

30 сентября - ДЕНЬ ИНТЕРНЕТА В РОССИИ

# Сияние Севера

Газета Вуктыльского района

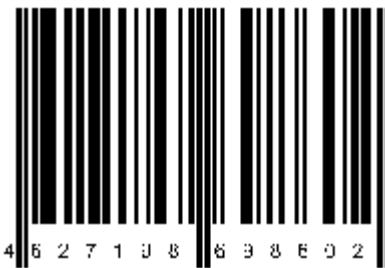
16+

Издаётся с 1 сентября 1975 г.

СУББОТА,  
**30**  
сентября 2023 г.

№ 39  
(6374)

Выходит по субботам



2023-й – Год  
молодёжи в  
Республике Коми

## ◆ Дорогие учителя, уважаемые ветераны педагогического труда и все работники сферы образования! Поздравляем вас с профессиональным праздником – Днём учителя!

Во все времена учителя пользовались в народе большим уважением, за советом, помощью и поддержкой к ним обращаются не только дети, но и взрослые.

У каждого из нас в жизни есть свой учитель. Тот, кто мудростью, душевной щедростью, глубокими знаниями помог нам познать свой внутренний мир и сделал его богаче. Вы не просто передаете будущим поколениям свои знания, учите их мыслить, вы вкладываете в каждого ученика частицу своей души!

Учителя – это люди, которые формируют будущее нашей страны, формируют общество, в котором нам всем предстоит жить и работать. Особого восхищения заслуживают ветераны, которые продолжают трудиться, являясь примером для молодых учителей и передавая им свой педагогический опыт.

Примите слова благодарности за ваш неустанный труд, профессионализм, высокие нравственные качества, которые во многом определяют жизненный путь ваших учеников.

Желаем вам, чтобы крепкое здоровье всегда было вашим верным спутником, а успехи учеников чаще радовали вас и дарили повод гордиться их достижениями!

Пусть все ваши творческие идеи и замыслы находят отклик у тех, кто в силах вам помочь, а ваши заслуги всегда будут замечены и вознаграждены. И пусть вас всегда окружают почет и уважение!

Коллектив редакции газеты «Сияние Севера»



## ◆ Уважаемые жители Республики Коми!

### Дорогие ветераны, представители старшего поколения! 1 октября мы отмечаем особенный день в календаре памятных дат нашей страны – День пожилых людей.

У старшего поколения непростая, героическая и яркая жизнь. Суровые военные годы, трудные послевоенные, восстановление страны из разрухи и грандиозное время ударных комсомольскихстроек, период перестройки, тяжелые 90-ые – вы всё пережили и выстояли, сохранили любовь к жизни и оптимизм.

В Республике Коми действует и постоянно развивается система мер поддержки пожилых граждан. Мы стараемся с каждым годом ее совершенствовать и в этой работе учитываем мнение и предложения наших ветеранов. Успешно реализуются проекты активного долголетия, которые позволяют людям старшего поколения проявлять себя в различных сферах, быть в центре общественной жизни республики, познавать новое. Для пожилых людей, кому требуется особое внимание, внедряются сервисы системы долговременного ухода. Они поддерживают наших ветеранов, помогают им, компенсируют недостаток общения.

От души благодарю старшее поколение за жизнелюбие, мудрость и активную жизненную позицию, за стремление делиться своими знаниями и энергией. Наши ветераны активно включились в работу по оказанию помощи участникам специальной военной операции. За это вам отдельное спасибо!

Пусть с вами на долгие годы остаются ваши оптимизм и любовь к жизни. Счастья, любви родных людей, крепкого здоровья, благополучия и всего самого доброго!

Глава Республики Коми В. УЙБА

## ◆ Уважаемые учителя, работники образовательных учреждений, ветераны педагогического труда! Примите искренние поздравления с вашим профессиональным праздником!

Профессия учителя является одной из самых важных, благородных, при этом непростых. Вы открываете для детей мир знаний, развиваете их творческие таланты, учите мыслить свободно и широко.

Зачастую учитель является для ребенка не просто педагогом, а наставником и примером. Именно поэтому воспоминания и благодарность о своих учителях человек пронесет через всю свою жизнь.

Профессия учителя привлекает людей особенного склада характера: ответственных, преданных делу, настоящих профессионалов, которые постоянно совершенствуют свои знания. Вы идете в ногу со временем, используете новейшие технологии и передаете эти навыки детям.

Особые слова благодарности в этот день мы говорим уважаемым ветеранам педагогического труда – людям, которые воспитали не одно поколение молодых учителей. Мы гордимся педагогами Республики Коми – профессионалами, благодаря которым дети получают прочные знания, растут творческими и любознательными.

От всего сердца благодарю вас за важный труд, желаю крепкого здоровья, профессиональных достижений и благодарных учеников. Пусть их горящие глаза будут для вас главным источником вдохновения!

Председатель Госсовета РК С. УСАЧЁВ



## ◆ СТИХИЯ БЕГА



стр.2

## ◆ Уважаемые жители Республики Коми! Дорогие ветераны и представители старшего поколения! Примите искренние поздравления с Международным днём пожилых людей!

Ваша жизнь – это пример самоотверженности, мужества и трудолюбия. Преодолев тяготы военных лет, вы осваивали Север, строили города, развивали промышленность, создавали тот фундамент, который сегодня помогает нашему региону уверенно смотреть вперед. Именно вы заложили многочисленные добрые традиции и сегодня щедро делитесь своей мудростью и бесценным жизненным опытом с молодым поколением.

В этот праздничный день я хочу поблагодарить вас за активное участие в общественной жизни, духовное и патриотическое воспитание молодежи, за вашу мудрость, опыт, душевную теплоту, за бесценный дар воспринимать жизнь такой, какая она есть, и не терять при этом надежды на лучшее.

Желаю вам крепкого здоровья, счастья, оптимизма, благополучия и активного долголетия, внимания и заботы родных и близких людей!

Председатель Госсовета РК С. УСАЧЁВ



# СТИХИЯ БЕГА

«Кросс нации» – это организованное мероприятие, в рамках которого большое количество людей собирается, чтобы пробежать определенное расстояние вместе. Такой забег обычно проводится на

дистанции 41,9 секунды. Спустя 17 лет наши соотечественники приняли участие в международном парижском кроссе. Их выступление было весьма успешным, советские спортсмены заняли призовые

места с 11 часов, перед стартом всем бегунам раздали индивидуальные номера. Испытать свои силы можно было на разных дистанциях – от 100 метров для малышей до 1400 метров для взрослых.

Участникам кросса пришлось приложить максимум усилий, чтобы прибежать к финишной черте первыми. Некоторые кроссмены отличались хорошей скоростью и уверенно шли в отрыв. Но и остальные, не желая уступать, продолжали бежать изо всех сил.

Всем занявшим призовые места были вручены грамоты Минспорта РФ и медали. А самый главный приз, который разыгрывался в этот день, – хорошее настроение и положительные эмоции.

И этот приз в избытке получили все присутствующие на празднике!

Вот имена победителей и призеров.

## Дистанция 100 метров

Категория до 2 лет. Мальчики: 1 место – Семён Павлов, 2 место – Илья Бобков, 3 место – Иван Непогодин; девочки: 1 место – Алина Сергеева, 2 место – Вера Бондаренко, 3 место – Милана Шипова.

Категория 3-4 года. Мальчики: 1 место – Олег Сапон, 2 место – Михаил Сергеев, 3 место – Мирослав Кравченко; девочки: 1 место – Милана Онищук, 2 место – Марьяна Хоменко, 3 место – Дарья Понькина.

Категория 5+. Мальчики: 1 место – Платон Сереветник, 2 место – Артур Акимов, 3 место – Лев Котков; девочки: 1 место – Александра Гриценко, 2 место – Софья Кабардаева, 3 место – Лиана Смирнова.

Категория 1-2 классы. Мальчики: 1 место – Никита Суворов, 2 место – Тимур Мустафин, 3 место – Данила Моренченко; девочки: 1 место – Дарина Шевцова, 2 место – София Шпанге, 3 место – Арина Шуйская.

Категория 3-4 классы. Мальчики: 1 место – Виктор Антипов, 2 место – Мирон Селезнёв, 3 место – Ев-

гений Гриценко; девочки: 1 место – Елизавета Хозяинова, 2 место – Полина Янзина, 3 место – Аделина Непогодина.

## Дистанция 750 метров

Категория 5-6 классы. Мальчики: 1 место – Кирилл Есиков, 2 место – Денис Бинкулис, 3 место – Михаил Кисляков; девочки: 1 место – Милена Селезнева, 2 место – Маргарита Рудова, 3 место – Ксения Пупышева.

Категория 7-8 классы. Мальчики: 1 место – Максим Тимченко, 2 место – Максим Глазков, 3 место – Андрей Брызгалов.; девочки: 1 место – Снежанна Каширская, 2 место – Анна Смертина, 3 место – Карина Чумбейкина.

Категория 9-11 классы, девушки: 1 место – Дарья Савченко, 2 место – Алина Гати-



Категория 9-11 классы, юноши: 1 место – Александр Сырык, 2 место – Владислав Кузьмин, 3 место – Даниил Ермаков.

Категория 19-29 лет, мужчины: 1 место – Александр Куликов.

Категория 30-39 лет, мужчины: 1 место – Роман Головинин, 2 место – Александр Есиков, 3 место – Андрей Рыболовлев.

Категория 50+, мужчины: 1 место – Владимир Лужанский.

В организации и проведении «Кросса нации» приняли участие Центр спортивных мероприятий, волонтеры Победы, Движение Первых и активная молодежь Вуктыла, Совет молодых специалистов ВШПМГ.

Всероссийский день бега для многих стал не только спортивным соревнованием, но и источником воодушевления и мотивации. Он показал, что спорт может объединять людей, вдохновлять на новые достижения и помогать преодолевать препятствия.

Ольга ГАММ  
Фото автора



открытой местности, например, в парке или на стадионе. Участники могут быть любого уровня подготовки – от новичков до опытных бегунов. Главная цель таких мероприятий – спортивная активность, здоровый образ жизни и объединение людей вокруг общей цели.

Кросс – один из старейших видов легкой атлетики, считается, что ему 140-150 лет. Можно говорить, что он стал одним из первых видов современного легкоатлетического спорта.

места.

Впервые Всероссийский день бега «Кросс нации» был проведен в 2004 году. Тогда количество участников составило около 100 тысяч человек. В 2015 году их численность достигла 1,5 миллиона. Это самое массовое спортивное мероприятие на территории Российской Федерации. Основная его цель – пропаганда здорового образа жизни и привлечение граждан России к занятиям физической культурой.

Всероссийский день бега

Категория 3-4 года. Мальчики: 1 место – Олег Сапон, 2 место – Михаил Сергеев, 3 место – Мирослав Кравченко; девочки: 1 место – Милана Онищук, 2 место – Марьяна Хоменко, 3 место – Дарья Понькина.

Категория 5+. Мальчики: 1 место – Платон Сереветник, 2 место – Артур Акимов, 3 место – Лев Котков; девочки: 1 место – Александра Гриценко, 2 место – Софья Кабардаева, 3 место – Лиана Смирнова.

Категория 1-2 классы. Мальчики: 1 место – Никита Суворов, 2 место – Тимур Мустафин, 3 место – Данила Моренченко; девочки: 1 место – Дарина Шевцова, 2 место – София Шпанге, 3 место – Арина Шуйская.

Категория 3-4 классы. Мальчики: 1 место – Виктор Антипов, 2 место – Мирон Селезнёв, 3 место – Ев-

ятулина, 3 место – Арина Ковалева и Дарья Лужанская.

Категория 19-29 лет, девушки: 1 место – Анастасия Нечепуренко, 2 место – Софья Морозова.

## Дистанция 1400 метров



Сначала немного истории. 7 мая 1918 года... В этот день в Москве в Петровском парке состоялись первые после Великой Октябрьской революции соревнования легкоатлетов. Это был кросс на 4,5 километра, в котором победил будущий первый чемпион СССР в стайерском беге Николай Бочаров, преодолевший дистанцию за 15 ми-

нута празднуется 16 сентября. В нашем городе «Кросс нации» из-за неблагоприятных погодных условий состоялся немного позже – 23 сентября. В мероприятии приняли участие порядка 436 вуктыльцев самых разных возрастов. Все желающие могли показать свою легкоатлетическую подготовку.

Спортивные забеги нача-



## ♦ Республика Коми — в лидерах среди субъектов России по инициативному бюджетированию

Наш регион с проектом «Народный бюджет» вышел на 4 место среди субъектов Российской Федерации, в которых реализация проектов инициативного бюджетирования затрагивает интересы широкого круга пользователей: доля благополучателей от количества населения субъекта РФ — 84,5%.

Среди регионов, на территории которых реализуются муниципальные практики с самыми значительными объемами финансирования инициативных проектов, республика заняла 7 место с объемом финансирования из муниципального бюджета 65,20 млн. рублей.

По словам В. Уйба, «Народный бюджет» из года в год доказывает свою эффективность. Проект помогает решить вопросы местного значения с учетом мнения граждан, которые направлены на повышение качества жизни в населенных пунктах. Только на 2023 год прошли отбор 396 проектов, на их реализацию предусмотрено 324,5 млн. рублей. Это почти в 8 раз больше, чем в 2017 году, когда «Народный бюджет» только начал работу. Каждый год направления проекта расширяются, а также появляются новые (например, с 2024 года по «Народному бюджету» будут реализовываться проекты в сфере торговли).

В 2023 году при поддержке Главы РК и Правительства РК по

многочисленным просьбам жителей сумма субсидии на один народный проект по всем приоритетным направлениям была увеличена в полтора-два раза.

Кроме того, в 2021 году была запущена еще одна региональная практика инициативного бюджетирования — «Народные инициативы». В рамках этой программы муниципальные образования получают грант из республиканского бюджета за эффективное участие в проекте «Народный бюджет». «Народные инициативы» — это также проектные предложения граждан, проживающих в соответствующем муниципальном образовании, направленные на решение вопросов местного значения в соответствующем муниципальном образовании.

«Республика Коми вновь вошла в ежегодный доклад Министерства финансов РФ о

лучших практиках развития инициативного бюджетирования в субъектах Российской Федерации по итогам 2022 года, где по многим направлениям заняла лидирующие позиции. Достичь высоких результатов и сохранять их удаётся благодаря работе в тесной связке. Мы — Ассоциация Советов, Управление по вопросам местного самоуправления Администрации главы РК и Комитет по законодательству и местному самоуправлению Госсовета РК, Ассоциация ТОС и проектный центр инициативного бюджетирования — пять структур, которые обеспечивают мощнейшую поддержку муниципалитетам, в том числе по программам инициативного бюджетирования», — отметил руководитель Ассоциации «Совет муниципальных образований Республики Коми» Ю. Болобонов.



## ♦ Готовимся к проведению Вторых открытых молодежных Арктических Дельфийских игр

Игры планируется провести с 20 по 24 ноября на базе учреждений Сыктывкара и Сыктывдинского района. Такое решение принято на заседании оргкомитета по подготовке и проведению Игр, которое провела Глава РК В. Уйба и директор Международного Дельфийского комитета, член Комиссии РФ по делам ЮНЕСКО В. Понявин.

«В этом году мы сделали Игры открытыми. Большое спасибо вам, Владимир Викторович, за решение провести Вторые открытые молодежные Арктические Дельфийские игры в Республике Коми. Спасибо членам оргкомитета, всем сотрудникам министерств и ведомств за совместную работу», — сказал директор Международного Дельфийского комитета Владимир Понявин.

Игры будут проведены по 10 номинациям: «Фортепиано», «Скрипка», «Эстрадное пение», «Народное пение», «Художественные ремесла»,

«Изобразительное искусство», «Фотография», «Кулинарное искусство», «Народные инструменты», «Народный танец».

С 9 по 20 октября пройдут отборочные испытания для утверждения делегации Республики Коми. К 30 октября будет сформирован состав официальной делегации, который представит Республику Коми на Вторых открытых молодежных Арктических Дельфийских играх в количестве порядка 200 человек.

Также на заседании оргкомитета были рассмотрены вопросы проживания, питания, логистики и транспортного обслуживания участников, гостей и жюри, работы волонтерского корпуса.

**Пресс-служба Правительства РК**

*Проведение Вторых открытых молодежных Арктических Дельфийских игр направлено на содействие реализации Указа Президента РФ от 27.06.2022 г. №401 «О проведении в Российской Федерации*

*Года педагога и наставника», Указа Президента РФ от 25.01.2023 г. №35 «О внесении изменений в Основы государственной культурной политики, утвержденные Указом Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 года №808», а также на исполнение поручений, которые дал В. Путин по итогам заседания Госсовета РФ, состоявшегося 22.12.2022 г по вопросам реализации молодежной политики в современных условиях.*

*Конкурсная и фестивальная программа Игр включает в себя соревнования по художественным, прикладным и научно-исследовательским номинациям, спонсорство ведущих выявлению молодых талантов и уникальных специалистов.*

*Первые молодежные Арктические Дельфийские игры состоялись в Сыктывкаре с 24 по 28 ноября 2022 года. В них приняло участие более 600 молодых талантливых людей.*

## ♦ О поступлении на военную службу по контракту

Для поступления на военную службу по контракту необходимо обратиться в один из пунктов отбора на военную службу по контракту, которые расположены в большинстве субъектов Российской Федерации. В Сыктывкаре пункт отбора расположен по адресу: ул. Катаева, д. 5.

Перечень документов, которые необходимо предоставить: паспорт; военный билет; трудовая книжка (при наличии); документ, подтверждающий уровень образования (при наличии); копия свидетельства о браке (при наличии); копии свидетельств о рождении детей (при наличии).

При обращении в пункт отбора граждане расскажут о социальных гарантиях, денежном довольствии и других особенностях службы. Каждый сможет получить полную информацию об актуальных вакансиях в соединениях и воинских частях Северного флота, Воздушно-десантных войсках, Ракетных войсках стратегического назначения и подразделениях 12 ГУ Минобороны, ВКС, ВМФ.

За дополнительной информацией можно обратиться в военные комиссариаты по месту жительства, расположенные на территории Республики Коми, в администрации муниципальных образований и пункт отбора, дислоцированный в Сыктывкаре (лично или по телефону 8(8212)32-15-88).

Подробная информация размещена на сайте [contract.rkomi.ru](http://contract.rkomi.ru).



## ♦ ПОДПИСАН УКАЗ О ВЫПЛАТЕ БЛОКАДНИКАМ И ЗАЩИТНИКАМ ЛЕНИНГРАДА

Президент России Владимир Путин подписал указ о единовременной выплате гражданам РФ, награжденным медалью «За оборону Ленинграда» или знаком «Жителю блокадного Ленинграда».

«В связи с 80-летием полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады постановляю: произвести в декабре 2023 года - январе 2024 года единовременную выплату в размере 50000 рублей гражданам РФ, награжденным медалью «За оборону Ленинграда» или знаком «Жителю блокадного Ленинграда», постоянно проживающим на территории РФ, в Латвийской Республике, Литовской Республике, Эстонской Республике, на территориях Республики Абхазия, Республики Южная Осетия и Приднестровья», — говорится в документе.

Также уточняется, что Кабинету министров нужно обеспечить в установленном порядке финансирование расходов, связанных с реализацией настоящего указа, в том числе расходов на доставку единовременной выплаты, а также определить порядок и условия осуществления указанной выплаты.

## ♦ Владимир Уйба передал военнослужащим из Коми автомобили повышенной проходимости

«Сегодня нахожусь на новых территориях вместе с военнослужащими из Республики Коми, передаем им очередные авто, — рассказал глава региона. — Сегодня одна из главных заявок, которая поступает из воинских частей, где служат наши ребята, — это автомобили. Мы привезли два автомобиля повышенной проходимости. От всей души благодарю наших добродетелей, которые, не считаясь с деньгами, покупают и восстанавливают технику для передовой. Второй УАЗ — практически новая машина. Нашим ребятам эта техника послужит во имя победы. На этих машинах взят боевой мплект, продовольствие и раненых. Всей республикой мы обеспечиваем ребят в их сложной военной службе. Делается это всё, чтобы военнослужащим легче служилось, чтобы в тяжелый момент было на чем привезти боекомплект и раненых. Самое главное — это единство, когда тыл и фронт вместе, когда мы постоянно поддерживаем наших ребят. Победа будет за нами, настрой у ребят боевой».

## ♦ Когда применяется понижающий коэффициент при расчете платы за электроснабжение?

На территории Республики Коми установлен понижающий коэффициент к тарифам на электрическую энергию в размере 0,7 для проживающих в сельских населенных пунктах и приравненных к ним категорий потребителей, для садоводческих или огороднических некоммерческих товариществ, а также для проживающих в городских населенных пунктах в домах, оборудованных в установленном порядке стационарными электроплитами или электроотопительными установками, и приравненных к ним категорий потре-

бителей.

Дом считается оборудованным стационарными электроплитами или электроотопительными установками в установленном порядке, если указанное оборудование установлено при строительстве дома в соответствии с проектом, или в случае осуществления реконструкции электрических сетей дома и внесения соответствующих изменений в технический паспорт.

Чтобы подтвердить право на применение понижающего коэффициента к тарифу, потребителю необходимо обра-

титься в территориальный клиентский центр АО «Коми энергосбытовая компания» с обосновывающими документами.

А для потребителей, находящихся в пределах СНТ на территории городского округа в домах, не оборудованных в установленном порядке стационарными электроплитами или электроотопительными установками, и оплачивающих электрическую энергию в рамках прямого договора с гарантирующим поставщиком, применяется тариф на электрическую энергию без учета понижающего коэффи-

циента 0,7.

Стационарные электроплиты или электроотопительные установки могут быть установлены в жилых помещениях изначально при вводе жилого дома в эксплуатацию, а также в результате переоборудования помещений.

До начала монтажа или реконструкции электроустановок необходимо:

- получить технические условия в энергоснабжающей организации;
- выполнить проектную документацию;
- согласовать проектную документацию с энергоснаб-

жающей организацией, выдавшей технические условия, и органом государственного энергетического надзора.

Переоборудование допускается производить только после получения соответствующих разрешений в установленном порядке.

Для решения вопроса о постановке на учет установленного электрооборудования можно обратиться в ГБУ РК «Республиканское учреждение технической инвентаризации и кадастровой оценки» по району, в котором находится жилое помещение (сайт организации <http://www.rkbt.ru>).

# ШАГИ К ЗДОРОВЬЮ

Физическая активность важна для каждого человека в любом возрасте. Ходь-

ба – это умеренная аэробная активность, которая положительно влияет на физическое и психическое здоровье, способствует повышению качества жизни и снижает риск онкологических заболеваний, инсульта, гипертонии, диабета 2 типа, ожирения и других опасных состояний.



ба – это умеренная аэробная активность, которая положительно влияет на физическое и психическое здоровье, способствует повышению качества жизни и снижает риск онкологических заболеваний, инсульта, гипертонии, диабета 2 типа, ожирения и других опасных состояний.

**Минимум повседневной физической активности должен составлять 30 минут ходьбы. Оптимальный темп – около 100 шагов в минуту, следовательно, 30 минут – это 3000 шагов, что составляет около 2,25 км (при средней длине шага 0,75 м). Всемирная организация здравоохранения рекомендует хотя бы 150 минут физической активности низкой интенсивности в неделю.**

Всероссийский день ходьбы в этом году состоится 1 октября. Он проходит в рамках

Международного дня ходьбы под эгидой Международной ассоциации спорта для всех

(ТАФИСА)\*, который во всем мире проводят уже 24 года и в котором ежегодно участвует около 15 миллионов человек в более чем 200 городах мира.

Впервые Всероссийский день ходьбы прошел в 2015 году. Мероприятие прокатилось волной по всей территории нашей страны – от Петропавловска-Камчатского до Калининграда, охватив все часовые пояса России. Старт марафона состоялся 3 октября в 11 часов утра по местному времени. Длительность этапа составляла один час. Посредством телемоста «эстафетная палочка» передавалась по городам России, с востока на запад. Таким образом, мероприятие прошло в одно и то же время в 11 городах и длилось 11 часов.

С 2016 года День ходьбы проводится в конце сентября – начале октября с

целью популяризации ходьбы как наиболее естественного и доступного

вида физической активности, идеального для поддержания здоровья и физической формы, которым

могут заниматься люди в любом возрасте. Также среди целей проведения этого дня: продвижение олимпийского движения и ценностей олимпизма и пропаганда физической культуры и здорового образа жизни среди населения РФ.

Организатором мероприятия выступает Олимпийский Комитет России совместно с органами исполнительной власти российских субъектов. К участию допускаются все желающие независимо от пола, возраста и физических возможностей. Маршруты разрабатываются с учетом местных особенностей каждого участвующего города, а также интересов, способностей и подготовленности участников.

В Вуктыле также есть люди, с удовольствием занимающиеся ходьбой. Особенно среди вуктыльцев популярна скандинавская ходьба, любителей которой чаще всего можно встретить в зим-

ний период времени. Но несмотря на это, мы уверены, что к спортивному празднику – Всероссийскому дню ходьбы присоединятся многие жители города, руководствуясь принципом «Наилучшее здоровье с наименьшими затратами», чтобы своим примером показать, что наша страна выбирает здоровый и активный образ жизни!

**Подготовила Е. НЕТРЕБКО**  
\*Международная ассоциация спорта для всех, ТАФИСА – международная организация, деятельность которой направлена на поощрение физической активности ради здоровья, радости, социального взаимодействия, интеграции и общения людей во всем мире. ТАФИСА является ведущей организацией в мировом движении массового спорта, насчитывающей свыше 200 членов и 130 стран-участников. Основана в 1991 году, в 2005 открылся профессиональный офис во Франкфурте-на-Майне. ТАФИСА получила официальное признание и активно сотрудничает с Международным олимпийским комитетом, Организацией Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО) и Всемирной организацией здравоохранения.



Понедельник 2 октября

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+)

Арт (12+)
13.05 Большие и маленькие (12+)
14.55, 23.40 "Три минуты тишины" (12+)

Матч ТВ

06.00, 14.15 "Игра миллионов" (12+)
06.30 "Все о главном" (12+)

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)
06.30 "Утро. Самое лучшее"

(16+)
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 "Сегодня" (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.55, 05.30 М/ф (0+)

ТНТ

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

ОТР

06.00, 12.20 "Задело" (12+)
06.15 Х/ф "Гость" (16+)

10.10 Родительское собрание (12+)
11.20 "Путешествие Марка Твена в Иерусалим" (12+)

Рен ТВ

06.00 "С бодрым утром!" (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "Новости" (16+)

ТВЗ

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

20.30 Т/с "Лесник" (16+)
22.30 Х/ф "Особо опасно" (16+)

Звезда

04.10 Т/с "Узник замка Иф" (12+)
07.00 "Сегодня утром" (12+)

Пятый канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 "Известия" (16+)

ТВ Центр

06.00 "Настроение" (0+)
08.10 "Актерские судьбы" (16+)

Вторник 3 октября

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+)

13.20 "Крым. Мыс Плака" (12+)
13.50 Т/ф "Конец Черных рыцарей" (12+)

Матч ТВ

06.00, 14.15 "Игра миллионов" (12+)
06.30 "Наши иностранцы" (12+)

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)
06.30 "Утро. Самое лучшее" (16+)

03.15 Т/с "Глаза в глаза" (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.55, 05.30 М/ф (0+)

ТНТ

07.00, 22.00 "Однажды в России" (16+)

ОТР

06.00 "Большая страна" (12+)
06.55, 17.00 "За дело!" (12+)

10.10 Родительское собрание (12+)

Рен ТВ

05.00, 18.00, 02.30 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)

ТВЗ

06.00, 09.15 "Утренняя гадания" (16+)

Среда Севера Купон частного бесплатного объявления
Куплю, продам, сниму, сдам, найду работу...
1 купон - одна публикация, ксерокопии не принимаются!

02.10 "Нюрнберг" (16+)
02.50 "Хроника Победы" (16+)

Пятый канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 "Известия" (16+)

ТВ Центр

06.00 "Настроение" (0+)
08.10 "Доктор И..." (16+)

(12+)
13.40, 05.20 "Мой герой" (12+)
14.45 Город новостей (16+)

Юрган

06:00 «ЧолОм, дзюлк!» (6+)
06:15, 10.00, 19.00, 02.00
«Миян йОз» (12+)

02.05 "Февральская революция: заговор или неизбежность?" (12+)

Юрган

06:00, 19.00, 02.00 «Вочакыв» (12+)
06:15 «Миян йОз» (12+)





Воскресенье 8 октября

Первый канал

06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости (16+)
06.10, 00.45 Подкаст.лаб. (16+)
06.55 "Играй, гармонь любимая!" (12+)

Россия 1

06.05, 01.30 X/ф "Личное дело майора Баранова" (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье (16+)

Культура

06.30 М/ф (0+)
07.15 X/ф "Единственный мужчина" (16+)

12.30 Неизвестные маршруты России (12+)
13.10 Невский ковчег. Теория невозможного (12+)

Матч ТВ

06.00 "Вы это видели" (12+)
07.00, 10.00, 12.55, 17.55, 02.55 Новости (16+)

НТВ

04.45 Т/с "Улицы разбитых фонарей" (16+)

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

СТС

06.00 "Ералаш" (0+)
07.00 М/с "Отель "У овечек" (0+)

ТНТ

07.00 "Однажды в России" (16+)

(16+)
05.10 Шоу "Студия Союз" (16+)

ОТР

06.00 X/ф "Небесный тихоход" (12+)

Рен ТВ

07.00 "С бодрым утром!" (16+)

20.10 X/ф "Первый мститель: противостояние" (16+)

ТВЗ

06.00, 08.30, 05.30 М/ф (0+)

Звезда

05.30 X/ф "Без права на провал" (12+)

Пятый канал

06.45 Т/с "Наш спецназ-2" (16+)

ТВ Центр

05.40 X/ф "Сыщицы" (12+)

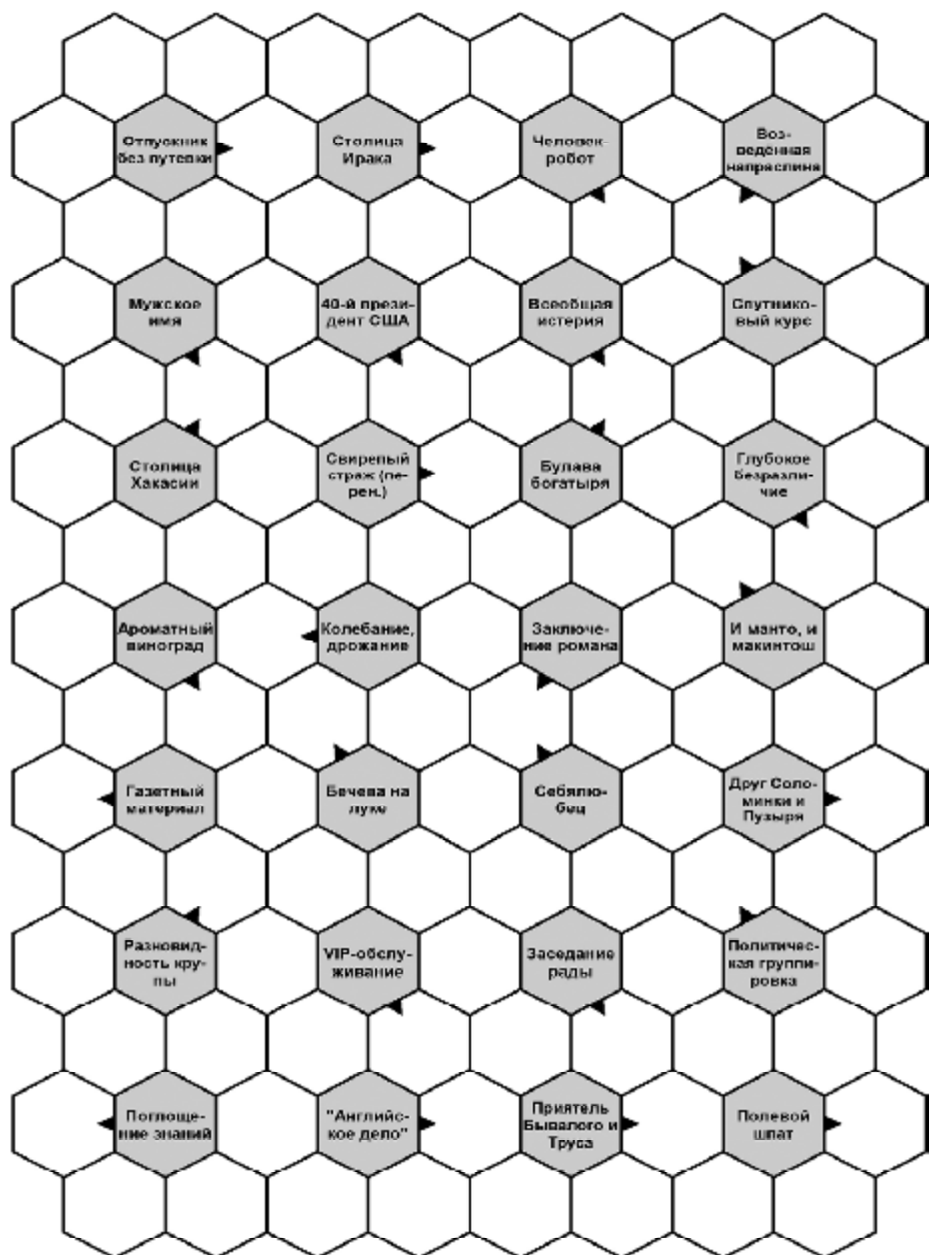
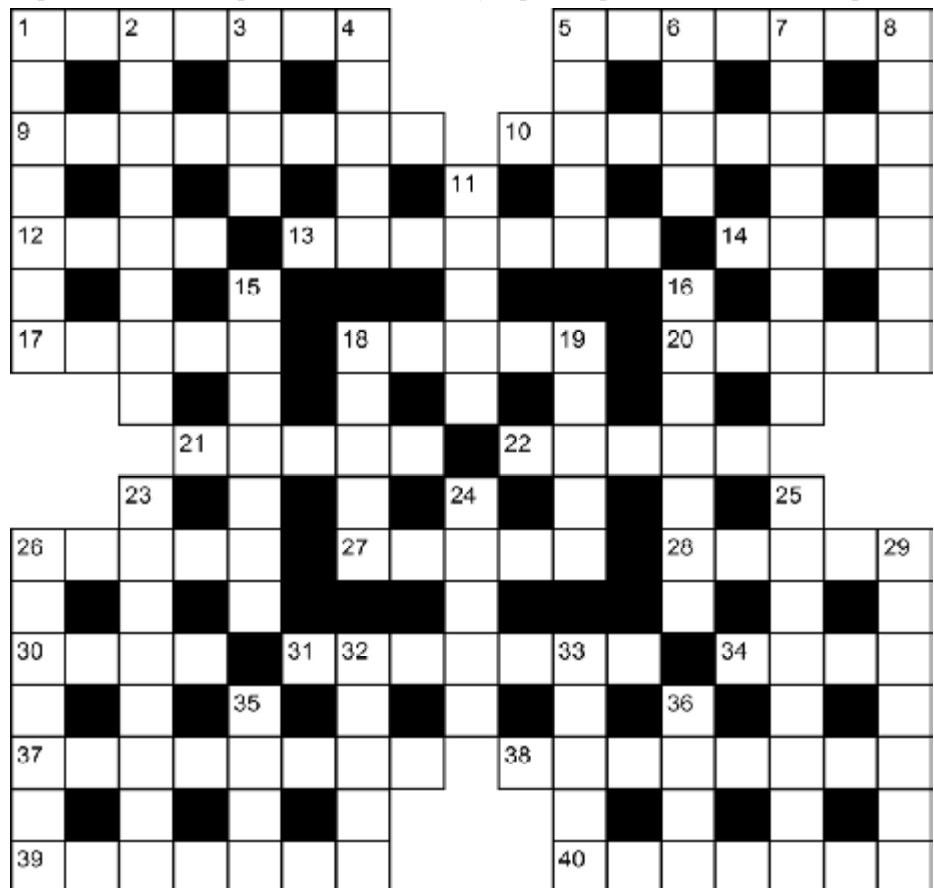
Юрган

06:00, 10.45 «Миян й0з» (12+)

Разминка для ума

По горизонтали: 1. Время суток, разгоняющее разгулявшуюся нечисть 5. Нехороший человек 9. Совокупность имеющейся одежды 10. Морозный узор

По вертикали: 1. Игрок в регби 2. Продукт взамен натурального 3. Отнюдь не полза 4. Трёхрублёвка в СССР 5. Какой инструмент часто ломается в токарном станке?



Ответы на кроссворд от 23 сентября: По горизонтали: 1. Кожимит. 5. Кияток. 9. Кудесник. 10. Оскомина. 12. Штоф. 13. Пинетки. 14. Боди. 17. Актёр. 18. Насос. 20. Драма. 21. Пярун. 22. Кроль. 26. Пинок. 27. Оноре. 28. Щепка. 30. Доза. 31. Громов а. 34. Соло. 37. Гематома. 38. Инцидент. 39. Граната. 40. Квартал.





ЕДИНЫЙ НОМЕР ВЫЗОВА  
ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ  
СЛУЖБ

112

При обращении в экстренные оперативные службы необходимо отправить смс-сообщение на короткий номер 112.

В сообщении необходимо указать, что вы слабослышащий (или глухой), свои Ф.И.О., возраст (для медицинской помощи), подробный адрес (обязательно указывать город), причину обращения и как попасть в помещение (кто откроет дверь).

Возможные варианты набора смс-сообщений:

Пример смс-сообщения для оказания медицинской помощи:

Я ГЛУХОЙ, Иванов Иван Иванович,  
58 лет.  
Адрес: г. Салехард, ул. Бажова, дом 8, кв.15, подъезд 3, этаж 5.  
Температура 39.3, рвота, боль в животе.  
Домофон есть, откроем.

Пример смс-сообщения при пожаре:

Я СЛАБОСЛЫШАЮЩАЯ,  
Петрова Анна Ивановна.  
Адрес: г. Надым, ул. 50 лет ВЛКСМ, дом 5.  
Пожар в доме.

Пример смс-сообщения для вызова полиции:

Я ГЛУХАЯ, Сидорова Ольга Васильевна, 35 лет.  
Адрес: г. Сургут, ул. Игоря Киртбая, дом 18, кв. 458, подъезд 5, этаж 8.  
Домофона нет, звонить в квартиру 450.

ВНИМАНИЕ!!!

Номер «112» работает круглосуточно.  
СМС-сообщение на номер «112» можно отправить с любого телефона, при отсутствии денег на счете и без SIM-карты.

ПОМНИТЕ!!!

Ложное сообщение может стоить чьей-то человеческой жизни.

Ответственность за ложный вызов экстренных оперативных служб предусматривает статья 19.13 КоАП РФ. «Заведомо ложный вызов пожарной охраны, полиции, скорой медицинской помощи или иных специализированных служб - влечет наложение административного штрафа в размере от 1000 до 1500 рублей».



## 30 сентября – День воссоединения

Государственная Дума РФ на пленарном заседании 19 сентября приняла закон об установлении новой памятной даты: 30 сентября – День воссоединения Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области с Российской Федерацией.

«30 сентября 2022 года войдет в новейшую историю как день принятия в Российскую Федерацию Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области на правах субъектов Российской Федерации. Данное событие основано на исторической общности народов, проживающих на территориях указанных республик и областей, является результатом волеизъявления миллионов людей, реализации ими неотъемлемого права свободно и без вмешательства извне определять свой политический статус, осуществлять свое экономическое, социальное и культурное развитие», – отмечается в пояснительной записке.

«Внесенный Президентом закон принят Государственной Думой в приоритетном порядке. Все фракции единогласно поддержали это решение, – подчеркнул председатель Государственной Думы Вячеслав Володин. – Жители этих регионов много лет мужественно отстаивают свое право говорить на родном языке, свою историю, веру, культуру. Они выбрали быть вместе с Россией. Правильно, чтобы день, когда они вернулись домой, навсегда остался в народной памяти».

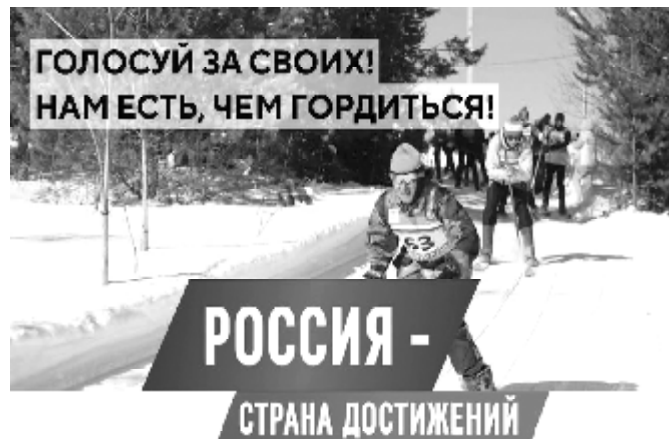
Источник: официальный сайт Госдумы РФ



Газету «Сияние Севера» можно приобрести в магазинах «Берёзка» (центральная, № 11), «Галлеон», «Пантеон», «Звезда», «Домашний», «Тайга», «Семья».

Реклама

Уважаемые читатели, вы можете также приобрести газету в нашей редакции по улице Комсомольской, д. 5.



РЕСПУБЛИКА КОМИ ПРИСОЕДИНИЛАСЬ К ВСЕРОССИЙСКОЙ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ АКЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ.РФ. НА ФЕДЕРАЛЬНОЙ ПЛАТФОРМЕ СОБРАНЫ НАИБОЛЕЕ ЗНАЧИМЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ ВСЕЙ СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ.

РЕСПУБЛИКА КОМИ ПРЕДСТАВЛЯЕТ 9 ПРОЕКТОВ:



ПЕРЕХОДИ НА САЙТ  
ДОСТИЖЕНИЯ.РФ

1. ПРЕДПРИЯТИЕ «ЛУЗАЛЕС»  
Предприятие из Коми представило шведскую IKEA
2. ПТИЦЕФАБРИКА «ЗЕЛЕНЕЦКАЯ»  
Крупнейший сельхозпроизводитель Коми
3. ГОНКИ НА ОХОТНИЧЬИХ ЛЫЖАХ  
Уникальный спорт Республики Коми
4. РЕСПУБЛИКА КОМИ – РОДИНА ЛЫЖ
5. «УСТЬ-ЦИЛЕМСКАЯ ГОРКА»  
Живой памятник народной культуре
6. «ЛУДЬ»  
Дрезнерский национальный праздник и бренд Коми
7. МАКВУШ  
Косынка фабрика международного уровня
8. САМЫЙ БОЛЬШОЙ ВЯЗАНЫЙ АРТ-ОБЪЕКТ В МИРЕ  
Деревянный коврик
9. РЕКОРД ПО СКОРОСТИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЦЦЫ  
Евгений Анатольевич Сурков из Сыктывкара

РОССИЯ

## Иностранному гражданину подвергнут административному выдворению

На основании постановления Вуктыльского городского суда Республики Коми гражданин Республики Азербайджан признан виновным в совершении административного правонарушения, предусмотренного ч. 3 ст. 20.25 КоАП РФ с назначением административного наказания в виде административного выдворения за пределы Российской Федерации.

Как следует из дела об административном правонарушении, ранее, по постановлению суда от 02.09.2022 г., вступившему в законную силу, иностранный гражданин привлечен к административной ответственности по ч. 1.1 ст. 18.8 КоАП РФ с назначением административного наказания в виде административного штрафа в размере 2000 рублей с административным выдворением за пределы Российской Федерации.

Административное выдворение за пределы Россий-

ской Федерации постановлено осуществить в форме контролируемого самостоятельного выезда из Российской Федерации после отбытия данным иностранным гражданином наказания по приговору суда.

Вместе с тем, освободившись из мест лишения свободы, гражданин Республики Азербайджан вновь вернулся в г. Вуктыл, не покинув территорию Российской Федерации в установленный пятидневный срок, чем совершил административное правонарушение, предусмотренное ч. 3 ст. 20.25 КоАП РФ.

Для обеспечения исполнения постановления, до административного выдворения за пределы Российской Федерации, иностранный гражданин помещен в Центр временного содержания иностранных граждан Отдела МВД по г. Ухте.

Вуктыльский  
городской суд РК



**Сведения об избранном депутате Совета городского округа «Вуктыл» второго созыва по двухмандатному избирательному округу № 3, подлежащие доведению до сведения избирателей**

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Год рождения	Место жительства (субъект Российской Федерации, район, город, населенный пункт)	Основное место работы или службы, занимаемая должность (род занятий)	Субъект права непосредственного выдвижения (самовыдвижение, либо наименование избирательного объединения, выдвинувшего кандидата)	Принадлежность к избирательному объединению, статус в нем	Сведения о судимости кандидата (подпункт 58 статьи 2 Федерального закона)
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Романова Марина Аркадьевна	1974	Республика Коми г. Вуктыл	Первичная профсоюзная организация «Газпром трансгаз Ухта - профсоюз-ВЛПУМГ», председатель	выдвинут Вуктыльским местным отделением Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ»	член Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ»	не имеет

**♦ «Народные инициативы»**

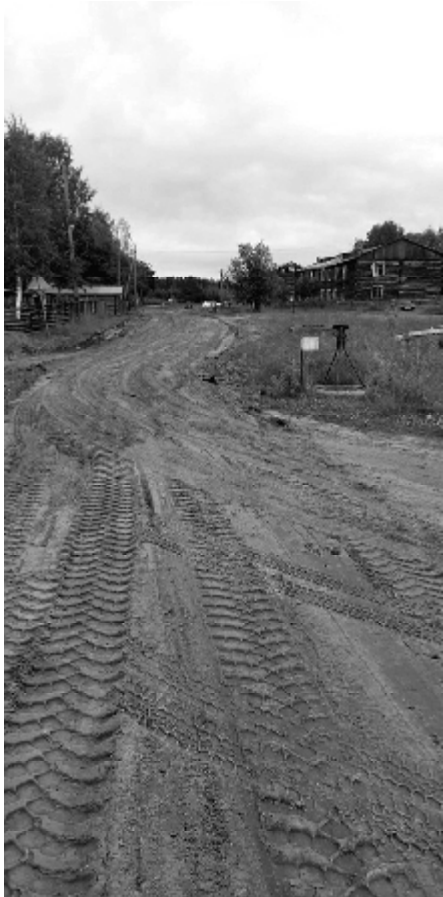
В Республике Коми на протяжении многих лет успешно реализуются различные направления инициативного бюджетирования, в том числе проект «Народные инициативы», старт которому дал в 2021 году глава региона Владимир Уйба.

Такие грантовые средства распределяются между муниципальными образованиями в качестве поощрения за участие в другом проекте инициативного бюджетирования – «Народный бюджет». Грант даёт возможность гражданам и исполнительно-распорядительным органам муниципалитетов более оперативно решить наиболее острые проблемы, на которые они считают нужным распределить эти средства. Благодаря грантовым средствам во многих городах и населенных пунктах республики улучшается инфраструктура и обновляется материально-техническая база различных объектов.

По состоянию на 1 августа 2023 года реализовано 48 проектов из 140 на сумму 2,2 млн. рублей.

В муниципальном округе «Вуктыл» в рамках реализации проекта «Народные инициативы» завершены работы по отсыпке и планировке внутрипоселкового проезда в поселке Лемтыбож. Работы были выполнены подрядной организацией ИП В. И. Янишевский.

Подготовила Е. НЕТРЕБКО



**Дополнительные выборы депутата Совета городского округа «Вуктыл» второго созыва по двухмандатному избирательному округу № 3**

Данные содержащиеся в протоколе участковой избирательной комиссии № 156 об итогах голосования и в протоколе Территориальной избирательной комиссии города Вуктыла о результатах выборов 10 сентября 2023 года.

Округ №3, всего комиссий -1 (из них представили протоколы -1).

Выбирается вариантов: 1 из 5.

		ТИК		УИК
		Всего	%	№ 156
1	Число избирателей, внесенных в список на момент окончания голосования	1394		1394
2	Число бюллетеней, полученных комиссией	980		980
3	Число бюллетеней, выданных досрочно	0		0
4	Число бюллетеней, выданных на участке в день голосования	146		146
5	Число бюллетеней, выданных вне участка в день голосования	5		5
6	Число погашенных бюллетеней	829		829
7	Число бюллетеней в переносных ящиках	5		5
8	Число бюллетеней в стационарных ящиках	146		146
9	Число недействительных бюллетеней	3		3
10	Число действительных бюллетеней	148		148
11	Число утраченных бюллетеней	0		0
12	Число не учтенных бюллетеней	0		0
13	Бородкина Евгения Александровна	13	8,61%	13
				8,61%
14	Егорова Ирина Александровна	15	9,93%	15
				9,93%
15	Радыгина Ангелина Владимировна	11	7,28%	11
				7,28%
16	<b>Романова Марина Аркадьевна</b>	99	65,56%	99
				65,56%
17	Румянцева Елена Владимировна	10	6,62%	10
				6,62%
	Приняли участие в выборах	151	10,83%	151
				10,83%
	Приняли участие в голосовании	151	10,83%	151
				10,83%

**♦ СПЛАВ ПО ПЕЧОРЕ**

Волонтеры Победы Вуктыла продолжают реализовывать эко-проект по сохранению наследия Рес публики Коми «Наша Матушка Печора».

Добровольческий проект одержал победу во Всероссийском конкурсе лучших региональных практик «Регион добрых дел» национального проекта «Образование» и реализуется на территории Вуктыльского округа с июня 2023 года.

На одном из этапов для волонтеров-экологов был предусмотрен сплав по реке Печора с целью приобретения навыков водного туризма и сплава, а также для воспитания бережного отношения к природному и культурному наследию родного края и приобщения детей к краеведческой деятельности.

Так, 24 сентября добровольцы и их наставники прошли трехкилометровый маршрут по реке Печора, отправной точкой которого стало побережье в районе местечка Кузьдибож.

За помощь и поддержку организаторы выражают огромную благодарность партнерам проекта: администрации МО «Вуктыл» и национальному парку «Югыд ва».

Григорий ЛУКЬЯНЧЕНКО

Фото пресс-службы Волонтеров Победы



## ♦ Поддержите свой иммунитет

Осень — это время, когда природа меняет свои яркие летние краски на мягкую палитру золотистых оттенков. Однако вместе с прекрасной осенней атмосферой приходят и холодные ветра, дожди и первые призна-



ки ухудшения самочувствия. В это время года люди особенно подвержены различным острым респираторным вирусным инфекциям (ОРВИ), которые портят настроение и наносят ущерб здоровью.

ОРВИ — одно из самых распространенных заболеваний в осенне-зимний период. Зачастую острая респи-

раторная вирусная инфекция легко переносится, но для некоторых людей может стать серьезной угрозой для здоровья. Правильная профилактика и своевременное лечение помогут минимизировать риск заболевания и облегчить его течение.

Причиной ОРВИ обычно служат активизация различных вирусов, таких как грипп и простудные вирусы, которые легко передаются от человека к человеку через кашель, чихание или контакт с зараженными поверхностями. Симптомы могут проявлять-

ся различными способами. Наиболее характерными признаками являются насморк, заложенность носа, боль в горле, чихание и кашель. Также возможно повышение температуры тела до 38-39°C, слабость и утомляемость организма. У некоторых людей могут появиться головная боль, мышечные боли и общая нехарактерная слабость.

Если у вас есть подозрение на ОРВИ, рекомендуется обратиться к врачу для диагностики и лечения. Врач может

назначить анализы для определения конкретного вируса и предложить соответствующий курс лечения. Важно помнить, что ОРВИ обычно проходит самостоятельно, но правильное лечение и соблюдение рекомендаций врача помогут сократить длительность болезни и уменьшить ее негативные последствия.

Методы профилактики заболевания играют важную роль в поддержании здоровья в холодное время года. Чтобы предотвратить ОРВИ и ук-

репить свой организм, необходимо обратить внимание на поддержку иммунной системы. В первую очередь, следует правильно питаться. Включите в свой рацион больше фруктов и овощей, которые содержат витамины и антиоксиданты. Также употребляйте продукты с высоким содержанием цинка.

Важным элементом поддержки иммунитета является физическая активность. Регулярные занятия спортом помогут укрепить организм и повысить его защитные функции. Не забывайте про гигиену. Регулярное мытье рук поможет избежать заражения вирусами ОРВИ. Также стоит избегать контакта с больными людьми и перегруженными местами. Помимо этого, старайтесь достаточно отдыхать и получать полноценный сон. Недостаток сна может негативно сказаться на работе иммунной системы. И, наконец, не забывайте о витаминных комплексах. Прием витаминов осенью поможет укрепить иммунную систему и предотвратить развитие ОРВИ.

Подготовила О. ГАММ



## ♦ «А У НАС В КВАРТИРЕ ГАЗ!»

Бытовой газ — не только благо для человека, но и источник повышенной

опасности. Неумелое обращение с газовым оборудованием часто приводит к утечкам газа и пожарам. Поэтому, чтобы обеспечить свою безопасность не подвергать смертельной угрозе окружающих вас людей, помните и соблюдайте правила пользования газом и бытовыми и газовыми приборами. И обязательно научите этому своих детей!

**Когда можно допускать ребенка к плите**

В трехлетнем возрасте ребенка уже можно вовлекать в интересные занятия в процессе приготовления еды, но делать это нужно исключительно в присутствии взрослых и под их контролем. При этом малыш ни в коем случае нельзя подпускать к газовой плите. Это может быть опасно и, к тому же, запрещено: в инструкции по безопасному использованию газа при удовлетворении коммунально-бытовых нужд сказано, что собственники жилья не должны допускать к использованию газового оборудования детей дошкольного возраста.

Когда ребенок идет в школу, он уже начинает осознавать свои действия и последствия, которые могут наступить. И теперь ему можно доверить подогреть еду или вскипятить чайник на плите самостоятельно.

**Поговорите о правилах безопасности**

Психологи рекомендуют использовать деликатные и мягкие формулировки. Пугающе-травмирующие рассказы могут привести к боязни взаимодействия с бытовыми приборами, к страху элементарно подогреть чайник на газовой плите. Сначала расскажите, для чего нужен газ и как он попадает в дом.

Обязательно ознакомьте ребенка с правилами безопасности:

- перед включением газа открыть форточку и включить вытяжку;
- не оставлять включенную горелку без огня более 5 секунд;
- следить, чтобы пламя не

выходило за контур дна чайника, кастрюли или сковороды;

- если огонь внезапно погас — немедленно выключить конфорку.

Распечатайте чек-лист по безопасному использованию газа и повесьте его на видном месте — например, на холодильник. Убедитесь, что ребенок прочитал правила, повторил их запомнил. Пусть перескажет их вам.

Когда теория будет хорошо усвоена, переходите к практике. Объясните, что зажигать газ лучше не спичками. Игры с ними опасны и могут стать причиной пожара или ожога. В этом возрасте оптимальным вариантом будет пьезозажигалка, которая убережет детские руки от огня.

Четко объясните порядок действий: сначала повернуть вентиль в нужную сторону, а потом поднести пьезозажигалку к конфорке. В случае, если конфорка не зажглась, нужно сразу же повернуть вентиль назад.

Ребенку (обязательно в вашем присутствии!) нужно попробовать самостоятельно зажечь огонь на плите и правильно поставить на него посуду. После этого попросите повторить процедуру в вашем присутствии несколько раз, чтобы закрепить навыки.

Стоит предупредить ребенка, что он должен внимательно наблюдать за газовой плитой и не уходить из кухни. А после использования конфорку необходимо сразу выключать.

Важно убедиться, что ребенок всё правильно понял и готов повторить каждое действие самостоятельно. По мере увеличения дистанции — сначала будьте рядом, контролируя процесс включения плиты, затем можно уйти в соседнюю комнату, чтобы в случае необходимости подстраховать и быстро прийти на помощь.

**Что делать при утечке газа?**

Спокойно, но убедительно объясните, что может возникнуть ситуация, когда плита включена, а пламя неожиданно погасло. Правила безопас-

ности гласят, что если вы не заметили, когда именно погас огонь, то зажигать его снова категорически нельзя. Сначала нужно хорошо проветрить кухню и только потом повторить попытку.

Расскажите, что газ может заполнить всю кухню, отравить людей и спровоцировать взрыв — для него достаточно малейшей искры.

Если ребенок почувствовал запах газа, то он должен:

- перекрыть газовый кран;
- открыть окно на кухне, чтобы кухня хорошо проветрилась;
- немедленно уйти из газозаполненного помещения;
- позвонить родителям, в службу 112 или 04 (с мобильного 104);

- ни в коем случае не пользоваться спичками и не включать свет и электроприборы!

Выучите с ребенком правило — в любой непонятной ситуации звонить родителям и в аварийную службу. Объясните, что если ребенок дома один, то он должен обязательно позвонить вам в случае не только реальной опасности, но и даже просто сомнений.

**Советы родителям**

Не стоит сбрасывать со счетов тот факт, что плита для ребенка — интересный объект исследований. Стоит сделать пространство на кухне максимально безопасным.

**1. Выбирайте плиты с функциями «защита от детей» и «газконтроль».**

Первая блокирует не только двери духовки, но и элементы управления плитой.

У плиты с функцией «газконтроль» газ автоматически перекроется, если ребенок попытается включить конфорку, не используя электророзжиг, либо в тот момент, когда пламя погаснет.

Если же плита не оборудована такими функциями, необходимо перекрывать газвручную после каждого ее использования.

**2. Используйте дополнительные средства защиты.**

Ручки газовой плиты крутят-

ся направо и налево, и именно это очень привлекает маленьких детей. Чтобы предотвратить такие опасные эксперименты, нужно использовать дополнительные элементы, такие как пластиковые замки и защелки. Они защищают конфорки от несанкционированного включения и не позволяют открыть духовку. Можно также приобрести и стеклянный защитный экран, он затруднит доступ к опасным зонам, где происходит нагрев.

**3. Разговаривайте с ребенком.**

Нужно помнить, что все средства защиты эффективны только для малышей 2-4 лет. Дети постарше легко осваивают принцип действия блокираторов и с легкостью смогут их «обойти», наблюдая за тем, как это делают родители. Поэтому защиту обязательно подкрепите беседой.

Расскажите ребенку о том, какие могут быть последствия, если играть с плитой или рядом с ней: сильный ожог, пожар или взрыв. Можно показать ребенку мультфильм на тему правил безопасности. Главное — будьте всегда начеку и не оставляйте малыша на кухне одного.

**4. Готовьте вместе.**

Пока ребенок еще совсем маленький, он может помочь маме накрыть на стол, месить тесто или убрать посуду. Пока вы на кухне вместе, он наблюдает за вашими действиями, и родительские навыки обращения с газовым оборудованием откладываются у него в памяти.

**Обслуживание газовых приборов**



Обязательно расскажите ребенку про порядок обслуживания газовых приборов.

Во время проверок технического состояния газового оборудования все работы проводит специалист газовой службы — сотрудник в форменной одежде, имеющий при себе удостоверение, и он ни при каких обстоятельствах не взаимодействует с детьми. Специалист может по телефону согласовать со взрослыми дату и время проведения работ. Также по телефону можно получить инструкции от диспетчера аварийно-диспетчерской службы, если туда вы сами обратились при возникновении аварийной ситуации.

Нужно объяснить детям, что нельзя вступать в диалог по телефону (либо в мессенджерах) с неизвестными лицами, а тем более выполнять их просьбы либо указания, связанные с использованием газового оборудования.

**Нужно ли запрещать ребенку пользоваться газом?**

Прямые запреты обычно не ведут к нужному эффекту. До определенного возраста дети воспринимают запрет не как категорическое «нельзя», а исключительно как «это нельзя делать в присутствии родителей».

Поскольку задача взрослых — обеспечить безопасность ребенка, то лучше запретов работают объяснения. Общайтесь с ребенком чаще, отвечайте на все его вопросы подробно и убедительно, обучайте его спокойно и уверенно, и у вас не будет повода для беспокойств.

Подготовила О. ГАММ

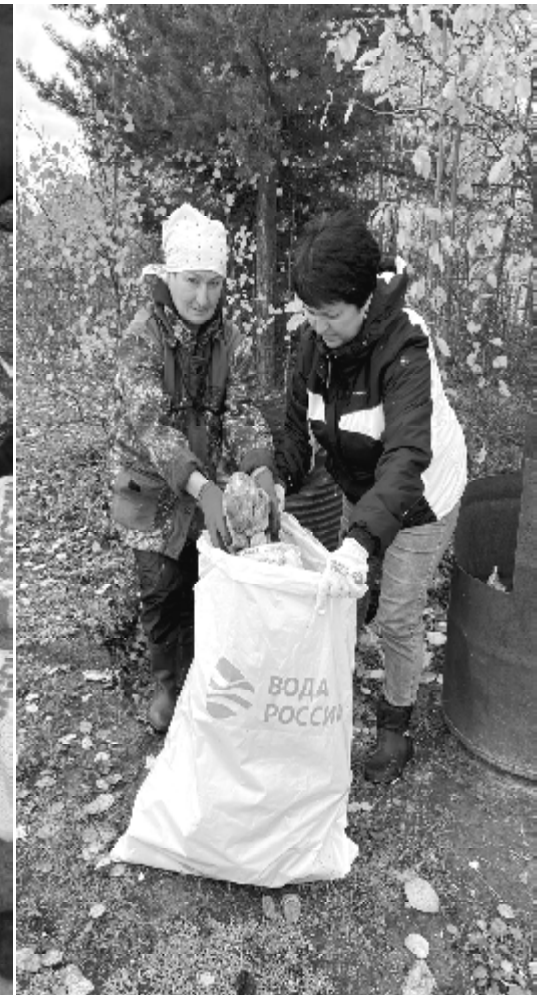
## ♦ Всероссийская акция «Вода России»

Всероссийская акция по очистке от мусора берегов водных объектов «Вода России» («Берег добрых дел») – часть федерального проекта «Сохранение уникальных водных объектов» национального проекта «Экология». В 2023 году исполняется 10 лет с момента ее создания. За это время в мероприятиях акции приняло участие более миллиона человек по всей России.

21 сентября сотрудники национального парка «Югыд ва» приняли участие во Всероссийской акции «Вода России» и провели очистку берега реки Подчерем, в районе бывшего аэропорта, от мусора.

Участником акции «Вода России» может стать каждый житель Республики Коми. Для этого не обязательно быть волонтером, достаточно просто выйти на берег реки, собрать там мусор и вывезти его.

НП «Югыд ва»



## ♦ Экологический урок для второклассников

Сотрудник национального парка «Югыд ва» по экологическому просвещению провела с учениками 2 «б» класса МБОУ «СОШ №1» г. Вуктыла экологический урок на тему: «Зачем нужен лес?».

Мероприятие началось с ви-

деосюжета о лесе. Из этого ролика школьники узнали, что лес – удивительно щедрый дар природы человеку. Леса – легкие нашей планеты, большая часть кислорода, которым мы дышим, вырабатывается лесами, и большая

часть углекислого газа поглощается ими же. Леса не только выделяют кислород, но и защищают почву от эрозии! Они помогают «запасать» воду в почве, делают сухой климат влажнее. Но и это еще не всё. Лес – это дом для миллионов видов растений, животных, грибов, бактерий и других живых существ.

Во второй части экологи-

ческого урока дети разделились на две команды – «Эковетофорики» и «Лесная сказка» – и продолжили мероприятие в виде соревнования по станциям: «Угадай дерево», «Загадки про грибы», «Ребусы», «Грибной кроссворд», «Голоса птиц». А на последней станции ребята вспомнили правила поведения в лесу, написали их на листочках и приклеили на «ствол дерева».

По завершению экологического урока подвели итог: «Надо бережно относиться к лесу и лесным жителям. Лес – наше богатство, и от каждого из нас зависит, каким он будет в будущем. Лесная красота захватывает дух. Это волшебство и величие природы. Так давайте будем помнить об этом не только в День леса, но и каждый день!».

Татьяна ПОДБЕРЕЗНАЯ



### «Сияние Севера»

Главный редактор Е.И. НЕТРЕБКО  
АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:  
169570, Республика Коми, г. Вуктыл, ул. Комсомольская, 5. Тел.: п. 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, 27 сентября 2023 г.

**Индекс: 52072, П4526**

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

Цена – свободная.