

По традиции

1 МАЯ УЖЕ В ШЕСТОЙ РАЗ ПРОШЛО ОТКРЫТИЕ МОТОСЕЗОНА В ВЕРХОТУРЬЕ. НА ТРАДИЦИОННОЕ СОБЫТИЕ СОБРАЛИСЬ, НЕСМОТЯ НА ПРОХЛАДНУЮ ПОГОДУ, ОКОЛО 200 БАЙКЕРОВ ИЗ СЕРОВА, КАРПИНСКА, СЕВЕРОУРАЛЬСКА, НИЖНЕЙ ТУРЫ, ЛЕСНОГО, КРАСНОТУРЬИНСКА, КУШВЫ, НИЖНЕГО ТАГИЛА, ЕКАТЕРИНБУРГА, КРАСНОУРАЛЬСКА. РИСКНУЛИ И ПРИМЧАЛИСЬ ИЗ ЮГОРСКА И СОВЕТСКОГО (ХМАО) ДВА БАЙКЕРА И ОДНА ОТЧАЯННАЯ, НО ОПЫТНАЯ БАЙКЕРША ЛЕНА.

Я поинтересовался у одного из них, **Дмитрия**, как дорога, на что он ответил: «Дорога — „огонь“! Скучал я по ней всю зиму и вот, наконец, проехался. Повезло, снега не было, добрались за 4,5 часа» (а расстояние — 500 км! — прим. автора).

Некоторые байкеры не рискнули ехать на байках, а прибыли на своих авто. Народу собралось очень много, многие приезжали семьями, чтобы полюбоваться красивыми и мощными байками. Все желающие, в том числе и дети, с удовольствием фотографировались на байках или около них.

Рядом на площади играла музыка, то тут, то там слышался рёв моторов мощных двухколёсных машин, служители Свято-Троицкого собора бесплатно поили всех желающих горячим чаем.

Ну а перед обедом, по уже сложившейся традиции, все байке-



На стоянке байкеров у Свято-Троицкого собора

Старт мотосезона-2019 в Верхотурье



Байкер Дина только что приехал из г. Югорска, ХМАО



На переднем плане отец Алексей во время молебна святому праведному Симеону Верхотурскому

ры собрались в Крестовоздвиженском соборе Свято-Николаевского монастыря, где насельниками обители и отцом **Алексием Занозиним**, настоятелем храма в честь иконы Божией Матери «Неопалимая купина» г. Лесного, был совершён молебен святому праведному Симеону Верхотурскому. По его окончании присутствующие приложились к мощам святого. Кстати, доступ к ним открыт не всегда, но в этот день в качестве исключения по просьбе отца Алексея его открыли.

После службы, на ступеньках храма традиционное общее фото, после чего монахи пригласили всех на обед, который был по-домашнему очень вкусным.

Отобедав, байкеры вернулись к своим железным «коням», где началась процедура освящения байков и байкеров. Освящали святой водой наместник Свято-Николаевского монастыря игумен **Иероним (Миронов)** и настоятель Свято-Троицкого собора отец **Владимир**.



Слева настоятель Свято-Троицкого собора отец Владимир, справа президент байк-клуба «Лесные братья» Юрий Колотов

На площади, рядом со стоянкой байков, прошла официальная часть, где с пожеланиями безаварийной езды и поздравлениями с открытием мотосезона выступили глава Верхотурского ГО **Алексей Лиханов**, настоятель Свято-Троицкого собора отец **Владимир** и главный организатор мероприятия, президент байкерского клуба «Лесные братья» из г. Лесного **Юрий Колотов**. После чего местные рокеры дали рок-концерт прямо на площади.

В заключение настоятель Свято-Троицкого собора отец **Владимир** провёл для всех желающих экскурсию по Свято-Троицкому собору и разрешил взобраться на колокольню и ударить там в колокола.

По возвращении из г. Верхотурья многие байкеры проехали к стеле памяти погибших мотоциклистов и почтили их память ударом в колокол.

С. ЗАЯКИН
Фото С. Чижишева

Здоровье

О пользе супа

ОВОЩНОЙ вегетарианский суп самый полезный из тех, что распространены в России, это оптимальный источник питательных веществ, а вот солянку врачи не рекомендуют: в ней слишком много соли и жира, считают опрошенные РИА Новости эксперты.

«Основа питания во всех клиниках — это как раз овощные супы. Это оптимальный выбор в качестве источника питательных веществ», — рассказала врач диетолог клиники лечебного питания Федерального исследовательского центра питания и биотехнологии кандидат медицинских наук Елена ЛИВАНЦОВА.

Она пояснила, что супы, которые варятся на мясном бульоне, более калорийные, особенно если используются жирные виды мяса — от них лучше отказаться людям с высоким уровнем холестерина.

Кроме того, говорит диетолог, при варке мяса в бульон могут попасть вредные вещества из-за того, что животное кормили антибиотиками или гормонами. Поэтому лучше первый и второй бульон сливать, советует Ливанцова.

В свою очередь, врач-гастроэнтеролог той же клиники кандидат медицинских наук **Владимир ПИЛИПЕНКО** сообщил, что овощи отдают в отвар полезные микроэлементы, такие как калий и магний, очень важные для желудка и кишечника.

При этом наименее полезный суп — это солянка, которая варится с несколькими видами мяса, что увеличивает её калорийность, считает Ливанцова. Кроме того в солянку добавляют солёные огурцы и копчёности, поэтому врачи не рекомендуют её людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, гипертонической болезнью и лишним весом.



С осторожностью нужно относиться и к грибному супу, считает Пилипенко. «Если здоровье скомпрометировано, то для больных гастроэнтерологического профиля применение грибного супа не рекомендуется, потому что в нём очень много экстрактивных веществ, которые стимулируют работу пищеварительного тракта. И если пищеварительный тракт находится в воспалённом состоянии, то эта перестимуляция увеличивает повреждение кишечной инфекцией», — пояснил врач.

Несмотря на это, эксперты сходятся во мнении, что суп является источником питательных веществ, которые составляют основу пирамиды питания — белки, жиры и углеводы.

Учитывая, что первое блюдо на 50-60% состоит из жидкости, его энергетическая ценность относительно невысока, при этом за счёт жидкости насыщение организма происходит достаточно быстро, что полезно для тех, кто следит за своим весом, сказала Ливанцова.

«Рекомендуется есть суп каждый день на обед — лучше тёплым, так как горячие и слишком холодные блюда могут спровоцировать неприятные симптомы», — рассказал Пилипенко.

«В целом, суп не то что желателен — а обязателен для того, чтобы человек чувствовал себя здоровым и бодрым», — резюмировал гастроэнтеролог.

ПО ИНФ. СМИ