

Муниципальное
образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Дворец творчества детей и молодежи»
г. Воркуты

МЫ

Периодическое издание
молодежного
информационного
центра



Самые актуальные новости для молодежи

**Скоро ЕГЭ.
Взвешиваем все ЗА
и ПРОТИВ**



**Панк – молебен: наше
мнение**

**Питаемся правильно.
Журналисты газеты
«Мы» за здоровый об-
раз жизни**



ЕГЭ - равные возможности или

Но, тем не менее, эксперимент быстро распространился по регионам нашей страны и в 2008-м году уже свыше миллиона учащихся во всех регионах и республиках были обязаны сдавать ЕГЭ. Споры по этому поводу не утихают до сих пор, главным предметом обсуждения стали именно возможности и индивидуальные способности ученика. Ведь в отличие от «старых» экзаменов, на которых можно было показать всю свою эрудицию и творческий ход мыслей, теперь учащимся следует лишь поставить крестик в нужной клеточке бланка, что значительно упрощает его сдачу.

По мнению учителей, родителей и самих учеников ЕГЭ, как и любое нововведение, имеет как свои плюсы, так и минусы.

Во-первых, ЕГЭ позволяет сравнивать качество образования в разных школах и регионах всей страны, что поможет министерству образования выявить слабые места в образовательных учреждениях и повысить их уровень.

Во-вторых, экзамен позволяет выпускникам поступать в ВУЗы, находящиеся на значительном расстоянии от места их проживания, всего лишь отправив сведения о сдаче ЕГЭ по почте. Облегчается подача документов сразу в несколько ВУЗов, без необходимости сдавать в каждом из них экзамены. Следовательно, создаются равные возможности как для ребят из крупных городов, так

В 2001-м году Россия впервые услышала это незнакомое и непонятное слово — ЕГЭ. Услышала и сразу отнеслась к нему с опаской: контрольно-измерительные материалы были непривычны для российской системы образования, да и проверка данного экзамена проводилась не человеком, а электронной машиной.

и для учащихся из провинций. Ведь уровень знаний не зависит от места проживания, а значит и система эта является справедливой.

Насчет частей А и В, которые проверяет компьютер, если ты уверен в своих знаниях, волноваться особенно нечего, достаточно лишь быть аккуратным. Ну, а в случае ошибки - смело подавать на апелляцию.

Но аргументы против ЕГЭ тоже нельзя оставлять без внимания! Например, при сдаче единственного государственного экзамена не учитывается специализация школы: ученики школ с гуманитарным и с естественнонаучным уклоном сдают один и тот же вариант обязательного выпускного экзамена. Здесь возникают трудности у детей, углубленно изучающих математику, но не уделяющих особого внимания русскому языку или наоборот, отлично знающих литературу, но не понимающих многого в физике и биологии. Они потенциально не могут усвоить материал противоположной отрасли.

Еще один веский недостаток экзамена: тестовая форма главным образом показывает качество выученного материала и плохо пригодна для оценки компетентности

или способности к творческому подходу.

Рассматривая и оценивая ситуацию со своей точки зрения, могу сказать, что ЕГЭ нужная и полезная вещь. Что ни говори, а экзамен в таком виде уменьшает коррупцию. Да и подготавливает ученика лучше — никто ведь не знает, что попадется на экзамене, значит, готовится больше, чем к устному.

Если же говорить о тесте на посредственность, то ЕГЭ, конечно, дает меньше возможностей для творческих детей, но они, скорее всего, будут поступать в гуманитарные вузы - там и покажут всю свою креативность. Лично мое мнение, ЕГЭ все-таки создает равные возможности для всех учащихся нашей страны.

В общем, несмотря на всевозможные доказательства и опровержения, мнения людей все равно остаются различными. Некоторым опрошенным даже нравилось, что раньше в институтах проверяли знания при поступлении; другие были рады, что появилось ЕГЭ, только хотели, чтобы оно стало немного легче. Будем надеяться, экзамен будет совершенствоваться, исправлять свои недостатки и увеличивать плюсы.

Елена Барыш



тест на посредственность?

Интересно, меня одну трясет при виде этих слов? Может быть, мое мнение субъективно, потому что ученица, которой до экзаменов осталось шаг шагнуть, и поэтому меня чисто на интуитивном уровне воротит от любой аттестационной работы?

Но все-таки, давайте попробуем разобраться! Для чего вообще ввели этот современный метод «пыток и казней»? Чтобы школьники тряслись в его преддверии еще за год, а то и за два, если особо впечатлительные? Чтобы дети отработывали навык для задания В8, а стоит чуть изменить формулировку, и их мозг уже не в состоянии справиться.

Что у нас вообще за глупая привычка, как у малых детей перенимать все у старших, следить за Америкой и прочей заграницей. У нас что, своих мозгов нет?! Есть же, есть, то есть, должны быть!!!

Немного об авторах. Те, кто составляют задания для ЕГЭ, и те, кто ЭТО одобряют, пробовали хоть раз

сами это решать? Задания зачастую не рассматриваются в рамках школьных уроков, учителя не занимаются с детьми, потому что им за альтруизм никто не заплатит, часть С все усложняется и усложняется, приближаясь к хорошему олимпиадному уровню. И вот только не надо ссылаться на то, что школу вы окончили давно, и знания позабылись, вы же специалист?

Или вы хотите сознаться в своей некомпетентности?

И вообще, как тут можно говорить о равных возможностях, если с появлением этого «чуда» уровень коррупции и нечестности подскочил в разы?! Всякие подделки бланков, подставные лица на экзамены,

отправка ответов в интернет, ведь кто ищет, тот всегда найдет лазейку.

А критерии?! Ткните мне пальчиком в того человека, который их составил! Вот тут-то человеческий фактор разыгрался вовсю. Кто сказал, что если ребенок не написал в сочинении по русскому фразу «автор считает», то авторскую позицию и проблему текста он не понял, и вообще, ничего бедный глупый школьник не понимает. Лично меня вообще тошнит от фразы «автор считает», потому что считают палки колбасы, а автор «имел в виду, размышлял, задумал», да мало ли слов на свете?! Серьезно, кто решил, что сочинение писать надо так, а не этак? Почему я, победитель

всероссийских конкурсов юных писателей и ляляля, не могу написать сочинение для ЕГЭ выше 13 баллов?! Где справедливость? Почему??? Вот уж точно тест на посредственность. Те, кто пользуются достаточно средним IQ, пишу его гораздо

лучше, чем умные детки, ведь последние начинают ДУМАТЬ когда решают ЕГЭ. А этого делать категорически нельзя. Потому что задания рассчитаны на самого что ни на есть посредственного ученика.

Верните старые добрые экзамены по билетам! Я готова даже все предметы сдать, потому что я буду говорить с человеком, я буду видеть его глаза, его реакцию, я сразу получу результаты, и вообще, в этом гораздо больше плюсов. Знания проверятся по всем предметам, способные ученики по углубленной программе, среднячок пусть сдает себе стандартные билеты.

Не убивайте в детях талант, отпустите их в полет творчества, пусть развиваются! Не то еще пара лет таких единых госэкзаменов, и мы вырастим молодежь, которая не способна мыслить творчески, придумывать что-то новое, прекрасное и лучшее.

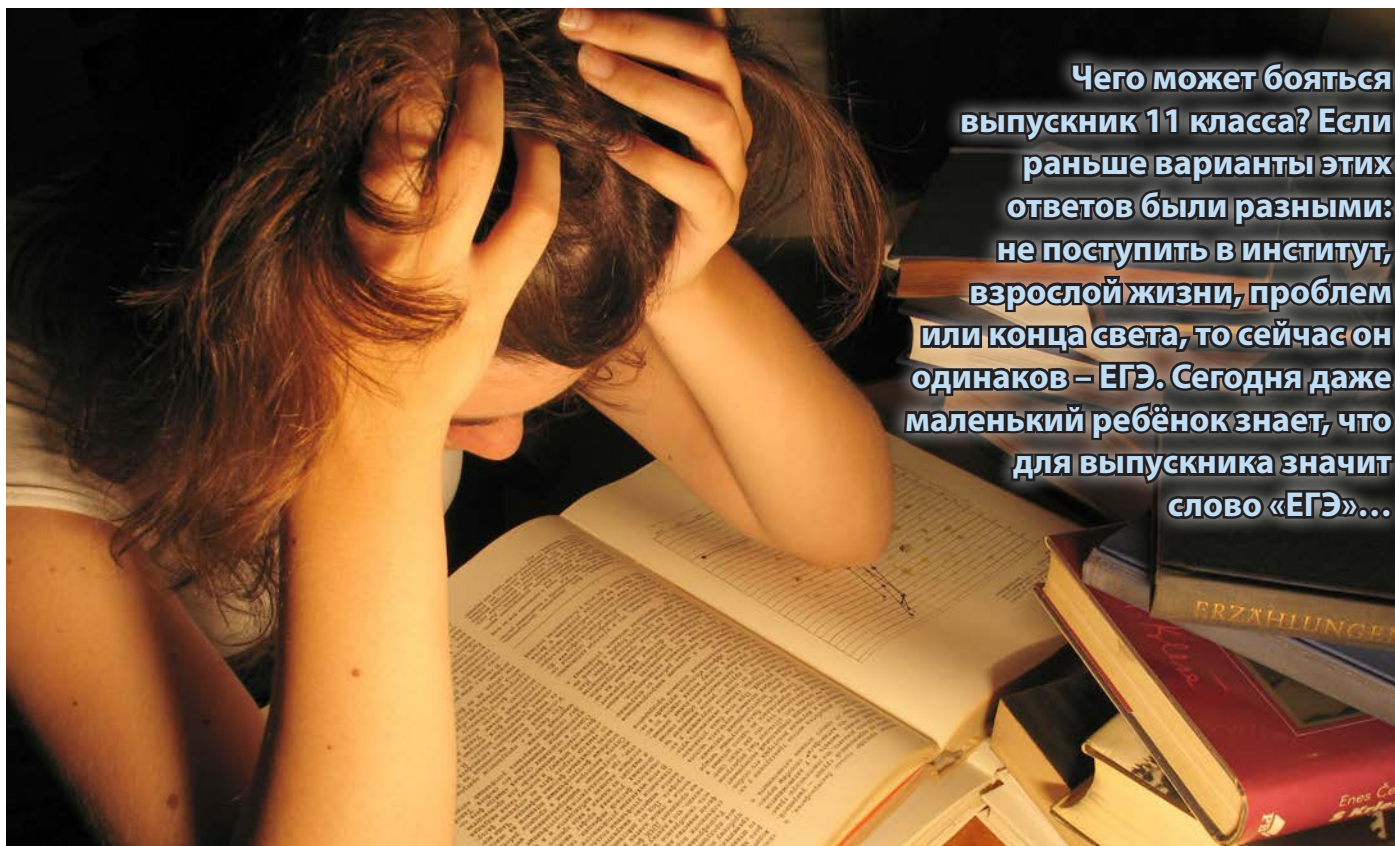
Мария Латюк

Лично меня вообще тошнит от фразы «автор считает»

Не убивайте в детях талант!



Интересное нововведение



Чего может бояться выпускник 11 класса? Если раньше варианты этих ответов были разными: не поступить в институт, взрослой жизни, проблем или конца света, то сейчас он одинаков – ЕГЭ. Сегодня даже маленький ребёнок знает, что для выпускника значит слово «ЕГЭ»...

Между прочим, началось всё с небольшого экзамена, который проверял знания учеников 11 класса. Он проходил как обычный экзамен, но только со своими учителями и в родной школе. Проходит время и ЕГЭ превращается во Всероссийский, масштабный сборник заданий в большой аудитории с камерами, глушителями мобильных телефонов, в других школах и с неизвестными тебе учителями.

И вот в течение уже восьми лет не утихают множественные обсуждения данной темы.

Одна сторона считает, что очень сложно подготовиться к экзамену и сдать его вообще, ведь, чтобы сдать ЕГЭ нужно вспомнить школьную программу за 11 лет, уметь выражать свои мысли, знать огромное количество правил и формул, и, конечно же, иметь стальные нервы и хладнокровие. Если за год можно выполнить первые три пункта, то четвёртый пункт не всегда получается. Все люди разные, кто-то абсолютно уверенно решает все задания, а кто-то трясётся при одном упоминании о ЕГЭ.

Другие считают, что только так можно подготовить хороших специалистов и избежать коррупции при поступлении в ВУЗ, но при

этом они только усложнили жизнь российских выпускников, а взяточничество в сфере образования не пропадает, а наоборот набирает новые обороты. С чем это связано? Каждый родитель хочет, чтобы его ребёнок поступил в лучший ВУЗ, с лучшими результатами и лучшими профессорами, поэтому он находит лазейку и его сын, будучи троечником, набирает максимальный балл. А что делать тем, у кого нет таких средств? Выпускники готовятся, ночами не спят, нервничают, и надеются, на то, что попадётся лёгкий вариант и хоть кто-то знакомый в аудитории, а в голове предстают самые страшные картины.

Но почему одиннадцатиклассники так боятся ЕГЭ? Всё потому что, «очень многое ставится на кон»: твоя будущая судьба, профессия и даже жизнь. Ведь не сдав его, ты получаешь справку, а это ведёт к повторному году обучения в школе, а экзамен становится каждый год всё сложнее и не факт, что во второй раз ты справишься.

Как можно говорить о равных возможностях, если у одного выпускника мама работает поваром в школьной столовой и не может помочь

сыну сдать экзамен, а у другого папа бизнесмен и парень может вообще не учиться!? Да и люди разные. Отличник может готовиться 2 года к экзамену, но заволноваться и не сдать ЕГЭ, а просто уверенный в себе «середнячок», сдаст его на «отлично». Госэкзамен - это тест на посредственность. Потому что, многие задания требуют одного из четырёх вариантов ответа и можно сдать экзамен просто «подкидывая монетку», то есть наугад.

Получается, что законодатели данной реформой ничего не решили: коррупция в сфере образования усилилась, уровень подготовки ученика для ВУЗа падает (ведь выпускник готовится к ЕГЭ, т.е. заостряет внимание на программе предыдущих классов, а не 11 класса), ученики в страхе, а они продолжают усложнять экзамен. А дальше может случиться так, что мало кто сможет «сдать», в стране будут необразованные люди, и только «избранные» у кого это получилось, смогут быть психологами, юристами и экономистами. Хотя, может ко всему этому и идёт, ведь глупыми людьми легче управлять.

Владислав Бондарь

**Почему
одиннадца-
тиклассники
так боятся
ЕГЭ?**

Из литературных побуждений

Тут же на заборе, надписана была мелом всегдашняя в таких случаях острота: «Сдесь становитца воз прещено» — Ф. Достоевский «Преступление и наказание»



Начнем с того, что в нашем мире современная молодежь все меньше имеет представление о «настоящем» русском языке. Великий и могучий постепенно заменяется на безобразный и безграмотный. Первые упоминания об Олбанском языке звучали еще задолго до появления интернета, в пьесе футуриста Ильи Зданевича в начале 20 века: «Здесь ни знают албанскава изыка». Сейчас же главное место «обитания» этого языка — всемирная сеть.

«Прифки, как делифки, чем маешься?» — и не говорите, что никогда такого не видели. Количество таких выражений все больше набирает популярность, причем употребляющие их считают это нормой и даже имеют наглость возражать и перечить грамотным, образованным людям. Не знаю как вас, но меня приводят в шок и недоумение ответы некоторых персон на сделанное им замечание: «Как хочу, так и пишу, не твое дело», ну, или «У нас свободная страна. Все так говорят, и я буду». И какая тут речь может идти о повышении грамотности?

Часто на таком языке общаются, намеренно отрицая нормы русского языка. Тут как всегда проявляется стадный инстинкт: люди упорно не хотят быть индивидуальными! И это наводит на грустные размышления. Ведь чем больше людей «подчиняются» этому потоку, тем быстрее распространяется олбанская словесность. А, значит, все меньше

становится противников данного направления. Представьте себе, если бы каждый человек сам для себя решил быть грамотным и образованным, читать книги и развиваться, насколько больше бы стало в мире интересных, интеллигентных людей?!

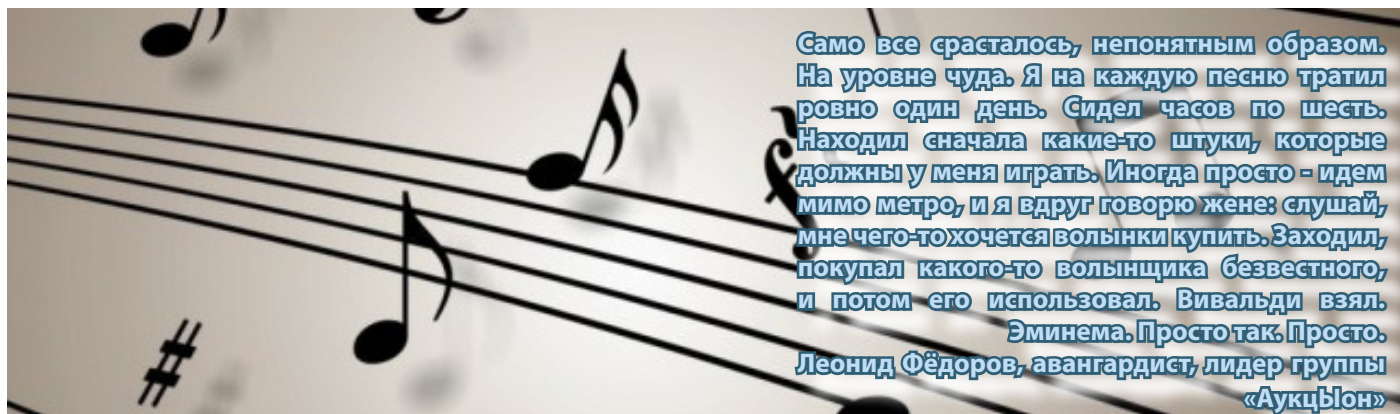
Олбанский йезыг еще называют языком «подонков», иными словами — язык выражения мыслей в неудобочитаемой форме. Такие «написания» не могут прочитать как сами авторы, так и остальные люди. Об обычных художественных книгах они, по-моему, потихоньку начали забывать, хотя, нет, люди, общающиеся на данном языке, вообще никогда о них не слышали. А разве не книги являются главным средством для развития речи, мышления, воображения? Увы, но в последнее время многие с презрением смотрят на читающих людей, считая это занятие пустой тратой времени. Ладно, допустим, красиво говорить современные подростки не стремятся, но что они делают в случае проблемы или сложной жизненной ситуации? «Лезут» во много упомянутый интернет, на различные сайты, форумы и обсуждают данный вопрос с такими же необразованными и неопытными сверстниками! А почему бы не взять по совету взрослых книжку и не прочитать об аналогичной ситуации в художественной литературе, ведь предыдущие поколения сталкивались с такими же трудностями, как и мы

с вами. Лучше спросить совета у пережившего столетия героя, чем у человека одного с тобой уровня развития. С детства я читала книги. Читала все подряд — сказки, приключенческую литературу, рассказы, детективы; только с возрастом стала выбирать именно интересные и полезные книги, те, которые чему-то учат. Например, чтобы понять одного человека и его отношение ко мне, я прочитала роман М.Ю. Лермонтова «Герой нашего времени»; чтобы оценить обстановку в стране в какую-либо эпоху, совсем не обязательно углубляться в историю и беседовать с учителем, достаточно взять томик «Мертвых душ» и насладиться описанием типичного провинциального города. Читая книгу, ты проживаешь не только собственную жизнь, но и жизнь героев; их переживания, чувства становятся твоими собственными.... Неужели вам никогда не хотелось немножко побыть другим человеком, понять, о чем он думает и чем обеспокоен? Разве это не интересно — находить новые возможности, которые станут впоследствии твоими преимуществами?

Остается только надеяться, что на свете еще остались личности, не поддающиеся влиянию глупых критиков и необразованных сверстников. Меня радует, что именно журналисты и являются таковыми.

Елена Барыш

Авангард и классика – вечный спор...



Хотел бы я увидеть счастливое лицо первобытного человека, обнаружившего, что стук по дереву можно сделать ритмичным, а каждому удару можно дать свою высоту звука!

Наверняка, этот парень долго выбивал открытый им ритм. Потом вдруг сбился и начинал выбивать новый. Вскоре ему пришла в голову гениальная мысль! А что если запоминать различные мелодии и играть их по отдельности? Я думаю, именно так был записан первый альбом в стиле пост-рок с элементами фолка и индастриала.

Размышления о музыке почти всегда сопрягаются с вопросом о классике. Почему сонаты Баха и симфонии Чайковского по сей день собирают полные залы ценителей музыки? Что вообще можно назвать классикой, а что нет?

Исторический смысл понятия «классическая музыка» подразумевает музыку второй половины XVIII–начала XIX веков. Однако, если некий слепой музыкант случайно найдёт на балконе бабушкин орган и месяц просидит там, сочиняя сюиту, построенную по тем же канонам и принципам, что и музыка Моцарта и Мусоргского, сможет ли его нерукотворное творение называться «классикой»? Думается, этот вопрос стоит в том же ряду, где и спор «Может ли аниме производиться за пределами Японии?»

В конце концов, музыканты устают ломать голову над этими играми понятий и действуют противоположно упомянутому выше внуку органистки. Подобно Хлебникову, многие ломают принципы классической музыки и экспериментируют на кухне до потери пульса. До потери пульса соседей.

Вот так и встают на разные баррикады такая идеальная классика и такой волшебный авангард. Хотя на самом деле никакого противопоставления

нет, ведь классику теперь никто не делает и делать по определению не может. А если и делает, то его работу пихают в категорию «пост-рок» или тот же авангард. Музыкальные критики придумали столько категорий и систематизаций, что сами музыканты уже запутались и боятся порой брать в руки инструмент, никогда не угадаешь в рамки какого жанра зажмёт тебя аудитория.

Как-то мы аккуратно и определились с тем, что классика – это музыка по правилам, а авангард – музыка вне правил.

Но тут автору статьи приходит в голову мысль, навсегда решающая вопросы этих двух жанров. Для этого ему приходится создать образ некоего исторического развития музыки и вернуться к сомнительной истории о первобытном предке Августа Раша.

Найдя гармонию в ритмичности музыкального рисунка, неандерталец поспешил собрать народ и разъяснить открытые им правила музыки. Именно по этим правилам всё племя впоследствии сотни лет барабанило по пням, камням и головам соплеменников. Способы развития этой музыки время от времени оформлялись в новые правила и входили во всеобщий обиход. Это классика!

И вот один дикарь однажды во время исполнения древо-палочной симфонии вдруг сбился с размера. Все кинулись указывать на ошибку бездарного музыканта, но он почему-то оставил критику без внимания, найдя получившуюся комбинацию стуков красивой. Красивой! Эту красоту оценили только несколько человек, но новый жанр появился, и это было уже неизменно.

Народ ощутил превосходство извращённой человеческой фантазии над всевозможными догматами, сковывающими её. Так человек постиг кунг-фу авангарда...

Автор приносит извинения за используемые им метафоры и аллегории, но он надеется, что цель всего этого словоблудия была достигнута и точка зрения была воспринята читателем.

Правила делают классику красивой, лишённой всего лишнего, наполненной гармонией и непостижимого спокойствия.

Отсутствие правил делает авангард свободным от ограничений. Авангард имеет возможности, недоступные классике, а именно многократное рождение и переосмысление самого явления музыки.

С таким же успехом строитель может отказаться от стандартных правил домостроения а-ля «кирпич-цемент-фундамент» и создавать небоскрёбы, черпая всю информацию не из учебников, а из воображения. Конечно, такие дома неизбежно будут рушиться и огорчать тем самым квартирантов. Но неужели не найдётся тот, кто скажет этому строителю: «Приятель, не огорчайся! Я думаю, суть дома не в том, чтобы в нём могли жить люди, а в том, чтобы он украшал местность...». Товарищ с такими взглядами найдётся мало, но они всё равно проложат путь к развитию всего искусства строительства.

Авангард – это неизбежное явление, рождённое неудержимой страстью людей к новому. И кажется мне, что когда-то этим явлением являлся какой-нибудь «Щелкунчик» какого-нибудь Петра Ильича.

Виктор Горский-Мочалов

Авангард – это неизбежное явление, рождённое неудержимой страстью людей к новому.

«ЕГЭ – попытка подарить разным личностям одинаковые возможности»

Цель введения Единого государственного экзамена – равные возможности для всех выпускников. Одинаковые требования ко всем и строгий контроль оказались решением поставленной задачи, но действительно ли после введения ЕГЭ все абитуриенты получают равные возможности?



Строгие правила – это условия для честной сдачи экзамена без шпаргалок и подсказок, но выполнять задания, когда за тобой пристально наблюдают и любое твоё неверное действие могут принять за попытку списать, достаточно сложно. Напряжённая атмосфера присутствует на любом экзамене, но от ЕГЭ зависит гораздо больше, чем от любой другой контрольной работы.

Равные возможности обеспечивают и одинаковые требования ко всем на экзамене. Даже в сочинении по русскому языку это проявляется: количество слов в работе не должно выходить за

определённые рамки, а если лимит превышен, работу не проверяют, насколько бы хорошей она ни была.

Это попытки дать абитуриентам равные возможности. Но, разве такое может быть, когда разница в самих сдающих? Неравенства созданы природой, а значит, ЕГЭ уравнивать их не может. Некоторые люди могут, выучив всё что надо, просто забыть материал, увидев задания и ни один экзамен пока не смог учесть это или предотвратить, ЕГЭ в том числе. В этом отношении он ничем не отличается от всех остальных. Бывает, случается на любом экзамене,

что хороший ученик забывает что-то из-за эмоционального перенапряжения, а троечник вспоминает то, что слышал когда-то краем уха. Сравнивать эти два типа людей нельзя, хотя вариантов отдельных экзаменов, разумеется, нет. Но в таком случае, зачем восхвалять ЕГЭ и поднимать его выше любых других видов экзаменов?

Также у Единого государственного экзамена есть ещё несколько факторов, которые влияют на оценку, а впоследствии и будущее человека, без самого экзаменуемого. Например, то, что работу невозможно оценить творчески, особенно в тестовых заданиях, ее проверяет машина, а ошибки компьютера при подсчёте баллов никуда не делись.

Таким образом, ЕГЭ не может быть экзаменом, дающим равные возможности, в первую очередь, потому что все мы разные люди и зачем давать паре бумажек такое огромное значение и влияние на будущее человека? Всё-таки количество баллов по ЕГЭ, полученное человеком, не сможет объяснить его характера или профессиональных качеств.

Анастасия Сидорова

«Влюблённые + Штамп = Семья?»



Только ли при наличии этих двух слагаемых можно достичь желаемого результата?

Церемония бракосочетания всегда счастливый момент для пары влюблённых, когда они на бумаге закрепляют свои чувства друг к другу и образуют новую семью. Получается формула: Влюблённые + Штамп в паспорте = Семья?

Чтобы убедиться так ли, это заглянем немного в прошлое и вспомним царскую Россию. Много ли людей решались на брак и создавали семьи по любви? До революции кому и с кем заключать брак решали родители, и семьи появлялись большей частью не по любви, а по расчёту. Выходит формула работала даже без слагаемого

«Влюблённые», и была такова: Брак = Семья.

В наше время встретить семью, созданную таким образом почти невозможно, но зато существует другая, не менее интересная формула: Штамп в паспорте = Получение гражданства = Прописка = Наследство. Фиктивные браки стали достаточно популярной вещью в наше время, когда листок бумаги с нужными символами решает всё. Но ни «Семьи», ни «Влюблённых» в этой формуле нет.

Часто бывает так, что после появления в паспорте заветного штампа люди начинают воспринимать друг друга как данность

и уделять меньше внимания любимым, ощущая, что при наличии штампа вторая половина никуда не сбежит и в каких-либо других подтверждениях любви больше не нуждается. А значит, можно не делать подарков без повода, не говорить друг другу слов любви. Времени друг другу уделяется всё меньше и в итоге брак распадается.

Эта формула действительно работает, не на всех, но работает. Есть на свете такие влюблённые, которые после бракосочетания не забывают о том, как проявлять свои чувства, и продолжают уделять друг другу внимание, с нетерпением ждать встреч, желать иметь общий дом и детей. Именно в таком случае появляется самая настоящая по всем «параметрам» семья.

И последнее: «Влюблённые = Семья». Формула вообще без слагаемого. Встречается и такое, что любящим друг друга людям штамп в паспорте попросту не нужен. Они и живут вместе, и детей воспитывают вместе, а то, что на бумаге – не имеет для них значения.

А значит, только в некоторых случаях штамп в паспорте способен создать семью, но чаще всего для её появления он не требуется. То есть воздействие штампа зависит полностью от людей, которых он связывает.

Анастасия Сидорова

Смертельная угроза свободе!

Раз люди любят друг друга и считают отношения серьезными, значит, они готовы к следующему шагу — оформить свои отношения официально в ЗАГСе. Такие убеждения прививают нам с детства мысль о том, что каждый человек в жизни должен жениться/выйти замуж, чтобы создать семью.



Почему же многие считают, что официально зарегистрированный брак укрепит ячейку общества, убережет ее от ссор, разрывов и измен?! Пожалуй, этот вопрос в последнее время набирает все большую актуальность.

Еще более абсурдным звучит утверждение: «Будет штамп — будет и любовь». Общаясь с людьми среднего и пожилого возраста на эту тему, я заметила, все без исключения утверждают, что главное в отношениях — это именно узаконенность. Часто слышала от них и такое: «Сыграйте свадьбу, а потом уж стерпится, слюбится» или «Гражданский брак — это разврат!».

Кстати, насчет гражданских браков. Вы тоже думаете, что это сожительство без официальной регистрации отношений?... Так вот, вы заблуждаетесь! Гражданский брак, согласно определению большой советской энциклопедии, «брак, брачный союз, оформленный в соответствующих органах государственной власти без участия церкви. Часто его ошибочно принимают за фактический брак».

Так неужели же мы в современном мире будем следовать предрассудкам людей старшего поколения?! Итак... Сожительство. Отовсюду слышатся отрицательные отзывы об этом явлении, тем не менее, таких «браков» становится все больше и больше. Что касается молодого населения, они склоняются в пользу свободных

отношений. Сейчас даже мода такая: все стремятся к независимости, равноправию, самостоятельности. Штамп же они воспринимают как обременение себя. А и правда, что мешает людям любить друг друга, жить вместе, рожать детей, но при всем при этом не быть скованным законом... иными словами, почему бы не основывать семью на любви и доверии, а не на нотариальных обязательствах.

Цитирую опрошенного: «Некоторым людям штамп в паспорте помогает чувствовать уверенность, как в отношениях, так и в обществе». Значит без бумажки, подписанной при всех, и без слова «Да» мы всю жизнь будем чувствовать себя неуверенно, подавленно, а в обществе будем стесняться появляться вместе со своей девушкой/парнем? По мнению большинства опрошенных именно женщины стараются узаконить отношения, чтобы «не остаться одной с двумя детьми без квартиры и алиментов», другими словами, человек настолько не доверяет своему партнеру, что допускает возможность такого поступка с его стороны.

Пожалуй, самое адекватное

мнение из всех, которые я слышала: «Брак дает некоторые дополнительные возможности и привилегии». Соглашусь, ведь иногда обстоятельства от нас не зависят: люди попадают в катастрофы или становятся заложниками террористов. Вспомните, например, террористическую акцию в Москве, известную под названием «Норд-Ост». В палаты к пострадавшим при захвате не пускали их «гражданских» жен и мужей — только официальных родственников. Несчастный случай невозможно предугадать. Поэтому задача брака — обезопасить супругов и их детей в таких вот непредвиденных, сложных ситуациях. Чтобы второй супруг не оказался без прописки и жилья, чтобы не пришлось делить наследство или доказывать отцовство.

В общем, сколько людей, столько и мнений. И право выбирать между сожительством и официальным браком остается за вами. Единственное, что я знаю точно — люди должны доверять друг другу и в любой ситуации быть уверенными в своем избраннике, будь он законный родственник или просто близкий человек.

Елена Барыш

«Брак без любви, любовь без брака»



С давних времен маленькие девочки мечтают о «принце на белом коне», который заберет их из родительского дома и сделает предложение «руки и сердца», стоя на коленях и протягивая заветную коробочку с кольцом. Они представляют себя в пышном белоснежном платье, белых хрустальных туфельках, безупречной прическе и с любимым человеком рядом. Но принцессы и принцы вырастают, и для некоторых это так и остается мечтой. Для других, же свадьба становится чем-то, что может разрушить отношения, а некоторые живут счастливо в браке, ни смотря, ни на что.

Так что же все-таки побуждает людей к официальному бракосочетанию? Давайте для начала рассмотрим несколько видов «брака». Фиктивный брак – это брак, заключенный между людьми из корыстных побуждений. Например, получение гражданства, наследования имущества и т.п. Брак «по залету» – брак, целью которого является привлечение отца к ответственности при рождении «незапланированного» ребенка. «По договоренности» – брак, в котором выбор жениха или невесты осуществляется не самими брачующимися. В некоторых культурах существуют такие понятия как: полигиния (многоженство), полиандрия (форма брака, при которой женщина состоит в официальных отношениях с несколькими мужчинами). Во Франции так же есть «посмертный брак», то есть брак, в котором одного из супругов нет в живых. Ну и, разумеется, «брак по любви». Тот самый, которого так ждет большинство девушек. Правда, немалое количество людей задается вопросом «Зачем же все-таки нужна эта метка в паспорте? Разве любовь нуждается в «штамповании»?». «Да, нуждается», – отвечают те, кто уже счастливы в браке и те, кто только со-

бирается узаконить свои отношения. Аргументируя это крепким желанием создать настоящую семью, которая защищена законодательством, и которая расширяет спектр возможностей дальнейшего развития отношений. То есть, официально зарегистрировавшаяся семья может считаться единым целым, в котором существуют как имущественные, так и неимущественные отношения, и в которой каждый из членов одинаково имеет права на детей и многое-многое другое. С моральной же точки зрения, обоим супругам это дает уверенность в том, что они пробудут вместе еще очень долгое время. Считается, что в силу своей полигамности, мужчинам тяжело принять решение о свадьбе. Но если он все-таки решил, то это означает что он готов принимать свою половинку такой, какая она есть и всю жизнь он хочет связать именно с ней.

Есть и другой вид брака «по любви», зарегистрировать который в нашей стране пока невозможно, да и вряд ли будет возможным в ближайшем будущем. Безусловно, речь идет об однополых браках. Одна часть ЛГБТ групп довольствуется тем, что они просто могут встречаться, без признания их отношений законными. Другая

же часть специально ради штампа в паспорте едет в другие страны, где «нетрадиционные» браки уже стали традиционными. Например, в Нидерланды, Бельгию, Испанию, Швецию, Аргентину, Канаду, ЮАР, Португалию или Исландию. А с лета 2012 года еще и Данию. Ну, а оставшаяся часть борется за легализацию однополых браков в России. Хотя после недавнего нашумевшего закона В.В. Милонова о запрете пропаганды гомосексуализма, который, поначалу, казался слишком нелепым, чтобы оказаться правдой, ЛГБТ в России чувствуют еще большее давление со стороны общества и властей. Но все-таки, такой закон был принят, а значит, Россия сделала еще один шаг назад от равноправия.

Но все же, значит ли так много штамп в паспорте? Не так давно я познакомилась с девушкой 25-и лет, у нее есть любящий молодой человек, с которым она встречается на протяжении 7 лет. Более того, у них даже есть ребенок. Но, ни у нее, ни у него нет печати в паспорте, подтверждающей их отношения. Сама она говорит, что единственное, что может помешать свадьбе, так это то, что «вместо «мы встречаемся», можно говорить «мы женаты»». И многие с ней согласятся. Хотя статистика и может ошибаться, но все-таки говорит, что большой процент успешных, любящих пар расходятся сразу после свадьбы. Сторонники жизни «без штампа» говорят, что это отличный способ проверить свои отношения, развивать их и не давать им прийти к какому-то заключению. А та самая отметка о браке никогда не прибавит ответственности к безответственному человеку, а значит, он нужен только для избежания всяческих юридических неурядиц.

В одном фильме прозвучала фраза «Брак может стать тяжким испытанием, если нет большого чувства». А это означает, что в любом случае брак – очень серьезный шаг. И прежде чем бежать в ЗАГС сломя голову, нужно понять чего именно человек хочет от отношений. Как показывает практика, отношения без официальной регистрации тоже могут существовать, а выбор жить в официальном браке или же не регистрировать свои отношения – зависит только от желания влюбленных и от их намерений по поводу самих отношений. В любом случае, любовь – есть любовь, поэтому любите и будьте любимыми!

Вита Холкина

Панк-молебен: право на свободу веры или провокация?



Несмотря на то, что Россия не была испокон веков православной, эта религия прочно укрепилась в культуре и менталитете русского народа. Являясь экзотической смесью славянского язычества и еврейского христианства, православие пронизывает всю жизнь многих россиян: сразу после рождения их окунают в воду, вешают на шею мёртвого Иисуса, всю жизнь напоминают о правилах, нарушение которых приведёт к вечным мукам, и призывают прощать и смиряться со всем, что бы ни случилось.

Конечно же, эта картина не является идеальной, ибо стремление людей к духовному возвышению и царствию божиему регулярно нарушается низменной природой человека, а также кознями безбожников, которых становится всё больше, и вот уже всю великую Русь заполнили богохульные речи, полные такого опасного в этой стране свободомыслия.

«Атеист — это вообще животное, больной, надо лечить!» (Ю. П. Вяземский)

21 февраля 2012 в храме Христа Спасителя произошло событие, повергшее прихожан в шок. Несколько девиц в цветных масках забрались на амвон и попытались исполнить песню, названную впоследствии «панк-молебен». Спустя некоторое время доблестные работники правопорядка задержали буйных феминисток и сопроводили в полицейский участок. И вся эта история осталась бы незамеченной и ограничилась бы коротким репортажем на центральном канале, а девушки получили бы максимум 15 суток, но.... Так получилось, что об этом событии заговорила вся планета и панк-музыкантши оказались осуждены на два года исправительной колонии общего режима. Как же так могло получиться?

Начнём с того, что это была песня с названием «Богородица, Путина прогони!». То есть на лицо открытый протест против действующей власти. При всём том, что миллионы россиян внимательно слушают транслируемого каждый час на центральном канале президента, это не повод для ареста.

Согласно обвинению, всё мероприятие имело религиозные мотивы. Удивительно, но не так уж и много среди людей, обвиняющих девушек в оскорблении чувств верующих, тех, кто знаком с текстом самой песни. Однако прочтя её, любой человек убедится, что ни о каком оскорблении чувств прихожан

речи не идёт. И вообще текст имеет сугубо политическую направленность, что почему-то никак не хотел признавать глубокоуважаемый всеми нами независимый суд Российской Федерации. Читающий эту статью может самостоятельно прочесть текст и удостовериться в отсутствии каких-либо религиозных суждений. Осуждённые объясняли журналистам, что относятся к христианству хорошо, да и сами являются христианками, но их возмущает соединение церкви и государства, выражающееся в совместной политике Владимира Гундяева (патриарха Кирилла) и Владимира Путина.

«Если вас будут спрашивать люди по поводу выборов, то вы с амвонов говорите, что надо голосовать за Путина...» (Духовник Патриарха Кирилла схиархимандрит Илий)

А теперь самое главное. Можно долго дискутировать на тему того, насколько безнравственен был поступок девушек, однако мы имеем дело с демократическим законодательством, перед которым все равны, и которому должен подчиняться порядок всего в цивилизованной стране. Так вот приговор, вынесенный Хамовническим судом по этому делу, вызывает некоторое недоумение, перерастающее в непреодолимое желание покинуть эту страну.

Напомню, что основа всего обвинения состоит в том, что достигнутой целью панк-молебна являлось «оскорбление чувств верующих».

Итак, привожу две выдержки из приговора: «Мотив религиозной ненависти в действиях подсудимых суд усматривает в следующем.

Подсудимые позиционируют себя сторонниками феминизма, то есть движения за равноправие женщин с мужчинами.

В Российской Федерации равенство

прав и свобод закреплено в ст. 19 Конституции РФ...

... Принадлежность к феминизму в Российской Федерации не является правонарушением или преступлением. Ряд религий, таких как православие, католичество, ислам, имеют религиозно-догматическую основу, не совместимую с идеями феминизма. И хотя феминизм не является религиозным учением, его представители вторгаются в такие сферы общественных отношений как мораль, нормы приличия, отношения в семье, сексуальные отношения, в том числе нетрадиционные, которые исторически строились на основе религиозного мировоззрения».

Таким образом, Хамовнический суд обвиняет законодательство РФ, а именно ст. 19 Конституции РФ в оскорблении чувств верующих. Это было бы смешно, если бы не было так грустно.

И вторая выдержка: «Позиция, занятая подсудимыми о том, что все действия в Храме ими совершены не по мотивам ненависти и вражды по отношению к православным верующим и христианству, а по политическим мотивам, является несостоятельной, также и потому, что как следует из показаний потерпевших, в Храме во время совершения хулиганских действий подсудимыми не было сделано никаких политических заявлений, не была упомянута фамилия ни одного из политиков...»

Вот и получается, что, согласно позиции суда, действующий президент России политиком не является.

Что же такое панк-молебен? Право на свободу веры или провокация?

Ито и другое. Если бы не эти феминистки, то кто-нибудь другой обратил бы внимание общественности на преступную политичность церкви и недопустимую религиозность государства. Этот вопрос нарушения светскости рано или поздно всё равно был бы поднят. Реакцию же общества на этот панк-молебен вполне можно понять, ведь большинство населения ставит религиозную догматику выше законодательства, что приводит к негативному отношению ко многим формам равноправия и нетерпимости к тем, чьи взгляды отличаются от общепринятых. Что и говорить, Россия полна гомофобов, православных фанатиков, ярых националистов, противников чайлдфри и остальных борцов за некие традиционные ценности нации.

«Эта акция вскрыла какой-то ящик Пандоры. И стало видно, что РПЦ больна, как больно и министерство здравоохранения, и наши силовые структуры...» (Юрий Шевчук)

Виктор Горский-Мочалов

Муси-пуси для церкви

1. Российская Федерация - светское государство. Никакая религия не может устанавливаться в качестве государственной или обязательной.
2. Религиозные объединения отделены от государства и равны перед законом. (Конституция РФ, статья 14)

Привет, Россия! Привет, светское, демократическое государство! Ну, по крайней мере, согласно конституции. Только вот, отчего-то, 17 августа я окончательно убедилась в обратном. Именно 17 августа Екатерина Самуцевич, Надежда Толоконникова Мария Алехина, которые в обществе более известны как богохульницы, богомерзкие девицы, ну и участницы панк-группы Pussy Riot, получили 2 года колонии общего режима за тот самый нашумевший панк-молебен в ХХС (Храме Христа Спасителя)

Сколько не выступали музыкальные феминистки, и на станциях метро, и на крышах спецприемников, и даже на Красной Площади, но все им было мало. Для своего следующего выступления они выбрали весьма рискованную площадку – Храм Христа Спасителя. 21 февраля 2012 года, забравшись на амвон (специальное место, которое предназначено для чтения богослужебных текстов), участницы группы около 41 секунды крестились, пели песню «Богородица, Путина прогони», а затем были удалены охранниками. Через несколько дней девушкам выдвинули обвинение в хулиганстве и подали в розыск, а 3 марта Надежда и Мария были арестованы. Еще одну девушку – Екатерину Самуцевич арестовали позже – 16 марта.

С этого времени и вплоть до 17 августа большая часть страны наблюдала за судебным процессом над феминистками. Все это время суд пытался установить религиозную направленность панк-молебна. А теперь представьте, светское государство, 21-й век, Москва, Хамовнический суд, судья спрашивает у одного из «потерпевших» ... крестились ли участницы так, как крестятся все верующие. А вот и выдержка из ответа свидетеля: «Я не помню точно. Но, по сути, крестилась пародийно, сатирически. Люди должны креститься благоговением, не быстро. А она крестилась как-то резко. Это не то крестное знамение, которым должны себя осенять православные христиане». Вообще сам судебный процесс очень спорный. Там было все: и уборщица ХХС, которая говорила, что оскорблена тем, что девушки были в масках, устанавливали аппаратуру и устраивали НЕЦЕРКОВНЫЕ пляски. Что ж, значит веселиться в наших храмах все-таки можно. И алтарник, который

заявил: «Это явная вражда и неприязнь. Особенно эти НЕЗАКОННЫЕ движения рук». Кстати, каждому свидетелю был задан вопрос о принадлежности к христианской вере, а у некоторых даже спрашивали о том, глубоко верующие они или нет. Интересно, как же суд собирался проверять «глубины» их веры? А вдруг они вообще ложные показания дают?! Более того, совершенно непонятно, почему обвинение апеллировало церковными правилами?! Ведь официально судили не церковным судом. А один из свидетелей обвинения, как оказалось даже не находился в ХХС во время самой акции, а просто посмотрел видео в интернете. «Черная энергия шла от ролика, посмотрел раза три», - говорил он в зале суда. Что ж, значит, свидетелем мог стать каждый, кто просто просмотрел ролик?! (А таких, к слову, больше двух миллионов). А Московский суд все так же прислушивался бы к субъективному мнению?! Разве это все не похоже на фарс?!

К сожалению одних и счастью других, девушек посадили на два года за «хулиганство по мотивам религиозной ненависти». 2 года за 41 секунду. Два года девушкам, дети которых остались без матерей. Два года за протест против власти. А если пользоваться все теми же библейскими заповедями, то как же всепрощение? Как же подставить другую щеку? И почему в государстве, где настоящим преступникам могут дать условное наказание, то за обращение к Богу «не по правилам» дают два года?

Сами «Pussy Riot» неоднократно заявляли, что их акция была строго политической и они не хотели оскорбить чувства верующих. «Мы уважительно относимся к религии и к православию в частности, именно поэтому нас возмущает,

что великую и светлую христианскую философию так грязно используют. Нас выносит от того, что это прекрасное сейчас ставят «раком». Нас выносит до сих пор от этого, и нам реально больно на все это смотреть». Если внимательно прочитать и анализировать текст песни, исполненной группой Pussy Riot, то можно увидеть не антибожьё направление, а выражение своего личного возмущения против взаимодействия РПЦ с властью, против продажности церкви и против той системы, которая установилась в государстве.

«Кто виноват в том, что произошло выступление в храме Христа Спасителя и последовавший за концертом процесс над нами? Виновата авторитарная политическая система. То, чем занимается группа «ПР» — это оппозиционное искусство или же политика, обратившаяся к формам, разработанным искусством. В любом случае это род гражданской деятельности в условиях подавления корпоративной государственной системой базовых прав человека, его гражданских и политических свобод. Многие люди, с которых все нулевые неумолимо и методично сдирали кожу планомерным уничтожением свобод, теперь взбунтовались. Мы искали настоящей искренности и простоты и нашли их в панк-выступлении», - вот как объясняет свое выступление

Безусловно, это выступление за свободу веры, за свободу веры от церкви, за свободу веры от алчности людей, стоявших во главе церкви. И нет сомнений, что это еще и провокация. Ведь если бы не провокационный аспект этой акции, то она бы и не вызвала такого общественного резонанса, а значит была бы абсолютно бесполезной.

Вита Холкина

Панк – молебен — новая субкультура или выходка феминисток?

В Древнем Египте за это было бы наказанием смертная казнь, во времена Средневековья — сожгли бы на костре, а в наше время это практикуется в некоторых городах России. О чём я говорю, спросите вы? Я отвечаю о постепенно формирующейся новой субкультуре — панк-молебен.

Основателем её стала российская феминистская панк-рок группа «Pussy Riot», участницы которой выступили в Храме Христа Спасителя с песней «Богородица, Путина прогони...». Это самая известная их песня, но есть и другие, такие как: «Освободи брусчатку», «Кропоткин — водка» и другие. Их песни в основном на политическую тему и связаны они с недовольством выборами в Госдуму, президента Российской Федерации и его политикой.

Данный протест вызвал горячие дебаты общественности. С одной стороны, люди считают, что данные действия недопустимы и девушки осквернили Храм, оскорбили Бога и религию, и наказание, которое они получили (а им дали два года в колонии общего режима) гуманно. И на то у них основания. Но если разобраться, то за

что их арестовали? Группа имела право прийти в Храм и прочесть молитву, даже если и таким необычным образом. Статьи про то, что нельзя танцевать и петь в святом доме, в УК РФ просто нет. Выходит, их арестовали по 213 статье (т.е. за хулиганство), хотя при составлении дела присутствовал и другой фактор — праведная ярость. Это то чувство, которое заставляло нас защищаться от врагов земли русской во все времена.

С другой стороны, общественность считает, что девушки поступили правильно, тем, что выступили в Храме Христа Спасителя, но не потому, что они ненавидят религию, как таковую, а потому что, недовольны политикой президента и действиями священников. Но чем вызваны данные утверждения? А тем, что даже церковь утонула в грязи под названием

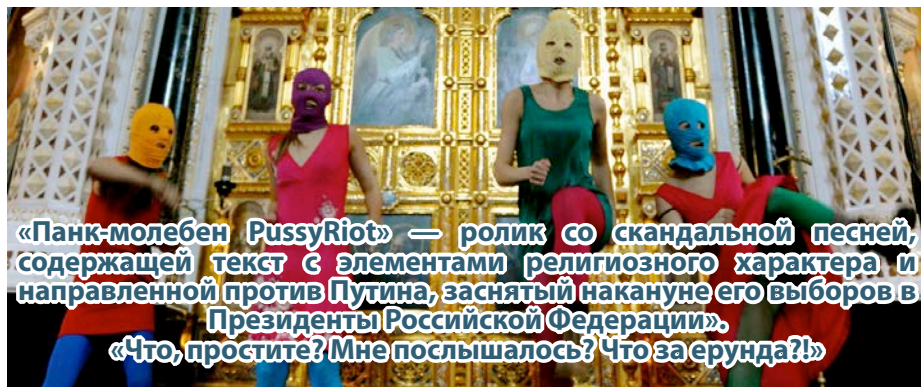
«коррупция». Святые отцы ездят на дорогих автомобилях, не соблюдают пост, выпивают и поступают не так как велел Бог.

А дальше лучше, после инцидента последователи «Pussy Riot», свалили 4 поклонных креста в 2 регионах России. А это значит, что простая выходка феминисток, может перерасти в целую субкультуру, которая будет носить разноцветные лыжные маски (их отличительный знак), танцевать в церквях и выражать недовольство политикой Путина или ещё кого-то через панк-молебен.

Даже если участницы группы не довольны религией, они не должны были настолько грубо об этом говорить. Этим поступком девушки заделали чувства верующих и не только. Можно же было начать с небольшого митинга, который перерос бы в целое движение. Выходит то, что выступление в Храме Христа Спасителя было больше пиаром, чем самовыражением. А это означает, что панк-молебен- это провокация.

Владислав Бондарь

Панк молебен – Дань глупости



Примерно так я отреагировала на эту новость и отмахнулась. Однако, когда шум вокруг этого события превысил все допустимые децибелы, я решила, что в деле стоит разобраться.

Россия – светское государство. То бишь церковь отделена от управления великой и могучей. Ну, и чего, спрашивается, девчонки полезли на алтарь? Через веру показать правительству, что оно работает не так?

Ну, допустим, пожаловались? Дальше-то что? Возымело ли это эффект? О, да, и еще какой. Только с объектом воздействия промахнулись. Вся православная верующая Русь всколыхнулась в праведном гневе. Это логично.

Нет, на самом деле, зачем трогать

церковь и попирает святыни? От горшка два вершка, а покусились на многовековую религию. И смех, и грех, и маразм полный. Если уж, так хочется изменить что-то, меняйте законным путем, не задевая ни чьих чувств. И вообще, прежде чем заставлять людей думать, надо свою голову иногда включать.

Поражает их дешевая, мерзкая популярность: кандидаты в номинации «проект года», 57 место в топ самых влиятельных людей искусства, 16 место в списке «влиятельных мыслителей искусства». М-да... Где тут, говорите, к концу света веревки с мылом продаются? Похоже, он пришел. Просмотрев новости, послушав мнения окружающих, полное впечатление, что сие действо смердит страшно, и все вокруг визжат, лают, воют.

Мое слово тем, кто одобряет произошедшее: «Ребят, может быть, больше бы народу было за, но не такими методами действовать. Если вы думаете, что минус на минус будет плюс, то это вам не математика, не сработает. Мое слово тем, кто «против». Здесь мое мнение совпадает. Так делать нельзя, потому что страдает логика, мораль, и прочее, а вселенская глупость довольно потирает ручки».

Но вернемся к Пуси Райт. В общем, дело закрутилось и приняло угрожающий оборот. Ненависть простого люда дошла до такой точки кипения, что казалось, глупых дурочек вот-вот сожгут на костре. И правительство подсутилось, обрушив на них быстро придуманную и вполне логичную кару – внеплановый отпуск в местах далеко небезызвестных, то есть в тюрьме. А толку? А как же знаменитый девиз «клин клином вышибают»? Наказание должно быть равно проступку: они унизили верующих морально, пусть и их морально унижают. Оправят на общественные работы или заставят ходить по улицам с надписью – афишей своего преступления (это, между прочим, практикуют в Америке, на которую Россия по непонятным мне причинам пытается равняться).

Головой надо думать, головой...

Мария Латюк

Национализм: откуда ноги растут?

Однажды, я как обычно вернулась домой с вечерней прогулки, в доме витал теплый запах запеканки, а в гостиной мама, как обычно, коротала свой вечер за просмотром очередной телевизионной передачи. Как правило, она не так внимательна ко всему тому, что показывают по «ящику», но в этот раз ее что-то явно заинтересовало.

Одно за другим диктор произносил слова «скинхед», «фашисты», «национализм», «ксенофобия» и т.п. Разумеется, меня это тоже не оставило равнодушной и я присоединилась. Во время просмотра мы не обронили ни слова, но время от времени на моем лице то появлялась легкая ухмылка из-за неосведомленности создателей передачи о том, что они рассказывают. То лицо принимало выражение глубокого разочарования, так как подобную передачу смотрим не только мы с мамой, но и сотни, а то и тысячи людей. В той самой передаче рассматривались вопросы, касающиеся нацизма, который, отчего-то, называли национализмом. Более того, по какому-то только им известному принципу, они упомянули о расовых предрассудках скинхедов и т.д. Не знаю, была ли та передача снята с использованием эффекта 25 кадров, но мама решила серьезно поговорить со мной на эту тему:

- Вита, я же знаю, что ты с этими, как их, с бритоголовыми общаешься! Я запрещаю тебе делать это! Они вон, людей убивают, а ты вот так просто гуляешь с ними.

Разумеется, переживания моей мамы мне понятны, но в тот вечер мне пришлось провести краткий ликбез на тему того, кто такой скинхед, что такое нацизм, а что, же все такое национализм.

- Хорошо, мам. Эти, как ты выразилась, «бритоголовые» — это скинхеды. Только на самом деле эти самые скинхеды совсем другие.

Появились они в конце 60-х, как выходцы из рабочего класса, ходили на футбольные матчи, пили пиво и слушали ска и регги. Кстати, среди них и темнокожих было не мало, представляешь?

А вот уже к концу 70-х такая партия как «Национальный фронт» решила привлечь к себе новых скинхедов. А появление «скинхеда-расиста» на одном из телевизионных шоу вообще очень сильно ударило по всему движению. Плюс, еще и СМИ начали распространять такую информацию. Только все те, кто как-то проявляет свои расистские наклонности — самые настоящие боны (бонхеды). И никакого отношения к скинхедам они не имеют.

А потом появились еще две категории скинхедов RASH и SHARP. И те, и другие, например, выступают против мифа, о том, что скины — расисты, как говорят нам СМИ, а также борются против дискриминации. Только RASH — левые, а SHARP — аполитичны. И как однажды сказал Родри Морено: «Если ты — расист, ты не можешь быть скинхедом. Потому что не было бы никаких скинхедов, если бы не было Ямайки». Так что мам, я и мои ребята не имеем абсолютно никакого отношения к убийствам, издевательствам и запугиванию людей других национальностей.

- Так, с этим разобрались. А что там с наци...

- Ну... Такое явление существует, да. Только не в том понятии, в котором ты только что услышала. Не знаю почему, но национализм совершенно ошибочно приписывают

к фашизму и нацизму. Высшая ценность националистов — нация. Вот википедия нам говорит: «В своей основе национализм проповедует верность и преданность своей нации, политическую независимость и работу на благо собственного народа, культурное и духовное возрастание, объединение национального самосознания для практической защиты условий жизни нации, её территории проживания, экономических ресурсов и духовных ценностей». А значит, националисты не пропагандируют вражду между представителями других наций. Чего нельзя сказать о нацистах, идеология которых крутится вокруг того, что одна нация может превосходить другую и генетическая случайность для них вовсе не случайность. Нацизм — чувство собственности, нацизм — это эгоизм, который нацисты так хотят прикрыть «патриотизмом». Именно поэтому нужно четко чувствовать грань между национализмом и нацизмом. И не давать национализму «хватать лишку».

Вот видите, если бы не эта передача, то мне бы и не пришлось выводить маму из заблуждения. А вы представьте, сколько людей думает так же, как думала моя мать?! Одна из главных проблем современных СМИ — подмена понятий. Это и приводит к массовому самообману. А что касается вопроса «говорить или молчать», то я отвечаю. Говорить. Только прежде чем говорить, нужно понять, о чем ты говоришь, правильно ли ты говоришь, и нести ответственность за все сказанное. Таким и должен быть главный девиз журналиста.

Вита Холкина



Пытка едой

Нормированное и правильное питание — залог здоровья и успеха! Главное выбирать все сочетаемое, все натуральное и проблемы в один миг уйдут сами собой. Просто и понятно. Но, могу вас огорчить, этих элементарных правил совсем не достаточно, чтобы вести здоровый образ жизни.

Допустим, вы взрослый человек и можете соблюдать данное расписание (хотя, далеко не все взрослые смогут это сделать), но поставьте на ваше место ребенка: вечные капризы, нереальные запросы, требования справедливости, о нормированном питании и речи быть не может. Именно тут вступают в силу другие методы.

«Сядь и доешь!», «Пока не съешь, не получишь компьютера!», «Или тарелка будет пустая, или сладостей не получишь!» — знакомая ситуация, не правда ли?

Наверное, в каждой семье было что-то подобное: непослушные дети, которые отказываются есть здоровую полезную пищу, предпочитая ей сухарики, «Ролтоны», шоколадки и т. д. А что, желудок полный, ощущения голода нет, значит все нормально. Мысли подростков вполне понятны, но вот взрослые настроены против этого серьезно! Неужели их чадо будет есть какую-то гадость, вызывающую огромное количество болезней, меняя ее на свеженький суп, вареную картошку, котлетки... в которых содержатся все нужные витамины для растущего организма?!

«Нееет! Такого никогда не будет.

Если не хочет по-хорошему, значит, буду наказывать и шантажировать. Я то главное, а значит и права» — именно с этой родительской мыслью начинается беспощадная и жестокая война. А, как известно, войны не всегда заканчиваются миром.

Психологи и врачи уже на протяжении многих лет наблюдают конфликты в семьях из-за питания ребенка. Настойчивость, крики и жесткий контроль не доведут ни до чего хорошего в отношениях с крохой. Плохое настроение, агрессия, невротическая реакция на еду и даже побеги из дома! Ни один родитель не пожелал бы такого. К тому же, исследования, проводившиеся в США, показали, что дети, которых кормят насильно, впоследствии значительно чаще страдают нарушениями в работе желудочно-кишечного тракта и щитовидной железы, не говоря уже о страхах и неврозах. Вот и говори после этого о правильном питании.

Стереотипы,двигающие взрослыми вполне обоснованы:

1. «Сытость, упитанность — это здоровье»
2. Традиционное, для нашей страны, отношение к ребенку, как к су-

ществу мало что понимающему еще в этой жизни.

3. Осознание самими родителями недостаточного количества внимания и опеки ребенка, которое они, конечно же, стараются восполнить заботой о его питании.

4. Насильственное питание или нет, главное я выполняю родительский долг.

Конечно, осознать свои ошибки и свою неправоту очень трудно, но в воспитании детей не бывает легких путей. И если уж вы решили исправить ситуацию и заслужить доверия у ребенка, надо изменять подход к питанию.

Во—первых, почему бы не привлечь к этому самого ребенка? Обсудите меню и волнующие вопросы вместе. Исключите из рациона вызывающие отвращение продукты. Я думаю, он не будет против, если увидит, что родители учитывают и уважают его мнение.

Во—вторых, может помочь урегулирование режима дня. Поменьше разрешайте перекусывать, перебивать аппетит. Если же ребенок все равно отказывается есть, значит организм просто не требует пищи в данный момент. И, в—третьих, никогда не заставляйте есть ребенка через силу! Ничего смертельного не случится, если он несколько раз пропустит завтрак. Остается только набраться терпения и, уверена, вы сохраните не только здоровье, но и хорошие отношения с ним!

Елена Барыш

Вкусная бомба

Чтобы расставить «все точки над И», то разберем все недостатки чипсов.

Начнем с того, что далеко не все чипсы производятся из картошки, которая нарисована на упаковке. На самом деле это обработанные мука и смесь крахмалов, которые чаще всего оказываются соевыми, и являются очень вредными для организма, ведь после переработки его организм, он превращается в глюкозу. Поэтому если сильно злоупотреблять такими «лакомствами», избыточный вес гарантирован.

Но и на этом производители

На дворе 21 век, и многие уже забыли про здоровое питание. Порой, даже не замечают мелочей, которые могут неблагоприятно сказаться на здоровье. Сейчас вошло в норму есть продукты быстрого приготовления, а ведь лучше съесть большое яблоко, чем грызть какие-то чипсы.

не останавливаются. Так как мы уже узнали, чипсы делают не из картошки, поэтому и вкуса картофеля там не наблюдается. Но что же тогда это? А это множество специй, и очень вредная добавка, под очень известным многим названием «глутамат натрия», который из совсем не вкусного продукта, может сделать очень приятную на вкус еду. Но главный его изъян — так это то, что он вызывает привыкание. А в нашем мире мало кого волнует состояние здоровья потребителя, главная цель компаний — привлечь покупателей.

Чипсы только, выглядят

безобидно, но на самом деле это бомба замедленного действия, которая постепенно может привести к серьезным заболеваниям.

Не так давно в одних чипсах был найден глицидамид, опасное вещество, которое разрушает ДНК, а так же приводит к раковым опухолям.

В основном основными потребителями таких продуктов являются дети и подростки. Взрослых — гораздо меньше. Но взрослые не редко идут на уступки детям, лишь бы успокоить, покупают чипсы. Это вкусно, но очень опасно.

Михаил Гунько

Ешь быстро, умри молодым!

Все любят есть. Это самое популярное занятие! Мало того, это самое неизбежное занятие. Есть приходится всем, но все делают это по-разному. Быстрая еда, индийская кухня, вегетарианство... Многие идеализируют свой рацион питания, порой ведутся жаркие дебаты на эту тему. Недавно я осознал, насколько большую роль играет в моей жизни еда и решил прояснить для себя ситуацию. Правильно ли я питаюсь, и что следует изменить в этом плане? И стоит ли вообще думать об этом?

Гугл мне в помощь!



Когда я ем, я глух и нем. Первым делом я вспомнил это поучение, помогающее родителям ненадолго заткнуть своё общительное чадо. Оказывается, за этой фразой кроется нечто очень сильно связанное с биологией и оказывающее большое влияние на пищеварение. Ходят слухи, что во время еды, человек должен молчать и усердно думать о потребляемом продукте. Мол, в этом случае мозг даст команду выделять правильные ферменты. Известно же, что на разные продукты нужны разные ферменты. Так вот, дабы этот процесс проходил слаженно, потребителю следует совершать трапезу не только телом, но и мыслями. И молча. Звучит правдоподобно.

Есть нужно медленно. «А вот в армии последний доевший моет посуду! Понял? Тогда ешь быстрее!». И наивные дети активно орудут ложками, гонимые страхом посудомойки. И эта привычка остаётся на всю жизнь. И знаете что? Это самая вредная из всех известных мне привычек!

Начнём с того, что процесс пищеварения начинается уже во рту. Не где-то там около пупка, а сразу после попадания в ротовую полость. И чем хуже человек прожёвывает пищу, тем в менее обработанном виде она попадает в желудок, тем больше напрягается этот священный орган. Ай-яй-яй! Какой стресс! Три раза в день! А если вспомнить о потерянных полезных веществах...

Ну разве этого не достаточно, чтобы с сегодняшнего дня каждый раз во время еды представлять себя коровой и медленно пережёвывать любимые бутерброды с колбасой? К тому же, надо наслаждаться вкусом и всё в этом роде...

Если ваша половая принадлежность начинается на букву «Ж», то у меня есть для вас новость. Существует такой хитрый способ похудеть... Ну да, не есть. Ну да, я всё ещё о вреде быстрой еды! Дело в том, что медленный процесс приёма пищи способствует насыщению меньшим количеством еды. То есть голод утоляется при меньшем количестве съеденных калорий. Так вы знали об этом? Ладно, идём дальше.

Запивать еду вредно. Некоторые диетологи не согласны с такой точкой зрения, но мы сделаем вид, что нам это не интересно. Итак, в чём суть? А в том, что запивая водой пищу, мы нарушаем процесс пищеварения. (За сценой связанное меньшинство диетологов всё ещё кричат, что это физиологическая потребность человека). Вода как бы замещает слюну и та, будучи не в силах конкурировать с таким количеством оксида водорода, не в состоянии полноценно участвовать в пищеварении, и этот важный процесс злостным образом нарушается. Жирные продукты вообще запивать не стоит, так как это приводит к панкреатиту. А в этом слове радуют только первые четыре буквы,

остальные как-то портят пейзаж...

Хотя, о вспомогательных жидкостях забывать не стоит. Например, неплохо бы выпить стакан воды (а лучше воды с лимоном) минут за 10 до приёма пищи. Это пробуждает желудок, словно ведро ледяной воды уснувшего охранника.

А немного сухого вина поможет вам после жирной еды. Алкоголь, знаете ли, помогает всасываемости пищи. НЕМНОГО сухого вина. Ну очень немного.

Овощи и фрукты. Мама говорит, что овощи и фрукты полезны. И каждый раз вся семья после еды на десерт вкушает по плоду чего-нибудь. Виктор Горский-Мочалов, гуашь.

Выплюньте! Все-все-все! Всё-всё-всё! Диетологи вырвались на свободу и поучают молодёжь. Вместе с термической обработанной пищей не советуется потреблять сырые овощи и фрукты, так как это способствует гниению и брожению в кишечнике. Звучит несколько ужасающе, но... Получается, никакого салатика с помидорами к жаренному картофелю? Выходит, что так.

А я предупреждал: нечего слушать этих диетологов...

Всем приятного аппетита и помните: полезно то, что вкусно.

И ещё: думать — вредно.

И вообще — живи быстро, умри молодым!

Ну всё, всё, сайн-офф...

Виктор Горский-Мочалов

ED = АД

ED (eating disorders – англ.) – расстройство приема пищи.

Возможно, вы их часто встречали на улице, видели фотографии в интернете и журналах, натыкались на информацию о них в книгах. Я говорю об экстремально худых девушках, женщинах, а иногда даже и парнях. Почти все эти люди – жертвы нарушения пищевой деятельности.

ED является одним из самых сложных психологических заболеваний. Под расстройством приема пищи понимается и анорексия, и булимия, и компульсивное переедание. Конечно, это не весь список заболеваний, принимаемых за ED, но именно они – самые распространенные в современном обществе. К сожалению, иногда люди с ED совершенно незаметны, если нет ярковыраженных побочных эффектов.

Анорексия – заболевание, при котором человек в целях похудения ограничивает себя в питании или даже отказывается полностью от еды. Анорексика не сразу же можно узнать, ведь болеть анорексией можно и тогда, когда у человека здоровый вес, и когда присутствует лишний вес. Но это лишь начальная стадия, ведь уже через какое-то время у таких людей будет наблюдаться резкое снижение веса. Главная проблема анорексиков это то, что они отрицают наличие самой болезни, а также не могут здраво оценить реальное состояние их тела. Неважно, весят ли они 40 килограмм при росте 170 см, или 30, или даже 25 – для них цифра, показанная весами всегда велика.

Примечательной особенностью является то, как люди с ED питаются. Они могут делать это стоя, принимать пищу маленькими кусочками и т.д. Чтобы их окружение ничего не заподозрило о развитии их болезни, они специально пачкают посуду едой, делают вид, что начали есть, но при этом вся еда летит в пакет, а затем в мусорный бак. Иногда, анорексия переходит в другую стадию – булимию.

Булимия – неконтролируемое

чувство голода и поглощение огромного количества еды. То есть, так называемые булемики, могут съесть все, что только попадется им на глаза. Если это макароны – то не одна тарелка, и даже не две. Если хлеб – то целый. Если шоколад, то одной плиткой точно не ограничивается. Мысли о еде никогда не покидают жертву булимией. Зачастую, чтобы стабилизировать вес, булемики вызывают рвоту, употребляют слабительное и мочегонное, таким образом, избавляясь от пищи. Впрочем, больные анорексией также испытывая «угрызения совести» от съеденной еды, могут прибегнуть к помощи «белого друга» и таблеток. Употребление таких таблеток часто становится чрезмерным. «Б. уже год почти пью. Последний раз пила 30 декабря, после корпоратива, чтоб 31 быть с плоским животом. Но лишканула с количеством (начку съела, хотя обычно штук 7-10) и пришлось вызывать скорую» – рассказывает девушка с ED. Кстати говоря, некоторые таблетки отпускаются только по рецепту. Но это не останавливает их, ведь в некоторых аптеках они все-таки есть в свободной продаже. В целях

проверки, я решила купить один из препаратов, продающихся только по рецепту. В первой же аптеке мне продали сильный антидепрессант с анорексигенным эффектом, на слово поверив, что у меня действительно есть рецепт.

Причиной заболеваний может быть что угодно. От получения замечаний по поводу веса от окружающих и недовольство своей фигурой, до потери близкого человека. К сожалению, анорексия и булимия не всегда поддаются лечению. Ученые говорят, что сейчас около 20% жертв ED умирают. Анорексия и булимия – это полное разрушение внутреннего и внешнего мира человека. Это адские боли, мучения, угрызения совести, непрекращающаяся депрессия и апатия. Вот что говорит Екатерина, девушка с весом 29 кг и ростом 165 см: «Я хотела похудеть, чтобы чувствовать себя счастливой. Но вместо этого я получила 29 килограмм проблем. От меня ушел парень, у мамы на нервной почве начались проблемы со здоровьем, а отец уже устал бороться с моей болезнью. Я больше не могу нормально есть, одеваться, ходить. В клиниках меня кормят через зонд, я нахожусь под постоянным контролем. На улице меня обходят стороной, а друзья перестали навещать меня. Я так хочу избавиться от этого, но не могу...».

Мир ED привлекает все больше и больше людей разных возрастов. К сожалению, статистика не утешительна. Единственное, что мы можем сделать – это заботиться об окружающих людях и помогать им, если это требуется.

Вита Холкина

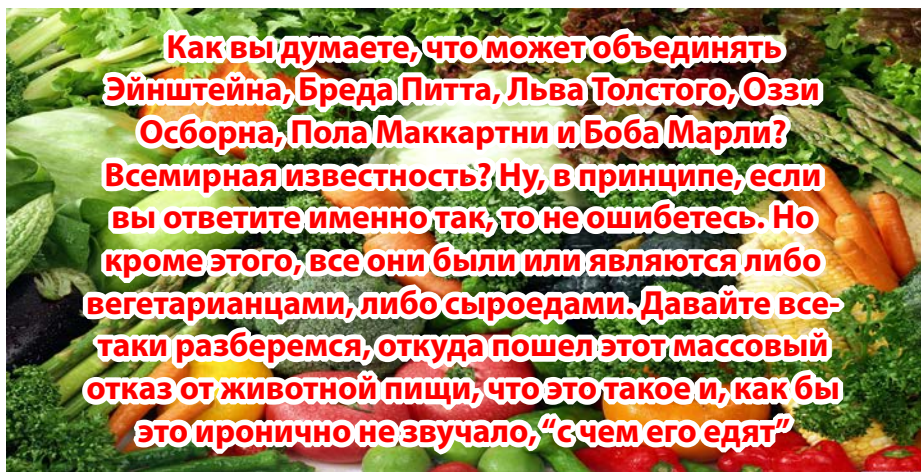


Вегетарианство головного мозга

Начнем с того, что вегетарианство, сыроедение и веганство — штуки разные, но почти неразличимые для простого обывателя. Вегетарианство — отказ от мяса и морепродуктов. В свою очередь, подразделяется еще на 4 группы: Лакто-ово-вегетарианство — отказ только от мяса животных, рыбы и остальных морепродуктов. Лакто-вегетарианство — отказ не только от вышеперечисленных продуктов, но еще и от яиц, в то время как ово-вегетарианцы наоборот, употребляют в пищу яйца, но не употребляют молочной продукции. И, наконец, самая последняя категория — веганство, или веганизм. Веганство, так называемое, строгое вегетарианство включает в себя полное отрицание животной продукции. Веганы так же не носят одежды животного происхождения и борются за права животных. И, наконец, одна из самых жестких разновидностей веганства — сыроедение. Сыроедение — это запрет на любую тепловую обработку продуктов. То есть, сыроеды не варят, не жарят, а все продукты едят сырыми.

А что же все-таки движет людьми, которые отказываются побаловать себя очередной котлетой или куриной ножкой? Причин, на самом деле много, но я выделяю три основных. Самая первая и, по-совместительству, самая банальная — жалость к животным. Каждый «вегги» (вегетарианец) считает своей обязанностью петь всем мантру о том, что «животных есть нельзя, они такие же, как и мы», «мы живем в 21 веке, а значит, растительная пища может прекрасно заменить животную» и т. д.

Люди, бегающие от мейнстрима к мейнстриму (популярное течение), сформировали вторую причину. «Быть в теме» — вот чего хотят некоторые из ботанофагов (вегетарианцы), ведь каждый из вегетарианцев и сыроедцев обращает на свою персону больше внимания, чем «трупоеды» (так вегетарианцы называют людей, которые употребляют мясо). Так что не удивляйтесь, если в следующем сезоне будет модно есть продукты с ГМО, или, допустим, рыбу с молоком и солеными огурчиками, то будьте уверены — эти модники станут делать это. Ну, и, самая последняя причина — назначение вегетарианской или сыроедческой диеты врачом. Это, обычно, короткий срок для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, рака, атеросклероза. Кстати говоря, многие,



Как вы думаете, что может объединять Эйнштейна, Бреда Питта, Льва Толстого, Оззи Осборна, Пола Маккартни и Боба Марли? Всемирная известность? Ну, в принципе, если вы ответите именно так, то не ошибетесь. Но кроме этого, все они были или являются либо вегетарианцами, либо сыроедами. Давайте все-таки разберемся, откуда пошел этот массовый отказ от животной пищи, что это такое и, как бы это иронично не звучало, «с чем его едят»

получив положительный эффект от такой диеты, отказываются от мяса или обработанных продуктов навсегда.

Это, конечно, не все причины, потому что некоторые становятся «зелеными» (вегетарианцами) из-за любопытства, а некоторых заставляют родители, которые в свое время тоже отказались от мяса. Но сейчас более важно ответить на ключевой вопрос, чем все-таки полезно это массовое помешательство, а чем вредно для нашего организма и какие могут быть последствия. Один из любимых аргументов сыроедов — сохранение нужных нам витаминов. Это значит, что в полезной еде эти самые витаминки не улетучиваются, а остаются и заселяют наш организм, тем самым улучшая наш иммунитет. Но так как они отказываются и от других продуктов, так же обогащенных витаминами, то им требуется очень много знаний и усилий, чтобы рассчитать нужное количество витаминов, жиров, белков и углеводов в соответствии с суточной нормой.

Еще один из аргументов «за» — улучшение общего состояния нашей кожи. У сыроедов реже встречаются прыщи и угревая сыпь, так как вегетарианское питание — ключ к обновлению клеток и омолаживанию кожи. Более того, они менее подвержены заболеваниям сердца. Так же, сыроедение — один из лучших путей для снижения веса. Но! Логично предположить, что если всю жизнь вы будете есть одни орешки, да фруктики, то с пищеварением у вас будет не совсем все как в сказке. К вам вскоре может прийти самый «любимый» друг современной молодежи — гастрит. Так что люди, у которых уже есть это заболевание, а также заболевания поджелудочной железы или желчного пузыря задумайтесь о надобности такого образа жизни. Существует

мнение, что если вы питаетесь сырыми белками, а попросту сырым мясом, то они усваиваются вашим организмом гораздо лучше, чем термически обработанные. И тут то у вас и появляется выбор, либо разрешить своему организму усваивать эти белки без всяких проблем, либо заразиться какими-нибудь глистами, или хуже того — коровьим бешенством. В теории, сыроеды могут есть сырое мясо, а вот на практике мало кто решает.

Ну, а теперь перейдем к другому виду «зеленых» — веганам и вегетарианцам. Они, так же как и сыроеды, реже страдают заболеваниями сердца, ибо в их организм не поступает холестерин, но при этом точно также часто болеют заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Еще одна проблема ботанофагов — недостаточное количество белка, что часто приводит к анемии. Поэтому, организмы наших вегги используют свои собственные запасы. А еще, сторонники веганства говорят, что прежде чем попасть на прилавки магазинов, мясо и морепродукты подвергаются многим обработкам, которые не всегда положительно влияют на наше здоровье.

Сколько споров мы слышали о том, чего больше, плюсов или минусов у данного образа жизни, а в итоге ученые так и не могут прийти к консенсусу. Хотя многие из них говорят, что если использовать сыроедение или вегетарианство в качестве недолгосрочной диеты, то они, однозначно, пойдут только на пользу. Конечно, если Вы, уважаемый читатель, во время этой самой диеты не будете восполнять недостаток мяса чипсами, сухариками и колой. А дальше, разумеется, выбор остается за вами! И, как говорит Малахов, тот что с плюсом «Доброго вам здоровья!».

Вита Холкина

Rациональное питание



На пороге лето. Жара медленно, но верно добирается даже до севера. И, истинные приверженцы шорт, бикини и всего, что оголяет тело, начинают готовиться к отпуску. Вот тогда-то особенно рьяные личности начинают активно сбрасывать вес и всячески над собой измываться. А все почему? Потому что «лень, времени нет и прочее», для того, чтобы правильно подготовить организм к лету. Сознаться, кто хоть раз следовал хоть одной инструкции врача?

Прежде всего, давайте разберемся с питанием. Не надо морить себя диетами. От такого не только мозг, но и желудок выучит все молитвы, лишь бы накормили. К тому же, не забывайте, все нежеланное, от чего вы избавляетесь, вернется в тройном размере с первой же булочкой. Питаться надо ра-ци-о-наль-но!

Что же такое рациональное питание? Название происходит от латинского «Rationalis» - умный. С умом надо питаться, товарищи голодающие!

Человек, выбирающий здоровый образ жизни, открывший для себя непревзойденные силы движения, однозначно говорит «нет» алкогольным напиткам, жирной пище, консервам, продуктам, прошедшим длительную кулинарную обработку и содержащим различные усилители вкуса и консерванты.

Рациональное питание предполагает регулярный прием пищи. Лучше питаться через равные промежутки времени, чем, скажем, кушать очень плотно раз в сутки, а остальное время голодать. И не завтрак на бегу, бутерброд в обед и пельмени на ужин. Питайтесь 4-5 раз в день, употребляя обильное количество бедной калориями пищи. Последний прием пищи должен быть не позднее, чем за 2 - 3 часа до сна. Ешьте медленно, тщательно пережевывая.

А как быть с соблазнами? Безусловно, первое время вам будет нелегко, но, поверьте, ваш организм очень быстро привыкнет к правильной пище и уже не захочет возврата к старому! Было бы вообще идеально, если ваше ежедневное меню будет состоять только из блюд, приготовленных из полезных продуктов.

Понятное дело, **хлеб** есть не более 150 граммов в день. Рекомендуются ржаной хлеб для блюстителей фигуры и обычный хлеб для всех остальных. И, как ни странно, в хлебе тоже довольно много витаминов и минеральных солей.

Да здравствуют супы из зелени!

Как только не сможете смотреть на плавающую петрушку, срочно меняйте рацион на супчики с крупой, или молочные. Заправлять супы можно всем, к чему душа лежит, только не майонезом. Да, придется еще перебиться рыбных, мясных и грибных бульонов, супов из бобовых.

Мясо!!! Все нежирное, естественно. Только проходите мимо тушенки и колбаски.

Рыбу можно есть любых сортов, опять же не жирную, не консервированную и не копченую.

Овощи, оказывается, если по науке, то все есть тоже нельзя. С горошком и капустой лучше повременить, а вот про грибы, чеснок, редьку, бобовые, и про все консервы придется забыть. А вот морковь, картошечка и прочие знакомые овощи приветствуются в вареном и пареном виде.

Прекратите издеваться над яйцами! Есть можно не более одного в день, и то только в виде омлетов.

Самое больное для девушек – **сладкое**. Лучше (в идеале, после всех мыслимых-немыслимых усилий) заменить на фрукты. А так же варенье, желе, муссы, компоты, джемы, мармелада, сухофрукты. Увы и ах, но пирожные и шоколад теперь под запретом.

Молочные продукты. В принципе, можно все, но не жирное. И сливки лучше заменить молоком. Не добавляйте в пищу острые соусы, они лишь разжигают аппетит.

Из питья, кроме воды, можно употреблять: некрепкие чай и кофе, фруктовые и овощные соки, травяные чаи, минеральная вода без газа. С сахаром обращайтесь экономно - зубы целее будут.

Жиры. Те, от которых мы столь стремились избавиться. Нынче в фаворе: растительное, сливочное и топленое масло.

Как видите, голодать вас никто не заставляет. Наоборот, из списка обидных продуктов убрали то, что может вам навредить. Жирное, перченое, токсичное, с добавками и прочими отравками для желудка, что нисколько не помогает вашему пищеварению.

Принципы рационального питания

— пищи следует принимать столько, чтобы не испытывать чувство пресыщенности или голода. Чувство голода мешает нормализации веса тела.

— избегайте отдыха после приема пищи;

— старайтесь не ужинать поздно вечером, а перед сном выпейте стакан молока или кефира;

— недолгая прогулка после ужина пойдет вам на пользу;

— по крайней мере один раз в неделю контролируйте свой вес.

Согласно принципу сбалансированного питания, обеспеченность основными пищевыми веществами подразумевает поступление белков, жиров, углеводов в организме в строгом соотношении. **Белками** должно обеспечиваться 10 - 15 % суточной калорийности. Оптимальное количество белков должно равняться 1 г на 1 кг веса. При этом половина белка должна быть растительного происхождения, вторая, соответственно, животного.

Оптимальный объем потребления **жира** - 15 - 30 % калорийности. Потребляйте в равном соотношении растительных масел и животных жиров, содержащихся в продуктах. К сведению: в 100 г докторской колбасы содержится 30 г животного жира - суточная норма.

Углеводами должно обеспечиваться 55 - 75 % суточной калорийности. Простые углеводы хорошо растворяются в воде, быстро усваиваются организмом. Источники простых углеводов - сахар, варенье, мед, сладости. Сложные углеводы значительно хуже усваиваются. К неусвояемым углеводам относится клетчатка. Несмотря на то, что в кишечнике клетчатка практически не усваивается, нормальное пищеварение без нее невозможно.

Ежедневно в определенном количестве и соотношении в организм должно поступать около 70 ингредиентов, многие из которых не синтезируются в организме и поэтому являются жизненно необходимыми.

Соблюдение рекомендаций по рациональному питанию является основным источником повышения устойчивости организма к различным вредным воздействиям окружающей среды и снижения ряда неинфекционных хронических заболеваний. Вроде гастрита и язвы. Я думаю, ради такого стоит попробовать?

В целом, используя эти советы, на 90% можно будет избежать неблагоприятного воздействия пищи на здоровье и стройность фигуры в целом.

Мария Латюк

Открытие Америк: Пиво

Всем известно, что осознание о вреде алкоголя на организм может прийти слишком поздно. Но я никогда не могла подумать, что оно может вообще не прийти...

Я знаю одного мужчину, который пострадал из-за своей зависимости к пиву. В то время он не собирался бросать пить. И его было невозможно переубедить, даже обычные просьбы родных людей не оказывали на него ни малейшего влияния, но они не теряли надежды. Все алкоголики начинают пить по-разному. Кто-то по молодости, так сказать за компанию.

Молодой организм достаточно быстро справляется с отравлением, поэтому у молодёжи складывается обманчивое мнение о вреде пива. Им кажется, что пиво никак не влияет на них, а даже наоборот раскрывает их внутренний, тайный мир. Ведь поначалу это почти и незаметно. Некоторые гонятся за мнимым ощущением веселья, расслабления. И этот человек был не исключением.

Он начал пить вместе с друзьями и знакомыми, иногда и с коллегами, ведь он так не хотел обижать их. Все было бы и ничего, но вот некоторые моменты его семье, а позже и самому ему не нравились. Пиво стремительно влияло на здоровье мужчины. Некогда спортивный человек перестал бегать по утрам. Соблюдение диеты уже не входило в его планы, несмотря на больное сердце. Он уже поднимался домой на 5 этаж на лифте, а не как всегда пешком. Все эти

незначительные моменты можно было и упустить, если бы они не выросли во что-то большое. Алкоголь стал уже завтраком, вскоре и ужином. Он считал, что алкоголь действует как снотворное, да вот побочный эффект пострашнее.

Со временем его перестал волновать внешний вид. Работа стала ему в тягость. Теперь его зарплаты едва хватало на выпивку. Этот человек приходил домой только ради того, чтобы спать, и то, иногда. Он ходил в клубы, развлекался. И дошло до того, что эти клубы постепенно сменялись пивными барами. Тем временем семья не находила себе места. Жена каждый день звонила по разным заведениям от больницы до медвытрезвителей. Её нервы были настолько расшатаны, что и она иногда думала: «Может, стоит выпить...». Но вот она была намного ответственнее мужа. Она прекрасно понимала, что у неё есть дети, и что в первую очередь она несёт ответственность за них. Естественно, что в какой-то момент ей надоест такая жизнь.

И этот момент наступил. Она устала, просто устала. Ей казалось, что жизнь — замкнутый круг, а каждый день как день сурка. Когда он, наконец, пришёл домой, жена уложила его спать. И как только он проснулся, она поставила ультиматум: или семья, или алкоголь. К её разочарованию, он выбрал второе, причем не задумываясь. Дальше все было просто. Она с детьми собрала вещи и уехала к маме. Этот мужчина остался один в двухкомнатной квартире. По его мне-



нию, он освободился от оков, с которыми было невозможно жить.

Позже этой квартиры не стало, как, собственно, и её единственного жителя. Он попал в больницу, где в скором будущем скончался. В больнице его один раз навестила бывшая жена. Она пришла лишь узнать, почему он выбрал алкоголь. На что он ей ответил: «Выпивая его, я жил! Я мог делать то, на что раньше никогда не мог решиться». Она ушла...

Конечно, таких людей и историй много, но я решила рассказать именно об этом случае. Из-за этой истории я взглянула на проблему алкоголизма с другой стороны. Я всегда думала, что алкоголики в любом случае в один прекрасный момент задумаются и поймут, в какой чёрной дыре они живут, и это просто вопрос времени. А ведь существуют люди, которые до последнего дня жизни рады, что употребляют алкоголь. Можно сказать, что эта обычная история стала для меня маленьким открытием. И очень жаль, что сейчас большинство людей «живут» с таким же мировоззрением, что и у этого мужчины...

Валерия Войстрик

Зачем молодёжи выходить на улицы?

Ежегодно умирают 53 миллиона человек и рождаются 125 миллионов новых. Различия между поколениями увеличиваются в геометрической прогрессии. Не так уж давно по площадям страны гордо шагали пионеры, прославляя коммунизм, а сегодня дети тех пионеров рисуют на тех же площадях граффити, призывающие к анархии. Связь между временами становится всё тоньше и тоньше. Стоит ли оборваться окончательно, и может наступить вражда между двумя половинами человечества. Неизвестно к чему это приведёт, но известно, какие будут жертвы.

Как же сохранить эту ниточку, связывающую эти две различающиеся во взглядах группы людей? Ответ, старый как мир. Общее дело!

Какие бы разногласия и ценности не

стояли между человеком сегодняшним и человеком вчерашним, все люди живут в одном обществе. У нас один общий дом, у нас общая история, общее будущее. И каждый из нас может принять участие в деле поддержания общества в продуктивном состоянии. Именно это не даст поколениям разойтись, поможет им встать на одну дорогу.

Ничто не мешает молодому демократу и пожилому монархисту вместе взять лопаты и очистить улицу от снега. Нет помех для родителя-христианина и для сына-атеиста открыть фонд помощи больным людям.

Молодёжь, не сохраняющая такой связи, рискует разрушить мост между современностью и светлым будущим. Может быть, окончательный разрыв с прошлым поколением даст мощный толчок развитию человечества, но такой риск не оправдан. Нам, молодёжи, нужна

опора для того, чтобы двигать мир. Собираясь вместе, участвуя в акциях и совместно занимаясь социально-значимыми делами, молодые люди заявляют свои права на этот мир. Молодёжь должна сотрудничать со старшим поколением, ведь общая цель делает движение более активным.

Жизнь похожа на Клондайк. Пока одни сидят дома, другие покоряют золотые горы. Когда наступит кризис, первые будут искать себе место, а вторые будут решать, кому какое место предоставить. Молодёжь должна выходить на улицы если не ради общества, то ради своего места в этом обществе, ради своего права на место в этом обществе.

Пора каждому понять, что он является гражданином мира. Пора каждому понять свою ответственность за человечество. Пора делать будущее вместе.

Виктор Горский-Мочалов

Немного об искусстве



В чем предназначение искусства? Какой сокровенный смысл вложил в картину гениальный художник? Какую мудрость хотел донести до нас через века великий писатель в своей книге? Что вдохновило знаменитого композитора на создание очередного шедевра? Невозможно дать однозначный ответ на эти вопросы. Сколько людей, столько и мнений, и каждая точка зрения имеет право на существование. Но прежде чем пытаться постигнуть непостижимое, стоит спросить себя: «А что вообще такое искусство?».

Немецкий мыслитель, поэт и драматург Иоганн Вольфганг Гете говорил: «Искусство есть посредник того, что нельзя высказать». Трудно не согласиться, ведь на самом деле чувства, живущие в душе любого человека, какие бы они ни были, материализовать невозможно. На этом зиждется вся суть устройства мира, основываются любые человеческие отношения; в поисках способов выражения чувств человека, на мой взгляд, заключен один из главных смыслов человеческой жизни. Как часто бывает: захлебываясь любовью, твердишь изо дня в день: «Люблю...» с иступлением отчаянья; и пульсирует в больном мозгу и не дает покоя мысль: «Если бы ты только могла себе представить, что я испытываю, на что я готов, как сильно я...» Бездарному человеку такой переизбыток эмоций сулит муки бессонницы. Талантливого же ждут не менее мучительные ночи творчества. Таким образом, искусство позволяет тем, кто умеет им пользоваться, передавать свои чувства опосредованно. Переживания не описываются словами поэта, они лежат между строк, они проходят красной нитью через все стихотворение, пронизывая его насквозь настроением автора, пропитывая горькими слезами или сопровождая текст мелодией эйфории. Однако эту «заражающую» способность искусства мастера используют не только в целях передачи чувств.

Деятели эпохи классицизма, например, облакали в строгие, симметричные, правильные формы эстетические нормы и моральные принципы. Произведения литературы того времени часто носили воспитательный характер и имели единственную цель – воздействуя на сознание людей посредством чего-то прекрасного, преобразовать общество. Законы, догмы, правила, определенные традиции и устои, изжившие себя, но подчинившие себе разные сферы жизни того времени – все это рамки, препятствующие развитию культуры. Причем, и мне это представляется забавным, люди сами же создали эти условные границы, заточив искусство в тюрьму канонов.

Попытка подчинить столь величественное явление простой нравоучительной цели не привела, да и не могла привести к успеху. Нарастал кризис общественного сознания, резкие социальные контрасты пугали людей, назревал коренной перелом во многих сферах жизни общества, революция в искусстве. Это отразилось в появлении на стыке 19-20 веков такого направления как декадентство. Оно корнями уходит в ранее появившийся романтизм, но, в отличие от него, характеризуется пессимистическими настроениями, темами безнадежности, уныния, упадка, неприятия жизни, отрицанием прежних ценностей и идеалов. Декаденты требовали независимости искусства от политики, свободы творчества, новых, современных, гибких форм выражения усложняющегося мироощущения. Безусловно, декадентство как заметное явление мировой культуры заслуживает отдельного рассмотрения, но сейчас я бы хотел обратить внимание лишь на одно из его ответвлений – эстетизм.

Знаменитый английский литератор и философ Оскар Уайльд писал в предисловии к своему роману «Портрет Дориана Грея»: «Всякое искусство совершенно бесполезно». Думаю, эту фразу, как и вообще весь роман, можно считать своеобразным манифестом эстетизма. Согласно учению эстетов, красота является основным фактором истинного искусства, а всякая дидактическая цель у него должна отсутствовать. Единственный принцип и требование к искусству – оно должно быть прекрасным и доставлять изысканное удовольствие. Здесь уже не может быть никаких законов и запретов, потому что красота безгранична, она не требует доказательств или объяснений. Красота – это то, что понимается человеком как-то само собой, на подсознательном уровне. Лозунг «Искусство ради искусства!», использовавшийся эстетам, как будто отвечает на наш самый первый вопрос.

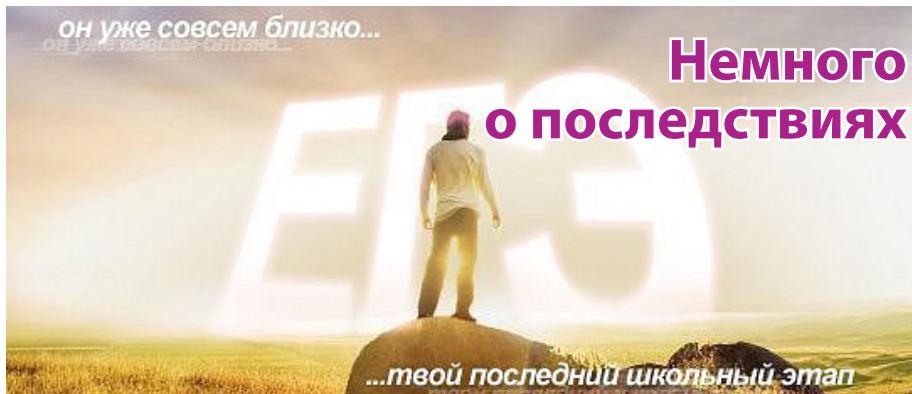
Однако эстетическое движение таит в себе определенную опасность. Отрицание связи между искусством и моралью, а тем

более признание верховенства эстетических ценностей над этическими, может привести к извращению идеалов красоты, к распространению теории эгоистического гедонизма и подобных ей. Несомненно, эстетизм – это разумное противопоставление тяжеловесным направлениям академизма и классицизма, но слишком радикальное, на мой взгляд. Модернизм, который появится чуть позднее, попытается трансформировать и усовершенствовать традиционные принципы, обновить художественные формы, открыть что-то новое в классическом искусстве. Не стоит путать это направление с авангардом.

Авангард, что в переводе означает «вперед идущий», олицетворял собой отход от привычного мироощущения, переосмысление общих морально-культурных ценностей, а главное – совершенно новые, экспериментальные средства выражения, художественные приемы, иной, свежий взгляд на окружающую действительность. Это направление в искусстве стало реакцией на ряд сложных, глобальных изменений в мире, связанных в большей степени с научно-техническим прогрессом, Первой Мировой войной и Великой Октябрьской Социалистической Революцией в России. Всегда любое значимое для истории событие отражается в искусстве, и это неудивительно – каждый писатель, художник, композитор, режиссер стремится отобразить свое восприятие от того, что происходит вокруг него. Авангард – очень живое и яркое явление в истории культуры и искусства, но быстротечное. Проходят годы, прежние волнения остаются позади, растворяется авангард, оставляя лишь след в истории. А что же вечно?

Классика! И ее тоже не стоит путать с классицизмом. Классика – это самое лучшее, эталон, пример, образец. Классика – это то, что переживает годы и столетия, оставаясь актуальным; то к чему стремится любое искусство, вне зависимости от жанра, направления или течения. Классика – это своеобразный фундамент для построения чего-то нового. А новое будет. Через полвека появится какой-нибудь другой «авангард», который проживет пару десятков лет и исчезнет. Классика мертва без подобных авангардистских течений, а авангард без классики – вообще безнравственное явление. Всегда будет то, что вечно, и преходящее, одно не может без другого. А какие будут появляться жанры, движения, может быть даже виды искусства – увидим. И пусть не все будет понятно, пусть что-то будет непривычно и покажется странным на первый взгляд, тем не менее, искусство, если это действительно Искусство, найдет своих поклонников.

Тимофей Березовский



Единый Государственный Экзамен – это едва ли не самая популярная и избитая тема для обсуждения среди разных кругов современного общества. Начиная от людей старшего поколения, считающих, что экзамены в традиционной форме дают более объективную оценку знаний, и заканчивая профессорами многих ВУЗов, уверенными, что благодаря ЕГЭ в университеты будут поступать только лучшие из лучших, каждый считает своим долгом поучаствовать в полемике по этому поводу. И это неудивительно: относительно молодое явление еще не успело устояться и прижиться. К тому же, с 2009 года ЕГЭ теряет статус эксперимента и становится обязательной формой аттестации для всех выпускников российских школ. Любое нововведение имеет свои плюсы, ведь иначе незачем было бы менять привычную систему. Но и минусов предостаточно.

Одним из главных аргументов «за» является тот факт, что благодаря новой системе абитуриент из провинции и, скажем, выпускник московской школы имеют равные шансы на поступление в самые престижные высшие учебные заведения страны. Причем, нет никакой необходимости ехать в другой город на вступительные экзамены. Сдаешь ЕГЭ, смотришь на результат, выбираешь до пяти ВУЗов, отправляешь документы. Перешагнул «балловый порог» университета – добро пожаловать! Таким образом, высшее образование становится общедоступным.

Кроме того, единая система оценивания позволяет лучше сравнить уровень обученности в разных городах и областях страны, составить объективный рейтинг учебных заведений. Это, в свою очередь, предоставляет возможность родителям выбрать подходящую школу для их ребенка, а власть имущим обратить внимание на слабые регионы. Усиленный государственный контроль и возрастающая конкуренция придадут мощный импульс для всестороннего развития учреждений общего образования, внедрения новых технологий повсеместно. Повысятся требования и к учителям, что приведет к повышению их квалификации. В результате всего этого, качество образования в России должно улучшиться.

Помимо вышесказанного, определенный смысл имеет и компьютеризированная проверка. Во-первых, она снижает затраты, связанные с оплатой наемных проверяющих. Во-вторых, исключается человеческий фактор, за счет чего работа выполняется намного быстрее, что не идет в ущерб качеству. За считанные секунды тестовая часть более сотни работ проверена – остаётся лишь проверить сочинения, задания с развернутым ответом и т.д.

Безусловно, ЕГЭ имеет ряд неоспоримых преимуществ перед прежней традиционной системой. Но давайте теперь поговорим и о недостатках. Благоприятная на первый взгляд картина при более глубоком рассмотрении выявляет свою теневую сторону и ужасные, необратимые последствия.

Прежде всего, это относится к предметам, в которых требуется не только знание материала, но его понимание. Возьмем для примера русский язык. Существует множество правил и норм орфографии, синтаксиса, пунктуации, фонетики и других разделов. Задания части А предполагают проверку знаний по этим разделам. Однако тестовая форма не позволяет убедиться в умении сдающего доказывать и аргументировать свой ответ. Не обязательно знать все правила, чтобы выбрать правильный вариант из четырех. Логика, метод исключения, а иногда даже интуиция помогают набирать баллы самым слабым ученикам. Более того, некоторые задания настолько элементарны, что ошибиться в них подчас труднее, чем ответить верно.

Что касается части С, то здесь, казалось бы, и должны проявить себя самые способные дети, продемонстрировать свою грамотность и умение красиво писать. Тем не менее, любое выступление за узкие рамки критериев оценивания карается потерей баллов. Пусть сочинение написано без ошибок, великолепным стилем и содержит в себе здравый смысл – на первом месте – соответствие определенным нормам. Как следствие, лучшую оценку получит не тот, кто мыслит нестандартно, годами оттачивает мастерство письма, расширяет лексический запас, читая литературу, а тот,

кто вооружится клише и избитыми фразами, зазубрит наизусть пресловутые критерии и не посмеет их нарушить.

Многим, конечно, придется по душе такой подход, ведь не у всех есть писательский талант, а такое сочинение написать сможет каждый. И не нужно лишний раз нагружать мозги информацией. Но тем, кто хочет изучать русский язык и литературу углубленно, кто хочет развиваться нравственно, кому не равнодушна культура, требуется большой объем знаний. А получается, что не экзамен проверяет уровень обученности, начитанности, общей эрудиции, а наоборот – весь материал «подгоняется» под предстоящую аттестацию, программы переписываются с расчетом на нее; детей не учат, а готовят к ЕГЭ. И это касается, конечно, не только русского языка и литературы, но и многих других предметов.

Как же в таких условиях изучить что-либо на уровне, соответствующем уровню интеллигентного, образованного человека? Откуда взяться талантливым писателям, режиссерам, ученым, если каждого человека еще со школьной скамьи будут «форматировать» под ЕГЭ, убивая в нем творческие способности и рациональное мышление? А что же дальше? ...

Я прихожу к выводу, что Единый Государственный Экзамен в той форме, в которой он есть на данный момент, является прямой угрозой российскому образованию и общему уровню образованности в нашей стране в перспективе. ЕГЭ стал не стимулом к изучению предмета, а его самоцелью, что непременно приведет к печальным последствиям. Хотя переход к новой системе – это значимый и нужный шаг в развитии образовательной сферы, все же реформа представляется мне недостаточно подготовленной.

К вышеупомянутым причинам добавлю, что в процессе выполнения ЕГЭ нередко можно встретиться с некорректно составленным заданием, на которое нельзя дать однозначный ответ; что и компьютеры могут ошибаться, и известно немало случаев, когда компьютер неправильно распознавал ответы ученика и не засчитывал баллы. Помимо того, наивно, как мне кажется, было бы полагать, что ЕГЭ помогает избежать коррупции. Ее уровень в стране остается прежним, меняется только «ступень», на которой она совершается. Таким образом, за всеми внешними плюсами ЕГЭ кроются большие и значительные изъяны. Когда будут доработаны задания и система проверки, когда будут готовы новые программы, которые позволят как получать знания, так и готовиться к аттестации, когда будут введены более строгие меры по борьбе с коррупцией, тогда, вероятно, ЕГЭ найдет больше сторонников. А пока что...

Тимофей Березовский

Армия — «цепкие лапы Родины» или школа жизни настоящих мужчин?

Мой брат не смог сдать ЕГЭ и поэтому отправился в армию. Ныне срок службы длится всего год, но радости этот факт особо не прибавляет. Брат не из тех, кто мечтает служить Родине или умереть на поле боя за нефть. И я не из тех.

Говорят, армия делает из юноши мужчину. Но мы ведь с вами понимаем, что это чушь. Мужчина становится таковым, благодаря благородности совершаемых им поступков. При всей возможной романтичности и полезности умения кидать гранату и стрелять из автомата, я никак не соглашусь, что это облагораживает человека.

Конечно, уметь защитить Родину от вражеских войск это здорово. Но, простите, разве на поле боя идут не по приказу? Всё в этой эпохе делается по приказу, а уж военные действия подавно.

Я глубоко уверен, что тысячи и миллионы умирающих в окопах солдат предпочли бы находиться дома с семьёй или друзьями, зарабатывать на хлеб честным трудом и заниматься какой-нибудь творческой деятельностью. Или просто выпить пива у телевизора. И не важно, по какую сторону баррикады находится солдат.

Никто не хочет войны. Убивать — это не так интересно, как гулять в парке или путешествовать по миру. Умирать — тем более. Но приказ есть приказ, и вот специально обученные войне юноши выстроились с ружьём наперевес, дабы сквозь огонь и кровь пройти через тех, кто в это время ждёт нападения и точно также обучен

дивному искусству — уничтожать вражеские военные силы.

Мой брат после армии придёт в гораздо лучшей физической форме, он сможет рассказать мне, как выжить на поле боя и как подальше забросить лимонку. Но, как ни странно, всё это не радует его: «Когда находишься в армии, многое переосмысливаешь, начинаешь больше ценить то, что есть там, на гражданке. Но лучше бы я сейчас учился или денег бы заработал. Не хватает творческой деятельности, каждый день одно и то же. Делать тут нечего, поэтому коси, если сможешь...».

Брат окончил техникум, и теперь он помощник архитектора. Я видел его проекты домов и уверен, что этот парень создаст за свою жизнь много классных строений, которые украсят его родной город, а может и другие города. А может быть, наше правительство станет крайне недовольным политикой Чеченской республики и на Кавказе развернутся крутые боевые действия и моего брата отправят поливать пулями врага.

Откуда вообще берутся враги? С каких пор тысячи парней берут в руки оружие и покидают родной дом? Я глубоко уверен, что эта история берёт своё начало с тех пор, как миллионы доверили свою судьбу единицам:

крестовые походы, наполеоновские войны, фашистские нападения под предводительством Гитлера... Исключениями можно назвать разве что восстания рабов, да и те не начинались, пока кто-то один не призовет остальных. Собственно, в том то и суть рабства...

Никто не хочет войны. До тех пор, пока кому-то не понадобится больше власти. И в этот момент простые рабочие, которым до этого была по барабану политика соседнего государства, вдруг решают, что пора показать, кто главный. Пора раз и навсегда решить, чья нация заслуживает большего уважения и чьи взгляды правильнее.

Армия — это системный механизм, который создан для развёртывания, в случае необходимости, военных действий, которые на самом деле выгодны всего нескольким людям. Лично Я не вижу в армии ничего хорошего. Я слышу, что армия обеспечивает защиту стране, но Я отвечаю, что это не решение проблемы, а её преумножение.

Армия — это как комиссия, созданная для ликвидации лишних комиссий. Это война против войны её же методами. Это обман населения, считаю Я и на этом заканчиваю изложение своей позиции. Многие будут не согласны, и, Я думаю, у них есть основания осуждать такой взгляд на такое необходимое в нашем мире явление. Но это то же самое, что отстаивать существование наркотических веществ, например алкоголя: убивает всех нас, но куда ж мы без этого?

Виктор Горский-Мочалов



За чем будущее?

Людам всегда казалось, что где-то трава зеленее, где-то солнце ярче, а где-то небо самое голубое. И это правда. Где же лучше: в провинции или мегаполисе?



Одним из самых больших минусов мегаполисов является повышенная преступность. Она, конечно, есть везде, но в больших городах, люди обеспеченнее, а значит и преступников, в ожидании большой наживы, больше. Помимо этого, в крупных городах достаточно опасных мест, таких как метро, переходы, в которых орудуют толпы карманников. Также правдивы истории о темных переулках или пустых подъездах, в которых часты нападения маньяков и грабителей. Провинция в этом отношении становится очень тихим и спокойным местечком в сравнении с мегаполисом.

Один из плюсов провинции заключается в низких ценах на продукты питания, которые у кого-то еще и на собственных грядках растут. Цены на землю и квартиры в мегаполисах однозначно дороже, чем в небольших населенных пунктах. Из чего выходит, что у провинции есть преимущество в финансовом обеспечении населения.

Получить качественное образование можно только в крупных городах, что является одним из неоспоримых достоинств мегаполисов, хотя поступить в престижное учебное заведение достаточно сложно и чаще

всего дорого. Вопросы о том, где лучше учат: в сельской школе или столичном лицее даже не стоит, уровень качества знаний всегда будет выше там, где можно набрать лучших учителей в самых разнообразных областях. Из провинции в такие школы попадают единицы. А что касается ВУЗов, колледжей и институтов, то в развитом городе больше «ассортимент» – можно выбрать и изучить самые разные и редкие профессии.

Построить карьеру легче в большом городе, он предоставляет больше возможностей. Но, чем больше людей вокруг тебя, тем больше появляется соперников, и, если ты поднимаешься к вершине карьерной лестницы, то получаешь действительно многое. Хороший заработок, уважение окружающих, различные привилегии – достаточный стимул, чтобы рискнуть построить карьеру в мегаполисе.

И ещё один плюс крупных городов – это театры, музеи, выставки и множество мест, где можно отдохнуть и духовно обогатиться. Этого очень не хватает жителям маленьких городов.

И у провинции, и у мегаполисов есть свои плюсы и минусы, хотя недостатки мегаполисов раньше не бросались в глаза и, кажется,

что всегда существовала мода на столицу. Всем казалось, что в большом городе жить лучше, но, то количество людей, которое поддавшись этим порывам, переехали в мегаполисы сейчас и является самым главным минусом. «Москва не резиновая», – солган столичных жителей. Люди не могут вечно съезжаться в крупные города, и это наводит на мысли о возникновении в ближайшем будущем моды на провинцию, которая уже получила свои зачатки. Сейчас, уже не редкость услышать, что врач из солидной клиники переехал в сельскую больницу, устав от шума города, краж, или пейзажа, состоящего только из высотных домов, или пробок, большого количества машин, или из-за неудач на работе... Люди начинают отдаляться от типичных проблем мегаполиса.

Будущее России не может быть в мегаполисах, которые уже развиты и заселены до предела, или провинции, которая на данный момент не достаточно развита. Развитие страны будет происходить вместе с развитием её большей части, которую составляет провинция. Небольшим городам есть куда расти, к чему стремиться, они могут прогрессировать, а будущее – это прогресс.

Анастасия Сидорова

Хотели как лучше, получилось как всегда

1 сентября 2012 год – в силу вступил федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», согласно которому СМИ должны ставить возрастную маркировку на свою продукцию.

Закон, защищающий детей от вредной информации, вызвал массовый интерес у россиян. Интернет просто переполнен статьями и размышлениями на счёт этого закона. Наверное, не осталось ни одного человека в России, не знающего про него или не заметившего возрастные маркировки 0+, 6+, 12+, 16 и 18+ на телевидение, радио и в печатных СМИ.

Люди разделились на два «лагеря»: за и против. Первые считают, что этот закон нужен, и что он сможет защитить детей от ненужной информации, вторые, что он запутан, непонятен, и просто бесполезен.

Еще до его вступления в силу в Интернете стали появляться «гневные» статьи, критикующие не только сам закон, но ещё и всех тех, кто одобрил и принял его. Больше всего дискуссий вызвали ограничения на известные советские фильмы и мультики, а

также мультфильм «Ну, погоди!», который попал в возрастную категорию 18+. Все фильмы и телепередачи, попадающие в эту категорию, должны показываться после 11 вечера. Волка посчитали антисоциальным героем, который курит и пьёт. Но вскоре этот вопрос разрешился: «Ну, погоди!» назвали культурной ценностью страны, поэтому нет необходимости показывать мультфильм во «взрослое время».

Но это далеко не единственное, что не понравилось противникам закона. Например, каждый телеканал самостоятельно определяет, к какой категории относить каждую передачу и каждый фильм. То есть на разных каналах один и тот же фильм могут маркировать по-разному.

Также многие считают, что закон бессмысленен. Ребёнок, увидев надпись



16+, сам не выключит телевизор и не переключит канал, не закроет вкладку сайта. Закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» создан в помощь любящим и заботившимся родителям, которые и до этого закона следили за тем, что смотрят и читают их дети. А тем, кто не занимался воспитанием своих детей, и не собирается им заниматься, закон не поможет.

Возрастные ограничения в СМИ нужны, прежде всего, для родителей, которые должны следить за своим чадом и защищать его от вредной информации. Данный закон может только предупредить о наличии или отсутствии ненужной информации, а что делать дальше, решает каждый сам. Предупреждён – значит вооружён!

Ирина Протасова

Закон о возрастных ограничениях или как не стать правонарушителем с детства

Наверняка многие из нас и взрослые, и дети смотрели советский мультфильм «Ну, погоди!». Это добрый мультфильм о приключениях зайца и волка, но с 1 сентября правительство РФ ввело закон о защите детей от информации и теперь все те, кто хотят его посмотреть должны быть совершеннолетними. Почему законодатели хотят отгородить детей от того, на чём выросли наши родители, бабушки и дедушки? Попробуем разобраться.

Да, волк курит, пьёт и нарушает спокойствие граждан, но с другой стороны, наши же родители не брали пример с него. Все они выросли порядочными людьми и нас вырастили такими же. Почему же его запрещают, но при этом «Симпсоны», «Южный парк», «Гриффины» и прочие американские мультсериалы, где с излишком присутствует чёрный юмор, насмешки над семейными ценностями, насильственные сцены и многое другое, разрешены?

Роскомнадзор считает, что любая информационная продукция должна быть помечена специальным знаком, который будет указывать, с какого возраста можно получить данную информацию. Таким образом, правительство хочет отгородить

детей от насилия, нецензурной лексики, побуждающих к опасным для жизни действиям, употребления вредных веществ и многого другого. Они же обещают, что будут контролировать этот закон. Но как? Если с печатными и радио СМИ всё очевидно, то не понятно, как можно проконтролировать, что ты смотришь передачу для взрослых или «гуляешь не на тех сайтах».

Общественность сейчас активно критикует данную реформу, ведь они хотят, чтобы дети учились на советских мультиках, читали познавательные журналы и газеты, расширяли свой кругозор, а не смотрели «тупые американские мультики с плохим чёрным юмором». Да и с чего правительство взяло,

что СМИ портят детей? Всё это зависит от окружающей среды «маленького гражданина», взаимоотношений в семье, какие у него друзья и одноклассники. Только родители могут помешать ребёнку «впитать» плохую информацию и научить чему-либо хорошему.

Сейчас поколение быстро взрослеет и, что было неприемлемо в поведении, отношениях и мыслях человеку 20 века, нормально для наших соотечественников. Если парень или девушка имеет собственные ценности, убеждения, то он никогда не будет повторять действия отрицательного героя киноленты. Получается, что законодатели хотят ограничить наше право выбора на то, что нам действительно нравится. Но как это сделать и к чему может это привести, они не понимают. Да и как можно решить за людей, что им смотреть, слушать и читать. А что дальше? Камеры, вшитые в руку!? Слежение со спутника?

Посмотрим...

Владислав Бондарь

Главный редактор: Ирина Маратканова
Дизайн и верстка: Ирина Протасова

Над номером работали: Виктор Горский-Мочалов., Ирина Протасова, Владислав Бондарь, Анастасия Сидорова, Тимофей Березовский, Мария Латюк, Валерия Войстрик, Вита Холкина, Елена Барыш, Михаил Гуныко

Адрес редакции:

169900, Республика Коми, г. Воркута, ул. Ленина, 47.

Телефон для справок: (82151) 3-32-16.

vor_kuta_dtdm@mail.ru

Тираж № 14 — 100 экз. Дата выпуска 15.02.2013 г.

Распространяется БЕСПЛАТНО

МЫ

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в т.ч. в электронных СМИ без письменного разрешения не допускается. Торговая марка и торговое имя «МЫ» являются исключительной собственностью МОУДОД «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты.