



**Международный день волонтера**

Стр. 4

**Коронавирус в Республике  
Корея глазами россиян**

Стр. 5



**3-й Дальневосточный  
молодежный семинар  
по науке и технологиям**

Стр. 6



**ТСЖ или управляющая  
компания: что лучше?**

Стр. 7



**Новости федерации тхэквондо МФТ  
Приморского края**

Стр. 3

АККРЕДИТОВАННАЯ ПРИМОРСКАЯ КРАЕВАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
**ТХЭКВОНДО ИТФ (МФТ)**

**ОБЪЯВЛЯЕТ  
НАБОР**

**МАЛЬЧИКОВ  
И ДЕВОЧЕК** с 5-ти лет

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:**

- Аттестации на пояса
- Семинары
- Летние спортивные лагеря

Воспитанники федерации принимают участие в дальневосточных, всероссийских и международных турнирах

Тренер: Алия Гусейн  
Инструктор международного класса  
Судья международной категории  
Обладатель черного пояса 4 дане

СК «Дружба» Ул. Амурская 63А  
@ taekwondo\_prim\_mft  
8-924-126-62-62

**Объявляется набор  
в ансамбль корейских танцев**

- младшая группа (7-9 лет)
- средняя группа (10-12 лет)
- старшая группа (с 13 лет)

**Бесплатно**



Национально-культурная автономия корейцев  
Приморского края

8-924-247-04-01

## Приморье и Камчатка сформируют единую стратегию продвижения внутреннего туризма

Объединить усилия в продвижении регионов Дальнего Востока на зарубежные и российские туристические рынки договорились Приморье и Камчатка. Механизмы взаимного сотрудничества обсудили руководители профильных ведомств регионов – Владимир Щур и Наталья Максименко в ходе рабочей поездки делегации Приморского края в Петропавловск-Камчатский.

По словам главы агентства по туризму Приморского края Владимира Щура, в рамках проведенных встреч стороны обсудили вопросы взаимовыгодного сотрудничества, совместного продвижения туристических проектов и потенциала регионов на российских и международных мероприятиях, а также организацию событий, в том числе в формате B2B с представителями туристической отрасли регионов.

«Решение об объединении усилий Приморья и Камчатского края по продвижению туристического потенциала позволит привлечь еще больше путешественников на наши территории, расширить возможности информирования, а также создать более привлекательную среду для гостей. У нас с Камчаткой много общего: это морской туризм, круизные возможности, гастрономия. Однако есть и интересные для туристов отличия: летом Приморье принимает гостей на своих пля-

жах, а Камчатка зимой готова продемонстрировать величие своей природы. Мы с соседями договорились помогать друг другу и создавать привлекательные условия для обмена туристами вне зависимости от сезона», – подчеркивает Владимир Щур.

Как подчеркнул руководитель проектов Туристско-информационного центра Приморья Виталий Станиславчук, Приморский край уже сейчас готов поделиться своим опытом по продвижению региона, на-



пример, через лидеров общественного мнения, которые формируют образ региона в медиапространстве. Положительный пример такой практики – привлечение на территорию блогеров, которую успешно реализуют приморские специалисты туристической отрасли.

«Приморье может поделиться своим колоссальным опытом по продвижению туристского потенциала не только на внешний рынок, но и на внутренний. Работа Приморского края с блогерами и СМИ выстроена на высоком уровне и хорошо отлажена. Мы ежемесячно принимаем несколько съемочных групп и индивидуальных

блогеров как из России, так и из-за рубежа. Это направление приносит реальный и быстрый эффект: мы видим рост посещаемости иностранными туристами именно тех мест, о которых рассказали, например, блогеры из их страны», – говорит он.

Центры Приморья и Камчатки договорились в ближайшее время запустить ряд совместных проектов по продвижению турпотенциала субъектов и продолжить работу

по развитию круизного туризма на Дальнем Востоке.

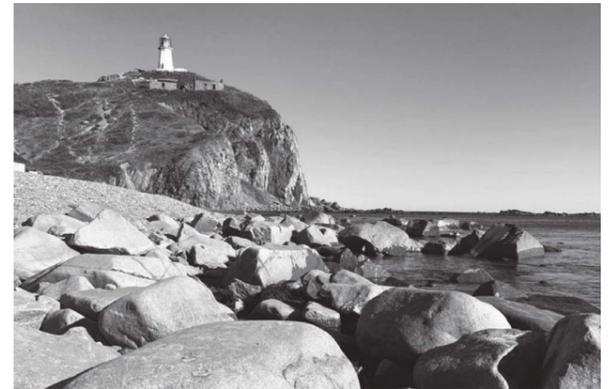
«Мы полностью согласны с нашими коллегами из Камчатского края, что Дальний Восток абсолютно разный, в каждом из регионов есть что посмотреть. Отправной же точкой может стать столица макрорегиона – Владивосток как самый крупный город федерального округа. И турист, приезжающий к нам, мог бы узнать больше о других территориях и беспрепятственно отправиться в любой из регионов ДФО. Над этим нам и предстоит совместно поработать», – резюмировал Виталий Станиславчук.

## Экологическую тропу оборудовали на севере Приморья

6-километровую экологическую тропу оборудовали специалисты краевого предприятия «Дирекция по охране объектов животного мира и ООПТ» в Дальнегорском городском округе Приморья в лесничестве «Черные скалы». Мероприятие реализовано в рамках реализации регионального проекта «Сохранение биоразнообразия в Приморском крае» национального проекта «Экология».

Как сообщил руководитель предприятия Сергей Москалец, экологическая тропа включает проходящий по лесу отрезок и отрезок на побережье Японского моря. На всем ее протяжении оборудованы информационные стенды, рассказывающие о биологических видах, населяющих территорию, и смотровые площадки, с которых можно любоваться видами и, если повезет, наблюдать диких животных. Также на объекте предусмотрена

инфраструктура, предназначенная для кратковременного отдыха посетителей – можно согреться, перекусить и выпить горячего чая.



«Объект круглогодичный, посещать тропу можно и летом, и зимой. Мы предусмотрели подкормочные площадки для копытных животных. Это повышает вероятность того, что посетители смогут этих животных увидеть. Наши первые гости, которые прогулялись по тропе в тестовом режиме, уже замечали и оленей, и

кабанов. А ранее, прямо на берегу моря наблюдали краснокнижного горалла», – рассказал Сергей Москалец.

Пока посещение прово-

дится самостоятельно, но в дальнейшем планируется привлечь к работе экскурсоводов.

В конце ноября в Дальнегорске побывали специалисты краевого агентства по туризму и Туристско-информационного центра Приморья. Специалисты оценили турпотенциал территории.

## Приморский край перевыполнил план по регистрации самозанятых почти в два раза

Регистрация самозанятых граждан в Приморье идет опережающими темпами. На начало декабря в качестве самозанятых зарегистрировано 7960 приморцев, при плановом показателе 4300 человек. Об этом стало известно в ходе заседания Правительства Приморского края, которое провел 4 декабря глава региона Олег Кожемяко.

С 2019 года в Российской Федерации реализуется новый налоговый режим – налог на профессиональный доход, который принято называть налогом для самозанятых граждан. В Приморском крае возможность

работы в таком налоговом режиме введена с 1 июля 2020 года. Ставки установлены федеральным законодательством и составляют 4% с доходов физлиц, 6% – с доходов юрлиц и ИП. Деньги перечисляются в местные бюджеты.

По информации ФНС России, в Приморском крае наиболее популярными видами деятельности по использованию нового налогового режима являются такие направления деятельности, как аренда квартир (причем на учет могут встать государственные и муниципальные служащие), перевозка пассажиров, мастера

маникюра, водители такси, репетиторы. В полный перечень сфер деятельности, доступных в этом налоговом режиме, помимо вышеперечисленных входят продажа продукции собственного производства, фото- и видеосъемка на заказ, проведение мероприятий и праздников, юридические консультации и ведение бухгалтерии, строительные работы и ремонт помещений, удаленная работа через электронные площадки, ведение фермерского хозяйства на системной основе.

Пресс-служба администрации Приморского края

고려신문

Учредитель - Общественная организация Национально-культурная автономия корейцев г. Уссурийска.

Газета зарегистрирована в Приморском территориальном управлении Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.

Свидетельство ПИ № 20-0373 от 6 апреля 2004 года.

Газета «Коре синмун»

Главный редактор - И.О. Ким  
Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов.

Выпуск № 12 (258)

Дата выхода в свет: 17.12.2020 г.

Время подписания в печать по графику - 12:00

и фактическое - 12:00

Тираж 1000 экз.

Знак информационной продукции «12+»

Свободная цена

Адрес редакции и издателя:

692525, РФ, Приморский край, г. Уссурийск, ул. Амурская, 63, «Редакция газеты «Коре синмун».

Тел. (4234) 33-37-47

e-mail: sinmoon@mail.ru

Подписной индекс «Коре синмун»: ПР916 в каталоге агентства «Почта России».

Газета выходит 1 раз в месяц.

Отпечатано в типографии ЗАО «Полицентр»,

692337, г. Арсеньев, ул. Заводская, 5

## Новости

### Новости федерации тхэквондо МФТ Приморского края

Алиев Гусейн принял участие в судействе чемпионата и первенства России.

тхэквондо МФТ Алиев Гусейн. Тренер федерации рассказал, какой была подготовка к

Участники, не прошедшие аккредитацию, к соревнованиям не допускаются.

должен был весь день находиться в средних индивидуальной защиты. Но все участники с пониманием отнеслись к этим требованиям.

### 5 иностранных компаний планируют стать участниками специального административного района (САР) на острове Русский

По словам заместителя директора департамента резидентской политики АО «КРДВ» Павла Шейки, интерес к российскому САР заметно вырос после пересмотра соглашений об исключении двойного налогообложения с рядом иностранных офшоров. При этом до 80% потенциальных резидентов — с кипрской «пропиской».



Сегодня в САР на острове Русский прописаны два резидента. Компания совладельца банка «Восточный» Артема Аветисяна «Финвижн Холдингс» зашла туда в сентябре 2018 года. Компания «Доналинк» (структура владельца СУЭК и «ЕвроХима» Андрея Мельниченко) переехала с Кипра в марте 2019 года. С тех пор «офшор» так и не привлек ни одного участника.

«Сегодня у нас еще пять иностранных компаний рассматривают возможность редомициляции. С каждой Корпорация развития Дальнего Востока осуществляет индивидуальную работу. Основными интересантами в САР Приморья являются компании, чей бизнес и активы (проекты) полностью или частично сосредоточены в Сибири, на Дальнем Востоке, а также компании, ориентирующиеся на работу на рынках стран Азиатско-Тихоокеанского региона. Это позволяет увеличить скорость управления бизнесом и снижает транзакционные издержки», — сообщил Шейка.

По его словам, «Финвижн Холдингс» и «Доналинк» в качестве резидентов САР полностью исполнили свои обязательства по осуществлению инвестиций в общем объеме более 108 млн рублей (в том числе 58 млн — в качестве капитальных вложений) и уже ведут свою деятельность.

С компанией «Финвижн» было подписано соглашение о взаимодействии по реализации проекта по созданию IT-парка на острове Русском, который находится в прединвестиционной стадии: ведется разработка концепции проекта, разработка архитектурного решения.

Примечательно, что по данным КРДВ до 80 процентов компаний, которые обращаются с вопросами переезда и размещения своих офисов в САР, представляют Кипр.

ИА PrimaMedia



В ноябре уходящего года в Московской области в Одинцово состоялся чемпионат и первенство России по тхэквондо МФТ. В соревнованиях приняли участие более 770 спортсменов из 39 регионов страны.

Победители этих соревнований вошли в состав сборной России для участия в первенстве Европы, которое пройдет в Испании. Из-за сложной эпидемиологической обстановки приморские спортсмены не принимали участие в чемпионате и первенстве. Но Приморский край представлял судья соревнований, тренер Приморской краевой федерации

мероприятию высокого уровня:

- Ежегодно все судьи до начала чемпионата собираются на судейском семинаре, затем каждый проходит аккредитацию.

допускают в этих направлениях. По итогу, судьи, прошедшие аккредитацию, отправляются на чемпионат.

Данный чемпионат был сложнее предыдущих, так как судья

### Аттестация на цветные и черные пояса

29 ноября в спортивном комплексе «Дружба» состоялась очередная аттестация на цветные и черные пояса Приморской краевой федерации тхэквондо ИТФ. «Экзамен» сдавали спортсмены от пяти лет и старше. По итогу, на второй дан сдали Меринов Николай, Салманов Миршафи и Алиев Фаиг.

Юлия ГАРИБЯН



### Приморье лидирует на Дальнем Востоке по объему инвестиций

Приморский край лидирует в Дальневосточном федеральном округе по объемам инвестиций в основной капитал.

Такие данные приводятся в докладе Федеральной службы государственной статистики о социально-экономическом положении страны за январь-октябрь 2020 года.

Так, на 1 октября 2020 года в Приморье было зарегистрировано 54 740 организаций, по этому показателю Приморье традиционно лидирует в Дальневосточном

федеральном округе. На втором месте — Хабаровский край (35134

брю их насчитывалось 55511 человек, на втором месте — Респу-

составил в Приморье в этот период около 119,7 миллиарда рублей, то есть 105,2% к аналогичному периоду 2019 года (в среднем по ДФО — 93,5%, в среднем по РФ — 95,9%).

В структуре инвестиций по источникам финансирования доля собственных средств составила 63% к общему

объему, привлеченные средства — 37%, в том числе средства бюджетов разных уровней — 13,4%.

АиФ Владивосток



организации).

В Приморье максимальное в ДФО количество индивидуальных предпринимателей: на 1 октя-

блика Саха (Якутия) с 34 127 индивидуальными предпринимателями.

Объем инвестиций в основной капитал

на 1 октя-

## Актуально

## Международный день волонтера

**Международный День волонтера традиционно отмечают 5 декабря. Быть волонтером – особое призвание, и в нашем городе есть люди, объединенные общей целью, которые состоят в благотворительном фонде «Сохрани Жизнь».**

Накануне этого памятного дня пред-

дело всю душу, переживает за них, оказывая всевозможную помощь. Через реализацию проекта «Летучий Пегас» мы еще ближе познакомились с Анной Павловой, помогаем людям с ограниченными возможностями. Мы надеемся, что это сотрудничество и дальше продолжится. Я считаю, что сегодня доброта

По словам Анны Павловой, руководителя благотворительного фонда «Сохрани Жизнь» и руководителя местного отделения ПРО ВОД «Матери России», ей очень приятно, что в этот день Николай Петрович сказал много добрых слов в отношении ее фонда, и радуется, что он сам многое делает для их



седатель Национально-культурной автономии корейцев города Уссурийска и Приморского края Н.П. Ким наградил ценным подарком руководителя фонда «Сохрани жизнь» А.Ю.Павлову. Торжественное вручение состоялось в стенах Корейского культурного центра.

Николай Петрович Ким рассказал: «Накануне международного Дня волонтеров мы решили подарить телевизор руководителю и идейному вдохновителю фонда «Сохрани Жизнь» Анне Юрьевне. Это удивительный человек, который делает многое для людей с ограниченными возможностями, для трудных подростков. Она вкладывает в это

очень востребована, нужно быть более внимательным к людям и больше заботиться о тех, кто в этом нуждается!»

По словам Н.П.Ким, в декабре планируется еще одно важное дело - открыть «Добрый дом». Николай Петрович передает дом-коттедж в личное пользование благотворительной организации «Крылья надежды», которая будет заниматься горячими обедами для лиц без определенного места жительства. Планируется, что в этом помещении будет располагаться прачечная и душевые для тех, кто попал в сложную жизненную ситуацию. В данном здании будет возможность переночевать, кому это временно необходимо.

благотворительной организации, оставаясь при этом очень скромным человеком. Анна Юрьевна поддерживает идею создания «Доброго дома»: «Я уверена, это нужное и важное дело! В этом случае наше сотрудничество и взаимодействие, как никогда, пригодится. Я знаю, что есть люди, которым такая помощь необходима, и искренне рада воплощению такого проекта».

Вручение ценного подарка прошло в узком кругу, с соблюдением всех санитарно-эпидемиологических норм. Каждая из сторон выразила уверенность в дальнейшем сотрудничестве.

Галина СИЛИНА

## История благотворительного фонда «Сохрани Жизнь»

Благотворительный фонд «Сохрани Жизнь» существует в Уссурийске с 2012 года. Так случилось, что встретились неравнодушные люди, которым была небезразлична судьба детей в детских домах, пожилых людей в пансионатах, матерей-одиночек и просто тех, кто нуждается в поддержке.

В настоящее время руководителем фонда является Павлова Анна Юрьевна, она же депутат Думы УГО, а также руководитель местного отделения ПРО ВОД «Матери России».

Анна Юрьевна уже дважды была удостоена высокого звания «Благодетель года». В феврале 2020 года А.Ю.Павлова удостоилась звания «Доброволец года». В ознаменование 80-летия Приморского края фонд получил Благодарственное письмо от губернатора за

высокие показатели в деятельности организации и большой вклад в развитие края.

Благотворительный фонд «Сохрани Жизнь» - постоянный инициатор различных общественно-полезных инициатив и проектов. Например, проект «Особенная елка» направлена на детей из детских домов, а акция «Теплые носочки» адресована пожилым людям из домов престарелых.

В фонде есть особая команда «Твори добро!», созданная из волонтеров и старших ребят из детских домов, которые помогают детям из дома малюток убирать тер-



Акция «Солнышко в ладошках» - внимание к малышам из дома малюток, которым добровольцы дарят подгузники и средства личной гигиены. Уникальный проект «День ангела» создан для именинников из детских домов. При

риторию.

К фонду также примыкает волонтерское движение «Тепло рук», в которое входит 50 молодых людей. Кроме того, Анна Павлова защитила проект с одноименным названием «Тепло рук», который направлен на ребят-подростков с ограниченными возможностями, которым нужна адаптация в обществе и возможность жить полноценной жизнью.

По словам Анны Павловой: «Наш фонд – одна большая семья единомышленников и энтузиастов, каждый член которой в любой момент готов сорваться, чтобы помочь другому!»



## Коронавирус в Республике Корея глазами россиян

**Непростым выдался 2020 год. Многие страны закрыли границы, ввели ограничительные меры, отменили массовые мероприятия, приостановили работу заведений общепита и т.д. Привычная жизнь кардинально изменилась, COVID-19 затронул каждого. А как же наши соотечественники в Республике Корея? Не секрет, что там живет и работает немало граждан России. Вот что они рассказали «Коре синмун».**

**Владимир Ким, 30 лет:**

старые фильмы, ставшие в свое время самыми кассовыми.

**Евгений Ким, 27 лет:**

- Фирма, в которой работает мой друг, экспортирует машины за границу. Со временем всех сотрудников перевели на «удаленку». Заводы, работающие с другими странами, сократили выпуск продукции. Больше всего в экономическом плане пострадала сфера развлечений, туризм и авиаперевозки. Заметил, что примерно на 15-20% упал в цене бензин.

В качестве социальной поддержки прави-

Например, недавно ввели правило: если не надел маску, могут снять с автобуса или поезда. Если ты сопротивлялся, не хотел выходить из общественного транспорта и по твоей вине нарушился график движения - накажут серьезным штрафом.

**Екатерина Ким, 28 лет:**

- Когда масок не хватало, приобретали их только в определенные дни по специально разработанной схеме. Те, у кого год рождения заканчивался на цифру 1 и 6 - покупали маски в понедельник, 2 и 7 - во

очень строго следило, чтобы не было спекуляций. Сейчас ограничения сняты, можно покупать сколько угодно.

**Дарья Пак, 26 лет:**

- Помню в феврале, выстояв огромную очередь, узнала, что масок нет. Отправили в другую аптеку, потом в третью. В конце концов, выпустили приложение для смартфона, по которому можно было отследить наличие масок в аптеках. До апреля наблюдался дефицит на латексные перчатки, быстро раскупали одноразовые перчатки. Подорожали санитайзеры, которые тоже продавали в ограниченном количестве. Цены в интернет-магазинах на средства защиты выросли примерно в пять раз. Стала плохо работать система доставки. Заказы приходилось ждать по два и более дня, а иногда они и вовсе пропадали.

**Владимир Ким, 35 лет:**

- Очень хорошо работает система слежения. Например, я прихожу в спортивный зал, KakaoTalk (южнокорейское мобильное приложение) сканирует мое посещение. Допустим, в это же время в спортзале находится инфицированный человек, о чем становится известно позже. Тогда мне пришлют сообщение, что необходимо срочно сдать тест.

Раньше результат ждали неделю, а теперь в течение 24 часов.

Каждому выявленному инфицированному присваивают номер. После опроса отслеживаются все его маршруты, а затем делается адресная рассылка. Например, «Пациент 54» находился в радиусе 5-10 метров от вас в такое-

### Справка

Первым массовым очагом заражения в Южной Корее стал город Тэгу. В феврале в этот город из Уханя приехала пожилая последовательница религиозной организации Синчонджи (или по-другому Шинь-чонджи). Первые симптомы инфекции были обнаружены сразу (боль в горле и кашель), женщине посоветовали сдать тест на вирус и дистанцироваться дома, но она отказалась.

Через несколько дней у нее поднялась температура и началась лихорадка, но женщина продолжала ходить в церковь и видется со знакомыми, игнорируя все предупреждения врачей. Впоследствии выяснилось, что она ездила в соседний город Чхондо и, будучи инфицированной, виделась, по меньшей мере, с тысячей человек.

Количество заболевших превысило 600 человек. Город Тэгу сразу же закрыли: никого не выпускали и не впускали.

то время. Рекомендую вам сдать тест на COVID-19.

**Дарья Кан, 28 лет:**

- У прибывающих в Корею граждан сейчас берут два теста - по прилету и на десятый день. Все это время люди должны находиться в отдельном помещении или отдельной квартире, но многие нарушают правило, выходят по своим делам. Бывает, что первый тест оказывается отрицательным, а второй положительным. В связи с этим, введен штраф за несоблюдение само-

личные данные, в какой день, какое время и где ты был. И только после этого можно делать заказ. С 21 августа в кафе можно находиться только до 9 часов.

**Дарья Пак, 26 лет:**

- В Сеуле выросло количество зараженных, ужесточились требования безопасности. Сейчас даже в кафе нужно находиться в маске. Недавно была на Мендон (торговый район), людей нет. Многие магазины закрылись.

Аша ЛИ



- В марте правительство Республики Корея выдало всем гражданам страны определенную сумму в зависимости от количества членов семьи. Помогли и иностранцам, имеющим вид на жительство. Сейчас появилась штрафная система. Гражданам советуют не собираться в больших компаниях.

вторник, 3 и 8 - в среду, 4 и 9 - в четверг, 5 и 0 - в пятницу. Если не успел в свой день, жди до выходных. В

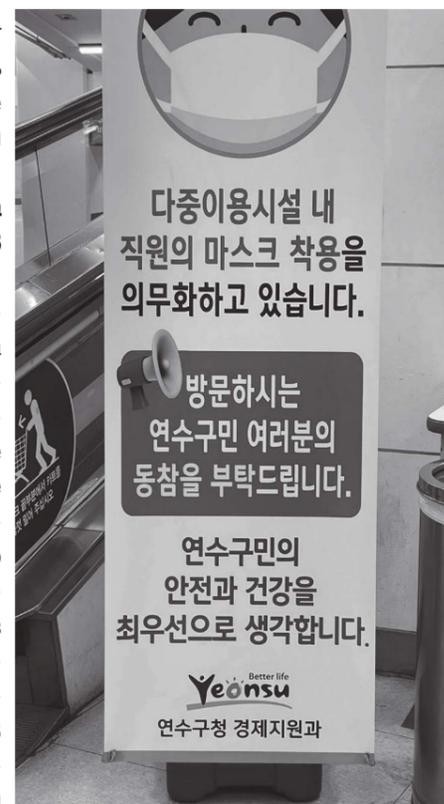
Сеул развернул самую дорогую программу по борьбе с вирусом - было организовано оперативное проведение тестов на выявление заболевания и специальное мобильное приложение для отслеживания всех COVID-зараженных.

Власти отмечают, что свою положительную роль сыграл опыт с коронавирным респираторным синдромом (MERS) в 2015 году. Принятые законодательные акты дали правительству право собирать данные о мобильных телефонах и id-картах, чтобы определять передвижение зараженных и их контакты за последнее время.

личества членов семьи. Помогли и иностранцам, имеющим вид на жительство.

Сейчас появилась штрафная система. Гражданам советуют не собираться в больших компаниях.

неделю на человека выделялось 2 маски высокой защиты. В принципе хватало. Покупка оформлялась по id-card, поэтому схитрить и купить еще в другой аптеке не удалось. Правительство



## 3-й Дальневосточный молодежный семинар по науке и технологиям

16-17 ноября научно-техническое общество «АНТОК» провело 3-й Дальневосточный молодежный семинар по науке и технологиям в городе Владивостоке, который проходил в стенах Дальневосточного федерального университета на острове Русский.

В кампусе ДВФУ собрались студенты, магистранты, аспиранты, преподаватели и ученые из вузов Дальневосточного федерального округа. Среди них были представители Дальневосточного государственного медицинского университета (ДВГМУ), Тихоокеанского государственного университета (ТОГУ) и Дальневосточного го-

учество участников представляли Дальневосточный федеральный университет (ДВФУ). Однако из Уссурийска приехала треть участников семинара, представляя такие учебные заведения как Приморская государственная сельскохозяйственная академия (ПГСХА), Дальневосточный технический колледж (ДВТК). В связи с осложнением ситуации с коронавирусом в семинаре смогли принять участие не более 30 человек.

Открыл семинар председатель регионального отделения «АНТОК» в Приморском крае, кандидат сельскохозяйственных наук Юн Виктор Ларикович. Далее с приветственной ре-



Алексеевич. О молодежных проектах рассказал президент НТО «АНТОК» Чо Гван Чун (г.Москва). Он подчеркнул важность взаимодействия молодых членов «АНТОК» на региональном уровне, а также перспективы участия студентов, специалистов и молодых ученых в ежегодных научных конференциях, международных форумах YGF (Young Generation Forum) и YPF (Young Professional Forum), которые проводятся в Се-

уле. Семинар продолжил научный руководитель политехнического института, доктор

технических наук, член-корреспондент Российской академии архитектуры и строительных наук Беккер А.Т. Он поделился опытом инновационной деятельности своего департамента, возникающими проблемами взаимосвязи науки и производства, а также успешным опытом реализации научных разработок. Лекция вызвала большой интерес у слушателей, было задано много вопросов.

О национальном парке «Земля леопарда», расположенном в Приморском крае, рассказала научный сотрудник Сомова Е.Г. Государственная организация занимается изучением, охраной и

восстановлением популяции редчайшего хищника – дальневосточного леопарда и амурского тигра. Экология животных и растений - одно из актуальных направлений научных исследований в национальном парке.

Интересной и полезной для молодых исследователей стала лекция доктора технических наук, директора бизнес-инкубатора Воронежского государственного университета Хван Александра Дмитриевича на тему создания и управления стартапами. Его буквально засыпали вопросами.

Завершала первый день семинара лекция кандидата химических

наук, доцента ДВФУ Лим Любови Андреевны о механизмах вовлечения молодежи в научную деятельность. Многие были рассказаны о подготовке к олимпиадам, выборе актуального направления в научном исследовании, взаимодействиях с зарубежными исследователями.

Второй день семинара был экскурсионным. Преподаватели ДВФУ показали учебные аудитории и лаборатории, рассказали о возможностях обучения и перспективах развития в стенах вуза. А экскурсия в приморский океанариум стала полезной и увлекательной для всех участников семинара.



сударственного университета путей сообщения (ДВГУПС). Наибольшее коли-

чество выступил преподаватель политехнического института ДВФУ Цой Константин

Вот что говорят некоторые участники после окончания мероприятия:

### Ли Вероника

- Я из Уссурийска, мне 25 лет. Окончила Монгольский Международный университет. По образованию я преподаватель английского языка. В свободное время люблю слушать музыку, петь, иногда рисовать. Одним из увлечений являются иностранные языки. Английский знаю на разговорном уровне, а корейский еще учу. Мои впечатления о семинаре, прошедшем в ДВФУ, только поло-

жительные. Я встретила очень интересных людей, услышала много познавательного о том, что происходит вокруг нас на данный момент, и как мы можем на это воздействовать, занимаясь наукой. Также узнала, что у нынешней молодежи есть большие возможности для развития, о людях и организациях, которые им в этом всячески помогают. Хотелось, чтобы о таких мероприятиях узнавало как можно больше людей.

### Ким Юлия

- Я живу в Уссурийске. Являюсь студенткой Дальневосточного государственного ме-

дицинского университета (г. Хабаровск). Учусь на факультете «лечебное дело» на 4-м курсе. В свободное от учебы время играю на гитаре и с недавнего времени учусь программировать. Выбрала первым языком популярный на сегодняшний день Python. Имею небольшой круг знакомств, но на молодежном семинаре в ДВФУ, где собралось много разных людей, поняла, что сильно недооценивала значимость коммуникаций. Мне было полезно послушать, что для участников семинара значит наука. Хочу стать врачом рефлексотера-



певтом. В ближайшем будущем планирую найти научного руководителя и познакомиться с наукой поближе.

### Тен Андрей

- Я студент Дальневосточного технического колледжа. Учусь по на-

правлению природоохранного обустройства территорий на 3-м курсе. Увлекаюсь легкой атлетикой, чтением произведений в стиле «фэнтези» и музыкой. До этого я занимался спортивной пулевой стрельбой из

пистолета. На молодежном семинаре во Владивостоке получил массу новых впечатлений. Узнал много интересного. Конечно, хотелось бы посетить такое мероприятие в следующий раз.

Организаторы семинара уверены, что следующий Дальневосточный молодежный семинар пройдет в более благоприятных эпидемиологических условиях и позволит собрать всех желающих.

Виктор ЮН

## ТСЖ или управляющая компания: что лучше?

Кому доверить обслуживание и управление многоквартирным домом – ТСЖ или управляющей компании? На этот вопрос нет однозначного ответа, так как все зависит от того, насколько добросовестной будет компания, и насколько жильцы готовы участвовать в решении возникающих вопросов. Перед собственниками жилья встает вопрос: какую форму выбрать перед тем, как заключить договор управления с УК или ТСЖ. Нужно понимать, как устроены обе формы управления, какие у них достоинства и недостатки, и как их работа повлияет на жизнь жителей дома. Давайте разберемся, ТСЖ или управляющая компания – что же лучше, чтобы суметь выбрать тот способ, который окажется наиболее эффективным.

### Чем отличается УК от ТСЖ

ТСЖ (товарищество собственников жилья) – это некоммерческое сообщество, в которое входят люди, проживающие в доме или соседних домах, желающие совместно вести хозяйственную деятельность. Несмотря на то, что ТСЖ не относится к коммерческим организациям, ее при желании можно зарегистрировать как юридическое лицо.

УК (управляющая компания) – сторонняя организация, созданная с целью получения прибыли и сотрудничающая с поставщиками услуг. Ее учредители преследуют одну цель: получение прибыли, что открыто и подчеркнуто оговорено в уставе каждого УК.

Конечно, и ТСЖ в том числе может получать прибыль, например, от аренды помещений. Но в этом случае все доходы идут в копилку товарищества и рас-

ходятся на его нужды, тогда как УК стремится получать прибыль лишь в своих интересах, что порой приводит к откровенному злоупотреблению властью. Статистика показывает, что именно на управление УК приходится треть всех неплательщиков по ЖКХ, которые чрезмерно завышают тарифы.

### ТСЖ и УК: в чем разница

Кроме формы организации есть еще несколько важных отличий.

1. ТСЖ управляет несколькими домами, есть ограничение по количеству квартир. УК может обслуживать десятки домов в разных кварталах.

2. В ТСЖ все решения принимаются на совете жильцов, причем требуется присутствие более 50% собственников квартир. В УК решением вопросов занимается председатель и его совет.

3. В ТСЖ нет своей технической базы, инструментов и обычно навыков ведения ремонта. В УК – профессионалы своего дела с обученным персоналом и материальной базой.

4. ТСЖ заинтересовано в снижении трат и коммунальных платежей (так как сами живут в тех же домах), УК – нет, и они не будут выбирать максимально экономичные варианты.

5. ТСЖ требует внимания и неравнодушия живущих в доме. При заключении договора с УК вы не будете вникать ни в какие моменты обслуживания. Но кроме общего понимания для принятия решения нужно внимательно изучить все плюсы и минусы различных форм обслуживания, так как некоторые моменты могут

быть принципиальными.

### УК и ТСЖ: плюсы и минусы

#### Управляющая компания

Плюсы:

- Все расходы и затраты четко спланированы и выполняются по графику: ремонт подъезда и дома, вывоз мусора, уборка дворов, – все работы выполняются нанятыми подрядчиками.

- У УК есть свои,



собственные накопленные средства, так что если возникает задолженность со стороны жильцов, компания передает свои средства подрядчикам, и предоставление услуг не останавливается.

- УК гораздо лучше знает особенности и нормы предоставления услуг, так что если возникают споры с подрядчиками, представители УК более компетентны.

- Не возникает внезапных трат, плата за работу УК обычно фиксирована, и когда возникает потребность в услуге, ее выполняют.

Минусы:

- Мнение жильцов не влияет на решения управляющей компании. Выбирая УК, вы автоматически принимаете всех выбранных ею подрядчиков.

- УК не отчитывается о тратах средств.

- Длительность принятия решений по жалобам жильцов, например, на недостаточное отопление, так как придется постараться, что-

бы доказать это УК.

#### Товарищество собственников жилья (ТСЖ)

Плюсы:

- ТСЖ может управлять собственным имуществом для получения дополнительных средств на расходы товарищества (сдать часть двора в аренду, размещать рекламу на фасадах).

- Принятие решений по возникающим вопросам на общем

собрании жильцов путем голосования зачастую осуществляется в кратчайшие сроки. Возникающие вопросы можно решить за день-два, собрав жильцов для голосования.

- Вся финансовая деятельность абсолютно прозрачна, и любой житель дома может ознакомиться с ней в любой момент.

- ТСЖ – более экономичный вариант: вы платите только за реально необходимые услуги, например, в новом доме это может быть вывоз мусора и уборка территории. Когда возникнет потребность в ремонте, тогда и будут собирать на него деньги.

- Вы сами выбираете подрядчиков. Не нравится, как конкретная компания вывозит мусор – просто нанимаете другую. Расстаться с УК в этом случае намного сложнее, и, возможно, придется делать это через суд.

Минусы:

- Активистами ТСЖ могут быть совершенно некомпетентные люди, так что могут быть проблемы и с принятием решений, и с ведением дел.

- Если у нескольких жильцов возникает задолженность, ее обычно раскидывают на остальных, так как собственным значительным капиталом ТСЖ не обладает, а для продолжения обслуживания нельзя задерживать оплату подрядчикам.

- Некоторые разовые работы могут стоить дороже для ТСЖ, чем для УК, так как подрядчики часто не заинтересованы в одиночных заказах.

Резюмируя, можно сказать, что ТСЖ наиболее прозрачный способ управления домом для собственников квартир, что является основным плюсом. Ведь каждый из них понимает, куда именно и на что идут его деньги.

### ТСЖ или управляющая компания, что выбрать?

Как видим, у каждого варианта есть свои преимущества и недостатки. Как показывает практика, примерно 75% жилых домов сотрудничают с УК, и только 25% предпочли организовать ТСЖ. Ведь для создания товарищества собственников жилья нужны инициативные люди, у которых есть время и желание потратить его на обустройство дома и ведение сопутствующих дел. Если в доме много занятых людей, которые готовы просто платить и не вникать во все моменты обслуживания, стоит задуматься об УК.

Если много активистов, готовых регулярно собираться для решения вопросов (каждый раз нужно минимум 50% собствен-

ников квартир), можно организовать ТСЖ.

Помимо выбора между ТСЖ и УК существует также еще один вариант: организовать товарищество собственников жилья и параллельно заключить договор с УК.

### Как оформить договор управления между УК и ТСЖ

Договор оформляется письменно. На просторах интернета существует множество готовых форм договоров, которые можно использовать, но лучше обратиться к выработанной заранее УК и попросить их форму. Внимательно изучите бумаги, где обязательно должны быть четко прописаны:

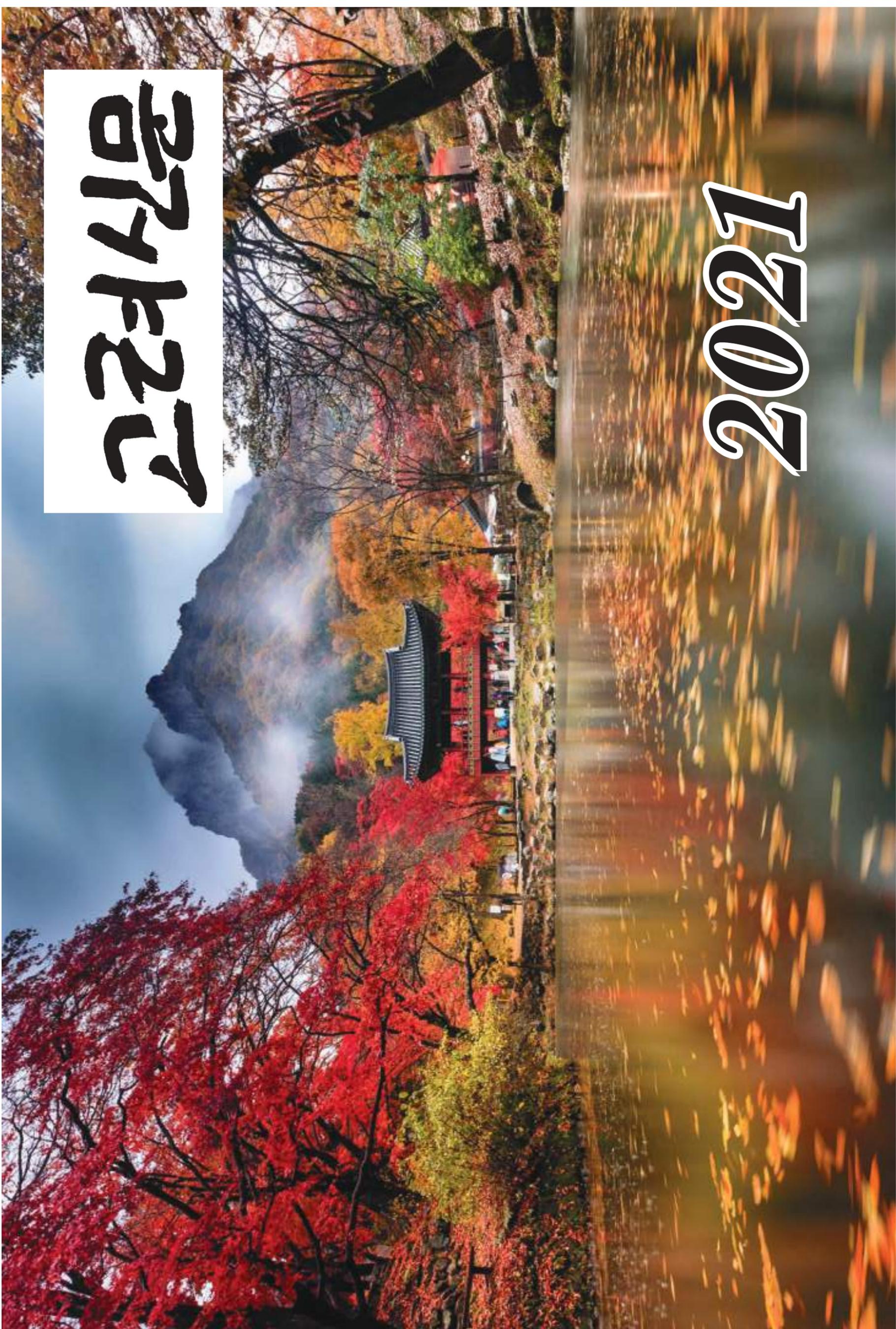
1. Адрес дома и список общего имущества;
2. Список работ, которые будут выполняться;
3. Список коммунальных услуг, которые предоставляет управляющая компания;
4. Как будут рассчитываться коммунальные платежи;
5. Как осуществляется контроль за выполнением УК взятых обязательств.

Резюмируя вышесказанное, можно сказать, что любая форма управления будет поддерживать дом в порядке только в том случае, если жильцы неравнодушны и готовы активно контролировать ТСЖ или УК. Какую бы форму управления вы ни выбрали, несмотря на их разницу, по-настоящему действенной она будет только тогда, когда каждый из жильцов станет активно участвовать в жизни дома, следить за порядком на придомовых территориях. А также контролировать деятельность УК или ТСЖ с целью предотвращения ими злоупотреблений в жилищной сфере.

Светлана КАН

고려시문

2021



### Январь

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
				<b>1</b> 신정 11.18	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>4</b>	5 소한	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b> 12.1	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b> 대한	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b> 12.15	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

### Февраль

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
<b>1</b>	<b>2</b>	3 임춘	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b> 설날 1.1	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> 우수	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b> 정월대보름 1.15	<b>27</b>	<b>28</b>

### Март

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
<b>1</b> 삼일절	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> 경칩	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b> 2.1	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b> 춘분	<b>21</b>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b> 2.15	<b>28</b>
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>				

### Апрель

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> 청명
<b>5</b> 한식	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
<b>12</b> 3.1	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b> 곡우	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>26</b> 3.15	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		

### Май

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
					<b>1</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> 임하/어린이날	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b> 4.1	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b> 부처님 오신날	<b>20</b>	<b>21</b> 소만	<b>22</b> 4.15	<b>23</b>
<b>24</b> 31	<b>25</b>	<b>26</b> 4.15	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>

### Июнь

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> 망종	<b>6</b> 현종
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b> 5.1	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>14</b> 단오	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>21</b> 하지	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b> 5.15	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>				

### Июль

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b> 소서	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b> 6.1	<b>11</b> 조복
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b> 제천절	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> 중복	<b>22</b> 대서	<b>23</b>	<b>24</b> 6.15	<b>25</b>
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	

### Август

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
						<b>1</b>
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b> 입추	<b>8</b> 7.1
<b>9</b>	<b>10</b> 말복	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b> 칠석	<b>15</b> 광복절
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b> 7.15
<b>23</b> 처서	<b>24</b> 31	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>

### Сентябрь

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b> 8.1 백로	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b> 8.15 추석	<b>22</b>	<b>23</b> 추분	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>			

### Октябрь

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
				<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b> 개천절
<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b> 9.1	<b>7</b>	<b>8</b> 한로	<b>9</b> 한글날	<b>10</b>
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b> 9.15	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b> 상강	<b>24</b>
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

### Ноябрь

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b> 10.1	<b>6</b>	<b>7</b> 立冬
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b> 10.15	<b>20</b>	<b>21</b>
<b>22</b> 소설	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<b>29</b>	<b>30</b>					

### Декабрь

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> 11.1	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b> 대설	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> 11.15	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b> 동지	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		

**Хасанский район: увековеченные имена**

**По состоянию на 2020 год в Хасанском районе значились 37 населенных пунктов, в том числе 6 нежилых. Названия 19 сел и поселков произошли от имен людей, чьи судьбы так или иначе были связаны с районом. Есть также названия, которые тоже в продолжение конкретных имен, но опосредованно – через одноименные топонимы.**

Самые первые населенные пункты на территории Хасанского района получили свои названия именно в честь реальных людей. Названия таких сел и поселков постоянно на слуху. И можно вспомнить самих людей, кто по жизни носил оставленные на память Отечеству свои имена, как и дела свои на благо Отечества. А первоначально Юж-



Адмирал Константин Посьет

но-Уссурийский край обозначился за Россией поселком Посьет, селами Рязановка, Барабаш и Сухановка. Этими селениями и урочищами (гарнизоны) столбили Приморье и военные, и гражданские люди.

**Константин Посьет**

О двух должностях Вначале имя капитан-лейтенанта Русского императорского флота Константина Посьета\* обрела морская география. Его именем обозначили залив между мысами Сулова и Гамова на юго-западном подходе в Амурский залив. Гидроним так и опре-

делили - Залив Посьета. Впервые в международном освоении Мирового океана этот залив был исследован в мае 1854 года и тут же нанесен на карты под именем русского флотского офицера Константина Посьета. Изначальные гидрографические работы были проведены при этом экипажем парусного фрегата «Паллада». На его борту находилась миссия вице-адмирала Евфимия Путятина для установления дипломатических связей с Японией. А когда в переговорах образовался перерыв, фрегат взял курс на Корею. И впервые в мире русскими моряками были сделаны описания восточного побережья Корейского полуострова. И далее исследования продолжались на север от впадения в море пограничной с Кореей реки Тумень-Ула (Туманная) и до острова Большой Пелис в архипелаге Римского-Корсакова. После «Паллады» так и остается на морских картах Залив Посьета.

Сам капитан-лейтенант Константин Посьет тоже находился на борту фрегата «Паллада». По судовой роли он занимал в экипаже должность старшего офицера при командире «Паллады» капитан-лейтенанте Иване Унковском. А при вице-адмирале Евфимии Путятине в составе дипломатической миссии Константин Посьет исполнял обязанности офицера по особым поручениям. Как одно из поручений Константин Посьету вменялась подготовка документов на русском, японском и голландском языках для первого межгосу-

дарственного договора России и Японии. Помимо знаний французского, английского и немецкого языков Константин Посьет сумел самостоятельно овладеть японским и голландским. Из европейских языков японцы признавали тогда только голландский.

**С трактатом на руках**

Второй раз, теперь уже в звании капитана II ранга, Константин Посьет побывал в Японии в 1854 году на парусном фрегате «Диана». Корабль пришел из Кронштадта в залив Де-Кастри (Чичачева) на западном берегу Татарского пролива на замену фрегату «Паллада». Находясь на фрегате «Диана», Константин Посьет уже не имел отношения к экипажу. Оставался только в составе дипломатической экспедиции вице-адмирала Евфимия Путятина и в той же должности офицера по особым поручениям. В должности секретаря и переводчика дипломатической миссии, Константин Посьет напрямую участвовал в подготовке заключенного в Симодэ 26 января (7 февраля) 1855 года Российско-японского договора о торговле и границах (Симодский трактат).

Однако эта командировка в Японию обернулась потерей фрегата «Диана». Корабль был разбит обрушившимся на город Симоду разрушительным цунами. Оно произошло 11 (23) декабря 1854 года после нескольких подземных толчков. Но первое время после цунами разбитый фрегат чудом оставался на плаву. И все-таки корабль затонул из-за внезапно налетевшего шквала при попытке отбуксировать его на ремонт в соседнюю бухту Хеда. А чтобы вернуться в Россию, решено было

собственными силами построить новый корабль. Двухмачтовая шхуна была заложена 2 (14) февраля 1855 года. Усилиями русских матросов и их офицеров, а также с помощью местных жителей находили нужный лес, валили и распиливали его. И тут же русские моряки наглядно демонстрировали мастерство первым японским корабелам в обустройстве стапелей и по набору судового корпуса, по выгонке смолы, прядению пеньковых канатов, по изготовлению парусов и тому подобное. Шхуна сразу получила название «Хеда» - по имени бухты, в которой корабль строили. И уже через два с лишним месяца 14 (26) апреля того же года шхуна была спущена на воду, а 21 апреля (3 мая) «Хеда» вышла в море. Под командованием руководившего строительством судна лейтенанта Александра Колокольцова. В числе офицеров на борту «Хеды» находились также вице-адмирал Евфимий Путятин и его помощник капитан II ранга Константин Посьет. Они везли в Россию оригинал Симодского трактата с объяснительными статьями на русском, японском, голландском и китайском языках.

**Надежная «Хеда»**

Второй заход в Японию вице-адмирала Евфимия Путятина и капитана II ранга Константина Посьета по установлению дипломатических отношений с Островным государством осложнялся продолжением войны в Крыму (1853–1856). Против России в коалиции выступали Англия, Франция, Турция, Италия при поддержке и «нейтралитете» нескольких европейских

государств. Однако боевые действия раз-вернулись не только на Черном море. Они перекинулись на Балтийское и Белое, а также на Дальневосточные моря. Ко времени заключения Симодского трактата России и Японии англо-французская Восточная эскадра успела оккупировать 18-й остров Курильской гряды остров Уруп. И французскому военному пароходу «Кольбер» («Colbert») не хватило полдня хода, чтобы перехватить на выходе в море шхуну «Хеда».

Русские моряки взяли курс на Камчатку, рассчитывая выйти к Петропавловску вдоль восточного побережья

в Англию на фрегате «Аврора» в 1843 году. И по заданию контр-адмирала Евфимия Путятина подготовил по итогам похода рапорт «О преобразовании русского артиллерийского учения на кораблях». Теперь же легко вооруженной шхуне «Хеда» во что бы то ни стало надо было оторваться от вражеских кораблей. На борту имелось только 8 гладкоствольных пушек карронад 24-фунтового ядра (10,9 килограмма) с фрегата «Диана». И самодельная шхуна русских моряков показала лучшие, чем у английских кораблей, мореходные возможности. Причем дважды при неожиданных встре-



Порт Посьет

Курильских островов. К тому времени англо-франки уже поторопились переиначить Курилы на «Туманный архипелаг», а остров Уруп вдруг стал «Островом Альянса» с промежуточной базой для оперативной Восточной англо-французской эскадры. Но шхуне «Хеда» пришлось встретиться с вражескими кораблями уже на виду камчатского берега, куда подошли на утро двенадцатого дня плавания. Корабли врага шли в паре. В одном из них капитан II ранга Константин Посьет признал корабль Ее Величества (Her Majesty's Ship - HMS) 12-пушечный бриг HMS «Bittern» («Биттерн» - «выпь»). Константин Посьет еще в чине лейтенанта лично изучал вооружение этого брига, когда участвовал в походе

чах с неприятелем у камчатских берегов за неполные два дня. Но все равно столкнулись с проблемой, выяснив, что после разгрома и первого, и второго англо-французского десанта Петропавловск все-таки был оставлен русским гарнизоном. И на «Хеде» решено было уйти в залив Де-Кастри, чтобы достичь затем Николаевска в устье Амура с юга Татарского пролива. А в проливе опять дважды наткнулись на английские корабли. И «Хеда» снова ушла от преследования благодаря заложенной в ней мореходности и умению самих русских мореходов.

Вячеслав ШИПИЛОВ

Продолжение читайте в след. номере

## Берем Быка за рога. Как встретить Новый 2021 год?

**Новогоднее на- строение уже витает в воздухе. Наряжены витрины магазинов и торговых центров, дома украшены елками и гирляндами.**

Символом Нового года 2021 станет Белый Металлический Бык. И хотя по восточному календарю Бык придет только 12 февраля 2021 года, так уж сложилось, что под традиционный бой курантов мы уже встречаем хозяина года по китайскому гороскопу. Причем даже люди, далекие от всей этой астрологической темы в обычной жизни, в новогоднюю ночь стараются следовать советам звездочетов о том, в каком цвете встречать Новый год, в каких тонах украсить дом и стол, чтобы понравиться символу наступающего года.

### Цвета

Самое простое – это выбор цвета. Ведь ответ на вопрос, в каком цвете встречать Новый год 2021, очевиден: это вся палитра серого и белого. Причем выбор оттенка астрологи рекомендуют делать в зависимости от того, чего вам больше всего хочется в будущем году: если в приоритете

карьера и дела – выбирайте графитовый и стальной оттенки серого, мечтаете о любви – наденьте платье серебристого цвета, удачу и достаток принесет белый цвет. Кроме того, уместны будут оттенки золота и вся палитра желтого, фиолетовый и синий – эти цвета, по мнению экспертов феншуй, являются счастливыми для 2021 года.

Ни в коем случае, ни при каких обстоятельствах не надевайте в эту ночь ярко-красную одежду, убеждают астрологи. По их мнению, это может отпугнуть и даже вызвать ярость у покровителя 2021 года.

Неудачный выбор для новогодней ночи – одежда с принтами, которые имитируют шкуры животных. И не покупайте наряды кислотных оттенков (они ведь не встречаются в природе).

### Как украсить дом

Тенденции прошлого года будут перекликаться, а значит, уместными будут некоторые прошлогодние украшения. Бык

не любит ярких и кричащих красок, поэтому эксперты рекомендуют обратить внимание на черные, металлические, белые, коричневые, зеленые и голубые цвета. Избегать стоит красного цвета. Его обилие вызывает ярость и агрессию, которые будут сопровождать весь год и не привнесут в жизнь позитива.

Украсить праздничный стол можно в торжественном стиле: выбрать белые скатерти, подобрать серебряные подсвечники и посуду с металлической каемкой. Такие оттенки помогут привлечь финансовый достаток и помогут создать волшебную праздничную атмосферу.

Предпочтение стоит отдать эко-стилю, ис-

пользуя натуральные ткани, композиции из живых цветов, фруктов и овощей. Это могут быть гирлянды из сухоцветов, венки из

еловых ветвей, украшенных ягодами рябины и шиповника. Не станут лишними в интерьере и комнатные растения: крупные цветы можно расположить на полу, украсив горшки и кашпо в новогодней тематике.

Чем больше в интерьере природных материалов, тем больше удастся заслужить у нового покровителя. Приветствуются и украшения, выполненные собственноручно. Новый покровитель 2021 года ценит работающих людей, которые умеют трудиться и не боятся пробовать что-

то новое.

### 1. Торжественный стиль декора на год Быка

Молочные или белоснежные крахмальные салфетки и скатерти, серебристые свечи в серебряных подсвечниках, красивая белая посуда с металлической каймой, украшенная большими металлическими шарами и бантами елка – такой новогодний декор наметит Белому

Быку о благополучии, богатстве и гостеприимстве хозяев дома. Так что ему ничего не останется, кроме как поддерживать это благополучие весь наступающий год.

### 2. Эко-стиль в интерьере на год Быка

В этом варианте в угоду «травяным» вкусам Быка украсим дом льняными и хлопчатобумажными скатертями, вязаными салфетками, делаем композиции из ярких овощей, камней и снопики сена, на двери крепим ароматный еловый венок с новогодними шарами, искрящейся мишурой и

лентами, окна и стены декорируем самодельными гирляндами.

Сервировку стола в этом случае можно выбрать в народном стиле: керамика, дерево, гжель или хохлома, а игрушки на елку сделать своими руками из ткани, дерева и шишек.

Чем больше хэндмейда, тем более уютной получится атмосфера новогоднего праздника и тем больше напомним она Быку его любимые поля и просторы. Природные материалы придадут оригинальный облик новогоднему интерьеру и позволяют полностью преобразить дом, а также заручиться поддержкой хозяина 2021 года.

### 3. Новогодние изображения Быка

И конечно же, в любом праздничном декоре не забудьте потешить эго хозяина года изображениями самого Быка – свечами с его символикой, фигурками, статуэтками в центре стола. Такое оформление не только притянет удачу в 2021 году, но и создаст волшебную атмосферу праздника, порадовав и вас, и гостей, заглянувших «на огонек».



Праздничное застолье – это возможность для хозяйки проявить свои кулинарные способности, но Новый год требует более тщательной подготовки. Как порадовать Хозяина наступающего года?

Бык не привередлив в отношении еды и питается в основном растительной пищей. Поэтому специалисты сходятся во мнении, что для встречи 2021 года на новогодний стол нужно поставить много блюд, включающих крупы и зелень. Также символ года любит овощи и фрукты – поэтому смело можно готовить блюда с ними, например, утку с яблоками. Запекайте и тушите овощи, добавляйте их в салаты, готовьте

грибные блюда.

Нужно постараться использовать как можно больше натуральных продуктов, овощей и специй. На новогоднем столе можно разместить разные виды зелени.

Кроме этого хозяин года любит злаки. Поэтому на столе будут уместны различные каши и блюда, состоящие из них, например кровяная колбаса с гречкой или утка с яблоками. Также

в качестве гарнира подойдут: овощное рагу, запеченный картофель или другие овощи.

Что касается других блюд, то это трудолюбивое животное не откажется от сытной и полезной пищи любого происхождения. Это может быть мясо, приготовленное любым способом. Ему будет по нраву и рыба, причем, как речная, так и морская. Она может быть приготовлена также любым способом, начиная от варки и заканчивая выпеканием на гриле.

Понравятся Быку и блюда из птицы и дичи. Их можно отварить, протушить, зажарить, закоптить или запечь на

открытом огне.

Нравятся Быку и молочные продукты, особенно кисломолочные. Поэтому хозяйки могут смело ставить на новогодний стол всевозможные сыры, а лучше целую нарезку.

Что нельзя ставить на новогодний стол в год Быка?

Конечно, быку не понравятся блюда в состав которых входит говядина или телятина. Выбирая колбасу и мясо для новогоднего стола, тщательно изучите их состав. В них не должно содержаться телячье или говяжье мясо. Откажитесь лучше и от субпродуктов – печени, почек, сердца и др.

Наталья СЕЛИЧЕВА

**Государственная печать Южной Кореи**

**Государственная печать появилась в Корее еще в эпоху государств Силла (57 до н.э. - 935 н.э.) и Когуре (37 до н.э. - 668 н.э.). Она носила название «оксэ» - «нефритовая печать», т.к. была сделана из нефрита, по аналогии с печатями китайских правящих династий. Оксэ была высшим символом короля и государства.**

Позднее, уже в государстве Коре (918 - 1392), во время правления короля Конмина (1351-1374) возник



Последняя куксэ Чосона (при ване Коджоне)

термин «куксэ» - «государственная печать», который используется и по сей день.

Печать передавалась от короля своему приемнику как символ государственной власти. Только тот, кто обладал оксэ, мог претендовать на трон и считаться законным наследником и правителем. Причем зачастую способы получения печати были не так уж и важны. Ее можно было даже выкрасть и предъявить как право на трон (если прежний король позволил украсть у него усердно охраняемый символ власти, он считался более недостойным править страной). Таким образом, по сути, государственная печать являлась самым прямым символом королевской власти и обеспечивала ее законность. Вот почему во время восстаний или государственных переворотов завладеть королевской печатью становилось одной из самых важных целей.

Оксэ была также обязательным атрибутом государствен-

ных мероприятий и праздников, в которых участвовал король. Во время выездов правителя из дворца печать несли перед процессией как символ королевской власти. А во время приема иностранных делегаций наличие печати являлось символом доверия.

Во времена, когда Чосон был Цинским данником, официально государственная печать передавалась корейскому правителю китайским импера-

тором, однако она использовалась только для дипломатических целей. Такая печать называлась «кугин». Во всех остальных случаях использовалась своя внутренняя печать, изготавливаемая в Корее - «обо». С началом так называемого Движения за просвещение (1894) был положен конец многовековым вассальным отношениям с Китаем, после чего все печати кугин были признаны недействительными.

**Современная печать Республики Корея**

Через год после основания Республики Корея, в мае 1949 года, была изготовлена печать нового государства. Она имела надпись «Печать Республики Корея», сделанную иероглифами. В 1962 году ее заменила другая печать - с надписью уже на хангыле «대한민국» («Республика Корея»). Ее рукоятка была выполнена в виде черепахи - одного из символов долголетия. Эту куксэ использовали до конца 1998 года. Но ее пришлось заменить

в связи с изношенностью некоторых букв. Решено было одновременно видоизменить и рукоятку, и оттиск. Новая - третья - печать была изготовлена в начале 1999 года. При гравировке надписи использовали оригинальный шрифт, созданный еще Седжоном Великим одновременно с корейским алфавитом (1443) - «Хунмин Чоным», а рукоятку изобразили в виде феникса - символа мудрости.

В 2005 году на третьей государственной печати была обнаружена трещина. Был создан целый комитет по изготовлению новой куксэ, который сначала, опираясь на опросы общественного мнения, принял решение оставить надпись в стиле «Хунмин Чоным» и феникса на рукоятке, а затем приступил к выбору исполнителя. Новая печать была готова в 2008 году, однако через пару лет она была упразднена, когда изготовившего ее мастера обвинили в том, что кроме традиционных способов литья (как было заявлено) он использовал и некоторые современные наработки.

Сейчас используется пятая по счету печать, изготовленная в 2011



Куксэ Корейской империи (1907 г.)

году. На ее рукоятки два феникса поддерживают цветок мугунхва - официальный символ Южной Кореи. При ее создании был добавлен редкий материал иридий, который должен предотвратить появление микротрещин и обе-

спечить долговечность печати.

С точки зрения корейского менталитета печать должна быть не только прекрасным произведением искусства, но и нести в себе определенную философию и духовные ценности. Только в этом случае она будет обладать достаточным достоинством. Это выражается в декоративных элементах печати, гравировке, а главное - в том, кто и как именно изображен на рукоятке.

**Процесс изготовления печати**

Однако не только результат, но и сам процесс изготовления печати является уникальным. Он включает в себя каллиграфию, живопись, скульптуру, лепку, гравировку, работу с глиной и металлом, умение трактовать философию и многое другое. Технология изготовления печатей передается устно от мастера к преемнику. Чтобы стать мастером по изготовлению печатей, нужно провести в подмастерьях от нескольких лет до нескольких десятилетий!

**Как же создают куксэ?**

После того как утвержден макет и детали, мастер приступает к изготовлению печатей.

Это длительный процесс, требующий огромного труда, владения особыми секретами технологиями и определенного состояния души.

Весной собирают качественную глину, и особым образом из-

готавливают ее несколькими слоями заранее подготовленной глины. На протяжении всей осени и начала зимы ее сушат, и только с наступлением настоящей зимы приступают к обжигу. Во время обжига глина закаляется, а воск плавится и вытекает, образуя готовую форму для создания будущей печати. В получившуюся форму заливают расплавленное золото и изготавливают куксэ.

**Предметы церемониального сопровождения**

Термином «куксэ» называют не только саму печать, но и 16 предметов, составляющих ее церемониальное сопровождение. Только тогда, когда печать снабжена полным набором таких предметов, она приобретает статус государственной печати. Они имеют не только декоративную функцию, как можно было бы подумать, но и несут в себе задачу возвышать статус печати как символа государства. Каждый из этих предметов изготавливается лучшим мастером в соответствующем виде прикладного искусства.

Эти 16 предметов церемониального сопровождения - петля с декоративным узлом, которая прикрепляется к печати, ткань, в которую заворачивают печать, шнур, которым завязывают эту ткань, ларец, в котором хранится печать, столик, на который кладут печать, покрывало, которым накрывают столик, и т.д.

Так, петля с узлом, которая надевается

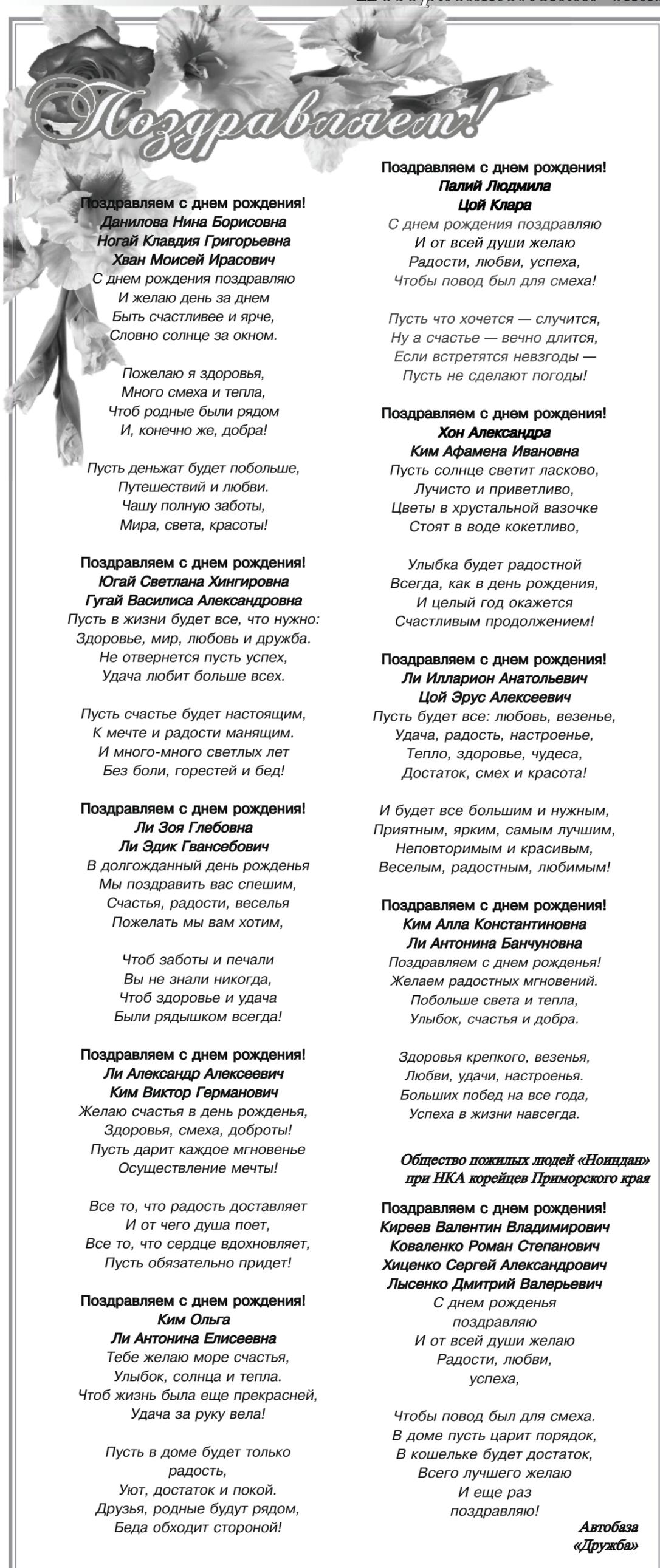
на запястье, чтобы печать случайно не выскользнула из руки, создана мастерицей по плетению узлов Ким Хи Чжин, которая посвятила всю свою жизнь плетению узлов и исследованиям этого уникального искусства. Когда к золотой печати прикрепляют петлю с массивным декоративным узлом, украшенным кистью, строгое достоинство печати дополняется красотой плавных изгибов плетеного шнура и обретает завершенность.

Два ларца, используемых для хранения печати, и один ларец, служащий хранилищем печати во время ее перевозки, являются результатом совместной работы нескольких мастеров, каждый из которых является лучшим в своей области. Поделив на этапы сложный и трудоемкий процесс создания ларцов, включающий в себя изготовление деревянной основы, окраску, нанесение декоративных элементов и многие другие, мастера вложили в работу всю душу, чтобы созданные ими ларцы внушали уважение к хранимой в них куксэ.

В соседних Китае и Японии с упадком системы королевской власти прервалась и традиция изготовления государственных печатей. В западных странах в качестве государственных печатей используют рельефные печати, отличающиеся от тех, что были в ходу в Азии. Таким образом, можно сказать, что на сегодняшний момент Корея является единственной в мире страной, которая обладает уникальной технологией изготовления традиционных восточных печатей.

Корея  
каждый день

## Поздравительная открытка



Поздравляем с днем рождения!

**Данилова Нина Борисовна  
Ногай Клавдия Григорьевна  
Хван Моисей Ирасович**

С днем рождения поздравляю  
И желаю день за днем  
Быть счастливее и ярче,  
Словно солнце за окном.

Пожелаю я здоровья,  
Много смеха и тепла,  
Чтоб родные были рядом  
И, конечно же, добра!

Пусть деньжат будет побольше,  
Путешествий и любви.  
Чашу полную заботы,  
Мира, света, красоты!

Поздравляем с днем рождения!

**Югай Светлана Хингировна  
Гугай Василиса Александровна**

Пусть в жизни будет все, что нужно:  
Здоровье, мир, любовь и дружба.  
Не отвернется пусть успех,  
Удача любит больше всех.

Пусть счастье будет настоящим,  
К мечте и радости манящим.  
И много-много светлых лет  
Без боли, горестей и бед!

Поздравляем с днем рождения!

**Ли Зоя Глебовна  
Ли Эдик Гвансегович**

В долгожданный день рожденья  
Мы поздравить вас спешим,  
Счастья, радости, веселья  
Пожелать мы вам хотим,

Чтоб заботы и печали  
Вы не знали никогда,  
Чтоб здоровье и удача  
Были рядышком всегда!

Поздравляем с днем рождения!

**Ли Александр Алексеевич  
Ким Виктор Германович**

Желаю счастья в день рожденья,  
Здоровья, смеха, доброты!  
Пусть дарит каждое мгновенье  
Осуществление мечты!

Все то, что радость доставляет  
И от чего душа поет,  
Все то, что сердце вдохновляет,  
Пусть обязательно придет!

Поздравляем с днем рождения!

**Ким Ольга**

**Ли Антонина Елисеевна**  
Тебе желаю море счастья,  
Улыбок, солнца и тепла.

Чтоб жизнь была еще прекрасней,  
Удача за руку вела!

Пусть в доме будет только  
радость,  
Уют, достаток и покой.  
Друзья, родные будут рядом,  
Беда обходит стороной!

Поздравляем с днем рождения!

**Палий Людмила  
Цой Клара**

С днем рождения поздравляю  
И от всей души желаю  
Радости, любви, успеха,  
Чтобы повод был для смеха!

Пусть что хочется — случится,  
Ну а счастье — вечно длится,  
Если встретятся невзгоды —  
Пусть не сделают погоды!

Поздравляем с днем рождения!

**Хон Александра  
Ким Афамена Ивановна**

Пусть солнце светит ласково,  
Лучисто и приветливо,  
Цветы в хрустальной вазочке  
Стоят в воде кокетливо,

Улыбка будет радостной  
Всегда, как в день рождения,  
И целый год окажется  
Счастливым продолжением!

Поздравляем с днем рождения!

**Ли Илларион Анатольевич  
Цой Эрус Алексеевич**

Пусть будет все: любовь, везенье,  
Удача, радость, настроенье,  
Тепло, здоровье, чудеса,  
Достаток, смех и красота!

И будет все большим и нужным,  
Приятным, ярким, самым лучшим,  
Неповторимым и красивым,  
Веселым, радостным, любимым!

Поздравляем с днем рождения!

**Ким Алла Константиновна  
Ли Антонина Банчуновна**

Поздравляем с днем рожденья!  
Желаем радостных мгновений.  
Побольше света и тепла,  
Улыбок, счастья и добра.

Здоровья крепкого, везенья,  
Любви, удачи, настроенья.  
Больших побед на все года,  
Успеха в жизни навсегда.

**Общество пожилых людей «Ноиндан»  
при НКА корейцев Приморского края**

Поздравляем с днем рождения!

**Киреев Валентин Владимирович  
Коваленко Роман Степанович  
Хиценко Сергей Александрович  
Лысенко Дмитрий Валерьевич**

С днем рожденья  
поздравляю  
И от всей души желаю  
Радости, любви,  
успеха,

Чтобы повод был для смеха.  
В доме пусть царит порядок,  
В кошельке будет достаток,  
Всего лучшего желаю  
И еще раз  
поздравляю!

Автобаза  
«Дружба»

Редакция газеты «Хоре синмун» от всей души поздравляет с юбилеем председателя НКА корейцев г. Уссурийска и Приморского края Ким Николая Пяк-Ноковича.

Пусть все мечты исполнятся,  
Пусть все желанья сбудутся,  
Пусть радости запомнятся,  
А горести забудутся.

Здоровье будет крепкое,  
В делах всегда согласие,  
Любовь навеки верная —  
Без ссор и разногласия.

Общество пожилых людей «Ноиндан» при Национально-культурной автономии корейцев Приморского края от всей души поздравляет с 70-летним юбилеем Ли Вадима Александровича.

Мы счастливы поздравить вас  
С прекрасной датой! С юбилеем!  
И пожелать хотим сейчас,  
Чтоб стало на душе теплее,

Чтобы забота и любовь  
Всегда вас в жизни окружали,  
Чтоб позитивом вновь и вновь,  
Вам сердце счастьем наполняли!

Общество пожилых людей «Ноиндан» при Национально-культурной автономии корейцев Приморского края от всей души поздравляет с 95-летним юбилеем Сон Николая Николаевича.

В чудесный праздник, юбилей,  
Все от души Вас поздравляют,  
Улыбки добрые друзей  
Пусть Вас сегодня окружают!

И будут светлыми года,  
И все исполнятся желанья!  
Здоровья, радости всегда,  
Счастливой жизни, процветанья!

Общество пожилых людей «Ноиндан» при Национально-культурной автономии корейцев Приморского края от всей души поздравляет с 70-летним юбилеем Ким Феликса Николаевича.

Юбилея славный день -  
Жизни новая ступень!  
Пусть удачи ожидают,  
Мудрость, опыт помогают

Новых целей достигать,  
Планы все осуществлять!  
Долголетия! Везенья!  
Праздничного настроения!

**Избыток соли в организме: чем грозит?**

**Многие, наверное, слышали такую фразу «соль — это белая смерть». Конечно, если употреблять ее в умеренных количествах, то она не несет никакого вреда здоровью. Хотя, как узнать эту норму?**

Большинство из нас каждый день употребляет соль. И мало кто умеет контролировать количество этой специи в своем рационе. В поваренной соли присутствует 60% натрия и 40% хлора. В одной чайной ложечке соли содержится примерно 2300 мг натрия, то есть практически суточная норма. Но статистика утверждает, что ежедневно мы как минимум вдвое превышаем эту дозу. А ведь переизбыток соли в организме может очень негативно

сказаться на здоровье. Необходимо обращать внимание на предупреждающие знаки, которыми организм сигнализирует нам о том, что мы потребляем слишком много соли.

**Отеки.** Если у вас отекают ноги и ступни, то можно быть практически уверенными, что это результат избыточного

отека. Такая неприятность может случиться с абсолютно любой частью тела, однако наиболее часто отеки появляются на лице, стопах и лодыжках, ногах и руках.

**Тяга к «солененькому».** Никогда не игнорируйте тягу к соленой пище, ведь именно так организм может предупредить о переизбытке в нем соли. Привыкнув есть слишком соленую

и мы снова испытываем жажду.

**Вздутие живота.** Это тоже следствие переизбытка натрия в организме. Дело в том, что при этом в тканях скапливается большое количество воды, из-за чего мы и чувствуем себя «раздутыми». При этом увеличивается нагрузка на сердце, ведь и объем циркулирующей крови тоже увеличивается.

**Сердцебиение учащается.** Повышенное давление, которое вызывает гипернатриемия (научное название для определения повышенного содержания соли), появляется из-за загустения крови, вызванного повышенным содержанием натрия. Это также заставляет сердце биться чаще, тем самым увеличивая нагрузку на него.

**Чувство дискомфорта в мышцах.** Также из-за переизбытка соли в организме могут болеть наши мышцы. Деятельность натрий-калиевого насоса и пропускных каналов в нервах должна быть безукоризненной, чтобы до наших мышц доходил импульс, и они работали исправно. Так как избыток соли сбивает эту тонкую настройку, мы можем чувствовать, как наши мышцы подергиваются.

Игнорирование этих симптомов приводит к дальнейшему увеличению количества соли в организме, а это, в свою очередь, чревато нарушениями функций ряда внутренних органов. Страдают почки, желудочно-кишечный тракт, костная ткань, сердечно-сосудистая система. Ухудшается состояние кожи. Практически неизбежно поражение суставов.

В большинстве случаев основной причиной чрезмерного содержания соли в организме становится несбалансированный рацион питания.

Однако есть и другие причины. Особое значение имеют:

- превалирование в рационе продуктов, содержащих большое количество хлорида натрия, или блюд, приготовленных из таких продуктов, в том числе фастфуда, полуфабри-

катов;

- привычка досаливать уже приготовленную пищу;

- употребление недостаточного количества чистой воды;

- некоторые заболевания почек и печени; генетическая предрасположенность;

- прием некоторых лекарственных препаратов, в частности, выводящих из организма воду.

**Как сократить количество потребляемой соли**

- Держитесь подальше от «соленой шестерки».

Согласно мнению Американской ассоциации диетологов, «соленая шестерка» — это самые опасные продукты, способные спровоцировать переизбыток натрия в организме. Туда входят хлеб и булочки, колбасы и вяленое мясо, бургеры (особенно из фастфуда), пицца, консервы и полуфабрикаты.

- Старайтесь готовить сами. Конечно, гораздо быстрее и удобнее пообедать в ресторане или заказать что-то из сервиса доставки, но такие блюда, как правило, представляют собой «скрытую угрозу». Вы

длит соль.

**Вывод**

Не увлекайтесь обработанной пищей. Это самый простой способ сократить употребление соли. Откажитесь от фастфуда и перейдите на свежие продукты. По некоторым данным, всего лишь 25% соли мы ежедневно берем из солонки, а оставшиеся 75% — из переработанной покупной еды. Проматривайте этикетки продуктов на предмет содержания натрия. Большинство людей, принимая решение о покупке, больше интересуются количеством калорий, массой, содержанием сахара и иногда наличием витаминов. Однако не менее важно и количество натрия. Дело в том, что некоторые продукты, которые внешне кажутся вполне здоровыми, на самом деле просто напичканы этим элементом.

Экспериментируйте с другими приправами. Соль — это не единственно возможный вариант. Вам может понравиться аромат свежесжатого лимонного или лаймового сока, винного или бальзамического уксуса. Можно также добавить в блюдо немного красного или черного перца. За-

мените поваренную соль более здоровым аналогом. Та столовая соль, которую мы добавляем в пищу, очень отличается от натуральной. Как правило, она сильно очищена. Здесь хлорид натрия присутствует в чистом виде (его более 97%). Оставшаяся часть — предотвращающие слипание агенты и различные абсорбенты. В то же время на рынке есть другие виды соли, более здоровые и с меньшим содержанием хлорида натрия.

Конечно, употребление огромного количества натрия не принесет пользы здоровью. Однако не стоит совсем отказываться от соли, достаточно лишь пользоваться ею умеренно.

Наталья СЕЛИЧЕВА



потребления соли. При увеличении уровня натрия организм начинает задерживать воду. Эта «лишняя» жидкость оседает в тканях, что внешне и проявляется в виде

пищу, вы можете другую еду воспринимать как пресную. И именно это может свидетельствовать о том, что ваш рацион уже «пересолен».

**Повышенное артериальное давление.** Соль сильно действует на почки, поэтому ваш организм удерживает большую часть потребляемой воды. Сохраненная таким образом вода и повышает кровяное давление, создавая дополнительную нагрузку на мозг, сердце, почки и артерии.

**Постоянное чувство жажды.** При потреблении чрезмерного количества натрия нарушается баланс жидкости в клетках. Таким образом натрий заставляет нас часто пить, ведь вода из клеток постоянно вытягивается в кровяные сосуды. Мозг же, получая сигнал об этом, делает выводы, что нам не хватает жидкости,



не следите за процессом приготовления и не знаете, сколько соли содержит то или иное блюдо. Если брать на работу еду, приготовленную дома, можно избежать неприятных сюрпризов.

- Экспериментируйте со специями. Если вкус еды кажется недостаточно ярким, не спешите добавить лишнюю щепотку соли или залить все соусом. Насыщенный вкус вашему блюду могут подарить различные приправы, в состав которых не вхо-

**Подписывайтесь на «Коре синмун», каталог «Почта России»**  
Стоимость подписки на 6 месяцев составляет 253,02 руб.

МИНИСТЕРСТВО СВЯЗИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Абонемент На газету журнал ПР916

**Коре синмун** (кореязычное издание) Количество комплектов

на 2021 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому

Левая сторона

ПВ (лицевая сторона) Доставка картонка ПР916

На газету журнал **Коре синмун** (кореязычное издание)

Сумма	подписки	руб.	коп.	кол-во комплектов
	квиткованная	руб.	коп.	
	нередактированная	руб.	коп.	

на 2021 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

почтовый индекс

код улицы

дом корпус квартира

Имя Фамилия И.О.

# Калейдоскоп

## Гороскоп на январь 2021

### Овен

Овнам без труда удастся организовать встречу с нужными людьми и произвести на них самое благоприятное впечатление. Связи, которые вы установите сейчас, окажутся очень полезными, поэтому сохраняйте контакты всех, с кем сведет вас судьба. События этого месяца наверняка порадуют вас.

### Телец

Сфера деловых интересов Тельцов в январе начнет стремительно меняться. Ключевыми словами, характеризующими процесс, можно назвать преобразование и прогрессивный рост. В это время Тельцы получают возможность научиться чему-то новому в рамках своей профессии и тут же опробовать приобретение.

### Близнецы

За чередой новогодних застолий Близнецы придут к прочному решению, что в жизни пора что-то менять. Смутное недовольство представителей вашего знака зодиака будет направлено на себя, на свой внутренний мир, характер внешних контактов и на собственный облик.

### Рак

Январь испытает Рака на прочность, подбрасывая одну проблему за другой, однако флегматичные представители данного знака сумеют не принимать это близко к сердцу. Тем более что к середине января проблемы рассосутся самым волшебным образом, а жизнь пойдет по накатанному сценарию.

### Лев

Начало года принесет Львам спокойную и размеренную жизнь. С одной стороны, представители данного знака не привыкли к такому затишью, однако не стоит придумывать себе лишние дела – жизненные силы еще потребуются вам в середине года. В карьере ожидается штиль.

### Дева

Если до сих пор не реализовали задуманные планы, которые вы давно проработали до мелочей, следующий год станет ключевым, но не со всех отношениях. Вам стоит подготовиться к неожиданным сюрпризам. Приятно будет ощущать себя «повелителем мира», ну или хотя бы своего личного маленького мирка!

### Весы

Для Весов следующий год — самый удачный, судя по гороскопу. Переход Сатурна и Юпитера подарит двойную энергию планет, что и усилит доброжелательность и сделает приятнее людей вокруг. Иногда придется надевать маску, но это не всегда плохо, по крайней мере, для Весов. Результат не разочарует.

### Скорпион

Гороскоп Скорпионов на 2021-й говорит о том, что результаты принятых решений будут неоднозначными. Однако Скорпионы будут энергичными, смелыми и решительными. Этот знак сможет твердо стоять на своем, зная, что результат оправдает себя. Эта решимость скажется на финансовой сфере и личных отношениях.

### Стрелец

Астрологи пророчат Стрельцам много сюрпризов в 2021-м. Удача, сопряженная с успехом, будет сопутствовать этому знаку. Особенно эти позитивные качества отразятся на образовании, сделав процесс обучения эффективнее и результативнее, говорится в гороскопе.

### Козерог

Козероги получат незабываемый и ценный опыт в 2021 году. Следующие 12 месяцев для Козерогов — время для самоанализа и большего понимания последствий своих действий, говорится в гороскопе. Перемены сильно повлияют на будущее этого знака. Мгновенные решения, которые примет Козерог, вызовут позитивный эффект.

### Водолей

Водолеям повезло: в 2021-м у него будет огромное количество нового опыта. Сначала, возможно, будет сложно и напряженно, даже вероятны определенные вызовы судьбы. Захочется срочно все изменить, но с резкими решениями спешить не стоит.

### Рыбы

Следующий год для Рыб неоднозначный. Результаты принятых решений будут двойными, говорится в гороскопе. Резких перемен ожидать не стоит, однако устойчивый прогресс будет наблюдаться. Нужно лишь подождать. В 2020 году Рыбы набрались важного опыта, поэтому в 2021-м эти навыки как бы материализуются в виде новых знакомств, путешествий и других приятных неожиданностей.

Ответы на сканворд в номере №11 от 19.11.2020 г.

			Г	С	П	З	
	М	А	Н	Г	О	О	Н
			Ё		В	А	Л
	Ф	У	Т	Б	О	Л	И
			З		К	И	С
	К			Д	Ы	Н	Я
Л	Ю	Б	Э		У		Е
	В		К	О	Ш	Е	Л
Д	Е	Б	Ю	Т		Ь	Н
	Т			С	Т	А	М
К	А	Н	Б	Е	Р	Р	А
		А		В	А	Н	
П	Л	Ё	С		П	О	Т
	Э	М	У				Е
	П		П	Р	Я	С	Л
С	Т	Е	Н	А		Г	Е
	О		И	Н	Д	И	Г
О	П	Е	К	А		Б	А

Джордж Вашингтон, Шерлок Холмс, Уильям Шекспир, Людвиг Ван Бетховен, Наполеон Бонапарт и Нерон — кто из них принципиально отличается от других?

Ответ: Шерлок Холмс - вымышленный персонаж

В отеле 7 этажей. На первом разместились 4 человека, на каждом последующем — на 2 человека больше, чем на предыдущем. На каком этаже отеля чаще всего вызывают лифт?

Ответ: На первом



## Детская улыбка



Демьяненко Анастасия



Демьяненко Миша



Демьяненко Дарья



Демьяненко Мария

Хотите увидеть вашего ребенка в рубрике «Детская улыбка»?

Присылайте фото на WhatsApp 8-924-324-27-85  
либо на почту: Sinmoon@mail.ru



@koresinmoon



www.primorkkc.ru

**КOREAN HOUSE**

**МЫ ОТКРЫЛИСЬ!**

**ВРЕМЯ РАБОТЫ:**  
**С 10:00 ДО 22:00**

**Телефон:**  
**8-924-137-61-31**

**Адрес: г. Уссурийск,**  
**ул. Амурская, 63**

**Корейский культурный центр**

*Вход со стороны*  
*ул. Кирова*