

Официальный
общественно-
политический
еженедельник

Выходит
по пятницам

БАЙКАЛЬСКИЙ МЕРИДИАН

№ 12 (802)

29 марта 2024 года (12+)

Газета основана 5 июня 2008 года

СИЛА В ПРАВДЕ!

Уникальный агитпоезд «Сила в правде» Министерства обороны Российской Федерации 25 марта сделал остановку на станции города Северобайкальск. С приветственным словом выступили заместитель Главы Администрации муниципального образования «город Северобайкальск» Алексей Купцов, Глава Северо-Байкальского района Игорь Пухарев и другие официальные лица.

«Цель поезда «Сила в правде» - помешать попыткам фальсификации истории. В течение трех часов в девяти тематических вагонах лекторы рассказывали о подвиге советского народа в годы Великой Отечественной войны, о подвиге и стойкости солдат и офицеров России. Здесь можно было увидеть макеты современного российского вооружения, а также современную

технику, - сказал Игорь Шведов, начальник агитационного поезда «Сила в правде».

В составе поезда были представлены девять тематических вагонов: «Альянс обетованный» - экспозиция о преступном замысле руководства Украины и насаждаемой ими идеологии нацизма. Гости познакомились с детской, учебной, идеологической литературой украинских неонацистов, также были представлены образцы трофейных вооружений и формы одежды ВСУ, выставка архивных документов «Без срока давности...».

В состав агитпоезда входил вагон «Оружие особого рода» - это экспозиция технических средств наглядной агитации, мотивационных плакатов, листовок, брошюр, различной литературы.

Вагон «Юнармия: берем пример с лучших» - это викторины и комплекс интерактивных тренажеров.

Кроме того, был предусмотрен вагон «Этих дней не смолкнет слава» с макетами боевой техники Великой Отечественной войны 1941-1945 годов.

Вагон «Военная служба по контракту - выбор сильных!» - это передвижной пункт отбора на военную службу по контракту с медиапанелями и комплектами наглядной агитации.

Вагон «Армия России» - выставка студии военных художников имени М.Б.Грекова.

Также в железнодорожный состав вошли вагоны под названием «С отвагой в сердце», «Всегда на высоте», «Долг, Честь, Отвага» - это экспозиция новейших образцов вооружения, современной формы одежды и экипировки, отдельно были предусмотрены зоны, посвященные мужеству и подвигам военнослужащих Российской Армии в ходе выполнения задач специальной военной операции.

Поезд «Сила в правде» посетили и учащиеся Нижнеангарской средней общеобразовательной школы №1.

«Этот поезд действительно уникальный, здесь 9 вагонов, и каждый рассказывает о своем. В нем есть интерактивные выставки и экспонаты - как из прошлого, так и из современной истории. Мне было очень интересно, всю экскурсию я слушал с замиранием сердца», - сказал Михаил, учащийся Нижнеангарской СОШ №1.

На привокзальной площади прошло торжественное посвящение учащихся в ряды Юнармии. Движение «Юнармия» призвано объединить и увлечь молодых людей, интересующихся военно-патриотической тематикой, увлеченно занимающихся военно-прикладными видами спорта, поисково-исследовательской деятельностью.

Далее агитпоезд продолжил свой путь по региону.

Соб.инф.



ВАКАНСИИ! РАБОТА! ВАКАНСИИ!

ГБУЗ "НИЖНЕАНГАРСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА"

- Врач-невролог - 50 000 р.;
- Подсобный рабочий - 38 000 р.

ПЧ-25

- Сигналист Новоуоянской дистанции пути - 25 000 - 50 000 р.

МБОУ

"НИЖНЕАНГАРСКАЯ СОШ №1"

- Механик (0,25 ставки) - 9 207 р.;
- Учитель (преподаватель) русского языка и литературы - 36 830 р.;
- Водитель школьного автобуса (0,5 ст) - 18 414 р.;
- Уборщик служебных помещений - 38 041 р.

МБОУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №36"

П.НОВЫЙ УОЯН

- Водитель автобуса - 42 332 р.

12-Й СЕВЕРБАЙКАЛЬСКИЙ ОТРЯД ГПС РБ

- Начальник пожарной части (с.Байкальское) 42 300 р.;
- Командир отделения (п.Нижнеангарск) - 42 300 р.

ОАО "АЭРОПОРТЫ МЕСТНЫХ ВОЗДУШНЫХ ЛИНИЙ БУРЯТИИ"

- Заведующий здравпунктом (квотируемое рабочее место для трудоустройства инвалида) - 33 000 р.

ФИЛИАЛ ПАО "РОССТЕИ СИБИРЬ"- "БУРЯТЭНЕРГО"

- Тракторист 5 разряда (п.Новый Уоян) - 45 642 р.;
- Электромонтер по эксплуатации распределительных сетей 4 разряда (п.Кичера) - 59 746 р.;
- Мастер мастерского участка (п.Новый Уоян) - 90 784 р.

МКУ "КОМИТЕТ ПО УПРАВЛЕНИЮ МУНИЦИПАЛЬНЫМ ХОЗЯЙСТВОМ"

- Экономист - 41 391 р.;
- Начальник ЕДДС - 40 267 р.;
- Заместитель председателя - 69 261 р.;
- Главного архитектора - 48 716 р.;
- Специалист по природопользованию - 40 208 р.;
- Бухгалтер - 42 662 р.

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЕТЕРИНАРИИ "БУРЯТСКАЯ РЕСПУБЛИКАНСКАЯ СТАНЦИЯ ПО БОРЬБЕ С БОЛЕЗНЯМИ ЖИВОТНЫХ"

- Ветеринарный врач - 42 322 р.
- Электромонтер-линейщик по монтажу воздушных линий высокого напряжения и контактной сети 3-6 разряда - 112 000 р.

ООО "РЕГИСТР. ЯНЧУКАН"

- Слесарь по ремонту теплосетей 3 разряда (п.Янчукан) - 48 753 р.;
- Машинист погрузчика 5 разряда (п.Янчукан) - 58 696 р.;
- Слесарь АРВ 5 разряда (п.Янчукан) - 60 954 р.;
- Слесарь по ремонту котельного оборудования 4 разряда (п.Янчукан) - 53 278 р.;
- Машинист (кочегар) котельной 4 разряда (п.Янчукан) - 49 331 р.

ФГБУ ИРКУТСКОЕ УГМС

- Техник-метеоролог (п.Давша, М-2 Баргузинский заповедник) - 28 864 р.;
- Техник-метеоролог (п.Давша, ТДС М-2 Большой Ушканий остров) - 28 683 р.

ООО "ИК ЭНЕРГИЯ"

- Подсобный рабочий административно-хозяйственного отдела - 50 000 р.;
- Ведущий специалист отдела капитального строительства (квотируемое рабочее место для трудоустройства инвалида) - 80 000 р.;
- Заведующий складом - 90 000 р.;
- Монтажник систем вентиляции, кондиционирования воздуха, пневмотранспорта и аспирации 3 разряда - 80 000 р.;

- Главный специалист отдела капитального строительства (квотируемое рабочее место для трудоустройства инвалида) - 100 000 р.;
- Электрогазосварщик 3-5 разряда - 65 000 р.;

- Специалист отдела капитального строительства - 80 000 р.;
- Арматурщик - 55 000 р.;
- Монтажник технологических трубопроводов 4-6 разряда - 60 000 р.;
- Бетонщик 4-5 разряда - 60 000 р.

ООО "СТРОЙ-КОНТАКТ"

- Электромонтер (п.Кичера, ст.Ангоя, ст.Казанкан) - 130 000 р.;
- Мастер электромонтажных работ (п.Кичера) - 172 413 руб.;
- Электромонтажник по силовым сетям и электрооборудованию 4 разряда (п.Кичера) - 149 425 р.;
- Производитель работ (п.Кичера) - 183 908 р.

ООО "ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО"

- Главный специалист ОКС (квотируемое рабочее место для трудоустройства инвалида) - 90 000 р.;
- Специалист отдела капитального строительства (квотируемое рабочее место для трудоустройства инвалида) - 60 000 р.

ООО АРТЕЛЬ

СТАРАТЕЛЕЙ "СИННДА - 1"

- Машинист буровой установки (Kaishan Setc, 6 разряд, вахтовый метод) - 320 000 р.;
- Слесарь по ремонту и обслуживанию оборудования (горного оборудования) 5 разряда (вахтовый метод) - 167 000 р.;
- Водитель автомобиля (самосвал подземный, 6 разряд, вахтовый метод) - 230 000 р.;
- Механик (РММ, вахтовый метод) - 180 000 р.;
- Проходчик (на сделке, 5 разряд) - 240 000 р.;
- Инженер КИПиА (вахтовый метод) - 176 000 р.;
- Электрослесарь (слесарь) дежурный и по ремонту оборудования 5 р. (вахтовый метод) - 160 000 р.;

- Водитель автомобиля (КМУ, 5р. вахтовый метод) - 192 000 р.;
- Дробильщик ЗИФ (3 р., вахтовый метод) - 142 000 р.;

- Токарь (5 разряд, вахтовый метод) - 192 900 р.;
- Машинист насосных установок ЗИФ (вахтовый метод) - 152 000 р.;

- Механик по ремонту и эксплуатации оборудования ЗИФ (вахтовый метод) - 233 000 р.;
- МКУ "МЕЖМУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ЗАКУПОК И ИМУЩЕСТВА СЕВЕРО-БАЙКАЛЬСКОГО РАЙОНА"
- Специалист первого квалификационного уровня - 43 607 р.

АУ РБ "ЗАБАЙКАЛЬСКАЯ БАЗА АВИАЦИОННОЙ ОХРАНЫ ЛЕСОВ"

- Парашютист (десантник) - пожарный (п.Ангоя) - 30 000 р.;
- Парашютист (десантник) - пожарный (п.Нижнеангарск) - 30 000 р.

ООО "МЕГАПОЛИС"

- Разнорабочий (п.Нижнеангарск, неполный рабочий день) - 20 000 р.

ООО "СТРОИТЕЛЬ"

- Машинист автогрейдера - 40 000 р.;
- Мостовик - 40 000 р.;
- Машинист К-700 - 40 000 р.

В ГКУ «Центр занятости населения Северо-Байкальского района» имеются вакансии с предоставлением жилья для граждан, желающих перебраться с целью трудоустройства в Хабаровский край, Сахалинскую область, Чукотский АО.

За подробной информацией можете обратиться в ГКУ «Центр занятости населения Северо-Байкальского района», тел: 8 (30130) 47-890.

Республика Бурятия Северо- Байкальский район

Совет депутатов муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» V созыва IX сессия

РЕШЕНИЕ № 39

«13» марта 2024 года с. Байкальское
Об отчете Главы муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» о деятельности администрации муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» за 2023 год

В соответствии с пунктом 6 статьи 39 Устава муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское», заслушав отчет Главы муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» о деятельности администрации муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» за 2023 год Совет депутатов муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» четвертого созыва решает:

1. Принять отчет Главы муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» о деятельности администрации муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» за 2023 год к сведению (прилагается).

2. Признать работу администрации муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» за 2023 год _____удовлетворительной _____.

О. И. Волчатова

**Председатель Совета депутатов
МО СП «Байкальское эвенкийское»**

**Приложение к
Решению № 39 от 13.03.2023 года
Отчет Главы муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское» о деятельности администрации поселения за 2023 год**

Вашему вниманию будет представлен отчет о деятельности работы главы поселения, а также администрации села за предыдущий 2023 год. Основными законами, которыми руководствуется администрация поселения Федеральный закон от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации» и Устав муниципального образования сельского поселения «Байкальское эвенкийское». Работа администрации сельского поселения в 2023 году была направлена на решение вопросов местного значения, определенных указанным законом и Уставом, а также полномочий, которыми наделены органы местного самоуправления, в соответствии с федеральными законами и законами Республики Бурятия.

Демография:

Численность зарегистрированного населения на 2023 год в поселении составила 688 человек, фактически проживающего населения в пределах 589 человек, т.к. студенты выезжают на учёбу, многие уезжают на работу, на заезды, служить в Армии и по контракту и т.д. Эвенков 89 человек, из которых дети до 18 лет – 32 человека.

Население трудоспособного возраста составляет 386 человек. Из них работают на предприятии 326, по уходу за людьми старше 80 лет - 3 чел, по найму (колка дров, уборка урожая, помощь по хозяйству) - 12, работа в ЛПХ - 6 человек, по уходу за детьми - 15 чел, по центру занятости (общественные работы) – 25 человек, 20 человек не работают и не пытаются трудоустроиться.

Пенсионеров 171 человек, из них работающих – 32, труженики военного тыла - 2 человека, дети войны - 14 человек, ветераны боевых действий - 4 человека, ветераны труда - 43 человека. Инвалидов в поселении всего 29 человек, из них - 5 детей. Многодетных семей – 21, в них 77 детей.

Организационная работа:

В 2023 году для обеспечения решения вопросов местного значения администрацией было издано 34 постановления, 35 распоряжений по разным направлениям жизнедеятельности села.

Администрацией поселения также обеспечивалась законодотворческая деятельность Совета депутатов. Работниками администрации, предложениями Северо-Байкальской межрайонной прокуратуры, Северо-Байкальской межрайонной природоохранной прокуратуры, Байкальской транспортной прокуратуры разрабатывались проекты нормативно-правовых документов, которые передавались на утверждение депутатам Совета депутатов МО СП «Байкальское эвенкийское», после проверки и получения положительного решения от прокуратуры. Советом депутатов было проведено 15 сессий. Принято 52 решения.

При администрации села в течение года работали комиссии: по делам несовершеннолетних, по социальной защите населения, жилищно-бытовая, по выплеске древесины. Работали общественные организации: Со-

вет пенсионеров; Совет граждан с ограниченными возможностями; Совет молодежи; Совет эвенков; а также Добровольные формирования: Добровольная Народная Дружина, Добровольная Пожарная Дружина.

В течение отчетного периода работниками администрации велся похозяйственный учет, оформлялись документы на меры социальной поддержки, ежедневно производилась выдача справок, оказывалась помощь в оформлении документов на выплаты, переоформления договоров на земельные участки. Так же оказали помощь в заключении договоров с Читаэнергообсбытом 32 жителям села.

Специалист ВУС ведет исполнение отдельных государственных полномочий в части ведения воинского учета.

На воинском учете по состоянию на 1 января 2023 год состоит 118 человек, из них призывники - 18, офицеры запаса-1, прапорщики, мичманы, сержанты, старшины, солдаты, матросы запаса - 99 чел.

Участники СВО.

- Мобилизованные – 1 человек
- Добровольцы – 7 человек
- Заключившие контракт после прохождения службы в рядах РВ - 2 человека.
- На сегодняшний день продолжают принимать участие в зоне СВО 7 человек.

Сельское хозяйство

Основной составляющей отраслью в селе является сельское хозяйство, которое представлено личными подсобными хозяйствами населения. Всего 272 личных подсобных хозяйств. В них содержатся: КРС - 61 головы; овцы - 6 голов; козы - 7 голов. Птицы всех видов 491 шт. Лошади - 187 голов; кролики - 21 голова; собаки - 161 голова; кошки -103 шт. Данные предоставляют гражданами на основании опроса для заполнения похозяйственных книг. На основании этих данных, ежеквартально в поселение приезжают специалисты ветеринарии для вакцинации и забора крови у крупного и мелкого рогатого скота.

Потребительский рынок

На 1 января 2023 год в сфере потребительского рынка поселения осуществляли свою деятельность 4 объекта розничной торговли, 1 объект Почта России, 1 ИП пиццерама, 1 КФК, 4 эвенкийские общины, 1 аптечный пункт.

Социальная защита и социальная поддержка семьи и детей

Получателями пособия на детей являются 92 семьи. В течение года особое внимание уделялось семьям и детям, находящимся в трудной жизненной ситуации, малоимущим семьям, одиноко проживающим гражданам, особый контроль держим над семьями, где злоупотребляют спиртосодержащие продукты. На учёте в органе опеки и попечительства района из нашего села состоят: опекаемые - 4 семьи, в них 7 детей. Из них - 1 приёмная семья. в ней растут 5 детей.

Земельно-имущественные отношения

Администрацией оказана помощь в переоформлении договора аренды земельных участков 12 гражданам. Так же администрацией проводятся работы по истребованию задолженности по договорам аренды земельных участков.

Жилищно-коммунальное хозяйство

На территории сельского поселения жилищно-коммунальные услуги, в т.ч. тепло, для организаций оказывает ООО «ТеплоЖе». ООО «ЭкоАльянс» занимается вывозом мусора с 1 апреля 2019 года. Работают 2 водоколонки по пер. Молодежный и ул. Советская. В летнее время на территории поселения функционировал летний водопровод с мая по середину сентября.

Жилой фонд на территории МО СП «Байкальское эвенкийское» состоит из 225 жилых домов, площадь составляет 13,4 тыс. кв. м, из них: 185 индивидуальных домов (9 тыс. кв. м); 40 домов блокированной застройки (4,4 тыс. кв. м), в них 81 квартира; в том числе ветхого и аварийного 471, 3 кв. м, из них непригодные для проживания – 8 домов, в них 9 помещений, подлежащие сносу – 11 домов, в них 22 помещения.

Администрацией сельского поселения проводилась работа по формированию учетных дел для получения социальной выплаты, постановке на учет граждан, нуждающихся в улучшении жилищных условий, а также по программе выезда из районов Крайнего Севера и приравненных к нему местностей. Также совместно с комиссией МО «Северо-Байкальский район» по заявлениям граждан проводили обследования жилых помещений на предмет непригодности проживания в них. По состоянию на 01.01.2023 г. в очереди состоят 27 семей: - 5 семей по программе «Молодая семья»; - 5 семей на общем учете на улучшение жилищных условий; - 1 семья по программе

«Жилье инвалидам»; - 11 семей по выезде из Крайнего Севера; - 3 семьи по программе «Участники боевых действий»; - в списках ветхого, аварийного, непригодного для проживания признано 19 домов.

Образование**МБОУ «Байкальская СОШ»**

В 2022 – 2023 учебном году по состоянию на 01.09.2022г. обучается 82 учащихся, всего 11 классов, 8 классов-комплектов; охвачено горячим питанием 100%, с 01.09. 40 учащихся начальной школы и 31 учащийся, находящихся в трудной жизненной ситуации, питаются за счет субвенций местного и республиканского и федерального бюджета. Учащиеся 1-11 классов обеспечены учебниками на 100%. Питание осуществляется собственной столовой, которая работает на натуральном сырье, поставка продуктов питания осуществляется по договору ИП Сунграпова И.Г. (ВИСТ), ИП Котлова Т.М.. Тепло поставляется ООО «ТелоЖе». Проблем с поставщиками не возникает. К началу учебного года школа была полностью готова к началу учебного года.

2. ОУ осуществляет свою деятельность в соответствии с утвержденным Учебным планом на 2022 – 2023 учебный год по основным направлениям: начальное, основное и среднее (полное) образование. По штатному расписанию в школе работает 10 педагогов и 10 сотрудников обслуживающего персонала. Все эти педагоги имеют соответствующую профессиональную подготовку и курсовую переподготовку, один педагог работает по договору. Учащиеся школы стабильно успешно участвуют во всех школьных, сельских, районных и межрайонных мероприятиях: олимпиады муниципального уровня, конференции «Шаг в будущее», «Росток», «Живая классика» и др. В заочном формате выезжают на многие мероприятия районного и даже межрегионального уровня по волейболу, боксу и занимают призовые места. Нужно выразить огромную благодарность родителям, которые финансируют выезды детей и поднимают популярность образовательного учреждения. Педагоги и учащиеся принимают активное участие в жизни школы, мероприятия имеют высокую моральную, нравственную и гражданскую значимость в жизни подрастающего поколения, например, День Победы, мероприятия, посвященные участникам СВО.

3. Современные условия развития образования требуют от образовательных учреждений немедленного реагирования, для этого в школе работает высокоскоростной интернет Ростелеком, но проблема переоснащения школы современными компьютерами и другой оргтехникой стоит на сегодняшний день.

4. Обеспечение безопасности образовательного процесса, безопасности обучающихся и персонала является одной из главных задач деятельности ОУ, для обеспечения безопасности с 8.00 до 16.00 дежурит вахтер, посетители заносятся в журнал посещений. ОУ оборудовано АПС с выходом на ПЧ села и п. Нижнеангарск. Договор на обслуживание АПС заключен с ООО «Система безопасности». Весь персонал 2 раза в год проходит инструктаж-подписку по противопожарной и антитеррористической безопасности, проводятся тренировочные занятия по эвакуации учащихся и персонала. В деятельности школы осуществляется постоянно режим антитеррористической и противопожарной защищенности, усиленный пропускной режим, ежедневная термометрия, дезинфекция и постоянная влажная уборка. Пропуск детей и сотрудников оборудован аппаратным комплексом для дезинфекции рук с функцией измерения температуры тела человека и распознавания лиц.

Дошкольное учреждение ДС «Белочка»

В организации работает 9 человек, из них 2 воспитателя, 7 - обслуживающий персонал. На начало 2023 года ДДУ находится 21 ребенок, из них 2 на дневном пребывании, детей из многодетных семей – 13, из них имеют льготу (семьи, имеющие 5 и более детей) – 5 детей. Организовано 4-х разовое питание. Закупка и поставка продуктов питания учреждением осуществляется в порядке, установленном Федеральным законом от 05.04.2013г. № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок, товаров работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд» на контрактной основе, как за счет средств бюджета, так и за счет средств платы родителей (законных представителей) за содержание ребенка в учреждении. Количество детей, питающихся за счет родителей – 13. Количество детей, получающих питание 100 % (льготная категория) -5. Стоимость детодня 161 руб.

Культура

В СДК работало 5 человек. Автономное

Учреждение «СДК с. Байкальское» с библиотечным обслуживанием осуществляет свою деятельность в целях: - обеспечения библиотечного обслуживания населения с учетом потребностей и интересов различных социально-возрастных групп жителей села. Культурно - досуговая деятельность СДК осуществляется согласно целям и задачам, поставленным перед ними:

Проведено 152 мероприятия.

Здравоохранение

В фельдшерско-акушерском пункте в 2023г. работало 4 человека.

Охват населения 416 человек. Детское население 106 (детей до 1 года – 3 человека, родилось 3). Охват флюорографией 86 %, охват прививками клещевого энцефалита 93 %. На диспансерном учете с хроническими заболеваниями 255 человек. Выезд врачей ЦРБ – 5 раз.

При ФАПе работает аптечный пункт. С наличием лекарственных препаратов в 2023 году в аптечном пункте вопросов не возникло. Для медицинских обследований население выезжает в поликлинику районного центра п. Нижнеангарск.

ПЧ - 80

Работает пожарная часть ПЧ - 80, в составе - 6 чел. В 2022 году было 3 выезда на пожары. Создана и работает патрульная, патрульно-маневренная группа. Совместно с личным составом ПЧ-80 проводится подвижной обход населения по профилактике бытовых пожаров. В отдельных домах были выявлены неисправности отопительных печей, электропроводки, захламленность. По графику проводились пожарно-тактические занятия с выездом на объекты с массовым пребыванием людей: д/с «Белочка», школа, СДК. Согласно Постановления Правительства РФ № 807 и Постановления Правительства РФ № 1717, собственники и арендаторы земельных участков обязаны очищать от мусора и травы свои земельные участки, а в случае, если земельный участок граничит с лесным массивом, убирать в 10-ти метровой зоне мусор, сухую траву.

Молодежная политика и спорт. ТОСы

В поселении 168 человек молодежи от 14 до 35 лет. В 2023 году в селе работал Совет молодежи поселения, с их помощью подростки и молодежь вовлекаются в социально-значимую деятельность волонтерской, гражданско-патриотической и профилатической направленности.

Совместная работа Молодежи и ТОСов - это участие в благотворительных и экологических акциях, в районных конференциях, конкурсах, фестивалях, форумах, субботниках. Проведена уборка территории возле памятника погибшим воинам-землякам в годы ВОВ, чистый берег Байкала, уборка окрестностей м. Лударь. В рамках мероприятий к празднованию 78-й годовщины в ВОВ посетили детей войны и тружеников тыла.

Ежегодно в новогоднюю ночь были подарены подарки от социальной защиты населения дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации. Также активное участие молодежи принимает в спортивной жизни села на различных районных и межрегиональных соревнованиях.

Благоустройство

В прошлом году была проведена частичная отсыпка дорог с грунтовым покрытием.

Ежегодно проводится очистка минерализованных полос. Неоценимый вклад организациям и жителям села оказывают активы ТОС. Основным направлением деятельности ТОС в муниципальном образовании является благоустройство территорий. Большое внимание уделяется ремонту летнего водопровода и водоколонкам. Активисты ТОСов ежегодно защищают село на различных мероприятиях (это музыкальные номера, изготовление костюмов, защита блюд и т.д.), а также участие в различных акциях. Акция «Картофель» - было собрано жителями села 15 мешков картофеля для дома престарелых «Веста» и Детского реабилитационного центра для несовершеннолетних.

Уважаемые односельчане!

В завершении своего доклада хочу поблагодарить всех, кто принимал участие в работе администрации и в целом в жизни села: это депутаты всех уровней, Главу района, руководителей учреждений, индивидуальные предприниматели, ТОСы, активных жителей, учителей и учащихся школы, коллектив детского сада, молодежь села, общественные организации за понимание и поддержку при решении различных вопросов и задач. Отдельное спасибо и слова благодарности выражаю тем жителям, которые на протяжении года оказывают разноплановую помощь участникам СВО (пошив балаклавы и снудов, вязание носков и перчаток, плетение сетей, пошив нижнего белья и т.д.). Желаю вам и вашим семьям здоровья!

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРЕДОСТАВЛЕНИИ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

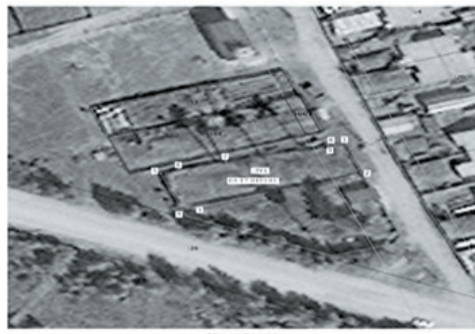
Администрация МО «Северо-Байкальский район» информирует население о возможности предоставления земельного участка для целей:

1. Для ведения личного подсобного хозяйства (приусадебный земельный участок) - в аренду, сроком на 20 (двадцать) лет, из земель населенных пунктов, расположенного по адресу: Республика Бурятия, Северо-Байкальский район, п. Ангоя, ул. 26 Бакинских комиссаров, уч.12 площадью 534 кв.м. Условный кадастровый номер 03:17:010103:3У 1. Земельный участок не имеет координатного описания.

Граждане, индивидуальные предприниматели или крестьянские (фермерские) хозяйства, заинтересованные в предоставлении земельного участка для указанных целей, в течение тридцати календарных дней соответственно со дня опубликования и размещения извещения, вправе подавать заявление о намерении участвовать в аукционе на праве заключения договора купли продажи такого земельного участка и ознакомиться со схемой расположения земельного участка по

адресу: пос. Нижнеангарск, ул. Рабочая, 125, каб. 13. Срок начала приема заявлений 01.04.2024г. с 08:00, срок окончания приема заявлений 30.04.2024 г. до 17:00. По всем возникающим вопросам обращаться по телефону: 83013047-061

Отдел градостроительства, земельно-имущественных и жилищных отношений МКУ «КУМХ»



Условные обозначения:
1 - граница земельного участка;
2 - границы населенного пункта;
3 - границы кадастрового квартала;
4 - границы территории, подлежащей изъятию;
5 - вид разрешенного использования участка;
6 - категория земель;
7 - вид разрешенного использования участка;
8 - категория земель;

О МАРКИРОВАНИИ (ИДЕНТИФИКАЦИИ) ЖИВОТНЫХ!

С 1 сентября 2023 года вступил в силу Федеральный закон № 221 – ФЗ от 28.06.2022 «О внесении изменений в Закон Российской Федерации «О ветеринарии», который вводит обязательную маркировку животных. Маркирование животных осуществляется их владельцами за свой счет самостоятельно или посредством привлечения иных лиц. Учет животных (внесение в единую базу животных и их владельцев) осуществляется безвозмездно специалистами в области ветеринарии.

Идентификационный знак (чип, бирка) можно приобрести на государственной ветеринарной станции.

Стоимость идентификации (чипирование) для КРС и лошадей: 240 р., для МРС: 201 р., для собак и кошек 289 р., стоимость идентификации (биркование) КРС 84 р., МРС: 49 р. Регистрацию (идентификацию) проводят ветеринарные специалисты во время плановых профилактических мероприятий, а также по адресу Республика Бурятия, г. Северобайкальск, поселок Заречный, ул. 18 съезд ВЛСМК, д.20. Телефон:8(301-30)26-190. Пгт. Нижнеангарск, ул Комсомольская 37, тел. 8(30130) 47-204.

ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА НАРУШЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ТРЕБОВАНИЙ К СОДЕРЖАНИЮ И ВЫГУЛУ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ В РЕСПУБЛИКЕ БУРЯТИЯ!

В соответствии со статьей № 47.1. Нарушение дополнительных требований к содержанию и выгулу домашних животных в Республике Бурятия Закона Республики Бурятия «об административных правонарушениях» № 2003-IV от 05.05.2011г. влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от трех тысяч до

пяти тысяч рублей; на должностных лиц - от десяти тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на юридических лиц - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей.

ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА ОТСУТСТВИЕ РЕГИСТРАЦИИ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ СОБАК!

В соответствии со статьей № 47.2. Нарушение порядка регистрации домашних животных (собак) Закона Республики Бурятия «об административных правонарушениях» № 2003-IV от 05.05.2011г. влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от трех тысяч до пяти тысяч рублей; на должностных лиц - от пяти тысяч до десяти тысяч рублей; на юридических лиц - от десяти тысяч до двадцати тысяч рублей.

ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА ВЫПАС СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫХ ЖИВОТНЫХ ВНЕ УСТАНОВЛЕННЫХ ОРГАНАМ МЕСТНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ МЕСТАХ!

В соответствии со статьей № 47 Выпас сельскохозяйственных животных вне установленных органами местного самоуправления мест Закона Республики Бурятия «об административных правонарушениях» № 2003-IV от 05.05.2011г. влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от трех тысяч до пяти тысяч рублей; на должностных лиц - от десяти тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на юридических лиц - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей. Дополнительно сообщаем, что на территории всех городских и сельских поселений Северо-Байкальского района установлены места выпаса сельскохозяйственных животных и места выгула домашних животных.

Е.И. Данилова, специалист по сельскому хозяйству МКУ «КУМХ»

ОСТОРОЖНО! МОШЕННИКИ!

Уважаемые граждане! Соблюдение элементарных правил поможет вам не стать жертвой мошенников и сохранить личное имущество. Потерпевшими от преступных действий злоумышленников становятся не только излишне доверчивые пенсионеры, но и молодые люди.

Поэтому стоит как можно чаще напоминать своим родственникам и знакомым о том, как действуют мошенники и объяснить, что ни при каких обстоятельствах не следует перечислять деньги неизвестным людям или сообщать свои персональные данные, логины, пароли и коды банковских карт.

- Не торопитесь предпринимать какие-либо действия, если на ваш телефон поступили сообщения или звонок с просьбой о незамедлительной помощи родственнику, якобы попавшему в неприятную ситуацию или о блокировании вашей банковской карты. При получении сообщения о заблокированной банковской карте следует перезвонить на номер круглосуточной справочной службы, указанный на карте, а не на номер, присланный в сообщении.

Отнеситесь более ответственно к созданию паролей и логинов к своим личным страницам, старайтесь чаще их менять и не использовать один пароль для всех возможных случаев.

Не сообщайте никому pin-код и cvv2-код карты (цифры с обратной стороны

карты), а также срок её действия и персональные данные владельца. Ни один банк не будет по телефону запрашивать у вас эти реквизиты. Для зачисления средств на ваш счёт достаточно лишь 16-значного номера, указанного на лицевой стороне карты. Не сообщайте неизвестным лицам пин-код для входа в ваш онлайн-банк — для перевода денежных средств это не требуется. Не используйте карты со своим основным финансовым капиталом для оплаты товаров и услуг в сети интернет.

Не рекомендуется входить в интернет-банк с чужих компьютеров или из незащищенных публичных сетей wi-fi.

На личном компьютере, смартфоне, планшете установите антивирусное программное обеспечение и своевременно его обновляйте. Не скачивайте файлы из непроверенных источников (файлообменные сервисы, социальные сети). Не переходите по ссылкам на информационные ресурсы, полученным от сомнительных источников. Не открывайте файлы из подозрительной электронной почты.

В случае совершения мошенничества в отношении вас или ваших близких, незамедлительно обращайтесь в органы внутренних дел, так как вовремя поступивший сигнал поможет сотрудникам полиции быстрее раскрыть преступление и предотвратить совершение новых.

МО МВД России «Северобайкальский»

ВНИМАНИЕ!

Управление Федеральной службы по ветеринарному и фитосанитарному надзору по Иркутской области и Республике Бурятия (далее - Управление) информирует, что 17.01.2024 года утверждены распоряжением Правительства Российской Федерации № 41-р изменения, которые вносятся в перечень размещаемых в информационно-телекоммуникационных сетях общего пользования, в том числе в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", сведений и информации, содержащихся в Федеральной государственной информационной системе прослеживаемости пестицидов и агрохимикатов, а также сведений и информации, размещаемых в форме открытых данных. Согласно п. 3 перечня, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 11.04.2022 № 836-р необходимо вносить следующие сведения:

- кадастровый номер, адрес либо местоположение земельного участка, где запланировано применение пестицидов и агрохимикатов;
- дату запланированных работ по применению пестицидов и агрохимикатов (включая (при наличии) информацию о сроке запрета выхода на обработанные площади);
- наименование запланированных к применению пестицидов и агрохимикатов,

действующее вещество пестицида, способ и дозировку применения пестицидов и агрохимикатов;

• рекомендуемые сроки изоляции пчел в ульях. Изменения вступают в силу с 1 сентября 2024 года. Управление рекомендует, очень внимательно относиться к процедуре применения пестицидов и агрохимикатов, последствия могут быть не обратимыми. Так в начале 2024 года в Алтайском крае суд взыскал с местного сельхозпроизводителя 7 млн. рублей за нарушение санитарных норм при обработке полей пестицидами, которое привело к массовой гибели пчел.

Сразу 8 жителей Бийского района Алтайского края обратились в суд с исками к юридическому лицу о возмещении ущерба. Суд установил, что обработка полей пестицидами была осуществлена с нарушениями санитарных норм.

В частности, объявление о начале работ полей опубликовано в СМИ с нарушением срока доведения сведений до населения, в объявлении не указаны границы запланированных к обработке пестицидами и агрохимикатами земельных участков, не обозначены конкретные сроки проведения работ, не сказано о способе проведения работ, не приведены классы опасности пестицидов для человека.

МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ КЛЕЩЕВОГО ЭНЦЕФАЛИТА

Все районы Республики Бурятия являются неблагополучными (эндемичными) территориями по заболеваемости клещевым вирусным энцефалитом (КВЭ).

Носителями возбудителей этой природно-очаговой инфекции являются иксодовые клещи. Активность клещей в республике проявляется с марта и до глубокой осени. В этот период голодные клещи нападают на животных и человека. Их обонятельные органы чутко улавливают приближение добычи.

Клещ быстро цепляется острыми коготками за шерсть животного или одежду человека и, подыскивая наиболее нежные участки кожи, присасывается. Присасывание клеща безболезненное и незаметное.

Клещи находятся в нижнем растительном ярусе (не выше 1 метра), взбираясь на стебли травы, ветки и листья кустарников, замирают в выжидательной позе. Много клещей концентрируется по обочинам лесных дорог, тропинок.

По внешнему виду нельзя отличить зараженного клеща от незараженного. Клещи могут быть занесены в помещение, транспорт животными, с букетами цветов, ветками. Клещи питаются кровью. Самка может сосать кровь несколько суток. Самцы присасываются ненадолго, но могут присасываться неоднократно. При этом клещ вводит в ранку слюну, а с ней и возбудителей инфекции.

Главная мера защиты – не допускать присасывания клещей. • Отдыхая в лесу, надо располагаться на открытых полянах вдали от валежника и кустарника. • Собираясь в лес, необходимо одеться таким образом, чтобы уменьшить возможность заползания клещей под одежду и облегчить быстрый осмотр для обнаружения прицепившихся клещей. Рубашка заправляется в брюки, ворот и рукава наглухо застегиваются, брюки заправляются в носки, на ноги лучше надеть сапоги, на голову – косынку или капюшон. • Постоянно

проводить само и взаимоосмотры (одежды и тела). Обычно клещи присасываются не сразу, а могут несколько часов находиться в складках одежды или в волосах.

• Использовать специальные химические препараты с целью защиты от нападения клещей. Химические средства делятся на акарицидные (убивающие клещей), репеллентные (отпугивающие клещей) и акарицидно-репеллентные (отпугивающие и убивающие клещей одновременно). Необходимо внимательно изучить инструкцию на препарат! Акарицидные препараты наносят только на одежду из-за их токсичности.

Правильное применение средства обеспечивает уровень защиты до 100%. В садах, огородах проводить борьбу с грызунами, расчищать территории от мусора. При необходимости можно обработать территорию от клещей специальными химическими препаратами согласно инструкции по применению. • Не пить сырое молоко коз, коров. Вирус КВЭ погибает при кипячении через 2 минуты. Следует подчеркнуть, что заразно не только сырое молоко, но и продукты из него: творог, сметана. • Осматривать домашних животных после прогулок на улице. При присасывании клеща необходимо обратиться в лечебно – профилактическое учреждение по месту жительства. Наиболее эффективным способом защиты от заболевания клещевым энцефалитом является вакцинация. Эффективным считается курс состоящий не менее чем из 2 прививок.

Последняя прививка должны быть поставлена за 2 недели до выхода в лес. Интервал между первой и второй вакцинацией один месяц, в связи с чем необходимо заблаговременно позаботиться о своем здоровье и начать курс вакцинации в марте-апреле.

Я.Б.Данилова, главный специалист-эксперт ТО Роспотребнадзора

НА БАМЕ ЗАПУЩЕН НОВЫЙ РАЗЪЕЗД 1152 КМ НА УЧАСТКЕ ДЗЕЛИНДА – КИРОН

На Восточно-Сибирской железной дороге завершены строительно-монтажные работы на Разъезде 1152 км. Строительством разъезда выполнено в комплексе мероприятий по увеличению пропускной способности Байкало-Амурской магистрали и Транссиба.

Общая протяженность вновь уложенных путей составила 2,9 км, установлено 8 стрелочных переводов, 169 металлических опор контактной сети, более 60 км сетей сигнализации, централизации и блокировки. Выполнено строительство железобетонного моста, ремонт и реконструкция двух водопропускных труб.

Построено здание для размещения работников оперативных служб, осуществляющих эксплуатационную работу. Уста-

новлено новое оборудование: устройства сигнализации и блокировки, дизель-генераторные агрегаты, компрессорная станция для снабжения сжатым воздухом системы автоматической пневмоцистки стрелочных переводов.

Смонтированы две пассажирские платформы для посадки-высадки персонала и три пункта обогрева для работников, осуществляющих свою деятельность на открытом воздухе.

Открытие движения по новому разъезду позволит увеличить провозную способность БАМа в границах Восточно-Сибирской железной дороги на участке Лена - Таксимо с 24,7 до 51,2 млн тонн грузов.

ВСЖД - филиал ОАО "РЖД"

С ДНЕМ РАБОТНИКА КУЛЬТУРЫ!

Что такое дом культуры или просто ДК, как привыкли говорить сельские жители? В селе Байкальское вся культурная жизнь обычно протекает в Доме культуры. Здесь проводят концерты, выставки, встречи, молодежные дискотеки. Другими словами, ДК - это центр общественной и культурной жизни людей, место их общения, развития творческих способностей земляков.

Здесь работают замечательные, увлечённые своей работой люди: директор Полина Михайловна Бовкун, художественный руководитель Валентина Павловна Татарникова, библиотекарь Светлана Геннадьевна Ситникова. В 2020 году в СДК с.Байкальское прошел капитальный ремонт по национальному проекту «Культура». Все мероприятия специалисты проводят в рамках федерального проекта «Культурная среда».

Когда начинают говорить о работниках культуры, то сразу приходят на память красочные весёлые мероприятия, концерты, и кажется, что у культработников не работа, а сплошные праздники. Однако за каждым из них стоит большой труд. Сколько времени уходит на поиск материала, сколько репетиций, сколько бессонных ночей – не сосчитать... И когда всё проходит интересно, увлекательно, удивляешься выдумке этих людей, их неиссякаемой энергии и, конечно же, преданности своей профессии.

В Доме культуры каждый может найти себе занятие по интересам. Коллективы самодеятельного творчества, любительские объединения: клуб «Затейник», группа «Звездочка», Клуб выходного дня, вокальная группа «Сударушка» помогают населению скрасить свой досуг, развить творческие способности, дают возможность достичь определенных результатов.

Специалисты Дома культуры смогли наладить плодотворное сотрудничество со школой, где всегда навстречу идут учителя Жанна Федоровна Анциферова, Ольга Иннокентьевна Волчатова, Татьяна Николаевна Дорощева. Активно занимаются в творческой группе школьники младших классов: Лев Дорощев, Сергей, Виктор, Иван Ключихины и другие.

В течение года в Доме культуры проводятся разноплановые культурно-досуговые мероприятия. Они носят патриотическую,

образовательную и развлекательную направленность. Исторические и патриотические мероприятия приурочены к какой-либо значимой дате или недавнему событию. Для сохранения народных традиций проходят Масленица, Сагаалган, выставки художественного творчества и мастер-классы.

- Несколько раз в неделю, отложив все домашние дела, спешат на свои репетиции женщины вокального ансамбля «Сударушка», - рассказывает Полина Бовкун, директор Дома культуры. - Собираются вместе, поют песни, общаются. Они всегда на творческом подъеме и с искоркой в глазах, ведь не зря народная мудрость гласит: «В песне – душа народа». Участники ансамбля объединяют не только желание приобщиться к народному творчеству, но и в большей степени нести радость людям. Репертуар коллектива богат и разнообразен. Певуны с большим удовольствием исполняют народные и современные песни, произведения советских композиторов и песни военных лет. Без них не обходится ни одно мероприятие районного уровня, всегда занимают призовые места на традиционном смотре-конкурсе «Содружество трудовых коллективов». В связи с Днем работника культуры хотелось бы отметить артистов художественной самодеятельности: Марию Федоровну Бочарову, Марину Александровну Мирошникову, Екатерину Ивановну Смолину, Людмилу Владимировну Тавровскую, Валентину Павловну Татарникову, Светлану Геннадьевну Ситникову.

Вот что говорят жители села:

- У нас в Байкальском культработники – не просто специалисты, выполняющие определенные обязанности, а люди, глубоко осознающие и чувствующие все прекрасное, которое окружает нас, и которое мы порой просто не замечаем в обычной жизни. Они объединяют, вовлекают все организации поселения в культурно-досуговую деятельность, сплачивают людей. Благодаря их идеям и кропотливому труду, наше село живет интересной жизнью. Именно благодаря нашим работникам культуры сохраняются великолепные традиции, создаются новые сценарии и идеи, проводятся культурно-массовые мероприятия, оставляющие большой след в душе

каждого зрителя. Отраднее, что они не забывают пожилых людей, приходят к ним домой, поздравляют с праздниками, радуют их своим творчеством.

для украшения домов, интерьеров и одежды. Выражаем огромную благодарность всем участникам выставки. Наши умельцы в очередной раз смогли порадовать и уди-



- В преддверии Международного женского дня в Доме культуры была организована выставка изделий декоративно-прикладного творчества «Женских рук волшебные творения», - делится Валентина Татарникова, художественный руководитель СДК. - Это работы рукодельниц и мастериц села. На выставке были представлены их работы в различных направлениях: вязаные изделия, алмазная вышивка и вышивка крестиком, сделанные из бисера декоративные деревья, плетеные из ивы корзинки и колыбель, красочные цветочные композиции. Каждое изделие наших мастеров - неповторимость, оно хранит частичку его души и тепло рук. Знакомясь с их творчеством, ощущаешь чувство гордости за своих талантливых земляков. Мастерицы нашего села - Любовь Павловна Гусевская, Ольга Михайловна Турובה, Марина Александровна, Вера Константиновна Соколова творят изделия, имеющие эстетическую ценность, используемые в повседневной жизни, а также служащие

жить гостей и односельчан.

Сегодня главные направления деятельности СДК - сохранение и приумножение народных традиций, развитие этнокультуры, привитие любви к родному краю. Дом культуры - основная площадка для проведения организованного досуга, место встреч односельчан, здесь развиваются творческие способности и зажигаются новые звездочки. Национальный проект «Культура» разработан в рамках реализации Президентского Указа «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года», реализация которого началась 1 января 2019 года. Национальный проект нацелен на достижение следующих показателей: возможности для самореализации и развития талантов; создание условий для воспитания гармонично развитой личности; увеличение доли граждан, занимающихся волонтерской (добровольческой) деятельностью.

Н.Агафонова

ГОЛОСУЕМ ЗА БЛАГОУСТРОЙСТВО

В Северо-Байкальском районе продолжается голосование по выбору территории на 2025 год по федеральному проекту «Формирование комфортной городской среды» национального проекта «Жилье и городская среда». С момента начала голосования прошло 6 дней и на текущий момент проголосовало 473 человека.

-Пока лидирующие позиции в голосовании занимает проект п.Новый Уоян – «Пейзажное поле», набравшее 316 голосов. Второе место по голосам занимает проект Нижнеангарска «Площадь Советов, участок мемориального комплекса с братской могилой» 1 вариант (зона отдыха) на данный момент набрал 123 голоса.

На третьем месте - проект Нижнеангарска «Площадь Советов, участок мемориального комплекса с братской могилой» 2 вариант (укрепление основания памятника) - 23 голоса. На четвертом месте проект п.Новый Уоян – «Литературная аллея» - 8 голосов, - отмечает Игорь Пухарев, Глава МО «Северо-Байкальский район». -Голосование проводится до 30

апреля, необходимо набрать 1530 голосов, проголосовать можно через волонтера по приложению или через сайт <https://3.gorodsreda.ru> через Госуслуги, - поясняет Ирина Морозова, помощник главы МО «Северо-Байкальский район».

-По национальному проекту «Жилье и городская среда» нам дали возможность принять участие в благоустройстве своего поселения, выбрать ту или иную территорию для благоустройства. Кто, как не мы, знаем, чего не хватает нашему поселку, микрорайону, улице? Конечно, хотелось бы менять жизнь вокруг себя к лучшему.

В этой связи я предлагаю голосовать за проект Нижнеангарска «Площадь Советов, участок мемориального комплекса» 1 вариант (зона отдыха). Все-таки это районный центр, у нас бывают гости и туристы, которые посещают достопримечательности, да и местные жители могли бы посидеть, отдохнуть на Байкале, - выразила свое пожелание Тамара Менчик, жительница п.Нижнеангарск.

Федеральный проект «Формирование комфортной городской среды» направлен на создание нового облика населенных пунктов, обновление общественных пространств, чтобы помочь регионам, сохранив свой колорит и неповторимую архитектуру, создать атмосферу комфорта и безопасности, в которой людям разного возраста одинаково приятно жить, работать и активно отдыхать.

Соб.инф.

ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ



В рамках действующей программы «Старшее поколение» в Северо-Байкальском районе прошло совместное мероприятие Совета женщин и Центра Досуга - интеллектуальный квиз «Садово-огородный» для женщин-хозяйек разных возрастов, где они смогли проверить свои знания, эрудицию, смекалку, сообразительность, а также побороться за звание победителя игры. В квизе участвовали 4 команды: «Тряхнём стариной», «Всегда вперёд», «Зато красивые», «Авантюристы» - всего 26 человек. Все вопросы викторины были связаны и совпадали с лунным посадочным календарем северных районов, связанных с весенними работами: посадке семян на рассаду или в грунт, также были вопросы по обрезке деревьев и кустарников, посадке и удобрению на будущее, все они были интересны и полезны для участников мероприятия.

Первый раунд - «Разминка» - начался с вопросов на разные темы, далее следовали раунды: «Экзотические фрукты и овощи», «Ягодные песни», «Факты об овощах и ягодах», «Угадай цветы по се-

менам». Команды не уступали друг другу в эрудиции и смекалке. Присутствующие увидели и услышали искромётные приветствия и остроумные ответы. Все участники справились с заданиями. В промежутках между выступлением команд звучали музыкальные номера от коллектива Центра досуга. Находчивые участники мероприятия умело рассуждали и находили верные ответы. Однако, несмотря на то что все

команды выступали достойно, «ничьей» игра не завершилась.

1 место разделили - команды «Авантюристы» и «Зато красивые» (24 балла);

2 место - команда «Всегда вперёд» (20 баллов);

3 место - «Тряхнём стариной» (17 баллов). В завершение команды получили дипломы за участие и поощрительные призы. Мероприятие закончилось чаепитием, где продолжалась беседа по задуманной тематике. Очень радует, что наши женщины всегда находят время на подобные мероприятия, заряжая окружающих своим жизненным оптимизмом, энергичностью и задором.

Интеллектуальный квиз - это отличный способ для возрастных людей не только тренировать свой ум, развивать интеллект, но и оставаться активными и социально вовлеченными. Это важно для поддержания когнитивных функций и эмоционального благополучия.

Соб.инф.



К 50-летию БАМа

Медицина на БАМе

Создание бамовской медицины является очень значимой и яркой страницей в истории великой стройки. Эта система здравоохранения создавалась одновременно со строительством БАМа, и в первые годы на долю медицинских работников выпали такие же, и даже ещё большие трудности, как и строителям. Они вместе с ними шли на просеку, на железнодорожные насыпи.

Сегодня мы рассказываем о Вере Ивановне Малыгиной, медицинской сестре функциональной диагностики, которая на днях отметила 70-летний юбилей.

Вера Ивановна родилась в поселке Усть-Баргузин Баргузинского района Бурят-Монгольской АССР. В 1970 году поступила в Улан-Удэнское медицинское училище.

В 1973 году, после успешного окончания Улан-Удэнского медицинского училища по специальности «Акушерское дело» была направлена Министерством здравоохранения Бурятской АССР для дальнейшей работы в Нижнеангарское РТМО. В трудовой книжке В.И. Малыгиной всего одна запись: «Принята на работу в Нижнеангарское РТМО».

Трудовая деятельность Веры Ивановны началась с должности акушерки родильного отделения. На протяжении семи лет Вера Ивановна была непосредственным участником при явлении такого великого чуда, как рождение нового человека! Первые руки, с которыми соприкасается новорожденный - это ласковые и сильные руки акушерки.

Звучное слово БАМ для кого-то просто большая стройка второй половины ушедшего двадцатого века, очередная страничка истории, а для Веры Ивановны - это часть её жизни, её судьбы! Как надо любить свою профессию, чтобы невозможное сделать возможным, - это когда на 5 койках родильного отделения размещается до 20 рожениц, и это - тоже БАМ!

Ведь коечный фонд больницы был рас-

считан на 7,0 тысяч населения района, а в период строительства Байкало-Амурской магистрали произошёл демографический взрыв - население района увеличилось в 11 раз. В таких «полевых» условиях коллектив родильного отделения Нижнеангарской больницы и в их числе Вера Ивановна, умудрялись оказывать квалифицированную медицинскую помощь при родовспоможении, не допустив ни одного случая перинатальной и материнской смертности, внутрибольничной инфекции.

В 1974 году Вера Ивановна освоила смежную специальность рентгенолаборант. В 1980 году Вера Ивановна приобрела вторую профессию «Медицинская сестра функциональной диагностики», в этой должности продолжает работать в настоящее время, на протяжении 21 года.

Вера Ивановна очень грамотный и опытный работник. В 1998 году Вере Ивановне была присвоена Высшая квалификационная категория по специальности «Функциональная диагностика». В нашем поселке, пожалуй, нет такого человека, который не знал бы Веру Ивановну, хотя бы один раз в своей жизни не побывал в этом кабинете.

Со всеми она добра, внимательна, всегда уравновешенна. Для каждого пациента найдет доброе и ободряющее слово. Благодаря всем этим качествам Вера Ивановна снискала уважение в коллективе и среди населения. 50 лет Вера Ивановна посвятила любимому делу! Вера Ивановна не только хороший и ответственный работник, но и хорошая мать, заботливая бабушка.

За свой труд В.И. Малыгина награждена в 2004 году почетной грамотой Министерства здравоохранения Республики Бурятия за многолетний и добросовестный труд в деле охраны здоровья населения республики. Коллектив ГБУЗ «Нижнеангарская ЦРБ» в лице главного врача Галины Гавриловны Мешковой поздравляет Веру Ивановну с юбилеем! До-



рогая, уважаемая Вера Ивановна! От всей души поздравляем Вас с замечательным, солидным 70-летним юбилеем! Вы благополучно достигли прекрасного возраста мудрости, большого жизненного опыта, достойного уважения и почта.

Искренне желаем Вам крепкого, стабильного здоровья, успешного долголе-

тия, хорошего настроения, бодрости, неиссякаемых сил, оптимизма и жизнелюбия!

Пусть будет постоянно сердечное спокойствие, душевная теплота и уют в Вашем доме, забота и любовь родных, много интересных, приятных событий, радостных встреч!

ГБУЗ «Нижнеангарская ЦРБ»

Крым наш!



В Нижнеангарске 21 марта прошел флешмоб, посвященный Дню возвращения Крыма в Россию. В акции приняли участие более 50 человек, это учащиеся Нижнеангарской средней школы и активисты Движения первых. Мероприятие прошло в рамках федерального проекта «Патриотическое воспитание» национального проекта «Образование».

- Это знаменательное событие стало символом народного вдохновения, сплоченности и патриотизма, десятую годовщину воссоединения Крыма с Россией мы решили отметить праздничным флешмобом, - сказали организаторы мероприятия.

Напомним, в 2014 г. Крым и Севастополь вновь стали российскими регионами после проведенного 16 марта того же года референдума, на котором большинство жителей высказались за вхождение в состав РФ. 18 марта - важная дата в истории нашей страны. 10 лет назад крымчане сделали свой выбор и проголосовали за

возвращение домой. Крым всегда был и останется неотъемлемой частью России.

- Мы - одна страна и один народ! Мы вместе! - скандировали собравшиеся на площади. Воссоединение Крыма с Россией - это праздник нашей большой, сильной и независимой страны.

В каждом из нас любовь к своей Родине безгранична. Она наполняет нас духовным подъемом, объединяет наш многонациональный народ и помогает справиться с любыми трудностями. Историческое значение событий Крымской весны дает подрастающему поколению возможность мирно жить, успешно учиться и реализовать свои возможности на необъятных просторах России.

Историческое значение событий Крымской весны дает подрастающему поколению возможность мирно жить, успешно учиться и реализовать свои возможности на необъятных просторах России.

Соб.инф.

КОНКУРС ЧТЕЦОВ «ЖИВАЯ КЛАССИКА»

21 учащийся из 6 школ Северо-Байкальского района приняли участие в районном этапе Всероссийского конкурса юных чтецов «Живая классика» в ходе реализации национального проекта «Образование».

- Школьники каждый раз удивляют своим пониманием и прочтением хорошо знакомых произведений отечественной и зарубежной классической литературы. Выступали и начинающие чтецы 10-11 лет, которые выходили на сцену впервые, и опытные, участвующие в этом конкурсе не один год, - отметили организаторы мероприятия.

Перед членами жюри стояла непростая задача - оценить выбор участником текста (органичность исполняемого произведения чтецом, соответствие возрасту), способность оказывать эстетическое, интеллектуальное и эмоциональное воздействие на слушателей, грамотность речи, дикцию, расстановку логических ударений и пауз.

- Участники конкурса были хорошо подготовлены, показали прекрасное знание текста и глубину проникновения в образную систему и смысловую структуру произведений, смогли донести до зрителей и жюри свой эмоциональный настрой, продемонстрировать высокую сценическую и речевую культуру, - сказала Е.В.Афанасьева, заместитель начальника МКУ Управление образования.

В составе жюри конкурса под руководством заместителя начальника МКУ Управление образования Е.В.Афанасьева работали преподаватель МАУ ДО «ДШИ п. Нижнеангарск» С.В.Килин, педагог дополнительного образования МБОУ ДО «РДТ» п. Нижнеангарск Е.Н.Ророкина, библиотекарь АУ «ММЦБ п. Нижнеангарск» А.Ю.Вальшевская.

Представлять Северо-Байкальский район на региональном этапе конкурса «Живая классика» будут три чтеца: Маркова Дарья (МБОУ «Кичерская СОШ»), Канцлер Светлана (МБОУ «СОШ № 36» п. Новый Уоян) и Вальшевская Татьяна (МБОУ «Нижнеангарская СОШ № 1»).

АУ «ММЦБ п. Нижнеангарск»



НОВАЯ ФОРМА РАБОТЫ

Быть работником культуры — значит идти в ногу со временем, находиться в центре самых ярких событий, не забывая при этом о богатейшем наследии.

Естественно, что с течением времени меняются культурные запросы населения, само понимание досуга. В этой связи специалисты районного Центра досуга находят новые формы общения с аудиторией. В частности, на сегодняшний день большой популярностью у жителей пользуется такая форма работы, как квиз. Все мероприятия проходят в рамках федерального проекта «Творческие люди» национального проекта «Культура».

Квиз — это захватывающая командная интеллектуальная игра, в которой для победы нужны логика, эрудиция, смекалка и командное взаимодействие. Недавно, в преддверии Международного женского дня здесь прошла игра на тему: «О, женщина, разная и неповторимая».

Игра состояла из семи тематических раундов, вопросы охватывали все сферы жизни и, конечно же, так или иначе были о прекрасных женщинах. Некоторые из вопросов оказались не такими простыми, над ними пришлось поломать голову. Участники угадывали значения женских имен. Заканчивали мудрые мысли известных личностей. Например, интересное наблюдение как-то озвучил знаменитый танцовщик Марис Лиела: «Когда поднимаешь партнершу, тяжел не вес, а что? (ответ — характер)».

В третьем раунде необходимо было в течение минуты найти ответ. Вопрос. Психологи давно спорили: какой голос должен делать объявления в метро: мужской или женский. Мужской — чересчур начальственный, женский — неуместно сексуален. И вот на кольцевой линии метро пришли к компромиссу: в одном направлении остановки объявляет мужской голос, а в противоположном — женский. Правда, сделано это было не ради примирения психологов,

а в интересах вполне конкретной категории пассажиров. Какой?

(Ответ — слепых, чтобы слепые пассажиры могли ориентироваться, в каком направлении они едут).

Вопросы были разные, и только глубокие знания и жизненный опыт помогали участникам выйти из затруднительного положения.

Прошли несколько игр со школьниками. Разделившись на команды, игроки прошли 5 раундов, отвечая на вопросы из разных отраслей знаний.

«Квиз — это вопросы и ответы, пришел на смену викторине. Играть в такие игры весело — ведь это соревнование, а соревнование предполагает азарт, предвкушение, огромную радость и много других ярких эмоций, — говорит Галина Беспалова, директор Центра досуга. — На некоторые вопросы ребята отвечали сразу, не дожидаясь времени. Над некоторыми думали, спорили, обсуждали, в результате полтора часа пролетали незаметно. Обстановка во время игры была непринужденная. Команды хлопали и подбадривали друг друга, когда видели на экране правильные ответы. Оживление в зале достигало апогея, когда мы объявляли итоги игры. В результате все участники квизов получили заряд положительных эмоций, грамоты и сертификаты за активное участие в игре.

В квиз играть было интересно. Всё было круто, узнали много нового, посмеялись от души, — так отзывались школьники.

Командные обсуждения, сбор коллективных знаний и поиск истины очень сблизят, — сказала Надежда Симан, кл.рук.5Б класса. — Ребята и поразмышляли, и посмеялись, и удивились новым открытиям, а также получили яркие эмоции. Было множество интересных вопросов с подвохами, каверзные, сложные, тем не менее это было занимательно, азартно и, безусловно, познавательно.

По оценке организаторов квиза, участ-

ники очень достойно продемонстрировали себя, ответив правильно примерно на 75% от всего количества вопросов. Можно сделать вывод, что нижеангарские школьники — находчивые, знающие, остроумные!



Учащиеся начальных классов на игровой программе «Весенние забавы» вспомнили приметы весны, пословицы и загадки об этом времени года. Поиграли в подвижные игры: «Веселый поплавок», «Весенние скачки», «Попадос». Игра стала отличной возможностью для подрастающего поколения проявить себя, показать свою эрудицию, смекалку и логику.

Среди нацпроектов, которые реализуются в Республике Бурятия, особое место

занимает проект «Культура».

Глава государства неоднократно говорил о приоритетах России в этой области: «Государство будет поддерживать все формы творческого поиска, современные

и традиционные искусства, реализм и авангард, классику и новаторство. Дело не в жанрах и направлении, культура призвана служить добру, красоте, гармонии, размышлять над порой очень сложными, противоречивыми вопросами жизни и, главное, не разрушать общество, а пробуждать лучшие человеческие качества, — отметил Владимир Путин в ходе послания Федеральному собранию.

Соб.инф.

СЛАВИМ ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛЫ В ГОД ЮБИЛЕЯ!

В МБОУ «Верхнезаимская СОШ» в рамках юбилейного года март месяц посвящен работникам культуры. Вспомним историю Дома культуры в с. Верхняя Заимка. История сельского клуба начинается с 1956 года. Жители поселка любили в нем отдохнуть. Здесь проводились торжественные вечера, собрания колхозников, встречи. Музыкантом-гармонистом была Е.И.Залуцкая. Заведующим клубом работал А.Ф. Рогов.

Продолжительное время в должности кинемеханика проработал почетный житель нашего села Анатолий Николаевич Гольский. За долгие годы своего существования клуб не раз менял адреса, менялись творческие коллективы, но одно остается неизменным — он остался центром притяжения местного населения, местом активного отдыха.

Досуговый центр привлекает посетителей к участию во всех формах организации культурной жизни села. Ежегодно проводятся такие праздники, как День Победы, День защиты детей, День пожилых людей, День села, Новый год и др.

Сегодня в селе действует типовой сельский клуб, в нем находится библиотека. На протяжении долгого времени руководителями являлись Галина Александровна и Петр Павлович Залюбовские. С 2010 года и по настоящее время директором клуба является выпускница нашей школы Наталья Юрьевна Круткова, библиотечкарь и художественный руководитель — Анна Владимировна Загнаева.

Также выпускники нашей школы, получившее образование в сфере культуры, начинали свой путь в родном селе и в стенах нашего сельского клуба. Это Наталья Копытина, Елена Малогрошева, Анна Охтина.

Наши выпускники успешно работают в разных городах нашей страны. Елена Малогрошева возглавляет театральный кружок в МКЖК РКДО в с. Баргузин. Анна Охтина (Букреева) окончила школу в 1997 году. Анна начала свою деятельность в культуре в родном селе с 2002 года. В

этом же году она поступила в Бурятское республиканское училище культуры и искусства. Имеет специальность «Социально-культурная деятельность и народное художественное творчество». После замужества в 2004 г. переехала в с. Итанца Прибайкальского района. И там же продолжила свою деятельность в должностях методист по работе с детьми и художественный руководитель в МБУ ИКИЦ «Огонек».

Галина Нелюбина — выпускница нашей школы 1987 года. После окончания школы поступила в Восточно-Сибирский институт культуры. Начала свою деятельность в Северном русском народном хоре в г. Архангельск. После 3-х лет работы в хоре Галина перешла в казачий ансамбль «Майдан» в г. Санкт-Петербург, где проработала еще 7 лет. Потом переехала ближе к родному краю. И продолжила свою деятельность на протяжении 15 лет в казачьем коллективе «Забайкальские казаки» (г.Чита). За это время хоры и ансамбли прославляли культуру в разных уголках России за рубежом.

В настоящее время работает в г. Байкальск и является руководителем вокального ансамбля «Родня», детского вокального ансамбля «Жарки», эстрадного вокального ансамбля «Виола». Ансамбли являются лауреатами Всероссийских и Международных вокальных конкурсов.

Выпускники нашей школы участвуют в самодеятельности и организовали в родном селе разножанровую Фолк-группу «Девчата». Участниками группы являются: Яковлева Ирина, Бобровникова Мария, Бобровникова Ольга. Руководитель и участник группы — Круткова Наталья.

При МБОУ «Верхнезаимская СОШ» с сентября 2023 года работает кукольный театр «Малышок» под руководством Елены Александровны Бондаренко. 20 марта состоялась премьера постановки кукольного театра в разных возрастных категориях.

Д.А.Фурсова, МБОУ «Верхнезаимская СОШ»

«Прекрасен мир любовью материнской...»

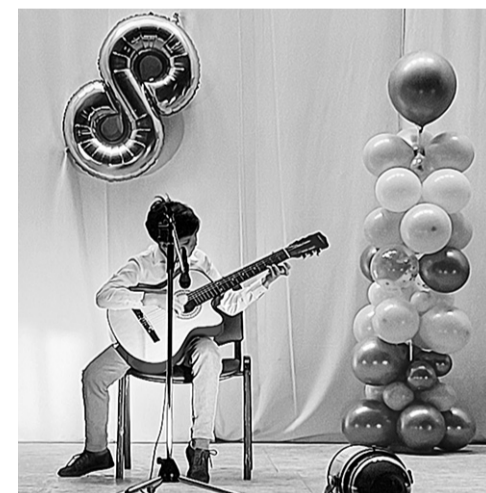
Первый весенний месяц традиционно ассоциируется с Международным женским днем, который в России отмечается уже больше века. Изначальная суть праздника совершенно непохожа на то, как он понимается сейчас. Тем не менее это важный день для каждой женщины, теплый и светлый праздник, сопровождающийся улыбками, поздравлениями и общей женской солидарностью. Определенных традиций, связанных с Международным женским днем, не сложилось. Сейчас в этот день всех женщин, независимо от их социального статуса и возраста, поздравляют коллеги и родственники, дарят подарки и освобождают от бытовых дел. Особое место в этом празднике занимают цветы. Традиционным подарком считаются веточка мимозы и букет тюльпанов.

7 марта в КДЦ «Калейдоскоп» состоялся концерт «Прекрасен мир любовью материнской...», посвященный 8 Марта. Со словами поздравления к прекрасной половине нашего посёлка обратилась глава администрации МО СП «Ангояское» Э.К. Казымова. Воспитанники Районного Дома детского творчества (рук.Л.Ю. Башлий) открыли праздничный концерт песней «Мама — лучшее слово». В мероприятии так же приняли участие юные гитаристы и пианисты Детской школы искусств п.Кичера. Жители п.Ангоя представили

юмористическую сценку о Международном женском дне. Изюминкой концерта стала песня «Иллюзии» в исполнении Карины Сагадеевой. Энергично и весело выступили танцевальный коллектив «Акварель» и воспитанники детского сада «Светлячок» с танцем «Джентельмены» вместе с воспитателем М.И.Тарасовой.

После праздника для участников концерта было организовано чаепитие.

КДЦ «Калейдоскоп»



«Широкая масленица»

Масленица — один из самых почитаемых русских праздников, символизирующих проводы зимы и обновление природы. Каждый день в масленичной неделе имеет свое название и ритуалы. Проводы зимы — один из самых веселых и долгожданных праздников в году, когда люди веселятся, ходят в гости, устраивают гулянья и кушают блины.

В воскресенье, 17 марта, в селе Холодное прошли традиционные гулянья, посвященные прощанию с зимой. Праздник проходил весело и задорно. Жителей и гостей праздника ожидала ярмарка-распродажа домашней выпечки, шашлыков, солений которую организовали ТОСы «Асикта» и «Ручеек», женский клуб «Огонек», женсо-

вет с.Холодное и МБОУ «Киндигирская» ООШ. Приглашали всех жителей села принять участие в конкурсном-игровой программе «Широкая масленица», подготовленной работниками АУ КДЦ «Аргукта». Звонкие, задорные народные песни и прибаутки поднимали настроение и веселили публику. Веселые хороводы, бросание валенок, игра в блинчики и другие народные игры раззадорили гостей, а в конце мероприятия было сожжено чучело Зимы, чтобы вместе с огнем ушло все плохое. Всех присутствующих угощали вкусными блинами и горячим чаем. В этот день царил атмосфера добра и радости. Прощай, Зима! Здравствуй, Весна!

К.В.Трескина, АУ КДЦ «Аргукта»

В НИЖНЕАНГАРСКЕ С 25 ПО 31 МАРТА ПРОХОДИТ НЕДЕЛЯ ОТКАЗА ОТ ЗАВИСИМОСТЕЙ

В рамках национального проекта «Здравоохранение» в Нижнеангарской ЦРБ проходит Неделя отказа от зависимостей.

Согласно статистике, практически 75% населения имеют вредные привычки. Многие даже не догадываются, к каким последствиям это может привести. К самым распространенным пагубным привычкам относят курение, пристрастие к алкогольным напиткам (алкоголизм) и наркотическим веществам (наркомания), а также нездоровые пищевые привычки.

Сегодня мы поговорим о такой вредной привычке, как алкоголь. Проблема алкоголя чрезвычайно серьезна: более 200 заболеваний связано с его злоупотреблением, а вклад алкоголя в возникновение различных заболеваний варьирует от 5 до 75%.

Алкоголь — это яд, который действует на все системы организма. Помимо того, что он в итоге убивает самого человека, он также ставит под угрозу безопасность окружающих. Так, алкоголь вызывает и нарушение координации движения, и нарушение контроля за поведением. Итог: несчастные случаи различного характера, при которых получают травмы и гибнут люди, ни разу не употреблявшие алкоголь, а также рост количества преступлений разной степени тяжести.

Алкоголь способствует повышению тревожности. Вы чувствуете внезапную и необоснованную тревожность, беспокойство или даже необъяснимый страх?

Возможно, это результат того, что накануне вы употребили слишком много алкоголя. Употребление алкоголя и связанные с этим поступки, а также влияние этанола на ткани и органы человека приводят не только к «базовым» симптомам похмелья, но и к беспричинной тревоге. Вечеринки, алкоголь, драйв — все это может быть весело, пока не начнется похмелье.

Это своеобразное напоминание о том, что веселье уже закончилось. Данное состояние чаще всего проявляется как головная боль, тошнота и рвота, чувствительность к яркому свету и громким звукам. Эти симптомы знакомы каждому, кто хоть раз находился в состоянии алкогольного опьянения. Вот только помимо физического похмелья может быть и психическое, которое обычно протекает острее и чувствительнее.

Так, довольно часто люди, помимо стандартных проявлений похмелья, испытывают серьезное и неоправданное беспокойство. Это явление известно как «похмельная тревожность». Состояние тревожности выматывает человека — он не может сосредоточиться на ежедневных делах, быть достаточно внимательным к своим близким. Иногда тревога возникает в результате проблем на работе или в личной жизни. И чтобы справиться с беспокойством, необходимо заняться решением данных вопросов. А вот к избавлению от похмельной тревожности надо подходить немного с другой стороны.

Почему может возникнуть тревога после злоупотребления алкоголем? Причины, по которым появляется угнетенное психическое состояние на утро после вечеринки, может быть несколько. Социальная тревожность, которая «возвращается». Для многих людей алкоголь является спо-

собом уйти от проблем, в частности от проявлений социальной тревожности. Она характеризуется стремлением человека находиться в обществе, при этом у него присутствует страх, что над ним посмеются или раскритикуют.

Такой человек обычно стесняется, старается не показываться на глаза людям. То есть в нем борются два противоположных желания: быть среди людей и спрятаться от них.

Социальная тревожность может быть первой стадией социофобии, но вместо того, чтобы обратиться к психологу, человек предпочитает выбрать алкоголь. Действительно, во время употребления алкогольных напитков в компании признаки боязни общества испаряются, однако на следующий день это состояние вновь занимает свое «законное» место, что и приводит к появлению похмельной тревожности.

Чувство вины. Алкоголь помогает «избавиться» от моральных и этических рамок. Чем больше алкоголя выпивает человек, тем более смелым, отважным, непобедимым он себя чувствует. Уходит представление о нормах, стираются границы социально дозволенного. В таком состоянии человек может совершить множество необдуманных поступков.

Например, нахамить близким, подражаться с друзьями, совершить правонарушение. Не будем говорить о тяжких преступлениях. Но даже легкие формы правонарушений могут вызвать тяжелейшее чувство вины, которая также повлияет на повышенный уровень тревожности и может привести к затяжной депрессии.

«Алкогольное голодание». Во время употребления алкоголя увеличивается количество эндорфинов. И как только поступление в организм алкоголя прекращается, уровень этих гормонов резко падает. Подобные эндорфиновые скачки как раз и вызывают тревожность, которая может длиться до 8 часов (время необходимое для стабилизации уровня эндорфинов).

Многие считают, что в таком случае надо просто повторить прием алкоголя — по простому «похмелится» легким алкоголем и все пройдет. Можно догадаться, что как только в кровь попадает свежая порция этанола, вновь происходит выброс эндорфинов — человеку становится хорошо. Но этот эффект скоро заканчивается, и тревожность возвращается. И тогда хочется выпить снова — возникает так называемое «алкогольное голодание».

Обезвоживание. Вода — важнейший элемент для всех органов и тканей человека. При любых ситуациях, когда организм недополучает нужного количества воды, он испытывает стресс, сравнимый со стрессом от жизнеугрожающих ситуаций.

Вот только часто это состояние не осознается самим человеком, поэтому появляются необоснованные тревожность и страх. Причем же тут алкоголь? Во время употребления алкогольных напитков человек обычно не думает о том, чтобы восполнить запас воды.

Да и сам алкоголь способствует обезвоживанию, нарушая обмен веществ на клеточном уровне. Более того, часто в качестве закуски используются продукты,

влияющие на содержание воды в организме: соленые или маринованные овощи, соленая рыба, жирные жареные блюда, сладкие газированные напитки, соки и т. д. Таким образом, чем больше было выпито накануне, тем больший стресс организм испытывает из-за обезвоживания, а человек мучается от беспричинной тревоги.

Что делать с похмельной тревожностью?

Даже непьющему человеку бывает нелегко справиться с беспокойством. Что уж говорить о том, когда к этому чувству добавляются симптомы похмелья. В таком состоянии любые попытки успокоиться приводят лишь к повышению уровня тревожности. Чтобы не попасть в подобное положение, лучше, конечно, вообще не употреблять алкоголь или ограничить его количество.

Но если вы заметили, что не можете контролировать себя во время вечеринки или не в силах отказаться от очередного бокала, то стоит обратиться к врачу для выявления возможной алкогольной зависимости и последующего лечения. В случае, когда вы употребили чрезмерное количество алкоголя и симптомы похмелья

справиться с этим состоянием.

Сон поможет восстановиться и снизить уровень беспокойства. Если не получается уснуть, то попробуйте принять прохладный душ перед тем, как лечь в постель, включить легкую и тихую расслабляющую музыку, приглушить свет или задернуть шторы.

Осознанная медитация. Это, пожалуй, наиболее тяжелый способ справиться с тревогой во время похмелья, но в то же время он очень действенный. Суть осознанной медитации заключается в том, чтобы полностью расслабиться, расположившись на кровати, кресле или в удобном и комфортном для вас месте. Необходимо закрыть глаза, начать глубоко и плавно дышать.

Дыхание должно быть естественным: не пытайтесь его контролировать. Находясь в этом состоянии, вы начнете понемногу успокаиваться. В этот момент можно сосредоточиться на своих мыслях и ощущениях. Подумайте, что вызывает у вас тревогу, постарайтесь найти первопричину этого состояния.

Это может быть как социальная тревожность, описанная выше, так и какие-то



**25-31
МАРТА**

НЕДЕЛЯ ОТКАЗА ОТ ЗАВИСИМОСТЕЙ

настигли вас на следующий день, можно попробовать справиться с тревогой одним и/или несколькими из трех методов.

Восполните запас воды. При возникновении беспокойства после употребления алкоголя попробуйте пить больше жидкости. Так, вы сможете исключить тот вариант, когда похмельная тревожность на самом деле связана с недостатком воды в организме. Даже если обезвоживания нет (что определить достоверно самому нельзя), то вода поможет успокоиться и немного прийти в себя.

Пить желательно чистую простую воду, и не один-два стакана, а как можно больше и чаще. И не пытайтесь избавиться от симптомов похмелья с помощью рассола или пива — это только усугубит ситуацию.

Сон как часть восстановления. Во время алкогольной вечеринки ваш организм испытывает самые сильные нагрузки: большое количество алкоголя, отсутствие полноценного сна в привычное время и мощный эмоциональный всплеск. Все это истощает силы организма, а потому при повышенной тревожности у вас уже не остается внутренних ресурсов, чтобы

нехорошие слова и неправильные поступки, которые были сказаны и совершены прошлой ночью.

Исправление ошибок. Если накануне вы совершили то, за что вам теперь стыдно, то подумайте, как вы можете это исправить. Для начала, конечно, лучше полностью восстановиться, прийти в себя, выспаться. И на свежую голову решить возникшие проблемы.

Похмельная тревожность может нарушить все планы на день. Однако это удручающее состояние легко предотвратить. Отказ от алкоголя или максимальное сокращение употребления поможет вам уберечь свой организм от негативного влияния алкоголя, а психику — от проявлений беспокойства и безотчетного страха.

Специалисты утверждают, что сложнее всего в первые три недели после отказа от вредной привычки, но уже по истечении этого времени формируется новая привычка — к здоровому образу жизни.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

**По материалам ГБУЗ
«Нижнеангарская ЦРБ»**

«МЫ ПРОТИВ ТЕРРОРА»

Сегодня терроризм превратился в одну из опаснейших глобальных проблем современности, создавая серьезную угрозу безопасности всего общества. На сегодняшний день борьба с терроризмом — важнейшая государственная задача.

Многое сделано и делается сейчас в нашей стране для защиты мирных граждан от потенциальной террористической угрозы, но никто не должен оставаться равнодушным к злодеяниям, которые уносят человеческие жизни, несут страдания и боль.

Бдительность и ответственность каждого из нас — основная составляющая борьбы с терроризмом.

27 марта в АУ КДЦ «Аргуакта» с.Хлодное прошла лекция-беседа с детьми о терроризме. Ребятам было рассказано о том, что такое терроризм, кто такие террористы.

В ходе мероприятия беседа шла о том, что терроризм стал глобальной проблемой человечества, что его проявления влекут массовые человеческие жертвы и наносят тяжелые физические и психологические травмы, и как вести себя в такой ситуации.

Детям было предложено сделать коллаж «Мы против террора».

**К.В.Трескина,
АУ КДЦ «Аргуакта»**



ПАМЯТИ ГАЛИНЫ ГЕОРГИЕВНЫ ГОРБУНОВОЙ

Районный совет ветеранов с прискорбием сообщает, что 24 марта 2024 года в возрасте 83 лет ушла из жизни Горбунова Галина Георгиевна, ветеран труда, главный бухгалтер Северо-Байкальского коопзверопромхоза.

Галина Георгиевна родилась в Тунке 16 ноября 1941 года. Трудовую деятельность она начала в конторе Северо-Байкальского райпо бухгалтером.



Позже перешла в коопзверопромхоз. Она была профессионалом своего дела, с ответственностью относящейся к работе и решению самых сложных

задач. В коллективе ее ценили за деловые качества, напористость и умение добиваться поставленных целей. Галина Георгиевна была хорошей матерью, вырастила четверых детей, всем дала образование, воспитала их добрыми, отзывчивыми людьми.

Восемь внуков и внучек любили бабушку за мудрость, неугасающую жизненную энергию и милосердие. Уйдя на заслуженный отдых, стала заниматься активной общественной деятельностью, руководила первичной организацией ветеранов коопзверопромхоза, являлась членом президиума районного Совета ветеранов. За добросовестный труд Галина Георгиевна была награждена медалями «За строительство Байкало-Амурской магистрали», «Ветеран труда», ведомственными почетными грамотами и благодарностями. Галина Георгиевна Горбунова останется в нашей памяти примером безграничной преданности своей профессии, высоким морально-этическим принципам, искренней сопереживания родным и близким. Скорбим вместе с вами.

Выражаем глубокое соболезнование семье Акуловой Татьяны Анатольевны в связи с безвременным уходом из жизни горячо любимой матери и бабушки Галины Георгиевны Горбуновой. Пусть ее душа упокоится с миром.
Коллективы Управления образования и Нижнеангарской СОШ №1

Выражаем глубокое соболезнование родным и близким в связи с уходом из жизни старейшей жительницы, ветерана труда Смирновой Любови Дмитриевны. Вечная ей память.
Районный Совет ветеранов, первичная организация ветеранов Северо-Байкальского райпо

Выражаем глубокое соболезнование родным и близким в связи с кончиной Паршуковой Федосьи Кондратьевны. Вечная ей память.
Районный Совет ветеранов, коллектив ФГУС "Нижнеангарская ЦРБ"



Компания "Айроннет" объявляет специальную акцию для жителей поселка Нижнеангарск - подключение услуг высокоскоростного интернета и цифрового телевидения стало доступнее. Теперь необходимое для подключения оборудования вы можете взять в аренду.
Наш телефон: 8-800-222-46-69.

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА

На газету «Байкальский меридиан» на 1-е полугодие 2024 года. На страницах газеты Вы сможете прочесть о самых интересных событиях культуры, общественной и политической жизни нашего района, найти ответы на волнующие Вас вопросы. Осуществить подписку Вы можете в любом отделении почтовой связи Вашего поселения. Подписной индекс - 50918.



ПОЗДРАВЛЯЕМ ЮБИЛЯРОВ -
КРЫШКО АЛЕКСЕЯ ДМИТРИЕВИЧА (п.Кичера),
БОЖКО ЛЕОНИДА ПАНТЕЛЕЙМОНОВИЧА
(п.Новый Уоян),
НИКОЛАЕВА АЛЕКСАНДРА СЕРГЕЕВИЧА
(п.Кичера)

Пусть юбилей несет лишь счастье,
Ни капли грусти, ни одной слезы.
Душевного богатства и здоровья
Желаем мы от всей души!

Глава МО «Северо-Байкальский район»,
Администрация МО «Северо-Байкальский район»,
Совет депутатов МО «Северо-Байкальский район»,
районный Совет ветеранов, Совет женщин

Свеча памяти и скорби

В Северо-Байкальском районе местные жители собрались вместе, чтобы почтить память жертв теракта в «Крокус Сити Холле». Напомним, вечером 22 марта в комплексе «Крокус сити холл» в подмосковном Красногорске перед началом концерта группы «Пикник» в районе 20.00 неизвестные открыли стрельбу по посетителям, затем в здании произошел взрыв и начался пожар.

По последним данным, в результате теракта погибли 137 человек, еще более 150 пострадали.

24 марта объявлено днем общенационального траура. Об этом Президент Российской Федерации Владимир Путин сообщил в своем обращении к гражданам в связи с терактом в комплексе "Крокус сити холл".

Во всех регионах России в память о погибших прошли митинги. На центральной площади в п. Нижнеангарск установи-

ли баннер со свечой памяти и скорби. Открыла митинг Елена Каурцева, выразив слова скорби, после чего, в знак памяти всех погибших, прошла минута молчания. Жители несли цветы, мягкие игрушки, а также зажигали свечи.

Соб. инф.



Астрологический прогноз на неделю



ОВЕН

В начале недели неожиданную удачу может принести умение взаимодействовать с деловыми партнерами. В четверг, вероятно, появится реальный шанс завести полезные в финансовом отношении связи. В субботу возможна внезапная поездка, причём дальняя.



ТЕЛЕЦ

Расслабьтесь, и примите все события и людей такими, каковы они есть. Вы вряд ли вольны что-то изменить сейчас. Происходящее будет испытывать ваши силы, возможности и терпение. Сосредоточенность и быстрота реакции позволят вам справиться с поставленными задачами.



БЛИЗНЕЦЫ

Многие проблемы решатся. И вы поймете, что приняли верное решение и идете правильным путем. На работе все будет складываться в вашу пользу. В личной жизни вы ощутите любовь, заботу и внимание со стороны любимого человека. Так что наслаждайтесь весной и гармонией.



РАК

В первой половине недели вероятны и довольно удачные разнообразные контакты: встречи, поездки по делам и прочие тому подобные хлопоты. Некоторым представителям знака захочется сбросить с себя груз обязанностей, сменить работу или обстановку. Вторая половина недели может подарить отличную возможность для путешествия.



ЛЕВ

В ближайшие дни вам придется прибегнуть к помощи своих друзей и коллег, только совместными усилиями вам удастся воплотить в жизнь свои замыслы. Отношения с партнерами во вторник могут осложниться, причём причиной грозит стать любой пустяк, старайтесь не ссориться.



ДЕВА

На этой неделе не следует позволять коллегам и начальству сомневаться в том, что у вас есть своя позиция по ключевым вопросам. Если вы с кем-то не согласны, высказывайте свои возражения сразу. После случая может и не представиться.



ВЕСЫ

На этой неделе вам просто необходимо сосредоточиться на одной главной цели, тогда она начнет реализовываться. Вас ждет становление карьеры и профессиональный рост. В первой половине недели возможны определенные трудности со старыми деловыми партнерами и коллегами. Выходные - благоприятное время для свиданий и признания в любви.



СКОРПИОН

На этой неделе главное - выбрать правильную стратегию и тактику, тогда ваш лавровый венок будет стоить вам минимума усилий. Улучшится здоровье и настроение, появятся неплохие перспективы. Возможно повышение в должности и появление новых обязанностей.



СТРЕЛЕЦ

Наступает благоприятное время, в вас проснется жажда жизни. Однако важно, чтобы не пропала и тяга к работе. В начале недели наберитесь терпения, так как коллеги и близкие люди могут держать вас по всяким пустякам. Во второй половине терпение уже не поможет, придется объяснять, что входит в ваши обязанности, а что от вас требовать бессмысленно.



КОЗЕРОГ

Ваша сила - в открытости и доброжелательности, тогда и нервы будут целы и дела пойдут на лад. Возможны позитивные сдвиги в личной жизни, особенно если вы не перестанете доверять людям из-за прошлых разочарований. Старайтесь не позволять втягивать себя в решение чужих проблем, помимо собственной воли.



ВОДОЛЕЙ

Начало недели окажется сложным временем, однако, решающим для вашей карьеры и отношений с начальством. Очень рекомендуется показывать во всем блеске свой профессиональный уровень. В четверг берегите свои силы, так как любая, даже привычная работа, может отнять у вас слишком много энергии.



РЫБЫ

В начале недели лучше не изводить себя излишней нагрузкой на работе, а посвятить время семье. Не форсируйте события и не пытайтесь делать десять дел одновременно. Могут возникнуть некие обстоятельства, которые будут сковывать вас и заставлять контролировать свои слова и поступки.