

НОВАЯ ЖИЗНЬ



Районная общественно-политическая газета

Газета основана
30 сентября 1931 года



№ 70 (10318) ПЯТНИЦА, 2 сентября 2022 года

Выходит по средам и пятницам



Здравствуй, школа!



Как начался День знаний?

День знаний в 2022 году начался с поднятия государственного флага РФ и исполнения государственного гимна нашей страны. Так будет начинаться каждая неделя. Инициативу, напомним, поддержал Владимир Путин. По его словам, поднятие флага и исполнение гимна - это правильно и востребовано. Но нужно, чтобы это делалось достойно. В Минпросвещения РФ разработали стандарт церемонии. Для ее проведения будет создана знаменная группа, состоящая из знаменосца и ассистентов.

Продленка возвращается

В июле 2022 года был принят закон о едином подходе к организации работы продленок в школах. При этом школе предоставили право самостоятельно принимать решение об открытии группы продленного дня с учетом мнения родителей. Суть единого подхода к работе продленок заключается в том, что теперь во всех группах должны не только присматривать за школьниками, но и организовывать физкультурно-оздоровительные и культурные мероприятия, готовить домашнее задание и другое.

Вкусно, полезно, горячо

Президент Владимир Путин поручил поэтапно обеспечить до 1 сентября 2023 года горячим питанием учеников всех образовательных учреждений России. На конец прошлого учебного года более 7,5 млн. детей почти в 40 тыс. школ его получали. Новшество в том, что с 1 сентября горячим питанием должны быть обеспечены все младшеклассники. Чтобы добиться стопроцентного охвата, в 2022 году правительство РФ направило в регионы более 63,2 млрд. рублей.

Из «Учителльской газеты».

В школу и обратно по-прежнему довезет «Школьный автобус»

В новом 2022-2023 учебном году, как и прежде, по району будут курсировать школьные автобусы. 23 августа комиссия проверила состояние маршрутов, дорог на них. Нарушений, которые могут помешать осуществлению перевозок детей, не выявлено. Совсем недавно был отремонтирован участокдороги по маршруту до деревни Теплово. Таким образом 6 автобусов автопарка предприятия «Школьный автобус» будут осуществлять подвоз 104 школьников по 6 маршрутам (13 населенных пунктов, включая г. Спас-Деменск). А благодаря пилотному маршруту, в который Спас-Деменск вступил в прошлом учебном году, из д. Стайки, например, и х. Новоалександровский помимо школьников школьный автобус будет подвозить и дошколья в сопровождении их родителей в детские сады и обратно. В этих целях автобусы оборудованы специальными детскими креслами.

Полина ХИТРОВА.

Российские школы вчера приняли порядка 17,5 млн. учеников, среди них 646 спас-деменских девчонок и мальчишек. Во всех школах района прошли традиционные торжественные линейки первого звонка, на которых присутствовали представители муниципальной власти, депутаты, родители, от областного правительства министр здравоохранения Калужской области Константин Пахоменко. Особое внимание по традиции было уделено первоклассникам и выпускникам школ. Никто не остался без подарка.

Перед началом учебного года все школы приняли компетентная комиссия, к началу занятий они были готовы полностью. Праздник первого звонка прошел и в учреждениях дополнительного образования.

Традиционный очный формат остается основным для всех школ и, как сказал накануне министр просвещения РФ С. Кравцов, «никакого дистанционного обучения в планах нет и быть не может». По его словам, дистанционные технологии применяются в тех учебных заведениях, где это стало вынужденной мерой вследствие чрезвычайных ситуаций.

Как сказал глава Минпросвещения, информационные технологии внедряются в школы только в дополнение к традиционной форме обучения.

«Никаких электронных учебников взамен традиционных быть не может. Обычный учебник, ручка, тетрадь - все, как было у нас в школе», - отметил он.

Новый учебный год начался. Успешных всем знаний и открытый!
Наш корреспондент.

Образование

Модель идеальной школы и ее будни

Накануне нового учебного года состоялась традиционная августовская педагогическая конференция, в рамках которой были подведены итоги прошедшего учебного года и обозначены основные задачи на новый. Вот основные тезисы доклада, с которым выступила заведующая отделом образования Ольга Новикова.

Об итогах прошедшего учебного года

Сеть образовательных организаций осталась неизменной.

Все образовательные организации готовы к новому учебному году. Проведены необходимые косметические ремонты.

За последние три года школами получено оборудование по всем проектам («информационная инфраструктура», «цифровая образовательная среда», «успех каждого ребенка», «точка роста») на 14 млн. рублей.

Таким образом, для учащихся создаются условия для развития и освоения дополнительного образования, возможность к более полному освоению знаний по учебной программе. Всё-таки школа должна давать в первую очередь, знания.

Главным показателем работы учителей является итоговая аттестация, успешность которой влияет прежде всего на будущее воспитанников.

В итоговой аттестации для 9-х классов принимали участие 49 человек.

3 выпускника МКОУ «СОШ №1» получили неудовлетворительные оценки по трем предметам, поэтому возможность пересдать они получат только в новом учебном году.

Всего пересдавать в осенний период будут 6 учащихся, 5 из МКОУ «СОШ №1» и 1 из МКОУ «СОШ №2». С 5 сентября начинается пересдача.

По итогам ЕГЭ высокобалльники стали (более 80 баллов):

Обществознание:

Данилова Анна (СОШ №2) (92),
Зайцев Никита (СОШ №2) (90)

Толкачев Никита (СОШ №2) (98)

Русский язык:

Борисова Алена (СОШ №2) (80)

Данилова Анна (СОШ №2) (96),

Толкачев Никита (СОШ №2) (91),

История:

Зайцев Никита (СОШ №2) (90)

Толкачев Никита (СОШ №2) (90)

Необходимо отметить и низкие результаты. Не набрали минимального количества баллов:

по математике профильного уровня - один обучающийся МКОУ «СОШ

После всех периодов сдачи и пересдачи получилась вот такая картина по экзаменам за 9 класс.

Предмет	Кол-во выпускников, сдающих экзамены.	Количес тво «2»	Количес тво «3»	Количес тво «4»	Количест во «5»
Русский язык	49	3	19	20	7
Математика	49	4	25	18	1
Обществознание	41	3	26	12	0
География	21	1	11	7	2
Иностранный язык	1	0	0	0	1
Физика	7	0	2	5	0
Информатика	5	0	0	5	0
Химия	4	0	0	1	3
История	9	3	4	1	1
Биология	10	0	3	5	2

Результаты единого государственного экзамена 11 класс

ОУ/ Предмет	Русский язык	Математика (профиль/база)	Математика (база)	Физика	История	Обществознание	Английский язык	Информатика	Химия	Биология
Средний балл по муниципалитету	65,7	53,5	4,3	40,3	57,3	63,4	57,5	42,3	63	55,3
МКОУ «СОШ №1»	63,7	56,8	4,3	40,4	44,4	54,2	57,5	34	52	39
МКОУ «СОШ №2»	69,1	51,9	4,4	40	81	77,3	-	59	74	65,3
МКОУ «Новоалександровская СОШ»	56	--	3	-	51	58	-	-	-	-
Калужская область	68,9	60	4,3	52,9	58,5	61,4	71,4	57,7	58,1	51,5

Средний тестовый балл в сравнении с Калужской областью

Учебный предмет	Средний тестовый балл по МР «Спас-Деменский район»	Средний тестовый балл по Калужской области
Русский язык	65,7	68,9
Математика профильная	53,5	61,3
Математика (база)	4,3	4,3
Физика	40,3	52,9
Химия	63	58,1
Информатика	42,3	57,7
Биология	55,3	51,5
История	57,3	58,5
Английский язык	57,5	71,4
Обществознание	63,4	61,4

В 2021-2022 учебном году льготным питанием было охвачено 312 учащихся, что составляет более 50% от общего числа учащихся.

Вся начальная школа получает бесплатное горячее питание. Это или горячий завтрак, или обед. С 1 сентября стоимость бесплатного питания будет определяться не в соответствии с приказом министерства образования, а исходя из финансирования, т.е. экономия, которая получается в результате пропусков детей и пр., будет направлена на питание, и стоимость завтрака(обеда) будет рассчитана с учетом экономии, которая образовалась в первом полугодии.

Дополнительное образование

Дополнительное образование реализуется детско-юношеской спортивной школой и общеобразо-

вательными организациями. Охват учащихся составил 76 процентов.

Летняя оздоровительная кампания

Оздоровительная кампания в МР «Спас-Деменский район» началась в запланированные сроки согласно Постановлению администрации МР «Спас-Деменский район» №39 от 07.02.2022 г. «Об организации летнего отдыха, оздоровления, занятости детей и подростков в 2022году».

На территории района в летний период функционировали 4 лагеря с дневным пребыванием детей с охватом 163 ребенка (на базе МКОУ «СОШ №1» (50 детей), МКОУ «СОШ №2» (75 детей), МКОУ «Новоалександровская СОШ» (20 детей), МКОУ «Чипляевская ООШ»



Дарья Юдина тоже впервые переступит порог Чипляевской основной школы, но в качестве учителя математики.

(18 детей). В связи со сложившейся эпидемической ситуацией палаточный лагерь не проводился.

В 2022 году сумма денежных средств, выделенных на организацию летней оздоровительной кампании, составила 1014958 рублей 76 копеек, из них:

- 317073 рублей 00 копеек из областного бюджета;

- 697885 рублей 76 копеек из местного бюджета.

Стоимость набора продуктов питания в лагерях с дневным пребыванием установлена в соответствии с протоколом заседания областной межведомственной комиссии по организации отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков Калужской области и составила 192 рубля 40 копеек на человека в день.

Особое внимание удалено трудовой занятости подростков в летнее время. В школах были созданы ремонтные бригады. Между Центром занятости, отделом образования и общеобразовательными учреждениями были заключены договоры на оплату работы несовершеннолетних. В работе бригад было занято 37 старшеклассников. Оплата обучающимся произведена из средств муниципального бюджета в сумме 175297 рублей 16 копеек (с учетом налогов). 284 учащихся школ города и района в течение всего лета были заняты трудовой деятельностью на школьных участках.

За пределами района согласно выделенным путевкам были оздоровлены 12 учащихся. Из них 7 детей в ГАУЗ «Белобережский детский санаторий» (г.Брянск) и 4 человека в Центре «Сокол» (г.Калуга). Один ребенок направлен в АО санаторий «Зорька» в Туапсе. Надо отметить, что в этом году все дети остались очень довольны отдыхом, приезжая из загородных лагерей, выражали свой восторг, ни одного ребенка не забрали раньше времени, как это случалось в прежние годы.

Дошкольное образование

Система дошкольного образования включает в себя 1 дошкольную образовательную организацию и 4 группы, реализующих программы дошкольного образования при общеобразовательных учреждениях. Количество воспитанников дошкольных образовательных учреждений составило 215 человек, из них 20 детей от 1 года до 3 лет, 95 детей - от 3 до 7 лет. Охват детей от 3 до 7 лет дошкольным образованием в муниципальных образовательных учреждениях, реализующих основную образовательную программу дошкольного образования, составил 100%, и детей от 1,5 до 7 лет составил 87%. На территории района отсутствует очередьность на предоставление места в дошкольные учреждения для детей в возрасте от 3 до 7 лет.

Кадры

В 2019 году кардинально изменились условия заключения договоров о целевом обучении, ответственность всех сторон, принимающих участие в заключении договора, ужесточилась. В 2022 году выдано 3 целевых направления в педагогические вузы. Район поддерживает студентов, обучающихся по целевому направлению, выплачивая им стипендию. Сначала это была сумма в 2 тыс. рублей, а с марта 2022 года - 5 тыс. рублей.

О планах на 2022-2023 учебный год

В 2022 году в сфере образования продолжается работа по реализации национальных проектов «Образование» и «Демография» государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» по направлениям, обеспечивающим совершенствование образовательной инфраструктуры, повышение профессионального мастерства педагогических работников и управленческих кадров системы образования и развитие соцдолжности образования.

С 1 сентября обещают сократить документацию и работы, которые можно поручить педагогу. Для этого Минпросвещения примет перечень документов, которые должен вести учитель при реализации образовательной программы.

Добавлены нормы о группах профилактического дня.

Из закона убрали фразы «государственные образовательные услуги в сфере образования».

Главная тема**Догазификация -
вопросы и ответы**

В нашем регионе продолжается реализация программы догазификации домовладений. Мы обратились за разъяснениями к депутату Законодательного Собрания области, генеральному директору ООО «Газпром межрегионгаз Калуга» и АО «Газпром газораспределение Калуга» Виталию КОВАЛЕВУ.

- Виталий Николаевич, расскажите, пожалуйста, на что направлена эта программа, и насколько успешно она реализуется в нашем регионе?

- Программа направлена на выполнение поручения Президента России Владимира Путина о проведении догазификации населенных пунктов и расположенных там домовладений.

Реализация программы находится под контролем главы региона Владислава Шапши и регионального штаба газификации Калужской области под председательством заместителя губернатора Ольги Ивановой. Штаб собирается ежедневно и обсуждает вопросы газификации региона в целом, и программу догазификации в частности. На недавнем заседании штаба сообщалось, что на сегодняшний день от жителей области принято более 7,4 тысячи заявок, более чем с 80% из них заключены договоры, свыше половины из них исполнены.

Показатели Калужской области по догазификации выше общероссийских.

Всего до конца 2024 года в нашем регионе планируется догазифицировать около 10 тысяч домохозяйств.

Благодаря расширению мер социальной поддержки граждан и упрощению процедур согласования проектов по прокладке газопроводов, есть возможность значительно увеличить темпы подключения жилья к газовым сетям.

- Есть ли какие-то условия для участия в программе?

- Главное условие - дом должен быть расположен в газифицированном населенном пункте. Также важно, чтобы дом и земельный участок были зарегистрированы, а газ планировалось использовать для личных нужд, а не коммерческой деятельности. Тогда до границы домовладения газ доведут бесплатно.

- Как быть с организацией газоснабжения внутри домовладения?

- Работы внутри участка выполняются за счет средств заявителя только специализированными организациями, в том числе АО «Газпром газораспределение Калуга». С 1 июля текущего года компания оказывает комплексную услугу. Она включает подготовку необходимой документации, выполнение проектных работ, строительство сетей до границ и внутри границ участка заявителя, поставка и монтаж оборудования, его техническое обслуживание и заключение договора поставки газа. Услуга позволяет значительно сэкономить время заявителя, поскольку ему не придется подавать документы в разные инстанции.

- Есть ли льготы на подключение домовладения к газу?

- Существуют региональные меры социальной поддержки льготных категорий граждан. Недавно депутаты Законодательного Собрания приняли закон об увеличении размера компенсации расходов на газификацию домовладений таких категорий заявителей с 50 тысяч до 80 тысяч рублей. Кроме этого, субсидии теперь можно направить не только на приобретение, установку и подключение внутридомового газового оборудования, но и на строительство наружных сетей.

- О каких льготных категориях идет речь?

- Это инвалиды и участники Великой Отечественной войны, их вдовы, инвалиды боевых действий, лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда», бывшие узники концлагерей, родители и супруги военнослужащих, погибших при исполнении служебных обязанностей, многодетные семьи, инвалиды 1 и 2 групп, инвалиды 3 группы, достигшие возраста 55 лет (женщины) и 60 лет (мужчины).

Для получения выплаты необходимо подать заявление.

- Что нужно сделать, чтобы стать участником программы?

- Необходимо подать заявку и заключить договор о подключении любым из удобных способов - через портал Единого оператора газификации - connectgas.ru, через портал Госуслуг, офисы МФЦ, а также через Единые центры предоставления услуг во всех филиалах АО «Газпром газораспределение Калуга» в Калуге, Козельске, Кондрово, Людиново, Киреевске, Тарусе. Адреса есть на сайте www.gro40.com.

При этом необходимы всего три документа: копия свидетельства о собственности, паспорт и СНИЛС. Всё остальное сделают наши специалисты.

Дополнительную информацию о догазификации можно получить в Едином центре предоставления услуг в филиалах АО «Газпром газораспределение Калуга» или по номеру 8-800-200-67-79.

**Официально****Владислав Шапша рекомендовал
уделить особое внимание организации
деятельности добровольных
пожарных дружин**

нах ТБО в районе д. Ерденево Малоярославецкого района и д. Тихоновка Людиновского района. Общая площадь тления превысила две тысячи квадратных метров.

По итогам проверок населенных пунктов, подвергнутых угрозе лесных и природных пожаров, к административной ответственности привлечено 35 юридических и 45 должностных лиц. За нарушения, связанные с порядком выкапывания сухой травы и мусора, а также за содержание территории, составлено 44 административных протокола на граждан. Проведено 5 внеплановых проверок населенных пунктов, подвергнутых угрозе лесных и других ландшафтных пожаров по соблюдению особого противопожарного режима. Организована работа оперативных групп и наземных патрулей, состоящих из должностных лиц лесничеств, Управления МВД, ГУ МЧС России по Калужской области.

Дополнительно сотрудниками пожарного надзора проводится измерение температур торфянников.

Организован ежедневный мониторинг пожароопасной обстановки с применением 5 беспилотных воздушных судов. На территории области работают 54 камеры видеонаблюдения для оценки обстановки.

В целях оперативного реагирования подразделения Главного управления с 25 августа переведены на усиленный режим работы. При ухудшении пожарной обстановки спланировано привлечение сил и средств аэромобильной группировки (60 чел., 15 ед. техники) и 2 опорных пунктов (г. Калуга, г. Киржач) для тушения крупных пожаров (60 чел. и 23 ед. техники).

Подводя итог, губернатор отметил, что аномально жаркая погода, которая стояла в Центральной России и привела к пожарам, обошла Калужскую область стороной. Тем не менее, вопросы повышения уровня противопожарной защищенности населенных пунктов и профилактики лесных пожаров остаются актуальными. Необходимо сделать все, чтобы не допустить негативной ситуации в регионе.

Руководителям профильных ведомств совместно с главами администраций муниципалитетов Владислав Шапша рекомендовал уделить особое внимание организации деятельности добровольных пожарных дружин. «Проверьте их комплектность, наличие и исправность оборудования, проведите необходимые тренировки для того, чтобы убедиться, что у нас все в порядке», - резюмировал губернатор.

**Национальный проект «Демография»:
содействие занятости**

В 2022 году перечень участников бесплатного обучения в рамках федерального проекта «Содействие занятости» национального проекта «Демография» расширился.

Обучение могут пройти также работники, находящиеся под риском увольнения, включая введение режима неполного рабочего времени, простоя, временную остановку работ, предоставление отпусков без сохранения заработной платы, проведение мероприятий по высвобождению работников (Постановление Правительства РФ от 27.05.2021 № 800 «О реализации мероприятий по организации профессионального обучения и дополнительного профессионального образования отдельных категорий граждан на период до 2024 года»).

Пронина Екатерина окончила Северо-Западную академию государственной службы, работает специалистом Департамента качества на одном из предприятий. В связи с введением режима простоя на предприятии заинтересовалась возможностью пройти бесплатное обучение в рамках федерального проекта «Содействие занятости» национального проекта «Демография».

«Об обучении я узнала из информационных бюллетеней Центра занятости населения, - делится Екатерина, - было трудно выбрать подходящий курс из многообразия возможностей обучения в рамках проекта. Сначала я хотела повысить квалификацию по имеющемуся профилю, изучить анализ данных или работу с большими базами данных, но при этом понимала, что лучше подобрать такое обу

чение, которое будет одновременно и хобби, и позволит подрабатывать в период простоя, а в будущем позволит совмещать основную работу с самозанятостью. Мне всегда нравилось работать с животными, я обожаю собак, являюсь волонтером фондов, помогающим животным, а на рынке труда всегда есть спрос на услуги грумеров и помоцников ветеринаров».

Выбор Екатерины остановила на обучении по курсу «Оператор по ветеринарной обработке животных» с учетом стандарта Ворлдскилл. Курсовое обучение проходило в Калужском колледже народного хозяйства и природообустройства. Сразу после обучения Екатерина открыла самозанятость и в настоящее время нарабатывает опыт оказания услуг по стрижке и ветеринарной обработке животных.

Национальный проект «Демография»: старшее поколение и художественная самодеятельность

Коллектив художественной самодеятельности «Горница» в качестве клубного формирования был создан 13 декабря 2018 года при Кировском центре социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, подведомственном министерству труда и социальной защиты Калужской области. В следующем году коллектив отпразднует пятилетний юбилей.

Участниками «Горницы» стали пенсионеры - получатели услуг цен-

тра и «серебряные» волонтеры, составившие актив отряда добровольцев «Доброта через года». Сегодня в коллективе - 8 человек. Самой младшей участнице - 63 года, а самой старшей - 82. Гордость коллектива - бывшая блокадница Людмила Федоровна Казенникова - уже много лет делится своим талантом со зрителями.

Артисты «Горницы» - желанные гости в сельских ДК, специализированных интернатах, обществах инвалидов. Нередко им доводилось выступать прямо во дворах или на дому.



Оценили искусство «Горницы» не только в родном Кировском районе. Коллектив является участником и лауреатом многих фестивалей и конкурсов. Когда-то «Горница» начиналась как обычный клуб по интересам. Но со временем она выросла во что-то большее. Концерты этого коллектива становятся событием, их выступлений ждут в разных уголках Кировского района и за его пределами.

Николай Иванович Сережкин: «Мне всегда нравилось играть на барабане и сочинять стихи, но это всегда было просто хобби и развлечение. Все изменилось, когда мне сказали, что в Кировском центре социального обслуживания набирают артистов в коллектив художественной самодеятельности. Я понял, что мой шанс проявить себя и поделиться своим творчеством».

Министерство внутренней политики и массовых коммуникаций Калужской области.

Информация доступна на сайте областной администрации: www.admoblkaluga.ru.

Даты

Работа не из легких

В первое воскресенье сентября коллектив Спас-Деменского газового участка отметит свой профессиональный праздник - День работников нефтяной, газовой и топливной промышленности

Благодаря специалистам газовой отрасли "голубое топливо" прочно вошло в наш быт, делая его более комфортным и уютным. За этим повседневным благом мы уже и не вспоминаем, что газ крайне коварен и опасен. Не вспоминаем потому, что газовики района вовремя - и в будни, и в праздники проводят все профилактические работы и оперативно реагируют на чрезвычайные ситуации.

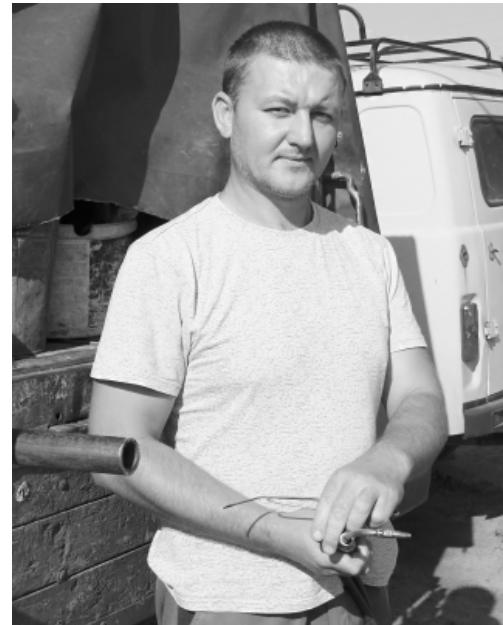
Газификация продолжается

К счастью, практически во все городские квартиры и некоторые пригородные дома сельчан уверенно вошло "голубое топливо". Для тех же, кто пока еще не смог ощутить на себе все блага цивилизации, появилась возможность подвесить его величество природный газ до границ земельного участка совершенно бесплатно. В районе набирает темпы программа догазификации уже газифицированных населенных пунктов. Из 38 поданных жителями заявок 32 уже выполнены.

Вскором времени возможность ощутить все блага цивилизации и провести в свои дома «голубой огонек» появится и в домах сельчан, которые удалены от магистральных газопроводов. По программе газификации регионов РФ ПАО «Газпром» в районе ведет строительство двух межпоселковых газопроводов общей протяженностью более 40 километров. Это позволит обеспечить природным газом еще восемь населенных пунктов.

На сегодняшний день строительство межпоселкового газопровода высокого давления от хутора Новоалександровский до деревень Верхуличи и Понизовые с отводами к деревне Стайки уже завершено. Его протяженность составила 27 километров. Следующий на очереди газопровод межпоселковый от хутора Новоалександровский до села Буднянский, деревень Буда Первая, Буда Вторая Спас-Деменского района, деревни Кузьминичи Куйбышевского района.

- Период массовой газификации в Спас-Деменске прошел. Сегодня наша задача наравне с подключения-



Электрогазосварщик Игорь КОЩЕЕВ считается среди своих коллег по работе истинным профессионалом своего дела. Он мастер на все руки во всем, что касается сварки любой сложности. Филигранно выполненные им швы истыки газопровода не вызывают нареканий и замечаний. Надо сказать, что Игорь - сварщик с большим опытом и стажем, как пришел в профессию после окончания Орловского профессионального техникума, так в ней и остался. В системе газоснабжения района трудится с 2013 года. За годы работы зарекомендовал себя с положительной стороны. Ответственность, добросовестность, честность, неукоснительное соблюдение норм и правил безопасности при выполнении работ, а также личное обаяние и жизнерадостный оптимизм - эти качества бесспорно отмечают не только коллеги, но и руководство газовой службы.

ми новых объектов, заключается в обеспечении бесперебойной и безаварийной подачи газа населению и социальным объектам. Обслуживает более 130 километров газопровода, 34 шкафных регуляторных пункта, один пункт учета расхода газа и два

блочных газорегуляторных пункта, а также котлы, плиты, внутрикотловые системы и газовое оборудование своих абонентов. В добавок помогаем коллегам из других районов области. Так что работы у нас хватает, - отметил руководитель Спас-Деменского газового участка Александр Марченков.

Эксплуатация по правилам

Газ является источником повышенной опасности и требует к себе пристального внимания, впрочем, как и газовое оборудование, которое регулярно должно проходить техническое обслуживание. Однако, как рассказали работники районной газовой службы, далеко не все жители понимают важность этого. Многие отмахиваются от специалистов, проверяющих безопасность оборудования в квартирах и подъездах, и не заключают с газовой организацией договор на обслуживание. А ведь за несерьезное отношение к газу потребители могут поплатиться своим здоровьем, а иногда и жизнью, не говоря уже о порче и потере имущества. И если раньше за пренебрежение к вопросам газовой безопасности потребители получали лишь словесные предупреждения, то сегодня в борьбе с недобросовестными пользователями «голубого топлива» газовые службы вправе прибегнуть к кардинальным мерам и приостановить подачу газа в жилье нарушителя. Данная мера предусмотрена на законодательном уровне и подкреплена Постановлениями Правительства России № 410 и № 549, согласно которым при отсутствии у абонента договора на техническое обслуживание оборудования или препятствие проведению данных работ поставщик ресурса имеет право приостановить его подачу. Совсем недавно такая мера постигла трех спасдеменцев. Работы по отключению газа в домах нарушителей продолжаются.

Главное богатство - люди

Газ - специфический продукт, и работа с ним требует высокого профессионализма и большой ответственности.

Как отмечает руководство, коллектив районного газового участка не только квалифицированный и опытный, но и сплоченный, сложившийся. Здесь каждый отлично знает не только свои обязанности, но и обязанности другого, и если потребуется, качественно выполнит их. У многих сотрудников стаж более 15 лет.

Неоднократно этот дружный, работоспособный коллектив поощрялся и отмечался грамотами различного уровня за плодотворную и качественную работу по бесперебойному обеспечению голубым топливом



Мастер аварийно-диспетчерской службы Сергей ТРЯКИН не просто грамотный специалист, он настоящий мастер своего дела. За годы работы он зарекомендовал себя как исполнительный, требовательный к себе и подчиненным специалист. Под его чутким руководством круглосуточное дежурство несет четыре бригады аварийно-диспетчерской службы, которые не только качественно и своевременно выполняют заявки от граждан, но и проводят текущие ремонты на объектах газораспределения, ведут необходимую документацию. Прочие теоретические знания, сочетающиеся с большим практическим опытом, внимательность, и личное переживание за результаты работы позволили Сергею снискать заслуженное уважение коллег и жителей района.

населенных пунктов района. Вот и в текущем году в связи с профессиональным праздником за многолетний добросовестный труд отмечены мастер аварийно-диспетчерской службы района Сергей Трякин - грамотой директора филиала г. Киров и электрогазосварщик Игорь Кощекин - грамотой генерального директора ПАО «Газпром».

Хотя по мнению руководства, благодарности заслуживает весь коллектив. В штате - 31 человек, и все они прошли проверку на профессионализм и добросовестность.

Не газом единым

Спас-Деменский газовый участок по праву может служить примером, достойным для подражания. Насыщенные трудовые будни не мешают работникам газовой службы поддерживать порядок на прилегающей и закрепленной территории. Они активные участники городских субботников. Об умении плодотворно проводить свободное время говорят и многочисленные грамоты за участие в различных соревнованиях и конкурсах. Ежегодно работники коллектива заняются на районную Доску Почета. Когда в коллективе есть такой корпоративный дух и сплоченность, сомневаться в достижении новых трудовых результатов не приходится.

Поздравляем ветеранов службы и действующих газовиков района с профессиональным праздником и желаем каждому здоровья, успехов, семейного благополучия, а всем вместе - безаварийной работы.

Екатерина НИКИШКИНА.
Фото автора.



Строительная бригада Спас-Деменского газового участка филиала «Газпром газораспределение Калуга» в г. Кирове не только успешно выполняет производственные задачи в своем районе, но и помогает соседям.

Старшее поколение

Ни с чем не сравнимая «бабушкина забота» или Жизнь дана на добрые дела

Члены районного клуба «Ветеран» присоединились к Всероссийской акции «Бабушкина забота», которая проходила с 30 июня по 20 августа 2022 года в рамках направления «Долголетие для всех» федерального партийного проекта «Старшее поколение». Акция направлена на обеспечение теплыми вязанными изделиями нуждающихся детей и одиноких пожилых людей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, из Луганской и Донецкой народных республик.

Неравнодушные ветераны передали для детей не только собственноручно связанную теплую одежду, но и приобретенные специально для малышей хлопковые кофточки, штанишки, шапочки и одноразовые пелёнки. Все вещи отправятся в составе очередного гуманитарного груза на Донбасс в ближайшее время.

Мы все знаем, что о добрых делах не кричат во всеуслышание, вот и участник акции Александра Николаевна Беглякова - член клуба «Ветеран» скром-



но и тихо рассказала нам о том, что для нее значит эта помочь.

- Я человек того времени, родилась в 1941 году. Мы пережили и войну, и голод. Всё это помню и знаю, как тяжело людям в годы войны, по-



этому считаю, что из получаемой нами пенсии можно выделить какую-то долю на помочь людям Луганской и Донецкой народных республик. Это наш долг. Мы - старшее поколение многое пережили и все понимаем и помним, какая была война и как потом мы восстанавливали нашу страну, которую те-

перь пытаются разрушить, а нас уничтожить.

Клуб «Ветеран» не впервые участвует в подобных акциях, и его участники своим примером показывают, что не надо скучаться на добрые дела, особенно в столь непростое для жителей Донбасса время.

Полина ХИТРОВА.
Фото автора.

Социальная политика

Из жизни СРЦН «Черемушки»



Безопасное пребывание воспитанников в центре является одной из главных задач. Учреждением совместно с МЧС регулярно проводятся учебные тренировки по отработке алгоритма действий сотрудников в случае пожара или возгорания. Очередная тренировка, совместно с МЧС прошла в августе.

Все поставленные задачи были выполнены быстро и четко. А для наших воспитанников это было как приключение, как ролевая игра в пожарных спасателей. Они с удовольствием общались, фотографировались и расспрашивали о работе пожарных.



Россия - огромная страна, богатая своей историей, традициями, значимыми событиями. К таким значимым событиям можно отнести и выборы в органы власти.

Очень важно, чтобы при ознакомлении детей с избирательным правом «эта громада важной информации не легла на ребенка на сухом теоретическом уровне. Она должна быть окрашена эмоциями, которые вызывают и даже провоцируют взрослые» (Т. Гризик).

В рамках просветительской работы молодого избирателя сотрудниками Центра «Черемушки» и избирательной комиссией Спас-Деменского района для воспитанников учреждения была проведена игра «Выборы президента леса».

Цель проведения игры: дать детям элементарные представления о предвыборной кампании и проведении выборов; способствовать формированию активной жизненной позиции, уважения к закону, государству, обществу, отечественному историческому и культурному наследию.



Партия «Единая Россия» ежегодно проводит акцию «Собери ребенка в школу». В этом году Союз женщин России заключил Соглашение с дружественной организацией «Женщины Донбасса», а Калужская область подписала Соглашение с городом Первомайском Луганской области.

Именно по этому активисты партии передают школьные наборы учащимся не только российских школ, но и на Донбасс и освобожденные территории.

На территории Спас-Деменского района активно проводится акция «Собери ребенка в школу» как для спас-деменских детей, так и для детей Первомайска.

При активном участии коллектива СРЦН «Черемушки», Культурно-выставочного Центра, детского сада «Рябинка», МКОУ «СОШ №2», отдела по делам семьи, молодежи, спорта и трудовых отношений, а также активистов местного отделения «Союз женщин России» и депутатов была направлена помощь для семей Первомайска с канцтоварами и книгами.

На территории района благотворительная акция «Собери ребенка в школу» продолжается. Активно включились в акцию КФ «Хлебный Спас», ООО «СпасДорСтрой», магазин «Ромашка» (ИП Крисаненкова Людмила Николаевна). Оказанная помощь направлена в многодетные и малообеспеченные семьи района.

Ольга КОРЗИНКИНА,
директор ГБУ КО СРЦН «Черемушки».

Налоговая служба

До 28 февраля 2023 года физические лица имеют возможность сообщить о своих счетах и вкладах в заграничных банках

Уважаемые налогоплательщики!

С 14 марта 2022 года по 28 февраля 2023 года Федеральная налоговая служба осуществляет прием специальных деклараций в рамках четвертого этапа добровольного декларирования в соответствии с Федеральным законом от 08.06.2015 № 140-ФЗ «О добровольном декларировании физическими лицами активов и счетов (вкладов) в банках и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» (в редакции от 09.03.2022). Декларант вправе лично или через уполномоченного представителя подать специальную декларацию в любом территориальном налоговом органе или в центральном аппарате ФНС России.

Декларация подается в двух экземплярах.

Форма специальной декларации и порядок ее заполнения и представления размещены на официальном сайте ФНС России в разделе «Специальная декларация»



Внимание!
Не считаются
поданными
специальные
декларации,
отправленные
по почте.

До 28 февраля 2023 года физические лица имеют возможность сообщить о своих счетах и вкладах в заграничных банках, ценных бумагах, для участия в иностранных организациях, а также о контролируемых иностранных компаниях. В рамках четвертого этапа могут быть задекларированы и другие финансовые активы, например, производственные финансовые инструменты. Также физические лица вправе задекларировать наличные деньги при условии, что положат их на счёт в российском банке в течение 30 дней со дня представления декларации. При декларировании транспортных средств указываются сведения об их перерегистрации в соответствующих государственных реестрах Российской Федерации. В рамках четвертого этапа добровольного декларирования сохраняются гарантии освобождения декларанта и (или) лица, информация о котором содержится в специальной декларации, от уголовной, административной и налоговой ответственности при условии зачисления денежных средств и финансовых активов на счета в российских банках и организациях финансового рынка. ФНС России обеспечивает режим конфиденциальности содержащихся в специальной декларации сведений, не вправе передавать их третьим лицам и государственным органам и использовать для целей осуществления мероприятий налогового контроля.

ТЕЛЕФОН
«ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ»
8 (800) 222-22-22.

Понедельник,
5 сентября



06.00 Дело вкуса 12+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро Первых 16+
09.00 Неделя 16+
10.00, 01.40 Меч из огня
10.50 Империя иллюзий
12.30, 14.30, 16.30,
13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40 Азбука здоровья
12.55 Клён 12+
13.15 Забытые вещи 12+
13.40, 05.10 Вся правда о 14.50 "КОРОЛЕВА ИГРЫ" 16+
15.45, 16.45 Кулинария как наука 12+
17.00 На спорте 12+
17.45 Откровенно о важном 12+
18.15 Территория закона 16+
18.45 Приходские хроники 0+
19.00 Круиз-контроль 12+
19.30, 20.30, 21.30, 23.30 Новости с субтитрами 16+
20.00, 21.00 Карт-бланш 16+
22.00 "ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА" 16+
22.50 Легенды кино 12+
00.00 "ЛАНЦЕТ" 12+
02.30 Концерт "Жара в Баку" 12+
03.50 "КОГДА ЗОВЕТ СЕРДЦЕ" 5" 16+

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.
21.45 "ЗОЛОТАЯ ОРДА" 16+
22.45 Большая игра 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 "Местное время".
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Кто против? 12+
21.20 "ЕЛИЗАВЕТА" 16+
22.20 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
01.00 "МОРОЗОВА" 16+
02.50 "СРОЧНО В НОМЕР!" 16+

Вторник, 6 сентября



06.00, 20.30, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро Первых 16+
09.00, 17.00, 17.45 Карт-бланш 16+
09.55, 14.50 "КОРОЛЕВА ИГРЫ" 16+
10.50, 00.00 "ЛАНЦЕТ" 12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40, 22.00 "ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА" 16+
13.40, 05.10 Вся правда о 15.45, 22.50 Легенды кино 12+
16.45 Забытые вещи 12+
18.15, 20.00 Интересно 16+
18.45 Азбука здоровья 16+
19.00 Круиз-контроль 12+
20.15, 21.00 Глущенковы 16+
01.40 "НАРЦИСС И ЗЛАТОУСТ" 16+
03.35 "ОТКРЫТИЕ ОКНА" 16+

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.
03.15 "НАРЦИСС И ЗЛАТОУСТ" 16+

Среда, 7 сентября



06.00, 20.30, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро Первых 16+
09.00, 17.15, 17.45 Глущенковы 16+
09.45, 18.45, 20.00 Интересно 16+
10.00, 14.50 "КОРОЛЕВА ИГРЫ" 16+
10.50, 00.00 "ЛАНЦЕТ" 12+
12.40, 22.00 "ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА" 16+
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40, 22.00 "ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА" 16+
13.40, 05.10 Вся правда о 12+
15.45, 22.50 Легенды кино 12+
16.45 Азбука здоровья 16+
17.00 Приходские хроники 0+
18.15, 20.15 Культурная среда 16+
19.00 Дело вкуса 12+
21.00 Откровенно о важном 12+
03.45 "ОТКРЫТИЕ ОКНА" 16+

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.

09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости.

09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.
03.40 "ИВАНОВЫ" 12+

Четверг, 8 сентября



06.00, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро Первых 16+
09.00, 18.45, 20.45 Интересно 16+
09.15, 17.45 Культурная среда 16+
09.30, 19.00 Круиз-контроль 12+
09.55, 14.50 "КОРОЛЕВА ИГРЫ" 16+
10.45 "ЛАНЦЕТ" 12+
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40, 00.00 "ЛАНЦЕТ" 12+
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40, 22.00 "ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА" 16+
13.40, 05.10 Вся правда о 12+
15.45, 22.50 Легенды кино 12+
16.45 Азбука здоровья 16+
17.00 Приходские хроники 0+
18.15, 20.15 Культурная среда 16+
19.00 Дело вкуса 12+
21.00 Откровенно о важном 12+
04.45 Давай попробуем 12+

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00 Новости.

09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00 Новости.

09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.
03.40 "ИВАНОВЫ" 12+

Пятница, 9 сентября



06.00, 20.30, 21.30, 23.30, 19.30 Новости с субтитрами 16+
06.30 Утро preview 16+
07.00 Утро Первых 16+
09.00, 18.45, 20.45 Интересно 16+
09.15, 17.45 Культурная среда 16+
09.30, 19.00 Круиз-контроль 12+
09.55, 14.50 "КОРОЛЕВА ИГРЫ" 16+
10.45 "ЛАНЦЕТ" 12+
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40, 00.00 "ЛАНЦЕТ" 12+
12.30, 14.30, 16.30, 13.30, 17.30, 18.30 Новости 16+
12.40, 22.00 "ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА" 16+
13.40, 05.10 Вся правда о 12+
15.45, 22.50 Легенды кино 12+
16.45 Мультфильмы 16+
17.00 Дело вкуса 12+
17.45 Спасайся, кто хочет 16+
19.00 Круиз-контроль 12+
20.00 Персона 12+
21.00 Ход конём 12+
22.00 "ИВАНОВЫ" 12+
00.00 "ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК" 16+
03.00 "РАГИН" 12+
04.45 Давай попробуем 12+

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00 Новости.

09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00 Новости.

09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.45, 12.15, 15.15, 18.20, 23.45, 03.05 "Информационный канал" 16+
18.00 Вечерние Новости.
21.00 Время.
03.40 "ИВАНОВЫ" 12+

Суббота, 10 сентября



06.00 "КОРОЛЕВА ИГРЫ" 16+
06.55, 00.55 Невероятная наука 16+
09.40 Дело вкуса 12+
10.00 Персона 12+
10.30 Азбука здоровья 16+
10.45 Откровенно о важном 12+
11.15 На спорте 12+
11.45 Детский канал 6+
13.35 Клён 12+
13.55 "ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК" 16+
18.00 Карт-бланш 16+
19.00 "ЛАНЦЕТ" 12+
22.30 "ДЕНЬ СЕМЕЙНОГО ТОРЖЕСТВА" 12+
23.50 "РАГИН" 12+
01.35 "КОГДА ЗОВЕТ СЕРДЦЕ" 5" 16+
02.55 "ПОХИЩЕННАЯ" 16+
04.30 "ТРАВЕСТИ" 12+

Воскресенье,
11 сентября



07.30 Утро Первых 16+
08.00, 17.00 Неделя 16+
08.55 Спасайся, кто хочет 16+
09.40 Дело вкуса 12+
10.00 Персона 12+
10.30 Азбука здоровья 16+
10.45 Откровенно о важном 12+
11.15 На спорте 12+
11.45 Детский канал 6+
13.35 Клён 12+
13.55 "ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК" 16+
18.00 Карт-бланш 16+
19.00 "ЛАНЦЕТ" 12+
22.30 "ДЕНЬ СЕМЕЙНОГО ТОРЖЕСТВА" 12+
23.50 "РАГИН" 12+
01.35 "КОГДА ЗОВЕТ СЕРДЦЕ" 5" 16+
02.55 "ПОХИЩЕННАЯ" 16+
04.30 "ТРАВЕСТИ" 12+

ПЕРВЫЙ

05.25, 06.10 "Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ" 12+
06.00, 10.00, 12.00 Новости.
07.00 Играй, гармонь любимая! 12+
07.40 Часовой 12+
08.15 Здоровье 16+
09.20 Непутевые заметки 12+
10.15 "1812. Бородино" 12+
11.20, 12.15 Видели видео? 0+
13.35 "Песня моя - судьба моя" 12+
14.40 "СУДЬБА РЕЗИДЕНТА" 12+
17.40 Свон 16+
19.05 Голос 60+ 12+
21.00 Время.
22.35 "ТОБОЛ" 16+
00.25 "Петр Первый... На троне вечный был работник" 12+
01.30 Наедине со всеми 16+
03.00 "Россия от края до края" 12+

РОССИЯ 1

05.35, 03.15 "НЕЛЁГКОЕ СЧАСТЬЕ" 12+
07.15 Устами младенца 12+
08.00 "Местное время".
08.35 Когда все дома 12+
09.25 Утренняя почта 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 17.00 Вести.
11.50 Большие перемены 16+
12.55 "И ШАРИК ВЕРНЁТСЯ" 12+
18.00 Песни от всей души 12+
20.00 Вести недели.
22.00 Москва 12+
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
01.30 "ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ" 16+

HTB

05.10 "ДЕЛЬТА. ПРОДОЛЖЕНИЕ" 16+
06.45 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня.
08.20 У нас выигрывают! 12+
10.20 Первая передача 16+
10.55 Чудо техники 12+
11.55 Дачный ответ 0+
13.00 НашПотребНадзор 16+
14.00 Однажды 16+
15.00 Своя игра 0+
16.20 Следствие вели 16+
18.00 Новые русские сенсации 16+
19.00 Итоги недели.<



Болит голова. Что делать?

Перечень патологий, которые могут вызывать головную боль, очень длинный. Сюда входят в первую очередь заболевания головного мозга, при которых головная боль сочетается с рядом других тяжелых симптомов, заболевания сосудов (гипертоническая и гипотоническая болезнь, атеросклероз). Кроме того, головная боль является спутником гайморита, тонзиллита и других воспалительных заболеваний, а также острых респираторных вирусных инфекций. В последнее время нейротропная (оказывающая влияние на нервную систему) активность вирусов даже более выражена, чем обычные респираторные проявления.

Чаще всего у общей популяции людей головные боли могут быть мучительными, нарушающими привычное течение жизни, но не несут опасности для жизни и ухудшения здоровья.

Самым распространенным видом такой головной боли является **головная боль напряжения**. В подавляющем большинстве случаев она связана с напряжением мышц, которые тонким слоем окружают кости черепа. У человека при этом возникает боль, охватывающая голову по типу «шапки», «капюшона» или «обруча». Она может распространяться по всей голове, или по линии «лоб, виски-затылок». По характеру боль напряжения - тупая, давящая, монотонная, распирающая или сжимающая, но не пульсирующая, как бывает при мигрени.

При приступе можно нащупать болезненные точки в области затылка и шеи.

МИГРЕНЬ - среди всех видов головной боли получила наибольшую известность. Мигренью с давних пор страдали многие знаменитые люди, в том числе Юлий Цезарь, Чарльз Дарвин, Лев Толстой, Зигмунд Фрейд. Древнейшие корифеи медицины, такие как Гиппократ, Авиценна, дали подробнейшее описание симптомов этой болезни. Но, несмотря на столь давнюю историю, причины болезни до сих пор до конца не ясны, зато хорошо изучены её симптомы. При мигрени болит только половина головы. Сильная пульсирующая боль во время приступа может охватывать глазничную, теменную, височную или затылочную области справа или слева. Иногда перед приступом у человека появляются особые зрительные нарушения: мерцающие пятна, нечеткие очертания предметов, потемнение в глазах. Боль часто усиливается от простых физических действий, сопровождается непереносимостью света, звуков, запахов, нередко тошнотой и рвотой. Мигрень частоносит наследственный характер, и если ею страдали бабушка и мама, то в каждой семье накоплены свои рецепты народной медицины, которые помогают снять приступ. Одним помогают горячие ножные и ручные ванны, мытье головы горячей водой или использование фена

Виды головной боли



для сушки волос. Другим помогает прикладывание к вискам корочки лимона, втирание бальзама «Звездочка», третьим использование аппликатора Кузнецова.

Головные боли, похожие на мигрень могут быть связаны или сочетаться с нарушением кровотока в области шейного отдела позвоночника.

Пусковыми моментами возникновения болей являются эмоциональные стрессы, длительное пребывание головы и шеи в вынужденной неудобной позе, физические нагрузки, связанные с напряжением шеи.

Но серьезнейшей причиной головных болей все-таки являются проблемы в шейном отделе позвоночника. Реакция любого человека на стресс такова, что при эмоциональном напряжении помимо его воли возникает напряжение мышц, прежде всего в шейно-плечевой области. В результате частых стрессов закрепляется неправильный стереотип - напряженные мышцы еще сильнее на-

прягаются, появляется мышечно-тонический синдром. Иногда в области шеи возникают болезненные мышечные уплотнения (валики), в которых из-за спазма мелких сосудов происходит нарушение кровотока.

Несомненными действенными методами профилактики и даже комплексного лечения первичных головных болей являются физические упражнения, ручной массаж и самомассаж волосистой части головы и шейно-плечевой области или массаж с помощью аппликатора Кузнецова. Эти доступные средства, способствующие мышечной и эмоциональной релаксации, можно применить раньше, чем болеутоляющие препараты.

Несложный комплекс, например, предложен тренером по лечебной физкультуре Галиной Андреевой.

Упр. 1. Исходное положение: сидя на стуле, спина прямая, стопы упираются в пол.

Медленно поверните голову влевую сторону, чтобы подбо-

родок оказался над плечом. Затем перекатите голову свободно вниз. Также медленно поверните голову к правому плечу и перекатите её вниз. Повторите 10 раз.

Упр. 2. Положите правую ладонь на затылок, левую на подбородок. Медленно запрокиньте голову назад, затем, помогая руками, перекатите её к левому плечу. Потом точно так же, к правому плечу. Повторите 10 раз.

Упр. 3. Исходное положение и руки, как в предыдущем упражнении. Помогая руками, осторожно наклоните голову вперед. Задержитесь на 2 секунды. Повторите 10 раз.

Как уже сказано, причин для возникновения головной боли множество, поэтому, если головные боли беспокоят в течение двух недель, следует обязательно обратиться к неврологу и пройти дополнительное обследование.

Л. ЕРЕМИНА,
врач ГБУЗ КО КЦОЗИМП.

Цифровой полис ОМС

В соответствии с Федеральным законом от 28 июня 2022 года № 204-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации», запуск цифрового полиса ОМС в России состоится 1 декабря 2022 года.

Он будет представлен в виде штрихового кода. Храниться данные о полисах будут в едином регистре застрахованных лиц.

Граждане смогут поместить свой цифровой полис в личный кабинет на портале Госуслуг или на телефон в форме QR-кода. При обращении за медицинской помощью достаточно будет предъявить в регистратуре поликлиники паспорт или свидетельство о рождении, и ее сотрудники самостоятельно идентифицируют пациента. Добавим, что по желанию полис ОМС можно по-прежнему оформлять на бумаге или в виде пластиковой карты.

Сейчас все технологии, которые необходимы для запуска системы, отработаны и находятся в высокой степени готовности.

Особое внимание удалено защите персональных данных и медицинской информации участников ОМС, обеспечению кибербезопасности.

После полноценного запуска цифрового полиса ОМС всем появившимся на свет после 1 декабря этого года оформлять его не придется, так как полис будет появляться у каждого россиянина автоматически, по факту рождения или получения гражданства.

Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Калужской области.



Как уменьшить накал эмоций во время стресса?

Жизнь ставит перед нами новые и новые проблемы, задачи, которые вызывают напряжение. Рассмотрим стрессовые ситуации, угрожающие здоровью, благополучию, иногда даже жизни. Когда эмоции зашкаливают, все мысли о проблеме, мечешься, не зная, что делать, и при этом чтобы «еще хуже не было», думаешь как помочь и не навредить. Как понизить уровень эмоций, чтоб включить разум и принимать более осознанные решения, которые в дальнейшей перспективе нас бы устраивали?

Человек, как и все млекопитающие, при серьезной угрозе может выдавать три типовых реакции: «бей», «беги», «замри». Кому-то свойственна одна стратегия, кому-то другая, но все эти реакции естественные, нормальные и неосознанные, на уровне безусловных рефлексов.

Если при реальной угрозе вам свойственна стратегия «бей», а бить нельзя, это «противостоятельно». Найдите, силы на решение задачи у вас есть, их необходимо направить в нужное русло. Выпустить эмоции помогут:

- **физическая активность** (приседания, отжимания, прыжки, бег по лестнице, кардионагрузка);

- **физический труд** (уборка, шинковка овощей, копание, колка дров);

- **громкие звуки** (покричать, порычать как тигр);

- **активные движения и смех.**

При срабатывании стратегии на стресс «беги», необходимо перед принятием решения расслабиться с помощью: нервно-мышечной релаксации (напрягаем мышцы доводя напряжение до максимума, задерживаем на 3-5 секунд и расслабляем; можно работать с мышцами всего тела или определенных его частей, например рук, ног), аутотренинга (представление и самовнушение).

При реакции на стресс «замри», у человека нет возможности ни драться, ни бежать, ни кричать, он истощен, выглядит вялым и апатичным, не жалуется, не сердится, «а тихо молча замрет» будучи даже не способен просить о помощи. Самопомощь при этом состоянии - целенаправленная забота о себе и своих желаниях.

Поможет понизить любую эмоциональную реакцию переключение внимания на:

- **телесные ощущения** (наслаждайтесь тем, что для вас сейчас доступно - еда, люби-

мая музыка, просто выпить холодного или горячего, можно умыться, открыть форточку и подышать);

- **сложную умственную задачу** (попробуйте считать в обратном направлении, перемножать в уме двухзначные числа);

- **концентрацию внимания на какой-то вещи** (сконцентрируйтесь на своей шариковой ручке и опишите ее).

Состояния недосыпа, голода, усталости, болезни, одиночества - делают нас более уязвимыми к стрессам.

Только после нормализации своего эмоционального и физического самочувствия можно переходить к обдумыванию и решению поставленных жизнью задач. Потому что во время переживания сильных эмоций решения принимаются спонтанно, часто неправильно, о них потом можно жалеть всю жизнь.

Ведение здорового образа жизни: рациональное питание, физическая активность, режим дня, полноценный сон и трезвый образ жизни - помогут повысить стрессоустойчивость, сохранить икрепить здоровье и улучшить качество жизни.

Н. АРХИПОВА.

даты

День, когда родился новый мир

2 сентября 1945 года на палубе американского линкора «Миссури» недалеко от Токио был подписан акт о безоговорочной капитуляции Японии, ознаменовавший окончание Второй мировой войны, которая началась 1 сентября 1939 года с нападения фашистской Германии на Польшу. После бомбардировок городов авиацией США и успехов СССР в сухопутной операции в Маньчжурии японцы согласились признать безоговорочное поражение. Окончилась самая страшная и жестокая Вторая мировая война.

Из всей коалиции государств, развязавших Вторую мировую войну, после мая 1945 года продолжала борьбу только Япония. 8 августа СССР присоединился к Потсдамской декларации, выдвигавшей Японии требования о безоговорочной капитуляции, которые японское правительство 28 июля отклонило, и объявил о состоянии войны с Японией. Советское правительство разъясняло при этом, что такая его политика является единственным средством ускорить наступление мира, освободить народы от

далнейших жертв и страданий. Вступая в войну с Японией, СССР учтивал также, что она оказывала существенную помощь гитлеровской Германии и угрожала границам СССР на Дальнем Востоке. 9 августа СССР начал военные действия против сосредоточенной в Маньчжурии японской Квантунской армии, которая вместе с местными формированиями насчитывала свыше 1 млн. человек. 10 августа в войну против Японии вступила Монгольская народная республика. В результате стремительного наступления советских войск и монгольской Народной армии Квантунская армия в короткий срок была разгромлена, освобождены территории Северо-Восточного Китая (Маньчжурия - наиболее развитый в экономическом отношении район Китая) и Северной Кореи, Южного Сахалина и Курильских островов. Вступление Советского Союза в войну и разгром Квантунской армии ускорили безоговорочную капитуляцию Японии. Именно это поражение японской армии вынудило японское правительство прекратить войну. Самую масштабную и кровопролитную.

Ярче всего об этом говорят цифры. Вторая мировая война длилась ровно 6 лет и один день. В ней приняло участие 61 государство с населением 1,7 миллиарда человек, военные действия велись на территории 40 государств, а также на морских и океанских театрах. Общие потери, по разным оценкам, составляют от 50 до 80 млн. погибших с учетом и военных, и гражданского населения. За годы войны на территории СССР были разрушены 1710 городов и поселков, сожжены более 70 тысяч сел и деревень, взорваны и приведены в негодность 32 тысячи промышленных предприятий, 25 млн. человек в стране потеряли крышу над головой. Советский Союз стал меньше почти на 27 млн. жителей, в том числе 4 млн. детей, и 13 млн. детей остались сиротами.

Сахалин и Курилы ежегодно с размахом празднуют дату окончания Второй мировой войны. На их территории проходят военные парады, митинги, концерты и шествия. Формальная капитуляция Японии произошла 2 сентября 1945 года, а 3 сентября 1945 года советская пресса

опубликовала обращение Сталина к народу. В этот же день Указом Президиума Верховного Совета СССР 3 сентября был объявлен праздником победы над Японией. Два года (1945 и 1946 годы) этот день был праздником и нерабочим днем. В мае 1947 года 3 сентября стал рабочим днем, хотя формально праздник никто не отменял. Постепенно дата 3 сентября стала забывать, и окончание Второй мировой войны стали отмечать 2 сентября. В апреле 2020 года Госдума приняла решение восстановить историческую справедливость, и Федеральным законом от 24.04.2020 № 126-ФЗ 3 сентября был установлен **Днем воинской славы** - Днем окончания Второй мировой войны.

С тех страшных пор прошло 77 лет. Заровнялись траншеи, поросли травой воронки. А в местах ожесточенных схваток, обильно политых кровью, выросли цветы и деревья. Но забвенье не коснется героев. В шелесте хлебной нивы, в гуле новостроек, в победных маршах великого праздника живут их голоса - героев, подаривших нам мирную жизнь.

Из открытых источников.

**НАТЯЖНЫЕ
ПОТОЛКИ
БЕЗ ЗАПАХА**

**СКИДКА НА ОБЪЁМ
ОТ 20м²**

**ДВЕРИ
ВХОДНЫЕ
МЕЖКОМНАТНЫЕ**

**ОКНА
REHAU, KBE, Brusbox**

**OKNO-LUDINOVO.RU
8-920-617-40-98
8-953-313-99-76**

**АВТОВЫКУП
В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ.**
Отечественные, иномарки, битые, не на ходу.

Срочно. Дорого. Эвакуатор.



**Помощь при подборе авто.
Тел. 8-920-873-05-17.**

ПАМЯТКА по противодействию терроризму

Уважаемые граждане!

Противодействие терроризму - задача не только специальных служб. Они будут бессильны, если это противодействие не будет оказываться обществом, каждым гражданином нашей страны. Для противостояния террористу граждане должны использовать, прежде всего, свою житейскую смекалку и внимание, которые являются одним из самых эффективных видов противодействия террору.

Для проведения террористических актов террористы могут использовать сумки, пакеты, свертки, мусорный контейнер или урну, прилавок магазина или уличного ларька, салон общественного транспорта, кинотеатра, спортивного комплекса, туалет, автомобиль, подвалы домов. Категория людей, которые сознательно идут на смерть ради совершения акта террора, отличается от основной массы людей своим поведением, одеждой. Одежда, прикрывающая взрывное устройство, может быть не по сезону или заметно больше того размера, который носит «террорист». В психологическом поведении этого человека присутствуют напряжение, опасение прямых контактов с окружающими, отстранение от людей.

Увидев подозрительных на ваш взгляд людей или какое-либо действие, позволяющее судить вам о нем как об акте терроризма, следует проявить гражданскую сознательность

и позвонить по телефону 02 или 112, изложив увиденные вами обстоятельства данного дела и рассказав о своих опасениях.

В случае обнаружения подозрительного предмета НЕОБХОДИМО:

- не трогать и не передвигать обнаруженный подозрительный предмет;
- не курить возле обнаруженного подозрительного предмета;
- не пользоваться возле обнаруженного подозрительного предмета средствами радиосвязи, в том числе и мобильными телефонами, пультами дистанционного управления сигнализацией автомобилей и другими радиоэлектронными устройствами;
- немедленно уведомить правоохранительные органы об обнаруженном подозрительном предмете;
- по мере возможности дождаться прибытия представителей правоохранительных органов и обеспечить возможность беспрепятственного подъезда к месту обнаружения подозрительного предмета автомобилей правоохранительных органов, скорой медицинской помощи, пожарной охраны, сотрудников МЧС.

БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫМИ!

Пресс-служба
МОМВД России «Кировский».

КУПЛЮ двухкомнатную квартиру,
тел. 8-910-607-05-84.

ПРОДАЕТСЯ дом с участком в д. Супесок,
ул. Городская, 17, тел. 8-980-712-95-66, 8-910-914-52-58.

ПРОДАЕТСЯ
детский велосипед,
б/у мало, 4 тыс. рублей,
тел. 8-920-871-33-19.

БЕТОН товарный, колыца в ассортименте, бордюр, брусчатка,
тел. 8-980-714-32-79.

Кровля, заборы, фасады. Замер, доставка, монтаж,
тел. 8-920-093-76-98, 8-919-030-74-84.

«Новая жизнь»

УЧРЕДИТЕЛИ: автономная некоммерческая организация «Редакция газеты «Новая жизнь» и администрация МР «Спас-Деменский район».

Газета зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Калужской области
Свидетельство ПИ № ТУ 40-0053

Индекс для подписки ПР284.

Цена свободная.

Главный редактор В. Н. ФИТИСОВА.

12+

Позиция редакции газеты может не совпадать с точкой зрения авторов публикуемых материалов. Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются.

Адрес редакции и издателя: 249610, Калужская обл., г. Спас-Деменск, ул. Советская, 104. Телефоны: редактор - 2-15-30, отдел общественно-политических, социально-экономических проблем, бухгалтерия, сельскохозяйственный отдел - 2-17-58, отдел набора и верстки - 2-12-59. E-mail: novaja@kaluga.ru

Набрано и сверстано в редакции газеты «Новая жизнь». Отпечатано в КРОФИСМК «Губерния», 248640, г. Калуга, пл. Старый Торг, 5. Тел. 57-40-70 obizdat@kaluga.ru Индекс 51766. Объем 2 п. л. Тираж 1200. Заказ Подписано в печать 31.08.2022 г. по графику в 17.00, фактически в 15.00.

Материалы в такой рамке публикуются на коммерческой основе.
Ответственность за содержание рекламных текстов несет рекламодатель.