



Профсоюз полицейских во Франции добился для стражей порядка разрешения на ношение бороды и татуировок. Ранее, согласно правилам от 1974 года, чтобы отстричь бороду, была нужна специальная медицинская справка, а стрижке следовало быть «совместимой с ношением головного убора».



Таджикистану понадобится 80 лет и 2 миллиарда долларов для полного восстановления системы водоснабжения. На данный момент пресной водой обеспечены около 57 процентов населения республики. В регионах страны осуществляются проекты по восстановлению систем водоснабжения. Однако имеющихся средств недостаточно, чтобы полностью восстановить эти системы.

• Хотите — верьте

Дефолт? Ничего страшного!

Примерно так, обращаясь к народу, оценила состояние Украины министр финансов Наталья Яреско

Ой ли? Государственный долг Украины уже «зашкалил» за 110 процентов ВВП. Лихорадочные же попытки руководства страны добиться его реструктуризации, списания, введения моратория на внешние выплаты заставили хоть чуточку прозреть международных кредиторов.

Они наконец-то начинают понимать, что украинские «попрошайки» и не планировали выкупать свои обязательства по еврооблигациям, равно как и выполнять другие соглашения. В результате сложилась практически безвыходная ситуация, которую обрисовал экс-министр экономики Виктор Сулос:

— Без реструктуризации долгов МВФ, являющийся основной «дойной коровой» для Украины, даже не станет продолжать сотрудничество. Таковы правила. В то же время эта реструктуризация закроет нам все иные источники внешнего

который даже Генеральная прокуратура называет «рассадником коррупции», не просит, а требует от США, ЕС и международных финансовых институтов «постоянно поддерживать нас в это трудное время, когда мы ведем первую отечественную войну (!) против российской агрессии, защищая идеалы западной цивилизации».

Посылы же к согражданам наполнены неиссякаемым оптимизмом. Так, министр финансов Наталья Яреско ничтоже сумняшея пообещала, что «наше правительство обеспечит восстановление стабильности государственных финансов и вернет Украину на путь роста и создания рабочих мест». Апофеозом же ее словесной трескотни, безусловно, следует считать ошеломляющий вывод: «Дефолт никак не повлияет на благосостояние украинцев».

Каких именно украинцев? Если мадам имеет в виду кучку толстосумов, то она права — уж эти-то пройдохи найдут способы нажиться даже на пожаре. А вот о «благосостоянии» 80 про-



В Киев госпожа Яреско «десантировалась» из США.

финансирования до середины 2017 года, а то и дальше. Отступать от таких обещанных условий никто не станет. И самое главное: начав переговоры о списании долгов и уже подписав некоторые соглашения, Украина тем самым признала свою неплатежеспособность и фактический дефолт. Катастрофический дефицит бюджета окончательно вгонит в депрессию все отрасли народного хозяйства — процесс необратим.

В такой же тональности выдержан и недавний доклад Международного валютного фонда «Глобальная финансовая стабильность». В нем прямо подчеркивается, что украинская национальная валюта всего лишь за год подешевела в три раза, а среднемесячная зарплата не достигает и 160 долларов, что является самым низким показателем в Европе. Донельзя подмочена и репутация банков Украины — они на втором месте в мире по риску невозврата кредитов, опережая лишь Нигерию. Тем не менее Кабинет министров,

центров населения, еле сводящего концы с концами, она, похоже, не имеет ни малейшего представления. Оно ей надо?

Концы с концами сростаются, если напомнить, что Наталья Яреско много лет проработала в американской компании Franklin Templeton, контролируемой всемогущим семейством Ротшильдов. «Десантировавшись» в Киеве и занявшись ручным управлением финансовых потоков, именно Яреско добилась, чтобы ее бывшая структура из США скупала буквально за гроши государственные обязательства Украины у множества мелких кредиторов, а сейчас нацелилась приобрести оптом (опять же за бесценок) последние уцелевшие предприятия, выставяемые Кабмином на торги. Так что все не только прозрачно, но и закономерно...

Степан ЛЕВЧУК |
соброр «НВ» |
КИЕВ

• Ходят слухи...

Приказано молчать

Участникам конкурса «Голос. Дети» запрещают рассказывать, что до появления в этой программе они пели в детских коллективах.

Услышав об этой невероятной версии, я обратился за соответствующими комментариями к руководителю детского коллектива «Домисолька».

— Действительно, продюсеры

программы, насколько мне известно, прямо говорят детям и их родителям, чтобы никакого упоминания об участии в детских коллективах не было, как будто дети — самородки, и всему научились сами, — говорит Иван Жиганов. — И я понимаю, для чего это делается: чтобы поднять собственную значимость — мол, раскрыли таланты ребятишек.

— Мы никого не осуждаем, понимаем, что есть законы жанра,

— дополняет Ольга Юдахина. — Раньше ведь никто не заикался, что Полина Гагарина тоже начинала в «Домисольке»... И все равно обидно, что на центральных каналах так обманывают зрителей. Это не только детского «Голоса» касается. Порой выступления наших ребят по телеканалам показывают, не указывая название коллектива. Приходится мириться.

Андрей ДМИТРИЕВ

• О чем говорят

Сердце не железное

Существует, по меньшей мере, семь способов убить «двигатель жизни». И столько же — чтобы его защитить

Незадолго до Всемирного дня сердца, который наша планета отметит 29 сентября, «Новый вторник» решил напомнить читателям о главных условиях бесперебойной работы человеческого мотора.

По данным ВОЗ, в 21 веке 60% всех смертей в России — это смерти из-за несовместимых с жизнью сбоев в работе системы кровообращения, снабжающей кислородом и питательными веществами все ткани организма.

Заболеваемость и смертность достигли своего критического пика. Угроза коронарных болезней заключается в том, что о нарушениях в работе сердца и сосудов человек долгое время может даже не догадываться: они возникают внезапно и на протяжении нескольких лет и даже десятилетий разрушают внутреннюю регуляцию организма. Когда мы замечаем, что больны, уже поздно. Жертва погибает от инфаркта или остановки сердца. Каждый год в нашей стране от сбоев в работе сердца вымирает один крупный город — 1 млн. 300 человек.

Существует, по меньшей мере, семь способов убить свое сердце. И столько же — чтобы его защитить, если вы, дорогой читатель, перечисленные ниже «плохие» действия будете выполнять с точностью до наоборот, то есть — с приставкой «НЕ».

Итак, вы наверняка «посадите» свое сердце, если станете злоупотреблять следующими вредными привычками:

Игнорировать свой уровень холестерина

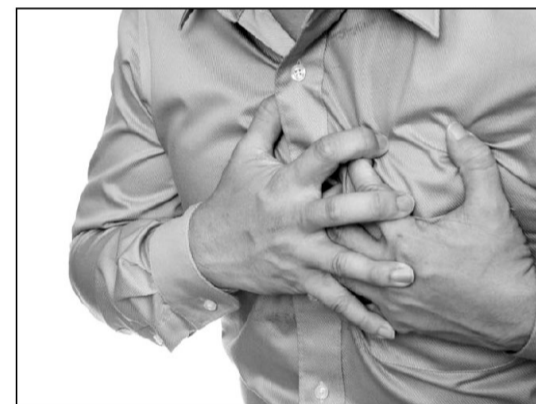
Если холестерин повышен, в артериях могут образоваться атеросклеротические бляшки, которые приведут к нарушению тока крови и инфаркту. У здорового человека холестерин в крови находится в пределах 3,5–5,5 ммоль/л. Проверять холестерин нужно хотя бы раз в полгода.

Курить

Под действием никотина холестерин окисляется, в результате в артериях появляется тромб, сужающий сосуды. Сердцу становится очень трудно быстро поставлять кислород к органам, что может привести к стенокардии, сердечному приступу или инсульту.

Есть насыщенные жиры

Вопреки нашему убеждению, такие продукты, как сливочное масло, жирное молоко и сметана, красное мясо вовсе не безопасны, но это далеко не так. Все они имеют животное происхождение и, стало быть, в их состав входят насыщенные жирные кислоты. Такие жиры чрезвычайно опасны — они провоцируют переработку в организме «плохого» холестерина, что может привести к летальному исходу.



Есть трансжиры

Поступая в организм, трансжиры (молекулы с неправильным строением) нарушают обмен веществ и разрушают сердечно-сосудистую систему. Они содержатся в большом количестве готовых продуктов: в полуфабрикатах, выпечке, снеках и т.д., но также мясе и молочном жире. Многие страны законодательно ограничивают содержание трансжиров, которые не должны превышать одного процента (например, Швеция и Дания).

Есть слишком много сладкого

Отказываясь от сахара к чаю, мы думаем, что снижаем его потребление, но мы ошибаемся, ведь 70% сахара поступает в организм с готовыми продуктами — там он содержится в скрытом виде.

Согласно рекомендациям ВОЗ, в рационе должно быть не более 10% «сахарных» калорий.

Но главным образом это должны быть фруктовые сахара, а не сахар из газировки или сладостей.

Есть слишком много соли

Следует помнить, что 80% соли поступает в организм человека из переработанных продуктов: хлебобулочных изделий, сыра, консервов и т.д. Идеальная норма потребления этой приправы — не более 2 г соли в сутки, то есть треть чайной ложки, хотя многие потребляют и 10 г, и даже больше. Чем это опасно? Избыточное количество соли способствует развитию гипертонии, а также высокого кровяного давления — сердце и сосуды просто не выдерживают такой нагрузки.

Нервничать

Ученые из Колумбийского университета провели исследование взаимосвязи эмоционального состояния испытуемых с количеством сердечных приступов. Наблюдения длились на протяжении 14 лет. По итогам было выявлено, что люди, подверженные стрессу, на 27% чаще страдают от сердечно-сосудистых заболеваний.

Виктория РОДИОНОВА