

**СР****СПРАВЕДЛИВАЯ  
РОССИЯ**

# ВРЕМЯ на Вятке СПРАВЕДЛИВОСТИ

Региональное отделение политической партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ в Кировской области

№ 10 (51) 25.10.2018

kirov.spravedlivo.ru **B** vk.com/sr\_43

Периодичность один раз в месяц

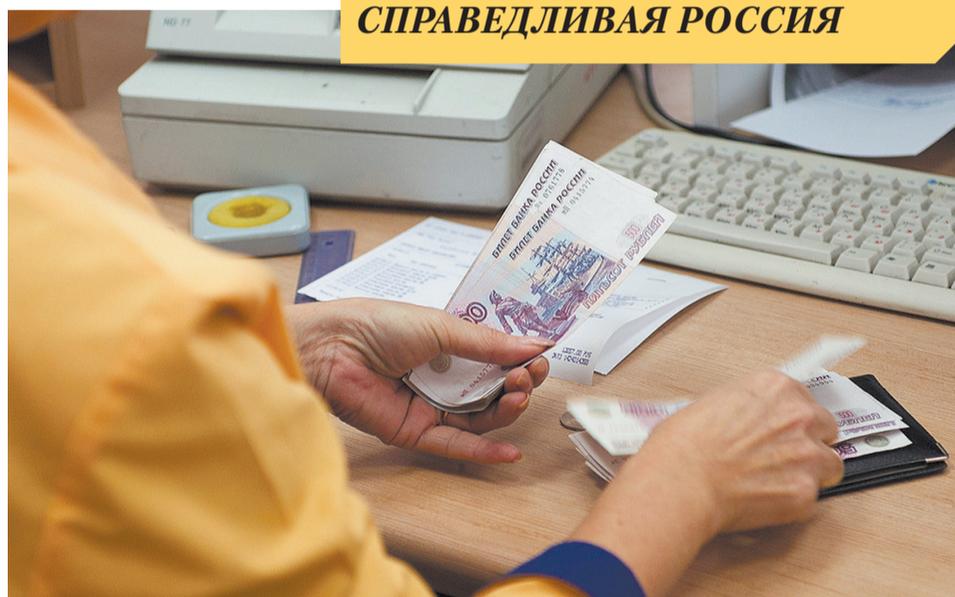
## Госдуме предложили повысить пособие по безработице для предпенсионеров

**Пакет законопроектов  
в парламент внесла  
СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ**

Закон о повышении пенсионного возраста еще не успел вступить в силу, а эксперты уже прогнозируют рост безработицы в стране. Сейчас в России зарегистрировано 650 тысяч безработных. И только за год пенсионная реформа выведет на биржу труда еще почти 1 млн. 200 тысяч человек.

– Мы понимаем, что работодателей, которые решат уволить работников предпенсионного возраста, не остановит даже уголовная ответственность. Есть много других путей для того, чтобы вынудить человека уволиться, создав ему невыносимые условия труда, – отметил депутат Государственной думы, автор законопроектов Вадим Белоусов.

В связи с этим Белоусов с коллегами предложили Государственной думе задуматься об улучшении условий получения пособия по безработице для людей предпенсионного возраста. В частности, речь идет об увеличении размера пособия, срока его выплат и о введении ежегодной индексации. В настоящее время минимальная величина пособия составляет 850 рублей, максимальная – 4900 рублей. Авторы документа предлагают увеличить его сразу до 8 тысяч рублей.



– При этом даже максимальный размер пособия в 4900 рублей – это чуть более половины от величины МРОТ и менее 47% от уровня прожиточного минимума. Он не изменялся и не индексировался с 2009 года. Конечно, предложенный нами размер пособия тоже недотягивает до прожиточного минимума, это 80% от него, и мы могли бы предложить коллегам по Думе большую цифру, но это был бы чистой воды популизм, потому что, учитывая позицию Минфина и наших коллег из «партии большинства», придется признавать, что социальные законопроекты проходят с большим скрипом. И даже у

такого законопроекта крайне велика вероятность его блокирования со стороны коллег, – продолжил Белоусов.

Депутат также отметил: по данным Счетной палаты, низкие размеры пособия приводят к тому, что число россиян, зарегистрированных в службе занятости, в общей численности безработных снижается. Из-за этого создаются дополнительные риски увеличения показателей скрытой безработицы.

Кроме этого, депутаты предлагают ввести ежегодную индексацию пособия и на год – с 24 до 36 месяцев – увеличить срок его выплаты.

**Киров – один из самых закредитованных городов России. Как живут люди, взявшие кредиты в МФО?**

**стр. 3**

**Невезучие маршруты. Почему муниципальные автоперевозчики теряют пассажиров и не станет ли отрасль банкротом?**

**стр. 4-5**

**Что делать, если вы разбили бутылку в супермаркете, и как обезопасить себя в магазине?**

**стр. 6****ЦИФРА НОМЕРА:****45%**

машин скорой помощи  
требуют замены  
из-за износа

**КОРОТКОЙ СТРОКОЙ**

**Дети будут  
платить алименты  
родителям**

Алименты родителям дети будут платить при достижении матерями возраста в 55 лет, а отцами – 60 лет. Так будет, если парламент одобрит поправки в Семейный кодекс, внесенные в Госдуму. Как уточняется в пояснительной записке к документу, согласно Семейному кодексу, трудоспособные совершеннолетние дети обязаны содержать своих нетрудоспособных, нуждающихся в помощи родителей и заботиться о них. Также на алименты могут претендовать супруги, в том числе разведенные, братья и сестры, бабушки и дедушки, мачехи и отчимы.

**В систему  
ИПК включат  
автоматически**

В предыдущем номере мы писали об инициативе Правительства РФ, согласно которой граждане сами будут копить себе на пенсию посредством индивидуального пенсионного капитала (ИПК). Однако на момент подготовки номера не было ясно, как будет происходить подключение в системе ИПК. Сейчас это стало известно – автоматически. По умолчанию размер взносов будет максимальным – 6%. Изменить размер отчислений с зарплат или вовсе отказаться от них можно будет написав соответствующее заявление.

# Вадим Белоусов: «Заказным перевозкам теперь нужна лицензия»

*Предполагается, что это позволит вывести из тени нелегальных перевозчиков*



Фото: bogorodskoe43.ru

16 октября Государственная дума приняла закон о лицензировании пассажирских автомобильных пере-

возок и освобождении перевозчиков, работающих по госконтракту, от НДС. Закон направлен на снижение из-

держек официальных перевозчиков, а также призван выравнять условия работы на рынке автомобильных

пассажирских перевозок. После вступления документа в силу лицензировать свою деятельность придется перевозчикам, работающим на микроавтобусах, имеющим более восьми (без учета водителя) посадочных мест и массой не более 3,5 тонны. Кроме того, такие микроавтобусы должны быть оснащены тахографами.

По словам депутата Госдумы Вадима Белоусова, закон в первую очередь направлен на вывод из тени нелегальных перевозчиков.

– В регионах многие этот законопроект ждали. Ситуация критическая не только в Кировской области. 63% автоперевозчиков России – убыточные, в том числе и из-за «серых» автоперевозчиков. При этом региональные власти часто жаловались, что закона, позволяющего им начать вести борьбу с нелегалами, нет. Ведь в каждом

районе тех, кто нелегально перевозит пассажиров, знают в лицо и по именам, знают номера и марки их машин. Но привлечь их к ответственности не позволяло законодательство: не было закона, регулирующего действия перевозок «по заказу». Теперь такой закон есть. Надеюсь, что дальнейшую работу по обеспечению качественного транспортного обслуживания населения подхватят и продолжат регионы. Тем более что задача «связать постоянными маршрутами каждый поселок, каждый населенный пункт региона» была поставлена президентом еще в прошлом году, – рассказал Вадим Белоусов.

Отметим, что после вступления закона в силу у перевозчиков будет четыре месяца на получение лицензии, а на оснащение транспортного средства тахографом – год.

## Бесперебойное водоснабжение вернулось в дома жителей деревни Греково Тужинского района

Еще совсем недавно вода в кранах домов жителей деревни Греково бежала не под должным давлением. Причина – устаревшая труба, из-за многочисленных прорывов которой вода до жителей доходила с перебоями, а насос, качавший её работал круглосуточно, «наматывая» огромные счета за электроэнергию. Улучшить ситуацию могло только устранение прорывов водопроводной трубы.

– Были многочисленные видимые прорывы трубы, из-за которых даже образовался небольшой водоем рядом с водонапорной башней. Это

уже не первый водопровод в районе, который мы совместно с главами поселений ремонтируем. Так, работы по замене трубы были проведены в селе Михайловское и деревне Масленская, реконструирован участок дороги в деревне Вынур. Мы со своей стороны оказываем помощь земляными работами, спецтехникой, – рассказывает руководитель местного отделения партии Алексей Чесноков.

За оказанную поддержку Алексей Анатольевич и местное отделение партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ получили благодарности от главы администрации Грековского сельского поселения Павла Васильевича Захарова, главы администрации Михайловского сельского поселения Евгения Валерьевича Оносова и главы администрации Пачинского сельского поселения Александра Анатольевича Игитова.

Отметим, что после ремонта водопроводной трубы в Греково, не только жители получили бесперебойное водоснабжение, но и заметно сократились общепоселковые расходы на электроэнергию.

*Помощь в ремонте аварийного водопровода оказали местное отделение партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ и его руководитель Алексей Чесноков*



## Кировский Центр справедливости добился квартиры для жительницы аварийного дома

В Центр защиты прав граждан СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ обратилась за помощью жительница пгт Опарино Кировской области Елена А. В 2012 году дом по ул. Железнодорожной, 38, в котором живет Елена по договору соцнайма, признали аварийным и подлежащим расселению.

Женщине должны были дать новое жилье, но решение этого вопроса затянулось на целых шесть лет. Все это время Елене приходилось снимать комнату. В итоге знакомые посоветовали ей обратиться за помощью в кировский Центр защиты прав граждан СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ.

Специалисты центра составили заявление в прокуратуру Кировской области с просьбой провести проверку и принять меры прокурорского воздействия. Буквально через месяц после подачи заявления в прокуратуру администрация пгт Опарино предоставила Елене А. однокомнатную квартиру по адресу: ул. Железнодорожная, 89. Договор социального найма уже оформлен, Елена прописалась в квартире и отпраздновала новоселье.

# «Пока жива, буду платить»

Герои этого материала берут кредиты на свадьбу, шубу и наборы для вышивки, а потом удаляют больные зубы, чтобы не платить за их лечение. Одни верят, что их спасет процедура банкротства, другие смирились с тем, что останутся должниками до самой смерти. Корреспондент издания «Сноб» отправился в Киров, город с самой высокой долговой нагрузкой в стране. Мы публикуем выдержки из его материала

## М – мечта

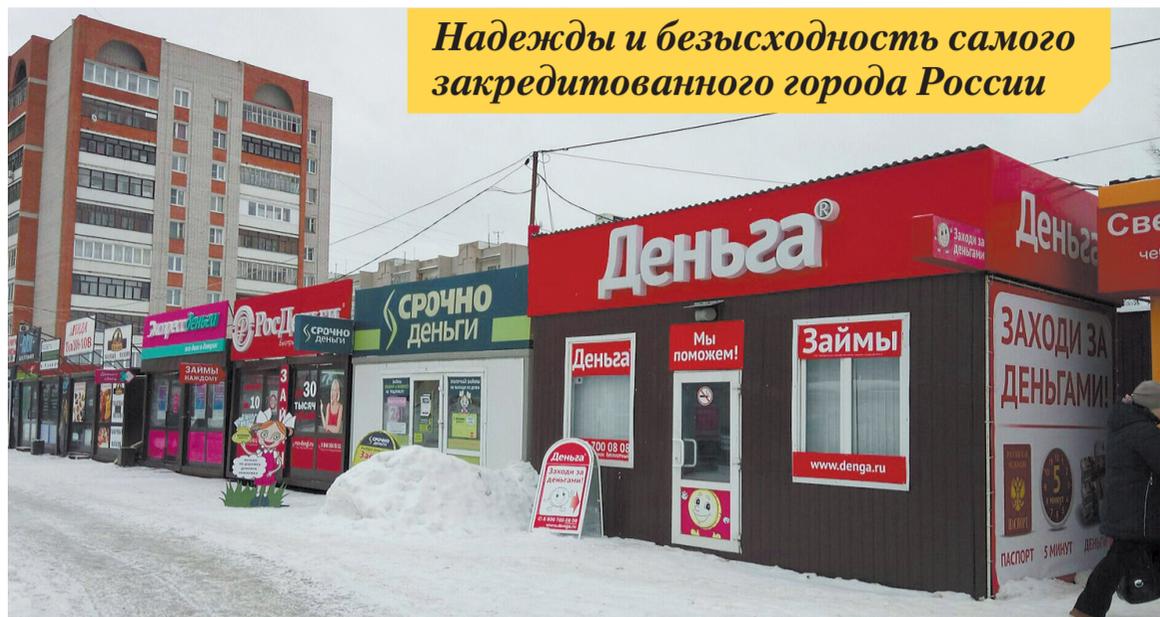
Сторож детского сада Павлов взял двадцатый по счету микрозайм в своей жизни – тысячу рублей – двумя красненькими «пяточками». Это заняло у него не больше семи минут: менеджер заполнил анкету, Павлов не глядя подписал ее, затем менеджер достал из маленького сейфа две купюры, прогнал их через сканер, положил в конверт и отдал сторожу. Павлов старался выглядеть сдержанным, скрыть радость: несмотря на то что это очередной заем, легкость, с которой удается получить одну пятую своей зарплаты за семь минут, он воспринимает как чудо. Вернуть деньги надо будет через месяц – в полтора раза больше.

Павлов выходит на улицу. За его спиной – огромный рекламный проспект, посвященный удобству микрозаймов. В пределах видимости – еще пять контор выдачи микрокредитов, два ломбарда и комиссия, тут же – сетевой магазин бытовой техники. В магазине несколько десятков телевизоров демонстрируют рекламу потребительского кредита на технику, стоимость которой начинается от двух здешних средних зарплат. «Люди хотят телевизор, а получают десять тыщ – как купить, если не в кредит?» – говорит продавец-консультант Виталий. За одну неделю, по его словам, телевизоры покупают пять-шесть человек.

Кредитные телевизоры люди потом несут в ломбард. За неделю с бытовой техникой приходит не менее десяти человек. Рассказывает сотрудница ломбарда Татьяна: «Да это порочный круг просто. Вот берет человек кредит на телевизор. Денег не хватает. Чтобы погасить очередной платеж, он берет заем. Начинаются долги, и он относит телевизор к нам».

## И – издержки

По данным Национального бюро кредитных историй, Киров находится на первом месте по уровню долговой нагрузки, то есть нигде в стране больше нет такого количества людей, отдающих половину своего дохода на выплаты по займам и кредитам. «Сфера микрокредитования превратилась в градообразующую», – говорит помощник руководителя одной из крупных микрофинансовых компаний города Сергей (имя



изменено по просьбе героя. – Прим. ред.).

Сергей начал работать в сфере микрозаймов пять лет назад. Тогда в Кирове произошел бум микрокредитов. «В 2013 году у нас в городе было зарегистрировано 167 компаний, которые выдают микрокредиты. А в Центральной России в среднем по регионам их было не более 30-ти. У нашего ЦУМа в одном угловом доме их было девять. Сейчас осталось четыре, но это по-прежнему очень много».

## К – кабала

Большинство офисов МФО находится в центре города, чаще всего они расположены в помещениях на первых этажах или в обшитых пластиком палатках. Одну из них офис МФО делит с магазином чая.

– Я уже пол-Кирова в лицо узнаю, – говорит сотрудница МФО Светлана. – Они все закредитованные, и мы им отказываем. Нам какой смысл им давать? Десять кредитов кто сможет отдать? А им какой смысл в такой ситуации брать, я вообще не понимаю!

– Я сейчас объясню, почему они набирают десять кредитов! – говорит продавщица чая. – У нас пенсия – 9 тысяч, а 7 отдаешь за квартиру. Вино не пьем, сигареты не курим. Я удивляюсь, когда пенсионеры курят!

## Р – родина

«Чаще всего в магазине нашем берут вино и водку, – говорит Алена, продавщица небольшого продуктового магазина в микрорайоне Вересники. – Что еще могут брать в магазине, который находится в таком районе? А за едой в «Магнит» ходят, там по акции можно купить и мясо, и овощи, пакетов набрать». В микрорайоне, состоящем из бараков 1950-х годов постройки, нет ни одного пункта выдачи микрозаймов, но большинство местных жителей, опрошенных «Снобом», имеют долги. Например, Алена пять лет назад взяла полмиллиона на свадьбу. До сих пор довольна – праздник получился хороший, с живой музыкой и необычными конкурсами.

Надежды и безысходность самого закредитованного города России

«Все так живут. Кто-то на свадьбу берет, кто-то – на похороны. Что еще в этой жизни-то есть? – говорит местная жительница Татьяна. – Река нас затопливает каждое лето, все бараки от этого сгнили. Вонь, сырость. Расселить обещают с 70-х годов, но, видимо, от своей малой родины мы никуда не денемся». Татьяна взяла кредит на похороны матери три года назад и не рассчиталась по нему до сих пор. И Алена, и Татьяна временно не платят по счетам. Первая – потому, что приставы арестовали счета их семьи из-за невыплат по кредитной карте, которой они с мужем стали пользоваться через несколько лет после свадьбы. У второй – просто нет денег, потому что нет работы. «Вот такая досталась жизнь – нищая, что я могу сделать? Все так живут вокруг, весь город, вся страна».

## О – отчаяние

Надежда и отчаяние сменяют друг друга в байках, которые пересказывают жители города, когда разговор заходит о кредитах.

«Полицейский из Омутнинска взял три кредита, по миллиону рублей каждый. Полицейским же легко дают кредиты. Так вот, он взял три этих кредита, сделал первый платеж, чтобы его не обвинили в мошенничестве, и скрылся в неизвестном направлении. С работы полицейский уволился. Нашли его в Подмосковье, где он на три этих миллиона купил квартиру. Естественно, предъявили иск – а у него ничего нет, работает официально на полставки и получает 6 тысяч рублей. После банкротства обязали платить 3 тысячи в месяц – по тысяче каждому банку. Хорошая ипотека?»

«Сотрудница из администрации Нагорска взяла заем на 10 тысяч рублей. Отдавать его ей было нечем. Она взяла еще 20 тысяч, чтобы покрыть предыдущий долг. И так более 20 раз она брала займы, пока проценты наконец не достигли суммы в полмиллиона рублей».

Кажется, в регионе должны все: полицейские, чиновники, даже телезвезды. Кировские судебные приставы ищут иму-

щество участника «Дома-2» Даниила Гухмана, который разыскивается за невыплаченные кредиты и займы в размере 74 тысяч рублей». Заметка под заголовком «На миру и смерть красна» вышла на сайте местного управления судебных приставов в мае этого года. Данных о том, что кредит выплачен, нет.

## З – зубы

Жительнице Кирова Ольге около 40 лет, она зарабатывает тем, что продает картины, вышитые бисером. Несколько лет назад у нее был долг в полмиллиона: поочередно взяла несколько кредитов – около 200 тысяч потратила на шубу и на вышивки, на что ушли остальные 300 тысяч, объяснить не может. «Я жила от кредита до займа, от займа до кредита, и в какой-то момент это выглядело так: денег у меня еще нет, а я уже поделила, куда и что я отдаю, – рассказывает она. – В какой-то момент о долгах узнал муж. Была страшная ссора, мы долго думали, что делать. В итоге я подала на банкротство и плачу каждый месяц несколько тысяч рублей. Если все будет хорошо, то банк спишет мой долг: получать тысячу рублей ежемесячно, вложив в обеспечение кредита 100 тысяч, ему невыгодно».

Подруге Ольги лифтеру Наталье 65 лет, у нее два кредита – на полмиллиона рублей. Все ее имущество – сережки, подаренные матерью, и разваливающийся двухсотлетний дом в пригороде Кирова. «Больше у меня ничего нет. Кофта, которая сейчас на мне, досталась от соседки – та помирала и отдала мне ее. Штаны – дочь ее помирала, тоже отдала. Да ничего живем, на самом деле!» – смеется Наталья, демонстрируя отсутствие, как минимум, десяти передних зубов. – А зубы я пошла вырвала, потому что болели. Лечить-то не на что!»

## А – антиколлектор

Офис кировчанина Андрея Садкова, 25-летнего владельца юридической фирмы, которая помогает должникам с проблемными займами, расположен в такой же крошечной комнатке, как и типичный офис МФО. У

Садкова – сеть таких офисов по всему Поволжью. За четыре года работы Садков и его сотрудники помогли 638 должникам – с них списали штрафы, начисленные кредиторами.

«Я думаю, что главная причина, почему эти люди берут займы, – это полное непонимание того, как работает система, – говорит Садков. – Коллекторы присылают им венки, обклеивают подъезды листовками с изображением крысы или присылают эсмэски с угрозами, нарочно неграмотно написанные, чтобы казалось, что их написали какие-нибудь кавказцы».

## Й – йога

Лифтер Наталья не любит антиколлекторов, считает, что именно их советы привели к такому громадному долгу. Наталья в принципе не рассчитывает на чью бы то ни было помощь и надеется выплатить как можно больше денег до момента, когда умрет, чтобы детям не пришлось собирать деньги на ее похороны.

Сын Натальи уехал в Челябинск в поисках лучшей жизни. «Они с женой взяли квартиру в ипотеку здесь, в Кирове. Платить стало нечем, и он уехал на заработки. Год, второй в отлучке, жена здесь – и отношения у них разладились. Но сын поступил по-мужски: отдал квартиру ей и по-прежнему платит за нее».

Дочь Натальи одна растит ребенка и не работает. Семь лет она была замужем, но недавно ее мужа посадили на четырнадцать лет. «Оказалось, что он всю жизнь был грабителем и ни дня не работал. Мы и не знали». Наталья старается помогать дочери как может и надеется, что ее муж не вернется.

«Я стала уже мудрая, как эти – то ли баптисты, то ли йоги, которые верят, что лучше вообще не рождаться (имеется в виду буддизм. – Прим. ред.). Я вот родила двоих детей. Ни за что бы не стала их рожать, если бы знала, что будет такая жизнь, ни за что!»

## М – мечта

Сторож Павлов сидит на скамейке и ждет автобус. Он довольно жмурится на августовском солнце. Павлов уже разменял одну «пяточку» в ближайшем «Магните»: купил пельменей, яблок и чекушку водки – со скидкой, по акции. Он делает глоток, смачно закусывает яблоком и говорит: «Я ведь о доме мечтаю. Иногда во сне его даже вижу. Двухэтажный! С балконом», – он закрывает глаза, очевидно представляя, каким будет дом. Молчит с минуту. Не зная, что еще сказать, но не желая протаться с этой темой, он повторяет: «Балкон – это да! С балконом было бы ну просто охереть – не встать! Вот если бы в лотерею какую-нибудь выиграть, вырваться из всех этих кредитов и никогда больше не брать их! Зажил бы», – говорит сторож и делает еще один глоток.

У него впереди 30 дней, чтобы расплатиться.

По материалам snob.ru.

# Невезучие маршруты

**За последние четыре года пассажиропоток муниципальной Краснополянской автоколонны снизился на 43%. Предприятие погрязло в долгах. Серьёзные убытки несут и автоколонны ещё, как минимум, в 11 районах области. Они не способны выдерживать конкуренцию с частными перевозчиками и всё больше проигрывают им в борьбе за клиента. Выживет ли отрасль и не окажется ли регион без транспортного сообщения, разбираемся в материале**

## По уши в долгах

Александр Панагушин – четвёртый директор ООО «Краснополянская автоколонна». Из двенадцати лет существования этого предприятия за спасение пассажирских перевозок в Вятскополянском районе он борется семь. Панагушин – «долгожитель» на этой должности.

– Предприятие было рентабельным, была возможность брать кредиты на обновление автопарка. Четыре автобуса сумели на капитальный ремонт в Павлово отправить, до сих пор они на этом ресурсе ходят, – отмечает Александр Панагушин.

Сейчас позволить такую роскошь, как полноценный ремонт, Панагушин не может. «Пазики» медленно выхаживают свой ресурс, а об обновлении автопарка он даже не думает: денег-то все равно нет. Эти бы не развалились, и ладно.

– На сегодняшний день нет ни одного прибыльного маршрута. Аванс кое-как ещё наскребу, а дальше что? Долг по ГСМ – и так запрашивают уже под честное слово, – с сожалением продолжает Александр Анатольевич.

Ситуация с топливом критическая. Долг Краснополянской автоколонны за топливо превышает 4,3 миллиона рублей. Устав ждать, поставщик – ООО «Уржумнефтепродукт» – подал заявление в Арбитражный суд Кировской области.

– Совокупный долг перед нами у Вятскополянского, Лебяжского и Уржумского районов – более шести миллионов рублей. По Уржуму и Лебяжью уже есть судебные приказы. По Вятским Полянам – суд 25 октября. После этого возможны два варианта: либо район решает вопрос с финансами, в том числе – с помощью области, либо арестовывают имущество и выставляют на торги, потому что деньги возвращать надо, – говорит Александр Барабанов, управляющий ООО «Уржумнефтепродукт».

## Сократили вдвое

Краснополянская автоколонна – крупнейшее в Вятскополянском районе муниципальное предприятие, осуществляющее пассажирские автоперевозки внутри района. Созданное в 2006 году, вместе с Вятскополянской автоколонной № 1322 осуществляло перевозку пассажиров: автоколонна № 1322 – в самих Вятских Полянах и на правом берегу реки Вятки, Краснополянская – на левом. С вводом в 2007 году в эксплуатацию моста через Вятку Краснополянская автоколонна, увеличив число

маршрутов до шестнадцати, связала прочной маршрутной сетью право- и левобережье.

Она «закрыла» внутрирайонные направления: Вятские Поляны – Красная Поляна, Красная Поляна – Сосновка и Вятские Поляны – Сосновка, а также связала районный центр со всеми центральными населёнными пунктами.

Но даже, казалось бы, большой объём рынка, который, по логике, должен стать причиной высокого пассажиропотока, не спас Краснополянскую автоколонну от сокращений. С вступлением в силу 1 марта 2015 года постановления регионального правительства от 30.12.2014 года № 19/273 «О льготном проезде отдельных категорий граждан, проживающих на территории Кировской области» пассажиропоток (состоящий главным образом из пассажиров-льготников) стал катастрофически падать: постановление ввело принцип нуждаемости, согласно которому льготы на транспорт полагаются только тем, чей доход ниже 1,5 величины прожиточного минимума в Кировской области (в настоящее время – 16 тысяч 744 рубля).

– Началось убийство официальных автоперевозчиков. 48% пассажиропотока у нас сразу ушло на такси. С шестнадцати маршрутов мы перешли на тринадцать, в 2016-м – на девять. Сейчас ведем расчёты, чтобы сократить до семи маршрутов, – признаётся Александр Панагушин.

## Корень зла

В 2014 году число льготников в общем пассажиропотоке Краснополянской автоколонны было около половины. В 2017-м оно упало до 19%, а по основным направлениям (Вятские Поляны – Красная Поляна, Вятские Поляны – Сосновка, Красная Поляна – Сосновка) и вовсе до 15%.

С 2014 года среднемесячное число перевезённых пассажиров-льготников снизилось к 2017 году на 73%, причем основное снижение – в 35% – произошло в первый год действия постановления № 19/273, остальные пришлось на последующие три года. По основным направлениям число пассажиров-льготников и вовсе упало на 81% за четыре года, при том что общий пассажиропоток снизился на 43%. В 2017-м Краснополянская автоколонна потеряла 6% пассажиров в сравнении с данными 2016 года.

Печальную статистику в министерстве транспорта региона подтверждают. Однако чинов-

ничья статистика не так плачевна: минус 3% пассажиров в 2017 году в сравнении с 2016-м.

– Основными причинами снижения пассажиропотока являются высокая стоимость проезда в общественном транспорте, сокращение количества граждан, имеющих право на льготный проезд, с учетом критерия нуждаемости, – сообщил в своём докладе министр транспорта Михаил Поршнев ещё в апреле.

Правда, от того, что в минтрансе осознали проблему, самим перевозчикам легче не

ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления», возложены полномочия по организации автомобильных пассажирских перевозок – самостоятельно решить не может. А область, которой это, в общем-то, под силу, – может, но скорее не хочет.

– Мы пытались в свое время ввести льготы на уровне района, но Бюджетный кодекс запрещает вводить их, если дотационность выше 20%. Пассажироперевозки, по большому счёту, не являются бизнесом в нашей



стало: никаких действий, направленных на её «расширение», за этим заявлением не последовало. Подсчитывать убытки от своей деятельности продолжают муниципальные автотранспортные предприятия Малмыжского, Пижанского, Орловского, Мурашинского, Лебяжского, Подосиновского, Уржумского районов, еще в четырёх районах – Кикнурском, Яранском, Санчурском, Омутнинском – и вовсе находятся в стадии ликвидации.

«Потеря этой категории граждан привела к значительному увеличению убытков по результатам деятельности предприятия ООО «Краснополянская автоколонна»: с 650 тысяч рублей за 2014 год до 2,5 миллиона рублей за 2016 год», – говорится в письме Игоря Трифонова, главы Вятскополянского района в 2011 – 2018 годах, на имя губернатора Васильева от ноября 2017 года.

## Спасение утопающих – дело рук...

Александр Панагушин уверен: именно отмена льгот для населения, а ещё засилье таксистов-нелегалов – корень всех бед. Ни ту, ни другую проблему муниципалитет – а именно на район, согласно Закону № 131-

ситуации. Это что-то между социальной услугой и бизнесом. Чтобы это было бизнесом, нужны хорошие дороги, хороший тариф, хорошие объёмы, а когда везешь два-три человека за 50 километров, это очень сложно назвать бизнесом. Условия работы для всех должны быть одинаковые, – рассуждает Игорь Трифонов.

Не сумев ввести льготы на районном уровне, Трифонов обратился к главе региона с просьбой всё-таки рассмотреть этот вопрос на уровне областном. Но вместо введения льгот в региональном правительстве порекомендовали муниципальным властям разбираться с проблемой самостоятельно.

«В целях обеспечения стабильного функционирования транспортной отрасли, сохранения доступности транспортных услуг для пассажиров, а также стабилизации финансово-хозяйственной деятельности предприятий автомобильного транспорта предлагаем органу местного самоуправления проработать вопрос о возможности формирования технического задания таким образом, чтобы отрицательный результат работы на маршрутах, не обеспеченных устойчивым пассажиропотоком, покрывался прибылью от маршрутов, пользующихся спросом у населения», – значит в письме

первого заместителя председателя правительства области Александра Чурина.

Конечно, до отмены льгот муниципальный перевозчик так и поступал. А где сейчас взять эти маршруты, пользующиеся спросом у населения? Если три самых выгодных направления забрали нелегалы – и муниципальный перевозчик вынужден переориентироваться на малые населённые пункты, на которых количество пассажиров не покрывает даже базовые затраты, не говоря о прибыли.

– С одной только Сосновки с утра таксисты увозят 27 человек – почти целый автобус. Они ведь идут по нашему расписанию, за пять минут до нашего автобуса, собирают пассажиров и везут по той же цене, что и мы. А я должен, получается, одного кондуктора туда-сюда катать. В

результате я вынужден убирать все холостые рейсы, где таксисты нас поджимают, – сокрушается Александр Панагушин. – В конце августа все таксисты в отпуск у нас уезжали, у меня выручка с 40 – 50 тысяч поднялась до 85-ти. Представляете – в два раза!

Сильный удар наносят нелегалы и по крупным игрокам рынка.

– По нашим подсчетам, от действий нелегальных перевозчиков мы теряем пять миллионов в месяц недополученной выручки, и это только от тех перевозчиков, что я знаю и смог посчитать. В год – порядка 70 миллионов, – признался в эфире радио «Эхо Москвы» в Кирове» Денис Пырлог, директор ОАО «КировПассажирАвтотранс» – крупнейшего в регионе перевозчика.

## Между молотом и наковальней

В более выгодном, чем легальные перевозчики, положении таксисты оказываются не только на дороге. Законодательство регулирует деятельность официальных автоперевозчиков, соответственно и требования к ним выше, и внимание надзорных органов пристальнее. А нелегалы... «Закона такого нет, чтобы их наказать», – говорит Панагушин. При этом затраты на обеспече-

ние собственной деятельности различаются в разы.

Кроме оплаты ГСМ, амортизации, запчастей, официальные перевозчики выплачивают зарплату сотрудникам (водителям, кондукторам, механикам, бухгалтеру, диспетчеру и т.д.), платят налоги, штрафы, оплачивают услуги ЖКХ и т.д. Чтобы покрыть эти расходы и позволить формировать прибыль, установлена цена одного пассажирокилометра, из которой вычитывается стоимость проезда пассажира. Для Кировской области она составляет 3,51 рубля, но существующих издержек (стоимость того же бензина за последний год увеличилась на четыре рубля, а дизтоплива – на пять рублей за литр) уже не покрывает, и перевозчики заговорили о необходимости повышения тарифа до 5,03 рубля. Краснополянская автоколонна до сих пор работает по старому тарифу – 2,74 рубля за километр. Подняв цену, рискуя тем самым растерять оставшихся пассажиров, перевозчик не может.

– Если мы поднимем (тариф), то нелегальные перевозчики будут очень рады, – говорит Александр Панагушин. – Если сейчас до Вятских Полян, – а я и так убрал две остановки, чтоб дешевле было, – билет стоит примерно 56 рублей, то с учётом повышения будет рублей 70. Но тогда у меня последний пассажир уйдет. А частники будут радоваться, что я поднял цену, и за нашу же цену будут возить.

Покрывать убыточные рейсы за счёт прибыльных, как советуют в правительстве области, тоже не получается. Хотя еще несколько лет назад в автоколонне так и поступали: за счет прибыльных маршрутов перевозчик мог осуществлять бесперебойное автобусное сообщение с отдаленными деревнями и поселками, куда автобусы ходят полупустые.

– Оставляем за собой только деревни, в которые таксисты не ездят, так как они в принципе в деревни не ездят, только в Соновку и Красную Поляну, потому что тут дороги хорошие, а по плохим дорогам они ездить не хотят, чтоб машины не портыть, – возмущается Панагушин. – Пока для нас это выход: снижая количество маршрутов, мы не снижаем прибыль (ее и так на этих маршрутах не осталось), а снижаем издержки. Мне вот люди жалуются: «Я хоть и один, но вы должны меня возить». Ни один коммерсант так работать не будет. Если ты ему полностью машину не оплатишь – не поедет. А мы работаем строго по расписанию. Даже если нет пассажиров, всё равно едем.

## Одна надежда

В правительстве региона о нелегалах знают, но, как бороться с ними, пока не придумали, разве что рейдами да проверками. В 2017 году министерство транспорта вместе с ГИБДД провело 23 совместных контрольных мероприятия по выявлению нелегалов. Было возбуждено 51 административное дело на сумму более 200 тысяч рублей. Впрочем, реального эффекта от этой меры пока не наблюдается:

**«Глава района, если, к примеру, завтра остановится автоколонна, наверное, к вечеру будет уже в прокуратуре сидеть – и давать пояснения о причинах нарушения Закона № 131-ФЗ – или прокурор у него».**

Игорь Трифонов, глава Вятскополянского района в 2011 – 2018 гг.

сегодня таксист заплатил штраф, а завтра снова вышел на линию, поэтому в региональном минтрансе больше уповают на коллег-федералов.

– Есть проблема в федеральном законодательстве, касающемся лицензирования заказных перевозок. На регулируемые маршруты выходят частники, которые позиционируют себя как заказные перевозчики и забирают часть пассажиропотока. У них меньше штрафы, они не обязаны проходить медосмотры и техосмотры, получать транспортные карты. Конкуренция не в пользу легальных перевозчиков. Без изменений в законодательстве ситуацию не решить, – пояснил свою позицию министр транспорта Кировской области Михаил Поршнев в сентябрьском интервью порталу «Свойкировский.рф».

Скоро такой проблемы не будет: 16 октября Государственная дума приняла закон о лицензировании заказных перевозок в автомобильном транспорте, имеющем более восьми мест и весом до 3,5 тонны. Кроме лицензии, микроавтобусы должны будут иметь тахограф. Поводом для такого поспешного принятия документа стала страшная авария, произошедшая в октябре в Тверской области: в результате столкновения рейсового автобуса и частной маршрутки погибли 13 человек. Тогда обеспокоенность ростом числа жертв с участием автобусов выразил Владимир Путин.

Отметим, до 2011 года в России уже существовала система лицензирования заказных пассажирских перевозок автомобильным транспортом, имеющим более восьми посадочных мест. Но тогда Госдума, сочтя излишнюю бюрократию для получения лицензии фактором, негативно влияющим на развитие малого бизнеса, отменила её.

## Кошельки сдуваются

Но только лицензированием заказных перевозчиков и отменой НДС для официальных перевозчиков – такой законопроект также 16 октября приняла Госдума – ситуацию не решить. Нужен комплексный подход, уверены наши собеседники, и одна из действенных мер на уровне региона – возвращение льгот.

Математика тут проста. Человек, имеющий льготу, оплачивает часть проезда, оставшиеся деньги перевозчику перечисляются из средств регионального бюджета, если пассажир имел региональную льготу, если федеральную – из федерального бюджета. Естественно, что, имея возможность сэкономить на проезде, пусть даже установленные 30%, пассажир предпочитал муниципальный автобус. После введения критерия нуждаемости число получателей льгот сократилось в разы, а лишившиеся льгот люди стали пользоваться более удобным и более быстрым видом транспорта – маршрутными такси. Со снижением числа льготников снизилась и сумма, перечисляемая перевозчикам в счёт компенсации недополученных доходов за перевозку льготных категорий граждан. Так, на 2018 год на эти цели запланирована сумма в размере всего 79,2 миллиона рублей при требующихся 126,1 миллиона. Тогда как в 2017 году на поддержку перевозчиков удалось выделить 97,9 миллиона рублей.

– У меня, как финансиста, вопрос: на основании чего мы должны выделять субсидии хозяйствующим предприятиям

из областного бюджета? Это не бюджетные учреждения. Им выделяются средства из бюджета только на основании каких-то решений. Я напомним, что все акты перевозки регулируются тарифами, которые перевозчики «защищают» в региональной службе по тарифам. Эти тарифы экономически обоснованы, то есть они покрывают все затраты предприятий. На каком основании бюджет должен компенсировать расходы? – задан вопрос на заседании комитета по транспорту ОЗС министр финансов Кировской области Лариса Маковеева.

Сторонники же возврата льгот говорят, что деньги есть, надо только научиться правильно их расходовать. Например, в соседней Удмуртии на поддержку автотранспорта в 2018 году выделен 151 миллион рублей, в Коми – 197 миллионов, в Костромской области – 130,4 миллиона рублей.

При этом против легальных перевозчиков в регионе работают не только рынок и отсутствие льготников, но и контролирующая и надзорные органы.

– Когда мы активизировали работы по финансированию нашей автоколонны, на нас пошли жалобы. Как потом выяснилось, жаловались нелегальные перевозчики. В отношении предприятия был проведён комплекс проверок со стороны ГИБДД, Рострудинспекции и Ространснадзора. Общая сумма штрафов превысила 200 тысяч рублей на маленькое предприятие. Занимаемся самоучителем. Наши надзорные органы превратились в репрессивные, – заявил глава Лебяжского района Александр Демшин на заседании профильного комитета ОЗС в апреле.

## А как у них?

Сегодня Кировская область явно уступает многим регионам по уровню социальной поддержки населения. Так и не научившись пополнять бюджет путём

на проезд. В столице пенсионеры – обладатели социальной карты москвича и вовсе могут бесплатно передвигаться по городу на общественном транспорте, а с недавнего времени такую возможность получили и жители Подмосковья.

Если говорить о межмуниципальных перевозках, то, к примеру, стоимость билета по маршруту Саратов – Энгельс, расстоянием порядка 20 километров, составляет всего 26 рублей. Стоимость пассажирокилометра в Калининградской области – 2,5 рубля, в Старом Осколе – 2,2 рубля, в Карелии – 3,4 рубля, в Тамбовской области – 2 рубля. При этом не всегда власти идут по пути предоставления льгот, стремясь сделать проезд в общественном транспорте доступным всем. Так поступили в Севастополе: в 2018 году проезд в общественном транспорте города снизился с 20 до 15 рублей, а стоимость пассажирокилометра – до 1,5 рубля.

## Автобус – в каждый посёлок

Несмотря на кропотливую работу отдельных регионов по повышению доступности автомобильных пассажироперевозок и улучшению их качества, в целом по стране ситуация выглядит безрадостной. Как отметил президент Владимир Путин в ходе заседания Президиума Госсовета, проходившего в сентябре прошлого года в Ульяновске, по итогам 2016 года 63% крупных и средних автоперевозчиков являются убыточными. Тенденция сохраняется еще с советских вре-

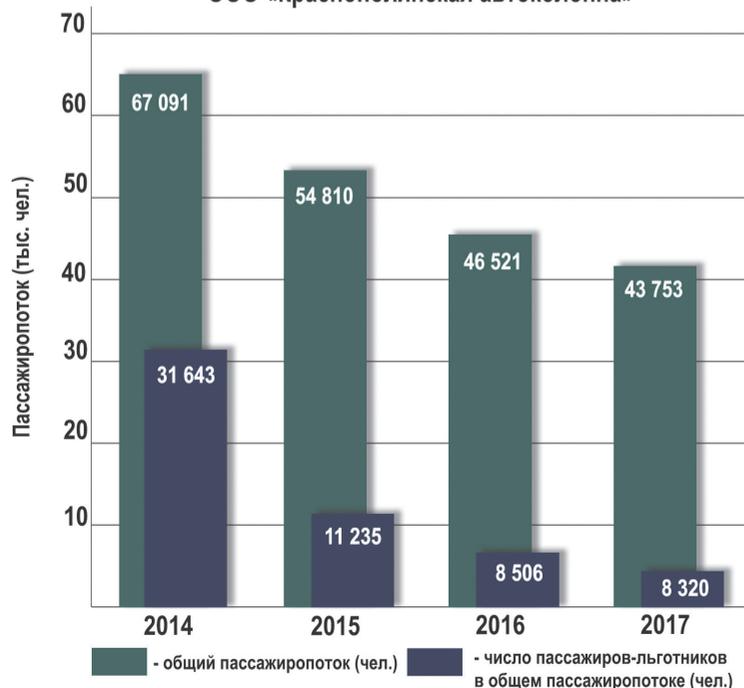
– Каждый субъект Федерации, исходя из собственных возможностей и особенностей, по-своему решает задачи развития общественного транспорта, при этом часто действия региональных и муниципальных властей, к сожалению, не согласуются. В результате в некоторые отдалённые населённые пункты на общественном транспорте не добраться вообще: нет регулярных рейсов. А где-то происходит дублирование маршрутов либо процветает «серый» бизнес. Всё это создаёт неудобства для людей и снижает эффективность работы транспортных компаний, – отметил президент.

В своем выступлении Путин дал четко понять: внутри- и межмуниципальные перевозки нужно не просто сохранять – развивать, чтобы «связать постоянными маршрутами каждый посёлок, каждый населённый пункт региона». И не просто связать, а обеспечить безопасность и комфорт пассажиров, а еще – пешую доступность до остановок. Однако кировские власти сигнал этот то ли не услышали, то ли пропустили мимо ушей. В регионе до сих пор не разработан и не принят план комплексного обслуживания населения. Да что там не принят. По словам одного из наших спикеров, о нём в региональном минтрансе даже не слышали.

Ксения КРЕСТОВСКАЯ.

**За четыре года число пассажиров-льготников на автобусах Краснополянской автоколонны снизилось на 81%.**

Динамика показателей среднемесячного пассажиропотока ООО «Краснополянская автоколонна»



развития экономики, область продолжает оптимизировать расходы за счёт ущемления прав собственных жителей, убеждая их в том, что данная тенденция схожа во многих регионах. Однако нам видится в этом некоторое лукавство региональных властей.

Так, в Орловской области, как сообщает портал Igoty-vsem.ru, идя по пути монетизации льгот, всё-таки нашли компромиссный вариант, устроивший и местные власти, и жителей: льготники здесь могут проехать на общественном транспорте бесплатно 20 раз в месяц, в Костроме – 50 раз в месяц. В Калининградской области проездной на месяц на все виды общественного транспорта для граждан старше 80 лет стоит всего 100 рублей. В Перми льготникам при покупке проездного на 60, 90 или 120 поездок в месяц предоставляется 40-процентная скидка

# Как защитить свои права в супермаркете?

Как вести себя в наиболее спорных ситуациях

## Вы разбили товар

Вы идёте по проходу между рядами с товаром и задеваете бутылку оливкового масла сумкой или бутылку с алкоголем, которые часто стоят в центре зала. Сосуд падает и разбивается. Сотрудник магазина говорит, что вы обязаны заплатить за испорченный товар.

Согласно ст. 211 Гражданского кодекса РФ (далее – ГК РФ), риск случайной гибели или повреждения имущества несёт его собственник – то есть магазин. Поэтому, пока вы не оплатили товар, вы ничего магазину не должны.

Но это только в том случае, если вы разбили что-то случайно. Случайное повреждение и повреждение по неосторожности – не одно и то же. Когда вы не рассчитали свои силы, набрали в руки слишком много бутылок и одна выскользнула на кафельный пол – это полностью ваша вина. За испорченный товар придётся заплатить. И тем более справедливим будет требование магазина компенсировать ущерб, когда вы разбили что-то намеренно.

Если вы думаете, что не виноваты, магазин может потребовать возмещения ущерба через суд. Но задерживать вас в супермаркете не имеют права. Если такое происходит, вызывайте полицию.

## Ваш ребёнок разбил товар

Согласно ст. 63 Семейного кодекса РФ, родители обязаны следить за детьми и оплачивать причиненный ими ущерб (ст. 1073 ГК РФ). Поэтому, если ребёнок что-либо повредит в магазине, придётся за это заплатить.

Лучший вариант – выплатить ущерб на месте и зафиксировать это в соглашении об урегулировании убытков либо оплатить товар на кассе.

## Вас заставляют оставить сумку в камере хранения

Предлагая оставить сумку в камере, супермаркет тем самым заключает с вами негласный договор по хранению вещи в обмен на ключ с номерком. А вы можете отказаться (ГК РФ, ст. 421) – заставлять вас никто не имеет права.

Если вас не пускают в магазин с сумкой, это нарушает



ваше право сделать покупку. Выбирать, кому продать товар, а кому – нет, для супермаркета противозаконно (ст. 426 ГК РФ). Запись о нарушении стоит оставить в книге жалоб и предложений, сфотографировать её и обратиться в Роспотребнадзор.

## Из камеры хранения украли вашу сумку

Если в данном случае сотрудники магазина начинают ссылаться на таблички, на которых написано, что ни магазин, ни сотрудники не несут ответственности за содержимое ячеек, это незаконно. Ведь как только вы помещаете сумку в камеру хранения и берёте ключ с номерком, между вами и магазином возникает правоотношения. На этом основании торговый объект принимает на себя обязанность хранить вещь покупателя и вернуть её в сохранности.

Магазин должен возместить покупателю убытки, причинённые ему пропажей сумки и её содержимого. Пострадавший также может предъявить требование о компенсации причинённого морального вреда.

## Вас подозревают в краже и пытаются досмотреть

Проверять содержимое ваших сумок и проводить личный досмотр могут только полицейские. У сотрудников магазина, даже если это охранник, нет такого

права. Если сотрудник охраны магазина превышает свои полномочия, предупредите его об уголовной ответственности за самоуправство и незаконное лишение свободы. Применение силы добавит в список нарушений побои.

Также юристы советуют привлечь к ситуации внимание очевидцев, а затем взять их номера телефонов, чтобы впоследствии они могли засвидетельствовать правонарушение. В этом случае стоит самостоятельно вызвать полицию, чтобы пресечь самоуправство охраны.

## Цена товара на кассе не соответствует ценнику

Продавец обязан своевременно предоставлять потребителю достоверную информацию о товарах, и цена относится к этим данным. Если на полке с продукцией стоит ценник – это признаётся публичной офертой. Продавец обязан продать товар именно по цене, указанной в оферте, то есть на ценнике. А продажа по большей цене квалифицируется как обман покупателя.

Лучше сфотографировать ценник, чтобы у вас было доказательство вашей правоты. Это облегчит понимание в беседе с администрацией магазина и обеспечит доказательств в суде, если супермаркет откажется действовать по закону.

## В чеке лишний товар

Обратитесь к кассиру, он оформит возврат. Если сотрудник магазина откажется это сделать, начните с письменной жалобы в администрацию магазина. На этом этапе заручитесь поддержкой свидетелей, которые помогут доказать вашу правоту. Обычно деньги возвращают, но если ситуация заходит в тупик, пишите жалобу в Роспотребнадзор. Приложите к ней фотографии чека, покупок и письменной жалобы на кассира.

## Вы купили испорченный товар

Требуйте замены товара на аналогичный или возврата денег. При этом вы должны отдать обратно некачественный продукт. Если продавец отказывается, покупатель может пожаловаться на продажу испорченного товара в Роспотребнадзор и обратиться в суд с требованием возврата денег или замены товаров.

Но перед этим нужно направить претензию руководству магазина в письменной форме, чтобы иметь в последующем доказательство обращения.

## Вас не пускают в магазин

Обычно охранники ссылаются на некие локальные нормативные акты, когда запрещают кому-то заходить в супермаркет (например, с коляской). Но подобные документы распространяются только на сотрудников. Такие запреты нарушают право

потребителя на приобретение товара (ст. 426 ГК РФ). Запись об этом стоит оставить в книге отзывов и предложений торговой точки.

Что касается детских колясок, здесь случай особый. Люди с таким транспортом относятся к маломобильным группам населения. Представители магазина, запрещающие проход с детскими колясками, ставят такие группы в неравное положение, что запрещено законом.

## Кассир отказывается принимать мелочь

Напомните кассиру о том, что это незаконно (Федеральный закон от 10.07.2002 № 86-ФЗ (ред. от 23.04.2018) «О Центральном банке Российской Федерации (Банке России)»). Монеты являются безусловными платёжными средствами, и у вас обязаны их принять в обмен на товар или услугу.

Если продавец отказывается от этого, просите книгу отзывов и предложений, делайте запись о нарушении, фотографируйте её и обращайтесь в Роспотребнадзор.

## Кассир не продаёт товар, так как у него нет сдачи

Продавец не имеет законного права отказать покупателю в продаже товара.

Просто сказав, что не продаст вам товар из-за отсутствия сдачи, кассир нарушает статью 426 ГК РФ. По закону, в магазине должны обслуживать каждого, кто обратится туда за товаром и попытается обменять его на деньги.

Если вы всё же получили отказ, напишите об этом в книге отзывов и предложений, зафиксируйте факт жалобы (например, сфотографируйте страничку с записью) и обращайтесь в Роспотребнадзор.

## Сотрудник магазина хамит вам

Хамство продавца или кассира действительно является нарушением прав потребителя. Покупатель должен оставить запись об этом в книге отзывов и предложений. Желательно написать жалобу на продавца в администрацию магазина. В этом случае руководство будет обязано привлечь его к дисциплинарной ответственности.

По материалам [lifehacker.ru](http://lifehacker.ru).

Если вы оказались в одной из подобных ситуаций и не знаете, как поступить, или вам необходима помощь в оформлении документов, вас бесплатно проконсультирует юрист Центра защиты прав граждан СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ по телефону (8332) 68-02-23. Режим работы: понедельник – пятница, с 10:00 до 19:00 часов.

## Как обеспечить себе здоровый сон

Здоровый сон очень важен для любого человека, но, к сожалению, практически каждый пятый сталкивается с бессонницей

### Самые распространенные причины бессонницы:



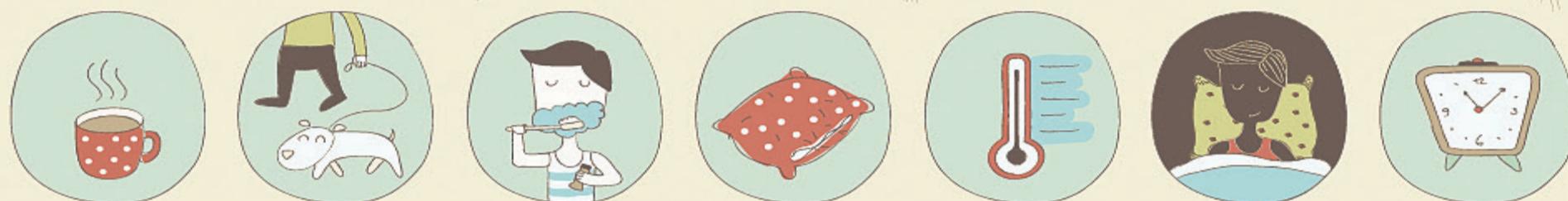
1  
депрессия,  
стрессы  
и тревоги

2  
различные  
заболевания

3  
отсутствие  
нормальных  
условий для сна

4  
перемена климата  
и часового пояса

### Советы по борьбе с бессонницей:



откажитесь  
от продуктов,  
в которых  
содержатся  
кофеин,  
стимуляторы  
и энергетики

если у вас  
сидячая работа,  
перед сном  
старайтесь  
прогуливаться  
на свежем  
воздухе

старайтесь  
соблюдать ритуал  
перехода ко сну:  
гигиенические  
процедуры,  
переодевание

спите  
на умеренно  
мягкой, удобной,  
ровной кровати

старайтесь  
поддерживать  
в спальне  
необходимую  
для здорового  
сна температуру  
(18–25°C)

спите в тишине  
и в темноте,  
это способствует  
выработке  
мелатонина  
(естественного  
снотворного)

старайтесь  
ложиться  
и вставать в одно  
и то же время

### Не рекомендуется:



употреблять  
тяжелую пищу  
непосредственно  
перед сном

курить  
и употреблять  
алкоголь перед  
сном

ложиться  
в постель  
с холодными  
ногами (можно  
надеть носки  
или положить  
в постель под  
ноги грелку)

смотреть  
в постели  
телевизор  
или играть  
в компьютерные  
игры

класть возле  
головы  
работающие  
электроприборы

ложиться спать  
в дневное время

заострять  
внимание  
на бессоннице  
(обычно сон  
приходит тогда,  
когда о нём  
не думают)



Редактор: Александра Ярош. Дизайнер: Ирина Климова.  
Арт-директор: Илья Рудерман. Руководитель: Павел Шорох. Автор шаблона: Алексей Новичков.

# Биологические часы организма

Многочисленные исследования доказали, что все мы живем по определенным биологическим часам. И хотя у разных людей эти часы могут немного спешить или отставать, тем не менее средние значения окажутся верными для большинства людей на планете. Итак, какие наши органы в какое время суток отдыхают или, наоборот, становятся гиперактивными?

● Час слепоты – острота зрения у человека сильнее всего снижается в 2 часа ночи, что особенно важно знать автомобилистам.

● Час рождения и смерти – большинство детей рождаются на свет между 0 и 4 часами ночи. В предутренние часы (около 4 часов) чаще всего случаются инфаркты и инсульты у людей, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями.

● Час вялости – самое низкое артериальное давление наблюдается между 4 и 5 часами утра.

● Час любви – наибольшая секреция половых гормонов – с 8 до 9 часов утра.

● Час обезболивания – с 9 до 10 часов утра у человека самая низкая болевая чувствительность.

● Час творчества – полушарие головного мозга, отвечающее за творческие и абстрактные образы, наиболее активно работает с 10 до 12 часов дня.

● Час физкультуры – наибольшую отдачу наши мышцы демонстрируют с 12 до 13:30.

● Час пищеварения – больше всего желудочного сока образуется с 12:30 до 13:30.

● Час мастерства – с 15 до 16 часов лучше всего работают пальцы рук, что немаловажно для тех, чья деятельность связана с мелкой моторикой и тактильными ощущениями.

● Час роста – волосы и ногти быстрее всего растут между 16:30 и 17:30.

● Час бега – наиболее интенсивно легкие дышат между 16:30 и 18:00.

● Час органов чувств – вкусовые ощущения, слух и обоняние обостряются между 17 и 19 часами.

● Час алкоголя – наиболее эффективно печень расщепляет алкоголь между 18 и 20 часами.

● Час красоты – кожа особенно проницаема для косметических средств между 18 и 20 часами.

● Час общения – тяжелее всего одиночество переносится между 20 и 22 часами.

● Час иммунитета – наиболее эффективно иммунная система предохраняет организм от различных инфекций с 21:30 до 22:30.

