

♦ СОТРУДНИЦЕ ВУКТЫЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО СУДА ВРУЧЕНА ВЕДОМСТВЕННАЯ НАГРАДА

За значительный личный вклад в развитие судебной системы, всестороннее содействие в укреплении и совершенствовании правосудия в Российской Федерации приказом Генерального директора Судебного департамента при Верховном Суде РФ помощник председателя Вуктыльского городского суда Наталья Мубарова награждена знаком отличия Судебного департамента при Верховном Суде РФ «За усердие» I степени.

Награда вручена в торжественной обстановке председателем Вуктыльского городского суда Республики Коми Евгением Колесниковым, который поблагодарил Наталью Мубарову за проявленный профессионализм и пожелал дальнейших профессиональных успехов.

Вуктыльский городской суд РК

♦ Творите добро!

С 17 по 23 апреля на всей территории нашего региона проходила добровольческая акция «Весенняя неделя добра - 2023» в рамках Года молодежи в Республике Коми.

Цель мероприятия – развитие добровольческой деятельности молодежи и привлечение социально ориентированных некоммерческих организаций к участию в различных сферах деятельности.

На территории городского округа «Вуктыл» акцию реализовывал муниципальный штаб «Волонтеров Победы» Вуктыла. Добровольцы организовали и провели шесть значимых мероприятий, в которых приняли участие 58 волонтеров, а благополучателями стало более 8000 человек.

По итогу недели добра из всех муниципалитетов Республики Коми, принявших участие в акции, лидерами стали МО ГО «Вуктыл» и МО МР «Усть-Вымский».

Волонтеры Победы искренне благодарят партнеров, принявших участие в акции и оказавших активную помощь в ее реализации:

- администрацию ГО «Вуктыл»;
- МБУ «Клубно-спортивный комплекс»;
- представителей молодежи Вуктыла;
- МБУК «Вуктыльская центральная библиотека»;
- Вуктыльскую городскую организацию КРО «Всероссийское общество инвалидов»;
- МБУДО «Центр внешкольной работы».

Творите добро, и оно обязательно к вам вернется!

Григорий ЛУКЬЯНЧЕНКО

♦ ВУКТЫЛ ПОМНИТ!



78 лет назад отзвучали последние выстрелы трагической и незабываемой Великой Отечественной войны. Но не заживают раны в сердцах человеческих. И в торжественные, праздничные дни Великой Победы мы вновь и вновь мысленно возвращаемся к тем суровым временам. Пройдут года, десятилетия, немало ярких и важных событий произойдет в нашей стране, но легендарный подвиг советского народа навсегда останется в нашей памяти...

День 9 Мая в городе Вуктыле был наполнен

различными праздничными мероприятиями, посвященными 78-ой годовщине Победы в Великой Отечественной войне.

В 11.00 все желающие могли принять участие в караоке «Военный граммофон», организованном возле библиотеки, и спеть любимые песни на военную тему, а также сфотографироваться на память в расположенной рядом фотозоне.

В 12.20 на городской площади развернулось театрализованное представление «Случайный вальс».

Затем ведущая Зоя Зинина объявила об от-



крытию торжественного митинга: «9 Мая – день нашей гордости, нашего величия, мужества и отваги, день нашей памяти. Мы в вечном долгу перед теми, кто подарил нам мир, весну, жизнь!».

Право первого слова было предоставлено труженику тыла, сви-

детелю трагических событий Великой Отечественной войны Александру Алексеевичу Тишкову. Далее с душевными поздравлениями и с пожеланиями здоровья, счастья и мира к вуктыльцам обратилась Гульнара Идрисова, (Окончание на 2 стр.)

ГОД МОЛОДЕЖИ 2023
Республика Коми

ВЕСЕННЯЯ НЕДЕЛЯ ДОБРА
РЕСПУБЛИКИ КОМИ

ДИПЛОМ ЛИДЕРА

ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ДОБРОВОЛЬЧЕСКОЙ АКЦИИ
«ВЕСЕННЯЯ НЕДЕЛЯ ДОБРА-2023»
В РЕСПУБЛИКЕ КОМИ

ВРУЧАЕТСЯ

КОМАНДЕ «ВОЛОНТЕРЫ ПОБЕДЫ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ ВОД «ВОЛОНТЕРЫ
ПОБЕДЫ» МО ГО «ВУКТЫЛ»

РИКОВОДИТЕЛЬ КОМАНДЫ: ЛУКЬЯНЧЕНКО ГРИГОРИЙ АНАТОЛЬЕВИЧ

ПРЕДСЕДИТЕЛЬ
КОМИТЕТА ПО МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ
РАСПУБЛИКИ КОМИ

С.В. СУВЕРОВИЧ

17 - 23 апреля 2023 года



ВУКТЫЛ ПОМНИТ!



(Окончание. Начало на 1 стр.)

руководитель администрации ГО «Вуктыл», Виталий Олесик, председатель Совета городского округа «Вуктыл», Галина Гаврюшина, председатель местной организации ветеранов г. Вуктыла, Валентина Терехова, депутат Совета городского округа «Вуктыл», и Александр Новак, доброволец первой волны специальной военной операции, командир 9 роты, участник битвы за Луганск. После всех поздравлений была объявлена минута молчания...

По сложившейся традиции на почетный караул к мемориалу защитникам Отечества прошествовали кадеты и юнармейцы, с гордостью неся в руках флаги Российской Федерации, Республики Коми и Красное Знамя Победы. Праздничный митинг завершился возложением памятной гирлянды и цветов к стеле защитникам Отечества и мемориальным плитам с фамилиями ветеранов-фронтовиков.

В 13.20 началась концертная программа «Живем и помним!». С замечательными песнями на сцене выступили Наталья Блохнина, народный хор «Реченька», клуб «Судар и сударушки», вокальная группа «Раздолье», Татьяна Стеценко, коллектив «СОШ №1», Валентина Павлова, а также Клавдия Черкасова, Жанна Барышникова и коми землячество «Зарни кад». Заводные танцевальные номера представили хореографический коллектив «Рябин-

ка» и группа «Солнышко». Вели концертную программу Никита Сурганов и Диана Бондаренко.

Во время концерта традиционно была развернута полевая кухня, где каждому желающему предлагали отведать вкусной гречневой каши и сладкого чая. В такую погоду горячий чай пришелся как нельзя кстати, от желающих не было отбоя!

А в центре площади состоялась всероссийская спортивно-патриотическая акция «Рекорд Победы», активное участие в которой приняли мальчики и девочки. Соревнуясь между собой, ребята отжимались от пола, приседали, поднимали гантели, гири, качали пресс... Задача акции – совместно выполнить различные упражнения 28489 раз, именно столько дней прошло со Дня Победы 1945 года до 9 мая 2023 года. Участникам мероприятия вручались сладкие призы.

Тем временем возле фонтана прошел флеш-моб, организованный сотрудниками детской художественной школы. Ребятам и взрослым предлагалось раскрасить пазлы в яркие цвета и приклеить их на стенд, образуя полную праздничную открытку, посвященную Дню Победы. И тут нашлось немало желающих проявить свои творческие таланты. Также состоялась акция «Звезда памяти»: взрослые и дети писали фамилии своих героев на звездочках, которые кре-

пили затем на стенде в виде большой звезды.

С 15.00 в зале КСК были организованы показы художественных фильмов «Белый тигр» и «Иваново детство».

В 19.15 в концертном зале клубно-спортивного комплекса состоялся фестиваль трудовых коллективов предприятий, организаций и учреждений Вуктыла «Победный май». Со своими номерами выступили: Надежда Шабарова, коллектив МБУ «Локомотив», Татьяна Стеценко, коллективы детских садов «Золотой ключик», «Сказка», «Дюймовочка», Алина Мезенцева, Ольга Яремينا, Нина Захарченко, Ирина Драган, Ксения Закатова, Арина Цыганенко, Жанна Барышникова, Татьяна Падерина, коллектив администрации ГО «Вуктыл», коллектив «Гармония» «СОШ №1», Наталья Блохнина и волонтеры Победы. В зале царил теплая праздничная атмосфера, зрители, не жалея рук, встречали и провожали артистов громкими аплодисментами и криками «Браво!», «Молодцы!».

По окончании фестиваля «Победный май» на сцену пригласили Гульнару Идрисову, которая от всей души поблагодарила выступающих за замечательные номера, пожелала дальнейших творческих успехов и вручила всем участникам благодарственные письма.

В 20.00 начался автопробег «Вуктыл помнит!», в котором приняло участие 75 автомобилей. Старт был организован в аэропорту, а финишировали участники автопробега на городской площади, выстроившись по ее периметру.

И завершился этот знаменательный для всех россиян день всероссийскими акциями «Свеча памяти» и «Минута молчания». Несмотря на дождь, на площади собралось немало горожан. Минутой молчания жители округа почтили память павших в



борьбе против фашизма. В ходе акции волонтеры раздавали присутствующим лампадки со свечами, которые затем были зажжены и установлены у подножия памятника защитникам Отечества и мемориальных плит.

Мы всегда будем помнить героические подвиги

нашего народа в годы Великой Отечественной войны. Навечно останутся в наших сердцах имена героев, завоевавших свободу и счастье для грядущих поколений, отдавших свои жизни за наше будущее!

Елена НЕТРЕБКО
Фото автора



О реализации в Коми нацпроектов и федеральных программ

В Москве состоялась рабочая встреча Главы РК Владимира Уйба с министром строительства и жилищно-коммунального хозяйства РФ Иреком Файзуллиным. Обсуждены вопросы развития строительного комплекса региона, реализации национальных проектов, курируемых Минстроем России, и модернизации коммунальной инфраструктуры.

На встрече затронули тему комплексного развития территорий. «Благодаря механизму комплексного развития территории строятся дома в непосредственной близости с социальными объектами, а также в районах с развитой дорожной инфраструктурой. В Республике Коми есть земельный участок площадью 5,4 га, предполагающий комплексное развитие. На этой территории есть возможность построить 40 тыс. кв. метров многоквартирных домов, что положительно скажется на результатах ввода жилья и реализации национальных проектов», – подчеркнул в ходе рабочей встречи глава Минстроя России. По данным Росстата, за первый квартал 2023 года в республике введено в эксплуатацию 57,7 тыс. кв. м жилья.

И. Файзуллин и В. Уйба обсудили реализацию федерального проекта «Чистая вода», который направлен



на обеспечение людей качественной водой. В регионе в рамках данного проекта с опережением графика ведется строительство водочистных сооружений в г. Ухте.

Особое внимание уделили реализации региональной адресной программы по переселению граждан из аварийного жилья. Переселение ведется в республике с 2019 года. За это время нарастающим итогом в новые дома переехали 5,13 тыс. человек благодаря расселению 102,02 тыс. кв. м непригодных для проживания домов.

На заседании президиума Правительственной комиссии по региональному развитию одобрена программа модернизации коммунальной инфраструктуры. Так, к 2025 году в регионе планируется обновить 25 км сетей, что позволит снизить аварийность ин-

фраструктуры на 5,6%.

«При поддержке федерального Правительства и Минстроя России в республике реализуется ряд проектов и программ, благодаря которым развивается транспортная инфраструктура, улучшаются условия проживания граждан, преобразуются улицы городов и сёл. Важно, что в этой работе принимают активное участие и сами жители. Более 32 тысяч человек проголосовало за территории для благоустройства в 2024 году. Я благодарю каждого, кто не остался в стороне и внёс свой личный вклад в развитие региона», – отметил В. Уйба.

В рамках федеральной программы «Формирование комфортной городской среды» в регионе планируется благоустроить 110 территорий, из них 72 территории – обществен-

ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ

Как заключается контракт

Контракт о прохождении военной службы заключается по прибытии в воинскую часть с командиром части письменно, по типовой форме. В контракте закрепляются: добровольность поступления на военную службу, срок службы, другие условия.

На какой срок можно заключить контракт

Контракт заключается на 1 год, 3 года или 5 лет.

Кто принимает решение о приеме на службу по контракту и направлении в воинскую часть

Решение по заключению контракта на военную службу принимается членами и совместными комиссиями пунктов отбора и военных комиссариатов.

Можно ли поступить на службу по контракту с категорией здоровья «В»

Подходит ли кандидат для военной службы по контракту, определяют после медосмотра. Его проведут в военном комиссариате.

Может ли женщина поступить на военную службу по контракту

Женщин на военную службу принимают на общих основаниях.

Можно ли заменить службу по призыву на службу по контракту

Граждане, не пребывающие в запасе и получившие высшее или среднее профессиональное образование, могут заменить один год военной службы по призыву на два года военной службы по контракту.

Как зачисляются выплаты контрактникам

Ежемесячное денежное содержание зачисляется на любой банковский счет контрактника, к которому привязана карта «Мир». Реквизиты счета нужно указать в пункте отбора на военную службу по контракту. Если карты «Мир» нет, контрактнику будет открыт соответствующий счет в банке. На этот же счет зачисляются выплаты от регионов. Все выплаты начисляются автоматически.

Какие банковские льготы получают участники СВО

Для военнослужащих по контракту, принимающих участие в СВО, действуют специальные программы кредитных каникул и реструктуризации.

По банковским договорам:

- не начисляются неустойки, штрафы и пени;
- не предъявляются требования о досрочном исполнении обязательств.

По ипотечному жилью:

- приостанавливаются взыскание просроченной задолженности и обращение взыскания на ипотечное жилье;
- участников СВО и членов их семей не могут выселить из ипотечного жилья, на которое ранее было обращено взыскание.

Как служба по контракту в зоне СВО учитывается в страховом стаже

Период участия граждан в СВО засчитывается в страховом стаже в двойном размере – день за два.

За дополнительной информацией можно обратиться в военные комиссариаты по месту жительства, расположенные на территории региона, или в пункт отбора, дислоцированный в Сыктывкаре (по телефону 8(8212)32-15-88 или по адресу: г. Сыктывкар, ул. Катаева, д. 7).



О МЕРАХ ПОДДЕРЖКИ СЕМЕЙ С ДЕТЬМИ

покупку продуктов питания;

- малоимущие родители получают ежемесячное пособие на детей. Размер выплаты зависит от возраста ребенка и категории семьи;

- многодетным семьям компенсируются расходы на оплату жилого помещения и коммунальных услуг. Эта мера поддержки предоставляется в фиксированном размере и зависит от количества детей в семье и района проживания;

- многодетные семьи с тремя и более детьми до 23 лет, если они учатся очно, имеют право получить пособие на оплату проезда в пассажирском транспорте на детей-школьников и студентов-очников до 23 лет. Также они могут оформить

социальный проездной билет на несовершеннолетних детей;

- если среднедушевой доход семьи не превышает двух с половиной прожиточных минимумов, такой семье компенсируется плата за присмотр и уход в детском саду: 30% – на первого ребенка, 50% – на второго и 70% – на третьего и последующего детей.

Кроме того, в регионе реализуется проект «Подарок новорожденному». В подарочный комплект входят 17 предметов, которые необходимы ребенку в первые месяцы его жизни: повседневная одежда, пеленки, средства гигиены и ухода за младенцем. «Подарок новорожденному» положен каждой семье с новорожденным, независимо от статуса семьи и доходов, и выдается по госуслугам в отделении здравоохранения РК.

С этого года для многих семей стала доступна единовременная материальная помощь при газификации жилья. До 100000 руб. такой помощи могут получить:

- семьи с 2 и более детьми до 23 лет, если они студенты-очники;

- неполные семьи с ребенком или детьми до 23 лет, если они

обучаются по очной форме обучения;

- семьи, в которых воспитываются дети с инвалидностью;

- семьи, в которых супруги не старше 30 лет;

- все проживающие в сельской местности семьи с детьми.

Многодетным семьям неоднократно компенсируют затраты на покупку автономных дымовых пожарных извещателей.

Многодетные семьи Воркуты и Инты могут получить компенсацию расходов за провоз личного автомобиля железнодорожным транспортом по маршрутам Воркута - Сосногорск, Инта - Сосногорск и обратно. Эта мера поддержки предоставляется 1 раз в 2 года в размере фактических расходов, но не более 50000 руб.

по маршруту Воркута - Сосногорск и обратно, не более 40000 руб. по маршруту Инта - Сосногорск и обратно.

Для семей, в воспитывающих семьей и более несовершеннолетних детей, предусмотрена ежегодная денежная выплата в размере 5000 рублей. Выплачивается на каждого ребенка в возрасте с 6 до 18 лет. Еще одна существенная выплата для таких семей – до 1 млн. 200 тыс. руб. на покупку транспортного средства (автомобиля или снегохода).

Одиноким неработающим трудоспособным родителям или опекунам несовершеннолетних детей с инвалидностью положена ежемесячная выплата в 3000 руб. Если в семье воспитываются несколько детей с инвалид-

ностью до 18 лет, то выплата предоставляется на каждого ребенка.

Также в Коми предусмотрен региональный семейный капитал – 150000 руб. Его получают семьи, где родились или были усыновлены первый, третий или последующие дети. Средства можно направить на улучшение жилищных условий, образование, платные медицинские услуги для детей, на ремонт или переустройство жилья.

«Это неполный перечень мер поддержки. Они выплачиваются за счет республиканского бюджета. Еще есть достаточно много федеральных мер, информацию о них можно получить в Социальном фонде России», – заключил В. Уйба.

ГЛАВА КОМИ ВСТРЕТИЛСЯ С ВОЕННОСЛУЖАЩИМИ

Владимир Уйба в своем видеобращении к жителям региона рассказал о встрече на передовой с военнослужащими из Республики Коми: «Сегодня посетил наших ребят на передовой. 1 мая мы подготовили и передали машину для наших ребят. Сегодня снова встретились с ними на передовой. Ребята работают, машина служит. Увиделись с большим количеством наших военнослужащих, все передают привет, у всех хороший настрой. Победа будет за нами! Россия, вперед!».



Поддержка материнства и детства – безусловный государственный приоритет. И в Республике Коми этому уделяется особое внимание.

В 2022 году получателями мер поддержки семей с детьми только по линии Минтрудоустройства стало более 45000 наших жителей. На обеспечение этих мер поддержки было направлено свыше 3,5 млрд. руб. из федерального и республиканского бюджетов.

В. Уйба в своем видеобращении рассказал о региональных мерах поддержки:

- беременные жительницы из труднодоступных населенных пунктов могут получить компенсацию расходов на проезд в государственные медицинские организации республики, где оказывается помощь в период беременности и родов. Компенсацию можно получить при передвижении как на общественном, так и на частном транспорте;

- всем беременным женщинам выплачивается 1000 руб. в месяц на покупку продуктов питания. Для получения этого пособия нет никаких критериев нуждаемости;

- малоимущие кормящие мамы получают 703 руб. в месяц на

♦ ПРАЗДНИЧНАЯ ЭСТАФЕТА

Каждый год 9 Мая в России отмечается великий для всех нас день – День Победы. В разных уголках нашей огромной страны проходят различные мероприятия, посвященные этому событию. Вот и в городе Вуктыле тоже прошли мероприятия: и культурные, и общественные, и, конечно же, спортивные.

Праздничное утро выдалось очень холодным, но наши спортсмены не испугались ледяного ветра. В 10.00 часов состоялась уже традиционная легкоатлетическая эстафета среди команд предприятий, организаций и учреждений городского округа.

В эстафете приняли участие 7 команд. Участникам предстояло преодолеть дистанцию в 3600 метров. Их маршрут начинался от угла здания администрации городского округа и проле-

гал почти по всем улицам города, а финишировали спортсмены также возле администрации.

На протяжении всей дистанции участники эстафеты страховали сотрудники ДПС, а родные, друзья и коллеги активно поддерживали бегунов.

По результатам соревнований среди юношеских команд первое место заняла команда МБОУ «СОШ №2 им. Г. В. Кравченко», второе место присудили команде МБУДО «КДЮСШ», третье место – у волонтеров Победы. Победителем 1 этапа на дистанции 1000 метров стал Артем Рочев.

Среди команд организаций и предприятий первое место досталось ВЛПУМГ, второе место – у ВГПУ, третье место заняла команда МЧС. Победителем 1 этапа на дистанции 1000 метров

стал Александр Севко.

На церемонии награждения Гульнара Идрисова, руководитель администрации ГО «Вуктыл», поздравила всех со знаменательной датой, пожелала здоровья, счастья и мирного неба над головой и вручила призерам и победителям медали, грамоты и кубки.

Подобные мероприятия способствуют пропаганде физической культуры и спорта как одного из факторов укрепления здоровья, привлечению как можно большего количества граждан к систематическим занятиям спортом, повышению спортивного мастерства и определению сильнейших команд и лучших спортсменов.

Елена НЕТРЕБКО
Фото автора



♦ Что нужно, чтобы поступить в вуз МВД России?

16 мая в Общественной приемной Главы Республики Коми по городу Вуктылу прошла «прямая линия» на тему: «Обучение и отбор кандидатов для службы в МВД: вопросы и ответы». На вопросы жителей округа отвечал Сергей Попов, начальник ОМВД России по городу Вуктылу.

- Как можно получить направление в вуз МВД России и какие документы для этого необходимы?

- В системе МВД России предусмотрены целевые направления на обучение в вузе. Кадровые подразделения органов внутренних дел занимаются подготовкой абитуриентов для поступления в вуз. Поступление в образовательные организации системы МВД России равнозначно поступлению на службу в органы внутренних дел. Следовательно, процедура поступления в вузы точно такая же, как и при поступлении на службу.

С самого начала обучения, с 1 сентября, исчисляется стаж службы в органах внутренних дел. Вам необходимо обратиться в кадровое подразделение ОМВД России по городу Вуктылу (ул. Пионерская, 14), телефон: 93-2-33. С кандидатом на поступление проведут собеседование на предмет пригодности к службе в органах внутренних дел, разъяснят требования и условия для поступления в вуз, выдадут определенные формы документов для заполнения, включая анкету-автобиографию, а также перечень документов, которые необходимо подготовить. Кроме прочего, необходимо предоставить паспорт, СНИЛС, ИНН, трудовую книжку при наличии. Юноши должны будут предоставить приписное свидетельство из военкомата.

Помимо этого, кандидаты на поступление не должны иметь проблем с законом, не иметь судимости (для совершеннолетних), не должны были в течение своей жизни привлекаться к уголовной ответственности, стоять на профилактике в ОПДН, употреблять наркотики.

После проверки собранных документов в случае положительного результата кандидат направляется на военно-врачебную комиссию в город

Сыктывкар. Там же, в центре психологической диагностики, кандидат проходит проверку на полиграфе.

После положительного заключения ВВК учебное дело абитуриента направляется в МВД по Республике Коми. А до этого момента родители подписывают соглашение о том, что после окончания обучения в вузе их ребенок должен будет отработать 5 лет в органах внутренних дел.

- Скажите, а есть ли у вузов, где готовят профессиональных полицейских, преимущества перед другими вузами, где обучаются обычные юристы?

- Конечно, есть. Начнем с того, что период обучения входит в стаж службы в органах внутренних дел. С момента зачисления в вуз курсант находится на полном государственном обеспечении. На период обучения ему предоставляется бесплатное общежитие, форма одежды, питание, денежное довольствие, проезд к месту отдыха и обратно раз в год. С первого по 4-й курс денежное довольствие составляет от 10 до 15 тысяч рублей. При полном обеспечении это очень хорошее подспорье для молодых людей.

С четвертого курса курсанту присваивается первое офицерское звание «младший лейтенант полиции», соответственно, увеличивается денежное довольствие, фактически в два раза. По окончании вуза выпускник получает звание «лейтенант полиции». За пять лет обучения, то есть службы в органах внутренних дел, он получает надбавку к денежному довольствию и гарантированное трудоустройство. Практически по всем направлениям курсант вуза МВД России получает высшее юридическое образование, которое очень высоко котируется и востребовано в современных реалиях. Возможно, после пятилетнего срока отработки в органах внутренних дел чело-



век примет решение поменять сферу деятельности. Полученные в вузе знания и опыт работы в системе МВД позволят начать адвокатскую практику или работать в судебной системе.

- Подскажите, пожалуйста, какие экзамены и дополнительные испытания не обязательны для поступления в вузы МВД России.

- Основные требования – результаты ЕГЭ по русскому языку и обществознанию (минимум – 36 баллов и 42 соответственно). Однако каждый вуз вправе устанавливать дополнительные испытания самостоятельно. Так, для поступления в Санкт-Петербургский университет МВД России необходимо дополнительно сдать русский язык письменно (минимальное количество баллов – 36), а в Волгоградской академии МВД России дополнительным вступительным экзаменом в этом году является русский язык (тестирование), минимальное количество баллов – 44. Более подробно о дополнительных испытаниях можно узнать на официальном сайте учебного заведения.

Также в каждом учебном заведении проводятся испытания по физической подготовке, которые включают в себя: для девушек – нормативы по бегу на

100 и 1000 метров, подъем туловища из положения лежа на спине и отжимание (последние два упражнения выполняются на скорость, за 30 секунд каждое); для юношей – бег на 100 и 3000 метров, подтягивание на перекладине. Дополнительно учитываются индивидуальные достижения поступающих, такие как спортивные разряды, знаки ГТО, победы в школьных олимпиадах.

- Хочу поступить в вуз МВД, но слышал, что тем, у кого есть судимые родственники, туда дороги нет. Так получилось, что мой прадед был осужден за убийство своего сына, но я его никогда не видел. Могу ли я претендовать на поступление?

- Однозначно на ваш вопрос я ответить не могу, поскольку каждый случай рассматривается индивидуально. Если судимый член вашей семьи с вами не проживает, воспитанием не занимается и не участвует в вашей жизни, то этот момент не будет являться препятствием для поступления в вуз. Другое дело, когда родители, проживая вместе с ребенком, своим социальным образом жизни могли негативно влиять на формирование личности несовершеннолетнего.

Василиса ГРЕЧНЕВА

Понедельник 22 мая

Первый канал

05.00 "Доброе утро" (16+)
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости (16+)
09.20 "АнтиФейк" (16+)

Россия 1

05.00, 09.30 "Утро России" (16+)
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время (16+)
09.55 "О самом главном" (12+)

Культура

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры (12+)
06.35 "Пешком..." (12+)

(12+)
13.30 "Престольный праздник. День Николая Чудотворца" (12+)
14.10 Линия жизни (12+)

Матч ТВ

06.00 "Лучшие из лучших" (12+)
07.00, 10.00, 12.55, 15.10, 02.00 Новости (16+)

НТВ

04.55 Т/с "Москва. Центральный округ" (16+)
06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+)

20.00 Т/с "Борщи" (16+)
22.15, 00.00 Т/с "Чингачук" (16+)
00.55 Т/с "Бездна" (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.30 М/с "Буба" (0+)
07.00 "Совершенно летние" (16+)

ТНТ

07.00, 11.00, 22.00, 06.50 "Однажды в России" (16+)
09.00 "Новые Звезды в Африке" (16+)

ОТР

06.00 Х/ф "Владивосток" (12+)
07.30, 11.00 "Календарь" (12+)

дереции" (12+)
11.45 Х/ф "Не чужие" (16+)
13.10 ОТРажение-2 (12+)

Рен ТВ

05.00, 18.00, 02.05 Самые шокирующие гипотезы (16+)
06.00 С бодрым утром! (16+)

ТВ3

06.00, 09.15 "Утренние гадания" (16+)
06.15 Мультфильмы (0+)

21.15 Х/ф "Убийца: Против всех" (16+)
02.00 "Дневник экстрасенса" (16+)

Звезда

05.00 Т/с "Кадеты" (12+)
07.00 "Сегодня утром" (12+)
09.00, 13.00, 18.00, 20.30 Новости дня (16+)

Пятый канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.30 "Известия" (16+)
05.25, 09.30 Т/с "Чужой район-3" (16+)

ТВ Центр

06.00 "Настроение" (0+)
08.05 "Тайна песни" (12+)

бытия (16+)
11.50 Т/с "Следователь Горчакова" (12+)

Юрган

06:00 «Чолом, дзюлок!» (6+)
06:15, 10:00, 19:00, 02:00, 04:45 «Миян йоз» (12+)

Вторник 23 мая

Первый канал

05.00 "Доброе утро" (16+)
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости (16+)

Россия 1

05.00, 09.30 "Утро России" (16+)
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время (16+)

Культура

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры (12+)
06.35 "Пешком..." (12+)

14.55, 22.25 "Настоящая война престолов" (16+)
15.45 Жизнь замечательных идей (12+)

Матч ТВ

06.00 "Лучшие из лучших" (12+)
07.00, 10.00, 15.10, 02.00 Новости (16+)

НТВ

05.00 Т/с "Москва. Центральный округ" (16+)
06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+)

(16+)
13.00 "Кухня" (16+)
18.00 "На выход!" (16+)

ТНТ

07.00, 22.00, 06.35 "Однажды в России" (16+)
13.00 "Жуки" (16+)

ОТР

06.00, 17.00 "Очень личное" (12+)
06.40, 15.10, 23.15 Т/с "Семейный альбом" (16+)

10.00 Совбез (16+)
11.00 Как устроен мир (16+)
12.00, 16.00, 19.00 112 (16+)

ТВ3

06.00, 09.15 "Утренние гадания" (16+)
06.15 Мультфильмы (0+)

Звезда

07.00 "Сегодня утром" (12+)
09.00, 13.00, 18.00, 20.30 Новости дня (16+)

Пятый канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.30 "Известия" (16+)

Связные Севера КУПОН ЧАСТНОГО БЕСПЛАТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ
Куплю, продам, сниму, сдам, найду, ищу работу...
1 купон - одна публикация, ксерокопии не принимаются!

(16+)
06.55, 09.30 Т/с "Глухарь" (16+)
08.55 "Знание - сила" (0+)

Юрган

06:00, 19:00, 02:00 «Вочакыв» (12+)
06:15, 09:45 «Миян йоз» (12+)

Воскресенье

28 мая

Первый канал

06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости (16+)
06.10, 00.50 Подкаст.лаб (16+)
06.55 "Играй, гармонь любимая!" (12+)
07.40 "Часовой" (12+)
08.10 "Здоровье" (16+)
09.20 "Мечталлион" (12+)
09.40 "Непутевые заметки" (12+)

Россия 1

06.10, 01.30 X/ф "Простить за все" (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье (16+)
08.35 "Когда все дома" (0+)
09.25 "Утренняя почта" (12+)

Культура

06.30, 02.30 M/ф (0+)
07.40 X/ф "Тепло родного дома" (16+)
09.50 "Вороны большого города" (12+)

12.25 "Забытое ремесло" (12+)
12.40 Невский ковчег. Теория невозможного (12+)
13.10 "Игра в бисер" (12+)

Матч ТВ

06.00 "Все о главном" (12+)
06.30 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок (0+)

НТВ

04.55 T/c "Береговая охрана" (16+)
06.35 "Центральное телевидение" (16+)
08.00, 10.00, 16.00 "Сегодня" (16+)

(16+)
14.05 "Однажды..." (16+)
15.00 "Своя игра" (0+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.55 M/c "Царевны" (0+)
07.20, 12.00 Шоу "Уральских пельменей" (16+)

ТНТ

07.00, 22.00, 06.30 "Однажды в России" (16+)
09.00 "Битва пикников" (16+)

ОТР

06.00, 14.05 "Большая страна" (12+)

(0+)
07.15 "От прав к возможностям" (12+)
07.35 M/ф (0+)
09.00, 10.05 ОТРажение (12+)

Рен ТВ

05.00, 23.55 Самые шокирующие гипотезы (16+)
07.00 С бодрым утром! (16+)

ТВЗ

06.00 Мультфильмы (0+)

11.00 T/c "Закрытая школа" (16+)
15.15 X/ф "Земля. Перезагрузка" (12+)

Звезда

05.30 X/ф "Я служу на границе" (12+)

Пятый канал

07.45, 01.15 X/ф "Такая порада" (16+)

ТВ Центр

09.05 "Здоровый смысл"

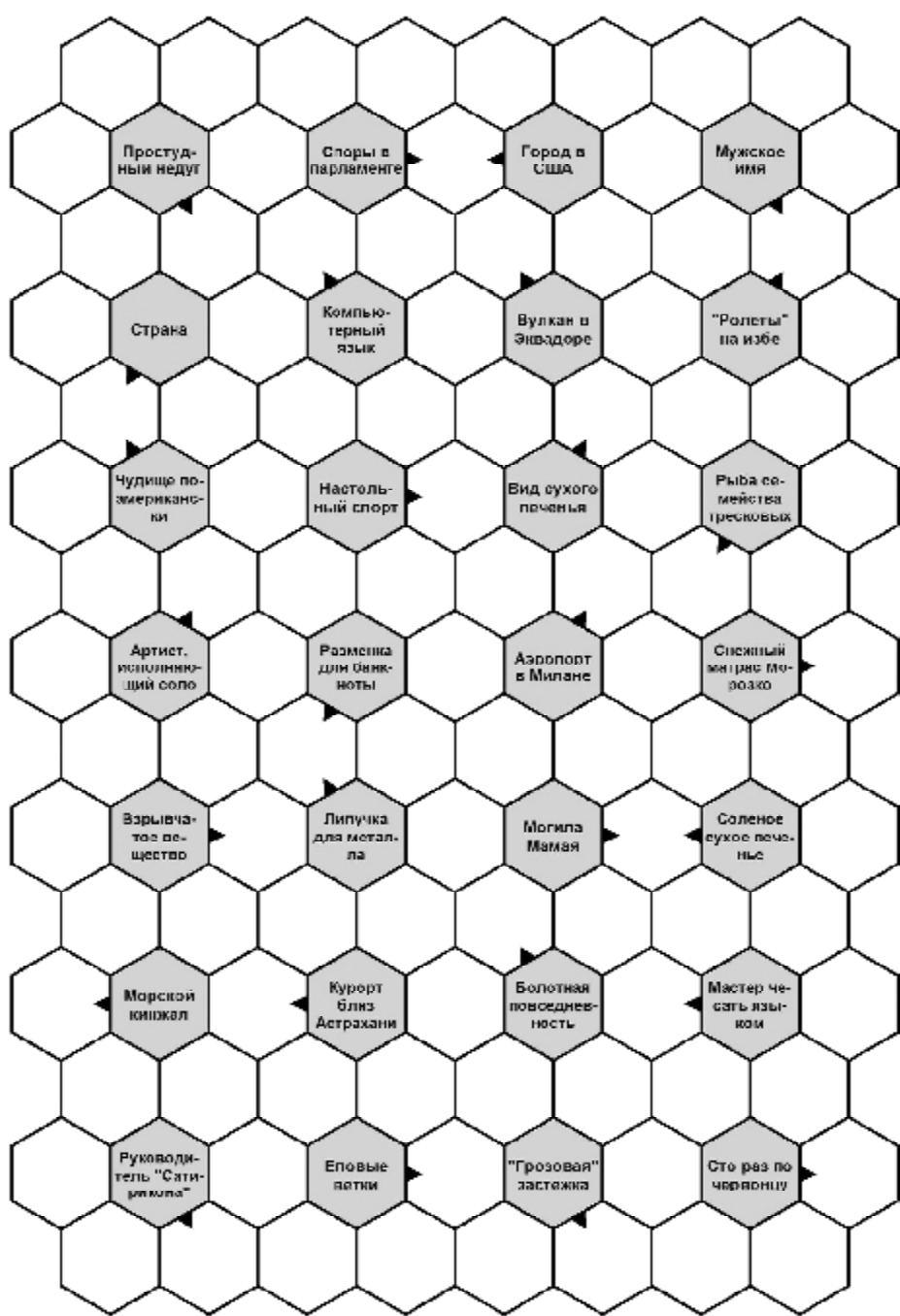
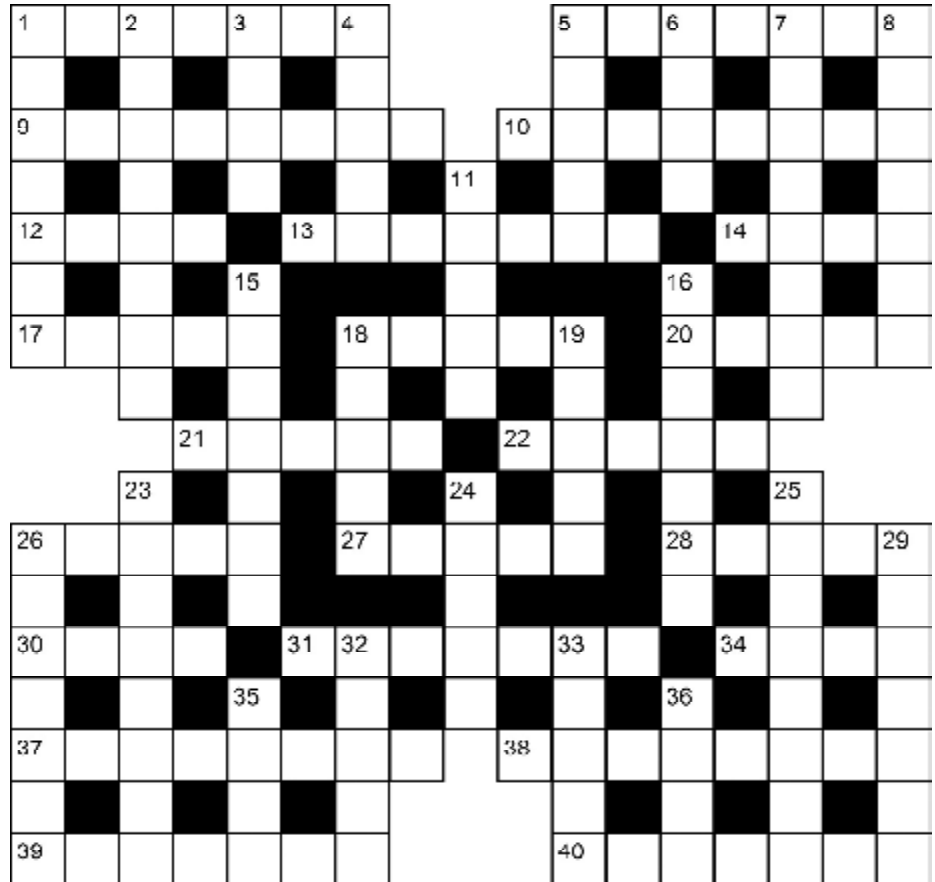
(16+)
09.35 X/ф "Любовь на выживание" (12+)

Юрган

06:00, 07.45, 13.15, 05.45 «Миян йоз» (12+)

Разминка для ума

По горизонтали: 1. Теоретик и вдохновитель партии...
По вертикали: 1. Драгоценный камень 2. Воинское звание...



Ответы на кроссворд от13 мая:
По горизонтали: 1. Украина 5. Насадка 9. Шулалца 10. Праздник...

ВНИМАНИЮ ГРАЖДАН ВУКТЫЛЬСКОГО РАЙОНА!

На территории района проходят магистральные газопроводы «Вуктыл – Ухта», «Пунга – Вуктыл – Ухта», «Пунга – Ухта – Грязовец», «СРТО – Торжок», по которым транспортируется природный газ с давлением до 75 атмосфер. Указанные газопроводы относятся к объектам повышенного риска.

Их опасность определяется совокупностью опасных производственных факторов процесса перекачки и опасных свойств перекачиваемой среды. Опасными производственными факторами газопроводов являются:

- разрушение трубопровода или его элементов, сопровождающееся разлетом металла и грунта;
- возгорание продукта при разрушении трубопровода, открытый огонь и термическое воздействие пламени сгораемого газа;
- взрыв газозвушной смеси;
- обрушение и повреждение зданий, сооружений, установок;
- понижение концентрации кислорода.

В связи с этим на трассах магистральных газопроводов и объектах, входящих в их состав, устанавливаются зоны с особыми условиями использования земель в них:

- охранный газопровода (25 м в обе стороны от осей крайних ниток) для защиты газопровода от возможных повреждений;
- зона минимальных расстояний (до 350 м от осей крайних ниток) для защиты людей, зданий и сооружений от возможных разрушений газопровода.

В соответствии с «Правилами охраны магистральных трубопроводов» в целях пожарной безопасности в охранной зоне **КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- перемещать и повреждать опознавательные и сигнальные знаки;
- открывать люки, калитки и двери пунктов связи, ограждений линейных кранов, а также открывать и закрывать краны, включать или отключать средства связи, электроснабжения и телемеханики;
- разводить костры и размещать какие-либо открытые или закрытые источники огня;
- устраивать свалки, выливать жидкости, в том числе растворы солей, кислот и щелочей.

Землепользователям, юридическим и физическим лицам в охранных зонах газопроводов без письменного разрешения ВЛПУМГ **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- возводить любые постройки и сооружения;
- сооружать проезды и переезды через трубопроводы, устраивать стоянки транспорта, размещать коллективные сады и огороды;
- производить строительные работы.

В период весенней распутицы **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** проезд автотранспорта и механизмов через газопроводы по временным переездам.

Юридические и физические лица, не выполняющие требования «Правил...» и причинившие своими противоправными действиями и/или ущерб либо нарушившие правила безопасности, несут гражданско-правовую и уголовную ответственность в соответствии со статьями 167, 168, 269 УК РФ.

При обнаружении утечек газа или других неисправностей на магистральных газопроводах просим сообщать по адресу: г. Вуктыл, Вуктыльское ЛПУМГ, КС-3.

Телефоны Вуктыльского ЛПУМГ: 63-2-15, 63-3-50, 24-1-07, 63-2-21, 63-3-10.

Администрация ВЛПУМГ
Реклама

Газету «Сияние Севера» можно приобрести в магазинах «Берёзка» (центральная, № 11), «Галеон», «Пантеон», «Звезда», «Домашний», «Тайга», «Семья». **Уважаемые читатели,** вы можете также приобрести газету в нашей редакции по улице Комсомольской, д. 5.

Реклама

ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В РОССИИ: ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ



10 мая в Общественной приемной Главы Республики Коми по городу Вуктылу прошла прямая линия на тему: «Военная служба по контракту в России: условия отбора, социальные гарантии». На вопросы отвечали Гульнара Идрисова, глава МО ГО «Вуктыл» - руководитель администрации округа, Марина Нестеренко, директор ГБУ РК «Комплексный центр социальной защиты населения города Вуктыла», Оксана Мезенцева, начальник военно-учетного стола администрации ГО «Вуктыл».

- Какие требования предъявляются к кандидатам, желающим пройти службу по контракту?

- Основные требования, предъявляемые к кандидатам: состояние здоровья («А» - годен, «Б» - годен с незначительными ограничениями); образование - не ниже основного общего (9 классов); возраст - от 18 до 60 лет. Если по состоянию здоровья стоит категория «В» - ограниченно годен к военной службе, то гражданину будет необходимо взять справку у лечащего врача о том, что в течение 5 лет за медицинской помощью по установленному диагнозу он не обращался.

- Хочу пройти службу по контракту, в свое время службу в армии прошел. Скажите, куда нужно обращаться и какие документы для этого необходимы?

- Документы, которые должен предоставить гражданин: автобиография и анкета по определенной форме, паспорт, военный билет (при наличии), свидетельства о браке и о рождении детей (при наличии), документы об образовании. Также вам необходимо будет написать заявление, которое вы можете подать лично (почтовым отправлением) в пункте отбора или военном комиссариате или в личном кабинете граждани-

на на сайте Минобороны России службапоконтракту.рф, либо через электронный сервис «Стать добровольцем или контрактником» на едином портале государственных услуг - госуслуги.рф. Поскольку пункт отбора на военную службу по контракту расположен в г. Сыктывкаре, вы можете обратиться в военно-учетный стол администрации ГО «Вуктыл» по адресу: ул. Комсомольская, д. 5, 4 этаж, телефон: 21-8-43, где вас проконсультируют по вопросу сбора и подготовки документов.

- Скажите, а будут ли какие-либо социальные гарантии или льготы для тех, кто проходит службу или будет служить по контракту, или они есть только для добровольцев?

- На территории Российской Федерации действуют социальные льготы и гарантии для военнослужащих, поступивших на военную службу по контракту, в том числе:

- статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы;
- кредитные и налоговые каникулы;
- служебное жилье или компенсация за найм жилья;
- медицинская помощь в учреждениях государственной и муниципальной систем здравоохра-

нения членам семьи военнослужащего;

- продовольственное обеспечение (бесплатное 3-разовое питание);

- вещевое обеспечение имуществом и обмундированием;

- бюджетные места в вузах и бесплатный отдых в летних лагерях для детей;

- ежегодный оплачиваемый отпуск;

- выплата подъемного пособия при перемещении к новому месту службы и т.д.

- Слышал, что сумма денежного довольствия для тех, кто служит по контракту, выросла. Скажите, а от чего она зависит и на какие выплаты можно претендовать в целом?

- Денежное довольствие проходящего службу по контракту зависит от нескольких факторов, основные из которых - воинское звание, должность, выслуга лет, прохождение службы в зоне специальной военной операции. Чем выше звание или должность, или же имеется военная специальность, тем выше оплата. При заключении контракта на срок от 1 года и более выплачивается единовременное пособие в размере 195 тысяч рублей. При прохождении службы в зоне проведения СВО могут быть установлены дополнительные и региональные выплаты.

Василиса ГРЕЧНЕВА

Астрологический прогноз с 22 по 28 апреля

ОВЕН (21.03-20.04). Основную часть времени поглотит работа. Вам надо переделать массу дел и завершить все проекты. Прекрасный момент для создания фундамента будущего продвижения по карьерной лестнице. В выходные желательно заняться своим домом, отправиться за покупками. Благоприятный день - среда, неблагоприятный - вторник.

ТЕЛЕЦ (21.04-21.05). Желательно во всем доверять собственным ощущениям и интуиции, а логические умозаключения оставьте на потом. Они способны, скорее, завести вас в тупик, нежели помочь разобраться в ситуации. Наступает хорошее время для всего нового - экспериментируйте, пробуйте новые пути. В выходные постарайтесь как следует отдохнуть. Благоприятный день - вторник, неблагоприятный - пятница.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05-21.06). Вы сумели преодолеть трудности и можете спокойно почитать на лаврах. Уже пора продумать новые начинания и приступить к их осуществлению. Выходные принесут вам покой и радость. Благоприятный день - четверг, неблагоприятный - пятница.

РАК (22.06-23.07). Вы можете проявить небывалую активность. Возраст одновременно и ваши запросы, и требования по отношению к себе, и претензии к окружающим. В выходные можно ожидать поддержки и заботы со стороны родственников. Благоприятный день - пятница, неблагоприятный - понедельник.

ЛЕВ (24.07-23.08). Желательно меньше времени тратить на окружающих, а больше посвятить себе. Вы это заслужили, и это позволит адекватно оценить ситуацию, разобраться в которой в счете было бы совершенно нереально. Следует опасаться открытых конфликтов с начальством или коллегами. В выходные постарайтесь развлечься, отвлекитесь от домашних проблем. Благоприятный день - пятница, неблагоприятный - суббота.

ДЕВА (24.08-23.09). Не стоит расслабляться на работе, иначе вероятны конфликтные ситуации. Вам необходимо сосредоточиться на самом главном. Понадобятся силы и энергия для реализации ваших идей и планов. К концу недели нужно постараться не очень устать. В выходные не сидите дома, выберите в гости к друзьям. Благоприятный день - вторник, неблагоприятный - среда.

ВЕСЫ (24.09-23.10). Некоторые взгляды на жизнь с течением времени могут измениться, поэтому соберитесь с силами и начните что-то новое. Научитесь подниматься над ситуацией, анализировать, видеть наперед. В выходные вы, наконец-то, достигнете взаимопонимания со своими родственниками. Благоприятный день - понедельник, неблагоприятный - вторник.

СКОРПИОН (24.10-22.11). Душевное равновесие способствует повышению работоспособности. Сконцентрируйтесь на важных аспектах, будьте реалистом: вы не сможете сделать всё сразу, поэтому умеете выбирать. В противном случае вас ожидает разочарование, что совсем не входит в ваши планы. Благоприятный день - вторник, неблагоприятный - четверг.

СТРЕЛЕЦ (23.11-21.12). Вы потрудились на славу, поэтому объем работы будет небольшим, а свободное время станет больше, чем обычно. Так что вы вполне можете пробежаться по магазинам. В выходные вас могут посетить дальние родственники или иные нежданные гости. Благоприятный день - четверг, неблагоприятный - среда.

КОЗЕРОГ (22.12-20.01). Вам понадобится всё ваше благоразумие и сдержанность: только эти качества смогут хоть как-то смягчить вашу импульсивность. Исход создавшейся на работе ситуации будет зависеть только от вас. Выходные лучше провести дома и сделать уборку. Благоприятный день - вторник, неблагоприятный - суббота.

ВОДОЛЕЙ (21.01-19.02). Лучше не планировать серьезных дел, зато будет много дружеского и неформального общения. Приложите немного усилий, и вы сумеете блеснуть практически всеми своими лучшими качествами и способностями. В выходные постарайтесь не ссориться со своими родителями или с детьми. Благоприятный день - пятница, неблагоприятный - вторник.

РЫБЫ (20.02-20.03). Неделя обещает быть эмоционально насыщенной и богатой событиями. Ваши желания получат поддержку со стороны знакомых и друзей. Будьте внимательнее к своим близким, покажите им на деле, а не только на словах, как вы их цените и любите. Благоприятный день - понедельник, неблагоприятный - среда.

САЛЮТ, ПИОНЕРИЯ!

19 мая – День рождения Всесоюзной пионерской организации имени В. И. Ленина. Более 100 лет назад юноши и девушки в ярко-красных галстуках стали частью детского патриотического движения. Пионерия зародилась в 20-х годах прошлого века и воспитала несколько поколений детей СССР. Власть менялась, прошла «перестройка», а школьники продолжали носить традиционные галстуки и жить по принципу «Будь готов! Всегда готов!».

История и традиции

День пионерии учрежден в день съезда комсомола, который прошел 19 мая 1922 года, где приняли решение о формировании первых пионерских организаций. Предполагалось, что благодаря этому патриотическому объединению юное поколение будет расти в стремлении к благородным идеалам, учиться жить в социалистическом обществе с коллективными ценностями.

Любой гражданин Советского союза, достигший возраста девяти лет, имел право вступить в ряды пионеров. Были у пионеров строгий устав и свои законы. Все решения в организации принимались путем общего голосования, в том числе по вопросам приема или исключения участников. Вступая в пионерскую организацию, будущий пионер давал пионерскую клятву на традиционной торжественной линейке. Старший товарищ повязывал ему на шею галстук ярко-красного цвета и прикреплял на грудь пионерский значок. Главный прин-

цип пионерской организации – «Пионер – всем ребятам пример!». И не только в учебе нужно было быть первыми.

В советских школах в День пионерии проводили «Ленинские уроки». На этих праздничных занятиях подводили итоги состязаний между дружинами, отрядами или звеньями в успеваемости, в сборе металлолома и макулатуры. В честь праздника организовывали концерты и различные конкурсы, проводили торжественные линейки и собрания.

Сейчас этот праздник не отмечается так широко: в культурных центрах и клубах иногда проводятся мероприятия пионерской тематики, интересные акции и различные флешмобы.

Чем занимались пионеры?

На заре своего существования пионерское движение помогало беспризорным детям и боролось с безграмотностью. Пионеры собирали книги, помогали организовать библиотеки, участвовали в сборе металлолома и макулатуры, оказывали посильную помощь пожилым людям, устраивали концерты в больницах и даже приходили на дом. Участников пионерского движения привлекали к работе в колхозах, дети помогали инспекторам дорожного движения, участвовали в юношеских пожарных дружинах, патрулировали территории лесных хозяйств и водоемов, ухаживали за животными и развешивали скворечники, подкармливая зимой птиц...

Члены пионерского дви-



жения занимались в спортивных кружках и секциях, принимали участие в смотрах строя и песни, различных всесоюзных соревнованиях. Участники движения следили за порядком на улицах, писали жалобы в инстанции или газеты о проблемах, которые замечали в своем городе, районе или дворе.

В современной России стараются возобновить патриотическое воспитание молодого поколения. В 2016 году министр обороны России Сергей Шойгу инициировал создание Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ». В ряды юнармейцев вступило уже более миллиона российских школьников. Дети и подростки получили воз-

можность заниматься спортом в новых спортивных комплексах, изучать основы начальной военной подготовки, развивать лидерские качества, приобретать научно-технические

знания. Также детей обучают основам журналистики, дипломатии и других специальностей, что позволяет школьникам более осознанно подойти к выбору будущей профессии.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Пионеры – это русские скауты. Пионерскую организацию создали по образу и подобию скаутского движения в Великобритании. А сам термин «пионер» заимствован из французского языка, что в переводе на русский означает «первопроходец». Пионеры переняли и девиз «Будь готов!»: британские скауты произносят «Be prepared».

Во времена Великой Отечественной войны пионеры помогали армии на фронте и в тылу, в отрядах партизан и в подполье. Дети и подростки, которые в мирное время носили красные галстуки, спасали и укрывали раненых солдат, брали на себя роль разведчиков. За свои подвиги многие пионеры награждены орденами и медалями.

В других странах также существуют аналогичные праздники, которые отмечают скауты. Например, в Армении День скаутов отмечают 18 апреля, в Японии 22 мая, а в США несколько раз в году.

Подготовила О. ГАММ

Дело не в продуктах, а в причине тревоги

Врач-кардиолог и кардиопсихолог Анна Кореневич назвала два вызывающих тревогу напитка. При этом специалист уточняет, что причину усиления страхов лучше искать не в продуктах, которые влияли бы на тревожное расстройство. Однако некоторые из них могут усиливать тревогу, которая уже имеется в наличии. Так действуют, например, кофе и алкоголь.

Кофе. Этот популярный напиток, по словам врача, на самом деле ничего не стимулирует, как принято думать. Он лишь блокирует на 30-40 минут тормозящий эффект парасимпатической нервной системы, и тем самым активируется симпатическая. В итоге артериальное давление начинает расти, а сердце – биться чаще.

«У спокойных людей, у которых нет тревоги, эти эффекты от кофе ощущаются как прилив сил и бодрости. У людей с повышенной тревожностью возникают неприятные ощущения в области сердца, усиленное сердцебиение, прилив жара и усиление тревоги. Именно поэтому существует миф, что кофе опасен для сердца. На самом деле у людей без тревоги кофе позитивно влияет на сердечно-сосудистую систему», – объясняет кардиолог.

По мнению эксперта, две

Кофе пить было не с кем, и она налила себе красного вина...



чашки кофе в день помогают снижать частоту рецидивов у людей, перенесших инфаркт, и увеличить продолжительность жизни. Правда, речь идет о кофе без молока и сахара.

А вот вызвать тревогу сам по себе кофе не может. И люди, которые говорят, что не могут пить его из-за сердца или давления, на самом деле должны задуматься: по словам кардиолога, этот признак может говорить о тревожном расстройстве. Стоит справиться с тревогой, и эти люди смогут пить кофе с удовольствием.

Алкоголь. Многие выпивают из-за того, что алкоголь помогает им расслабиться и убрать тревогу. Но такой эффект дают небольшие дозы. При этом часто причина злоупотребления спиртным как раз и заключается в постоянной тревоге, напряжении и стрессе. И если

такое состояние продолжается долго, дозы алкоголя для расслабления постепенно увеличиваются. И в один прекрасный день человек получает обратный эффект – усиление тревоги. Так действуют продукты метаболизма в организме.

«Как только алкоголь под действием ферментов печени превращается в ацетальдегид, симпатическая нервная система активируется: происходит спазм сосудов, повышаются частота сердечных сокращений и давление, усиливается страх и тревога. Мои пациенты довольно часто рассказывают, что первый приступ панической атаки они пережили на следующий день после употребления большого количества алкоголя», – говорит А. Кореневич.

Способны также усиливать тревогу: острые специи и приправы, чеснок, лук, горчица, пряности. Их эффект тоже основан на стимуляции симпатической нервной системы. Однако это не повод от них отказываться. На-

дежнее – работать с причиной своего состояния!

***Анна Кореневич – кандидат медицинских наук, врач-кардиолог, медицинский клинический психолог. Образование: Московская медицинская академия им И. М. Сеченова, РУДН – кафедра госпитальной терапии, клиническая ординатура и аспирантура. Психотерапия людей с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы, вегето-сосудистая дистония, дисциркуляторный синдром, соматоформные вегетативные расстройства. Автор более десятка научных статей и авторских методик на тему психотерапии в кардиологии, книги «Как жить после инфаркта?».

Подготовила Е. НЕТРЕБКО



Для празднования замечательного события – Международного дня семьи в Дом культуры были приглашены семьи нашего села.

♦ День семьи в Дутово

Взрослые и дети с удовольствием участвовали в

различных конкурсах и играх. Самой маленькой участнице было всего 1,5 года. Члены жюри оценили всех по достоинству и места распределяли по набранным баллам.

В конце мероприятия детей угощали чаем с очень вкусными булочками! Все остались довольны празднованием.

Хочется особое спасибо сказать Кедровым и Шо-

роховым, ведь их семьи возглавляли папы! Большое спасибо семьям Коваленок, Игнатовых, также принимавшим участие в конкурсах.

Желаем всем здоровья, счастья, семейного благополучия, мирного неба!

Наталья ЖЕРЕБЦОВА



♦ Семья – наивысшее счастье!

15 мая отмечается Международный день семьи. Нет крепче на земле союза, чем счастливая и дружная семья. Это и начало новой жизни, и продолжение прекрасного рода, и почитание святой традиции. Семья – это наивысшее счастье, которое человек может создать сам.

Так, в преддверии праздника, 13 мая, к нам в Центр внешкольной работы пришли в гости – семьи детей из объединения «Народные традиции» под руководством О. В. Филипповой.

Ольга Валерьевна провела для них интеллектуальную игру, посвященную семье. Были и необычные вопросы, и разгадывание пословиц и загадок, и веселые раз-

минки в перерывах. Все семьи на память могли сфотографироваться около фотозоны.

А завершилось мероприятие чаепитием в тесном и дружном семейном кругу.

Благодарим семьи, которые участвовали в игре: Белоусовых, Наукасов, Федоровых, Голубевых и Салыгиных. Болельщикам, другим ребятам из объединения, – огромное спасибо за поддержку!

Желаем всем семьям быть цветущими, дружными и сплоченными. Пусть детский смех раздастся повсюду, а родные будут вам верной опорой. Пусть вас всегда согревает тепло любви. Благополучия и добра всем семьям!

ЦВР г. Вуктыла



♦ О трудоустройстве на госслужбу



12 мая в ГУ РК «Центр занятости населения города Вуктыла» состоялась встреча безработных граждан с начальником ОВО по г. Вуктылу - филиал ФГКУ «УВО ВНГ России по РК» С. Н. Щербаковым и юристом ОВО по г. Вуктылу - филиал ФГКУ «УВО ВНГ России по РК» К. В. Мацкевич по вопросам, связанным с трудоустройством на государственную службу.

Присутствующим гражданам была предоставлена возможность лично задать интересующие их вопросы и пройти гарантированное собеседование.

Преимущества государственной службы:

- заработная плата от 30 до 50 т. р. с постоянным ростом;
- получение специальных званий полиции;
- получение пожизненной пенсии через 13 лет службы;
- страховка и медицинское обслуживание;
- ежегодная оплата проезда к месту проведения отпуска членом семьи;
- право на получение компенсации на приобретение жилья при выслуге от 10 лет.

Требования к кандидатам на службу: служба в Вооруженных силах, наличие среднего образования, водительское удостоверение, возраст – от 18 до 35 лет (в том числе девушки), не имеющие судимостей.

Обращаться по вопросам трудоустройства и консультаций можно по телефонам: 8(82146)22-2-52, 21-0-28. Резюме направлять по электронной почте: yuktil@zn.rkomi.ru

ГУ РК «ЦЗН г. Вуктыла»

Уроки пожарной безопасности



В начале мая работниками ведомственной пожарной части ВЛПУМГ - филиал ООО «Газпром трансгаз Ухта» совместно с сотрудниками надзорной деятельности и профилактической работы города Вуктыла, а также сотрудниками 24 пожарно-спасательной части ФПС ГПС ГУ МЧС России по РК и работниками «СПАС-КОМИ» в начальных классах МБОУ «СОШ №1» г. Вуктыла проведены уроки пожарной безопасности.

Ребята познакомились с самыми частыми причинами пожаров, повторили правила безопасного поведения дома и в школе. Все желающие получили ответы на интересующие их вопросы. Также детям подробно рассказали о видах и классах пожаров и показали принцип действия огнетушителя.

В заключение обучающимся был представлен мультипликационный фильм и вручены памятки о соблюдении требований пожарной безопасности в быту.

А.В. Кулабухова

После вмешательства прокуратуры женщину-инвалида обеспечат техническими средствами реабилитации

Сыктывкарский городской суд рассмотрел и удовлетворил иск о возмещении расходов на приобретение технических средств реабилитации. Женщина-инвалид 2 группы, техническими средствами реабилитации.

Обращению в суд предшествовало проведение проверки по обращению, принятому прокурором Республики Коми на совместном с представителем Всероссийского общества инвалидов личном приеме.

Из обращения следовало, что в августе 2022 года жительница Вуктыла была принята на учет в филиал регионального отделения ФСС РФ по РК для обеспечения техническими средствами реабилитации. Однако к концу 2022 года женщина не была обеспечена ни одним из четырех технических средств реабилитации, предусмотренных индивидуальной программой реабилитации.

Бездействие фонда объяснил тем, что на организуемые аукционы по поставке технических средств реабилитации не поступают заявки от участников, в связи с чем невозможно заключить контракты на поставку необходимого оборудования. Кроме того, в ведомстве указали, что заявительнице выслались направления на получение двух технических средств реабилитации, однако для их получения она не обращалась.

По поручению Прокуратуры Республики Коми прокуратура г. Вуктыла направила в суд иск в защиту нарушенных прав женщины-инвалида. В исковом заявлении прокуратура указала, что обязанность по предоставлению инвалидам технических средств реабилитации не может быть поставлена в зависимость от наличия или отсутствия финансирования таких расходов, кроме того, ответчиком не обеспечено предоставление направлений о получении технических средств реабилитации до получателя, в связи с чем гражданка не смогла обратиться за их получением.

Требования прокуратуры судом удовлетворил в полном объеме, обязав ответчика обеспечить заявительницу техническими средствами реабилитации.

После вступления решения в силу прокуратура протестирует его фактическое исполнение.

«Коминформ»

В России упростят получение льгот на оплату ЖКУ



Россиянам значительно упростят процесс получения субсидий для оплаты жилищно-коммунальных услуг. Если раньше приходилось собирать большой пакет документов, то теперь будет достаточно одного заявления на Госуслугах. Такие рекомендации в кабмин направили профильный комитет Госдумы РФ.

Все остальные необходимые документы чиновники сами запросят в рамках

межведомственного взаимодействия. Также рекомендуется снизить по всей стране максимальный порог расходов на ЖКУ в общем доходе семьи с 22% до 15%.

«Наша ключевая совместная задача с правительством – сделать так, чтобы люди получа-

ли субсидии на оплату жилого помещения и коммунальных услуг максимально безболезненно для своего времени и нервов. Сейчас в этом вопросе возникают проблемы», – сказал председатель комитета Госдумы РФ по строительству и ЖКХ Сергей Пахомов.

Для получения субсидий нужно будет обращаться органы соцзащиты населения, МФЦ или другие учреждения – по решению региона.

«Коминформ»



ПОМИНОВЕНИЕ

18 мая исполнилось 2 года, как перестало биться сердце нашего дорогого и любимого сына, брата, отца, племянника и друга **ФАТТАХОВА Артура Равильевича**.

Как эту боль перенести, Когда на части сердце рвётся? И не вернуть, и не забыть, Лишь с болью жить нам остаётся... Просим всех, кто знал Артура, поменять его добрым словом.

Родные и близкие

БЛАГОДАРНОСТЬ

Выражаем огромную благодарность родным и близким родственникам, знакомым, друзьям, сослуживцам и ВЛПУМГ за оказанную моральную поддержку и материальную помощь в похоронах нашей дорогой, любимой Шахтаровой Светланы Александровны. Низкий вам поклон.

Родные

ВНИМАНИЮ ЖИТЕЛЕЙ ГОРОДСКОГО ОКРУГА!

Любой человек испытывает жалость при виде голодного и замерзшего (безнадзорного) животного, но как бы мы к ним ни относились, следует понимать, что их кормление



не влияет на ситуацию в целом. Кормление безнадзорных животных – это акт милосердия, накапливающий обстановку вокруг и без того сложной проблемы. Это не только загрязняет дворы и прилегающую территорию, но и провоцирует безнадзорных животных сбиваться в стаи, что приводит к агрессивному поведению прикармливаемых животных.

Животные начинают защищать территорию, которую считают своей, и свою кормовую базу. Как правило, безнадзорное животное не проявляет агрессии к человеку, который его подкармливает, но относится враждебно к другим людям. Ислучай, когда бездомные животные нападают на прохожих, на территории городского округа «Вуктыл» происходят всё чаще, а более всего в них беззащитны дети.

Граждане, помните!!! В первую очередь, вы несете ответственность за их нападение!

Лучше маленькая помощь, чем большое сочувствие – возьмите безнадзорное животное домой!

Администрация ГО «Вуктыл»

ПОМИНОВЕНИЕ

20 мая исполняется 40 дней, как нет с нами дорогой, любимой дочки, сестры, жены, мамы, бабушки **Шахтаровой Светланы Александровны**.

Тебя уж нет, а мы не верим, В душе у нас ты навсегда, И боль такой большой потери Мы не излечим никогда. Прощай, Светлана дорогая, Пусть будет мягкой земля, Ты нас прости за всё плохое... Как жаль... Вернуть тебя нельзя... Просим всех, кто знал Светлану, поменять ее в этот день добрым словом. Помним, любим, скорбим.

Родные, друзья, сослуживцы

«Сияние Севера»

Главный редактор **Е.И. НЕПРЕБКО**
Адрес редакции и издателя:
169570, Республика Коми, г. Вуктыл, ул. Комсомольская, 5. Тел.: пл. редактор, бухгалтерия – 22-0-79.

УЧРЕДИТЕЛИ: Администрация Главы Республики Коми, администрация городского округа «Вуктыл», Автономное учреждение Республики Коми «Редакция газеты «Сияние Севера». Зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Коми. Регистрационный номер ПИ № ТУ 11-00346.

Опубликовано при финансовой поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Республики Коми.

Газета отпечатана офсетным способом в ООО «Коми республиканская типография»: 167982, Республика Коми, г. Сыктывкар, ул. Савина, 81.

Тираж - 700 экз.
Время подписания номера в печать по графику – 14.00.
Фактически – 14.00, 17 мая 2023 г.

Индекс: 52072, П4526

Газета выходит 1 раз в неделю по субботам объемом 3,0 п. л. Цена - свободная.