

**16+**

# Заря

ТЕМКИНСКАЯ РАЙОННАЯ ГАЗЕТА

Учредители: Администрация МО «Темкинский район»,  
Аппарат Администрации Смоленской области**ВТОРНИК,  
10  
ДЕКАБРЯ  
2013 г.**№ 99 (7309)  
Цена свободная**ПОСТАНОВЛЕНИЕ Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области № 697 от 25.11.2013 г.****О внесении изменений в постановление Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 23.01.2013 № 36 «Об утверждении Порядка формирования, разработки и оценки эффективности реализации ведомственных целевых и муниципальных программ Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области»**

В соответствии с Бюджетным кодексом Российской Федерации, руководствуясь Уставом муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области, принятым решением Темкинского районного Совета депутатов от 30 июня 2005 года №81, Администрация муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области постановляет:

1. Внести следующие изменения в Порядок формирования, разработки и оценки эффективности реализации ведомственных целевых и муниципальных программ Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области, утвержденный постановлением Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 23.01.2013 № 36 (в редакции постановления Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 7.11.2013 № 652):

1.1. Пункт 2.16 Порядка изложить в следующей редакции:  
«2.16. Утвержденная муниципальная программа и все вносимые в нее изменения подлежат опубликованию на официальном сайте Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области».

2. Опубликовать настоящее постановление в районной газете «Заря» и на официальном сайте Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области.

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя Главы Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области В.С.Касмачову.

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

**РАСПОРЯЖЕНИЕ Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области № 439-р от 2.12.2013 г.****Об отмене режима повышенной готовности на территории муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области**

В соответствии с постановлением Администрации Смоленской области от 11.08.2004 №269 «О Смоленской областной подсистеме единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в редакции постановлений Администрации Смоленской области от 2.09.2005 №264, от 26.12.2006 №470, от 14.08.2008 №291, от 21.08.2008 №451, от 22.12.2010 №806, от 26.09.2011 №565, от 27.12.2011 №886, от 11.09.2012 №616, от 15.02.2013 №82), в соответствии с распоряжением Губернатора Смоленской области от 25.03.2013 №232-р:

1. Отменить с 18.00 часов 28 ноября 2013 года на территории муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области режим повышенной готовности для органов управления и сил Темкинской районной подсистемы единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, введенный распоряжением Главы администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 26.11.2013 № 432-р «О введении режима повышенной готовности на территории муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области».

2. Настоящее распоряжение опубликовать в районной газете «Заря».

3. Контроль за исполнением настоящего распоряжения оставляю за собой.  
**Р.В. Журавлев, Глава Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области**

**Решение районного Совета депутатов №117 от 22.11.2013 г.****Об исполнении долгосрочной целевой программы «Развитие малого предпринимательства в муниципальном образовании «Темкинский район» Смоленской области на 2012– 2014 годы»**

Заслушав информацию «Об исполнении долгосрочной целевой программы «Развитие малого предпринимательства в муниципальном образовании «Темкинский район» Смоленской области на 2012 – 2014 годы» в соответствии с Уставом муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области (новая редакция) (в редакции решений Темкинского районного Совета депутатов от 14 февраля 2006 года №8, от 5 апреля 2006 года № 31, от 17 октября 2006 года № 82, от 30 марта 2007 года № 24, от 12 сентября 2007 года № 65, от 28 февраля 2008 года № 19, от 24 апреля 2009 года № 34, от 23 июля 2010 года № 87, от 22 июля 2011 года № 58, от 25 ноября 2011 года № 100, от 25 мая 2012 года № 54), решение постоянной комиссии по социальной политике, Темкинский районный Совет депутатов решил:

1. Информацию «Об исполнении долгосрочной целевой программы «Развитие малого предпринимательства в муниципальном образовании «Темкинский район» Смоленской области на 2012 – 2014 годы» принять к сведению.

2. Рекомендовать Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области, ответственным лицам, мероприятия программы исполнять в полном объеме.

3. Настоящее решение вступает в силу после его официального опубликования в районной газете «Заря».

4. Контроль за исполнением настоящего решения возложить на постоянную комиссию по социальной политике (председатель М.А. Карнилова).

**В.В. Лошаков, И.о. Главы муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области**

**12 декабря – День Конституции Российской Федерации****Уважаемые смоляне!**

требностям развития страны.

Желаю вам успехов во всех делах и начинаниях, мира и добра, счастья и благополучия!

**А.В. Островский, Губернатор Смоленской области**

Примите сердечные поздравления с праздником – Днем Конституции Российской Федерации!

Независимо от наших политических взглядов, национальности или религиозных убеждений, Конституция Российской Федерации, принятая 20 лет назад, имеет особую ценность для каждого из нас. Мы все связываем с ней становление новой российской государственности. Конституция объединяет всех нас, граждан огромной страны, в одно единое понятие – народ России.

Именно с принятием этого главного документа страны были созданы предпосылки для динамичного развития нашего Отечества на основе общепризнанных демократических норм и принципов. Сейчас, спустя 20 лет, положения Конституции России не теряют свой актуальности, а ее правовой потенциал многообразен и неисчерпаем. Благодаря заложенному создателями «запасу прочности», наш основной закон еще многие-многие годы будет соответствовать по-

**Уважаемые темкинцы!**

Поздравляем вас с важным государственным праздником нашей страны – Днем Конституции Российской Федерации!

Этот праздник стал символом обновленной демократической России. Конституция во все времена была олицетворением развитой государственности, гражданственности.

Наш долг знать и четко соблюдать все заложенные в Конституции нормы, только в этом случае мы будем жить в свободной стране, а труд каждого из нас станет вкладом в стабильное развитие российской экономики, в позитивные перемены в обществе.

От души желаем вам счастья и благополучия, житейской мудрости, твердости в отстаивании собственных интересов, больших успехов в труде.

**А.Н.Васильев, Глава муниципального образования «Темкинский район»**

**Р.В.Журавлев, Глава Администрации МО «Темкинский район»**

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области № 683 от 22.11.2013 г.****О внесении изменений в муниципальную программу «Молодежь Темкинского района» на 2012-2014 годы**

В соответствии с Бюджетным Кодексом РФ, протоколом заседания комиссии при Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 21 ноября 2013 года № 15, Администрация муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области постановляет:

1. Внести в муниципальную программу «Молодежь Темкинского района» на 2012-2014 годы утвержденную постановлением Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области от 18.08.2011г. № 393 (с учетом внесенных изменений), следующие изменения:

1.1. В перечне программных мероприятий:

- в пункте 1.5 задачи 1 в графе «5» цифры «26,8» заменить цифрами «21,8», в графе «7» цифры «5,0» заменить цифрой «0»;

- в пункте 1.7 задачи 1 в графе «5» цифры «12,0» заменить цифрами «7,0», в графе «7» цифры «5,0» заменить цифрой «0»;

- в пункте 1.9 задачи 1 в графе «5» цифры «129,976» заменить цифрами «109,976», в графе «7» цифры «20,0» заменить цифрой «0»;

- в пункте 2.1 задачи 2 в графе «5» цифры «3,0» заменить цифрами «1,5», в графе «7» цифры «1,5» заменить цифрой «0»;

- в пункте 3.1 задачи 3 в графе «5» цифры «2,0» заменить цифрами «1,0», в графе «7» цифры «1,0» заменить цифрой «0»;

- в пункте 4.6 задачи 4 в графе

«5» цифры «23,665» заменить цифрами «56,165», в графе «7» цифры «23,665» заменить цифрами «56,165»;

2. Опубликовать настоящее постановление в районной газете «Заря» и разместить на официальном сайте Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области.

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя Главы Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области В.С.Касмачову.

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

# Заря

Продолжается подписка на первое полугодие 2014 года  
**Цена подписки:** на почте на 1 месяц - 33 руб.76 коп.,  
на 3 месяца - 101 руб. 28 коп.,  
в редакции на 1 месяц - 25 руб. 00 коп.

**Поправка**

В газете «Заря» № 98 от 6 декабря на первой полосе в логотипе допущена ошибка. Следует читать: «Пятница, 6 декабря...» далее по тексту.





# ЗДОРОВЬЕ



## АЛКОГОЛЬ ИЛИ ЖИЗНЬ?

Алкоголик – не просто любитель выпить. Так называют человека, который страдает от алкоголизма – зависимости организма от поступления в него спиртных напитков.

**Что такое алкоголизм?** Алкоголизм – это хроническое заболевание, которое может длиться годами и даже десятилетиями. Страдающие им люди фактически одержимы алкоголем и не могут контролировать количество употребляемого, даже если это вызывает серьезные проблемы дома или на работе.

Существует миф о том, что употребление умеренного количества спиртных напитков не вызывает серьезных физических и психологических проблем и даже полезно для здоровья. Но нередко даже умеренная выпивка заканчивается развитием алкоголизма.

### Статистика алкоголизма

- По данным Всемирной организации здравоохранения, в мире около 140 миллионов людей, страдающих алкоголизмом, и большинство из них никак не лечится.
- Только в США около 30 процентов населения сообщает о наличии эпизодов злоупотребления алкоголем в их жизни.
- Результаты исследования канадских ученых показывают, что алкоголь – причина каждой двадцать пятой смерти в мире.
- У мужчин риск начать регу-

лярно злоупотреблять алкоголем – 15 процентов. Стать алкоголиком – 10. У женщин риск развития алкоголизма еще выше.

**Симптомы алкоголизма.** Как правило, алкоголики отрицают наличие у них зависимости от спиртного. Но по некоторым признакам ее можно определить:

- Выпивка в одиночестве.
- Попытка скрыть факт употребления алкоголя.
- Невозможность контролировать количество выпитого.
- Провалы в памяти.
- Создание ритуалов принятия алкоголя: до или во время еды, после работы, по пятницам и т.п. Крайняя раздражительность, если эти ритуалы нарушаются.
- Потеря жизненных интересов, увлечений.
- Появление регулярного желания выпить.
- Чувство раздражительности, когда алкоголь недоступен или может оказаться недоступным.
- Наличие «зачаек» алкоголя в самых неожиданных местах.
- Принятие больших доз алкоголя, чтобы «почувствовать себя хорошо».
- Наличие проблем во взаимоотношениях с другими, усугубляющихся в состоянии опьянения.

Проблемы с законом: задержания, приводы в вытрезвитель.

Проблемы на работе: неспособность хорошо выполнять свою работу из-за похмелья, прогулы, приход на работу в нетрезвом виде.

Растрата денежных средств, предназначенных на другие цели, на алкоголь.

Возрастные дозы алкоголя, требуемой для наступления эффекта опьянения.

Тошнота, потливость, дрожь при невозможности выпить.

**Что вызывает алкогольную зависимость?** Регулярное употребление спиртных напитков нарушает в мозге баланс нейротрансмиттера гамма-аминомасляной кислоты (ГАМК), который управляет импульсивностью. А также глутамата, стимулирующего работу нервной системы. Также алкоголь стимулирует выработку дофамина – гормона удовольствия. И его повышенный уровень делает употребление алкоголя приятным процессом.

Через некоторое время процесс выработки этих химических веществ в мозге нарушается, и человеку требуется алкоголь не только для того, чтобы чувствовать себя хорошо, но и чтобы не чувствовать себя плохо в условиях недостатка нейротрансмиттеров, отвечающих за хорошее настроение.

Развитие алкоголизма – постепенный процесс, который может длиться от нескольких лет до десятилетий. Но люди с высокими факторами риска становятся алкоголиками за несколько месяцев.

**Факторы риска развития алкоголизма:**

- Гены. Люди с семейной историей наркомании и алкоголизма в шесть раз чаще становятся алкоголиками.
- Возраст первой пробы алкоголя. Исследования показывают, что люди, впервые попробовавшие спиртное до 15 лет, чаще имеют проблемы с алкоголем в дальнейшей жизни.
- Курение. У курильщиков в пять раз больше шансов на проблемы с алкоголем, чем у тех, кто никогда не курил.
- Стресс. Гормон стресса кортизол провоцирует потребление спиртного.
- Окружение. Люди, в чьем окружении есть злоупотребляющие алкоголем или алкоголики, чаще регулярно выпивают.
- Депрессия. Алкоголь часто используется для самолечения в качестве антидепрессанта. Но исследования показывают, что злоупотребление алкоголем приводит к депрессии или усугубляет ее, а не наоборот.
- Реклама алкоголя в средствах массовой информации. Спиртное нередко изображается как атрибут светской и яркой жизни. Многие эксперты считают, что подобная реклама передает сообщение о том, что чрезмерное употребление алкоголя социально приемлемо.



Человек чувствует себя уставшим и обесценившим большую часть времени.

**Почему возникает отравление алкоголем?** При употреблении спиртного основной удар приходится на печень. Этот орган работает фильтром, выделяя алкогольные токсины из крови и перерабатывая их в менее опасные вещества.

Чем большую дозу алкоголя человек принимает за меньшее время, тем выше его концентрация в крови. Печень же способна переработать ограниченное количество этанола – около 12 мг.

Это означает, что абсолютно здоровая печень способна справиться с количеством спиртного равного примерно одной бутылке светлого пива в час.

**Печень и простая арифметика.** Если вы выпиваете 24 мг этанола в течение часа, это означает, что 12 из них останутся в вашей крови. Еще 24 мг через час повысят концентрацию алкоголя в крови до 24 мг и так далее.

Чем быстрее вы употребляете спиртосодержащие напитки, тем выше концентрация этанола в крови. Даже если человек перестал пить алкоголь, его концентрация в крови растет еще 30–40 минут, и вместе с ней нарастают симптомы отравления.

Если концентрация этанола в крови достигает 3–5 г на литр крови – вы можете умереть от отравления алкоголем. Если превышает 5 г – отравление этанолом однозначно смертельно.

Это не означает, что прием небольших доз алкоголя не приведет к алкогольному отравлению – особенно обмена веществ у всех людей различаются.

Кроме того, могут сработать дополнительные факторы: прием несовместимых со спиртным лекарств, скрыто протекающие заболевания, стресс и даже усталость. Единственное средство профилактики алкогольного отравления – не употреблять спиртное вообще.

**Как травятся?** В России около 60 процентов всех смертельных отравлений вызвано употреблением спиртного. Чаще всего алкогольные отравления встречаются среди под-

лика – признание того, что у него есть проблема зависимости от алкоголя. Следующий шаг – получение помощи в государственном или частном учреждении, специализирующемся на лечении алкоголизма.

**Самое важное.** Алкоголизм – это хроническое заболевание, которое приводит к разрушению организма и психики человека. Для его развития есть множество факторов риска, включая негативное влияние среды.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

**Алкогольное отравление – смертельная опасность.** Отравление алкоголем наступает, когда человек употребляет большое количество алкоголя в течение короткого времени.

В результате концентрация алкоголя в крови повышается настолько, что оказывает мощный токсический эффект и становится опасной для жизни.

Алкогольное отравление требует немедленного медицинского вмешательства.

Бытует мнение, что отравление происходит только в том случае, если человек употребляет «некачественный» алкоголь или алкогольные суррогаты. Однако отравление может наступить при употреблении любых напитков, содержащих этанол.

**Почему возникает отравление алкоголем?** При употреблении спиртного основной удар приходится на печень. Этот орган работает фильтром, выделяя алкогольные токсины из крови и перерабатывая их в менее опасные вещества.

Чем большую дозу алкоголя человек принимает за меньшее время, тем выше его концентрация в крови. Печень же способна переработать ограниченное количество этанола – около 12 мг.

Это означает, что абсолютно здоровая печень способна справиться с количеством спиртного равного примерно одной бутылке светлого пива в час.

**Печень и простая арифметика.** Если вы выпиваете 24 мг этанола в течение часа, это означает, что 12 из них останутся в вашей крови. Еще 24 мг через час повысят концентрацию алкоголя в крови до 24 мг и так далее.

Чем быстрее вы употребляете спиртосодержащие напитки, тем выше концентрация этанола в крови. Даже если человек перестал пить алкоголь, его концентрация в крови растет еще 30–40 минут, и вместе с ней нарастают симптомы отравления.

Если концентрация этанола в крови достигает 3–5 г на литр крови – вы можете умереть от отравления алкоголем. Если превышает 5 г – отравление этанолом однозначно смертельно.

Это не означает, что прием небольших доз алкоголя не приведет к алкогольному отравлению – особенно обмена веществ у всех людей различаются.

Кроме того, могут сработать дополнительные факторы: прием несовместимых со спиртным лекарств, скрыто протекающие заболевания, стресс и даже усталость. Единственное средство профилактики алкогольного отравления – не употреблять спиртное вообще.

ростков, хронических алкоголиков и детей, оставшихся наедине со спиртным без присмотра взрослых или получивших алкоголь от самих родителей для получения негативного опыта.

**Симптомы отравления.** Высокая доза алкоголя за короткое время способна повысить концентрацию этанола в крови настолько, что нарушается работа всех систем организма.

Особенно значительно воздействие на нервную систему. Оно может привести даже к тому, что бессознательные рефлексы: дыхательный и рвотный рефлексы, сердцебиение – перестают работать.

Следующие симптомы указывают на то, что опьянение перешло в отравление алкоголем:

- спутанное сознание,
- гипотермия – резкое падение температуры тела,
- бледность с синеватым оттенком,
- ступор – человек находится в сознании, но не реагирует на внешние раздражители,
- резко ускорившееся или замедлившееся дыхание,
- бурная рвота.

Нередко во время алкогольного отравления у человека полностью останавливается дыхание, происходит сердечный приступ, или он захлебывается в собственных рвотных массах. Бурная рвота также может привести к обезвоживанию организма и нарушению кровообращения.

Если при алкогольном отравлении человеку не оказать помощь, он впадает в кому и умирает.

**Как оказать первую помощь?** Если у вас есть подозрение, что человек отравился алкоголем, не дожидайтесь, пока у него появятся все симптомы отравления. Немедленно вызовите бригаду скорой помощи.

До приезда Скорой нужно:

- разбудить человека, привести его в сознание,
- если отравившийся еще в сознании, поместить его в положение сидя, чтобы он не захлебнулся рвотными массами,
- если он без сознания – уложить на бок и контролировать дыхание.

**Нельзя:**

- давать человеку, отравившемуся алкоголем, кофе – это нарушит водно-солевой баланс в организме и вызовет ухудшение симптомов со стороны нервной системы,
- давать ему дополнительный алкоголь,
- заставлять принимать холодный душ,
- заставлять отравившегося подниматься на ноги и ходить.

Запомните, что вылечить алкогольное отравление молоком, чаем или любым другим обильным питьем в домашних условиях невозможно – оно требует лечения специализированными методами в стационаре.

**Самое важное.** Алкогольное отравление наступает, когда человек потребляет за короткое время большую дозу спиртного. Отравление этанолом может стать смертельным и требует специализированного лечения в стационаре. Самое надежное средство профилактики алкогольного отравления – не пить вообще.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

Получить информацию по любым вопросам, связанным с употреблением алкоголя, можно, позвонив в телефонную справочную службу «Здоровая Россия». Горячая линия работает по номеру 8-800-200-0-200. Звонки на нее бесплатны из всех регионов России.

