

16+

Заря

ТЕМКИНСКАЯ РАЙОННАЯ ГАЗЕТА

Учредители: Администрация МО «Темкинский район»,
Аппарат Администрации Смоленской области**ВТОРНИК,
29****ЯНВАРЯ
2013 г.**№7 (7217)
Цена свободная**ПОСТАНОВЛЕНИЕ Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области № 8 от 11.01.2013 г.**

Об утверждении порядка разработки и утверждения административных регламентов предоставления муниципальных услуг

В соответствии с Федеральным законом от 27 июля 2010 года № 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг» и в целях реализации мероприятий по разработке и утверждению административных регламентов предоставления муниципальных услуг, Администрация муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области постановляет:

1. Утвердить Порядок разработки и утверждения административных регламентов предоставления муниципальных услуг, согласно приложению.

2. Заместителям Главы Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области, начальникам структурных подразделений Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области обеспечить проведение необходимых экспертиз проектов административных регламентов, после их утверждения осуществить необходимый контроль по внедрению и мониторингу применения административных регламентов в соответствии с действующим законодательством.

3. Постановление Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 7.02.2011 года №53 «Об утверждении порядка разработки и утверждения административных регламентов предоставления муниципальных услуг», считать утратившим силу.

4. Настоящее постановление подлежит опубликованию в газете «Заря», вступает в силу с момента его подписания.

5. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

Р.В.Журавлев,**Глава Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области****Информация для автомобилистов!**

Техосмотр никто не отменял!

В настоящее время многие страховые компании, нарушая закон, страхуют транспортные средства без прохождения техосмотра. Нужно запомнить твердо, что сначала нужно пройти техосмотр, а потом получить страховой полис. В противном случае при ДТП нет никакой гарантии о материальном возмещении ущерба.

Теперь диагностическую карту нужно предъявлять не сотруднику ГИБДД, а страховой компании, на основании которой выписывается страховка. Диагностическую карту выдавать могут только аккредитованные организации.

В Темкинском районе действительную диагностическую карту выдает только ООО «ТехАвто».

Будьте бдительны! Не поддавайтесь на провокации со стороны недобросовестных страховых агентов и, прежде чем за что-то платить, читайте документы которые подписываете!



В декабре 2012 года в Администрации Темкинского района состоялось рабочее совещание Р.В.Журавлева, Главы Администрации МО «Темкинский район» и директоров дорожных и коммунальных служб района с председателями уличных комитетов.

Выступая перед собравшимися, Р.В.Журавлев отме-

тил, что такие встречи теперь будут проходить регулярно. А целью этой первой встречи является знакомство с проблемами на улицах райцентра и друг с другом. Далее Роман Владимирович пояснил, что теперь районная Администрация объединилась с Администрацией Темкинского сельского поселения и последняя теперь находится в полном

подчинении районной Администрации. Это объединение должно дать неплохие результаты и способствовать улучшению благоустройства райцентра. А именно уличкомы лучше всех знают проблемы на своих улицах и их жителей и поэтому являются хорошими помощниками в решении тех или иных возникающих вопросов. Работниками Администрации принимаются все меры для того, чтобы Темкинский район принимал активное участие в областных и федеральных программах.

Также обсуждались проблемы с водоснабжением, вывозом ТБО, качеством дорожного покрытия на улицах райцентра, уличным водоснабжением и многие другие. Председатели уличных комитетов предлагали те или иные пути их решения.

В заключение этого совещания было решено проводить их регулярно.

Официально

Селекторное совещание Губернатора с главами муниципальных образований

Губернатор Алексей Островский провел селекторное совещание с главами муниципальных образований области, посвященное вопросам прохождения осенне-зимнего периода.

В начале заседания заместитель Губернатора Ольга Васильева проинформировала глав о мерах, которые необходимо предпринять муниципальным властям для исполнения Указов Президента России от 7 мая 2012 года. Президентские инициативы призваны решить конкретные социальные задачи: нехватка мест в детсадах, выделение земельных участков многодетным семьям, поддержка общественных объединений, участвующих в контроле над оказанием услуг в сфере ЖКХ и т.д.

«Хочу, чтобы вы четко понимали, что качественное и оперативное исполнение Указов и поручений Президента – зона ответственности как руководителя субъекта, так и местных властей. Представьте ваши предложения, какую помощь власти региона могут вам оказать для исполнения поручений Президента, при безусловном соблюдении вами ваших полномочий», - сказал Алексей Островский.

Предваряя обсуждение основного вопроса повестки дня, Губернатор отметил: «Мне как руководителю области отрадно отметить, что впервые за последние годы ситуация в регионе с прохождением отопительного сезона значительно улучшилась, примерно в два раза. И это при всей изношенности сетей, при дефиците бюджета. Как один из успехов нашей с вами совместной работы, помимо сокращения вдвое количества аварий, отмечу, что количество времени, затрачиваемого на ис-

правление нештатных ситуаций, сократилось в разы. Если ранее, до начала работы новой администрации, это время составляло в среднем пять с половиной часов, то в этот отопительный сезон – полтора часа».

Из доклада вице-губернатора Александра Медведева, проанализировавшего плюсы и минусы прохождения отопительного периода, следует, что отопительный сезон проходит без серьезных сбоев. Тем не менее, Алексей Островский подверг критике работу ряда муниципалитетов, особенно в период новогодних праздников.

«К сожалению, исполнительская дисциплина на территории области хромает. В период праздников, выходных дней, новогодних каникул, в соответствии с приказом Министерства энергетики, каждое муниципальное образование обязано каждый день информировать субъект о ситуации на территории, однако двадцать (!) муниципальных образований области проигнорировали эту работу, - заявил Алексей Островский. - Вчера мною подписана программа модернизации систем теплоэнергетики области, рассчитанная на 2013 – 2015 годы. И только десять муниципальных образований представили всю необходимую информацию для включения в программу! Меня не устраивает, что подавляющее большинство руководителей муниципальных образований утаивает информацию о происшествиях. Я знаю, что происходит в районах – прошу иллюзий не питать. Но, видимо, некоторые из вас, уважаемые коллеги, пытаются решить проблемы самостоятельно, не ставя администрацию области в известность. В результате, де-

лаете хуже себе, нам, а главное, людям. Мы готовы вам помогать решать возникшие неприятности, но требуем, чтобы вы держали в курсе администрацию области. Ключевой момент в вашей деятельности – постоянный контакт с жителями, информирование населения, что происходит в связи с той или иной аварией. Люди должны знать, почему нет воды или отопления».

Также Алексей Островский заострил внимание глав на долгах перед энергетическими компаниями: «Готов провести отдельное совещание, чтобы обсудить, как вам видится улучшение работы в этом направлении».

Завершая заседание, Губернатор настоятельно рекомендовал главам муниципалитетов оперативно предоставлять областным властям всю требующуюся информацию, а также направить предложения в программу модернизации теплоэнергетического и коммунального комплекса Смоленщины.

Далее Алексей Островский передал слово своему первому заместителю Михаилу Питкевичу, который провел заседание Комиссии по ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности при администрации Смоленской области и Штаба по обеспечению безопасности электроснабжения. Первый вице-губернатор обратил внимание районных глав на необходимость наличия серьезного резерва материальных ресурсов для ликвидации возможных ЧС.

**Пресс-служба
Администрации
Смоленской области****Заря**

Начинается подписка на первое полугодие 2013 года

**Цена подписки: на почте на 1 месяц - 32 руб.60 коп.,
на 3 месяца - 97 руб. 80 коп.,
в редакции на 1 месяц - 25 руб. 00 коп.**

Впечатление

Предновогоднее чудо

Новый год - пора чудес и волшебства. Каждый ждет предновогоднего чуда с особым трепетом и восторгом. Каждый хочет почувство-

граждан пожилого возраста «Новогоднее поле чудес». Вопросы конкурса были посвящены новому году. Например, «...Какое де-

стоящих на обслуживании и членов мини-клуба «Вдохновение», посвященное новому году. Гости встречали празднично украшенный зал и красивая новогодняя елка, возле которой стоял снеговичок. К.В. Горькова и Е.В.Ермолина нарисовали во всю стену декорацию «Деревня в заснеженном лесу». Для приглашенных был накрыт праздничный новогодний стол. Всех присутствующих поздравила с праздником директор Центра Л.Д.Горькова. «...Мы от всей души поздравляем всех вас, ваших родных и близких, всех, кто рядом с вами с Новым 2013 годом! Мы желаем вам здоровья, счастья, любви, исполнения желаний и еще - пусть в вашей жизни случится чудо и пусть оно произойдет с вами в Новом году! Оставайтесь с нами! Впереди - новые конкурсы, новые интересные мероприятия, ведь жизнь - замечательная вещь во всех ее проявлениях» - с такими словами обратилась Любовь Дмитриевна Горькова к присутствующим. Социальные работники Центра: С.Бранькова, О.Соловьева, Т.Горбатова, Е.Ануфриева, Н.Титова показали новогоднюю сценку «Новогодние заварушки у старушек» и задорно сплясали танец «Полька». Костюмы и сама сценка вызвали восторг и смех у при-



вать тепло близких и родных людей. И как хорошо, когда этим теплом делится с теми, кто им обделен.

В преддверии наступающего 2013 года пожилые люди, находящиеся на социальном обслуживании на дому и проживающие в Темкинском районе, не остались без внимания.

В Новогодние и Рожде-

рево было предшественником новогодней елки и выращивали его в кадках?». - Вишня. «Кто автор стихов песни «В лесу родилась елочка»?». - Кудашева. «В какой стране впервые под Новый год красивая новогодняя елка была поставлена в доме?». - Германия.

Каждая тройка игроков не осталась без подарков. Им



ственские праздники для своих обслуживаемых работники Центра организовывали чаепития, поздравления стихами, песнями, частушками.

Результатом такого общения и проводимых мероприятий, как правило, является улучшение общего состояния пожилого человека, повышается степень вовлеченности в общественную деятельность, что очень важно для людей этого возраста. Ведь человеку в любом возрасте необходимо общение и хочется почувствовать себя востребованным.

19 декабря сотрудники «Темкинского КЦСОН» совместно с коллективом Темкинской библиотеки провели мероприятие для

были вручены небольшие сувениры. Подарки игроки получали и за выпавшие сектора «Шанс» и «Приз». Финалистом этой игры стал Козлов Сергей Никитьевич (на верхнем снимке). Также он ответил на все вопросы в суперигре.

Мартынова Г.А., Алексеенкова А.А., Горелова Л.В., Ананченкова М.М. - работники библиотеки в перерывах показывали небольшие представления: пели и плясали. Присутствующие гости под гармошку пели частушки и застольные песни. Для всех был накрыт стол со сладостями.

А 25 декабря в СОГБУ «Темкинский КЦСОН» прошло социокультурное мероприятие для граждан, со-

сутствующих. Взрослые веселились и радовались Деду Морозу со Снегурочкой, танцевали, пели частушки под аккомпанемент С.Н.Козлова. Мероприятие закончилось праздничной дискотеккой.

Коллектив Темкинского КЦСОН выражает огромную благодарность работникам Темкинского Дома культуры за предоставленные костюмы, а также нашим спонсорам: индивидуальным предпринимателям А.С. Карпику и Д.Н.Ермолину за оказанную помощь в проведении праздничных мероприятий. Желаем им здоровья, счастья, успехов, процветания в делах и семейного благополучия.

Е.Ермолина,
специалист
по социальной работе

Итоги работы за 2012 год Темкинского пункта полиции

В ходе реформирования системы МВД России, в целях реализации принципов открытости и публичности, создания условий для обеспечения прав граждан, общественных объединений и организаций, государственных и муниципальных органов на получение информации о деятельности полиции, обозначена актуальность отчета руководителей органов внутренних дел о проделанной работе вверенными подразделениями.

Повседневная деятельность органов внутренних дел становится публичной, доступной для общественного контроля, понятной для граждан и необходимой для общества.

В 2012 году пунктом полиции по Темкинскому району осуществлен ряд мероприятий, направленных на совершенствование своей деятельности. Под постоянным контролем находились вопросы обеспечения общественного порядка и безопасности граждан при проведении культурно-массовых и общественно-политических мероприятий.

В прошедший период 2012 года работа ПП по Темкинскому району строилась на основе Закона в соответствии с приказами и распоряжениями МВД России, УМВД России по Смоленской области.

Хочу отметить, что то значительное снижение штатной численности сотрудников ПП произошедшее в результате реформы МВД России (штатная численность подразделения сокращена более чем в два раза) негативно не отразилось на результатах оперативно-служебной деятельности.

Одним из основных направлений деятельности ПП является своевременное реагирование на заявления и сообщения граждан о происшествиях и преступлениях, своевременное и качественное их разрешение. В 2012 году пунктом полиции рассмотрено более 700 заявлений и сообщений о происшествиях и преступлениях, в 2011 году немногим более 1000. Снижение обращений граждан связано с более благоприятной обстановкой в районе, снижением общего уровня преступности и в этом заслуга не только полиции, но и органов власти, руководителей различных государственных структур и организаций.

Всего за 2012 год на территории Темкинского района зарегистрировано 98 преступлений, что ниже аналогичного периода прошлого года на 21%.

Удалось добиться определенных успехов в оперативно-служебной деятельности, с чем связано снижение совершенных:

- тяжких и особо тяжких преступлений (-61,5% с 26 до 10);
- преступлений небольшой и средней тяжести (- 10,2% с 98 до 88);
- снизилось число совершенных:

- разбоев (-100%, с 1 до 0);
- грабежей (-50%, со 2 до 1);
- краж (-41,7%, с 48 до 28).

Также на территории района не совершено таких тяжких преступлений как убийство и изнасилование.

Однако нашими гражданами в прошедшем году совершено 9 преступлений, связанных с незаконной рубкой лесных насаждений, что больше чем за 2011 год на 200%.

Также значительно возросло количество преступлений, связанных с незаконным оборотом оружия и боеприпасов, совершено 20 таких преступлений, что больше чем за прошлый год на

233,3%.

Реализованы конкретные меры по повышению эффективности раскрытия и расследования преступлений.

Остались не раскрытыми 18 преступлений, что ниже аналогичного периода прошлого года на 40%. Однако по каждому нераскрытому преступлению проводится работа, направленная на установление лиц совершивших преступления и установление похищенного имущества.

В настоящее время, серьезный акцент сделан на пресечение незаконной реализации алкогольной продукции, в том числе несовершеннолетним.

Анализ сложившейся криминогенной обстановки, позволяет говорить о том, что значительное число совершаемых преступлений, таких как причинение телесных повреждений различной степени тяжести, угрозы убийством, грабежи, кражи обусловлены употреблением спиртных напитков, как катализатором девиантного поведения граждан.

В 2012 году выявлено 12 правонарушений, связанных с нарушением законодательства об обороте алкогольной продукции, в том числе 8 правонарушений и одно преступление связанное с реализацией алкогольной продукции несовершеннолетним.

Принятые меры позволили снизить количество преступлений совершенных в состоянии опьянения (совершено 31 преступление, что меньше чем за прошлый год на 3,1%).

Всего за прошедший год составлено административных протоколов 445 за аналогичный период 2011 года 392.

Сумма наложенных административных штрафов составила 114 600 рублей, сумма взысканных административных штрафов составила 82 300 рублей.

Результаты оперативно-служебной деятельности пункта полиции по Темкинскому району, находят положительные оценки руководства УМВД России по Смоленской области, подразделение занимает одно из лидирующих мест по раскрываемости преступлений, что позволяет говорить об объективной оценке сложившейся криминогенной ситуации и адекватных мерах по ее улучшению со стороны руководства МО МВД России «Вяземский».

Анализируя результаты работы пункта полиции по Темкинскому району, необходимо отметить, что положительные результаты в нашей деятельности значительно больше, чем негативных. При этом упомянутые положительные результаты, это общая заслуга всех правоохранительных ведомств района, они были бы невозможны без нашего тесного взаимодействия.

Пользуясь случаем, хочу выразить благодарность за ту поддержку и помощь, которая была оказана пункту полиции в прошедшем году органами власти, руководителями различных государственных структур, организаций и гражданами. Только совместными усилиями мы можем обеспечить защиту законных интересов наших граждан и государства.

Н.Терехин,
начальник ПП
по Темкинскому району
МО МВД России «Вяземский»



Здоровье



Чем опасны радикалы?

Все, кто интересуется темой здоровья, не раз слышали о той опасности, которую представляют для человека свободные радикалы. Но хотелось бы всё же разобраться, кто они такие и в чем, собственно, их вред. Попробуем?

Свободные радикалы (иногда их называют окислителями или оксидантами) представляют собой молекулы, которые в процессе биохимических превращений потеряли электрон. Без него они чувствуют себя крайне некомфортно, поэтому стараются отобрать его у всех других частиц, которые встречаются им на пути. Свободные радикалы постоянно образуются в человеческом организме и представляют собой естественный результат обмена веществ. Пока их численность не превышает пределов, предусмотренных природой, их разбойничья деятельность остается под контролем. Более того, иногда она даже может быть полезна, поскольку они отнимают электроны у молекул всяческой инфекции и тем самым ее обезвреживают. Но когда радикалов становится слишком много, то они начинают разбойничать среди «хороших» молекул нашего тела.

Возрастать число свобод-

ных радикалов может в связи с различными обстоятельствами - при болезнях, стрессах, повышенных нагрузках и неправильном питании. Кроме того, они атакуют нас извне, поскольку содержатся в загрязненном воздухе и образуются под воздействием электромагнитного излучения.

Причем, отбирая электрон у какой-то молекулы, радикалы вынуждают ее тоже заняться «разбойничьей» деятельностью - она пытается восполнить свою потерю за счет более безобидных соседей. Таким образом запускается цепная реакция - «эпидемия грабежа» в тканях. Молекулы тканей перестают справляться с выполнением своих прямых обязанностей и начинают заниматься только защитой от радикалов или тоже «прямывают воровством». Всё это ведет к многочисленным сбоям в работе всего организма.

Поставить заслон на пути наглых радикалов помогают благородные антиоксиданты, самые известные из которых витамины А, В6, С и Е. Так что нужно следить за тем, чтобы рацион был насыщен этими полезными микроэлементами, а в особо напряженных ситуациях можно воспользоваться и помощью поливитаминов. Основные

поставщики антиоксидантов - свежие продукты растительного происхождения. Потому постарайтесь, чтобы фрукты, овощи, свежая зелень сопровождали каждую вашу трапезу.

Минимизируйте химическое загрязнение окружающей вас обстановки: позаботьтесь об очищении воды, которую вы пьете, постарайтесь по возможности заменить синтетические материалы натуральными, искусственные моющие средства - естественными, ведь свободные радикалы могут содержаться даже в стиральных порошках и дезодорантах.

Расстаньтесь с вредными привычками: курение и алкоголь резко повышают уровень свободных радикалов в организме.

Не забывайте о разумных физических нагрузках - они сокращают число свободных радикалов в организме. Так что больше двигайтесь, причем желательнее на свежем воздухе.

Вы наверняка где-то уже слышали эти рекомендации и список можете продолжить сами? Неудивительно, это стандартные меры по максимальному приближению своего образа жизни к понятию «здоровый». И ничего лучше для профилактики практически всех существующих болезней пока не придумано!

Доктор свекла

Мы отдаем должное кулинарным достоинствам свёклы, но часто забываем о её целебных свойствах. А ведь воспользоваться ими так просто, ведь парочка-другая корнеплодов обязательно найдется в холодильнике. Чем они могут быть полезны?

О том, что свёкла помогает справляться с запорами, всем известно. Но стоит помнить, что этим она не ограничивается, а еще и поставяет организму массу ценных микроэлементов, необходимых для профилактики множества серьезных заболеваний, среди которых такие распространенные, как гипертония, анемия и атеросклероз. Особенно полезна свёкла людям, у которых повышен уровень

холестерина, -она его связывает в кишечнике и выводит из организма естественным путем. Правда, у нее есть и ограничения - не стоит злоупотреблять этим ценным корнеплодом при нарушениях обмена веществ, особенно при мочекаменной болезни.

При простуде свекольным соком можно полоскать горло и закапывать его в нос.

Смешав свеклу со сметаной, можно получить ценное противовоспалительное средство, помогающее справиться с подострыми угрями.

При головной боли в затылке народная медицина рекомендует вставлять в ухо тампон, смоченный свекольным соком, - многим помогает.

Свеженатертую свекольную

мякоть можно прикладывать к трофическим язвам, ибо она ускоряет заживление.

При мастопатии к груди можно прикладывать компрессы из свекольной мякоти с медом, смесь выкладывают на капустный лист и фиксируют повязкой.

Повязки, пропитанные свекольным соком, накладывают на бородавки, которые перед этим были обработаны содовым раствором. Получасовых аппликаций хватает, чтобы со временем кожа очистилась.

При зубной боли ломтик свеклы можно приложить к больному зубу или десне (боль должна стихнуть, но к стоматологу идти всё равно придется - дырки в зубах свекла не латает).

При перхоти можно делать из свеклы маску для волос, еженедельное проведение процедуры в течение трех месяцев помогает решить проблему.

дольку чеснока.

Для профилактики атеросклероза можно приготовить целебную микстуру: измельчить несколько долек чеснока, залить стаканом теплой кипяченой воды, добавить чайную ложку меда. Дать настояться и принимать по столовой ложке перед едой трижды в день.

Но не забывайте, что даже у обычного чеснока есть немало противопоказаний. Это прежде всего воспалительные заболевания желудочно-кишечного тракта, почек, воспаления поджелудочной железы, эпилепсия, геморрой, астма и некоторые другие. Его обычно рекомендуют исключить из меню при беременности. В общем, если вы решили полегчить чесноком, то сначала лучше проконсультируйтесь со специалистом, который в курсе ваших проблем со здоровьем.

Таблетка чеснока

Целебные свойства чеснока известны с глубокой древности, ему отдавал должное еще Авиценна. Самое время и нам вспомнить, в каких ситуациях могут быть полезны его жгучие дольки.

При зубной боли кусочек чеснока можно привязать к руке с внутренней стороны запястья там, где бьется пульс. Причем если зуб болит слева, то рука должна быть правой, и наоборот. Через пятнадцать минут боль должна стихнуть. Важно помнить, что это обезболивающее средство, которое снимает симптом, но не лечит причину. К стоматологу нужно будет заглянуть в ближайшее время.

При заболеваниях горла и полости рта из чеснока можно

приготовить противовоспалительный раствор для полоскания: дольку растолочь, залить теплой водой, дать настояться, процедить.

При простуде полезно подышать над разрезанной чесночной долькой, это эффективная ингаляция, которая помогает справиться с кашлем и насморком. Можно приготовить и растирание, смешав в равных соотношениях измельченный чеснок, мед и сливочное масло - им натирают грудь при простуде.

При головной боли ко лбу и вискам можно прикладывать обжаренный и растертый в кашичу чеснок.

При бессоннице в теплое молоко с медом, которое является традиционным снотворным, можно добавить истолченную

Памятки для населения

В ожидании гриппа

Грипп известен человечеству с глубокой древности. За последние 50 лет в мире было 25 крупных эпидемий, 4 из которых имели мировое распространение. Но чаще возникают эпидемии, поражающие отдельные местности и страны. Ежегодно эпидемия гриппа поражает до 10 % взрослых и до 20 % детей.

Возбудителем гриппа является вирус, обладающий чрезвычайной изменчивостью, поэтому бывают случаи повторных заболеваний в конце эпидемии. Существуют 3 типа, вируса: А, В, и С каждый из которых имеет несколько подтипов.

Источником заражения являются больные люди с тяжелыми и легкими формами заболевания. Больной человек заразен с первого дня болезни до полного выздоровления. Восприимчивость человека к гриппу очень высока. Вирус гриппа размножается преимущественно в слизистой оболочке верхних дыхательных путей (нос, зев, гортань) и выделяется с мельчайшими каплями слюны, мокроты, носовой слизи при разговоре, кашле, чихании.

Основной путь заражения - воздушно-капельный.

Заболевание начинается с озноба, повышения температуры до высоких цифр (до 40 градусов), появляется головная

боль, боли в мышцах и суставах. Через 2-3 дня присоединяются кашель, насморк. В тяжелых случаях наблюдаются судороги, потеря сознания. Больные ощущают общую слабость, потливость, иногда бывают носовые кровотечения, высыпания на губах.

Неосложненный грипп заканчивается через 5-7 дней полным выздоровлением, хотя слабость остается довольно долго.

Вирус ослабляет защитные силы организма, понижает сопротивляемость к другим инфекциям. Ни одна другая инфекция не имеет столько осложнений, как грипп. Чаще всего это пневмония - до 65 %, бронхиты, гаймориты, отиты. Грипп может способствовать обострению различных хронических процессов легких, сердца, почек, могут возникнуть тяжелые поражения центральной нервной системы и периферических нервов.

Профилактика гриппа

Существует много способов защиты от гриппа, но самый надежный и эффективный - вакцинация, т.е. прививка. Вакцинопрофилактика снижает заболеваемость в 1,5-2 раза. Иммунитет вырабатывается через 18-20 дней и сохраняется до 1 года.

Как противостоять гриппу

Осенне-зимний период характеризуется подъемом простудных заболеваний и появлением гриппа.

Распространению инфекции способствуют резкие колебания температуры и повышенная влажность воздуха, переохлаждения, скученность людей. Предрасполагают к этим заболеваниям частые переохлаждения, неполноценное питание, наличие вредных привычек, которые приводят к снижению защитных сил организма.

Грипп - воздушно-капельная инфекция. Термин «грипп» означает «схватывать», что подчеркивает внезапность начала болезни и быстрое ее распространение.

Возбудителем этого заболевания является вирус, источником заражения - больной человек. Вирус выделяется с мельчайшими каплями слюны, мокроты, выделений из носа при разговоре, кашле, чихании. Грипп опасен осложнениями со стороны почек, нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Для предотвращения осложнений необходимо прежде всего с самого начала заболевания гриппом соблюдать строгий постельный режим.

Грипп всегда протекает с высокой температурой. Однако не следует сбивать ее, так как вирусы гриппа при высокой температуре погибают. Для облегчения состояния больного рекомендуются компрессы (холодная вода с добавлением уксуса) на область лба и сердца до тех пор, пока температура не снизится. Для активизации иммунной системы необходимо принимать аскорбиновую кислоту. Полезны настои из сушеных ягод и побегов малины, цветков липы - они стимулируют потоотделение, что способствует выведению из организма токсинов. Протопев, необходимо протереть тело полотенцем, смоченным в теплой воде, вытереться насухо и надеть сухое белье. Купание и душ при гриппе противопоказаны.

Больному следует давать теплое питье из клюквы, брусники, черной смородины, плодов шиповника. Однако пить рекомендуется умеренно, чтобы не перегружать сердце и избежать отеков. Полезны натуральные соки - лимонный, апельсиновый, яблочный и т.д. Для выведения токсинов с мочой рекомендуются отвары мочегонных трав.

Поздравляем с днем рождения депутата
Темкинского районного Совета депутатов
КАРНИЛОВУ
Марину Александровну
Пусть в жизни будут теплые слова
И сердце никогда от горя не заплачет,
И пусть всегда кружится голова
От счастья, от любви и от удачи!
А.Н.Васильев, Глава МО
«Темкинский район» и депутаты
Темкинского районного
Совета депутатов

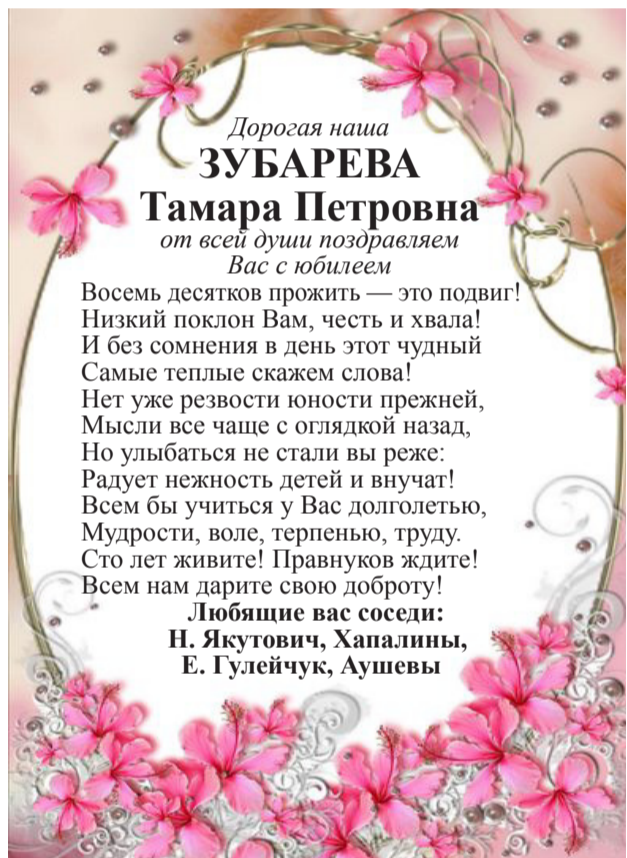
Поздравляем с днем рождения депутата
Темкинского районного Совета депутатов
КАРНИЛОВУ
Марину Александровну
Желаем счастья, радости, тепла
И всех заветных планов исполненья!
Благополучия желаем и добра
Сердечно поздравляем с днем рожденья!
Р.В.Журавлев, Глава Администрации
МО «Темкинский район» и коллектив
Администрации МО
«Темкинский район»

Поздравляем с днем рождения
депутата Вязищенского сельского поселения
АФНАСЬЕВУ
Марию Александровну
Желаем, чтоб жизнь никогда не кончалась,
Беда и печаль на пути не встречались,
Вечного счастья, хороших друзей
Успехов, здоровья и солнечных дней!
А.Н.Васильев, Глава МО
«Темкинский район» и депутаты
Темкинского районного
Совета депутатов

Поздравляем с днем рождения
депутата Совета депутатов
Темкинского сельского поселения
ХАРИЧКИНУ
Веру Андреевну
Желаем здоровья, желаем успеха,
Побольше улыбок, веселого смеха!
Желаем душевного личного счастья,
Чтоб в дверь не стучали беда и ненастье!
А.Н.Васильев, Глава МО
«Темкинский район» и депутаты
Темкинского районного
Совета депутатов

Поздравляем с днем рождения
директора Темкинской школы
ХАРИЧКИНУ
Веру Андреевну
Пусть годы мчатся чередой,
Минуя все ненастья.
Мы Вам желаем всей душой
Любви, здоровья, счастья!
Р.В.Журавлев, Глава Администрации
МО «Темкинский район» и коллектив
Администрации МО
«Темкинский район»

Поздравляем с юбилеем
АУШЕВА
Исраила Султановича
От всей души, без многословья
Желаем счастья и здоровья,
А также солнца и тепла,
Благополучия, добра!
Совет ветеранов
Темкинского сельского поселения



Кооператив
«Медик»
в г.Вязьма
(Лицензия №ЛО-67-01-000063)
Кабинет клинической психотерапии
Алкогольная и никотиновая зависимость, избыточный вес, другие заболевания нервной системы. Особые методы лечения: гипноз, кодирование (обычное и усиленное), противоялкогольная блокада. Эффективность подтверждена 28-летним опытом врача высшей категории, кандидата медицинских наук **Носкова В.В.**
Адрес: г. Вязьма, пл. Ленина, 2, ГДК.
Первая и третья субботы месяца в 11 час. 30 мин. 2 и 16 февраля).
Телефон врача: **8-910-787-60-92.**
Перед лечением необходима консультация врача. Реклама

СОГАУ ДПО
«Учебный центр»
проводит набор граждан, желающих пройти обучение по профессиям
-водитель автомобиля категории «С»
-слесарь-сантехник
- слесарь по ремонту автомобилей
- плотник
- электромонтер по ремонту электрооборудования
- электрогазосварщик
- продавец
- оператор ЭВМ
- парикмахер
- маникюра.
Для безработных граждан обучение бесплатное, предоставляется общежитие, оплачивается проезд к месту обучения и обратно.
За дополнительной информацией обращайтесь в СОГКУ «Центр занятости населения Темкинского района» по адресу: с. Темкино, ул. Советская, д.26, тел. 2-13-68.

ООО «Комфорт»
МОТОБЛОКИ
МОТОКУЛЬТИВАТОРЫ
измельчители зерна
инкубаторы
кормоизмельчители
умывальники
Гарантия.
Тел: **8(906)669-75-93**
www.komfortopt.ru
ОАО «Комфорт»
Реклама

Продается
автомобиль Volkswagen Транспортер Т-4, 1991 г.в. двигатель 2,4. **Телефон 8-915 651-23-73**
Продается автомобиль «Москвич» 2141, на запчасти. На ходу.
Обращаться по телефону: **8-910-781-53-43**

Молодая семья снимет в с.Темкино дом или двухкомнатную квартиру. **Телефон 8-960-700-33-19**
справочная правовая система
КОНСУЛЬТАНТ ЮРИСТ
НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЮРИСТА
ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО
ПУТЕВОДИТЕЛИ КОНСУЛЬТАНТЛЮС
КОММЕНТАРИИ
справочная правовая система
КОНСУЛЬТАНТ БЮДЖЕТНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ
АКТУАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ВСЕХ БЮДЖЕТНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ И ОРГАНОВ ВЛАСТИ
ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО
КОНСУЛЬТАЦИИ
АЛЬЯНС
тел.: (4812) 624-624
г. Смоленск, ул. Окт.Революции, д.9, офис 205, www.alyansopt.ru
Реклама

Один дома!

Дети зачастую находятся дома одни, без присмотра взрослых, а это значит, что они предоставлены сами себе. Поэтому не забывайте, уважаемые взрослые, поговорить с детьми о том, что «можно» и что «нельзя». Объясните, что делать, чтобы не произошло пожара и, что делать, если уж он произошёл.

Как объяснить самым маленьким детям, что такое пожар и почему он опасен? Этим вопросом зачастую задаются родители, бабушки и дедушки. Начинайте объяснение с того, что пожар – это огненное чудовище, пожирающее всё вокруг своим пламенным язычком. Оно пожирает всё вокруг и ничего не щадит!

Пожар – это пламя в миллионы раз больше пламени спички. И даже крошечная искорка огня может лишить очень многого. Кажется, чем она может быть вредна, ведь она такая маленькая, да и я не уроню её?! Но на самом деле эта крошечная и, казалось бы, безвредная искорка может перерасти в страшное буйство огня, которое пожирает всё вокруг!

По наблюдениям специалистов, малыши часто предпочитают игрушкам спички. Они видят: достаточно циркнуть ею по коробке и вспыхнет огонь. А это так интересно! Спичка горит, огонь подбирается к пальчикам, но вдруг начинает «кусаться». Малыш бросает го-

рящую спичку, и в этом случае возникает пожар.

В случае возникновения пожара дети просто теряются и не знают, что делать в создавшейся ситуации. Как правило, они начинают прятаться под столы, кровати, кресла, но от огня и тем более дыма спрятаться невозможно! Объясните, что нужно любым доступным способом сообщить о своём местонахождении. Если есть возможность, то нужно сообщить взрослому о запахе дыма или об обнаружении огня. И ни в коем случае нельзя тушить пожар самим. Всё-таки здоровье дороже!

Ещё раз хочется напомнить вам о правилах пожарной безопасности, если уж вам приходится оставить ребёнка одного:

- уберите все спички, сигареты, зажигалки в недоступные для детей места;
 - в доме с печным отоплением не оставляйте топящуюся печь без присмотра, не оставляйте рядом с такой печью ребёнка;
 - не оставляйте в доступном для ребёнка месте бытовые электроприборы (утюги, обогреватели);
 - запретите ребёнку покупать пиротехнические изделия.
- Уважаемые взрослые! Помните! Вы для ребёнка самые авторитетные люди, только ваше поведение он копирует сейчас и только к вашему мнению прислушивается. Научите его обезопасить себя!

ОНД Вяземского, Тёмкинского и Угранского районов

Темкинский районный Совет ветеранов глубоко скорбит по поводу смерти участника Великой Отечественной войны **Абраменкова Александра Егоровича** и выражает искренние соболезнования родным и близким.

Коллектив администрации Селенского сельского поселения выражает искренние соболезнования Абраменковой Нине Михайловне в связи со смертью ее мужа, участника Великой Отечественной войны **Абраменкова Александра Егоровича**.

Авторы публикаций несут ответственность за достоверность приводимых фактов. Мнения авторов не обязательно отражают точку зрения редакции.



Газета «Заря» выходит по вторникам и пятницам 104 номера в году. Индекс для подписки 53962
Редактор Белицкая М.Н. Телефоны редакции: 2-12-55, 2-12-81
Адрес: 215350, с. Темкино, Смоленской обл., ул. Андреева, д.2

Газета «Заря» зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия по Центральному федеральному округу.
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС1-80338С

Номер набран и сверстан в редакции газеты «Заря». Отпечатан с готовых пленок в ОАО «Вяземская типография». Печать офсетная. Объем 1 печатный лист. Тираж 620 экз. Заказ
Подписано в печать: по графику 17.00, фактически - 17.00