

Образование

Сетям приказали молчать

В Британии запретят отвлекать детей от учёбы

БРИТАНСКИЙ комиссар по защите информации Элизабет Денэм подготовила обновлённый свод требований к медиакомпаниям, нацеленный на ограничение времени пребывания детей в интернете. В случае нарушения предписаний комиссара компаниям грозит штраф до 18 миллионов фунтов, сообщило издание «The Telegraph».

Денэм предупредила, что ограничения коснутся стратегий, которыми пользуются сайты и мобильные приложения, чтобы пользователи дольше оставались в сети. Особенно волнуют её в этой ситуации именно дети, которым бесконечные уведомления на телефонах мешают отдыхать и учиться. «Эпидемию бессонницы», связанную с зависимостью детей от технологий, комиссар назвала одной из главных проблем сегодняшнего дня. Для того чтобы спасти детей от этих напастей, Элизабет Денэм намерена ввести запрет на любые уведомления, которые могут потревожить детский сон или отвлекать от занятий в школе. Также соцсети будут вынуждены отключать автоматическое проигрывание видеороликов, уведомления и любые звуковые сигналы каждый раз, когда ребёнок заходит в сеть, «с целью предотвратить возникновение зависимости от технологий». Кроме того, сайты обяжут стирать все данные о ребёнке и его активности в интернете, как только тот выходит из сети. Автоматическая геолокация также должна быть по умолчанию выключена, т.к. информация о местоположении несовершеннолетнего пользователя может попасть в руки злоумышленников.

Новый свод правил, который вступил в силу 19 сентября, станет частью закона о цифровой экономике, нарушение которого грозит штрафом до 18 миллионов фунтов.

Вы спрашивали

Сколько нужно спать?

РАНЬШЕ говорили, что все проблемы со здоровьем — от недосыпания. А теперь вроде установили, что слишком много спать ещё вреднее. Какова оптимальная продолжительность сна? И. Малихин

Учёные, проанализировав данные десятка различных исследований, в ходе которых врачи разных стран вели наблюдения за состоянием здоровья более 1 миллиона взрослых пациентов, выявили закономерность. Оказалось, ночной сон продолжительностью менее 6 часов увеличивает риск развития болезней сердца и инсульта на 11%, а больше 8 часов — на 33%. Более того, накопилось достаточно свидетельств того, что избыток сна вреден только для здоровья, но и для психики. Поэтому исследователи пришли к выводу, что оптимальная продолжительность сна для взрослых людей — от 6 до 8 часов в сутки. «Однако потребность во сне у людей разная, и человек должен в первую очередь ориентироваться на своё состояние и самочувствие, а не на усреднённые врачебные рекомендации», — считает профессор кафедры госпитальной терапии РНИМУ им. Пирогова, доктор медицинских наук Александр КАРАБИНЕНКО.

ПО ИНФ. СМИ

Презентация

ИМЕННО ТАК, СОЗВУЧНО СЕГОДНЯШНЕМУ НАСТРОЕНИЮ, НАЗЫВАЕТСЯ НОВЫЙ СБОРНИК СТИХОВ НАШЕЙ СОВРЕМЕННОЙ, ВЕТЕРАНА ТРУДА, ДЕПУТАТА ДВУХ СОЗЫВОВ НИЖНЕТУРИНСКОЙ ГОРОДСКОЙ ДУМЫ, ГРАЖДАНИНА, ПОЭТА НИНЫ КОРОВОВОЙ. ПРЕЗЕНТАЦИЯ КНИГИ ПРОШЛА НА ПРОШЛОЙ НЕДЕЛЕ В НИЖНЕТУРИНСКОМ КРАЕВЕДЧЕСКОМ МУЗЕЕ В ДРУЖЕСТВЕННОЙ АТМОСФЕРЕ СВЕТА, ЛЮБВИ И ТЕПЛА, КОТОРЫЕ БЫЛИ СЛОВНО СОТКАНЫ ИЗ НОТОК ЛИРИЧЕСКИХ СТИХОВ НИНЫ КОРОВОВОЙ.

Автор, конечно же, волновалась, встречая своих гостей, каждый из которых впоследствии стал счастливым обладателем её новой книги, получив поэтический сборник из рук автора с её автографом. Более того, каждому из приглашённых Нина Ивановна посвящала одно из стихотворений, при этом одновременно и знакомя участников встречи между собой, и представляя историю появления в её судьбе того или иного человека. А в ответ получала цветы, календари, сладости, объятия, дружеские поцелуи и даже селфи с некоторыми, куда без такой приметы сегодняшнего времени.... Было и прямое включение из Крыма, поздравление от одного из друзей и соратника по работе в Думе, председателя Общественной палаты Нижнетуринского городского округа **Анатолия Коротаева**.

Татьяна Вахрушева, Валентина Попова, Владимир Сюзёв, Сергей Чикишев, Леонид Семячков, Юрий Скакунов — современники поэта; **Юлия Ямалева, Ирина Матвеева, Анастасия Малых** — руководители и общественники, однажды встретившись, они с первых минут общения стали друзьями по жизни. В этом вся Нина Ивановна. Я познакомилась с ней в 2010 году на празднике ТЦ «Красная горка» в Нижней Туре. Она была приглашена как поэт... Принесла огромный букет сирени, выращенной в своём саду, улыбнулась, прочла свой стих и с того самого дня мы стали дружить и общаться. Я узнала, что Нина Ивановна — Гражданин с большой буквы, и пусть малая родина её не здесь, а в Сибири, но Урал и Нижняя Тура, где она прожила более 50 лет, теперь навсегда в её сердце.

Нина Коробова — жена танкиста. Её муж — **Юрий Николаевич Коробов**, ушедший уже из жизни, служил в Германии в послевоенное время. Ему посвящено одно из стихотворений из нового сборника, ко-



Людмила Лосева, руководитель нижнетуринского клуба «Спутник» и поэт Нина Коробова (справа)

Приходит осень без предупреждения

Вышла в свет новая книга нижнетуринской поэтессы Нины Коробовой

торое называется «Его наследство от отца», история, опять же взятая из самой жизни... Много рассказывала Нина Ивановна молодёжи на встречах в клубах по месту жительства, в школах, на городских мероприятиях «День призывника», «Мы — граждане России» о том, что такое защищать Родину, особенно, когда выпало тебе по судьбе служить в горячих точках. Афганистан, Чечня, другие локальные войны побудили её к написанию целого ряда стихотворений о психологической драме целого поколения россиян, которым пришлось нажать на спусковой курок вынужденно, по необходимости, а не по убеждению. «Я бешеный» — так называется стихотворение, которое посвящено всем участникам локальных войн. А впервые прочла его Нина Коробова на торжественном мероприятии 15 февраля в годовщину вывода войск из Афганистана. И поверьте, у сидящих в тот момент в зале мороз шёл по коже.

Много в зале музея было на этой презентации молодых людей. При общении с ними, как ни странно, у Нины Ивановны разница в возрасте

не ощущается. Она словно притягивает их, излучая особый свет искренности и добра, одновременно уча правде, честности. Сама не раз



Общение с молодёжью всегда вдохновляет. В шлеме танкиста Владимир Лунегов

была свидетельницей такой искры общения на наших мероприятиях в Нижней Туре. Присутствовали на встрече ребята из «Виты», возглавляет которую друг поэта **Владимир Сюзёв**, были представители ДМК «Спутник», волонтеры из отряда «Добрая воля». **Володя Лунегов** — командир этого отряда также получил книгу с автографом поэта и поучаствовал в интерактиве, надев настоящий шлем танкиста.

По окончании встречи все участники мероприятия вышли на улицу и, по сложившейся доброй традиции, высадили сажень, привезённые и подаренные самой виновницей торжества Н. Коробовой. Кусты сирени, шиповника из её сада навсегда украсят газон перед входом в музей, который, ни много ни мало, является объектом исторического наследия Нижнетуринского городского округа.

В завершение хочется ещё раз поздравить **Нину Ивановну Коробову** с выходом в свет её пятой книги, а нас всех с прекрасной возможностью прикоснуться к поэзии, взяв в руки и прочитав такие живые строчки стихотворений нового сборника «Приходит осень без предупреждения».

Т. УФИМЦЕВА
г. Нижняя Тура
Фото С. Чикишева

Энергия позитива

Старость — это не про них!

19 СЕНТЯБРЯ ВО ДВОРЦЕ КУЛЬТУРЫ НИЖНЕЙ ТУРЫ СОСТОЯЛАСЬ ПЕРВАЯ ПОСЛЕ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ ВСТРЕЧА КЛУБА ОБЩЕНИЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ «ИВАН-ДА-МАРЬЯ».

Тепло, душевно, как всегда весело и с присущей именно таким встречам атмосферой, не похожей на ту, что бывает при проведении молодёжных мероприятий, где каждый пытается выделиться среди других. Атмосферой праздника от долгожданной встречи с друзьями, с которыми можно поговорить на волнующие темы: о ситуации в стране; жизни каждого; поделиться новостями о детях и внуках; обсудить урожай, выросший в этом году на участках... Словом, обо всём, что интересует взрослое поколение. Нижнетуринский клуб

«Иван-да-Марья» существует уже более 20 лет, и каждую третью среду месяца сотрудники Дворца культуры превращают в небольшой праздник для людей в возрасте 50+.

Интересно, а когда наступают старость? В 50, 60, 70? Нет такой цифры, рядом с которой можно поставить «знак равно «старость». Всё зависит от состояния души, от умения радоваться каждому дню, наполнять эмоциями свою жизнь. Глядя со стороны на людей, которые посещают клуб «Иван-да-Марья», можно сказать, что старость это не про них! Они молоды, а некоторые совсем как дети. Их глаза горят, душа поёт!..

В связи с предстоящим Международным днём пожилого человека хочется пожелать и им и всем представителям мудрого поколения крепкого здоровья, молодости души. Пусть близкие будут рядом,



Общее фото с осенней встречи клуба «Иван-да-Марья»

а на лицах наших пожилых мам и пап, бабушек и дедушек чаще сияет улыбка. Спасибо вам за ваш опыт, за то, что делаете для молодёжи.

М. ВАСИЛЬЕВА
Фото автора
г. Нижняя Тура