

## ■ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ «СНЕЖНОСТЬ»

## Нет на свете ничего важнее...

К этим гастролям первоуральцы питают самые нежные чувства. С 11 по 13 декабря традиционно при полном аншлаге в большом зале Дворца культуры Первоуральского новотрубного завода (ПНТЗ) прошла череда спектаклей VIII детского благотворительного театрального фестиваля «Снежность».

Организатор – промышленная группа Челябинского трубопрокатного завода (ЧТПЗ), куда входит ПНТЗ. «Детские мечты – самые хрупкие, и мы очень хотим, чтобы у каждого ребёнка сбылась новогодняя мечта, – приветствовал фестиваль акционер ЧТПЗ Андрей Комаров. – «Снежность» – это праздник, подарки, приобщение к прекрасному. Благодаря «Снежности» тысячи детей получают возможность познакомиться с волшебным миром театра, окунуться в праздничную атмосферу, увидеть лучшие театральные постановки».

Сколько именно юных первоуральцев побывало за минувшие годы на спектаклях «Снежности», ведущие фестиваля подсчитали вместе с залом на открытии фестиваля. В Первоуральске фестиваль проходит в пятый раз. Каждый год на эту площадку приглашаются три театральных коллектива. Каждый из них даёт по два спектакля. Этот спектакль посещает как минимум 550 человек. Вышло – более шестидцати с половиной тысяч зрителей. А если учесть, что многие малыши сидят на коленях у взрослых... Ни у кого не осталось сомнения, что благотворительный фестиваль «Снежность» – самое посещаемое и

любимое театральное событие в жизни города.

Заранее организаторы передали билеты на спектакли в детские дома, интернаты, в управления образования и социальной защиты. Приглашения получили не только первоуральцы, но и ребята из школы-интерната посёлка Новоуткинский. Яркой униформой и особой организованностью выделялись ныне счастливые зрители юные хоккеисты из дворовых клубов, которым традиционно оказывает поддержку ПНТЗ.

«Мы проводим «Снежность» в преддверии Нового года. В это время все ждут чуда. И наша задача в том, чтобы ни один ребёнок из детского дома, школы-интерната, неполной семьи не чувствовал себя обделённым, – отметил генеральный директор ЧТПЗ, ПНТЗ Александр Фёдоров. – Нет на свете ничего важнее счастливых детских улыбок. Мы искренне рады, что наша инициатива – фестиваль – не остаётся без внимания, и вот уже который год проходит при поддержке правительств Челябинской и Свердловской областей».

Поклонников «Снежности» подкупают не столько подарки, что получает каждый по билету на спектакль, сколько качественное



театральное действие. Нынешний фестиваль, к примеру, открыл Московский театр «ЕТ СЕТЕРА» под руководством Александра Калягина. Название театра в переводе означает «И так далее...». Театр смотрит вдаль, где царят любовь и справедливость. Первоуральцы увидели добротный мюзикл «Королевская королева». Поставил его режиссёр Алексей Серов совместно с известным петербургским хореографом, лауреатом Государственной премии РФ Сергеем Грицаем. Спектакль длился долго, с антрактом. Рассчитан он на современных детей, и судя по глубокому вниманию зрителей, именно такая – умная, воспитанная публика в

Первоуральске и проживает.

На второй день детвора шумела и визжала от проказ Бабки Ёжки и Домовёшки. Постановка под таким названием – совместный проект Театра драмы и Екатеринбургского театрального агентства. Спектакль стал профессиональным дебютом студентов четвёртого курса Екатеринбургского государственного театрального института.

Завершение фестиваля доверили Бийскому театру «Куклы-великаны». Его труппу первоуральцы полюбили с первого взгляда ещё в прошлом году. Ещё бы! Артисты управляют с такими громадными сказочными существами, что просто дух

захватывает. На сегодняшний день в мастерской театра изготовлено около 70 кукол. Часть из них задействована в спектакле «Дед Пихто, ты кто?». Эта яркая новогодняя сказка даёт ответы на самые неожиданные вопросы.

Служители Мельпомены и Талии подходят к участию в «Снежности» очень ответственно. «То, что металлурги ежегодно проводят такой фестиваль для детей из социально незащищённых семей, для воспитанников детских домов, интернатов, – это великое дело, – поддержал благотворительность трубников и выразил общее мнение театралов руководитель театра «ЕТ СЕТЕРА» Александр Калягин. – Все мы были детьми и знаем, что родители делали для нас всё возможное. А это дети, которым что-то недодали. О них нужно помнить. Сколько бы мы ни говорили о демократических, политических и прочих системах – в конце концов, это хорошие, но лишь слова. А всё выражается в поступках, в том, как мы относимся к детям и старикам. Благотворительность – великое дело. Спасибо акционерам за фестиваль «Снежность». Это самое прекрасное, что может быть».

Татьяна КОВАЛЁВА,  
соб. корр. «ОГ».

НА СНИМКЕ: сцена из спектакля «Королевская королева».

Фото автора.

## ■ ВЕК ЖИВИ – ВЕК УЧИТЬСЯ

## Если хочешь быть здоров — просвещайся

Быть здоровым сегодня становится модным. Осторожно, неуверенно эта мода входит в сознание россиян. Правда, как и многое, эту моду каждый понимает по-своему.

Врачи разных специализаций настаивают на двух краеугольных камнях здорового образа жизни: рациональное питание и адекватная физическая нагрузка. Их отсутствие – главные факторы риска развития множества заболеваний. Эти и другие вопросы обсуждались в ходе «круглого стола» «Вода, напитки и здоровье человека», прошедшего в Екатеринбурге. Организатор дискуссии – недавно созданная в России Академия безалкогольных напитков.

Наши прилавки буквально завалены напитками (лимонады, смуси, молочные и фруктовые коктейли, разнопроцентные соки, нектары, газировка...) от самых разных производителей. У покупателей глаза разбегаются: что вкуснее, что дешевле, что безвреднее? В народе бытует много мифов о том, что один напиток – сплошная химия, другой, напротив, способствует повышению иммунитета и потому невероятно полезен.

«Все эти народные мнения и суждения зачастую не имеют под собой никакой научной базы. Поэтому мы решили создать Академию безалкогольных напитков, которая даст объективную, научно обоснованную информацию, – презентует новый информационный ресурс Юрий Тырсин, доктор технических наук, профессор, академик РАЕН, заведующий кафедрой органической и пищевой химии Государственного университета пищевых производств. – У академии есть адрес в Интернете (www.academianapitkov.ru), куда может зайти любой интересующийся безалкогольными напитками. Здесь можно пользоваться уже готовыми выкладками,

интервью, результатами исследований и задавать свои вопросы, на которые будут отвечать специалисты. Аналогичный сайт («Институт напитков для здоровья и здорового образа жизни») давно уже работает на Западе и зарекомендовал себя с наилучшей стороны. Во многом благодаря ему западный потребитель просвещён, у него не возникает вопросов, что купить и почему. Он получает достоверную информацию из Интернета.

Участники дискуссии, в частности Сергей Бельмер, профессор кафедры госпитальной педиатрии Российского государственного медицинского университета, констатировали, что количество потребляемых напитков в мире стремительно возрастает. Так, по данным американских исследователей, если в 1942 году среднестатистический американец выпивал 57 мл газированной сладости в день, то в 2004 году уже 500 мл. То есть потребление увеличилось в 10 раз. Тем не менее, последние масштабные исследования в США не выявили связи между ростом употребления сладких напитков и ожирением. Западные исследователи к таким напиткам относят как газировку, так и соки, поскольку их калорийность находится примерно на одном уровне. Кстати, этот уровень существенно меньше, чем у традиционного молока.

Академия безалкогольных напитков и призвана расставить все точки над i, внести ясность в информацию о напитках, их свойствах и ингредиентах.

«Мы не говорим о фальсификации. Всё, что находится на прилавках магазинов, безвредно, прошло сертификацию, содер-

жит только разрешённые составляющие. Не надо пугаться буквы Е. Так обозначаются прошедшие тщательную проверку во всём мире, в том числе и в России, и разрешённые к употреблению



компоненты. Часто за «страшной» буквой скрывается совсем безобидное вещество. Например, Е-330 – обычная лимонная кислота, которая используется на протяжении многих лет в пищевой промышленности. А Е-150 – это сахарный колер, натуральный краситель, используемый в «Байкале» и коле. По-другому он называется жжёный сахар или карамель. Все эти ингредиенты в тех минимальных дозах, в каких они используются в напитках, абсолютно безопасны. Так же, как и сами напитки. И вообще, любое вещество может быть и лекарством, и ядом. Всё дело в дозе, – продолжает Юрий Тырсин.

Главная резюмирующая составляющая прошедшей дискуссии – в рационе каждого человека должны присутствовать как энергетически необходимые продукты и напитки, так и те, что приносят удовольствие. Главное, соблюсти равновесие между по-

лучаемыми калориями и теми, что расходует каждый конкретный организм. В зависимости от нагрузок, возраста, состояния здоровья требуется разное количество калорий. Но даже если человек потребляет нужное количество калорий, но питание его не сбалансировано в отношениях между жирами, белками и углеводами, то может развиваться тенденция увеличения жировой массы. Дабы упорядочить мир продуктов и напитков, Всемирная организация здравоохранения разработала для среднего человека пищевую пирамиду, в основании которой – хлеб, каши, макаронные изделия, рис – продукты, из которых нужно готовить блюда каждый день. Но для обеспечения мыслительных процессов, эмоционального статуса нам всем необходимы легко усваиваемые углеводы, содержащиеся в кондитерских изделиях, прохладительных напитках, которые проникают в нервную систему напрямую, без посредников, что весьма положительно сказывается на здоровье.

«Сегодня отношение к газированным безалкогольным напиткам достаточно негативное. Нужно воспитывать у детей и взрослых научное мировоззрение, которое помогает ориентироваться в мире напитков, который расширяется. В Европе много образовательных программ, и там такого серьёзного негатива нет. К ним относятся так, как они того заслуживают согласно своему месту в пищевой пирамиде, будучи на её вершине вместе с десертами, сладостями. Это то, что мы употребляем время от времени, – поддерживает коллег Алек-

сандр Паталаха, представитель Союза производителей безалкогольных напитков и минеральных вод.

Словом, нет плохих продуктов, есть их неразумное потребление, неправильный образ жизни, несбалансированный рацион. Не надо противопоставлять молоко соку или, например, коле. Надо найти в рационе место тому и другому. Когда газированные напитки вытесняют молочные, это серьёзная проблема и её надо решать разумными методами. Ведущая роль в формировании правильного рациона питания принадлежит не столько врачам, сколько СМИ, которые должны разъяснять, какие продукты покупать. «А вообще надо начинать с учителя биологии, который бы помогал каждому молодому человеку составить правильный рацион питания», – согласились участники дискуссии.

«Проблемы, связанные с напитками, особенно с газированными, сильно преувеличены. Человеку необходимо удовлетворять потребность организма в жидкости, приблизительно два литра в день. В это количество могут входить чай, «Байкал», кола, молоко, суп, минералка – выбор за потребителем. Каждый по-своему полезен содержанием воды в первую очередь. Качество воды – дело чести производителя, – завершил дискуссию Сергей Бельмер. – Нельзя однозначно говорить ни о чём. Но и жить в плену стереотипов тоже нельзя. Читайте научные исследования. Это главное. Ещё важнее проверенное веками утверждение, что всё хорошо в меру».

Наталья ДЕНИСОВА.

НА СНИМКЕ: Ю. Тырсин.

Фото автора.