

Найдите все значения  $a$ , при каждом из которых для любой пары  $(u; v)$  действительных чисел  $u$  и  $v$  выполнено неравенство

$$13 \sin u - 7 |\sin u + v - 2a| + \\ + 3 |\sin u - 2v - a - 1| \leq 16.$$