

# ОБНИНСК LIFE

«Если ты  
в чем-то  
уверен – иди  
до конца»

Зиновий ГУРОВ

*Продолжение на стр. 26*

Олег КОМИССАР

Соединяя  
будущее  
с прошлым

*стр. 52*

# СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

**АНАТОЛИЯ  
СОТНИКОВА**

*Продолжение на стр. 16*



*стр. 40*

**ЭКСКЛЮЗИВ!**

# ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС ЦИОЛКОВСКИЙ

г.Обнинск

от **1,9** МЛН.\*  
РУБ.

СТАРТОВЫЕ ЦЕНЫ НА КВАРТИРЫ  
И КОММЕРЧЕСКИЕ ПЛОЩАДИ !  
СДАЧА ОБЪЕКТА - 2017г.



**8 800 555 25 56**  
**[www.ostov-nf.ru](http://www.ostov-nf.ru)**

Офис продаж:  
г. Обнинск, ул. Долгининская, дом 4,  
офис 26 (второй этаж)  
Часы работы:  
пн-пт 9<sup>00</sup>-20<sup>00</sup>, сб.10<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>

ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ **[www.tsiolkovskiy.ru](http://www.tsiolkovskiy.ru)**, 8 (484) 399 99 98

# ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС СОЛНЕЧНАЯ ДОЛИНА

г.Обнинск

2-Х К.КВ. 68 М<sup>2</sup> - 4,5 МЛН.\*  
РУБ.

КВАРТИРЫ В  
ГОТОВЫХ ДОМАХ

- ✓ Центр города
- ✓ Ипотека

- ✓ Развитая инфраструктура
- ✓ Материнский капитал  
от застройщика

\* количество квартир ограничено

ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ [www.dolina-sun.ru](http://www.dolina-sun.ru), 8 (484) 399 99 98

Реклама

В разгар золотой осени мы заглянули за кулисы общественно-политической жизни города и написали много портретов известных и знаменитых людей Обнинска, а также тепло поболтали с настоящими оптимистами.

Вообще все психологи сошлись во мнении, что каждая мысль – материальна. Мы решили проверить известную теорию на практике и в осеннем номере журнала попытались материализовать только хорошее.

## СМОТРИТЕ И ВЫБИРАЙТЕ!

Команда «ОБНИНСК LIFE»



### ПРОГУЛКА ПО БЕЛКИНО С МИХАИЛОМ НАРУСОВЫМ

Стр. 6

### ВЫБОРЫ-2015



Стр. 12



### ДОКТОРА СОВЕДУЮТ

Стр. 36

### ДУБ ПОД НАДЕЖНОЙ ЗАЩИТОЙ



Стр. 56



### НЕПАЛ В МОЕМ СЕРДЦЕ

Стр. 64

### ЖИВОТНАЯ СТРАСТЬ



Стр. 68

see all



ТРИУМФ  
ПЛАЗА

анонсы > промо > презентации

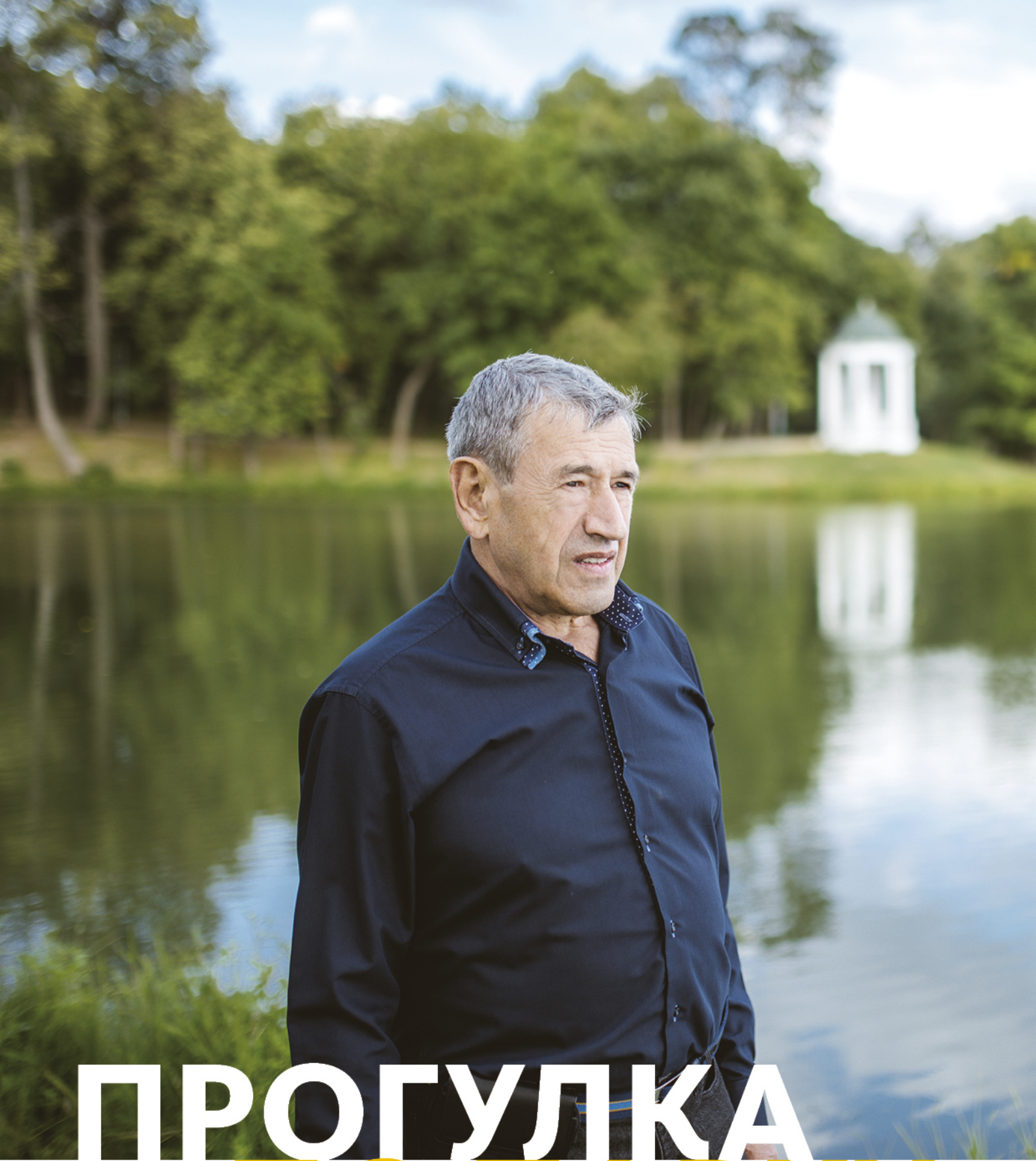


**УВИДЯТ - ВСЕ**

**Реклама в Торгово-Развлекательном Комплексе  
Триумф Плаза**

---

пр-т Маркса, 45  
[triumfplaza@gmail.com](mailto:triumfplaza@gmail.com)



**ПРОГУЛКА**  
**ПО ПАРКУ**  
**БЕЛКИНО**

С МИХАИЛОМ  
НАРУСОВЫМ

Кто в Обнинске не слышал про дворянскую усадьбу Белкино? Наверное, каждый обнинец не раз приходил сюда – кто-то посидеть в тени высоких деревьев, кто-то погулять с ребенком, а кто-то на свидание. Одни празднуют здесь свадьбы, другие приходят на культурные мероприятия, чтобы приобщиться к прекрасному. Теперь это уже не просто парк. Для жителей наукограда этот маленький зеленый остров посреди шумного, быстро развивающегося города **стал знаковым местом.**



ТЕКСТ \_Мелисса ЛОРЕНС  
ФОТО \_Дарья КРОПОВА

Трудно поверить в то, что всего 13 лет назад вместо прекрасного парка здесь был пустырь с развалившимися старинными постройками и иссохшими прудами. И, скорее всего, он и остался бы таким, если бы за дело не взялась группа предпринимателей, которые задались целью – восстановить усадьбу и превратить бурьян, заваленный мусором, в зеленый уголок для отдыха жителей. 12 сентября 2002 года был образован фонд «Усадьба Белкино», и дальнейшая судьба этого места наконец была определена. Инициатива восстановления дворянского гнезда была поддержана муниципальными властями, а достижения фонда отметил лично губернатор Калужской области Анатолий Артамонов.



Работы по преобразению усадьбы продолжают по сей день, но все идеи непременно соответствуют духу старины. В данный момент разрабатывается проект восстановления особняка, который почти полностью разрушен.

Старинный дворянский дом будет отстроен в соответствии с планом оригинала, а в его залах учредители фонда «Усадьба Белкино» планируют разместить концертный зал и Музей «Судьба солдата».

В данный момент парк украшают уже восстановленные постройки, памятники и статуи, созданные по примеру реальных исторических малых парковых форм. Для детей обустроены детские площадки с горками, качелями и каруселями, для удобства пожилых людей везде установлены удобные скамьи. Кроме того, в парке постоянно прокладываются новые дорожки из брусчатки, по которым можно перемещаться из одной части парка в другую.

Но ни для кого не секрет, что Белкинский парк – это не только место отдыха, здесь каждый месяц проводятся разнообразные культурные мероприятия – концерты, фестивали и детские праздники. На сцене летнего театра «Эрмитаж» выступали известные музыканты и исполнители отечественной и мировой эстрады.

Облюбовали парк и молодожены, которые с удовольствием фотографируются на фоне живописных пейзажей и оставляют на свадебном мостике памятные замочки, скрепляющие двух молодых прочными узами.







**МИХАИЛ НАРУСОВ,**  
председатель попечительского совета фонда «Усадьба Белкино»

ЗНАЕТ О ЖИЗНИ И УСТРОЙСТВЕ ПАРКА БОЛЬШЕ, ЧЕМ КТО БЫ ТО НИ БЫЛО, И ОН РАССКАЗАЛ О ФОНДЕ И О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБЩЕСТВЕННОЙ ЮРИДИЧЕСКОЙ ПРИЕМНОЙ, КОТОРАЯ ОТКРЫЛАСЬ НЕДАВНО В СТАРИННОМ ФЛИГЕЛЕ.

**О ПАРКЕ  
«БЕЛКИНО»:**

– Этот прекрасный парк стал культурно-историческим центром, и все благодаря стараниям инициативной группы предпринимателей Обнинска, которые действительно любят свой город. Есть социально-направленные люди, заинтересованные в воспитании патриотизма у молодого поколения, и нужно отдать им должное. Они за свои собственные средства восстановили «от и до» всю усадьбу «Белкино».



Ни в одном другом городе нет столько предпринимателей, которые вкладывали бы огромные деньги в подобные проекты. Они могли бы купить новые машины, виллы, проиграть, прокрутить эти деньги, но они стараются сделать больше для людей, потому что понимают, что это нужно обнинцам. Это наша история, это возрождение памяти о культуре того времени.

Восстановить тоже недостаточно, все это надо поддерживать в чистоте, и для этого в парке работают служащие, труд которых тоже оплачивается из средств учредителей. Работа проделана колоссальная, она ведется сейчас и, я уверен, будет продолжаться еще долгие годы.

Посмотрите вокруг, какая красота! Здесь создан каскад прудов с прекрасной рыбой, всюду выложены дорожки длиной около 5 километров,

чистые газоны, за которыми ухаживают служащие парка. Вдоль дорожек установлено около 400 фонарей с регуляторами света. И все отлажено, очищено, ухожено. Это образец западной цивилизации. Здесь приятно погулять и молодым, и старикам, это место само по себе притягивает горожан.

Я всегда обращаюсь к горожанам, чтобы они сохраняли парк в чистоте. Основная масса посетителей старается соблюдать эти простые правила, но некоторые все же не задумываются о том, что от их действий зависит чистота и уютность этого прекрасного места.



## О ПРОКУРОРСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



## И ОБЩЕСТВЕННОЙ ПРИЕМНОЙ:

Работая прокурором, я был наставником для своих подчиненных, на своем примере показывал, как нужно поступать по чести и совести. Старался быть лидером, чтобы коллектив следовал за мной. А для этого нужно самому быть заинтересованным и любить то, что ты делаешь. Если люди увидят, что ты к работе безразличен, они заразятся безразличием от тебя. Это как нехорошая цепная реакция. Ведь я был не только прокурором, в свое время я руководил крупным отделом внутренних дел, и в подчинении у меня было много людей. И сейчас те, кто работал со мной, положительно обо мне отзываются.

Не зря же я, покинув пост, стал председателем попечительского совета фонда «Усадьба Белкино». Сегодня я оказываю юридическую, консультативную помощь горожанам, наряду с этим возрождаю усадьбу и присутствую на всех мероприятиях, участвую во всех совещаниях. Мне было легко влиться в коллектив и найти общий язык с учредителями, потому что у нас с ними одна цель – сделать Усадьбу Белкино еще краше.

Сюда приезжают люди не только из Обнинска, а со всей области и даже из Подмоскovie.

За короткое время работы нашего правового центра мы приняли больше ста человек, и это доказывает, что людям юридическая помощь нужна. Горожане приходят сюда с разными вопросами, мы стараемся всех проконсультить, помочь.



**ЛЮДИ ПРИХОДЯТ С РАЗНЫМИ ВОПРОСАМИ, МЫ СТАРАЕМСЯ ВСЕХ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬ, ПОМОЧЬ.**

Должен сказать, что работа в прокуратуре и юридическая консультация – это разные вещи, и я все время повышаю свою квалификацию, ищу полезную информацию, постоянно отслеживаю изменения в законодательстве.

Когда люди узнают, что я веду прием, то стремятся попасть ко мне со своим вопросом. Недавно человек приехал из Селятино! Ему нужна была помощь, и родственники посоветовали ему поехать к Нарусову. Я, можно сказать, бесплатно исполняю роль адвоката.



## О ВЫБОРАХ:



**Я ДОРОЖУ СВОИМ ИМЕНЕМ, ДОВЕРИЕМ КО МНЕ ЛЮДЕЙ И НИКОГДА НЕ ОСТАВЛЯЮ НАЕДИНЕ СО СВОИМИ ПРОБЛЕМАМИ ТЕХ, КТО КО МНЕ ОБРАЩАЕТСЯ.**

Я дорожу своим авторитетом, доверием ко мне людей и никогда не оставляю наедине со своими проблемами тех, кто ко мне обращается. Когда ко мне приходят люди, мы все обсуждаем и выбираем пути решения. Но я не волшебник, и одним взмахом руки всего решить не могу, но у меня есть огромное желание работать.

Я могу давать обещания своим избирателям хотя бы потому, что в городе меня все знают, и если вдруг обещанного не сделаю, ко мне придут и скажут: «Ну ты же врал, ты нам не помогаешь!», а я не хочу, чтобы мое имя фигурировало в таких заявлениях, это для меня недопустимо.

Не в обиду другим кандидатам, но во время встреч с жителями я часто слышу, что они даже не знают имени своего действующего депутата. А как так? Это значит, что смысл депутатства как представительства населения во власти, как

такового, потерян. Это не по мне, хочу, чтобы люди меня знали и не теряли со мной связь.

Если меня выберут, то я не брошу свою деятельность в общественной приемной. Она должна продолжать работать, надо привлекать энтузиастов и расширять круг специалистов, которые будут помогать людям преодолевать их трудности.

Что касается внутридворовых проблем, то тут негативные моменты возникают из-за того, что управляющие компании не всегда исполняют свои обязанности.

Я уже приложил много усилий к благоустройству районов Белкино и Экодолье, но проблем хватает по-прежнему. В первую очередь, это наша сфера ЖКХ, вопросы уборки придомовых территорий, благоустройство детских и спортивных площадок. Рано или поздно это приводит к

точке невозврата, когда люди перестают доверять и своим управляющим компаниям, и властям города. Нужно постоянно работать, чтобы этого не случилось.

Я двигаюсь вперед, заранее определившись с тем, что надо сделать, есть план, процесс уже запущен. В скором времени встречусь с жителями дома №5 по улице Белкинская, чтобы навести порядок во дворе, объединить дворы домов №5 и 7, заасфальтировать дорогу и сделать «карман» для того, чтобы автомобили и мусорная техника могли разъехаться. Я стараюсь не только потому, что это моя предвыборная программа, а потому, что задался целью – облагородить район, который я люблю и в котором я живу. На территории моего избирательного округа должны быть красота и порядок!





# ВЯЧЕСЛАВ НАРУКОВ

Президент обнинской  
Торгово-промышленной палаты

Если бы меня выбрали депутатом, я бы в первую очередь сделал в каждом дворе универсальные детские площадки с мягким прорезиненным покрытием, взамен старых щебневых, и отремонтировал все пешеходные дорожки. Детские площадки должны быть функциональными и безопасными, а современные комплексы с мягким покрытием соответствуют всем существующим нормам. Это, пожалуй, было бы первым моим добрым делом в благодарность жителям, которые за меня проголосовали.

В дальнейшем занялся бы полной реконструкцией внутривортовой инфраструктуры и проблемой общественного транспорта – запретил бы старым и ненадежным автомобилям выходить в рейс. Моя мечта – сделать в Обнинске современную трамвайную линию, как это сделано в самых современных городах мира – Цюрихе, Мадриде, Кельне...



Думаю, что сумел бы завоевать доверие жителей своей активностью и незапятнанной репутацией. У меня есть опыт работы с людьми, опыт на руководящей должности, и своим самым главным качеством я считаю то, что умею доводить начатое до конца. Я человек не скромный, уверенный в себе, но и «звездная болезнь» - это не про меня. Главное – сохранять адекватное отношение к ситуациям и людям.

В свой первый день на высоком посту я бы запустил опрос среди жителей Обнинска на темы, которые их волнуют, чтобы каждый человек мог зайти в Интернет и высказать свое мнение на ту или иную тему. Это были бы задания от жителей к власти!

В идеале, депутат, независимо от округа, – это человек с высшим образованием и большим кругозором. Он доброжелателен, стрессоустойчив и способен организовать работу своей команды, чтобы она работала на благо горожан.

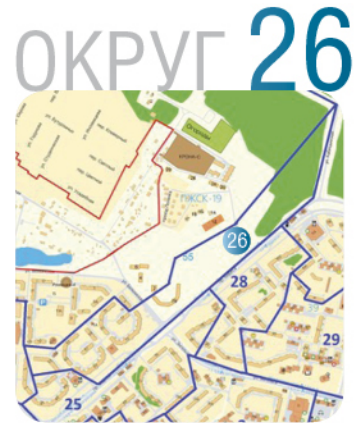
Я ДУМАЮ,  
ЧТО СУМЕЛ БЫ  
ЗАВОЕВАТЬ  
ДОВЕРИЕ  
ЖИТЕЛЕЙ  
СВОЕЙ  
АКТИВНОСТЬЮ  
И НЕЗАПЯТНАННОЙ  
РЕПУТАЦИЕЙ.





# МИХАИЛ ЖУРАВЛЕВ

Директор  
МП «Дворец спорта»



ЧТО БЫ ТЫ  
НИ ДУМАЛ  
О СЕБЕ,  
ВАЖНО  
ОСТАВАТЬСЯ  
ПАТРИОТОМ,  
ПЕРЕЖИВАТЬ  
И БОЛЕТЬ  
ЗА СВОЙ ГОРОД.



В Обнинске к нашей фамилии – Журавлевы – уже есть высокий уровень доверия, и я это доверие хочу сохранить, поэтому основная моя цель – создавать более комфортные условия жизни для обнинцев. Например, планирую отремонтировать наш городской открытый бассейн и, как пешеход, хочу сделать в городе качественные тротуары, чтобы по ним можно было спокойно гулять, а не обходить ямы и канавы. Особенно актуально это для родителей с колясками и маленькими детьми.

Еще не раз думал, как было бы здорово создать в Гурьяновском лесу сказочный городок с небольшим парком аттракционов, домиками и фигурками сказочных персонажей. Туда могли бы приходить родители с детьми и весело проводить время всей семьей.

Я считаю Обнинск максимально сбалансированным, молодым и современным городом, где каждый может предлагать свои идеи к осуществлению и внедрять что-то новое. Единственное, что мне хочется сохранить в том виде, в каком оно есть сейчас – это Старый Город. Это историческое место, прекрасное само по себе.

О себе могу сказать так: я – человек гибкий, могу быть и жестким, и мягким. Иногда за чашкой чая можно решить больше, чем на серьезной встрече в строгих костюмах. Что бы ты ни думал о себе, важно оставаться патриотом, переживать и болеть за свой город, и самое главное – никогда не проявлять безразличия и равнодушия. Нет ничего страшнее равнодушного человека.



# АЛЕКСАНДР СИЛУЯНОВ

Генеральный директор  
ООО «ПРОМСТРОЙ-КОМПЛЕКС»



Привык всегда ставить перед собой задачу и исполнять ее. Никак иначе. В свое время я хотел изменить отношение обнинцев к здоровому образу жизни, обращал на это внимание различных структур, и считаю, что вместе с командой достиг поставленной цели. Но есть и другие задачи, связанные с благоустройством каждого конкретного двора. Например, совсем недавно наконец-то удалось привлечь предпринимателей для ремонта спортплощадки на Гагарина, 36. Мы восстановили там резиновое покрытие и установили ограждение, которые до этого были в непригодном для эксплуатации состоянии.

**Я ПРИВЫК ВСЕГДА  
СТАВИТЬ ПЕРЕД СОБОЙ  
ЗАДАЧУ И ИСПОЛНЯТЬ ЕЕ.  
НИКАК ИНАЧЕ.**



В роли депутата, прежде всего, планирую заниматься вопросами округа, от которого баллотируюсь – это несколько домов на улице Гагарина в 52-м микрорайоне. В целом, весь район требует реконструкции. Необходимо сделать парковки, детские и спортивные площадки так, чтобы они не мешали друг другу. В микрорайоне практически отсутствуют тротуары. Кроме того, район должен быть безопасным, а значит, нужно сделать нормальные пешеходные переходы, регулируемое движение на перекрестках, удобные подъезды к домам с парковками. Моя задача вместе с коллегами-депутатами от 51-го микрорайона – создать проект развития, согласовать его с жителями, Горсобранием и администрацией и начинать воплощение своих планов в жизнь.

Сейчас, благодаря разделению города на 30 одномандатных округов, депутаты будут вынуждены считаться с мнением каждого жителя маленького избирательного округа и решать его проблемы. Прежде у нас было 6 округов по 5 депутатов от каждого из них, и была очевидна коллективная безответственность, потому что депутаты занимались не проблемами своего района, а общегородскими вопросами, в то время как благоустройством занимались только ТОСы. Разделение на одномандатные округа предполагает персональную ответственность каждого депутата.

ОТКРОВЕННО О ЛИЧНОМ

# СЕМЕЙНЫЕ





# ЦЕННОСТИ

## АНАТОЛИЯ СОТНИКОВА

АНАТОЛИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ  
РАСКРЫЛ СЕКРЕТ СЕМЕЙНОГО  
СЧАСТЬЯ, ЛЮБВИ, БЛАГОПОЛУЧИЯ  
И СПОКОЙСТВИЯ

БЕСЕДОВАЛА \_Елена ЗУЕВА  
ФОТО \_Дарья КРОПОТОВА





*– Анатолий Александрович, хочу вот с чего начать. Знаю вас как великолепного организатора и не менее успешного менеджера, руководителя, который создал в городе много перспективных мега-проектов. Мне нравятся ваше всегда ровное эмоциональное состояние и внутренняя гармония, вы уверенный в своих идеях, спокойный и рассудительный человек. Интересно, а дома вы тоже сохраняете буддистское умиротворение?*

– Я, по сути своей, человек очень ленивый и меланхоличный, это явно не лучшая черта, и если бы меня вдруг спросили, что люблю делать дома по вечерам, ответил бы, что предпочитаю просто лежать на диване и читать газету. Ну, а если говорить серьезно, то в нашей семье все сбалансировано. У нас как-то получается с женой дополнять друг друга по всем вопросам. Семья для меня – главное в жизни. Я очень люблю проводить время с близкими, в семейной жизни мне нравится все, начиная с быта и возможностей куда-то поехать и заканчивая решением разных, совершенно обычных, рутинных проблем. А какой может быть иной смысл в жизни?

*– Но почему-то мне кажется, что члены вашей семьи особо-то и не имеют права на свою точку зрения, последнее слово и правда всегда на вашей стороне, все-таки чувствуется то самое, про что англичане говорят «железная рука в бархатной перчатке». Хочу узнать, у вас в семье патриархат или матриархат?*

– (смеется) Нет, у нас нет ни патриархата, ни матриархата. Если я вдруг и вступаю в конфликт, то ощущаю сильный дискомфорт, поэтому по жизни мне легче уступить, чем что-то потребовать и настоять на своем. Конечно, в силу того, что я все-таки мужчина, да еще и с непростым характером, иногда у нас с женой доходит и до конфликта. Но чаще все же соглашаюсь с ее мнением, если оно правильное и объективное. Не переношу любые скандальные ситуации. По своей человеческой натуре я не люблю даже огорчать людей, а уж делать больно – для меня это крайне невыносимо. Самое трудное для меня – это чувство вины.

*– Знаете, Анатолий Александрович, я заметила такую странную тенденцию – чем старше становится человек, тем труднее ему найти какие-то новые яркие ощущения и радости в жизни, и поэтому, чтобы вернуть вкус к происходящему и вновь почувствовать адреналин, как в молодости, он начинает что-то «лихорадочно» менять и переставлять. Например, большинство мужчин преклонного возраста меняют «старых» жен на «новых».*

**Могу сказать, что способность  
не держать зла и обиды помогает  
сохранить отношения, СЕМЬЮ.**

– Смена старого на новое вообще противоречит моей жизненной позиции. Когда-то сказал себе, что нужно постоянно меняться, сохраняя стабильность, и тут никаких изменений быть не может. Семья для меня не груз, не обуза, не работа, мне очень нравится проводить все свое свободное время вместе с моими близкими. Дома мое любимое место – это кухня, вечерами сижу там за компьютером, работаю, отвечаю на письма, а моя жена Татьяна в это время с внучками общается в другой комнате, и поверьте, для меня это истинное счастье и наслаждение, лучшие адреналин и энергетик.

*– То есть вы считаете, что любовь, чувства и эмоции после 34 лет совместной жизни не атрофируются, а наоборот, становятся как хороший коньяк – выдержанными, благородными и дорогими?*

– Понятное дело, есть конкретные научные исследования, которые говорят, что та страсть, которая была в 20 лет, к 60 годам переходит совершенно в другую стадию, в стадию уважения и потребности в любимом человеке, а это самый важный жизненный опыт. Моя Татьяна мне Богом дана, и я с годами все сильнее люблю ее. Верите или нет, но мы всегда с ней вместе, только один единственный раз жена с дочкой без меня ездили отдыхать в санаторий, и то по причине того, что я служил в армии. По себе знаю, что любовь к человеку проявляется всегда и во всем, ты без него жить, дышать не можешь. Ну а когда случаются кризисные ситуации, и ты понимаешь, что можешь навсегда потерять любимого человека, начинаешь еще острее чувствовать эту великую силу – любовь. Важно никогда не помнить зла, потому что правда у каждого своя. В свое время меня потряс фильм «Супружеская жизнь», в котором показывают взгляды двух сторон. В первой серии вы видите все глазами жены и думаете – какой подлец муж, а во второй смотрите на все глазами мужа и думаете – какая стерва жена. Где же правда? Я с высоты своего опыта могу сказать, что способность не держать зла и обиды помогает сохранить отношения, семью. Правильно говорят: люби, и если ты любишь, то все сможешь простить и пережить.

**– Наблюдая со стороны сейчас вашу пару, понимаю, что люди, которые прожили более тридцати лет душа в душу, становятся немного умиротворенными и сентиментальными, что ли?**

– Сказать честно, я не слишком сентиментальный человек. Я не привык сильно злиться или бурно радоваться, я все стараюсь воспринимать спокойно. Но отчетливо помню фантастические эмоции, которые буквально захлестнули меня, когда родилась дочь Ольга, это один из самых волнующих и счастливых моментов. Теперь же очаровательные внучки – Марьяша и Ева радуют дедушку своими успехами и талантами на сцене, и поэтому у меня довольно часто появляются слезы счастья и умиления, хотя человек я, в общем-то, без особых эмоциональных всплесков.

**– В нашем современном мире вечерние и утренние ритуалы, совместные чаепития, разговоры – большая редкость. Что в вашей семье создает атмосферу добра и любви?**

– Есть люди, у которых что ни день, то новая история, а у меня как-то без особых историй, приключений, все тихо, по-семейному. Утром я везу в школу Марьяну, а Таня – Еву. Девочка маленькая еще, пока водим ее в школу, но она не позволяет провожать ее дальше забора, очень строго у нее с этим! *(смеется)* С Марьяной я в пути обсуждаю, что будет в школе, какие у нее планы.



**МОЯ ТАТЬЯНА МНЕ БОГОМ ДАНА, И Я С ГОДАМИ ВСЕ СИЛЬНЕЕ ЛЮБЛЮ ЕЕ.**

**– Вы очень занятой человек, у вас множество глобальных проектов, вас буквально рвут на части, но при вашей активности у вас еще хватает времени на семью? Разве вы часто посвящаете время родным?**

– Последнее время стараюсь часто. У нас есть традиция – каждый год с внучками едем в горы. Последние 10 лет я не был на море, все время в горах отдыхаем. В Швейцарии, в Австрии, в Италии. В горы мы едем на высоту полторы тысячи метров, и принципиально туда, где есть горячие источники. Может быть, Еве и Марьяне не очень нравится, что мы первую половину дня идем пешком по горам, а только к вечеру спускаемся и развлекаемся в аквапарке, в бассейнах, на каруселях, горках, но это наша стандартная программа. Вода там очень теплая, 32–35 градусов, так что часа 3–4 можно спокойно плавать. Это прекрасный отдых! А в этот раз впервые поехали в санаторий в Кисловодск, точнее, я привез туда жену и внучек 20 июля, а сам улетел и вернулся только 30-го.





**– Вижу, у вас действительно тесные отношения, клановость имеет большое значение?**

– Ну, конечно же! Вот вы говорите про радостные моменты, а у нас постоянно в доме царят радость и позитив. Есть непростые ситуации, которые бывают у каждой семьи, но мы можем все уладить. Для меня радостно, например, что Ева сейчас с таким рвением собирается в школу, переходит в третий класс, хотя ей всего семь лет, в школу она пошла с пяти лет. Мы

не могли ее не отдать. Если старшая внучка Марьяна – спокойная, мягкая и душевная, то Ева – это ураган. Ей все надо, она постоянно куда-то бежит, со всеми знакомится, общается. Мы долго решали, отдавать или не отдавать ее так рано в школу, была дилемма: отдашь в школу – ребенок потеряет детство, а не отдашь – вдруг перегорит. И, в принципе, нам повезло – попался совершенно потрясающий учитель, прекрасный человек, который Еву понимает. В этом году она у нас стала

лучшим учеником школы среди вторых классов, абсолютная отличница. Как только вернулись из Кисловодска, начала спрашивать: «Когда в школу? Хочу в школу!» Марьяна тоже любит учиться и учится хорошо, но для нее это как работа, а для Евы – праздник. Она очень активный ребенок, танцует хип-хоп, изучает английский язык, ходит на рисование. Жена Татьяна много с внучками возится, помогает дочери освободить время. Ольга больше занимается Марьяной, так как в гимназии много заданий, уроков, олимпиад, и она очень активно помогает ей с учебой, ну а Ева – это условно бабушкина дочка. Мы все вечера проводим вместе, не бывает так, чтобы мы не пересеклись. Ева у нас постоянно, и уходит только вечером, когда уже нужно ложиться спать. Любовь у нас с Татьяной к внучкам и у них к нам большая и взаимная.

**– Может быть, поэтому вы всегда подтянуты, собраны, сконцентрированы и неплохо выглядите в свои 60! Вам, возглавляя женское царство, некогда расслабляться и раскисать?**

– Да, сегодня активно занимаюсь тибетской гимнастикой, она называется «Око востока». Там всего 5 упражнений, которые я делаю каждое

## **В молодости я занимался гимнастикой и играл в сборной области**



**По гандболу, до 30 лет играл в регби.**

утро уже 10 лет. В возрасте около 50 лет у меня появилось ощущение, что я достиг предела своей жизни – у меня были сильные головные боли, и врачи сказали, что никакие лекарства не возьмут, пока не займешься собой. И я занялся этой гимнастикой. Она нехитрая, но мне помогает. Не могу сказать, что активно занимаюсь спортом, обычно по полчаса в день. Это в молодости я занимался гимнастикой и играл в сборной области по гандболу, до 30 лет играл в регби. Сейчас уже не могу похвастаться такой активностью.

**– Представьте, что перед вами человек, который совсем вас не знает. Что бы вы рассказали ему о себе?**

– На самом деле о себе очень сложно говорить. Знаете, сейчас вспомнил о психологическом тесте Майер–Бриггс – это фантастической валидности тест, построенный на теории Карла Юнга. Я впервые прошел этот тест в 1996 году. Суть его заключается в том, что у каждого человека есть четыре шкалы предпочтений – экстраверсия или интроверсия, сенсорика или интуиция, этика или логика, рациональность и иррациональность.

**– Да про экстравертов и интровертов все знают!**

– Да, но это более расширенная версия. Экстраверты кипучие, они отдыхают в шумной компании или

находясь в гуще событий, а интроверты запасаются силами, оставаясь наедине с собой, потому что любые буйные празднества для них – затрата энергии. Вторая шкала – сенсорика и интуиция. Сенсорикам надо прощупать, понюхать, попробовать, для них важно то, что происходит здесь и сейчас, а для интуитов то, что будет в будущем. Вот, про меня можно сказать, что я интроверт и интуит, вижу лес, но не вижу деревьев. Третья шкала – это логики и этики – люди, которые принимают решение головой или сердцем.

**– Юнговское словечко, я так понимаю, затронуло всю женскую половину, ведь мы, как правило, решения принимаем исключительно сердцем?**

– У нас большая часть женщин – этики, поэтому часто и говорят, что женская логика непонятна, а непонятна она потому, что этики принимают решения, исходя из собственных чувств, для них характерно высокое чувство эмпатии. Для логиков решение там, где больше плюсов, а этики просто выбирают из двух зол меньшее. Логика всегда как бы над схваткой, они не чувствуют себя вовлеченными и только принимают решения, а этики всегда внутри. Я сам этик, и все время делаю выбор в пользу наименьшего зла. Рационалы и иррационалы разделяются по умению придерживаться плана. Рационалам план необходим,

и если он вдруг нарушен – это катастрофа! Иррационалы же вообще не умеют писать планов, только списки дел, и им этого достаточно. Они гибкие и способны менять свой курс в зависимости от обстоятельств. Для меня работа в госструктуре чрезвычайно сложна тем, что надо писать четкие планы – через год мы проведем, пригласим, соберем. Но ведь я знаю, что так в любом случае не будет. И еще со школьных времен для меня лучше всего было оставаться в толпе одному. Вот, например, на вечеринках, когда вокруг много людей, я предпочитал сидеть в стороне, и если меня никто не трогал, чувствовал себя вполне комфортно.

**– О, так вы у нас, оказывается, «суровый» интроверт и прячетесь от мира в закрытой темной комнате!**

– Пожалуй, про «сурового интроверта» все же громко сказано. Быть преподавателем, экспертом, директором и при этом не взаимодействовать с людьми невозможно. В этом плане всегда удивляюсь своей младшей внучке – Еве, она-то как раз моя противоположность – экстраверт. Задаешь ей вопрос: «Ева, как дела?», и у нее всегда все отлично, что бы там ни было. И это правильный подход к жизни, на самом деле. Есть такое замечательное качество – жизнестойкость, и эта жизнестойкость складывается из четырех вещей.



У нас постоянно в доме царят радость и позитив.



**– Расскажите подробно об этом.**

Первое – это позитивный подход к жизни. Я, например, совсем не помню зла. Какие-то серьезные вещи, может, где-то и сидят, но в основном я через пару дней забываю любую обиду. Я просто не вижу деталей. Это и плюс, и в то же время минус. Я вижу картину в целом, и то, что меня не захватывают мелочи, помогает мне выживать.

Второй аспект жизнестойкости – активная жизненная позиция, ведь у людей, которые хотят сделать какое-то важное дело, должны гореть глаза. Говорю вам это как работодатель и преподаватель!

Третья важная вещь – это способность адаптироваться к внешним условиям. Я вообще не переживаю по поводу перемен. Многие люди составят себе план, и если он по каким-то причинам разрушился, впадают в ступор. Со мной этого не происходит. Знаете, меня иногда обвиняют, что я резко могу изменить свое мнение. Например, ко мне приходит человек, я слушаю его и после беседы уже разделяю его позицию. Почему? Да потому, что я просто получил новую информацию и, естественно, мое решение может измениться. Это значит, что я сумел адаптироваться и проанализировать новые сведения.

Ну и последняя составляющая жизнестойкости – способность завершить дело. Взялся – доведи начатое до конца.

**– И как, сами-то соответствуете вы своему идеалу жизнестойкости?**

– Могу с уверенностью сказать, что первые три качества у меня ярко выражены, а вот последнее – я просто стараюсь не подводить других людей. На коротких дистанциях если уж я начал что-то делать, то обязательно закончу. Многое дается нам от природы. Меня природа наградила способностью не принимать близко к сердцу всякие мелочи.

**– То есть вы живете не прошлым и даже не настоящим, а, скорее, будущим?**

– Думаю, можно и так сказать.

**– Но ведь это только теория, на практике получается совсем по-другому. Не может человек просто вписаться в шаблон, в любом случае у него множество различных качеств. Разве существует тест, который может точно определить психотип человека?**

– Нет, такого теста нет. Это не черное и белое, это наши предпочтения. Теория Юнга направлена на то, чтобы понять, как человек принимает решения. Могу сказать, что когда я читал про свой тип личности, удивился, что на 80–90% описание совпадает с моими представлениями о самом себе.

## Любовь у нас с Татьяной к внукам и у них к нам большая

И взаимная





*– Ну, лично я относительно любых тестов, научных или нет, абсолютный скептик. Гороскопы, тесты – все это в моем понимании только заблуждение человека. Особенно сейчас на «Фейсбуке» много пользователей, помешанных на всем этом. Вы, кстати, активный пользователь соцсетей?*

*– Я не люблю активную работу в соцсетях. У меня есть страничка, там мне мои знакомые что-то пишут, а я могут ответить разве что «Да» или просто прочесть и не написать ничего. Вот и все, пожалуй, чем я занимаюсь в сети.*

*– Вы в разговоре так четко все раскладываете по полочкам, что сразу чувствуется, что ваш математический склад ума наложил отпечаток и на ваш жизненный путь...*

*– Да, когда-то я был победителем математических олимпиад в Узбекистане, участвовал и во всесоюзных.*

*– А теперь вы уже неосознанно все просчитываете математически, на уровне подсознания. Но сказать, что математика – это ваше четкое направление, нельзя, потому что Анатолий Сотников – это человек мегaproектов с множеством инновационных идей в голове. Вы ведь могли осесть научным сотрудником в каком-нибудь институте, просчитывать, анализировать «сухую» статистику, а пошли по совершенно иному пути. Если посмотреть, то вы делаете несовместимые с вашим пониманием жизни проекты – ФРИДАС, сейчас инновационное агентство. Я бы назвала вас «генератором идей», и мне интересно, откуда вы эти идеи черпаете? Так просто сложилось?*

*– Ну, что касается математики, то так, видимо, Богом и родителями дано – я в 6 лет уже свободно считал до тысячи, вычитал, складывал, делил, и это задавало определенный школьный и студенческий вектор. Хотя, признаюсь вам, когда я окончил институт и начал работать, понял, что идти мне надо было на психолога. Люди вроде меня – идеалисты, нас легко обмануть, и мы в скором времени забудем об этом, но меня как-то жизнь защищала. В моей жизни не было серьезных разочарований. Были пару человек, но они просто перестали для меня существовать. Значит, это не мои люди. В целом, мне повезло, что я оказался в сфере образования и в инновационной сфере.*

*– Она как раз сейчас набирает обороты!*

*– Это потому, что в инновациях есть стратегия «голубого океана». Люди, которые придумали этот образ, использовали вот какую концепцию: существующий бизнес – это материки, которые залиты кровью, ведь бизнес бьется друг с другом не на жизнь, а насмерть, и если вы хотите в этой кровавой бойне сделать прорыв, то вы должны сесть в лодочку, поплыть в океан и найти зеленый остров. Суть в том, чтобы отыскать для себя совершенно новую нишу, где у вас по факту не будет конкурентов. Беда в том, что как только вы открываете новый остров, к нему плывут и другие, и дальше нужно снова садиться в лодку, плыть, искать.*





## У каждого человека есть набор жизненных ценностей, и если он этим ценностям не изменяет – он стабилен.

*– И вы всегда пребываете в состоянии этого поиска?*

– Как я говорил, я устремлен в будущее, и эта моя жизненная позиция определяет мои шаги. В 89-м году мы создали одно из первых предприятий – компанию «Порт», которая, кстати, до сих пор жива, в 93-м создали ФРИДАС. На мой взгляд, это просто стечение обстоятельств.

*– Ну как же стечение обстоятельств? Таких случайностей не бывает. Первый в России коммерческий негосударственный ВУЗ, да к тому же франко-российский.*

– Я сейчас объясню на примере. Есть такой великий менеджер – Джек Уэлч, он 20 лет возглавлял компанию General Electric. Это лучшая компания конца прошлого века. Так вот, когда Том Питерс – эксперт серии управления писал о жизни Уэлча, он задал ему вопрос: «Что самое главное в жизни человека, который хочет добиться гигантского успеха?», и Уэлч ответил,

что главное – не проходить мимо возможностей. Я с ним солидарен. Жизнь постоянно нам что-то дарит – можно пройти мимо, а можно подключиться, ухватить возможность. Есть люди упорные, как Наполеон, который сам все строил и шел вперед, но о себе я такого сказать не могу. Мне жизнь все время подкидывала какие-то возможности.

*– Ой, ну не скромничайте! Вот возьмем тот же ФРИДАС, который после вашего ухода практически развалился.*

– Тут беда была в том, что стиль управления Олега Витальевича Савченко не соответствует моему. Я сам никогда не вмешивался, потому что контроль – это не мое. Я считаю так: если тебе доверен участок, то отвечай за него, это твоя работа на все 100%. Люди с такими задачами чаще всего делают все с полной отдачей сил. У Олега Витальевича другая ситуация – он хочет жестко планировать и кон-

тролировать. ФРИДАС развалился, потому что в итоге оттуда ушли люди.

*– А вам не жаль ваше детище, которое 17 лет вполне успешно существовало?*

– Безумно жаль, но это был процесс объективный. У нас все законодательство РФ сегодня направлено на уничтожение вот таких малых, не вписывающихся в общую концепцию ВУЗов. Мы как раз и не вписались, хотя без лишней скромности могу сказать, что ФРИДАС – один из самых выдающихся ВУЗов России. Он был небольшим – максимум на 200 человек, но 10% выпускников поступали в западные учебные заведения и получали дипломы. Ни у одного другого ВУЗа таких показателей нет. Во ФРИДАСе собралась такая команда, которая повлияла на развитие Калужской области в целом, и сам институт оставил мощный след в истории. Но я никогда не скажу, что это моя заслуга. Я никогда не говорю «я», я говорю «мы».



**Я очень люблю свою Родину, и никогда ей не изменю, но это не значит, что я должен подчиниться любому слову власти. Я не могу быть верноподданным.**



**– А есть какая-то сфера, где вы можете четко сказать: «Вот это сделал я!»?**

– Это трудный вопрос для меня, потому что я обычно зачинатель проекта. Если говорить образно, я как капелька, с которой начинается дождь. Мне интересно начинать дело, а когда все стабилизируется, я теряю интерес. Я долго руководил ФРИДАСом, так как там каждый год появлялось что-то новое – законы менялись, новые связи появлялись, новые люди приходили. За годы руководства я посетил полсотни стран, и не как турист, а как участник семинаров и конференций. Мы брали для себя новые знания и внедряли их в институте. Огромную помощь нам оказали французы, которые практически благотворительно принимали участие в создании ФРИДАСа. Они нас пригласили в Монпелье, дали планы, научили, показали, и буквально за 2 месяца был создан наш институт. В нем было безумно тяжело учиться, но 70–80% наших выпускников – это ребята, которые сделали блестящую карьеру. Это был первый управленческий гуманитарный ВУЗ, который формировал в молодых ребятах дух предпринимателя. Предпринимательство – это отдельный менталитет, совсем другая психология, и это как раз то, чего нам не хватало в России.

**– Вот вас слушаешь, и все так оптимистично выглядит! Неужели не был стен и преград, которые на тот момент казались непробиваемыми? Может быть, вы и правда такой оптимист?**

– Для меня стакан всегда наполовину полон, как у любого оптимиста. Если хочешь добиться успеха, надо уметь совмещать несовместимое, и это значит, что в бизнесе необходимо постоянно меняться, сохраняя при этом стабильность. Это возможно, жизнь нас заставляет поступать именно так. У каждого человека есть набор жизненных ценностей, и если он этим ценностям не изменяет – он стабилен. И в то же время, я лично не готов законсервироваться. Я, допустим, очень люблю свою Родину, и никогда ей не изменю, но это не значит, что я должен подчиниться любому слову власти. Я не могу быть верноподданным.

*– И все-таки, с точки зрения математика и обладателя самых точных тестов на свете, в чем он, секрет счастья, любви, благополучия и спокойствия?*

– Я сам считаю, что никаких рецептов не существует, а существуют некие тенденции. Ты можешь обладать всем, но у тебя ничего не получится просто потому, что в твоём деле не хватает души. Самое главное, как я уже говорил, – это позитивный подход к жизни. Что бы ни происходило в жизни, завтра будет лучше, чем вчера. Например, я мог бы уехать в Москву, делать там карьеру, и тогда жизнь моя сложилась бы иначе. Я и хотел уехать, но Москва – не мой город, да и такой нацеленности на карьеру у меня не было. Мне нравится то, что я в своей жизни сделал, и я счастлив, что все складывается именно так. Хотя знаете, когда задают вопрос вроде «если бы начал жить по-новому, прожил бы ее также»? Я отвечаю, что прожил бы ее по-другому – в конечном итоге ушел бы в психологию, а не в математику. Я стал преподавателем в сфере управления, то есть все-таки смог реализовать в какой-то мере внутренние стремления. Жизнь сама так устроила.

ОПЛАЧЕНО ИЗ ИЗБИРАТЕЛЬНОГО ФОНДА КАНДИДАТА В ДЕПУТАТЫ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО СОБРАНИЯ КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ИЗБИРАТЕЛЬНОМУ ОКРУГУ №16 СОТНИКОВА АНАТОЛИЯ АЛЕКСАНДРОВИЧА



**Что бы ни происходило в жизни, ЗАВТРА БУДЕТ ЛУЧШЕ, чем вчера.**



# ЗИНОВИЙ ГУРОВ:



«ЕСЛИ ТЫ УВЕРЕН  
В ЧЕМ-ТО,  
**ИДИ**  
ДО КОНЦА»

---

Есть личности, с которых хочется брать пример, и, на мой взгляд, исполнительный директор частной поликлиники «Центр реабилитации» Зиновий Гуров относится именно к такому типу людей. Успешный бизнесмен, борец за здоровый образ жизни, известный в Обнинске общественный деятель и врач по призванию, он способен кого угодно заразить своим отношением к жизни и работе.

Готовясь к интервью, я узнала, что Зиновий Рудопьянович очень любит гулять по городу, и потому решила провести интервью в формате такой приятной и непринужденной прогулки. Однако мой герой не терял бдительности и на каждый вопрос отвечал серьезно и уверенно, словно догадывался обо всем заранее.



**– Зиновий Рудопьянович, должна признаться, что я очень любопытный человек, и когда впервые услышала ваше имя, сразу заинтересовалась его историей. Имя Зиновий – редкое и необычное, оно не могло просто взять и случайно прийти в голову вашим родителям!**

– Оно действительно появилось совсем не случайно. Я родился в далекой сибирской деревне, и когда мама выбирала мне имя, она обратила внимание на нашего успешного родственника – Зиновия. Ей очень хотелось, чтобы я, как и он, добился в жизни успеха, и она назвала меня Зеной – это сокращение от полного имени. Вот только в детстве имя Зена доставило мне много хлопот! Ребята во дворе все время дразнили меня Зиной, а мне становилось ужасно стыдно. И до того стыдно, что я для своих друзей переименовался в Гену. Свое мнение об имени я поменял только когда поступил в институт. Ко мне пришло осознание, что родители назвали меня благородным именем Зиновий, я вернул его себе и никогда больше ему не изменял. Это дань уважения родителям.

**– Смотрите, а ведь ваша мама угадала с именем, вы словно по ее завету стали успешным человеком.**

– Видимо, она охраняет меня, я это с детства чувствую.

**– Кстати, о вашем детстве. Я слышала, что вы долгое время мечтали стать летчиком, а потом вдруг изменили решение и поступили в медицинский институт. Это правда?**

– Да, признаюсь, до 9-го класса я безумно хотел стать летчиком, заболел самолетами и видел себя исключительно на месте пилота. Но знаете, в то время все мальчишки мечтали быть либо летчиками, либо космонавтами, и многие мои одноклассники, кстати, поступили в летные училища и по-

том долго служили в летных войсках. А я вот не прошел комиссию, зрение подвело. Поначалу расстроился, а потом понял, что у меня, видимо, другое призвание, и нужно обратить внимание на что-то еще.

**– И вы выбрали медицину. Но как к вам пришло это решение?**

– Вы будете смеяться, но тут сыграло роль простое детское подражание. На одной лестничной клетке с нами жил уважаемый в городе хирург, все им восхищались, жители дома его очень любили, и я сам, глядя на него, думал: «Вот, этот человек любит людей, постоянно делает что-то хорошее. Хочу быть похожим на него!». Я принял решение поступить в мединститут, достал справочник ВУЗов СССР и выбрал Томский медицинский институт ордена Трудового Красного Знамени. Он меня покори! С моей точки зрения, это был лучший институт в Сибири и на Дальнем Востоке. И самое интересное, что так оно и оказалось. Даже сейчас он на пятом месте в рейтинге мединститутов, и мне приятно слышать, что, несмотря на некоторые трудности, все традиции преподавания там сохранились.

**– Ну, а представьте на секундочку, что вы все же прошли комиссию в летное училище, и у вас есть возможность осуществить мечту...**

– Знаете, я считаю, что каждому человеку что-то предназначено, а мне явно не было предназначено стать летчиком. Я счастлив, что пошел в медицину, я стал хорошим врачом, а этот путь не легче пути пилота самолета. Работа с больными людьми – особенная, потому что ты каждый день видишь страдания людей, и твоя задача не только лечить, но и слушать, сочувствовать. Сейчас я не могу представить себя кем-то еще.

**– Но, насколько мне известно, вы проходили интернатуру в глухой провинции, как говорится, у черта на куличках, где были вечные проблемы и с кадрами, и с медикаментами. Мне лично сразу в голову приходят жуткие картинки из «Записок юного врача» Булгакова. Неужели даже тогда вы не думали о том, чтобы все бросить? Вам ни разу не было страшно?**

– Страшно было только по молодости. Сначала я спрашивал себя, что я вообще делаю в этой деревне, куда разве что пару раз в год – осенью и весной прилетают вертолеты с лекарствами? И только по прошествии некоторого времени я осознал, какой это колоссальный жизненный и врачебный опыт. Там меня учили жизни простые люди – крестьяне, и я каждый день по-новому смотрел и на свои, и на их проблемы. Например, у меня был такой случай – ко мне приехал пациент с заболеванием суставов, я выписал ему больничный лист на 3 дня. Он просил дать больше, потому что до больницы от его дома нужно было долго ехать, но у меня была инструкция по выдаче больничных, и я отказал. Он пришел ко мне через три дня и признался, что ему пришлось идти до дома пешком 20 километров – очереди в больнице большие и, пока он ждал приема, автобус ушел. Мне, конечно, стало очень стыдно за себя, и в тот момент я осознал – не все законы, которые пишутся чиновниками, подходят для простых людей. Я-то был молод, мне казалось, что все инструкции надо выполнять!

**– Бывали в вашей практике случаи, когда вы совсем отчаялись, не знали, что делать?**

– Помню один такой случай, и он тоже кое-чему меня научил. Привезли как-то пациента с прободной язвой желудка. Мужик оказался крепкий, но вот поступил ко мне поздно, и по всем медицинским канонам его нужно было срочно оперировать. Так вот, представьте себе, первое, что он мне сказал: «Дайте таблетку, мне надо косить!» Я два часа его уговаривал на операцию, а он ни в какую! Я понимал, что не смогу его уговорить, отчаялся и уже подумал про себя, что в скором времени он умрет. И тут к нам подошла моя супруга и за какие-то считанные минуты уговорила моего пациента. Я этот случай запомнил на всю жизнь, и знаете, что я вам скажу – не существует неразрешимых задач. Если ты уверен в чем-то, иди до конца. Я своего больного уговаривал два часа, а, видимо, надо было три.

**– А когда переехали из глубинки в город, сразу ощутили разницу в уровнях медицины и квалификации врачей?**

– Попробуйте сами представить, какова разница между районной больницей с простейшим оборудованием, где ты один, и вся ответственность лежит на тебе, и больничным комплексом на 1200 коек и множеством возможностей для оказания медицинской помощи. Когда я в 1979 году приехал в Обнинск и поступил в медсанчасть № 8, меня поразило оснащение и количество квалифицированных врачей, у которых мне предстояло многому научиться. Я начал работать, засучив рукава, постарался сразу влиться в коллектив и научиться работать в команде. Поначалу было непривычно, ведь в районе я привык принимать все решения один.



**Я начал работать, засучив рукава, ПОСТАРАЛСЯ СРАЗУ ВЛИТЬСЯ В КОЛЛЕКТИВ И НАУЧИТЬСЯ РАБОТАТЬ В КОМАНДЕ**



Мне потребовалось 3 года,  
чтобы найти свой  
собственный  
ПУТЬ

**– С медициной мы разобрались, но ведь у вас есть еще юридическое и экономическое образование. Признавайтесь, когда успели, и самое главное, зачем это вам?**

– Не обману вас, если скажу, что жизнь заставила. В 90-е мы думали, что с легкостью откроем свое дело, и стоит только немного пошевелиться, как сразу появится огромный успех. Мы с Николаем Елисеевым открыли свою клинику всего с двух комнат, и уже тогда появилось много юридических проблем, на которые мы постоянно натывались. Это и лицензирование, и отношения «пациент-врач» или «пациент-юрлицо», вопросы надзорных органов. Тогда я начал постепенно изучать медицинское право, и мне так понравилось разбираться во всех этих вопросах, что я решил получить юридическое образование именно по направлению «медицинское право». За рубежом оно развито лучше, чем у нас, в Европе есть медицинский кодекс. У нас такого кодекса, к сожалению, нет, и в случае конфликтов наши судьи опираются на гражданский, уголовный кодекс и другие, однако это не так просто, потому как медицина – вещь специфичная и требует особого подхода. А что касается экономического образования, то оно просто необходимо мне в работе. Так сказать, свое дело требует. Мне всегда нравилось учиться, поэтому я не жалею времени на самообразование.

**– Слушаю вас и понимаю, что у вас такой богатый жизненный опыт и запас знаний, что можно писать книгу. Не думали об этом?**

– Мемуаров писать не буду (смеется)! Мне очень хочется написать книгу о здоровом образе жизни, и я, наверное, этим займусь. У меня уже есть свои методики, понимание разных проблем, я не понаслышке знаю, что здоровье человека на 50% зависит от того, какой образ жизни он ведет – как питается, занимается ли спортом, активный он или нет, в каком настроении чаще всего пребывает. Я видел много замечательных людей, которые перестали заниматься собой и на переломе жизненного пути несвоевременно ушли из жизни. К сожалению, чаще всего это происходит по вине самого человека.

**– Вы – известный обнинский борец за здоровый образ жизни! И спортом занимаетесь, и прогулки многокилометровые совершаете, и оздоровительную гимнастику практикуете. В какой момент вы пришли к осознанию, что жить нужно именно так? Многие люди такие нагрузки видят только в ночных кошмарах.**

– Кошмар был у меня, и не ночной, а вполне реальный, когда я в 50 лет весил 92 килограмма. Я был полным, мало двигался, и давление резко повысилось, а однажды у меня случился гипертонический криз. Как врач я сразу понял, что если я ничего не поменяю в своей жизни, то либо стану инвалидом, либо и вовсе оставлю жену вдовой. Я тогда только начинал свой бизнес, понемногу дела шли в гору, и мне стало страшно за будущее моей семьи. Я решил, если все будет хорошо, я переделаю себя полностью! И переделал.

Мне потребовалось 3 года, чтобы найти свой собственный путь. Каждый человек индивидуален и должен сам найти то, что ему больше подходит. Кому-то прогулки, кому-то бег, кому-то плавание, но если ты выбрал, то это должно быть на всю жизнь. Регулярность – основа всего! Вот если вы на лыжную прогулку вышли один раз за зиму, ваш организм воспримет это как стресс, а если ходите по три раза в неделю, то это уже норма. А что такое норма? Это активность, хорошее настроение, способность выдерживать стрессовые ситуации.

**– Так что же, получается, нужно пережить гипертонический криз, чтобы начать жить здоровой и активной жизнью?**

– Многие люди, как это ни печально, проходят через свой горький опыт. Я учился на своих ошибках, и вот, что получилось, то получилось. Сейчас у меня уже проверенный график – 5 раз в неделю я хожу по 10 километров, у меня уже много последователей. Если мне скучно в пути, я слушаю диалоги на английском. За последние 10 лет я успел даже несколько раз прыгнуть с парашютом, в том числе с приземлением на воду, прыгал в тандеме с высоты 4000 метров. Мне было интересно, выдержу я или нет.

Но если ты выбрал,  
то это должно быть на всю жизнь.  
Регулярность – основа всего!



*- Так вы даже экстремальных видов спорта не боитесь?*

- Скажу больше, я – поклонник горных лыж! Я же из Сибири, до 50 лет очень любил ходить на беговых, а тут кто-то из моих друзей посоветовал попробовать встать на горные. С тех пор я себе жизни не представляю без этого вида спорта. Недавно я свою жену вовлек, и она в свои 56 лет впервые встала на лыжи. Она долго отказывалась, но я был настойчив, и теперь мы вдвоем катаемся с гор высотой в 3-4 тысячи метров, в том числе и по черным трассам.

*- Хорошее у вас увлечение! Я уже сама готова зимой встать на горные лыжи, только не знаю, есть ли в Обнинске такие горы...*

- А знаете, у меня есть одна мечта! Тут в нескольких метрах от микрорайона «Солнечная долина» есть два замечательных холма, которые в моих мечтах преобразовываются в отличный горнолыжный центр для наших детишек. Конечно, здесь уже есть прокат лыж зимой, освещение, кафе, теплая комната для переодевания, подъемник, и это, безусловно, хорошо, но необходимо обновить старый лыжный подъемник и сделать второй на другом холме. Возможно, нам удастся договориться с собственником, и этот комплекс появится в ближайшее время. Смотрите, тут недалеко наш «Олимп» и «Солнечная долина». Я уже обсуждал свою идею с мэром, и он сказал, что к этой теме мы через некоторое время вернемся.

*- Такой смелый проект требует серьезного подхода, сил придется приложить немало.*

- Но сделали же в свое время «Олимп», хотя много копий было сломано, много споров велось. И вот он, построен, и сейчас ни одна семья Обнинска не представляет себе жизни без спортивного комплекса. Спорт стал неотъемлемой частью жизни наукограда – футбол, баскетбол, борьба, гимнастика, зимние виды спорта! Надо продолжать развиваться в этом направлении, если мы хотим вырастить здоровое молодое поколение. Мое кредо – дети должны быть заняты. Ребенок должен попробовать ряд увлечений перед тем, как найдет свое, не надо его ограничивать. Главное – быть для детей примером, направлять их.

А знаете, у меня есть одна мечта!



Тут в нескольких метрах от микрорайона «Солнечная долина» есть два замечательных холма, которые я хочу преобразовать в небольшой горнолыжный комплекс.





*– Зиновий Рудопьянович, а правда, что в вашем центре практикуется китайская и тибетская медицина? Мне, допустим, не понятно, как она сочетается с традиционной западной. Ведь у вас классическое медицинское образование, и вдруг какие-то народные восточные методы.*

– Нам, россиянам, очень повезло, что мы находимся между западом и востоком, потому что мы одинаково хорошо воспринимаем прагматизм запада и мудрость востока. Мы прекрасно понимаем, что прежде всего у нас доказательная медицина, но есть такие заболевания, которые не изучены глубоко, и тут на помощь приходит традиционная китайская медицина, которой уже много тысяч лет. В 90-е мы с Никола-

ем Елисеевым увлеклись этими направлениями, потому что казалось, что западная медицина себя исчерпала и нужно изучать что-то новое. В то время было модно заниматься ушу, и мы начинали именно с него. Оказалось, что это на всю жизнь! Сейчас мы с Николаем Петровичем хотим открыть хороший реабилитационный центр восточной медицины. К нам постоянно приезжают специалисты из Китая для обмена опытом, они читают лекции, а наши специалисты, в свою очередь, едут в город-побратим Миньянь, где показывают технику мануальной терапии. Эта совместная и плодотворная работа длится уже много лет, поэтому сейчас мы строим лечебно-реабилитационный корпус, и надеемся, что там будет и центр восточной медицины.

*– А на себе вы применяете эти техники?*

– Иначе я и говорить бы о них не стал! Например, я очень люблю точечный массаж, он помогает снять напряжение и спазмы. Мне все-таки 63 года, и говорить в этом возрасте, что ничего не беспокоит – просто смешно. Еще я верю в гирудотерапию – лечение пиявками, потому что это прекрасная профилактика многих заболеваний. У меня уже сложилось определенное мировоззрение, которое позволяет сочетать наш российский подход к лечению и традиционную восточную медицину. С моей точки зрения, необходимо впитывать разные знания, применять их на практике. В России тоже была развита народная медицина, просто она не получила такого развития, как восточная.

*– Многие люди сейчас вообще практикуют самолечение – заходят в интернет, находят свои симптомы, ставят диагнозы. Неужели так резко упал авторитет врача?*

– Есть у медиков одна пословица на этот счет: «Если мужчина откроет большую медицинскую энциклопедию, он найдет у себя все заболевания, кроме беременности». И это в какой-то степени истинно. Ко мне иногда приходят люди, жалуются на своих врачей, мол, назначенное лечение не помогает. Нужно понимать, что первоначально применяется отработанная схема, и если она не работает, то лечение корректируется уже под определенного пациента. Мне, допустим, чтобы восстановить давление, потребовалось сменить три или четыре курса. Нужно иметь терпение, целенаправленно заниматься собой. Если вдруг что-то идет не так хорошо, как хотелось бы, нужно идти к своему врачу. Если врач грамотный, то он выслушает и подкорректирует курс.

*– А как определить, грамотный передо мной врач или нет?*

– В первую очередь, спрашивайте у своих друзей и знакомых. Да и интуицию никто не отменял! Подсознательно человек всегда чувствует, кто перед ним. Особенно хорошо это чувствуют люди пожилого возраста.

*– Вот вы сказали про пожилых людей, и я сразу вспомнила, что вы ведете бесплатные лекции по профилактике заболеваний для пенсионеров в библиотеке «Сказка». Для чего, зачем?*

– Когда проходишь определенный жизненный путь, понимаешь, что дело не только в деньгах, но и в твоём предназначении. У меня, как у врача, есть определенные знания, которыми я могу поделиться с другими. В силу определенных обстоятельств некоторые люди не могут позволить себе платных консультаций, но им тоже нужна помощь. Я просто объясню людям, которые приходят на лекции, как вести себя в определенных ситуациях, куда обратиться.



*– Зиновий Рудопьянович, не за горами выборы, и ни для кого не секрет, что вы баллотируетесь в Городское Собрание. Вопросов, связанных с политикой, не избежать. Первый мой вопрос может вам показаться некорректным, но не задать его я не могу. В 2010 году вы уже баллотировались, и на выборах уступили своему конкуренту – Сергею Левакину всего один голос. Разрыв незначительный, но оттого и обидно. Как вы сами себя чувствовали в тот момент?*

– Геройствовать и говорить, что я нисколько не расстроился, не буду. Расстроился, но вместе с тем понимал, что я просто не сделал что-то для людей. Народный депутат потому и называется народным, что его работу оценивают со стороны простые горожане. Мне потребовалось время, чтобы проанализировать случившееся, но я не стал размахивать руками и укорять людей в том, что они сделали неправильный выбор. Видимо, мой конкурент сделал больше, чем я. После выборов я продолжил двигаться в привычном для себя направлении – развивал клинику, читал лекции, пропагандировал здоровый образ жизни. Ко мне по-прежнему подходили со своими проблемами люди, и я понял, что работать надо в первую очередь с теми горожанами, которые меня окружают.

*– А от каких районов вы баллотируетесь?*

– Я баллотируюсь частично от ТОС 26, 35, от «Солнечной Долины», от ул. Маркса 6, 8, 10 и ул. Ленина 130, 132, 134. сам жил на Маркса 8, встречался с жителями этого района, приглашал мэра для обсуждения внутридворовых проблем. Все эти проблемы в большинстве своем решаемы, просто нужно каждый день заниматься насущными вопросами и чаще общаться с людьми. Тогда работать становится намного легче.

*– Ну смотрите, вы уже состоявшийся человек, у вас плотный рабочий график, множество личных проектов и идей, вы нашли свое призвание, что удаётся далеко не каждому человеку. И тут вдруг политика. Вы не можете жить без политической деятельности?*

## Многое еще предстоит сделать, и я готов вкладывать силы в развитие Наукограда

– Мне всегда нравилась общественная политика, даже в институте я был одним из руководителей политического клуба – делал доклады на политические темы в роли лектора-международника. Жить в обществе и быть от него свободным, как известно, нельзя, и если хочешь что-то изменить, ты должен иметь свою собственную твердую позицию. У меня есть такая позиция относительно нашего города. Последнее время Обнинск меняется в лучшую сторону – появилась «Плаза» с целым спектром развлекательных и торговых площадок, с замечательным детским комплексом, развиваются физкультурно-оздоровительные площадки. Мне хочется, чтобы город продолжал расти. Многое еще предстоит сделать, и я готов вкладывать силы в развитие наукограда. Для меня он всегда будет самым лучшим городом страны, поскольку я живу здесь уже 37 лет и считаю Обнинск своим домом. Здесь меня знают, ко мне обращаются с разными вопросами, и я решил баллотироваться именно потому, что в какой-то момент ко мне подошли люди из ТОС 26, 35 и попросили отстаивать их интересы в Городском Собрании. Я понял, что нужен людям, в том числе и как народный депутат.



**– Я уверена, что у вас уже есть конкретные планы на преображение города. Готовы открыто о них рассказать?**

– В первую очередь я собираюсь заниматься внутривдоровым устройством районов, от которых я баллотируюсь. Сначала надо решать те насущные проблемы, которые ежедневно портят людям жизнь и настроение. Можно распинаться, говорить о каких-то космических проблемах, о здоровом образе жизни, но если люди изо дня в день запинаются о какую-то ерунду, это раздражает. Приведу вам пример, на Ленина 130, 132, 134 внутривдоровая дорога, которая идет вокруг дома, может поместить только одну машину, то есть два автомобиля там просто не могут разъехаться. Но можно ведь обсудить этот вопрос с соответствующими структурами администрации и расширить дорогу хотя бы на полметра. Второе – маленькие парковки для машин. В 70-е годы, когда строились эти дома, не рассчитывали на такое количество автомобилей, но это не значит, что сейчас эти проблемы нужно оставлять нерешенными. В том же дворе нет детской площадки. Тоже минус! Молодые мамы не всегда могут позволить себе уходить с ребенком от дома на большое расстояние, поэтому площадка должна быть в каждом дворе. Это задача депутата – улучшать жизнь горожан.



**Критиковать легко, а когда работаешь сам, воспринимаешь все происходящее совсем по-другому.**



**– Но это только одна сторона медали. Есть ведь еще и проблемы городского масштаба.**

– Я согласен с вами, таких проблем в достатке. Но я, со своей стороны, собираюсь поддерживать и масштабные, амбициозные проекты, такие, как развитие медицинского факультета ИАТЭ. Нам необходим этот факультет, потому что сейчас остро ощущается нехватка молодых специалистов, а это, в основном, наши ребята – жители Калужской области. Они останутся в нашем городе, поедут в районы. Согласитесь, 150-160 человек на факультете – это уже очень солидно. И для развития у нас есть не только желание, но и поддержка администрации области, города и федерального центра. Обнинск – идеальный университетский город, он небольшой и спокойный, здесь много научных центров, и дух науки словно витает в воздухе.

**– А как вы оцениваете работу Горсобрания в прошлом созыве? На ваш взгляд, она была продуктивной?**

– Я отвечу вам так: критиковать легко, а когда работаешь сам, воспринимаешь все происходящее совсем по-другому. Каждое собрание сделало что-то хорошее для города.

**– Мне кажется, простые горожане могут быть другого мнения, ведь они критичнее смотрят на работу органов власти. Те люди, с которыми вы обсуждаете проблемы города, довольны работой наших депутатов?**

– По-разному, но мы обсуждаем насущные проблемы, которые их волнуют в данный момент. Вот есть конкретный двор – надо сделать одно, второе, третье, приложить усилия, заложить определенную сумму в бюджете. Это целая цепочка. Я сам эти проблемы хорошо понимаю, и, если меня выберут, я буду отвечать на вполне конкретные запросы граждан по благоустройству города.

**– Вы согласны с тем, что депутат должен уметь думать как обычный среднестатистический житель, чтобы лучше понимать проблемы горожан?**

– Депутат должен понимать весь многослойный спектр нашего общества, от домохозяйек до представителей научной интеллигенции. У всех свои представления о качестве работы органов власти, и быть для каждого жителя хорошим невозможно. Людей все равно не обманешь. Смотрите сами, те депутаты, которые работали с пониманием того, что все делается для людей, всегда на слуху. А тех, кто работал недостаточно, просто забыли.

**– Как у любого претендента на место в Горсобрании, у вас хватает конкурентов, и они тоже внедряют свои проекты, пытаются быть интересными. Можете ли вы сказать, что кто-то из них кажется вам несерьезным конкурентом или просто не вызывает доверия?**

– Что я могу сказать? Если человек сознательно идет во власть, в общественную жизнь, то он должен быть готов к конкуренции, и каждого из конкурентов нужно воспринимать серьезно. Будут неудобные вопросы, будет критика – к этому тоже нужно быть готовым. Что касается доверия, то всегда есть люди, которые рвутся к власти исключительно ради своих собственных амбиций. Жаль, что заметно это становится только после выборов.

*– Скажу честно, со стороны кажется, что вы, как говорят в народе, «и швец, и жнец, и на дуде игрец». Как вам вообще удается совмещать в своей жизни столько направлений? В сутках всего 24 часа, невозможно успеть всего!*

– Я буду говорить простые вещи: если ты ведешь здоровый образ жизни, удается все. Без здоровья невозможно достичь успеха. У крепкого телом и духом человека не может быть плохой жизненной позиции. Наоборот, ему хочется идти вперед, достигать новых высот! Так в бизнесе, в политике, в науке, в любой иной отрасли – ты должен научиться рано вставать, много работать, много думать и делать, и со временем это входит в привычку. Наш организм восстанавливается достаточно быстро, но без определенной системы здесь не обойтись.

*– А вы составляете себе график дел, чтобы точно знать, что*

*нужно сделать сегодня, завтра, через неделю?*

– У меня график на день, на неделю и на месяц. Это мой стандарт. Есть неизблемые вещи, такие как работа, прогулки, зимой горные лыжи, общественная деятельность. За две недели до определенного события я уже делаю себе пометки, где и в какое время должен быть. Еще скажу, очень важно доверять часть работы другим людям, которые будут думать не только о своем участке работы, но и обо всем предприятию в целом. Это задача любого руководителя. Если правильно расставить на местах людей, то сразу появится время на другие дела. Вот так, благодаря моим помощникам и планированию дел, мне удается все совмещать.

*– Если наступит такой момент, когда по каким-либо причинам перестанет хватать времени, чем будете готовы пожертвовать?*

– Ничем! *(смеется)* Не знаю, как я буду успевать, но надеюсь, что мне хватит сил. Я об этом не думаю, ведь все в жизни важно. Семья – важна, работа – важна, спорт и здоровый образ жизни – тоже. Общественная деятельность, самообразование, общение с людьми имеют для меня огромное значение. Я просто не смогу отказать от чего-то.

*– В таком плотном графике время на отдых и увлечения вообще остается?*

– Для меня отдых – это прогулка по городу. Среди друзей я обычно говорю: «Что-то я устал! Не пойти ли мне прогуляться на 10 километров?», и они уже воспринимают это как вполне нормальное явление. Физкультура для меня – это и увлечение, и отдых, а лежа на диване я начинаю чувствовать себя плохо. Сейчас в моей жизни появилось еще одно чудо – внук, и все свободное время я провожу с ним.

**Когда интервью уже подходило к своему логическому завершению, Зиновий Рудопьянович настоял, чтобы мы обязательно отправились к памятнику первой атомной подводной лодке. Я не могла отказаться, хоть и не понимала, что связывает моего героя с этим местом.**



*– Почему мы приехали именно сюда?*

– Вы знаете, когда я прохожу мимо, я всегда испытываю чувство гордости за наш город. Да, я сам не имею никакого отношения к военным, но я знаю, что Обнинск является частичкой возрождения оборонной мощи нашей страны. Лично знаю военных, которые в 90-х отчаялись, понимая, что производство и обороноспособность рушится, а теперь, во времена возрождения, я вижу, как у этих людей горят глаза, как они работают, засучив рукава. Быть военным снова стало престижно, и мне приятно, что наше правительство думает об этой большой проблеме. На мой взгляд, это говорит о том, что президент на своем месте. Можно его хвалить, можно ругать, но нужно отдать ему должное за то, что он по кусочкам собирает нашу страну в единое целое. Какие бы трудности не появлялись сейчас на нашем политическом горизонте, Россию снова начинают уважать. Это, в том числе, заслуга и нашего города.



**Когда я прохожу мимо,  
я всегда испытываю чувство  
гордости  
за наш город**

# #3

## ДОКТОРА

# СОВЕТУЮТ

Приближается осень, и вместе с романтическим настроением  
и очарованием золотых пейзажей  
к нам приходят простудные заболевания и ОРВИ.



## ЧТОБЫ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

Пришло время позаботиться о своем здоровье, чтобы не слечь с температурой в первые дни после отпуска и каникул. Как поддержать иммунитет, избежать развития заболеваний и подготовить ребенка к школьному периоду, советуют известные обнинские доктора – Владимир Петров, Людмила Сергеева и Вера Плашкевич.

## ПРИБЛИЖАЕТСЯ ШКОЛЬ- НАЯ ПОРА, И РОДИТЕЛЯМ НЕОБХОДИМО ЗАДУМАТЬСЯ О ЗДОРОВЬЕ СВОЕГО РЕБЕНКА.



Людмила Сергеева

главный педиатр и заведующая  
центральной детской  
поликлиники г. Обнинска



**Не** забывайте, что поход в школу – стрессовая ситуация для ребенка, особенно если он идет в первый класс, поэтому его необходимо поддержать, настроить на то, что учеба в школе – это не тяжкий и обременительный труд, а праздник.

Позаботьтесь о зрении и осанке школьника, продумайте рабочее место с хорошим освещением и ученическим стулом. Офисное кресло к таким не относится! Стул для школьника должен быть с фиксированной спинкой и возможностью держать ноги под прямым углом, а стол должен стоять так, чтобы дневной свет из окна падал с левой стороны. Это важно для сохранения хорошего зрения. Немногие родители обращают внимание на то, как долго ребенок сидит за компьютером. А следовало бы. 30 минут в день – это оптимальное время для работы.

Утром перед походом в школу ребенок должен позавтракать, так как школа не вносит корректив в питание школьников. Если у ребенка аллергия на какой-либо продукт, поговорите с классным руководителем, чтобы тот мог проследить, что ребенок не ест опасных продуктов в столовой.

Мы в клинике уже готовимся к профилактике и лечению гриппа у детей, получили новую вакцину и прививаем ее малышам. Вакцинировать ребенка желательно до октября, потому что пик заболеваемости приходится на период с ноября по январь. К сожалению, витаминов, которыми мы запасаемся за лето, не хватает на весь год, и нужно продумать питание ребенка, а зимой провести витаминную терапию тем детям, которые в ней нуждаются.

Если ребенок не здоров и вы переживаете по поводу физической нагрузки в школе, обратитесь к врачу, который сможет определить необходимую нагрузку и выписать направление в группу лечебной физкультуры.

Но самое главное – это правильно настроить ребенка, наладить режим дня и помогать справиться с трудностями, которые возникают у него в школе.

## ПОДДЕРЖАТЬ ИММУНИТЕТ МОЖНО, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ, С ПОМОЩЬЮ ЗДОРОВОГО И АКТИВНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ.



Владимир Петров

главный врач  
клинической больницы №8



В сентябре увеличивается число простудных заболеваний, и они, как правило, вирусной природы. Это происходит из-за того, что именно в этот период происходит формирование новых коллективов – и в детских садах, и в школах, и во взрослых рабочих коллективах, в том числе. В это время происходит тотальное снижение иммунитета, и организм срочно нуждается в дополнительных.

Поддержать иммунитет можно в первую очередь с помощью здорового питания и активного образа жизни. В рационе в этот период должно быть много фруктов и овощей, не помешают и витаминные комплексы. Помогут и иммуномодуляторы, которые всегда есть в аптеках в большом количестве. Не стоит забывать и про закаливание – контрастный душ отлично тонизирует организм.

Осень также считается временем депрессий и снижения физической активности. День понемногу сокращается, просыпаться по утрам все труднее, организм быстрее утомляется. Но отчаиваться не нужно. Здесь вам поможет спорт! Особенно хорошо помогают справиться с «осенней хандрой» занятия плаванием, спортивной ходьбой, пробежки и спортивные игры на свежем воздухе. В Обнинске для этого есть все необходимые условия.

Настоятельно советую всем пройти процедуру вакцинации от гриппа и простуды. Этой осенью планируем также проводить вакцинацию против гепатита А как у взрослого населения, так и у детей. Многолетняя практика вакцинации против социально-значимых инфекций позволяет нам иметь достаточно низкие показатели заболеваемости.

Если же вы все-таки заболели, ни в коем случае не занимайтесь самолечением! Не ходите во время заболевания на работу или в школу, не подвергайте опасности коллег, друзей и близких. На первых этапах справиться с вирусом поможет обильное теплое питье (*морс, чай, компот*), а при повышении температуры примите препараты группы парацетамола и нурофена. Обязательно обратитесь к врачу, с болезнью легче бороться, когда рядом с вами опытный специалист. Доктора всегда на вашей стороне. Не болейте!

## САМЫЙ ГЛАВНЫЙ СОВЕТ БУДУЩИМ МАМАМ – **УЛЫБАЙТЕСЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ** СЕБЕ И СВОЕМУ БУДУЩЕМУ МАЛЫШУ.



Вера Плашкевич

заведующая  
Обнинским родильным домом



Будущим мамочкам стоит помнить о том, что любая беременность сопряжена с риском, и большинство осложнений предугадать невозможно. Беременная женщина должна тщательно следить за своим состоянием и при возникновении каких-либо неприятных симптомов сразу же обращаться за медицинской помощью. Члены семьи должны знать факторы риска, чтобы суметь вовремя распознать тревожные клинические проявления.

К тревожным симптомам относятся трудности с набором веса в период беременности, анемия, бледность век, быстрая утомляемость или одышка, отеки ног, рук и лица, слабая активность плода или ее отсутствие. Не ждите ухудшения состояния, сразу обращайтесь к своему врачу и проконсультируйтесь с ним. Если все в порядке – вы будете спокойны, если же что-то идет не так – врач сумеет выяснить причины и назначить лечение. Оказание квалифицированной помощи существенно снижает вероятность заболевания или гибели матери или ребенка.

Не забывайте и о том, что организм беременной женщины более подвержен заражению респираторными заболеваниями. Есть два критических периода, во время которых есть серьезный риск заболеть гриппом или простудой. Это периоды с 6 по 8 неделю и с 20 по 28. В это время особенно важно укрепить свой иммунитет и помочь организму. Для этого необходимо нормализовать и сбалансировать свое питание, чтобы организм был обеспечен всеми необходимыми полезными веществами и микроэлементами. Спать нужно по 8–10 часов в день, и ложиться пораньше – в 9–10 часов вечера, чтобы как следует отдохнуть и запастись силами. А вот насчет приема любых лекарств и витаминов непременно советуйтесь с врачом.

Не будут лишними во время беременности специальные упражнения для будущих мам, которые можно выполнять на свежем воздухе. Заниматься до изнеможения ни в коем случае не нужно, достаточно легкой нагрузки. Отлично укрепляют иммунитет беременной женщины такие виды спортивных нагрузок, как плавание и гимнастика. Сегодня существуют также специальные группы, где желающие занимаются с персональным тренером.

Самый главный совет будущим мамам – улыбайтесь каждый день себе и своему будущему малышу, и тогда у вас точно все будет хорошо!

«В группу «Ровесники» все приходят



Группа «Ровесники» начинала свое существование с четырех человек – в прошлом учеников одного класса, отсюда и ее название. Этот музыкальный коллектив, как и подобает настоящим рокерам, созрел в подвале заброшенного завода, и в итоге сумел объединить множество людей и привлечь к совместному творчеству таких известных в Обнинске личностей, как Александр Авдеев, Виктор Дроздов, Юрий Михеев и других...

ГРУППА

РОВЕСНИКИ



по зову сердца».

«Ровесники» играют рок 70-х – любимые песни «Машины времени», «Секрета», «Аквариума» и других коллективов. Каждый человек приходит в группу со своими песнями и замыслами, чтобы реализовать их на сцене.

# НИЖКИ



# Дмитрий Чумак

*Прокурор города Обнинска*

## Rock '70

Дмитрий Чумак всегда любил петь, и рвение к исполнению любимых песен повлекло за собой желание взять в руки гитару. В юности он, как и многие участники «Ровесников», играл в рок-группе на школьной и студенческой сцене, но только сейчас Дмитрий начал воспринимать музыку не просто как увлечение, а как возможность реализовать свой творческий потенциал в сфере искусства. Почти год Чумак исполняет в группе роль не только гитариста, но и солиста. Все коллеги, знакомые и друзья интересуются, где и когда можно посмотреть выступление «Ровесников». На вопрос о том, как удастся прокурору быть еще и музыкантом, Дмитрий Чумак ответил фразой из известного фильма: «Все проходящее, а музыка – вечна!». И с этим не поспоришь.

«Все  
проходящее,  
а музыка –  
вечна!»

# Александр Сычев

*Советник  
гендиректора АО «ОНПП «Технология»  
по взаимодействию с общественностью.*



Профессиональный музыкант Александр Сычев относится к деятельности группы крайне серьезно, и даже мечтает, что однажды его коллеги выйдут на сцену со своими собственными песнями. Но пока главной задачей «Ровесников» он считает работу над собой и общение со зрителем, которого еще предстоит научить воспринимать не только гитарные рифы и басы, а философию и красоту текстов. Для Александра нет инструмента, который невозможно было бы освоить, однако в группе он исполняет вполне определенную роль клавишника и, что не менее важно, музыкального руководителя.



**«Я мечтаю, что однажды мои  
коллеги выйдут на сцену  
со своими собственными  
песнями»**



## Сергей Воробьев

*Регент и певчий  
в Храме Св. равноапостольных Князей  
Владимира и Ольги*

# Rock '70

Сергей играет с 17 лет, в юности был соло-гитаристом известной обнинской группы «Альтаир», и вот уже 40 лет он не расстается с музыкой, совмещая игру на гитаре и профессию певчего в храме. В группе «Ровесники» играть согласился не сразу, но после долгих раздумий решил все-таки попробовать и остался. Уже год Сергей играет на соло-гитаре и исполняет песню «Музыкант». Гитаристу нравятся песни, которые несут глубокий смысл, он вдохновляется творчеством таких групп, как Queen и Pink Floyd, а в машине всегда слушает Стиви Уандера. Певчий и рокер? Да разве это возможно? Сергей Воробьев уверен, что возможно, ведь одно совершенно не мешает другому.

**«Я не расстаюсь с музыкой,  
совмещаю игру на гитаре  
и профессию певчего  
в храме»**

# Сергей Парнюгин

*Индивидуальный предприниматель*

В школе вместе с ребятами Сергей играл на гитаре и носил длинные волосы, как настоящий рок-музыкант, а теперь в группе «Ровесники» исполняет роль ударника, правда, уже без роскошной шевелюры. Сергей говорит, что студия не только дает ему возможность самореализоваться, но и помогает избавиться от накопленных стресса и усталости. Здесь, за барабанной установкой, он снова ощущает себя живым и полным сил. Играть для широкой публики ударник «Ровесников» готов, признает, что волнуется во время выступлений, но помнит – в любой музыке самое главное – вести ритм!



**«В любой музыке  
самое главное –  
вести ритм!»**



## Андрей Козлов

*Заместитель главы Администрации  
Обнинска по вопросам архитектуры  
и градостроительства.*

# Rock <sup>70</sup>

Для коллег и родных увлечение Андрея Козлова рок-музыкой стало открытием. Никто и не догадывался, что у него такие прекрасные вокальные данные и умение работать с публикой. Вокалист скромно отмечает, что петь никогда и нигде не учился, а хороший голос и слух – это природный дар. В группе Андрей поет уже около двух лет, а последние полгода буквально поселился в студии, потому что родные, увидев его тягу к музыке, разрешили посещать «Ровесников» чаще. Это уже не просто участники группы, не просто знакомые музыканты. Это друзья.

«Хороший  
голос и слух –  
это природный  
дар»

# Александр Глухов

*Дизайнер,  
специалист по изготовлению  
неоновых вывесок.*

Александр вспоминает, что, будучи школьником и глядя на группу Олега Колесникова, он немного завидовал и тоже мечтал взять в руки музыкальные инструменты. Мечта его сбылась – сейчас в «Ровесниках» он исполняет роль гитариста, играя буквально на всех возможных видах гитар. Когда Александр впервые услышал, как «плачет» гитара, мир для него остановился, и он понял, что должен узнать, как научиться извлекать из инструмента такие прекрасные звуки. Его вдохновляли любимые рок-группы, он много занимался ради исполнения своего заветного желания – стать музыкантом. И он стал им.



**«Когда я впервые услышал,  
как «плачет» гитара,  
мир для меня  
остановился»**



# Вячеслав Евтюхов

Преподаватель вокала

## Rock<sup>70</sup>

Вячеслав идет с музыкой по жизни и называет ее своим призванием. Днем он дает детям уроки вокала, а после работы садится за барабанную установку – играет и поет песни, которые любит еще со школьных времен. Рок-музыка не мешает работать с детьми, только помогает раскрыться, как музыканту. Когда его пригласили поиграть в «Ровесниках», сразу же согласился. Признается, что поначалу репертуар был скудный, но после многочасовых репетиций появилось много готовых композиций, которыми можно было удивить и порадовать обнинскую публику. Вячеслав уверен, что у группы уже есть фанаты, и он надеется, что они приходят на каждый концерт.

**«Рок-музыка не мешает  
мне работать с детьми,  
только помогает раскрыться»**



# Олег Колесников

*Известный обнинский предприниматель*



Олега Колесникова считают идейным вдохновителем группы, ведь именно он собрал ребят, с которыми выступал на школьной сцене, спустя 30 лет! Будучи школьником, Олег хотел пользоваться популярностью у прекрасной половины человечества, и ради этого начал учиться петь и играть на гитаре. Им движет любовь к музыке и сцене, ему нравится возможность сказать что-то важное людям, используя для этого песню. Живую музыку идейный вдохновитель «Ровесников» считает необходимостью, особенно сейчас, во времена, когда композитора легко заменяет компьютер.



**«Мне нравится  
ВОЗМОЖНОСТЬ сказать  
ЧТО-ТО ВАЖНОЕ ЛЮДЯМ»**



# Павел Ларионов

Программист

## Rock '70

30 лет назад Павел выступал на школьной сцене вместе со своими одноклассниками, и музыка с тех пор стала неотъемлемой частью его жизни. Но по-настоящему увлекся и почувствовал себя причастным к музыкальному творчеству он только 4 года назад, когда старые друзья вновь собрались вместе, чтобы сыграть и спеть любимые песни. В группе он играет на бас-гитаре, но репетиций в студии Павлу недостаточно, и он обязательно тренируется дома. Родные иногда ворчат, жалуются на шум, но на концерты приходят обязательно. А как иначе, если глава семьи – музыкант?

«Музыка с тех пор стала неотъемлемой частью моей жизни»

# Юрий Фрас

*Руководитель  
электротехнического предприятия*

Как и у многих, увлечение музыкой у Юрия началось в юности. Он играл в студии, сам осваивал акустическую гитару, звучание которой ему всегда очень нравилось. В группу его пригласил Александр Сычев, и отказаться от предложения стать музыкантом было просто невозможно. Юрия вдохновляет любая хорошая музыка, лишь бы нравилась мелодия, но исполнять он предпочитает лирические композиции. Сам о себе гитарист «Ровесников» говорит так: «По образованию я – физик, а в музыке – лирик». А что значит быть настоящим лириком? Это значит играть в первую очередь для души.



**«По образованию  
я физик,  
а в музыке – лирик»**

# ЛИЧНОСТЬ

Деятельность обнинского инноватора и кандидата в депутаты Калужского законодательного Собрания Олега Комиссара не ограничивается руководством известным научно-производственным предприятием «Технология».

ТЕКСТ\_Мелисса ЛОРЕНС

Широта взглядов и живой интерес к истории России положительно отличают его от многих научных деятелей и руководителей нашего времени.

Профессионал своего дела, депутат обнинского Городского Собрания, краевед, семьянин, человек, который открыто говорит о своих планах и проектах, и тем не менее, не перестает удивлять.



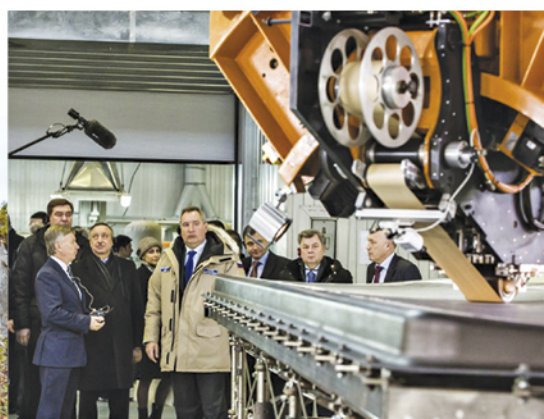
# ОЛЕГ КОМИССАР: СОЕДИНЯЯ БУДУЩЕЕ С ПРОШЛЫМ

**Олег Николаевич способен совместить несовместимое. По роду деятельности он инноватор, смело открывающий двери в будущее, но его личные интересы тесно связаны с прошлым – историей России и подвигами наших соотечественников, сражавшихся против фашистских захватчиков и одержавших победу. При этом он умеет сохранять баланс, работая здесь и сейчас, в настоящем, для того, чтобы прошлое не было забыто, а будущее стало по-настоящему светлым.**

Жители наукограда дважды выбирали Олега Комиссара депутатом Городского Собрания, что говорит о высоком уровне доверия обнинцев к нему. Возглавляя комитет по бюджету, финансам и налогам, он сумел повысить эффективность и прозрачность бюджетного процесса.

Общественные интересы для него превыше всего. На возглавляемом предприятии он заботится не только о качестве самого производства и эффективности рабочего процесса, но также о развитии и поддержке молодых специалистов. Опыт старших передается молодым благодаря программе наставничества, а написание научных материалов поощряется финансово.

Отдельного внимания заслуживает работа военно-патриотического отряда «Ильинский патруль», в деятельности которого Олег Комиссар принимает непосредственное участие. Вместе с группой молодых энтузиастов руководитель «Технологии» занимается изучением территории Ильинских рубежей и поиском на этой территории потерянных дотов времен Великой Отечественной войны. Серьезным достижением «Ильинского патруля» стало присвоению Ильинскому рубежу звания «Рубежа воинской славы». В данный момент это историческое место находится под защитой государства.



## Никто не знает Олега Комиссара так хорошо, как люди, которые работают с ним бок о бок.

Андрей ГОВЕРДОВСКИЙ,  
генеральный директор  
ГНЦ РФ-ФЭИ:



– Олег Николаевич возглавляет принципиально важное для нашей страны предприятие. Я знаю его как серьезного человека и настоящего профессионала. Рабочий коллектив «Технологии» – это слаженно работающая команда, которую Олег Николаевич ведет в верном направлении. Люди на этом производстве могут работать не только для Обнинска, у них достаточно сил, чтобы выйти, в том числе, и на государственный уровень. То, что делает «Технология» – чрезвычайно важно для ядерной отрасли России и других стран. Наши изделия на основе материалов, разработанных по проектам Олега Комиссара, поставляются в Индию и Европу.

Уверен, что его идеи и мысли совпадают с интересами государства, потому что люди с таким сильным характером, уникальными знаниями, энергией и волей к жизни встречаются нечасто, и я уважаю его за эти качества.

Если его изберут, он принесет городу огромную пользу, а если он пройдет в совет федерации, то результаты будут еще более впечатляющими. Я абсолютно поддерживаю решение нашего губернатора о включении Олега Комиссара в сенаторскую тройку. Там решаются вопросы государства, и он в этих решениях принимает непосредственное участие. Это не просто громкие слова, я могу открыто говорить о человеке, которого знаю уже достаточно продолжительное время.

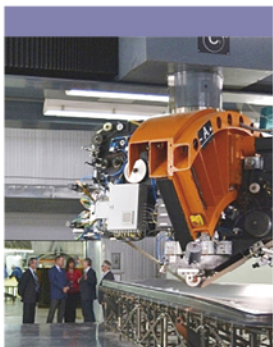
Олег Комиссар постоянно хочет развиваться, он сам стремится к новым знаниям, исследованиям и открытиям. Кроме того, ни для кого не секрет, что он – настоящий семьянин, придерживающийся традиционных семейных ценностей и преданный своим близким. Но самое главное все-таки то, что ему не все равно, как живут другие люди. В нем нет равнодушия и эгоизма, и эти качества характеризуют его как человека, которому можно доверить управление делами области.



Анна СВЕТЛАКОВА,  
командир ВПО «Ильинский патруль»,  
сотрудник ОНПП «Технология»  
им. А.Г. Ромашина:

– Семью Олега Николаевича, как и многие семьи в нашей стране, Великая Отечественная война не обошла стороной, и он всегда заостряет внимание молодежи на таких ценностях, как патриотизм, чувство долга, любовь к Отечеству. Это по-настоящему неравнодушный к истории страны человек. Интерес к прошлому России – это, пожалуй, самое сильное его увлечение. Раньше это были дольмены Кавказа. В 2011 году Оксана Коваль и Евгения Кузьмина, коллеги по работе, открыли для него историю подвига подольских курсантов на Ильинских рубежах. Это случайное открытие стало его отдушиной и увлечением.

К любому вопросу Олег Николаевич подходит с позиций настоящего ученого. Он готов исследовать, изучать, сравнивать и проверять, работать с архивами до тех пор, пока не получит исчерпывающую информацию. Ильинский рубеж не стал исключением. Работа по изучению наставлений по фортификации того времени и анализ местности принесли свои плоды. Олег Николаевич определил местонахождение около 70 ДОТов. В августе



КОМИССАР ВОЗГЛАВЛЯЕТ ПРИНЦИПИАЛЬНО ВАЖНОЕ ДЛЯ НАШЕЙ СТРАНЫ ПРЕДПРИЯТИЕ. Я ЗНАЮ ЕГО, КАК СЕРЬЕЗНОГО ЧЕЛОВЕКА И НАСТОЯЩЕГО ПРОФЕССИОНАЛА.

## Вместе с этими людьми «Технология» достигает впечатляющих результатов и стремится к достижению новых высот.

2013 года, вместе со своими соратниками по Ильинскому рубежу – Оксаной Коваль и Сергеем Ивановым, он вывез небольшую группу молодых сотрудников предприятия в район села Ильинское, которые впоследствии так же загорелись поисковой работой. Весной 2014 года на предприятии был создан Военно-патриотический отряд «Ильинский патруль». А спустя год сам Олег Николаевич вступил в него рядовым «бойцом». В данный момент на этом узле обороны найдено 82 ДОТа. Олег Николаевич разработал карту Ильинского рубежа, на которой отмечено местонахождение каждого фортификационного сооружения. Отряд внес посильную помощь в ее разработку и установку, и теперь она находится на стене музея «Ильинский рубеж» в Малоярославецком районе, а также раздается всем туристам, желающим лично пройти по местам боевой славы, в виде брошюр.

ОТДЕЛЬНО ОТМЕЧУ, ЧТО ОЛЕГ НИКОЛАЕВИЧ КОМИССАР НА ИЛЬИНСКИХ РУБЕЖАХ ПЕРЕСТАЕТ БЫТЬ ДИРЕКТОРОМ, СТАНОВЯСЬ ОБЫЧНЫМ ПОИСКОВИКОМ, – ТАКИМ ЖЕ УЧАСТНИКОМ НАШЕГО ОТРЯДА, КАК И ВСЕ ОСТАЛЬНЫЕ.



*Максим ЗАБЕЖАЙЛОВ,  
начальник лаборатории  
исследования свойств материалов,  
председатель «Совета молодых  
ученых и специалистов»*

– В начале 2000-х, еще будучи начальником конструкторского отдела, Олег Николаевич Комиссар по просьбе нашего легендарного директора Александра Гавриловича Ромашина возглавил СМУС, и на предприятии сразу активизировалась работа с молодежью после сложного периода 90-х. Молодежь на предприятии сразу почувствовала, что ее слышат и понимают. Олег Николаевич, уже являясь генеральным директором, никогда не отказывал нам в помощи, всегда старался понять нужды молодых специалистов.

Так, например, появилась программа помощи по жилищным вопросам. Мы предложили эту идею, и Олег Николаевич ее поддержал, помог оформить документы, подсказал, куда обратиться, нашел финансирование, чтобы сотрудники «Технологии» могли решить свои жилищные вопросы. Последние 3 года все идет по накатанной дорожке, каждый год в программу входят новые люди, которых жилищная комиссия отбирает по ряду критериев.

Кроме того, Олег Николаевич стимулирует научную деятельность молодежи, чтобы каждый хотел достичь каких-то результатов в этой сфере. Без этого предприятие просто перестанет развиваться. В итоге за написание диссертаций, статей в различные издания и участие в конференциях специалисты получают финансовые поощрения. Недавно вышло положение, согласно которому, за написание научных материалов и защиту кандидатской полагается дополнительная оплата. Полагается она и аспирантам.

Отношения между молодыми специалистами и Олегом Николаевичем простые, неформальные – с ним можно обсудить любые свои проблемы, зная, что он всегда поймет и поддержит, поможет организовать нашу деятельность и зарядит энергией. Мы не перестаем удивляться его трудоспособности.

Приятно также то, что Олег Николаевич никогда не отступает от сказанных слов и обещаний, это честный и порядочный человек, на которого можно положиться, которому можно верить.

**ОЛЕГ НИКОЛАЕВИЧ, УЖЕ ЯВЛЯСЬ  
ГЕНЕРАЛЬНЫМ ДИРЕКТОРОМ, НИКОГДА  
НЕ ОТКАЗЫВАЛ НАМ В ПОМОЩИ,  
ВСЕГДА СТАРАЛСЯ ПОНЯТЬ НУЖДЫ  
МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ.**



ИНИЦИАТИВА

# Дуб

№ 421



под  
надежной  
защитой!

Техдр. Мельниса-ЛОРЕНС



Уже в который раз ИК «Остов» в лице Михаила Сошникова проявляет неравнодушие к проблемам Обнинска.

На этот раз внимание компании «Остов» привлек знаменитый старый дуб, растущий на поле возле Дома ученых. Михаил Сошников от своего имени отправил заявку во Всероссийскую госпрограмму «Деревья – памятники живой природы», чтобы зеленого великана внесли в Национальный реестр старовозрастных деревьев России.

**Н** азов прибыли специалисты из центра древесных экспертиз, которые с помощью специальных инструментов произвели замеры и взяли образцы дуба для определения его точного возраста. Результаты измерений оказались поистине впечатляющими! В длину дуб вымахал на целых 18 метров, а в окружности разросся на два с половиной метра. Как можно было оставить без внимания такого гиганта?

Директор «Остова» Михаил Сошников решил, что знаменитое обнинское дерево необходимо защитить от вандализма и сделать настоящим памятником живой природы наукограда. Для этого он взял дуб под свою опеку и обещал огородить его.

– Мы не собираемся лишать обнинцев возможности подойти к дубу. – обещает Михаил. – В течение месяца огородим территорию, сделаем специальный подход к дереву, и люди смогут сфотографироваться на фоне этого зеленого красавца. Горожане любят этот дуб и беспокоятся о его судьбе, поэтому мы решили заняться им всерьез и навели на территории поля порядок, убрали огромную кучу мусора, а яму засыпали.

Поддержала Михаила Сошникова и директор Дома ученых Алла Портнягина, которая является хранительницей знаменитого дуба. Она рассказала, что несколько лет назад была обеспокоена состоянием дерева – дуб заболел, а вокруг него все время разворачивался цирк-шапито, который своей техникой и действиями заметно усугублял ситуацию. Нерадивые горожане тоже оставили свой вклад – отвратительную черную надпись, торчащие гвозди и черные лужи машинного масла. К счастью, дуб выжил и благодаря инициативе компании «Остов» попал в Национальный реестр под номером 421. Специалисты обнадеживают обнинцев: дуб здоров, оставалось только выяснить, сколько ему лет.



**МИХАИЛ СОШНИКОВ ВЗЯЛ ДУБ ПОД СВОЮ ОПЕКУ И ОБЕЩАЛ ОГОРОДИТЬ ЕГО.**

**АЛЛА ПОРТНЯГИНА – ХРАНИТЕЛЬНИЦА ЗНАМЕНИТОГО ДУБА.**



ИК «Остов» умеет держать обещания!



**Обнинский дуб относится к семейству «дубов черешчатых»**



Видовой эпитет «черешчатый» этот вид получил за длинные плодоножки, отличающие его от других видов.



Ботаническая иллюстрация из книги О. В. Томе «Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz», 1885

Достигает высоты 20–40 м. Может дожить до 2000 лет, но обычно живёт 300–400 лет. Рост в высоту прекращается в возрасте 100–200 лет, прирост в толщину, хоть и незначительный, продолжается всю жизнь. Вероятно старейшим представителем следует считать Стелмужский дуб с окружностью ствола 13 м в Литве. Его возраст, по разным оценкам, от 1500 до 2000 лет.

По материалам Википедии

Дуб внесен в Национальный реестр под номером 421.



**А** пока профессионалы определяли возраст дерева в своих лабораториях, жители проверяли свою интуицию, пытаясь угадать возраст дуба самостоятельно. Михаил Сошников предложил всем поучаствовать в конкурсе и оставить свои ответы на сайте компании «Остов». Победителю был обещан специальный приз!

Совсем недавно, сразу после получения результатов из лаборатории, были подведены итоги конкурса. Победительницей стала обнинчанка Ирина Жукова, которая сумела назвать точный возраст нашего дуба. Девушка призналась, что цифру угадала совершенно случайно — просто назвала последние цифры своего года рождения — 79. Фортуна явно оценила идею Ирины и улыбнулась ей! Победительница получила в подарок замечательный набор для пикника от компании «Остов», который вручила начальник отдела продаж Наталья ПРОХОРОВА.



*Победительницей стала обнинчанка Ирина Жукова, отгадавшая возраст дуба*

лет

**Но это не последний конкурс, связанный со знаменитым деревом. Компания «Остов» объявляет новый, особенно интересный для молодых жителей Обнинска!**



**Каждый желающий может сделать селфи рядом с зеленым гигантом и выложить фотографии в Instagram с хэштегом «обнинский дуб».**

В конце каждого месяца этого года компания «Остов» будет выбирать победителя, сделавшего самое оригинальное и красивое селфи, и по традиции вручит приз.

Ну что, обнинцы, идем делать селфи?



**ВСЕРОССИЙСКОЕ  
ОБЩЕСТВО  
ОХРАНЫ  
ПРИРОДЫ**

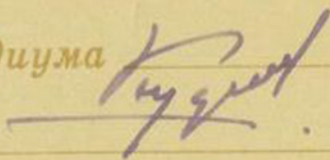


# Трамота

Совет Всероссийского  
Общества Охраны Природы  
СРЭИ награждает  
тов. Матвеева

Владимира Васильевича  
за 25 летнюю большую  
плодотворную работу в  
области охраны природы  
и озеленения территории  
и гор. Общества

Председатель Президиума  
совета Общества  
Отв. секретарь



9 августа 1974 года.



НОВЫЙ ЖИЛОЙ КВАРТАЛ

# РЕПИНКА

В районе улиц Шацкого и Пионерского проезда



НОВОЕ  
КОМФОРТАБЕЛЬНОЕ ЖИЛЬЕ  
В ПАРКОВОЙ ЗОНЕ  
ГОРОДА ОБНИНСКА

(484) 397-95-22  
(910) 708-39-72

г. Обнинск, ул. Шацкого, 15, офис 3 [kvartal.psk@yandex.ru](mailto:kvartal.psk@yandex.ru)

## 1, 2, 3-КОМНАТНЫЕ КВАРТИРЫ

Квартал «Репинка» – это:

экологически чистый район, окруженный рекреационными территориями. Лес, тишина и спокойствие.

В шаговой доступности – магазины, школы и детские сады, кафе и рестораны, кинотеатр, медицинские и спортивные комплексы.

Спортивные и игровые площадки для детей и взрослых.



Современная  
планировка квартир,  
площадь  
от 50 до 240 кв. м

## Жилой квартал «РЕПИНКА» – это ваш комфорт и престиж!

- ▶ Предусмотрена возможность перепланировки и объединения квартир
- ▶ Малоэтажная застройка на огороженной и охраняемой территории
- ▶ Пятиэтажные кирпичные дома оборудованы пассажирскими лифтами
- ▶ Квартиры с индивидуальным отоплением
- ▶ На первых этажах – квартиры с индивидуальным входом, а также нежилые помещения спортивного, культурного, медицинского и оздоровительного направления

Проектная декларация на сайте  
[www.kvartal-obninsk.ru](http://www.kvartal-obninsk.ru)

Реклама

  
ПРОМСТРОЙ-КОМПЛЕКС



# В СЕРДЦЕ МОЕМ



ТЕКСТ  
МЕЛИССА ЛОРЕНС

ФОТОРЕПОРТАЖ  
ЗИНОВИЯ ГУРОВА

## НЕПАЛ – СТРАНА КОНТРАСТОВ!

ЗДЕСЬ РАСКИНУЛИСЬ НА МНОГИЕ КИЛОМЕТРЫ  
ШИРОКИЕ РАВНИНЫ И ТЯНУТСЯ К НЕБУ САМЫЕ  
ВЫСОКИЕ В МИРЕ ГОРНЫЕ ВЕРШИНЫ,

здесь яркие и веселые религиозные праздники сменяют полные трудностей будни, здесь красота и тонкость древней восточной культуры так гармонично сочетаются с простотой и жизнерадостностью местных жителей. *Об этом нам рассказал Зиновий Гуров, которому довелось побывать в этой волшебной стране.*

**О**браз мышления, традиции и условия жизни непальцев крайне отличаются от европейских, и неподготовленный человек будет удивлен этим, посетив Непал впервые. Здесь все иначе! Иная религия, иные обряды, иные привычки, иная кухня, но все это так увлекательно, что остаться равнодушным просто невозможно.

Культура Непала насчитывает многие тысячелетия, и памятники, которые находятся здесь, – это следы древней цивилизации. В этой стране спокойно уживаются друг с другом две основные культуры – буддистская и индуистская, и кажется, что вся жизнь непальцев проходит у храмов, где они могут пообщаться не только с Богом, но и друг с другом. Вы не найдете жителя, который бы не придерживался традиций и обрядов своей религии.

Непальцы – народ жизнерадостный и дружелюбный, они не упускают возможности пуститься в пляс во время праздников, посвященных индуистским божествам, и всегда отвечают на обращение незнакомца открытой улыбкой. Несмотря на бедность, безработицу и экстремальные погодные условия, коренные жители выглядят счастливыми и никогда не жалуется на свою судьбу. Непальские торговцы на шумных местных базарах привлекают своих покупателей, выкрикивая предложения одно за другим. Кстати, если будете



в Непале, обязательно торгуйтесь! Собыете цену в два раза, и непалец будет относиться к вам, как к брату, а если просто отдадите деньги за товар – он воспримет это как личное оскорбление. Интересная традиция, правда?







**П**ищу здесь предпочитают острую и во многом для нас непривычную, но также непальцы едят много риса и овощей. Рис у них бесподобный! Он впитал в себя аромат цветов, трав и земель, на которых вырос, поэтому даже простой отварной рис может передать вам целую грамму вкусовых ощущений. Сортов риса колоссальное количество, и выращивается он руками трудолюбивых и добрых людей.

Но самое главное – это, конечно, красота самого Непала. Эта страна зачаровывает! Она вся словно пропитана неземной аурой Востока. Глубокие ущелья, быстротекущие горные реки с порогами и завораживающие полеты орланов над равнинами – все это стоит увидеть своими глазами.





Татьяна  
Буторина

Генеральный  
директор  
туристической  
компании  
«Милта-тур»

Когда лето позади, на асфальте образуются лужи и с деревьев уныло опадают последние листья, становится грустно и душа требует хотя бы ненадолго продлить летнее настроение. Выход есть всегда – купить путевку и отправиться в теплую страну, чтобы набраться солнца и позитива на долгую зиму вперед.

**Итак, куда же  
можно  
отправиться  
осенью?**



Каждый, кто ступит на землю Доминиканы, с первых секунд почувствует бесконечный заряд позитивной энергии.

## ДОМИНИКАНА

Кто-то скажет: что может быть прекраснее белого мягкого песка, ласкающего ноги, и прозрачного ярко-голубого океана, радующего глаз? Кто-то добавит: что может быть лучше такого уже привычного и любимого «Все включено»? Все это можно соединить воедино и наслаждаться отдыхом, полетев в прекрасную страну, преисполненную позитива и песен, – в Доминиканскую Республику. Сентябрь – идеальный месяц, чтобы посетить Доминикану.

Доминиканцы – очень веселый народ, каждый, кто ступит на землю Доминиканы впервые, с первых секунд почувствует этот бесконечный заряд позитивной энергии, ведь уже в аэропорту Вас встретят широко улыбающиеся, напевающие веселые песни – люди. Беззаботность и радость, только лишь это присуще данному народу, попадая в их окружение, сам невольно становишься заложником хорошего настроения.

Вы никогда не увидите доминиканца, который унывает за работой, что бы он ни делал, всегда будет кричать Вам свое доброжелательное HOLA, петь песни и улыбаться во весь рот.

В Доминикане есть масса вещей, которые не оставят равнодушными никого: мамахуана, ром, кофе, волшебный камень ларимар – все это прямая ассоциация с Доминиканой.

А как интересно посмотреть на слияние волнующегося Атлантического океана с мягким, ровным, как зеркало, Карибским морем, посетить остров Саона, откусать сочного лобстера на необитаемом острове Каталинита, увидеть церковь, где венчался Майкл Джексон, проехать мимо города Миллионеров, где расположены резиденции Шакиры, Энрике Иглесиаса и многих других знаменитостей, насладиться красотами национальных парков, побегать на отмели посередине Карибского моря, в части, где снимали Пиратов Карибского моря! Все это здесь, в чудесном, самом беззаботном месте мира – в Доминикане.




г. Обнинск, ул. Курчатова, 19а, офис 214,  
телефоны:  
+7 484 396-26-06  
+7 903 815 62 25  
watsapp и viber: +7 909 252 38 32  
e-mail: milta-tour@inbox.ru  
vk.com/miltatour

**Итак, если вы готовы впустить в серые осенние будни миллиард солнечных лучей, массу самых широких улыбок мира, тонну позитива и безмятежности – ВАМ СЮДА!**

Закройте плохое настроение на ключ и отправляйтесь в сказочную страну Доминикану навстречу самым волшебным приключениям.



Ольга  
Ильина

Генеральный  
директор  
Агентства  
Путешествий  
«АртемИДА»



**«АртемИДА»**  
предлагает любые  
варианты отдыха,  
на любой вкус  
и кошелек.

Грезите об отдыхе на современном комфортабельном курорте? Пожалуйста. Мечтаете о бурной ночной жизни и экстремальных приключениях? Нет ничего проще. Нуждаетесь в уединении вдали от цивилизации? Таких мест хватит на всех.

ВОТ И НАСТУПАЕТ ОСЕНЬ, А ВСЛЕД ЗА НЕЙ ПРИДЕТ ДОЛГАЯ ЗИМА, и вопреки стереотипу о том, что отдыхать нужно именно летом, мы предлагаем вам задуматься об отдыхе в холодное время года. Ведь это самая активная рабочая пора! Именно в это время мы так нуждаемся в ярких солнечных лучах, эмоциональной и умственной разгрузке, свежих впечатлениях. Получить все это можно не только на море, но и в горах, в красивейших городах нашей необъятной родины и других странах! Не успеете оглянуться, как наступит Новый год и вместе с ним школьные каникулы и новогодние выходные. В эти дни мы все с большим нетерпением ждем возможности провести уик-энд или недельку-другую в обществе друзей и близких или найти время для уединения.



## ТАИЛАНД

Я обожаю Таиланд! Невозможно не влюбиться в эту сказочную добродушную страну Юго-Восточной Азии, где можно найти любые варианты отдыха! Здесь мирно соседствуют древняя экзотика Востока и самые последние достижения современности: плавучие рынки и огромные супермаркеты, огромные небоскребы и буддистские храмы, большие современные города и маленькие уединенные поселения. От белоснежных бухт, заливов, уединенных островов до насыщенной, поражающей воображение экскурсионной программы. Экскурсионные возможности Таиланда удивляют даже бывалых путешественников. Таиланд – это страна, куда люди возвращаются вновь и вновь! Посмотрев Бангкок, летят в Паттайю, потом на острова Самуи, Пхукет, Краби и др.

Краски Таиланда всегда радуют, и никто не остается равнодушным к этому удивительному уголку природы!

- Выбирая тур и курорт, доверьтесь профессионалам.
- «АртемИДА», как всегда, радует своих туристов скидками до 50% на проживание по системе раннего бронирования.
- Стартовали продажи на такие самые популярные направления осенне-зимнего отдыха, как Египет, Таиланд, Мексика, Доминиканская республика, Мальдивские острова и др.
- Выбор тура в эти страны существенно упрощает практически отсутствие визового режима и наличие прямых авиарейсов.



БРАТЯ МЕНЬШИЕ

ОБНИНСК

# ZOO

ЖИВОТНАЯ  
СТРАСТЬ

*ИЛИ ДИКОЕ  
ВЛЕЧЕНИЕ?*

**ЖИТЕЛИ ОБНИНСКА ЛЮБЯТ  
ЭКЗОТИЧЕСКИХ ЖИВОТНЫХ,  
НО ПРЕДПОЧИТАЮТ ЭТО  
СКРЫВАТЬ!**

Экономический кризис совершенно не мешает жителям нашей страны обзаводиться домашними животными. Во многих городах проводятся собачьи и кошачьи выставки, москвичи по-прежнему прогуливаются с миниатюрными свинками – мини-пигами.

Но и обнинцы в этом смысле не отстали. Как выяснилось, жители нашего города предпочитают держать в своих квартирах и офисах даже экзотических тварей.

То ли из любви ко всему  
необычному,  
то ли потехи ради.





## О Ф И С Н А Я Л Ю Б И М И Ц А

Приятно все-таки осознавать, что неподалеку от тебя, в соседнем помещении находится *крокодил*. Не всякий раз с ним встретишься. Разве что в цирке или в зоопарке. Но это, согласитесь, совсем не то. А тут свой, родной, выращенный всем дружным коллективом. Все его любят, холят, лелеют. Правда, животное не отвечает взаимностью. Но это уже детали...

Такая вот трехметровая зеленая самка крокодила с деревенским именем Глаша вот уже двенадцать лет живет в одном из обнинских учреждений. Руководство настоятельно просило не публиковать название предприятия из-за опасений, что туда начнутся бесконечные паломничества любопытных. Но сфотографировать красавицу Глашу разрешили.

Сейчас она восседает в большом вольере, за решеткой. А когда ее впервые принесли, длина малышки достигала всего лишь 7-10 сантиметров. Сотрудники в ней души не чаяли, гладили без конца. Девушки, показывая маленькие царапинки на руках, любили шутить, что их укусил крокодил.

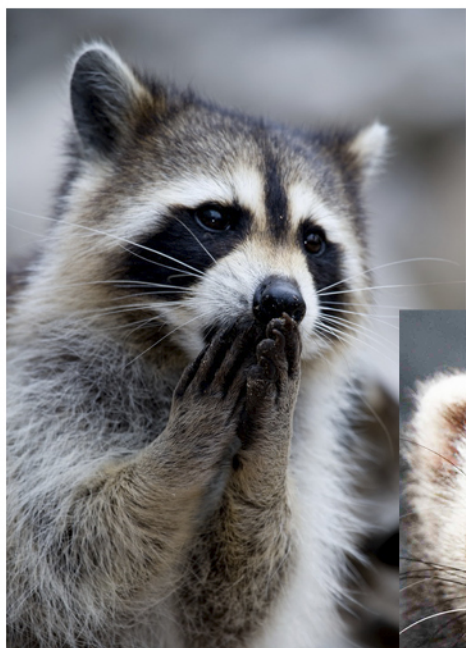
А между тем, время шло, и Глаша подрастала. И ее из небольшого террариума пришлось поместить в клетку. Разумеется, там тесновато, но с едой проблем нет. Кормят Глашу настолько отменно, что она из обычного нильского крокодила превратилась в капризного гурмана. Например, от предложенного ей при нас куриного бедра она отказалась. Покомкала его около минуты в своей пасти и выплюнула назад.

– Мы ей как-то и живых цыплят приносили – не ест, – рассказали хозяева привередливой самки. – Возможно, их на птицефабрике чем-то колют, и ей не нравится вкус. Зато она любит мышей, рыбу, говядину, свинину. Особенно говяжье сердце. Как-то яблоко ей дали – съела.

Да и выглядит Глаша вполне упитанной. Обнинск – это, конечно, далеко не западная долина Нила, но и здесь можно неплохо питаться.

– Был у нас, правда, и неприятный случай, – рассказали сотрудники офиса. – Глаша выломала один из довольно толстых металлических прутьев решетки и вылезла наружу. Обнаружила ее наша уборщица. Женщина шваброй (!) загнала огромную рептилию назад, а потом только позвала на помощь. Решетку мы потом заварили.

**А т у т с в о й , р о д н о й , в ы р а щ е н н ы й  
в с е м д р у ж н ы м к о л л е к т и в о м .  
В с е е г о л ю б я т , х о л я т , л е л е ю т .**



## А СОСЕДИ НЕДОВОЛЬНЫ ...

Ну а про *енотов*, *хорьков* и прочую мелочь и говорить не приходится. Их в наукограде хватает. Вот недавно на пульт городской ЕДДС поступил звонок от перепуганных жильцов дома № 58 по улице Курчатова. Они жаловались на то, что не могут пройти в свои квартиры из-за сидящего в подъезде сердитого енота. Приехавших на место спасателей МЧС животное тоже встретило недовольно – стало на них шипеть. А через некоторое время на шум вышел и хозяин пушистого беглеца, внезапно обнаружившего его пропажу.

Как выяснилось, он не заметил, как питомец вышел из квартиры. Видимо, зверек прошмыгнул, когда он выносил мусор или выходил за почтой. Мужчина пояснил, что енот в целом очень дружелюбен, а шипел на собравшихся в связи с тем, что оказался в стрессовой ситуации.

Это подтвердил и начальник поисково-спасательного отряда МЧС Василий ЯКОВЛЕВ. Ему енот тоже очень понравился. Чего не скажешь о соседях, которым и пришлось вызывать спасателей. Те были очень недовольны и все пытались выяснить номер квартиры, в которой содержат зверька.

Нередко жители Обнинска заводят и хорьков. Чаще всего их покупают в зоомагазинах. Но вот был случай, рассказанный главным санитарным врачом города Анатолием ИВАНОВЫМ, когда семья принесла такое чудо из леса. И эта история чуть было не закончилась трагедией. Хорек оказался зараженным бешенством и вскоре покинул этот мир. И хорошо еще, что кто-то из знакомых посоветовал отнести труп животного на обследование. Смертельный вирус был обнаружен, и всю многочисленную семью, включая дальних родственников и соседей, гладивших хорька, пришлось вакцинировать. Целых полгода все они находились под чутким надзором наших инфекционистов. К счастью, все обошлось.

А по выходным в районе торгового центра «Триумф Плаза» иногда гуляет *верблюд*. Он катает детишек, и те его обожают. И все бы ничего, если бы верблюд не оставлял на тротуаре свои экскременты. Здесь уже недовольство выражают дворники.

– Все-таки Обнинск – это не пустыня. Зачем сюда верблюда привезли? – недоумевает водитель маршрутки Сахиб.

Эх, если бы он тогда знал про крокодила.

**– Все-таки Обнинск – это не пустыня.**

**Зачем сюда верблюда привезли? –**

**недоумевает водитель маршрутки.**



Daria Kro  
photographer

Помогаю сохранить воспоминания не только  
в сердце, но и на фотографиях :)

☎ 8 920 614-43-37





школа танцев и фитнеса  
**ONE2STEP!**  
с 2006 года

**ТАНЦЫ:**

КЛУБНАЯ ЛАТИНА  
СОЛО ЛАТИНА  
ХИП-ХОП  
БРЕЙК-ДЕНС  
ДЖАЗ-ФАНК  
ХАУС ДЕНС  
СТРИП-ПЛАСТИКА  
ДЖАЗ-МОДЕРН  
БУТИ ДЕНС/ТВЕРК  
ТАНЕЦ ЖИВОТА  
ЛАТИНА 50+

**ФИТНЕС:**

ЗУМБА  
ЙОГА  
БОДИ ВОРК  
БОДИ РОК  
СИЛОВАЯ АЭРОБИКА  
РАСТЯЖКА  
МАМА+ (ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ)

**ТАНЦУЙТЕ!  
ХУДЕЙТЕ!**

**ТАНЦЫ И ФИТНЕС  
ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ!**

**ЛУЧШИЕ ТРЕНЕРЫ!  
ЛУЧШИЕ УСЛОВИЯ  
ДЛЯ ТАНЦЕВ!**

8 (910) 910-26-65 | ПР. ЛЕНИНА 187



НЕТИПИЧНЫЙ  
**ОБНИНСК**  
vk.com/netipobninsk

РУССКОЕ  
РАДИО  
Обнинск 99,5

Daria Kro  
photographer

РЕКЛАМНАЯ ГРУППА  
20 ВЫИМЫ

ОБНИНСК LIFE  
НЕДЕЛЯ  
Обнинска

Новая  
КОЛЛЕКЦИЯ  
осень-зима  
**2015!**



Резюме

**UNITED COLORS  
OF BENETTON.**

г. Обнинск, пр. Маркса, 34

юридическая фирма  
**"ВЕРСИЯ"**

Юридические услуги от «А» до «Я»

г. Обнинск, ул. Красных зорь, 26, офис 110  
Тел.: 8 (910) 913-888-4  
Тел.: 8 (484)396-53-79, 396-84-00  
e-mail: version-obninsk@mail.ru

## Что делать, если вас залили соседи?

Юрист  
КУРОВА  
Надежда ИвановнаЮрист  
КЕРИМОВА  
Ольга Сергеевна

Соседи бывают разными: шумными, тихими, добрыми, злыми, скандальными, мирными и много еще какими, и с ними принято дружить, но, как говорится, «С соседом дружись, а за саблю держись». И, к сожалению, не со всеми соседями получается дружить, как бы вы не старались. И если так случилось вдруг, что вас затопили соседи...

### 1 СОСТАВЬТЕ АКТ

Нет, не подумайте только, драться и ругаться ни к чему, нужно, конечно, пробовать решить всё мирным путем. Можно простить соседей, если, конечно, вы и так собирались выкидывать испорченную мебель и клеить новые обои, но если этот случай не про вас, то вызывайте аварийную бригаду, которая составит акт протечки, где будет указано:

**дата, время, место аварии и установлена причина залива.**

Только обязательно требуйте, чтобы в акте была установлена причина аварии, вследствие чего произошла протечка и какому имуществу нанесен ущерб.

### 2 СХОДИТЕ В ОЦЕНОЧНУЮ КОМИССИЮ

Далее идите в оценочную компанию, которая составит отчет и посчитает сумму нанесенного ущерба.

### 3 УВЕДОМЬТЕ СОСЕДЕЙ ОБ АКТЕ ОСМОТРА

Не забудьте надлежащим образом уведомить соседей о предстоящем акте осмотра поврежденного имущества и пригласить их с помощью уведомления, которое можно передать как лично, так и отправить по почте телеграммой, где вы укажете место и время проведения предстоящего осмотра.

### 4 ДОБРОВОЛЬНОЕ СОГЛАШЕНИЕ

Далее, если соседи не решили добровольно возместить ущерб, нанесенный вашему имуществу, тогда пишете претензию, в которой указываете срок исполнения, но предварительно сделайте запрос в «Росреестр» по данной квартире, кто является её владельцем, чтобы точно знать, кому писать претензию.

### 5 СУД

Но если и в этом случае соседи молчат, тогда можете смело обращаться в суд. Согласно Гражданскому Кодексу Российской Федерации ст. 1064, вред, причиненный личности или имуществу гражданина, подлежит возмещению в полном объеме лицом, причинившим вред. И, согласно Жилищному Кодексу Российской Федерации ст. 30, собственник жилого помещения обязан поддерживать данное помещение в надлежащем состоянии, не допуская бесхозяйственного обращения с ним, соблюдать права и законные интересы соседей.



*Хочу обратить ваше внимание на то, что суд в первую очередь смотрит на наличие акта осмотра аварийной бригады и отчета оценочной компании. Не забудьте оплатить гос. пошлину.*

**Так что правда на вашей стороне, ничего не бойтесь и отстаивайте свои права!!!!**



# «Маленькое чудо» КОСМЕТОЛОГИИ

Все когда-нибудь становится немодным, от платьев до автомобилей, только молодость и красота всегда в тренде. Инновационным методом продления молодости кожи и избавления от некоторых ее дефектов является фракционная мезотерапия.

## Наш салон рад предложить своим клиентам процедуру ТРАНСДЕРМАЛЬНОГО ВНЕДРЕНИЯ ПРЕПАРАТОВ С ПОМОЩЬЮ АППАРАТА NANOMED SPE 10

Используемые в аппарате нанокристаллические кремниевые чипы – это решение множества эстетических недостатков кожи.

Множественные микроинъекции на равномерном подобранном расстоянии между иглами — этот метод мезотерапии основан на принципе фракционности. Если проще, то микроуколами прокалывается не вся поверхность дефектной кожи, а только микрзоны, что составляет 20% от восстанавливаемого участка лица или тела. Для 100% обновления дефектного участка кожи обычно проводят 4-5 процедур, от двух до четырех в месяц. Глубина проникновения (длина иглы) подбирается врачом-косметологом в каждом конкретном случае в зависимости от устраняемого дефекта и толщины кожи.

В местах микроинъекций образуются так называемые «зоны регенерации» с последующим образованием новой кожи. Регенерация идет благодаря выработке коллагена и эластина, разбуженных инъекцией. Оставшиеся нетронутыми 80% проблемного участка называют «зоной мобилизации», именно эти зоны выступают как резерв для формирования «молодой» кожи. В состав раствора для инъекций входят специальные лекарственные препараты, комплексно подобранные минералы и витамины, которые и стимулируют процесс обновления.

Метод внедрения препаратов с помощью аппарата Nanomed SPE 10 достаточно щадящий, болевой порог лишь немногим ниже уровня комфортности. Этому есть несколько причин:

ультратонкая игла специально разработанной «стилетной» формы очень легко входит в кожу, не сминая ее;

период раздражения нервных рецепторов кожи минимален благодаря высокой скорости удара иглой;

имитация отвлекающего «шлепка» при уколе.

Для тех, кто совсем не терпит боль, технология метода позволяет применять аппликационную поверхностную анестезию. Но, как правило, анестезия не требуется, хотя к концу процедуры болезненные ощущения несколько нарастают.

**ВНИМАНИЕ! ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА ПО**



1

Поверхностное очищение кожи, удаление макияжа



2

Глубокое очищение кожи при помощи ультразвукового пилинга



3

Нанесение сыворотки Potent Acne

*(для коррекции жирной и проблемной кожи, сыворотка обладает противовоспалительным, себорегулирующим и противомикробным действием)*



4

Работа аппаратом Nanomed SPE 10

*(внедрение сыворотки в дермальный слой)*



5

Нанесение капсулы Snail для стимуляции обновления кожи, контроля акне и воспалений.

6

Завершающий крем с фактором защиты SPF 15.



Для клиентов, выбравших наш салон, мы предлагаем:

- Комплексные уходы за кожей лица
- VIP уход за волосами и кожей головы
- Аппаратные методики воздействия на кожу лица и тела
- Перманентный макияж
- Нарастивание ресниц
- Услуги маникюра и педикюра
- Сахарную эпиляцию
- Массаж на механотерапевтическом аппарате Ceragem Master V3

Салон красоты «Душа Венеры»

г. Обнинск  
ул. Курчатова, 72  
тел.: 8-900-572-06-56,  
vk.com/soul\_venus



Лицензия №ЛО-40-01-00-1028 от 24 марта 2015

ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ

КОНКУРС

ОБНИНСК LIFE

ДО 31.10.2015

# ВЫИГРАЙ ПРОЦЕДУРУ БЛЕФАРОПЛАСТИКИ

В МОСКОВСКОЙ КЛИНИКЕ «БИКОД»

*Ищем участницу проекта, чтобы изменить  
ее жизнь к лучшему*

**Не упустите свой шанс совершенно бесплатно получить  
квалифицированную помощь специалистов в области  
пластической хирургии!**

*И помните, каждая женщина может быть красивой!*

ВНИМАНИЕ! ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА ПО

# ВНИМАНИЕ! НОВЫЙ КОНКУРС ОТ ЖУРНАЛА «ОБНИНСК LIFE»!

Впервые в истории Обнинска мы совместно с московской клиникой эстетической хирургии В-code запускаем проект «Омолоди свое лицо», в котором может принять участие любая женщина с показаниями к проведению операции под названием «блефаропластика» (хирургическая подтяжка верхнего и нижнего века с целью эстетического омоложения).

**КЛИНИКА «B-CODE»** – это центр красоты и молодости, изменивший к лучшему жизни тысяч людей. Специалисты клиники имеют большой опыт в проведении операций по омоложению и дают своим пациентам практические советы и консультации по сохранению результата, полученного после процедуры. За время работы клиники ее доктора защитили научные работы, становились лауреатами профессиональных и общественных премий, опубликовали множество статей, принимали участие в российских и международных конгрессах и симпозиумах.

# 1

ЕСЛИ ВЫ СТАРШЕ 35 ЛЕТ, пришлите нам вашу самую свежую фотографию анфас

*(на фотографии должна быть видна проблема – присутствие жировой грыжи на веках или дряблой кожи век)*


# 2

НАПИШИТЕ СВОЮ ИСТОРИЮ. Опишите, когда возникла проблема, почему эта операция так важна для вас и чего вы от нее ждете. Фотографии и истории будут переданы специалистам клиники «Бикод», и среди всех участниц хирурги выберут одну, ту самую, которой данная операция действительно необходима. По результатам отбора журнал «Обнинск Life» совместно с клиникой откроет рубрику, главной героиней которой можете стать именно вы.

# 3

ПРИСЫЛАЙТЕ СВОИ ЗАЯВКИ с пометкой «Конкурс» в теме письма на электронную почту журнала [obninsklife@mail.ru](mailto:obninsklife@mail.ru) до **31 октября** и испытайте удачу.

*Дорогие читательницы, не упустите свой шанс совершенно бесплатно получить квалифицированную помощь специалистов в области пластической хирургии!*

**БИКОД** 

**Игорь Владимирович Барышников**  
кандидат медицинских наук,  
челюстно-лицевой хирург,  
пластический хирург, генеральный  
директор клиники «БиКод»

**Игорь Александрович Вульф**  
пластический хирург

**Умид Джасурбекович Валиев**  
кандидат медицинских наук,  
пластический хирург

**Сергей Павлович Пуцилло**  
пластический хирург,  
челюстно-лицевой хирург

**Арам Сергеевич Габоян**  
доктор медицинских наук, доцент  
кафедры хирургии РУДН, хирург,  
флеболог

**Татьяна Амзоровна Тлатова**  
врач дерматолог-косметолог

Руки этих специалистов преобразили множество женщин, и они не оставят вас с вашей проблемой. Вам нужно только подать заявку и стать участницей нашего конкурса. Сделать это очень просто!

ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ



## МАРИНА ЗАТОЧНАЯ

заведующая филиалом  
детской поликлиники №2

Обнинск я полюбила в тот момент, когда впервые его увидела. Молоденькой студенткой я переехала сюда из Казахстана и была потрясена красотой наукограда. Мне показалось, что это город в лесу, где дома строят среди деревьев, стараясь не нарушать красоту местной природы.

Меня в Обнинске все устраивает – он благоустроен, везде наведена чистота, и мне хочется, чтобы он всегда оставался таким, потому что я очень горжусь своим городом. Здесь так органично сочетаются атмосфера Старого города с новизной и современностью 51-51А микрорайонов. Это как две стороны одной медали, они нисколько не противоречат друг другу. И если бы ко мне приехали гости из других городов, я бы непременно хотела им показать этот удивительный контраст.

Сама я очень люблю гулять в парке Белкино. Там всегда так тихо, и вокруг множество старинных построек. Мне приятен этот дух старины, я сразу представляю, как по этим тропинкам ходили когда-то с зонтиками прекрасные дамы и кавалеры.

А еще мне нравится район моего дома на улице Энгельса. Кажется, что я живу в лесу, и некоторые даже завидуют, говорят, что мне с таким месторасположением и дача не нужна!

Обнинск дал мне не только дом и места для прогулок, он дал мне профессию, о которой я мечтала с самого детства. Я стала врачом, и работаю им по сей день. Сегодня мне кажется, что этот прекрасный город – вся моя жизнь. Быть может для молодежи здесь недостаточно мест для развлечения, но когда становишься старше, начинаешь ценить уют и спокойную атмосферу наукограда.

Любимый ресторан –  
ресторан ТЦ «Мост»

Любимый район –  
район «Солнечной долины»

Любимый парк –  
парк «Белкино»



**БЕЗ СОМНЕНИЯ  
МОГУ СКАЗАТЬ,  
ОБНИНСК – ЭТО  
ГОРОД КОМФОРТА!**

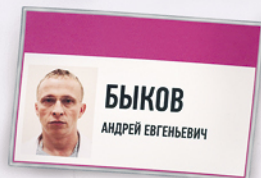


**ЗДЕСЬ ТАК ОРГАНИЧНО  
СОЧЕТАЮТСЯ АТМОСФЕРА  
СТАРОГО ГОРОДА  
С НОВИЗНОЙ И СОВРЕМЕННОСТЬЮ  
51-51А  
МИКРОРАЙОНОВ. ЭТО КАК  
ДВЕ СТОРОНЫ ОДНОЙ  
МЕДАЛИ, ОНИ НИСКОЛЬКО  
НЕ ПРОТИВОРЕЧАТ ДРУГ  
ДРУГУ.**





с 7 ПРИНИМАЙ  
**СЕНТЯБРЯ**  
**20:00**  
 ПОНЕДЕЛЬНИК - ЧЕТВЕРГ



ЛУЧШИЙ АНТИДЕПРЕССАНТ  
 НА РОССИЙСКОМ ТВ\*

Реклама  
 (48439) 66-9-66  
 (4842) 777-770  
[www.tv-radio.pro](http://www.tv-radio.pro)

\* по мнению Ивана Охлобыстина

Реклама «Интерны» – комедийный сериал на телеканале ТНТ. Все персонажи сериала вымышлены.

16+



## АЛЕКСАНДР МУРАШОВ

главный редактор телекомпании «Крылья»

Я живу в Обнинске с самого рождения, и мое детство связано с двором 39 микрорайона, в котором я жил. Я ходил в школу № 13 и играл с ребятами в футбол во дворе своего дома.

На мой взгляд, в городе есть много прекрасных мест, которые нужно сохранять, как памятники. Таким памятником я считаю метеовышку. Может быть, в скором времени она утратит свое практическое значение, но ее все равно необходимо сохранить как главный символ города.

Радостно, что под защиту взяли наш легендарный обнинский дуб. Это правильное направление на сохранение природы в городе. Стоит еще обратить внимание на Гурьяновский лес, очистить его и сделать там парк, в который, я уверен, будут с удовольствием приходить жители.

А если бы мне пришлось выбирать маршрут для гостей города, я бы начал с ФЭИ. Показал бы им Старый город, наш городской парк, вышку, Дом Ученых и знаменитый памятник коту. Тех, кто хочет развлечься и купить что-нибудь на память, повел бы в «Триумф Плазу». Там каждый найдет себе что-то по душе.

Но сам я шумные районы не люблю. Год назад с семьей переехал в район «Экодолье». Мне нравится атмосфера загородной жизни, которая там царит, нравятся хорошие отношения между жителями. Мы можем выйти на улицу в домашней одежде и спокойно играть на детской площадке. В городе такого не увидишь!

**ЭТО ПРАВИЛЬНОЕ  
НАПРАВЛЕНИЕ  
НА СОХРАНЕНИЕ  
ПРИРОДЫ  
В ГОРОДЕ.**

Любимый район –  
Экодолье

Любимый парк –  
городской парк  
в Старом городе

Любимое место  
развлечения –  
«Триумф Плаза»





рекламный холдинг

**ИНТЕРВИДЕО**

**МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНАЯ  
РЕКЛАМА**



**РОССИЯ 1**



**D FM**

**ММ**  
НА ОДНОЙ ВОЛНЕ

РАДИО  
**ШАНСОН**



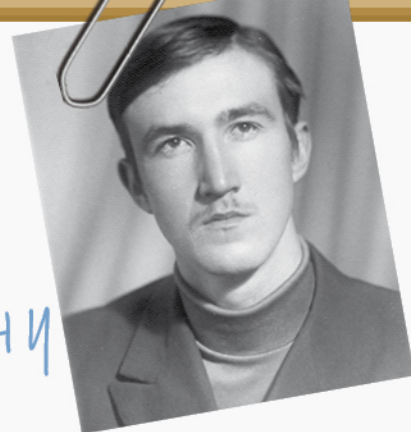
Реклама

**СОТРУДНИЧАЙТЕ  
С ПРОФЕССИОНАЛАМИ**

**8 (484) 395-49-49  
Г. ОБНИНСК, УЛ. ЛЕНИНА, Д. 152  
WWW.INTERKALUGA.RU  
INTERVIDEO@VK.RU**

**АВГУСТ**

**В этот день:**



*Заместитель  
председателя обнинского  
Городского Собрания*

**6** Владимиру Наволокину  
исполнилось  
65 лет!

**ЧЕТВЕРГ**



ВОСХОД 04:44  
ЗАКАТ 20:29  
ДОЛГ. ДНЯ: 15:44



ЛУНА: УБЫВАЕТ  
ВИДИМОСТЬ: 58%



**РОДИЛСЯ** в городе Рязске Рязанской области, и в наукоград переехал только в 1989 году, когда наступила пора выборов руководителя обнинской медсанчасти №8. Владимир Наволокин руководил клиникой 21 год, помогая ей переживать самые тяжелые времена.

**УЧИЛСЯ** в Рязанском медицинском училище им. академика Павлова, где получил образование врача-хирурга и 7 лет работал по направлению на Урале.

**ЖИЗНЕННАЯ ПОЗИЦИЯ** Владимира – активность и целеустремленность. Он никогда не опускает руки, уверенно идет к цели и завершает начатое до конца.

**ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ** отмечает дважды – сначала в компании родных и друзей, а потом с коллегами на работе. В этом году дата серьезная, поэтому именинник собрал всех своих друзей и знакомых в большом тесном кругу за праздничным столом!

**ГЛАВНОЕ УВЛЕЧЕНИЕ** именинника – путешествия на автомобиле по России. В отпуск он отправляется всегда своим ходом и наслаждается возможностью наблюдать за сменяющимися пейзажами. С любимой женой Владимир уже объехал пол-России.

**ОБОЖАЕТ** своих маленьких внуков, которые сейчас живут на даче с ним и бабушкой. Семья постоянно ходит в лес, где Владимир рассказывает внукам о животных и растениях.

**ЕСЛИ ОТДЫХ**, то обязательно без телевизора и компьютера. На дачу с собой технику не берет принципиально, чтобы насладиться единением с природой и покоем, которого не найдешь в городе, сидя за компьютером. Нравится жить реальной жизнью, гулять по лесу 4-8 км



Начальник отдела бухгалтерского учёта Администрации города Обнинска.

В этот день:

АВГУСТ

Нине Горюновой исполнился 61 год!

7

ПЯТНИЦА



ВОСХОД 04:46  
ЗАКАТ 20:27  
ДОЛГ. ДНЯ: 15:40



ЛУНА: УБЫВАЕТ  
ВИДИМОСТЬ: 47%



**РОДИЛАСЬ** в селе Ковалево Воронежской области, жила и училась там до 1975 года. После переехала в Обнинск, решив сменить место жительства, и была принята на работу в городскую администрацию на должность бухгалтера, а через несколько лет заняла пост главного бухгалтера. **УЧИЛАСЬ** именинница в Павловском сельскохозяйственном техникуме на факультете экономики и бухучета, а в Обнинске поступила в МЭСИ, чтобы получить высшее образование. **ЖИЗНЕННАЯ ПОЗИЦИЯ** Нины Горюновой – честность и справедливость превыше всего. Она предпочитается общаться с открытыми людьми, которые не боятся говорить правду в глаза. **ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ** шумно праздновать не любит – лучше собраться на даче в кругу самых близких и отметить тихо, по-домашнему. **ИЗ СВОИХ УВЛЕЧЕНИЙ** именинница выделяет любовь к работе в саду. Выращивать овощи, фрукты и цветы – хобби Нины Горюновой. Она привозит саженцы из разных районов России и экспериментирует с сортами. **ЛЮБИТ** готовить пироги на всю семью, потому что с тестом Нина на «ты». Пригласить на выходных всю семью, собраться за столом и выпить чая с пирогами – что может быть лучше? **НА ОТДЫХ** традиционно едет на родину в Воронежскую область, туда, где родной дом, где можно встретиться с друзьями и одноклассниками. Родная земля много значит для именинницы.

**«КОГДА-ТО Я МЕЧТАЛА быть учителем, но меня отговорил отец, посчитав, что я стану прекрасным бухгалтером. Так и получилось. В свое время было очень трудно и даже жалко, что не осуществила мечту, а сейчас я привыкла и полюбила свою работу».**

**«В молодости я была очень тихой и скромной, предпочитала молчать, а не высказывать прямо свое мнение, а теперь появилось больше уверенности в себе, и я предпочитаю обо всем говорить прямо».**

СЕНТЯБРЬ

В этот день:

25

Евгению Исакову  
исполняется  
53 года!



Фотограф

ПЯТНИЦА



ВОСХОД 06:21  
ЗАКАТ 18:24  
ДОЛГ. ДНЯ: 12:39



ЛУНА: РАСТЕТ  
ВИДИМОСТЬ: 89%



«Мечта моей юности – стать инженером, и я исполнил ее. Долгое время я работал инженером, и даже сейчас, когда я занимаюсь фотографией, мне всегда помогает мое образование и опыт».



**«По жизни я очень жизнерадостный человек! Все стараюсь воспринимать с юмором и умею посмеяться над собой».**

**Р О Д И Л С Я** в городе Галич Костромской области, но в Обнинск переехал, будучи еще трехлетним мальчиком, и потому считает себя коренным жителем наукограда. Он знает здесь каждую улицу и получает удовольствие, просто гуляя по любимому городу.

**У Ч И Л С Я** в Калужском филиале МГТУ им. Баумана на инженера.

Жизненная позиция – толерантность по отношению к людям, Евгений уверен, что не бывает плохих наций и народов, а вот неприятные люди на пути иногда встречаются, где бы ты ни находился. Главное – не заострять на этом внимания.

**Д Е Н Ъ Р О Ж Д Е Н И Я** для Евгений такой же день, как и любой другой. С утра он выпивает чашку кофе, плавает в холодном бассейне и радуется тому, что Господь дал ему возможность прожить еще один прекрасный год жизни.

**В Ж И З Н И** Евгения Исакова два главных увлечения – это работа и хобби, и так уж сложилась, что и работа, и хобби нашего именинника – фотография.

**Л Ю Б И Т** путешествовать и в путешествии изучать разные культуры и обычаи, наблюдать за тем, как ведут себя люди в тех или иных ситуациях, и в эти моменты запечатлеть их живые эмоции на фотокамеру.

**О Т Д Ы Х А Т Ь** лежа на диване – это не для него. Лучше сесть в автомобиль и поехать по России. В нашей стране много красивых и интересных городов, каждый прекрасен по-своему. Стоит уехать от родных мест на 100 километров, как оказываешься в совершенно иной среде, где у жителей другой уклад жизни и привычки.



Начальник отдела  
по взаимодействию со СМИ  
Администрации  
города Обнинска

В этот день:

СЕНТЯБРЬ

30

СРЕДА

Андрею Ильницкому  
исполняется  
53 года!



ВОСХОД 06:31  
ЗАКАТ 18:11  
ДОЛГ ДНЯ: 11:40



ЛУНА: УБЫВАЕТ  
ВИДИМОСТЬ: 93%

« В детстве я всегда смотрел «Клуб кинопутешественников» и мечтал о том, чтобы увидеть мир и рассказать о своих впечатлениях людям. И отчасти мне это удалось – я много путешествовал и писал об этом, будучи журналистом. Стало быть, мечта сбылась».



**РОДИЛСЯ** на Урале, в атомном городе Озерске Челябинской области. В Обнинск приехал повышать квалификацию в ЦИПК после окончания института, но влюбился в обнинчанку – свою будущую жену и остался в наукограде.

**УЧИЛСЯ** в Озерском филиале московского МИФИ на инженера-физика, но в 90-м году сменил направление и ушел в журналистику. **ЖИЗНЕННАЯ ПОЗИЦИЯ** – где и с кем бы ты ни работал, важно всегда оставаться человеком, быть открытым и доброжелательным. В жизни бывают серьезные испытания, и только оптимистичное отношение к жизни помогает справиться с ними

**ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ** предпочитает отмечать спокойно, в семейном кругу. В молодости любил собирать на свой день рождения шумные компании друзей, а теперь довольствуется компанией самых близких.

**УВЛЕКАЕТСЯ** историей и археологией. Любит читать книги по истории, но коллекционировать их не любит – прочитанные книги несет в уличные библиотеки, чтобы передать в руки новых читателей.

Любит горы, где есть возможность не только насладиться красотой природы, но и зарядиться энергией и упорядочить мысли. Андрей с удовольствием путешествует по Калужской области, открывая для себя новые города и поселения, которые тесно вплетены в историю России.

Отдыхать предпочитает на природе, в лесу, либо активно, совершая многокилометровые прогулки. И приятно, и для здоровья полезно.





Мы находимся:  
ЭКОБАЗАР  
место 101,  
левый вход.  
8-910-595-19-56  
lifefood@mail.ru

[www.lifefood40.ru](http://www.lifefood40.ru)

# Масло-молодейте снаружи и изнутри!

Заправляя простой салатик или сдабривая тесто для праздничного пирога, мы неизменно тянемся за бутылкой с ароматной жидкостью – растительным маслом. Оливковое в Италии, рисовое в Японии или кукурузное в Мексике, масла используются в кухнях разных стран и практически во всех блюдах.



## ЛЬНЯНОЕ МАСЛО

На Руси оно было незаменимым продуктом питания – его употребляли с овощами в пост, на его основе готовили праздничные блюда и добавляли в сдобную выпечку. Современные исследования показали, что употребление льняного масла в пищу снижает риск инсульта на 37%. Можно не бояться таких страшных болезней, как диабет, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца и многих других. Кроме того, льняное масло по своей биологической ценности стоит на первом месте среди пищевых масел. Масло льна – залог здоровья. Имеет горьковатый специфический вкус.



## МАСЛО КОНОПЛИ

Исконно русский продукт питания, на употреблении которого тысячелетиями строился и эволюционировал наш организм. Каждый его компонент привычен и необходим нашему организму. Исследования показывают, что конопляное масло особенно эффективно действует на здоровье, поддерживая сердечно-сосудистую, эндокринную и иммунную системы в норме. Конопляное масло – это эффективное, полезное, вкусное лекарство от многих болезней! Имеет запах сена с оттенком пряностей, а также тонкий пикантный привкус.



## МАСЛО АМАРАНТА

Отличается от других растительных масел самым сбалансированным аминокислотным составом и наличием двух очень редких веществ: особой активной формой витамина Е и сквалена. Масло амаранта оказывает мощнейшее оздоровительное воздействие на организм и насыщает его кислородом, что дает положительный эффект на работу всех органов человека. Имеет приятный запах и ореховый вкус.



## ТЫКВЕННОЕ МАСЛО

По составу витаминов и микроэлементов превосходит большинство растительных масел, а благодаря большому количеству цинка в составе, содержит неисчерпаемые запасы жизненной энергии. За свой богатый минеральный состав масло тыквы получило название «аптека в миниатюре». Тыквенное масло является неотъемлемой частью здорового питания. Тыквенное масло – ароматное, с ореховыми нотками. Вкус масла настолько интенсивен, что всего нескольких капель достаточно для того, чтобы изменить вкус знакомых блюд.



## МАСЛО РЫЖИКА

Ценно благодаря высокому содержанию полиненасыщенных кислот, препятствующих нарушению обмена веществ в организме, являющемуся основной причиной смерти, смертельных заболеваний на земле. Еще наши бабушки и дедушки помнят рыжиковое масло как одно из самых вкусных масел своей эпохи. Масло рыжика – еще один великолепный представитель растительного масла, позволяющий Вам оставаться молодыми и красивыми. Рыжиковое масло имеет специфический аромат и вкус, присущий редьке и хрену.

**У**потребление в пищу натуральных растительных масел способно компенсировать нехватку многих биологически активных веществ, необходимых организму человека для полноценной жизнедеятельности, поскольку именно в семенах чаще всего сконцентрированы все наиболее «важные» компоненты для развития нового растения.



Натурально

MASAO



4fresh.ru — надежный проводник в мир  
всего самого натурального, полезного  
и экологически чистого.

*Для жителей Обнинска работает пункт самовывоза, где  
есть возможность абсолютно бесплатно забрать заказ,  
проконсультироваться, пообщаться и познакомиться лично.*

4fresh дарит промокод на **скидку 10%** для читателей  
Obninsk Life: **4freshlife10**

Живи натурально.

ИННОВАЦИИ

# ОНА ЖИВАЯ!

ОБНИНСКИЕ УЧЕНЫЕ ИЗОБРЕЛИ  
УНИКАЛЬНУЮ СИСТЕМУ ОЧИСТКИ  
ВОДЫ!

Пока Обнинск продолжает рожать ученых, вкладывающих в науку свою душу и стремящихся делать новые открытия, статус наукограда он не потеряет. Недавно журналисты познакомились с одними из них. Такими учёными для нашего города являются отец и сын МОРОЗОВЫ, вложившие огромный труд и свои знания для создания уникальной системы очистки воды.

## ОСНОВАНО НА ФИЗИЧЕСКИХ ЗАКОНАХ

Создатель системы «ВодАлей» и глава семейства Максим Морозов поделился с «Неделей» причиной возникновения данного проекта. Решение заняться системой очистки у него возникло после прочтения книги Юрия Андреева «Вода – наместник Бога на Земле». В ней подробно описываются все свойства воды.

Реализовывать свой проект Максим Петрович и его сын Савва начали в 2008 году. У военно-медицинской академии им. С.М. Кирова, которая продемонстрировала высокую эффективность электрохимических методов при удалении из воды практически любых загрязнений, была позаимствована разработка системы. Морозовы приобрели лицензию на нее и организовали производство.

Технология обработки воды основана на законах физики, которые сложно понять обычному человеку. Под действием электрического тока происходит реакция, вследствие которой выделяются ионы алюминия. Ионы алюминия соединяются с ионами гидроксила, образуя гидроксид алюминия, который через некоторое время (20-30 сек.) выпадает в виде беловатых хлопьев (кто после этого потока терминов скажет, что все гениальное просто?). Хлопья собирают в себе нежелательные примеси из воды и благодаря пузырькам водорода поднимаются к поверхности воды в реакторе. Их потом не составит труда удалить. Вода же пропускается через фильтр и готова к употреблению.

## НЕТ ПРЕДЕЛА СОВЕРШЕНСТВУ

На этом, собственно, заимствование заканчивается, и начинается полет творчества обнинских ученых, которые каждый день совершенствовали систему «ВодАлей», превращая ее в свое уникальное изобретение.

Таким образом она прошла три степени модернизации. Поначалу очистка была чисто ручной. Вода набиралась в сосуд, туда же опускали фильтр, подключая его к сети, и через некоторое время на поверхность поднимались примеси, которые нужно было убирать вручную.

После этого следовало переливание из одного сосуда в другой через магнитное кольцо, и только после этих действий вода становилась готовой к употреблению. Такой метод был крайне неудобен.

Морозовы представили «миру» усовершенствованную версию очистителя в виде кулера, в который набирается вода. Затем сам кулер подключается к сети, все процессы в нем запускаются автоматически, и через пять минут вода очищается.

Третья степень и вовсе сделала систему глобальной и наиболее удобной для применения. Ее можно подключить к любому водоносителю, например, к водопроводному крану. Очистка происходит в процессе поступления воды. При этом «ВодАлей» может работать 10 лет, не требуя при этом расходных материалов.



Создатели системы «ВодАлей»  
Максим Петрович МОРОЗОВ и его сын Савва

Систему можно использовать как для воды из крана, так и из речки. В этом журналисты «Недели» убедились, присутствуя на эксперименте. Мы набрали ведро воды прямо из Протвы, подключили «ВодАлей», и не прошло и 10 минут, как увидели кристально чистую воду. Морозовы убеждены, что эту воду можно давать даже грудным деткам.

Электрохимическая очистка наделяет воду антибактериальными и противовирусными воздействиями, сохраняя при этом целевой состав природной воды, а также улучшает ее потребительские свойства. И, что особенно важно для нашей воды из под крана, – эта система удаляет все соли тяжелых металлов.

Вполне возможно, что ученые Морозовы порадуют город не только еще более усовершенствованной версией «ВодАлея», но и новыми изобретениями. Теми, что не только интересны, но и полезны. Ведь наука в Обнинске не должна стоять на месте даже в отдельно взятой семье!

Систему можно использовать  
как для воды из крана,  
так и из речки.



# Дом Ученых афиша

заказ билетов

**393-18-31**

г. Обнинск, ул. Ленина, 126

**12** сентября



Государственный музей керамики и «Усадьба Кусково XVIII века»

**26** сентября



Открытие концертного сезона. Российский государственный академический камерный «Вивальди-оркестр». Худ. руководитель, дирижёр и солистка Светлана Везродная.

**1** октября



Народный артист России Юрий Куклачев и его кошки.  
0+

**3** октября



«Роковое наследство»

В спектакле заняты: В.Алентова, С.Астахов, А.Большова, Д.Повереннова. Режиссёр- А.Селиванов; художник - Р.Протасов; продюсер - А.Феофанов.  
10+

**17** октября



Народный артист России Александр Серов с программой «Любовь возвратится к тебе»  
12+

**31** октября



«Новые русские Бабки»  
в программе «На бис!» 12+

# Интуиция Вкуса

WWW.CINV.TV  
(484) 396-37-87

ИВ



СПОНСОРЫ



АНДРОМЕТА  
ЗДАНИЯ ДЛЯ ВАШЕГО БИЗНЕСА

СМОТРИТЕ  
В СЕНТЯБРЕ  
НА КАНАЛАХ  
СИНВ

## НОВЫЙ СОВМЕСТНЫЙ ТЕЛЕПРОЕКТ СИНВ И РЕСТОРАНА «МЯСОЕДОФФ»

Участницы конкурса – девушки  
с хорошей интуицией от 25 до 35 лет



СТИЛИСТ  
Юлия ТONOVA

АНОНС



# 20 сентября

Дорогие друзья!  
Добро пожаловать  
в фотошколу для мамочек!

*Мы уверены, что каждая мамочка может фотографировать сама не хуже любого фотографа.*

С 20 сентября обнинский фотограф Инга Фролова открывает свою онлайн-школу для мам. Не нужно куда идти, достаточно включить компьютер и подключиться к интернету, чтобы начать обучение.

## Фотошкола для мам

Вы научитесь самостоятельно делать замечательные фотографии и своими руками создадите фотокнигу для всей семьи. Скажите «Нет!» рутине и скучным урокам теории фотографии, возьмите в руки фотоаппарат и приступайте к обучению в режиме онлайн. Зарядитесь энергией и позитивом! Для этого вам нужен только фотоаппарат и компьютер или ноутбук.

Забронируйте место по телефону 8-915-898-15-23  
[ifrolova.ru](http://ifrolova.ru)

## МУЗЕЙ ИСТОРИИ ГОРОДА ОБНИНСКА

пр. Ленина, д. 128. тел. (484)397-71-41, тел./факс (484)397-67-80, e-mail: MUSEUM@OBNINSK.RU  
ТЕЛЕФОН КАССЫ – 397-55-62. СПРАВКИ И ЗАЯВКИ НА ЭКСКУРСИИ ПО ТЕЛЕФОНУ – 397-64-72.

Вторник, среда, пятница, воскресенье – с 10.00 до 18.00,  
четверг – с 13.00 до 21.00. Выходной – понедельник

Реклама

Приглашаем жителей и гостей города посетить экспозиции «История края» и «История Обнинска – города науки».

САЙТ МУЗЕЯ: MUZEY-OBNINSK.RU



## 3 СЕНТЯБРЯ

В 18 часов состоится экскурсия по выставке «Английская цветная гравюра XVII-XIX веков. Из собрания Музея-усадьбы «Останкино».



## с 11 СЕНТЯБРЯ

Выставка, посвященная бо-летию Калужской областной организации ВТОО «Союз художников России»

## по 27 СЕНТЯБРЯ

Выставка «История одного портрета». К 150-летию со дня рождения художника В.А.Серова.

## до 27 СЕНТЯБРЯ

Выставка графики «Боровск Циолковского как вдохновение» художника-иллюстратора В. Черникова



В ХУДОЖЕСТВЕННОМ САЛОНЕ МУЗЕЯ ПРОДАЮТСЯ КНИГИ ИЗ СЕРИИ «МУЗЕЙНЫЙ ПРОЕКТ»:

«Школа-колония «Бодрая жизнь». Испанский детский дом» (автор И.Л.Ефимова),

«События Московской битвы. Образы времени» (автор - Прусакова Н.А.),

«История становления Обнинска. 1940-1960 гг.» (автор Р.А.Гаврилова),

«Очерки художественной жизни Обнинска» (автор П.П.Шубин).

Для детей вы можете купить книгу «Обнинск. Город на ладошке» (автор Е.Ю.Мацупко).

Также представлены книги по истории Калужской области, картины художников города и региона.

Тел. 393-05-41.

## по 5 СЕНТЯБРЯ

Выставка «Английская цветная гравюра XVII-XIX веков. Из собрания Музея-усадьбы «Останкино». Принимаются заявки на экскурсии.

Журнал «ОБНИНСК LIFE»

Общественно-политический журнал «ОБНИНСК LIFE»  
Учредитель и издатель:  
Общество с ограниченной ответственностью «Мак-Медиа»

Генеральный директор – Антон СУХАНОВ  
Зам. генерального директора – Евгений СЕРКИН  
Главный редактор – Елена ЗУЕВА  
Верстка – Алла ТЮРИНА

Адрес редакции, учредителя и издателя:  
249034, Калужская область, г.Обнинск,  
ул. Белкинская, 44, оф. 301

Телефоны:  
(484)394-44-88, (484)394-44-99

Сайт: www.pressaobninsk.ru  
E-mail: obninsklife@mail.ru

Выпуск №7(11). Подписан в печать 01.09.2015 г.  
Время подписания в печать: 17.00 (по графику), 17.00 (фактически)  
Свидетельство о регистрации средства массовой информации: ПИ №ТУ40-00259  
от «08» апреля 2014 года, выдано Управлением Федеральной службы по надзору  
в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по  
Калужской области.

Тираж 8 000 экз. Распространяется бесплатно.  
Р – публикуется на правах рекламы

Отпечатано в типографии «Богородский полиграфический комбинат»,  
www.osprint.ru, г. Ногинск, ул. Индустриальная, д. 40б

Мнение автора может не совпадать с мнением редакции. Редакция не несет ответственности  
за содержание рекламных материалов. **Перепечатка или цитирование** материалов журнала  
«Обнинск LIFE» в других СМИ и в сети Интернет **возможна только с письменного согласия редакции.**

## МЕДИЦИНА

«АМАТИ»  
пр. Ленина, 104  
392-22-24

«ВАШ ДОКТОР»  
пр. Ленина, 188  
397-79-01

«ВИТА КЛИНИКА»  
пр. Ленина, 85,  
5 этаж  
394-47-62

ГЕМОТЕСТ  
ул. Гагарина, 15,  
оф. 13  
392-01-69

ДАГАЗ  
ул. Калужская, 4  
395-01-44

ИНВИТРО  
пр. Ленина, 85  
394-08-19

КЛИНИКА № 1  
пр. Ленина, 74в  
396-50-80

«МЕДИТОН»  
ул. Королева, 6Б  
396-55-66

МНТК  
МИКРОХИРУРГИЯ  
ГЛАЗА  
им. Федорова  
пр. Ленина, 188  
392-02-06

«НИАРМЕДИК»  
ул. Гагарина, 37Б  
394-99-92

ОБНИНСКОЕ  
ПРОТЕЗНО-  
ОРТОПЕДИЧЕСКОЕ  
ПРЕДПРИЯТИЕ  
пр. Ленина, 214  
394-38-48

«ОСТЕОМЕД»  
пр. Ленина, 209  
392-68-86

ПК ФИЗКУЛЬТУРА  
И ЗДОРОВЬЕ  
ул. Комарова, 3  
394-96-64

ЦЕНТР  
РЕАБИЛИТАЦИИ  
ул. Любого, 2  
394-32-10

## СТОМАТОЛОГИЯ

HOLLYWOOD  
ул. Гагарина, 17  
392-04-03

ДОКТОР ДЕНТ  
ул. Курчатова, 32/2  
399-30-86

МИСТЕР  
ЗУБ  
ул. Калужская, 20,  
офис 4  
392-37-77

СТОМАЛИМ МП  
ул. Курчатова, 37  
396-89-89

ТВОЙ  
СТОМАТОЛОГ  
ул. Королева, 4, БЦ  
«Британика»,  
офис 409  
399-09-17

ДАНТИСТ  
ул. Гагарина, 55  
393-34-55

ДОБРЫЙ  
ДОКТОР  
ул. Гагарина, 15  
393-82-90

ЖЕМЧУГ,  
детский  
ул. Гагарина, 7  
392-62-62

ЖЕМЧУГ  
пр. Ленина, 85  
392-50-50

ПРЕЗИ-ДЕНТ  
ул. Королева, 6-В,  
офис 3  
394-05-02

У ЮРОЧКИНЫХ  
пр. Маркса, 58  
394-42-32

ЦЕНТР  
СТОМАТОЛОГИИ  
И ЧЕЛЮСТНО-  
ЛИЦЕВОЙ  
ХИРУРГИИ  
ул. Курчатова, 76  
392-42-62



# Центр реабилитации

## Поликлиника

№ лицензии: ЛО-40-01-000740 от 12.11.2013 г.

[www.crclinic.ru](http://www.crclinic.ru)

Вакансии на сайте!

- ✦ Гинекология
- ✦ Дерматовенерология
- ✦ Кардиология
- ✦ Мануальная терапия
- ✦ Неврология
- ✦ Отоларингология
- ✦ Офтальмология
- ✦ Педиатрия
- ✦ Рефлексотерапия
- ✦ Рентгенология
- ✦ Терапия
- ✦ Травматология
- ✦ Ортопедия
- ✦ Урология
- ✦ Хирургия
- ✦ Эндокринология

*Классика  
современной  
медицины!*

Без выходных:

9.00 | 9.00

☎ 8-(484)-39 43210

ПН — ПТ

СБ | ВС

☎ 8-910-919-2444 / 8-920-886-5000

8.00 — 20.00

17.00 | 15.00

Обнинск, ул. Любого, д. 2

ПО ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Реклама





НАУЧНО-ИННОВАЦИОННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

## ИЗБАВЬСЯ ОТ ЛИШНИХ КИЛОГРАММОВ ПРАВИЛЬНО, ЛЕГКО, НАДОЛГО!

Лицензия ЛО-40-01-000896 от 15 сентября 2014 г.

- гастроэнтеролог
- эндокринолог
- диабетолог
- кардиолог
- ревматолог
- гинеколог
- маммолог-онколог
- дерматовенеролог
- косметолог
- психолог-кинезиолог
- фитнес-инструктор
- ДНК-тест
- УЗИ
- ЭКГ
- дуплексное сканирование
- все виды медицинских анализов

### КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА СНИЖЕНИЯ ВЕСА!



г. Обнинск, пр. Ленина, 104  
+7 (484)39-2222-5, +7 (953)33-2222-5  
e-mail: amati40@yandex.ru

пн - пт: с 8:00 до 20:00  
сб: с 9:00 до 15:00  
вс - выходной

Реклама.

ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ



# ЖК «Борисоглебский»

г. Обнинск, мкр. 55, пр-т Маркса / ул. Белкинская

## Двойная выгода\*

Квартиры от застройщика

С отделкой / Без отделки

Рассрочка \*\*

Ипотека \*\*\*

Офис продаж: г. Обнинск, ул. Белкинская, 6

8 484 392-29-22, [www.pik.ru](http://www.pik.ru)






Реклама

\* С 01.08 по 31.08.2015 г. Акция предоставляется на квартиры с отделкой. Подробности акции и проектные декларации на сайте [www.pik.ru](http://www.pik.ru)

\*\* Рассрочка предоставляется ООО «ПИК-Запад». Подробности в офисе продаж \*\*\* ОАО Среднерусский банк Сбербанка России  
Генеральная лицензия Банка России №1481 от 08.08.2012 г.

Студия  
флористики

# Дежавю

-  **Букеты и композиции на заказ**
-  **Интерьерные работы**
-  **Оформление свадеб и романтического ужина**

Торшечные  
и срезанные цветы  
Грунт и удобрения  
**Доставка**



**ул. Энгельса, 9**  
(ТЦ Галерея «Пассаж»)

 **24 часа**



**ул. Маркса, 72а**  
(Магазин «Павлин»)

[www.dejavu-obninsk.ru](http://www.dejavu-obninsk.ru)

8(484) 392-37-74, 8-910-510-14-41

# УСЛУГИ СПЕЦТЕХНИКИ

2015

8-910-912-12-00

8-910-519-80-95



## Экскаваторы-погрузчики CAT 434E

Гидромолоты  
узкий ковш:  
40 см; 60 см; 80 см  
Гидробуры  
Ø 200-600 мм



## Гидроманипулятор 8 т КАМАЗ-вездеход

Длина 23,5 м  
Грузоподъемность  
10 т  
Кузов 6х2,4 м



## Автокраны-вездеходы «Галичанин»

Длина стрелы  
14-37 м  
Грузоподъемность  
14-25 т



## Автовышки

Высота подъема  
18-28 м  
Коленчатая,  
телескоп



## Минипогрузчик CASE SR 175

Грузоподъемность  
800 кг  
Ковш 0,41 м,  
вилы, щетка



## Гусеничный экскаватор JCB-220

Планировочный  
ковш,  
объем 1,2 м<sup>3</sup>

