимого и важного для здоровья населения южной части места — городской бани.

*Инициативная группа поддержки и посетители банно-оздоровительного комплекса южной части Миасса.*

Выражаем огромную благодарность за оказанную помощь в приобретении технологического оборудования, мебели для детского сада депутату Законодательного собрания Челябинской области Александру Леонидовичу Журавлеву, депутату Миасского городского округа № 24 Михаилу Валентиновичу Попову!

Поздравляем с Новым 2020 годом и Рождеством!

*С уважением к вам, МБДОУ № 8.*

#### ИЗВЕЩЕНИЕ

о проведении собрания о согласовании местоположения границы земельного участка.

Кадастровым инженером Русиной Маргаритой Олеговной (п/а: 456317, Челябинская обл., г. Миасс, ул. 8 Марта, 173, оф. 1; e-mail: rusinamargo@yandex.ru, тел.: 8-963-088-95-39, номер в реестре 10230) выполняются кадастровые работы в отношении земельного участка с кад. № 74:34:2005062:126, расположенного по адресу: Челябинская обл., г. Миасс, ул. Демидова, участок №39.

Заказчиком работ является Аллаярлова Айгуль Илдаровна (п/а: Челябинская обл., г. Миасс, ул. Демидова, 41, тел.: 8-908-062-26-43). Собрание по поводу согласования местоположения границы состоится 14.02.2020 в 12:00 по адресу: Челябинская обл., г. Миасс, ул. 8 Марта, 173.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: Челябинская обл., г. Миасс, ул. 8 Марта, 173-1. Требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с 14.01.2020 г. по 14.02.2020 г., обоснованные возражения о местоположении границ земельных участков после ознакомления с проектом межевого плана принимаются с 14.01.2020 г. по 14.02.2020 г. по адресу: Челябинская обл., г. Миасс, ул. 8 Марта, 173-1.

Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границы:

— кад. № 74:34:2005062:129 (г. Миасс, ул. Демидова, уч. №37). При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок (ч.12 ст. 39, ч.2 ст. 40 ФЗ от 24.07.2007г. № 221-ФЗ «О кадастровой деятельности»).

#### НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ЯНВАРЯ

1-2      6      10

Администрация и профком МАОУ «СОШ № 10» выражают соболезнование родным и близким по случаю смерти **ТЮТЕВОЙ Елизаветы Андреевны.**

ПОГОДА СЕГОДНЯ	СРЕДА, 15 января	ЧЕТВЕРГ, 16 января	ПЯТНИЦА, 17 января	СУББОТА, 18 января	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 января	ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 января
-3°	днем -6°, ночью -6°	днем -3°, ночью -9°	днем +1°, ночью -2°	днем -3°, ночью -5°	днем -4°, ночью -5°	днем -5°, ночью -10°

Учредитель — Администрация МГО Челябинской области  
**Главный редактор М. В. ТУМАНОВ**

57-30-70 главный редактор зам. главного редактора бухгалтерия  
57-23-55 реклама, объявления, факс  
57-26-55 корреспонденты служба выпуска газеты отдел доставки  
57-10-85 вопросы в «Открытый город» (автответчик)

ПОЧТА: общий: mr@miasskiy.ru директор: direktor@miasskiy.ru редактор: redaktor@miasskiy.ru реклама: reklama@miasskiy.ru бухгалтерия: buhgalter@miasskiy.ru журналисты: korrespondent@miasskiy.ru подписка: podpiska@miasskiy.ru Сайт: www.miasskiy.ru

Общественно-политическая газета (16+). Зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской обл.  
Св-во о рег. ПИ № ТУ 74-00492 от 18.11.2010 г.  
Адрес редакции и издателя: 456317, Челябинская обл., г. Миасс, ул. 8 Марта, 130.

Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям. Оплачиваются публикации, заказанные редакцией; рукописи, фотографии не рецензируются, не возвращаются; ответственность за содержание рекламных объявлений несут рекламодатели. Публикации с пометкой «на правах рекламы» печатаются на коммерческой основе. За их содержание редакция ОТВЕТСТВЕННОСТИ НЕ НЕСЕТ.



Тираж сертифицирован Национальной тиражной службой

Отпечатано с готовых оригинал-макетов в ЗАО «Прайм Принт Челябинск» (454079, г. Челябинск, ул. Линейная, 63). Подписной индекс 54600, 24127, 60894. 14 января 2020 г. № 2 (17685) Подписано в печать по графику в 16:00, фактически — в 16:00. Тираж 2700 экз. Заказ № 47005. Цена свободная.