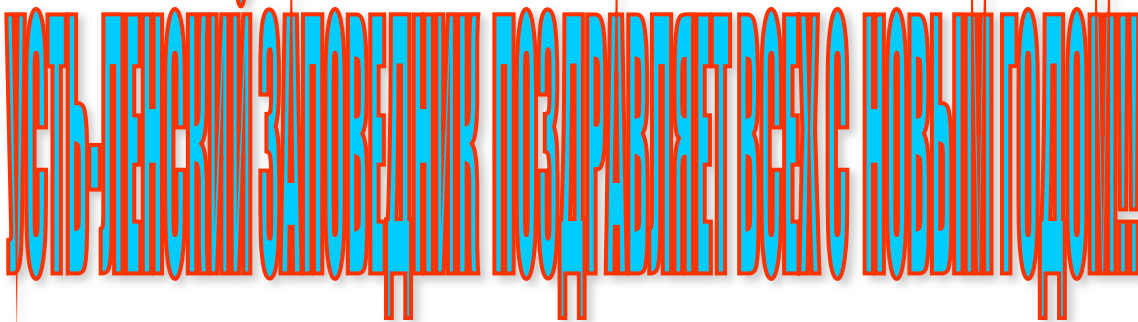




# Усть-Ленский заповедник

№ 7 – декабрь  
2011

Ежемесячная газета



Все говорят: как Новый год мы встретим,  
Таковыми будут в том году все дни...  
Желаем, чтобы в долгожданном этом  
У вас случались радости одни!  
Чтоб каждый день, как праздник, вы встречали,  
Чтоб час за часом смог спокойно течь,  
Ушли разлуки, горести, печали,  
Пришли веселье, сладость, радость встреч!  
Богаче становитесь с наступленьем года  
Деньгами, дружбой и здоровьем вновь,  
Цветы, плоды пусть дарит вам природа,  
Вас согревает щедрая любовь!!!





## 22 декабря – день зимнего солнцестояния!

Празднование зимнего солнцестояния (21-22 декабря) и летнего солнцестояния (21-22 июня) являются самыми древними из всех ритуалов человечества. После зимнего солнцестояния - "рождения нового солнца" - ко всеобщей радости, постепенно начинает удлиняться световой день и укорачиваться ночная темнота



Фото: Гуков А.Ю.

### КРАСНОКНИЖНИКИ! Овцебыки — массивные животные высотой в холке от 1,2 до 1,8 метра и весом до 400 килограммов. Они появились более миллиона лет назад.



Фото – Поздняков Владимир

Раньше овцебыков называли мускусными быками. Так окрестил их французский путешественник XVIII века. Без всякого основания он утверждал, что они выделяют мускус. Это сильно пахнущее вещество в ту пору широко использовали в парфюмерии для создания духов.

Овцебык покрыт густой длинной грубой шерстью с мягким шелковистым подшерстком, который отлично предохраняет животное от холода и дает возможность существовать в самом суровом климате.

Именно благодаря подшерстку овцебык не замерзает в полярные ночи, когда температура падает до минус 60°С. Защищаясь от волков, овцебыки становятся плотным кольцом, внутри которого прячутся телята. При нападении хищников они по очереди кидаются на врагов и бьют их рогами и копытами, после чего тут же возвращаются в круг, заслоняя телят.



## ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ПТИЦ

25 ноября и 14 декабря заповедник Усть-Ленский провёл две экологические игры "Путешествие в страну птиц". В мероприятии приняло участие 6 команды из ТСОШ № 1 (5, 6, 7 классы) и Арктической гимназии (6 и 7 (две команды) классы). Участники:

### Арктическая гимназия:

6 класс – Черных Костя, Белых Вова, Данилова Наташа, Андреюк Оля, Бахаруева Лена.

7 класс (первая команда) – Кузьмина Настя, Гоголева Саша, Андреева Вика, Бурцева Алла, Коренюк Дима.

7 класс (вторая команда). Цапенко Сергей, Попова Айталина, Мырсанова Люда, Стручков Паша, Семивеличенко Таня.

### ТСОШ № 1:

5 класс – Гасанова Катя, Горохова Айгылана, Сороколетова Юля, Апросимов Алёша, Баранов Дима.

6 класс – Бочуруков Максим, Тихонов Лёша, Попова Кюннэйэ, Сергеева Вероника, Ачиксова Анжелика.

7 класс – Леонтьева Алёна, Дубова Настя, Корякина Рая, Скрыбыкина Света, Слепцов Ваня.

Болели за свои команды преподаватели – Семивеличенко Елена Оливертовна и Чуприна Галина Андреевна (Арктическая гимназия) и Баишева Анастасия Викторовна и Пономарёва Евгения Рэмовна (ТСОШ № 1).

Ребятам задавались поросы о птицах родного края, и они проявили хорошие знания в этой области. В результате В ТСОШ № 1: 1 место – 7 класс, 2 место – 6 класс, 3 место – 5 класс. Арктическая гимназия: 1 место 7 класс (вторая команда), 2 место – 6 класс, 3 место – 7 класс (первая команда).

Особую благодарность хотелось бы принести членам жюри – Якшиной Ирине Александровне и Красовской Тамаре Дмитриевне.

Отдел экологического просвещения



Фото – Ирина Якшина,  
Любовь Короткова

# ОСТОРОЖНО

Продукты – это одна из самых важных, а даже – самая важная часть нашей жизни. Мы едим, чтобы у нас была энергия, и мы могли успешно работать, проводить отдых, общаться с друзьями, родственниками. На всё это нужно немало сил. Пища насыщает наш организм полезными веществами, витаминами. Но, как знает каждый из нас – не только полезными.

Очень популярным стало в последнее время понятие – пестициды. О них много говорят, много едят и постоянно борются. В этой статье мы всё-таки, разберёмся толком – что же это такое.

Что такое вообще пестициды? Это ядовитые средства, применяющиеся для борьбы с вредителями и болезнями растений, животных, сорными растениями, вредителями сельскохозяйственной продукции, для регулирования роста растений, предуборочного удаления листьев и подсушивания растений.

Они используются в виде концентратов эмульсий, водных растворов, паст, смачивающихся порошков, микрокапсулированных суспензий и так далее. Причем препаративная форма во многом определяет возможность и приоритетные пути поступления веществ в организм.

Чем же нам грозит потребление пестицидов? Очень многим. Они – одни из самых вредных веществ, которые мы потребляем с пищей. При поступлении в организм человека даже в очень малых количествах пестициды оказывают влияние на течение биологических процессов, нарушая их обычный ход и вызывая изменение различных физиологических функций, что проявляется в многообразии клинических форм отравлений.

Своей токсичностью они вредны для нервной системы, разрушают гормоны. Часто они становятся причиной церебральных нарушений у детей. У подростков, потребляющих пестициды, наиболее высок риск развития синдрома дефицита внимания с гиперактивностью.

Так же существует проблема отравления пестицидами домашних пчёл. Насекомые садятся на защищённые пестицидами растения и поглощают их вместе с пылью. И это вредит не только пчеловодам. Пчёлы распространяют пестициды, и в результате этого портятся кормовые запасы и товарная продукция.

Происходит это часто из-за того, что те, кто применяет в своей хозяйственной деятельности пестициды в больших масштабах, своевременно не уведомляют пчеловодов о времени, месте и характере химических обработок, тем самым грубо нарушая правила пользования и применения пестицидов.

Несмотря на всё это, пестициды давно уже применяются для выращивания овощей и фруктов. Весь Интернет буквально “завален” информацией про то, как применять пестициды, обрызгивать им растения, как безопасно ими пользоваться, различные технологии применения и это, конечно, огорчает.

Но пестициды вредны не только для наших организмов, но и для экологии окружающей нас среды. Остаются не утилизированными несколько тысяч тонн пестицидов по всей стране. Также их распространение происходит и по воздуху. Многие биоциды и их метаболиты обнаруживаются там, где их никогда не применяли (Антарктида). При помощи поверхностных вод эти вредные вещества попадают в водоёмы и отравляют воду. Их систематическое применение и кумулятивное свойство приводит к тому, что основным источником загрязнения водоёмов становятся стоки талых, дождевых и грунтовых вод.

В этом году Environmental Working Group (EWG) – организация, выступающая в защиту здоровья населения, проводила глубокую экспертизу, и из её докладов можно вынести список продуктов “чистых” и “грязных”, т.е. в первых меньше число экземпляров было насыщено пестицидами.

### Грязная дюжина

1. Яблоки 2. Сельдерей 3. Клубника 4. Персики 5. Шпинат 6. Нектарины (импортируемые) 7. Виноград (импортируемый) 8. Сладкий болгарский перец 9. Картофель 10. Черника 11. Салат 12. Капуста кормовая/лиственная

Отсюда – самыми пестицидными продуктами оказались яблоки, а наиболее меньше а количество этих веществ содержит капуста.

А вот список **“чистых” овощей и фруктов**. 1. Лук репчатый 2. Кукуруза 3. Ананас 4. Авокадо 5. Спаржа 6. Душистый горошек 7. Манго 8. Баклажан 9. Мускусная дыня (местная) 10. Киви 11. Капуста кочанная 12. Арбуз 16. Батат 17. Грейпфрут 18. Грибы

Это значит, что в них либо не найдено пестицидов вообще, либо их содержит малое количество представителей этого вида.

В последнее время в прессе разного рода начали появляться статьи, говорящие о том, что некоторые овощи, выращенные на пестицидах, наоборот, полезнее. В картошке, выращенной на пестицидах, исследователи нашли более высокий уровень витамина С, а в помидорах эксперты определили более сильный вкус и чуть большую сладость по сравнению с органическими томатами.

Но покрывает ли обилие витаминов тот вред, который наносят человеку пестициды? Скорее всего нет! Ведь многие фермеры, которые растят продукты, попадающие на рынок, злоупотребляют применением пестицидов для того, чтобы урожай взошёл быстрее и плоды его были больше и красивее на вид. Также не раз возбуждались уголовные дела о неправильном хранении самих пестицидов. Можно ли в этих случаях говорить о полезности овощей и фруктов, выращенных на них?

При всём при том пестициды приходят и не уходят вместе с потребляемыми продуктами. Эти вещества имеют свойства накопления в организме, что ещё более усиливает их негативное воздействие.

И несмотря на всё это – рынок пестицидов всё более и более расширяется, выдавая всё более привлекательные для фермеров-предпринимателей виды. С каждым годом растёт не только легальный рынок этой продукции, но увеличивается и контрафактный и нелегальный товар, который наносит вред не только потребителям, но и тем, кто выращивает продукт. Поддельные, вредные пестициды становятся причиной гибели урожаев.

2011

Стоит ли в этой ситуации говорить о переизбытке витамина С в этих продуктах. Мои личные наблюдения говорят, что население не становится из года в год более здоровым. Сколько в настоящее время больных людей? Я сама лично вижу страшные картины. Едешь в общественном транспорте, сидишь на остановке, в кафе и невольно слышишь чужие разговоры. Нормальным вопросом в женском разговоре стал: “А какие таблетки ты пьёшь?”. Разве это нормально? Почему принятие таблеток стало таким привычным для людей и этот вопрос мало кого удивляет? Это, конечно, не говорит, что виной тут ТОЛЬКО пестициды. Но я всё-таки полагаю, что искусственно выращенные продукты тоже не укрепляют иммунитет.

Сегодня на один гектар продукции, которую мы употребляем в пищу, вносится 300 кг пестицидов. Не многовато? При том, что их применение не всегда оправдано. За последнее время отмечается снижение их эффективности вследствие развития приспособляемости рас вредителей и распространению “новых” вредных организмов, естественные враги и конкуренты которых были уничтожены пестицидами. В то же время действие пестицидов стало проявляться в глобальных масштабах. Из громадного количества насекомых вредными являются лишь 0,3%, или 5 тыс. видов. У 250 видов обнаружена высокая степень адаптивности к пестицидам. Так стоит ли оно того? Безусловно, что фермерам будет выгоднее более быстрый рост продукции. Поэтому применение пестицидов вряд ли снизится, а скорее даже будет расти...

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!**

Дарья Гвоздева

## **НА ЧЁМ ЭКОНОМИТ ГОСУДАРСТВО?**

Экономия! Одно из важнейших понятий. Почти вся жизнь любого человека, даже обладающего немаленькими средствами, крутится вокруг этого слова. И государство постоянно внушает нам, что надо экономить, и экономит оно в основном на нас. Вот и в последнее время появилась новая, интересная, а главное – экономная мода – “люминесцентные” лампы, взамен бесстыдно поглощающим электроэнергию лампам “ильича”. Ещё, к тому же, эти бедные “неэкономные” лампы вообще хотят снять с производства, не оставив выбора потребителю, и поставив перед фактом, что он должен экономить, даже если это не сильно-то ему и нужно. У нас же ДЕМОКРАТИЯ.... Власть народа, как-никак...

Но давайте посмотрим, на чём же всё-таки экономит это волшебное изобретение наших российских инженеров. На ваттах и киловаттах – это ясно. Только вот задумаемся, а не экономит ли это величайшее воплощение мысли человеческой на нашем здоровье? Подойдём с экологической точки зрения. Обещают нам производители этого чуда 9 лет свечения. Но что будет после этих девяти лет (а может быть и меньше)? Её, естественно, надо будет утилизировать. Вот здесь-то и возникнет первая видимая проблема – в лампе ртуть. Поэтому стандартный вид утилизации, то есть простое помещение её в

мусорное ведро, - не подходит. Здесь должны быть специальные перерабатывающие заводы, организации и т.д. В скольких городах нашей необъятной родины они есть? Ответим себе сами. А огромное скопление подобного сырья на свалках приведёт к скоплению ртути в почве и питьевой воде. Вот она – ЭКОНОМИЯ. А если вдруг Вы или Ваш ребёнок случайно разобьёте эту лампу? В этом случае, помимо старой проблемы, с невыгодными лампочками, нужно не просто собрать стекло, Вам прибавилось ещё несколько пунктов по технике безопасности, чтобы не отравиться парами ртути: провести механическую очистку помещения от ртути (каким образом – Вы уж догадайтесь сами), а потом несколько часов проветривать это помещение. Получается некоторое подобие маленькой химической бомбы.

А в чём же секрет свечения? КЛЛ представляет собой скрученную трубку, наполненную смесью инертного газа и паров ртути. При прохождении электричества соединение начинает светиться почти невидимым для глаза **ультрафиолетовым излучением**. Зримым оно становится при прохождении через флюоресцирующий состав – люминофор, нанесенный на стенки трубки. Но не все УФ-излучение преобразуется, часть его проходит через слой люминофора в неизменном виде, а при старении и разрушении люминофорного слоя процент проходящего сквозь него УФ-излучения увеличивается.

Вредное воздействие солнечного ультрафиолета на кожу широко известно: разрушение коллагена и эластина, преждевременное старение и огрубение кожи, вероятность активного роста раковых клеток. К сожалению, стекло люминесцентной лампы задерживает не все типы ультрафиолетовых лучей, и, попадая на кожу человека, они оказывают не менее негативное влияние, чем солнечные.

Вторая опасность, которую таит в себе люминесцентная лампа – это **пульсация**. Это невидимое невооруженным глазом мерцание света, которое возникает из-за колебаний в подаваемом напряжении. Коварность пульсации заключается в том, что, попадая на сетчатку глаза, она корректируется и воспринимается человеком как ровный свет. Однако отрицательное влияние световых колебаний на организм человека установлено в многочисленных исследованиях российских и международных экспертов и ученых. Пульсация крайне отрицательно влияет на мозг и, как следствие, вызывает повышенную утомляемость и плохое самочувствие.

По российским санитарным нормам пульсация света при работе с компьютером не должна превышать 5%, однако при аттестации рабочих мест по условиям труда оказалось, что значение коэффициента пульсации на более чем 80% рабочих мест в 2-4 раза превышает установленные нормы. Какая пульсация у ламп, установленных дома, можно проверить только при наличии специального профессионального оборудования.

Уходящая в прошлое лампа накаливания также имеет коэффициент пульсации. Колебания напряжения также сказываются на раскаленной вольфрамовой нити. Но она не успевает так быстро остыть, поэтому мерцание несколько сглаживается – пульсация составляет примерно 13%. Практически полностью проблема пульсации решена в уверенно завоевывающих рынок светодиодных лампах – качественные светильники имеют коэффициент пульсации до 1%.

Неоспоримым преимуществом светодиодов является и отсутствие ртути, свинца и других вредных соединений, а значит, не требуются специальные меры по утилизации.

Британские ученые провели исследование, которое показало, что свет люминесцентных ламп может стать причиной мигреней и даже приступов эпилепсии. Из-за ультрафиолетового излучения люминесцентных ламп у людей с чувствительной кожей могут появиться сыпь, экземы, псориаз и отеки. Особую опасность УФ-лучи представляют для нежной кожи младенцев. Нужна ли нам такая экономия?

## НЕСКОЛЬКО СПОСОБОВ СЭКОНОМИТЬ ЭНЕРГИЮ И ДЕНЬГИ

- Никогда не ставьте маленькую сковороду на большую конфорку – это пустая трата времени и денег
- Всегда накрывайте крышкой кастрюлю, когда готовите – это экономит время приготовления
- Мелко нарезанные продукты готовятся быстрее и соответственно экономичнее
- Начните пользоваться пароваркой. Вы сможете готовить несколько блюд, используя лишь один источник тепла
- Регулярно очищайте чайник от накипи – она не только вредна, но и заставляет прикладывать больше тепла для кипячения того же объема воды.
- Используйте всё пространство плиты. Вы одновременно можете готовить несколько блюд, если у Вас несколько конфорок.
- Используйте электрический тостер – они быстрее и экономичнее приготовят Вам тосты, чем любой другой прибор.
- Используйте фритюрницы – они безопаснее и экономичнее готовки на плите
- Попробуйте скороварку – они готовят быстрее, благодаря более высоким температурам и показателям давления внутри кастрюли.

- Если есть возможность, жарьте на гриле – это ускоряет процесс готовки и сохраняет полезность продуктов.
- Сохраняйте стекло Вашей духовки чистым – это позволит контролировать степень готовности блюда не открывая дверцу, соответственно не выпуская драгоценное тепло из духовки.
- Выходя из комнаты, выключайте свет, вы теряете деньги, оставляя включённым свет там, где он не нужен.
- Не оставляйте телевизоры, DVD-плееры или компьютеры на режиме “Stand-by”, это тратит Вашу энергию, а значит и деньги!
- Не оставляйте и не забывайте электрические устройства на зарядке больше, чем необходимо для полной зарядки аккумулятора.
- Не используйте отопительные приборы, когда Вас нет в помещении.
- Подбирайте отопительный прибор соответственно размерам комнаты, Вам не должно быть холодно или жарко.
- Не загромождайте и не закрывайте отопительные приборы одеждой или мебелью. Это делает их менее эффективными.
- Избегайте перегрева дома ночью во время сна – одеяло создаст Вам комфорт.
- Спускайте воздух из отопительных приборов (батареи) с горячей водой – это позволит теплоносителю циркулировать полноценно.
- Если Вы принимаете ванну – выбирайте оптимальную степень наполнения.
- Не забывайте закрывать краны, когда не используете их, это обеспечит отсутствие потерь воды.
- Установите счётчики на горячую и холодную воду – это позволит Вам наглядно изучать эффективность принятых Вами мер по экономии.
- Замените капающие краны – Вы теряете огромное количество воды и нервов в год.
- Удобный и толстый ковёр создаст уютную атмосферу и минимизирует потери через пол.
- Не перегружайте холодильник – холодный воздух должен циркулировать и загромождённость этому мешает.
- Следите за плотностью закрытия дверцы холодильника и морозильника.
- Не держите дверцу открытой дольше, чем это необходимо. Вы теряете холод, а значит его придётся вырабатывать заново, с помощью электричества.
- Регулярно размораживайте холодильник. Толщина льда больше 6 мм способствует неэффективной работе морозильника.
- Не забывайте про ручную стирку – это сбережёт качество Ваших вещей и Ваши деньги.

Пишите свои отзывы, предложения, вопросы  
на электронный адрес:  
dariagvozdevayes@mail.ru,  
[sgukov@mail.ru](mailto:sgukov@mail.ru) или [lena\\_delta@rambler.ru](mailto:lena_delta@rambler.ru) с  
темой

“Мнение” А также по адресу п. Тикси, улица  
Академика Фёдорова, дом 28, Усть-Ленский  
заповедник с пометкой “Мнение”. Мы ждём!

678400

Республика Саха (Якутия).  
п. Тикси, ул. Академика Фёдорова, 28  
Тел/факс: +7(41167) 52119  
E-mail: [lena\\_delta@rambler.ru](mailto:lena_delta@rambler.ru)

Номер подготовила:  
Гвоздева Дарья

Тираж 50 экз.

Наша газета печатает не только  
свои,

но и ВАШИ статьи! Присылайте  
свои

статьи на актуальные темы  
посёлка,

экологии и т.п. на адрес

[dariagvozdevayes@mail.ru](mailto:dariagvozdevayes@mail.ru) с темой  
“Статья”, на адрес п. Тикси, улица  
Академика Фёдорова, дом 28,  
Усть-Ленский заповедник, Дарье  
Гвоздевой с пометкой “Статья” или  
звоните по номеру 52119.



