

БЕЖЕЦКАЯ ЖИЗНЬ



ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ВЫХОДИТ С 3 МАРТА 1918 Г.

3 ОКТЯБРЯ 2019 г.,
N 39 (16758)СЕГОДНЯ
В НОМЕРЕ:С ПЕРСПЕКТИВОЙ
НА РАЗВИТИЕ

стр. 3

К 107-ЛЕТИЮ
Л.Н. ГУМИЛЕВА

стр. 5

ГОРДОСТЬ БЕЖЕЦКА:
СПОРТСМЕНЫ

стр. 8

Программа ТВ
с 7 по 13.10.

стр. 6-7

С праздником, уважаемые учителя!

5 октября – День учителя

Уважаемые учителя и преподаватели!
Дорогие ветераны педагогического труда!

От всего сердца поздравляю вас с Днем учителя! Этот праздник дает прекрасную возможность еще раз поблагодарить вас за благородный труд, за искреннюю заботу о своих воспитанниках. «Учителями славится Россия», – эти строки нашего знаменитого поэта Андрея Дмитриевича Дементьева как нельзя лучше говорят о значении вашего труда.

Верхневолжью принадлежит значимый вклад в формирование системы общего и профессионального образования в нашей стране. Во второй половине XIX века на территории нашей губернии были созданы одни из первых народных школ и училищ, а также женская учительская школа П.П. Максимовича, входившая в число сильнейших в России. На тверской земле были заложены выдающиеся педагогические традиции верности избранному пути, любви к детям, новаторства и бескорыстного служения делу образования и воспитания подрастающего поколения.

Сегодня вы высоко держите профессиональную планку, помогаете каждому ребенку раскрыть таланты, найти свою дорогу в жизни, стать достойным гражданином нашей великой страны.

Желаю вам новых трудовых успехов, радости и счастья! Пусть ученики всегда оправдывают ваши надежды!

И.М. РУДЕНЯ,
губернатор Тверской области

Уважаемые учителя Бежецкого района,
педагоги дошкольного
и дополнительного образования,
ветераны педагогического труда!

Примите поздравления с профессиональным праздником работников сферы образования. Система образования нашего района обеспечивает выполнение важнейших социальных задач по обучению и воспитанию подрастающего поколения. В бежецких образовательных учреждениях работают около 400 педагогических работников, каждый из которых стремится высоко держать планку профессионального мастерства, обеспечивать высокие результаты обучающихся в конкурсах, олимпиадах и экзаменах, повышать качество образования и воспитания, внедряя инновационные образовательные технологии.

Искренне благодарю вас за труд и высокие моральные качества, за то, что достойно справляетесь с возлагаемой на вас обществом ответственностью за его будущее. Уверен, что энтузиазм и неравнодушные, высокий профессионализм и творчество будут и впредь отличать наше педагогическое сообщество. Желаю вам крепкого здоровья, душевных сил, профессиональных успехов! Пусть тепло, терпение и силы, которые вы щедро дарите детям, сполна возвращаются вам успехами ваших воспитанников и заслуженным уважением общества!

И.А. ПАВЛОВ,
глава Бежецкого района

ПРИЕМ ГРАЖДАН

Прием граждан по личным вопросам в администрации Бежецкого района проводится с 10.00 до 12.00 и с 16.00 до 17.00 по адресу: г. Бежецк, пер. Первомайский, д. №21

Прием ведут:

8 октября - Л.Г. СТАРКОВА, начальник финансового управления администрации Бежецкого района (ул. Большая, д. 43, 2 этаж).

9 октября - В.А. ПАВЛОВ, заместитель главы администрации Бежецкого района, каб. № 1.

10 октября - И.Е. НОВИКОВА, и.о. председателя комитета по делам культуры, молодежи, спорта и туризма администрации Бежецкого района (ул. Большая, д. 40, каб. № 12).

18 октября 2019 года с 11:00 до 13:00 - А. А. РЕШЕТОВ, председатель комитета по физической культуре и спорту Тверской области (возможна предварительная запись по тел. (48231) 2-15-81).

ДЛЯ ВАС, ВЕТЕРАНЫ!

9 октября прием ветеранов по личным вопросам с 10.30 до 13.00 (ул. Большая, 39) проводит Н.Г. АКАТЬЕВА.



Елена Владимировна Мищенко, и.о. заведующего отделом образования администрации Бежецкого района, искренне поздравляет всех учителей с профессиональным праздником

Уважаемые руководители образовательных учреждений,
педагоги и ветераны педагогического труда!

От всей души поздравляем вас с профессиональным праздником - Международным Днем Учителя!

Мы искренне благодарны всем работникам образования за кропотливый повседневный труд, профессионализм и мудрость.

Желаем вам крепкого здоровья, плодотворной работы, успешной реализации творческих замыслов, новых профессиональных достижений.

Счастья, добра и благополучия вам и вашим близким!

Отдел образования администрации

Бежецкого района

и Бежецкая территориальная профсоюзная

организация работников образования

Фото Н. ЛЕБЕДЕВОЙ

Администрация Бежецкого автотранспортного предприятия
тепло и сердечно поздравляет ветеранов,
работающих и находящихся на заслуженном отдыхе,
с Днем пожилых людей!

Всего прекрасного
и лучшего -
Большого счастья,
понимания,
Здоровья
и благополучия!
Всего, что хочется,

что нравится,
Что в жизни радостью
запомнится.
Пусть новые мечты
появятся
И обязательно
исполняются!



Елена КРАВЧЕНКО

Фото пресс-службы Правительства
Тверской области

Три года назад, 23 сентября 2016-го, Игорь Руденя официально вступил в должность губернатора Тверской области, получив на выборах поддержку более 72% избирателей.

Когда в марте того же года президент Владимир Путин поручил Игорю Рудене возглавить регион, он исколесил почти всю область – встречался с жителями районов, оценивал благоустройство и дороги, осматривал социальные объекты. Наверное, именно в тех поездках и родились основные приоритеты, которые легли в основу работы нового губернатора и формируемого им регионального правительства.

Первым делом губернатор наложил вето на оптимизацию «социалки», которая к тому времени набрала обороты. На селе перестали массово закрывать школы, медпункты и клубы. В областном бюджете нашлись деньги не только на их содержание, но и на ремонт. В школах меняли кровли, оконные блоки, системы отопления и канализации, приводили в порядок спортзалы. В больницах проводили косметический и капитальный ремонт, покупали новое оборудование, в том числе дорогостоящее. В Домах культуры устанавливали новые кресла и аппаратуру для виртуальных концертных залов. В детские школы искусств закупали музыкальные инструменты.

Впрочем, неправильно говорить об этом в прошедшем времени – учреждений здравоохранения, образования, культуры у нас много, большая часть из них не ремонтировалась десятки лет, так что за три года все в полный порядок не приведешь – процесс продолжается. Для понимания масштаба приведем немного цифр: только из сферы здравоохранения: в 2016 году капитально отремонтировали 41 учреждение, в 2017-м – 107 объектов, в прошлом году – еще 44 учреждения, включающих 81 объект.

В регионе взялись не только за ремонт, но и за строительство. В деревнях, где люди уже и не надеялись, что медицина станет к ним ближе, по инициативе Игоря Рудени начали возводить новые фельдшерско-акушерские пункты (ФАПы). За два года установили 77 модульных ФАПов (это самый высокий показатель среди регионов России), в ближайшие три года цифра вырастет до 100. В ряде районов распахнули свои двери для ребятшек новые детские сады. В Твери с нуля построены школа и поликлиника. В области завершен ряд долгостроев, превратившихся из полу заброшенных объектов в современные школы и детские сады.

Три года перемен

По какому сценарию развития пошла область вместе с новым губернатором



Игорь Руденя за три года работы в должности губернатора Тверской области 7 раз официально встречался с Владимиром Путиным

Теперь давайте посмотрим, что с инфраструктурой. Видимо, еще в первый месяц своего пребывания в Тверской области Игорь Руденя, поколесив по нашим совершенно убитым дорогам, решил, что преобразование территории именно с них и надо начинать. Иначе и речи не могло быть о развитии туризма, привлечении новых инвесторов, да и о достойном уровне жизни населения тоже. И если в 2015-м в регионе отремонтировали всего 34 км дорог, то в 2016-м уже 112 км, в 2017-м – 357 км, в прошлом году – еще 316 км. А в 2019 году тверской регион включился в стартовавший национальный проект «Безопасные и качественные автомобильные дороги» и увеличил объем дорожных работ чуть не в два раза. План на этот год – около 550 км дорог, и он уже практически выполнен.

Следом за дорогами обратили внимание на состояние дворов и общественных территорий. Того, что называют городской средой и что определяет уровень комфорта любого населенного пункта. Пожалуй, никогда муниципалитеты нашего региона не получали столько вливаний из казны именно на благоустройство и создание комфортной, дружелюбной среды. В районах и городских округах уже десятками и сотнями исчисляется число обустроенных парков и набережных, дворов и скверов.

Новый губернатор всерьез взялся наводить порядок и в других сферах. До его прихода наша область имела дурную славу – что ни год, то громкое ЧП то на электросетях, то в ЖКХ. Частные фирмы качали деньги с населения, не вкладываясь в ремонт и

содержание инфраструктуры. Поэтому так важна была консолидация активов в сфере жизнеобеспечения. Под госуправление перешли «Тверская генерация» и «Тверь водоканал», был создан единый региональный оператор по работе с твердыми бытовыми отходами.

В итоге почти на 5 млрд рублей снизились долги за газ, из-за которых «Газпром» в 2015-м приостановил свою программу газификации Тверской области. В районы пошли деньги на ремонт теплосетей, на строительство и оборудование новых котельных. Как результат – в разы сократилось количество крупных аварий в осенне-зимний период, отопительный сезон начинается и проходит без срывов. В прошлом году в область стянули ударные силы российских энергетиков, и в ходе трехмесячных учений они расчистили столько просек и заменили столько опор ЛЭП, сколько и в годовой план ни разу не вносили. Благодаря этому на 50% повысилась устойчивость энергоснабжения и снизилась аварийность на линиях электропередачи.

Откуда на все это взялись деньги? Во-первых, нашей области повезло получить руководителя с огромными связями на федеральном уровне и пробивными лоббистскими возможностями. Конечно, деньги из госказны выделялись не просто потому, что человек он хороший. Новый губернатор изменил управленческие подходы и ориентиры регионального правительства, и Тверская область за три года вошла едва ли не во все федеральные и национальные программы, подразумевавшие финансирование.

– За эти три года мы столько напросили в федеральном центре, у президента, у премьера, что нам чего только не дали: и денег, и проектов, и возможностей, – говорит Игорь Руденя.

Во-вторых, тверской губернатор освободил регион от удавки коммерческих кредитов. Часть из них удалось заменить государственными, благодаря чему выясвились миллионы рублей, которые шли в уплату процентов по долгам. А в этом году Тверская область вошла в тройку лидеров России по сокращению госдолга. Вот и дополнительные источники финансирования социальной сферы.

Можно еще долго перечислять успехи региона в развитии промышленности, сельского хозяйства и туризма, в улучшении инвестиционного климата, в сокращении числа трудовых мигрантов и создании новых рабочих мест, в реализации крупных федеральных проектов. Но чтобы понять масштаб работы, проделанной за три года, и тот рывок в развитии, который удалось сделать региону во главе с Игорем Руденей, достаточно и того, что жители области на себе ощущают позитивные перемены. Проблем еще много, но регион движется вперед, и есть уверенность, что позитивных изменений год от года будет в разы больше, а нерешенных вопросов все меньше.

– Мы хотим, чтобы Тверская область была территорией, где интересно жить, развивать бизнес, где молодежь может заниматься любимым делом, – сообщил в одном из своих выступлений губернатор.

Жить здесь и сейчас уже интересно.

дования, провело диагностику 180 км газопроводов, создало резерв ресурсов. ООО «Тверь Водоканал» завершает работы на объектах.

Губернатор Игорь Руденя особо подчеркнул, что после проведения любых работ, нарушающих целостность покрытия дорог или тротуаров, дворовых территорий, необходимо в короткие сроки провести благоустройство.

Глава региона также отметил, что руководители муниципалитетов должны лично проверять информацию о готовности объектов ЖКХ и их работе, причем не только по бумагам, но и выезжая на место.

**Комментарии
Игоря
Анатольевича
Павлова,
главы
Бежецкого района:**

- Всё, что ставится в заслугу Игорю Михайловичу, жители Бежецкого района могут видеть и на своей территории. Серьезные финансовые средства поступили за эти годы в сферу образования, позволив заметно увеличить объем работ.

В отрасли культуры благодаря поддержке губернатора продвинулись крайне важные для бежечан проекты - реставрация здания музея В.Я. Шишкова и особняка Неворотиных.

Восстанавливается система здравоохранения, в том числе в сельской местности, где возводятся ФАПы и офисы врача общей практики, в обеих поликлиниках ГБУЗ «Бежецкая ЦРБ» сейчас ведутся капитальные ремонты, ряд объектов включен в региональный план на ближайшие годы.

Понимание губернатора встречено в вопросе обеспечения улучшения водоснабжения города - бежецкое предприятие будет работать и модернизироваться под эгидой тверского водоканала, что существенно повысит возможности по вступлению в программы со значительным финансированием.

Район активно включается в программы по благоустройству, ремонту дорог, серьезные финансовые средства поступили за эти годы в сферу образования, позволив заметно увеличить объем ремонтных работ в учреждениях.

У губернатора мы перенимаем системный подход в решении проблем, его готовность учитывать потребности общества и умение выстраивать приоритеты в работе с учетом социальных потребностей. Уверен, это грамотно и результативно.

Район активно включается в программы по благоустройству, ремонту дорог, переселению граждан из аварийного жилого фонда.

Тепло – под личную ответственность

Тверская область плавно вошла в отопительный сезон. В начале прошлой недели тепло дали в детские сады, школы и больницы, к концу недели – в большую часть жилых домов.

Этим летом в районах и городских округах вели масштабную реконструкцию систем теплоснабжения и тепловых сетей, строили новые котельные – на эти цели муниципалитетам из областной казны было выделено 590 млн рублей, в три раза больше,

чем в прошлом году. К отопительному сезону в регионе подготовили 834 котельные, 4 генерирующих источника – ТЭЦ-1, ТЭЦ-3 и ТЭЦ-4 в Твери и Вышневолоцкую ТЭЦ, около 2 тыс. км тепловых, 6 тыс. км водопроводных, почти 2,5 тыс. км канализационных и более 60 тыс. км электрических сетей. С тепливом проблем зимой не возникнет – запаслись по нормативам. Также сформирован необходимый резерв оборудования для использования в чрезвычайных

ситуациях: мобильная котельная, станция водоочистки, дизель-генераторы, трубы, насосы, тепловые пушки и электрокабели.

Готовы к зиме и организации электро-, водо- и газоснабжения. Филиал ПАО «МРСК Центра» – «Тверьэнерго» капитально отремонтировал 1138 км линий разной мощности и 525 трансформаторных подстанций, расчистил больше 1370 га просек. АО «Газпром газораспределение Тверь» выполнило ремонт оборудо-

вания, провело диагностику 180 км газопроводов, создало резерв ресурсов. ООО «Тверь Водоканал» завершает работы на объектах.

Губернатор Игорь Руденя особо подчеркнул, что после проведения любых работ, нарушающих целостность покрытия дорог или тротуаров, дворовых территорий, необходимо в короткие сроки провести благоустройство.

Глава региона также отметил, что руководители муниципалитетов должны лично проверять информацию о готовности объектов ЖКХ и их работе, причем не только по бумагам, но и выезжая на место.

В программу модернизации объектов теплоэнергетики Тверской области в этом году было включено 36 позиций. На 24 объектах ремонт полностью завершен. Успели провести капремонты котельных и оборудования в Лесном, Рамешках, Спирово, Чамерово, Весьегонского района, Итомле, Трубино и Осуга Ржевского района, Бологово, Андреапольского района, д. Ивановское Удомельского городского округа. В районах обновили порядка 6,5 км тепловых сетей.

Еще на 12 объектах работы планируются завершить в октябре-ноябре.

С перспективой на развитие



27 сентября в Дорохово состоялась рабочая встреча В.А. Павлова, заместителя главы администрации Бежецкого района по жилищно-коммунальным вопросам, С.А. Куликовой, директором МУП «Водоканал», руководителем электро- и тепловой служб Бежецкого муниципального предприятия городских электрических и тепловых сетей, представителей СМИ.

Главной задачей выезда специалистов были осмотр и анализ работы всего теплового хозяйства поселка и системы водоснабжения и отведения.

О положении дел рассказал глава Филипповского сельского поселения А.В. Бакалов: «Отопительный сезон в Дорохово начали, как и в городе, 24 сентября. К сожалению, случились три крупные аварии на домах № 5, 8 и 11. В доме № 5 лопнула магистраль водоснабжения и только благодаря помощи администрации Бежецкого района удалось в короткий срок ликвидировать прорыв. Остальные проблемы устранили силами своей управляющей компании. МУП «Дорохово», у которого администрация сельского поселения является учредителем, также устраняет задущенность систем тепло- снабжения, и в квартирах становится теплее.

Жилищный фонд составляет 10 многоквартирных домов и 4 объекта социальной сферы (детский сад, школа, общежитие, военкомат) и отапливается единственной котельной, которая работает в энергозатратном режиме и требует реконструкции, замены газовых

И. ИВАНОВА
Фото Н. ЛЕБЕДЕВОЙ

Ковчег с частицей святых мощей прп. Сергия Радонежского

8 октября Святая Церковь празднует преставление прп. Сергия, игумена Радонежского, чудотворца. По благословению Преосвященнейшего Филарета, епископа Бежецкого и Весьегонского, в Спасском кафедральном соборе г. Бежецка будет пребывать ковчег с частицей мощей прп. Сергия Радонежского. Ковчег с частицей святых мощей будет изнесен за Всенощным бдением 7 октября (начало богослужения в 16 часов) и пробудет до 11 октября включительно.

Информационная служба Бежецкой епархии



День оказания бесплатной юридической помощи



26 сентября 2019 года в Бежецке прошел День оказания бесплатной юридической помощи, который провело Тверское региональное отделение Ассоциации юристов России, для обеспечения доступа граждан к квалифицированной юридической помощи по различным вопросам.

Помимо представителей Тверского регионального отделения Ас-

социации юристов России прием провели сотрудники прокуратуры Тверской области, Управления федеральной службы судебных приставов по Тверской области, региональных адвокатской и нотариальных палат.

В этот же день в отеле образования отделением Ассоциации юристов РФ было проведено другое занятие - «Хищные дороги» - с целью соблюдения Правил дорожного движения школьниками и студентами в качестве пешеходов во избежание несчастных случаев и аварий.

И. ИВАНОВА
Фото автора

В аптеке «Валдай»
(г. Бежецк, ул. Большая, д. 1)

12 октября с 14.00 до 15.00 ч.
“РАДУГА ЗВУКОВ” Выставка-продажа

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

аналоговые, цифровые

Цена: от 7 700 до 18 000 руб. (Россия, Дания, Германия)

Справки и заявки на дом

по тел. 8-901-866-81-57

Товар сертифицирован. Гарантия 1 год.

Сдайте один старый аппарат и получите скидку при покупке нового аппарата 7% имеется противопоказания, необходима консультация специалиста

ПРОДАЮТСЯ

Внимание! Только в эту субботу у рынка в 17.10 ЗАКЛЮЧЕЛЬНАЯ В ЭТОМ СЕЗОНЕ ПРОДАЖА КУР-МОЛОДОК: рыжие, белые, цветные, 4-6 месяцев. Тел. 8-903-638-02-06.

Сайт и группа ВК: куры 76.рф

КУРЫ-НЕСУШКИ. Доставка. Тел. 8-958-100-27-48.

ДРОВА КОЛОТЫЕ. Береза - 1200 руб. за куб. м, осина, опьха - 1000 руб. за 1 куб. м, смесь - 1100 руб. за куб. м, горбыль резаный - 2600 руб./машина. Тел. 8-920-192-17-51.

1-КОМН. КВ., 4/5 этаж кирпичного дома по ул. Спасская, 21/28. Общая площадь 35,7 м², не угловая, светлая, теплая, окна ПВХ. Цена - 700 тыс. руб. Тел. 8-910-536-50-66.

Внимание!

6 октября в 10.45 у рынка состоится продажа **МОЛОДНЯКА КУР** яйценоских пород, возраст - 5,6 месяцев, цена: 350 руб. - Л. Брауны рыжие, 450 руб. - Леггорны белые, 550 руб. - Доминанты цветные.

Тел. 8-961-153-22-87.



Многопрофильный медицинский центр

АКАДЕМИЯ ЗДОРОВЬЯ

Часы работы:
Пн-пт 11.00-17.00
Сб 8.30-17.00
Вс 10.00-17.00

Забор крови по субботам по предварительной записи

ПРИЕМ ВЕДУТ ВРАЧИ:

6 ОКТЯБРЯ - ЛОР (в т.ч. дети), уролог, проктолог, фелеболог Малкаров Х.С. (УЗИ вен нижних конечностей, склерозирование вен нижних конечностей).

13 ОКТЯБРЯ - кардиолог (снятие и расшифровка ЭКГ), УЗИ органов брюшной полости, малого таза, молочных и щитовидной желез, офтальмолог (определение остроты зрения, внутрглазного давления, подбор очков).

20 ОКТЯБРЯ - маммолог, гинеколог, УЗИ органов брюшной полости, малого таза, молочных и щитовидной желез, пункция опухолей щитовидной железы под контролем УЗИ.

ул. Л. Толстого, 1/3, тел. 8-920-156-60-38

Ло - 69-01-001573 от 2.03.2015

akademiazdorov.ru

Дорогие мои земляки

115 лет со дня рождения А.П. Иванова. Бежецк помнит и гордится

22 сентября исполнилось 115 лет со дня рождения оперного певца, Народного артиста СССР, нашего земляка Алексея Петровича Иванова. В честь этого события возле РЦНТИ состоялось торжественное мероприятие, на котором собирались ценители музыки и искренние почитатели его огромного таланта.

Первой поздравила с праздником и выразила признательность за сохранение памяти о знаменитых людях нашего края О.А. Корнетова, заместитель главы Бежецкого района. Об основных вехах творческой деятельности и личной жизни певца присутствующим рассказала директор КДЦ «Дом Иванова» М.В. Панфилова.

Алексей Петрович родился в

1904 году в селе Чижово в семье учителя церковно-приходской школы, и, когда он подрос, его определили в эту школу. Там преподавалось пение, которым увлекались и Ивановы.

Поступив на физико-математический факультет Тверского учителя института (сейчас Тверской государственный университет), А.П. Иванов начал работать преподавателем физики, механики и математики, но любовь к пению взяла свое, и спустя несколько лет он поступает в Ленинградскую консерваторию им. Н.А. Римского-Корсакова, берет уроки пения у И.В. Ершова, оперного певца, Народного артиста ССР.

Алексей Петрович выступал на многих площадках страны, рабочий репертуар певца

включал около 50 оперных партий. Он был первым исполнителем целого ряда произведений композиторов В.П. Соловьева-Седого и Т.Н. Хренникова, часто выступал по радио и телевидению.

Гастролировал за рубежом: Австрия (Венская государственная опера, 1945), Англия («Ковент-Гарден», Лондон), Шотландия, Франция («Олимпия», Париж, 1953), ГДР (1955), Италия («Ла Скала», Милан), Германия, Чехословакия, Венгрия, Исландия, Дания, США («Метрополитен-опера», Нью-Йорк), Швеция (Королевская опера в Стокгольме).

Пробовал свои силы и как режиссер. В Большом театре поставил оперу «Риголетто» Дж. Верди. Режиссерскую

практику затем продолжил в оперной студии Московской консерватории, где был художественным руководителем с 1964 по 1965 год.

Уйдя из Большого театра, преподавал вокальное мастерство в Загорской (Московской) духовной семинарии.

Свою обширную творческую деятельность совмещал с большой общественно-политической работой. Был депутатом Московского областного Совета депутатов трудящихся, председателем Республиканской комиссии и членом Президиума Всесоюзного комитета по аттестации преподавателей пения, членом Художественного совета Всероссийского театрального общества, вёл профсоюзную работу.



Перед участниками праздничной встречи так же выступили директор и ученики средней школы №3 с углубленным изучением музыкальных инструментов им. А.П. Иванова. В

завершение к памятнику А.П. Иванова, установленному в 2004 году на улице Большой, возложили цветы.

Р. ВИШНЯКОВА
Фото Н. ЛЕБЕДЕВОЙ

Спорт у нас - достояние масс!

Каждый год в конце сентября проходит легкоатлетический кросс для ребят школьного возраста. В нем принимают участие представители всех школ города и района. Мероприятие проводится с целью привлечения детей к спорту и пропаганды здорового образа жизни и, конечно, для проверки сил, накопленных за лето, заряда позитива, бодрости, и, несомненно, для общения, встреч с друзьями-сверниками будущими соперниками. А как же без духа соревнований, без накала страстей? Участники кросса старались приложить все усилия и разбудить в себе второе дыхание, чтобы прибежать к финишной черте первыми. Не беда, если не получилось с первого раза - постоянные и систематические тренировки обязательно приведут к успеху! Между прочим, это касается не только школьников: любой желающий может выйти и посоревноваться сам с собой.

Бег – это отличный инструмент для повышения физической силы и выносливости, при этом активно развивается мускулатура ног, пресса, рук, шеи, ягодиц. Человек становится

более ловким и сильным. Чтобы польза бега для здоровья была максимальной, нужно соблюдать определенные правила:

- место и время для бега (выбирайте тихие улочки или переулки, где нет интенсивного движения транспорта; бегать рекомендуется по утрам, перед завтраком, или по вечерам – именно в это время организм наиболее подготовлен к физическим нагрузкам);

- разминка (наклоны и повороты туловища, приседания, выпады усилят кровообращение в мышцах и помогут предотвратить растяжение связок. Кроме того, в процессе разминки выделяется суставная смазка, которая защищает суставы от повреждений);

- техника бега (стопы необходимо ставить правильно, чтобы предотвратить излишнюю нагрузку на тазобедренный сустав, колени и позвоночник; при опускании ноги лучше ставить равномерно на всю стопу; туловище следует держать с небольшим наклоном вперед; избегать резких скачков вверх и жестких опусканий на поверхность; руки должны быть согнуты в локтях, движение

ние их свободное, удобное, в такт шагам);

- дыхание (во время бега нужно дышать и носом, и ртом: если дыхание сбивается и большую часть воздуха приходится «заглатывать» при помощи рта, значит, нагрузка чрезмерна высокая и требуется снизить темп);

- пульс (не менее важно контролировать частоту сердечных сокращений: рекомендуется обзавестись простым пульсометром и следить, чтобы пульс во время бега не превышал 100 ударов в минуту, если его частота повысилась, надо снизить темп, пока пульс не стабилизируется);

- продолжительность и частота тренировок (не стоит сразу подвергать себя изнурительным нагрузкам. Неподготовленному человеку следует начинать с 10-15 минут в день и постепенно наращивать интенсивность и продолжительность тренировок. Начинающим бегунам рекомендуется интервальная техника бега, при которой несколько минут бега чередуются с несколькими минутами ходьбы. Если возникли неприятные или болевые ощущения, надо сни-

зить темп или полностью прекратить занятия);

- обувь и одежда (они должны быть удобными, нигде не сдавливать тело. Лучшей обувью для бега являются спортивные кроссовки со специальными амортизирующими подушечками);

- питание (за час до беговых тренировок не желательно принимать пищу. В крайнем случае можно съесть банан, яблоко или другой фрукт. После окончания занятий нужно выждать хотя бы час, прежде чем налегать на еду. Перед самим бегом не следует пить жидкость, а сразу после тренировок желательно выпить стакан чистой воды). Это позволит водному балансу организма прийти в норму.

Прежде чем начинать заниматься бегом, нужно проконсультироваться с врачом. Особенно важно это для людей, страдающих от каких-либо хронических заболеваний. При некоторых болезнях занятия бегом противопоказаны. К ним относятся: острая форма инфекционных заболеваний, болезни или травмы опорно-двигательного аппарата, тяжелые поражения сосудов и сер-

дца.

Влияние бега на организм в целом

Бег является самым простым и эффективным физическим упражнением, которое позволяет задействовать почти все части связочного и мышечного аппарата. Кроме того, полезную нагрузку во время бега получают и суставы человеческого тела. Бег повышает кровообращение, насыщает кислородом все органы и ткани. Он тренирует сосудистую систему и предотвращает многие болезни сердца.

Занятия бегом способствуют очищению организма от вредных токсинов и шлаков. Во время упражнений кровь начинает двигаться по сосудам с высокой интенсивностью. Через стены сосудов в нее поступает множество отработанных веществ, которые выводятся через пот. При медленном продолжительном беге нормализуются обменные процессы организма, а также уменьшается содержание холестерина в крови.

Пробежка помогает избавиться от лишних калорий. Недаром бег считается одним

из самых эффективных способов похудения и входит в большинство программ по борьбе с лишним весом.

Регулярные беговые тренировки улучшают восстановительные функции организма.

Установленный факт, что пробежки оказывают положительное влияние на нервную систему. Тот человек, у которого бег стал повседневной нормой жизни, становится менее вспыльчивым и более уравновешенным, он эффективнее контролирует свои эмоции и легче переносит стрессовые ситуации.

Доказано, что пробежки положительно влияют и на умственные способности человека, поскольку они повышают уровень концентрации, самоконтроль и мозговую деятельность. Бег может оказать неоценимую помощь и при различных нарушениях сна, поскольку оказывает успокаивающее воздействие на эмоциональное и психологическое состояние человека.

Занимайтесь спортом и будьте здоровы!

И. ИВАНОВА
Фото автора



Дорогие мои земляки

1 октября - 107-летие со дня рождения Льва Николаевича Гумилева

1 октября около памятника семье Гумилевых-Ахматовой прошло мероприятие, посвященное дню рождения Льва Николаевича Гумилева. Горожане, краеведы, общественники, руководители и обучающиеся школ города, в том числе СОШ № 5 им. Л.Н. Гумилева, собрались вместе, чтобы вспомнить именинника.

Три школы и университет в березовой аллее

Двадцатые годы XX века – смутное время для отечественного школьного образования. Разрушали старую дореволюционную систему, насыщали смелые эксперименты вроде комплексного обучения или бригадного. Но вопросы разгула опасных стихий педагогического свободомыслия детей все-таки учили географии, арифметике и родному языку.

Лева учился в трех школах Беже-

цкого. Первый – в Бежецке, где Гумилев даже получил денежную премию ШУСа (школьного ученического совета).

Кроме того, Лева был прилежным читателем бежецкой библиотеки. Несомненно, эта библиотека была одним из самых любимых его мест в Бежецке. Много позже он напишет в эссе «Биография научной теории, или Автонекролог»: «К счастью, тогда в маленьком городе Бе-

зецке я учился в аспирантуре, но и на всю оставшуюся жизнь».

Гумилев сохранил о Переслегине добрую память. В шестидесятые Лев Николаевич будет посыпать ему в Бежецк оттиски своих статей. Их переписка продолжится до самой смерти Александра Михайловича (в 1972 году).

Вкус к литературным занятиям Гумилев унаследовал от родителей. Первые знания о философии принес ему Переслегин. Интерес к исторической науке был у Гумилева природным.

«Это от Бога», — не раз говорил Лев Николаевич.

Любовь к истории заметна даже в самых ранних стихотворениях Льва Гумилева. Впрочем, слово «любовь» здесь не совсем на месте. История – это воздух, которым он дышит. Это способ мировосприятия. Даже в стихах о речке Мологе у Гумилева появляются хазары, татары, монголы, древние финны:

Здесь лоя был из лука финн,
Не селял здесь ржаное семя
Лесов дремучих властелин.
Бывало, из варяг в хазары
К далеким чуждым городам
Купцы вели свои товары
По разливным твоим водам...

Гумилев писал о битве при Йорке и битве при Гастингсе, а еще раньше, в 1924 году, одиннадцатилетний Лева пытался написать «нечто вроде драмы в стихах из рыцарских времен в Бретани». В это время одноклассники Левы не то что средневековой Бретани, но и современной Британией вряд ли интересовались. Им просто неоткуда было узнать о Харальде саксонском и Вильгельме Завоевателе, о Карле Мудром и Дюгеклене. Историю в школе не преподавали, ее заменяло общественное чтение.

У молодого Гумилева были и замыслы романов: «Атлантида», «Подземное царство», «Новый астероид». Он не успел их написать – не хватило времени.

Если стихи Гумилев будет писать еще очень долго, то к прозе вернется только в 1941 году, в Норильском лагере.

В 1-й советской у Гумилева появился еще один наставник – преподаватель литературы и обществоведения А.М. Переслегин. Переслегин и Сверчкова тогда дружили, так что пути Левы и Александра Михайловича пересеклись неизбежно. Переслегин преподавал и в железнодорожной, и во 2-й советской. С Левой он занимался и вне уроков. Подобно древним перипатетикам, Переслегин и молодой Гумилев беседовали о философии и литературе во время прогулок. В березовой аллее Александр Михайлович читал лекции своему ученику. Переслегин был человеком не только широко образованным, но и увлеченным. Б.П. Тарасов, простой советский парень, будущий шофер, вспоминал Переслегина с уважением: «Всем в своей жизни я обязан Александру Михайловичу Переслегину <...> он зажег во мне искру Божию». «Александр Михайлович был европейски образованным человеком. Им мог бы гордиться любой университет», — говорил Лев Гумилев, к тому времени уже защитивший две докторские диссертации.

У Льва Гумилева были известные учителя: член-корреспондент Академии наук Якубовский,

профессора Кюнер и Артамонов, но рядом с ними надо поместить имя скромного учителя бежецкой школы, ведь он оказал на Гумилева влияние в самые важные, драгоценные для учебы годы. Лекции в березовой аллее Гумилев еще не раз вспомнит: «Этих незабываемых бесед мне хватило не только на сдачу экзаменов по философии в уни-

верситете и в аспирантуре, но и на всю оставшуюся жизнь».

Гумилев еще не раз вспомнит город своего детства добрым и недобрый словом. А тогда, в 1925-м, он уезжал к матери в Ленинград с легким сердцем и большими надеждами.

С.С. БЕЛЯКОВ

«Гумилёв сын Гумилёва»

того земляка. По окончании мероприятия к памятнику были возложены цветы.

Дорогие читатели, мы представляем вам крупинки воспоминаний о родителях, школьных годах Л.Н. Гумилева, его любимом учителе А.М. Переслегине.



Фото Н. ЛЕБЕДЕВОЙ

Лев Гумилёв: автобиография. Воспоминания о родителях

(отрывок)

мамы, он занимал квартиру, брошенную Маковским, на углу Ивановской и Николаевской. Но эта квартира была очень холодная, большая, отапливать ее было невозможно. Коридоры там были темные и страшные. И оттуда переехали в очень уютную квартиру — Преображенская, 5, ныне улица Радищева, если я не ошибаюсь, где было все очень тепло и уютно.

Лев Гумилев и Анна Ахматова



«Коля, зачем ты даешь ребенку такие сложные книги?» А он говорил: «Ничего, он поймет». Я не только понял, но и запомнил все до сего времени.

Он рисовал для меня картины — «Подвиги Геракла» и делал к ним литературные подписи. Например, «Геракл, сражающийся с немецким львом» и подпись была такая: От ужаса вода иссякла

В расщелинах Лазурских скал,
Когда под палици Геракла
Окровавленный лев упал.

Второе — «Бой Геракла с гидром»: Уже у гидра семиголовой
Одна скатилась голова,

И наступает Геракл супровый
Весь золотой

под шкурой льва.

И третье — «Геракл, который расстреливает гарпий из лука»: Ни клюв железный,

ни стальные крылья

От стрел Геракла гарпий
не спасут.

Залитый кровью

и покрытый пылью

Во тьме герой творит

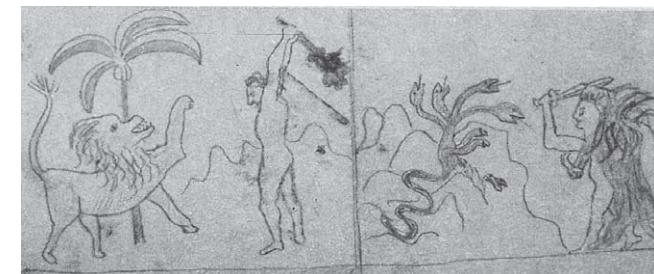
свой страшный суд.

Эти картинки и подписи сохранились некоторое время.

Естественно, они не уцелели, но память меня детская не подвела: я цитирую совершенно точно.

Последний раз папа приезжал для того, чтобы увезти свою вторую жену Анну Николаевну Энгельгардт-Гумилеву вместе с моей маленькой сестрицей Леночкой. Надо сказать, что с Леночкой у меня сохранялись хорошие отношения. Даже в Ленинграде, когда я вернулся, я к ней заходил, с ней встречалась, и вообще мы были в самых дружеских отношениях, хотя встречались, естественно, редко — она была много моложе меня, на целых 7 лет.

Когда мне было 5 лет, бабушка Анна Ивановна привезла меня из Бежецка в папе в Ленинград, но папа в это время уже жил отдельно от



«Лев Гумилев: Судьба и идеи». Айрис-Пресс, 2013

Рисунки Н. Гумилёва для сына Льва подарены П. Лукницкому материю Н. Гумилёву — Анной Ивановной Гумилёвой (Вера Лукница). Жизнь поэта по материалам домашнего архива семьи Лукницких

16 сентября 1986 года

С. ЛАВРОВ



10 октября, в четверг, в РЦНТД «АСО»
с 11.00 до 17.00
выставка-продажа
фабрика «ЭВРИДИКА»

Норковые, шубы из сурка,
дубленки, весенние и зимние пальто
ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ
МЕНЯЕМ СТАРУЮ ШУБУ НА НОВУЮ
РАСПРОДАЖА ВЕТРОВОК, КУРТОК,
ТРИКОТАЖА
Скидки до 50%!
РАССРОЧКА!!!
КРЕДИТ!!!

Генеральная лицензия ОАО «ОТП БАНК» № 2766 от 21.06.2012

**ДОРОГО КУПЛЮ
ЛЮБЫЕ ИКОНЫ**
самовары, статуэтки
кресты, колокола
часы и мн.др.
8-952-483-86-86

въезд и оценка бесплатно

**Ответы на кроссворд
в № 38 от 26.09.19**

1. Офицер. 2. Доктор. 3. Конвой. 4. Основа. 5. Собака. 6. Казань. 7. Нарзан. 8. Марказ. 9. Амфора. 10. Оратор. 11. Асбест. 12. Блюз. 13. Гандюка. 14. Иволга. 15. Корова.

**Вы сняли интересное
видео?
Присылайте
bgizne@yandex.ru, пусть
его увидят все!**



**НАШ КАНАЛ
на youtube**

10 октября с 10 до 15 ч. в клубе «АСО»

(ул. Большая, д. 2)

состоится ярмарка СВЕЖЕГО МЕДА

и продуктов пчеловодства с частной пасеки
потомственных пчеловодов

Более 10 сортов меда (с липы, гречки, донник, разнотравие, живица, с прополисом и т.д.).

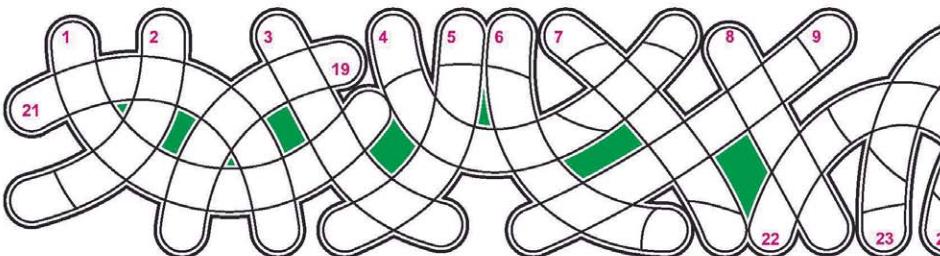
Цены - от 230 рублей за 1 кг. 3-хлитровая банка цветочного меда - 1000 рублей.

На теплый и чистый склад требуются **УПАКОВЩИКИ И ГРУЗЧИКИ**. Вахтовый метод. Жилье за счет предприятия. З/п от 40 000 в месяц. т. 8-800-100-76-25 (беспл) и 8-915-064-09-08.

Социально значимый проект «Медицина. Наш век»

#ПроЗдоровье

10 продуктов для хорошей памяти



**СЕЛЬСКО-ХОЗЯЙСТВЕННЫЙ ЗАКУПОЧНО-СЫТОВОЙ
ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ КООПЕРАТИВ
«БЕЖЕЦКАЯ БУРЁНКА»**

Шифоновый бисквит

Яйца - 6 шт., сахар - 200 г, молоко - 75 мл, масло раст. - 60 мл, мука - 200 г, соль - 1 щеп., лимонная кислота - 1/4 ч. л., ванильная паста - 1/4 ч. л.

Отделить белки от желтков. Белки взбить с солью и лимонной кислотой до образования лёгких пузирьков. Всыпать сахар и взбивать до образования устойчивой воздушной массы. Желтки перемешать, влить в белки, перемешать. Затем всыпать муку и аккуратно перемешать лопаткой снизу вверх, чтобы масса осталась воздушной. Отдельно смешать молоко, растительное масло и ваниль. Влить в тесто, перемешать. Вылить готовую массу в форму, застеленную фольгой. Поставить в разогретую до 180 градусов духовку на 30-40 минут. Готовый бисквит вынуть из духовки и дать полностью остить. Вынуть из формы. Обернуть пищевой пленкой и убрать в холодильник. Через 12 часов бисквит готов к употреблению и формирования торта.

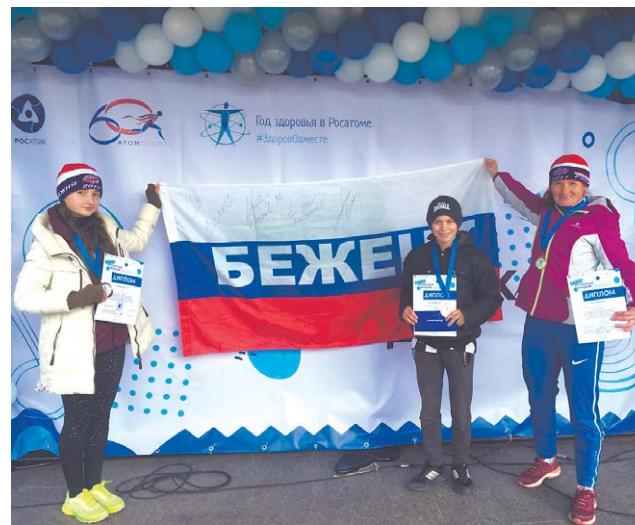
Продукция «Бежецкой буренки» подойдет лучше всех!

#ПроСпорт

Берите пример: бежечане - медалисты!

В Удомле 22 сентября кросса нации «Пробег прошли соревнования по легкой атлетике XXX Удомельский пробег в рамках

В соревнованиях приняли



участие спортсмены из Бежецка, Удомли, Волочка, Бологое, Максатихи, и Лесного: всего более 600 человек.

Все любители спорта вышли на старт на дистанцию 10, 5 или 1 км.

На дистанции 5 и 10 км соревновались группы юношей и девушек, мужчин и женщин 2006-2007, 2004-2005, 2003-2001, 19-30 лет, 31-40 лет, 41-50 лет, 51 и старше у женщин, 61 и старше у мужчин.

Бежечк представляла команда МБУ КСШ под руководством тренера Юлии Баркиной в составе: Ионова Мария 2006 г.р., Каляев Андрей 2006 г.р. и сама Юлия Алексеевна.

Золото из бежечан завоевали Баркина Юлия и Каляев Андрей, Ионова Мария стала второй.

Очередное Первенство Тверской области с бронзой!

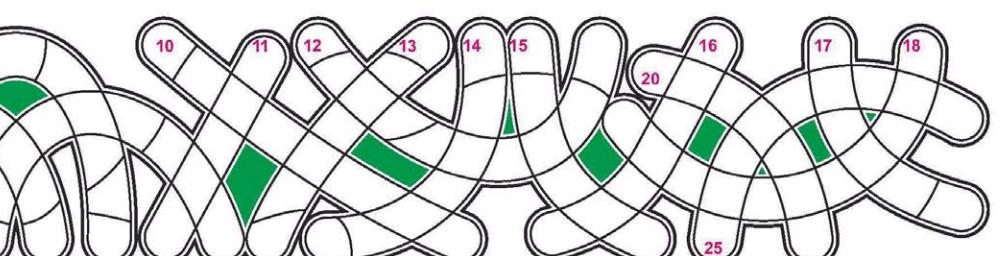
28-29 сентября в г. Тверь проходило Первенство Тверской области по быстрым шахматам. Наши снова с призами - у Дмитрия Смирнова третье место в возрасте до 17 лет (бронзовая медаль уже вторая).

Отлично выступили все: Валерия Бойкова (2011 г.р.) среди девочек до 11 лет поделила 4-5 место, Тимофей Хрестин (2007 г.р.) среди юношей до 15 лет; в категории «Мальчики до 11 лет» достойно боролись уже уставшие за три дня Алексей Чистяков (2010 г.р.) - 6 место, Владислав Глазунов (2013 г.р.), Егор Клочков (2010 г.р.) и Андрей Сердцев (2013 г.р.).

Закончились 2 тура, и у

«Сельмаш» 3 призовых места! родителей, администрации Бежецкого района и клуба.

По данным комитета по делам культуры, молодежи, спорта и туризма администрации Бежецкого района подготовила И. ИВАНОВА



1. Комбайнёр или тракторист в колхозе. 2. Эстетизация промышленного продукта. 3. Отскок пули в сторону. 4. Хороша в армии, да и в школе тоже. 5. Армейский командир. 6. Пьедестал для оратора. 7. Бумажный журавлик. 8. Титул дворянина. 9. Государство Юго-Восточной Азии. 10. Вид недвижимости. 11. Подывинник. 12. Треугольный спортивный летательный аппарат. 13. Измерительный инструмент на стройке. 14. Равносторонняя фигура. 15. Светило в небе. 16. Стационарный парник. 17. Фотография или рентгенография. 18. Нижняя часть дроби. 19. Антарктическая птица. 20. Ягода послана вишни будет, а похожа. 21. Советское название Санкт-Петербурга. 22. Коррупционер (принимающая сторона). 23. «Кавказская пленница» или «Полицейская академия». 24. Стальной ящик размером с прицеп фуры (для грузов). 25. Быстрое течение на реке.

Ответы на кроссворд в следующем номере нашей газеты

Перепечатка кроссворда возможна только с разрешения редакции!

