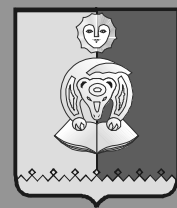


13 апреля  
2017 года

№27 (10695)  
ЧЕТВЕРГ

# СЫСОЛЫ



Газета издаётся  
с ноября 1933 г.

## ◆ Твои люди, Сысола



В ПАРТИИ «Единая Россия» Т.И. Сапелкина состоит с 2007 года. В сентябре 2016 года Тамара Ивановна была избрана депутатом Совета района и возглавила депутатскую фракцию «Единой России». По мнению однопартийцев, ее отличают такие качества как усердие и старание. С уважением относятся к ней и её избиратели - жители микрорайона Южный. «Тамара Ивановна - инициативный и очень деятельный депутат. Она приложила немало усилий, чтобы к нашим домам провели водопровод, помогла жителям подготовить необходимую документацию по подводу коммуникаций. Благодаря ей, в нашем микрорайоне появилась дорога, пусть пока и гравийная. На протяжении ряда лет в преддверии Нового года Тамара Ивановна выступает в роли Деда Мороза и устраивает праздник для местной ребятни на дворовой площадке. В нынешнем году организовала с детьми поход в лес, и еще многое другое, всего сразу и не упомянуть», - эти слова напрямую свидетельствуют о плодотворной работе депутата на своем участке.

Тамара Ивановна всю свою трудовую биографию посвятила детям: работала тренером в спортивной школе, учителем физкультуры и уже тридцать лет трудится в детском саду.

Теперь для нее как для депутата ближайшей целью является обеспечение жителей микрорайона проводным интернетом. Она готова приложить все усилия и претворить в жизнь надежды своих избирателей.

**О. ПЫСТИН. Фото автора.**

## ◆ По Визинге и району

### Сделаем Визингу чище

**ЗАКАНЧИВАЕТСЯ зима, начинается бурное таяние снега, что влечет за собой размыв дорожно-полотна дорог. В этой связи администрация СП «Визинга» начала рейды по соблюдению правил благоустройства.**

В ходе проверок по состоянию на 6 апреля было составлено более десяти требований убрать бунты дров и пиломочника, которые выгружены жителями села прямо на придорожные канавы. Этим создаются

препятствия для прохождения талых вод, итогом всего этого становятся размывы и непроезжими дороги. Кроме того, такая обстановка представляет повышенную опасность для детей, играющих вблизи этих бунтов.

И, наконец, не за горами весенняя сушь, которая влечёт за собой рост пожарной опасности. Администрация, пользуясь случаем, через газету обращается ко всем жителям райцентра. В скором времени начнутся субботники по уборке при-

домовых, дворовых территорий. Просьба ко всем отнестись к этому делу со всей серьёзностью и ответственностью. Ведь нам здесь жить. Одновременно хотим напомнить, что в соответствии с правилами благоустройства сельского поселения «Визинга», утвержденными Советом поселения №4-37 от 04.04.2013 год (пп. 4.19, 4.26, 11.7 раздел 17), запрещается складирование на лицевой стороне улиц дров, пиломатериалов и других хозяйственных материалов, а также мусора.



### Охотникам на заметку

**СЕЗОН весенней охоты уже совсем близко. В Сысольском, Койгородском и Прилузском и районах республики сроки весенней охоты - с 27 апреля по 6 мая 2017 года.**

Уже сейчас в центрах «Мои документы» (МФЦ) началась выдача разрешений на добычу объектов животного мира и есть возможность получения охотничьего билета тем, кто еще не успел это сделать.

Напомним, что согласно Приказу Минприроды России от 04.09.2014 №383 на весенней охоте 2017 запрещена охота на серых гусей. Будьте внимательны!

Бланки заявлений, реквизиты госпошлин и подробная информация - в центрах «Мои документы».

**Е. ОСИПОВА.**

### Дороги станут лучше

**166 МИЛЛИОНОВ рублей** получит дополнительно Республика Коми на ремонт федеральной трассы «Вятка». Об этом сообщил Глава региона С. Гапликов по итогам расширенного заседания коллегии Министерства транспорта РФ.

Ранее согласованное предложение Правительства Республики Коми и ФКУ Упрдор «Прикамье» по увеличению финансирования

программы ремонтных работ было направлено в Федеральное дорожное агентство. Дополнительные средства позволят отремонтировать два участка федеральной трассы «Вятка» общей протяженностью 15 км.

Всего на содержание автодороги Р-176 в 2017 г. из федерального бюджета выделено 277,5 млн. рублей. Ещё 744,6 млн. рублей будут направлены на капитальный ремонт участков общей протяженностью

10,085 км. Будут также проведены работы по устройству искусственного электроосвещения на протяжении 2,32 км, капитальный ремонт водопропускных труб, моста через реку Малая Визинга и моста через ручей.

Справочно напомним, что протяженность федеральной автодороги Р-176 в Коми составляет 283,632 км. В нормативном состоянии находятся 262,6 км, в ненормативном - 21 (7,4%).

**О. БЕЗНОСОВ.**

## РАЙОН: ДЕНЬ ЗА ДНЁМ

### ● ВИЗИНГА

Полным ходом в СП «Визинга» идет работа по подготовке к периоду роста паводковых вод. Так, в настоящее время в сельском поселении работает звено по очистке придорожных каналов и пропарке трубопереездов от льда. Не так долго осталось ждать и разлива реки. Сегодня составлены списки граждан, проживающих в домах, которые попадают в зону весеннего подтопления, проводится подворовый обход граждан, в ходе которого объясняются меры безопасности при подтоплении, информируются о местах временного размещения в случае эвакуации населения, жителям вручаются памятки с телефонами экстренных служб. Одновременно готовятся лодки для перевозки населения, а также емкости для подвоза питьевой воды для жителей, которые изъявляют желание остаться проживать в своих домах в период подтопления.

\*\*\*

В Сыктывкаре завершилась XXIII Республиканская выставка декоративно-прикладного искусства и народных художественных промыслов «Мастер года-2016».

Лауреатом в номинации «Художественная обработка бересты» признана мастер из Сысольского района Л.А. Цветкова. Поздравляем Ларису Алексеену и желаем ей новых идей для творчества.

\*\*\*

9 апреля прошли соревнования по настольному теннису и шахматам. В настольном теннисе соревновались 14 мужчин и 9 женщин, в шахматах - шесть спортсменов.

Среди мужчин в теннисе первое место занял Кирилл Шилов, второе - Николай Пименов, третье - Леонид Стародумов. Среди женщин на первом месте Ирина Павленко, на втором - Анна Сажина, на третьем - Светлана Болтушина.

В соревнованиях по шахматам первое место завоевал Александр Ковальский, на втором месте - Анатолий Тарасов, на третьем - Михаил Модянов.

Победители и призеры награждены грамотами и медалями.

### ● КУНИБ

Инструкторами по физической культуре З.В. Митюниной и А.Ю. Чабановым с проживающими Кунибского интерната были проведены «Весёлые старты». Были сформированы две совместные команды мужчин и женщин по 12 человек. Они приняли участие в спортивных конкурсах, бегали с ведением мяча, прыгали, отгадывали загадки, проходили «болото» и многое другое. В конце мероприятия все участники спортивного мероприятия получили сладкие призы.

В РАМКАХ проведения акции «Безопасный интернет» 14 апреля с 12 до 15 часов состоится «прямая линия» и личный прием граждан по адресу: с. Визинга, ул. Советская, д. 42, каб. 12, тел.: 95-8-27, с приглашением представителей территориальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, МО МВД России «Сысольский», управления образования и других субъектов профилактики.

## ◆ Народ и власть



## О местном самоуправлении

**ЕЖЕГОДНО 21 апреля, начиная с 2013 года, в России празднуется День местного самоуправления.**

Местное самоуправление является важнейшей системой в демократической организации и наиболее эффективной деятельностью граждан, которая направлена на обеспечение принятия населением самостоятельных решений в первую очередь в вопросах местного значения, также в вопросах управления муниципальной собственностью, ориентируясь на интересы всех жителей данного региона или территориальной единицы.

На территории Республики Коми местное самоуправление осуществляется в 203 муниципальных образованиях, в том числе в шести городских округах, 14 муниципальных районах, 15 городских поселени-

ях, 168 сельских поселениях.

На территории Сысольского района местное самоуправление осуществляется в 11 сельских поселениях.

В школах района в рамках празднования Дня местного самоуправления запланированы специальные уроки, на которые приглашены депутаты Советов сельских поселений и муниципального района «Сысольский».

Так, уроки местного самоуправления прошли в Первомайской, Заозерской и Пыёлдинской школах.

В Заозерской школе учащимся 10-11 классов урок провели депутаты Совета сельского поселения «Заозерье» Г.А. Альфова, З.Г. Демина, М.В. Мальцева (на снимке). Они рассказали ребятам о местном самоуправлении, работе депутатов.

**Е. КУРАТОВА.**

## ◆ По Республике Коми

## Цены меняются

**ЗА ПЕРВЫЙ квартал текущего года цены на потребительском рынке выросли на 0,8%, что ниже, чем за аналогичный период прошлого года (1,7%). В марте уровень инфляции в целом по республике составил 100,1%.**

Снижение цен на продовольственные товары, наблюдавшееся в феврале, в марте сменилось ростом (на 0,3%). В наибольшей мере выросли цены на картофель - на 7%, лук репчатый и бананы - на 5%, виноград - на 4%, морковь - на 3%. Увеличение цен в среднем на 1-2% наблюдалось на печенье говяжья, фарш мясной, рыбопродукты, молоко и смеси для детского питания, сыры, чай, хлеб и булочные изделия из муки высшего сорта, рис, севок, чеснок, помидоры, яблоки.

Алкогольная продукция подорожала в среднем на 0,7%, в том числе пиво отечественное и шампанское на 2%, вина виноградные - на 0,6%, водка и коньяк - на 0,2%.

Вместе с тем огурцы свежие за месяц подешевели на 8%, лимоны и апельсины - на 4%, яйца и крупа гречневая - на 3%, свинина бескостная, куры, пшено, сахар, овсяные хлопья «Геркулес», груши - на 1-2%.

Индекс цен на непродовольственные товары в марте, как

и в предыдущем месяце, составил 100,3%. Сезонный рост цен отмечался на отдельные виды непродовольственных товаров. Так, среди наблюдаемых видов одежды и обуви на 3-4% стали дороже куртка женская и мужская без утеплителя (ветровка), на 2% - джинсы мужские, костюм-двойка мужской, костюм спортивный для школьника, туфли женские из искусственной кожи, на 1% - сапоги резиновые. Кроме того, в среднем на 1-2% подорожали парфюмерно-косметические товары, табачные изделия, электротовары и некоторые бытовые приборы, еженедельные печатные издания, доска обрезная, цемент, обои бумажные, бензин автомобильный.

В марте т.г. на рынке платных услуг, как и год назад, наблюдалась дефляция, составившая за месяц 99,7% (в марте 2016г. - 99,8%). Это было обусловлено снижением стоимости проезда на поездах дальнего следования - на 12%, аренды однокомнатной и двухкомнатной квартиры - на 1-2%.

В то же время из наблюдаемых бытовых услуг мойка легкового автомобиля подорожала на 9%, печать цветных фотографий - на 1%. Среди жилищных услуг увеличились взносы на капитальный ремонт - на 4%. Посещение театра подорожало - на 6%.

**Комистат.**

## ◆ Сотрудничество

## Безвозмездная помощь

**БОЛЕЕ 45 миллионов рублей направит АО «Монди СЛПК» в этом году на поддержку муниципалитетов в рамках соглашения о социальном партнерстве.**

Свои подписи под очередным таким документом на днях поставили руководство компании и главы администраций Сысольского, Усть-Куломского, Корткеросского, Койгородского, Сыктывдинского, Удорского и Прилузского районов. Именно в этих муниципалитетах работают подразделения «Монди».

Средства, как обычно, в первую очередь будут направлены на создание рабочих мест, ремонт дорог, поддержку социальной инфраструктуры, среднего и малого бизнеса.

В частности, в наш район по данным целенаправленным всего от СЛПК поступит порядка 5 млн. 259 тыс. рублей. При этом 1 млн. 589 тыс. рублей

будет направлено на финансовую поддержку субъектов малого и среднего предпринимательства в рамках реализации подпрограммы «Малое и среднее предпринимательство» муниципальной программы МР «Сысольский» «Развитие экономики» на субсидирование части затрат на реализацию проектов: «Утилизация отходов лесопиления: приобретение станка дискового рубильного (щепорезка) для приготовления древесной щепы» (ООО «Чистая Сысола»), «Модернизация системы отопления общественной бани с. Визинга: приобретение дровяного котла» (ИП Махарадзе Д.С.) и «Развитие лесопильного производства: приобретение многопильного станка для распиловки древесины» (ИП Барабаш Р.Л.).

Также в рамках соглашения адресная финансовая помощь в размере 1,5 млн. рублей будет оказана населенным пунктам, расположенным на

территории сельских поселений «Визиндор» и «Куратово». В счёт данных средств предполагается приобретение трактора «МТЗ» с прицепом и отвалом для оказания услуг населению, проживающему на территории этих сельских поселений.

Порядка 2 млн. 170 тысяч рублей в рамках соглашения в 2017 году со стороны АО «Монди СЛПК» направляется на поддержку социальной сферы района. Так на замену кровли здания школы МБОУ «СОШ» с. Визинга поступит безвозмездная субсидия на сумму около 2 млн. рублей. И ещё порядка 150 тысяч рублей пойдёт на ремонт забора МОУ «Начальная школа-детский сад» п. Бортом.

Ну и традиционно 15 ветеранов лесной отрасли бесплатно получают путевки в санаторий-профилакторий АО «Монди СЛПК».

**О. БЕЗНОСОВ.**

## ◆ Патриотическое воспитание



## «Боевому братству» быть

**8 АПРЕЛЯ в Визингском филиале КРАПТ собрались неравнодушные жители района, чтобы рассмотреть вопрос, поднятый на первом районном слете ветеранов локальных войн и военных конфликтов, - создание Сысольского местного отделения Коми региональной организации «Всероссийской общественной организации ветеранов» «Боевое братство».**

А.В. Кичигин, председатель правления Центра «Звезда», обратил внимание на то, что в стране возникают предпосылки для ослабления положительного влияния на молодое поколение. Через интернет идет процесс активизации оппозиционных и радикальных сил, которые не оставляют попыток воплотить в России сценарий «цветной» революции. В этих условиях все должны отчетливо понимать, что духовно-патриотическое состояние подрастающего поколения - это передовой фронт борьбы за будущее Родины.

Патриотизм - социальное качество, которое формирует-

ся кропотливой, вдумчивой работой, и одними из главных проводников идей патриотизма выступают ветераны, готовые своим примером воодушевить и наставлять молодежь. Немаловажную роль здесь играет и личный пример ветеранов боевых действий, среди которых много награжденных боевыми медалями и орденами.

Участвовавшие в собрании Е.А. Кононов, председатель правления КРО ВООВ «Боевое братство», А.В. Карманова, руководитель местного отделения союза ветеранов войны в Афганистане, А.Ю. Беляев, военком Сысольского, Койгородского, Прилузского районов, ветераны боевых действий С.Н. Пешкин, Е.Л. Рочев, В.П. Майбуров, А.И. Голосов и другие отметили, что также нельзя забывать и тех, кто вернулся домой, достойно выполнив свой воинский долг. Многие из тех, кто побывал в горячих точках, потеряли здоровье, не все без проблем вписались в мирную жизнь. Необходимо усилить работу по социальной поддержке ветеранов, продолжить работу с допризывной молодежью, проводить встречи со

школьниками и студентами КРАПТ, участвовать в памятных и праздничных мероприятиях. Нужно искать новые подходы к сердцам молодых людей. Стремиться делать мероприятия интересными, на уровне современных технологий. Работы - громадьё, и все нужно осуществлять. Как успеть? Просто нужно активно действовать в этом направлении всем ветеранам, скоординировав свои усилия в единой организации.

Несмотря на то, что собрание было малочисленным, присутствовавшие решили не откладывать создание новой ветеранской организации. Руководить «Боевым братством» в районе собравшиеся поручили А.В. Кичигину.

Руководитель Коми отделения Е.А. Кононов отметил, что «Боевое братство» должно отличаться от других общественных ветеранских организаций масштабом и «живой» деятельностью, сплоченностью ветеранов. Взаимовыручка и взаимная поддержка - это очень важно для всех них. Сегодня важно заложить эту традицию.

**Центр «Звезда», член «Боевого братства».**

## ◆ Новости ПФР

## Воспользовались услугой

**С НАЧАЛА года 237 жителей Сысольского района воспользовались сервисами личного кабинета гражданина на сайте Пенсионного фонда России.**

191 пенсионер подал заявления о назначении пенсии и ее доставке, 15 федеральных льготников обратились за назначением ежемесячной денежной выплаты, 31 женщина оформила заявление о выдаче сертификата на материнский капитал и о распоряжении его

средствами.

Еще в 2016 году многие государственные услуги Пенсионного фонда стали доступны в электронном виде. Подать ряд заявлений и получить необходимую информацию стало возможно в личном кабинете гражданина на сайте ПФР. Жители Коми активно пользуются электронными сервисами: в прошлом году через личный кабинет поступило более 23 тысяч заявлений.

В настоящее время через личный кабинет гражданина

также можно подать заявление о переводе с одного вида пенсии на другой, переводе средств пенсионных накоплений, отказе от формирования накопительной пенсии, получении информации о размере (остатке) материнского капитала, узнать о своих пенсионных правах - стаже, количестве накопленных пенсионных баллов и сумме взносов, перечисленных работодателем.

**Т. СЕМУКОВА,**  
начальник отдела ПФР  
в Сысольском районе.

◆ Будем здоровы

# «Нельзя оставлять человека один на один с его бедой»

7 АПРЕЛЯ стартовала Всероссийская профилактическая акция «Будь здоров!», приуроченная к Всемирному дню здоровья. Слоган акции: «Депрессия: давай поговорим».

Целью мероприятий является повышение уровня информированности населения о депрессии, ее видах, причинах и последствиях, а также о способах выявления факторов риска развития депрессивных расстройств, возможных вариантах лечения и профилактики.

О том, что такое стресс, дистресс, депрессия и, что такое первая помощь в психиатрии рассказал заместитель главного врача Коми республиканской психиатрической больницы Олег НОСОВ.

**- Что такое первая помощь в сфере психологического и психического здоровья?**

Первая помощь в сфере психологического здоровья - это возможность получить своевременную срочную консультацию в период психологического кризиса. Самый быстрый способ - получение заочной консультации психолога, медицинского психолога, врача-психиатра или психотерапевта по «Телефону доверия». В Республике Коми номер такого телефона - «129», он бесплатен для звонка со стационарных телефонов.

Первая помощь в области психического здоровья, это помощь людям, находящимся уже в состоянии тяжелых психических расстройств. Сюда относятся люди с тяжелыми депрессиями, острым бредом, галлюцинациями, состояниями помрачения сознания, сумеречными нарушениями сознания (бывают у больных эпилепсией), острыми состояниями психомоторного возбуждения или выраженной заторможенности, а также в состоянии потери памяти и интеллекта.

**- Кто, как правило, нуждается в первой психологической помощи?**

Это граждане, которые находятся в состоянии тяжелого психологического кризиса. Например, родственники погибших в авиакатастрофе, в результате климатических катастроф (цунами, землетрясения, пожары и т.д.), либо сами пережившие чрезвычайные ситуации. Это люди пережившие насилие от других лиц (заложники), пережившие военные столкновения и другое.

Также нуждаются в первой психологической помощи люди, находящиеся в трудной жизненной ситуации и в труднопереносимых состояниях из-за личных тяжелых ситуаций, например, при наличии неизлечимых или тяжелых заболеваний, люди получившие увечья.

**- Может ли оказать пер-**



**вую психологическую помощь неспециалист, аналогично первой медицинской помощи?**

Ситуация когда нет рядом специалиста, а психическое состояние человека и, как следствие, даже его жизнь находятся в опасности, предполагает оказание такой помощи окружающими: его близкими, медицинским персоналом других специальностей, педагогами, социальными службами и теми, кто оказался рядом. Что могут близкие? Поддержать эмоционально, дать советы, объяснить, что на самом деле не так всё страшно. Важно взять на себя часть забот, если потребуется, взять на себя уход за человеком, быть рядом, помочь обратиться к специалистам. Врачи других специальностей могут дать необходимые медицинские советы назначить препараты от тревоги.

Навык оказания первой психологической помощи потенциально является спасущим жизнь навыком, который мы все должны иметь.

Конечно, не всем перечисленным категориям граждан нужна помощь специалистов, это зависит от степени переживаний, возможности, справиться с переживаниями самостоятельно, или с поддержкой родных и близких. Но лучше своевременно обратиться к психологу врачу-психиатру или психотерапевту, к социальным службам, чем запустить болезнь, когда помощь оказать сложнее.

**- Говорят, что сегодня для людей наиболее опасным психическим состоянием является дистресс. Что это за психическое расстройство?**

В медицине, физиологии, психологии выделяют положительную (эустресс) и отрицательную (дистресс) формы стресса. Эустресс - это нормальная физиологическая и психологическая реакция организма в ответ на любые внешние воздействия на организм и проходит стадии тревоги и

последующей адаптации. Дистресс - это негативное проявление стрессовой реакции организма, когда после тревоги не происходит адекватной адаптации, возникает третья стадия - истощения.

Это истощение организма и есть проявления дистресса. Оно может возникать остро, а может возникнуть через достаточно длительный промежуток времени, вследствие постоянного воздействия неблагоприятных факторов, которые нарушают процессы адаптации. Истощение проявляется в виде заметной слабости, постоянного чувства усталости, нередко бывают головные боли и требуется значительно больше времени для восстановления сил. В этом состоянии работа малопродуктивна, эмоции больше пессимистические, нарушается сон, аппетит. Если организму не оказать необходимой помощи, то дистресс приводит к развитию различных заболеваний, в том числе нервных, психических расстройств, депрессий. В конечном итоге идет утяжеление заболеваний, появляются осложнения сформированных болезней (инфаркты, инсульты, язвы желудочно-кишечного тракта, панкреатиты, некоторые хронические психические расстройства), раннее старение и смерть. Для того чтобы убрать явления дистресса необходимо временно или полностью избавиться от неблагоприятных факторов или ограничить их воздействие на организм, оказать медицинскую, психологическую помощь.

**- Каких правил нужно придерживаться, чтобы обезопасить себя от психических расстройств?**

Человеку необходимо понимать, что он делает в жизни не так, что нарушает его адаптацию. Нужно обратить внимание на свой образ жизни, питание, адекватное чередование работы и отдыха, правильное использование отпуска, как более длительного фактора отдыха. Необходимо иметь помимо работы, интересное занятие,

хобби, избегать контактов с вредными для организма веществами (ядами, наркотиками, алкоголем, никотином). Надо спросить себя, а всё ли в порядке на работе, в семье.

Если невозможно изменить психологическую ситуацию, то можно попробовать изменить своё отношение к ситуации и дать организму возможность восстановиться, адаптироваться, получить от жизни радость и удовольствие. После восстановления сил надо избегать тех ситуаций и вредных воздействий, которые истощали организм. При этом не надо прятаться от жизни и уходить в свою «скорлупу», нужно преодолевать проблемы, которые по силам организму, ведь преодоление внешних вызовов тренирует организм. Повторение сложной психологической ситуации, которую организм преодолел в прошлом, позволяет легче переносить её в последующем, тогда стрессовое воздействие останавливается на уровне эустресса и не переходит в дистресс.

**- Что сильнее влияет на психическое здоровье человека - внешние кризисные события (например, то негативное, что мы узнаём из новостей) или личные семейные неурядицы?**

Именно личные проблемы имеют большее воздействие на психологическое состояние человека, на возникновение стрессов, в том числе дистресса. Но здесь надо понимать, что за неурядицы имеются в виду. Какие-то привычные для большинства населения бытовые неурядицы могут и не вызывать хронических проявлений стресса, иногда наоборот могут сплотить семью для выхода из проблем. Другое дело, когда возникает угроза разрыва отношений или постоянный негатив со стороны одного или нескольких членов семьи с унижением, подавлением личности, творческой самореализации. Также сильно влияют наркотическая, алкогольная, интернет-зависимость, зависимость от азартных игр одного из членов семьи, наличие тяжелобольного требующего многолетнего ухода, совершение внезапных больших трат денег, взятие неоправданных кредитов.

Кризисные события и новости в СМИ не совсем одно и то же. Внешние кризисные события могут влиять опосредованно, в связи с банкротством, потерей работы, снижением зарплаты, социальных гарантий, пособий, повышением цен. При этом возникает негативная реакция у человека. Эта реакция тем сильнее, чем больше потеря социального и материального статуса.

Что на человека больше повлияет: потеря работы нянечки в связи с закрытием детского сада на ремонт, или потеря завода в связи с банкротством предприятия с много-

миллионными доходами в прошлом? Что тяжелее: болезнь наркоманией сына-школьника, или частые перебранки между супругами по поводу того, как воспитывать ребенка? Думаю, многие сами смогут ответить на эти вопросы. Во многом здесь будет зависеть и от других факторов в каждом отдельном случае и от особенностей личности человека.

Негатив же, который постоянно преподносят СМИ, на телеэкране, в интернете способен вызвать и чувство неудовлетворенности и раздражения и неуверенности в завтрашнем дне, пессимистические настроения. Поэтому необходимо сократить просмотр передач с негативным оттенком. В целом негативная информация СМИ меньше отражается на здоровье, чем личные, семейные неурядицы.

**- Когда и к какому специалисту следует обратиться человеку в случае стресса, дистресса, депрессии? Что сделает специалист?**

Стресс сопровождает человека постоянно, в течение всей жизни. Постоянно обращаться к специалистам необходимости нет. Но в ситуациях, когда человек не может справиться со своим состоянием, когда стрессовые ситуации вызывают длительные негативные проявления, надо обязательно обращаться к специалистам: врачам-психотерапевтам, психологам, врачам-психиатрам. Негативные проявления могут быть, как психическими (плохое настроение, тревоги, страхи, навязчивые мысли, в том числе суицидальные), так и физиологическими (с вегето-сосудистыми проявлениями, функциональными нарушениями со стороны работы желудочно-кишечного тракта, нарушением аппетита, физиологических отравлений).

Специалисты могут предложить психотерапевтическую помощь со специальными методиками, в необходимых случаях при нарушениях трудоспособности предложат листок нетрудоспособности, проведут курс лечения, выпишут лекарственные препараты по показаниям, направят на обследование к психологу, проведут психологическую коррекцию в тяжелых или средне-тяжелых случаях направят в психотерапевтический дневной стационар или стационар.

В заключение хочу сказать, если вы почувствовали себя плохо, то не замыкайтесь в себе, обращайтесь к специалистам, терапевтам, неврологом, другими врачами. Обратитесь к психологам, психиатрам, психотерапевтам - они никогда не откажут, проконсультируют и, при необходимости, назначат адекватное лечение как амбулаторно, так и в условиях стационара.

Пресс-служба Минздрава РК.





Команда «Светофорчики».



«Дорожный патруль».

## О правилах в игре

НА БАЗЕ кинотеатра «Мир» с. Визинга состоялась очередная встреча в клубе весёлых и находчивых. На этот раз главными участниками районной игры по теме «Дорожная азбука» стали учащиеся третьих классов.

Ведущая встречи С. Александрова интересно подвела участников к теме игры, рассказав историю, как в давние времена, когда не было машин, по улицам ездили и ходили, кому как вздумается. Но сейчас беспорядок на улицах сделал бы нашу жизнь трудной и опасной: машины постоянно создавали бы заторы, наезжали на пешеходов, сталкивались друг с другом. Для того, чтобы избежать хаоса, созданы правила дорожного движения - законы для улиц и дорог.

Школьники показали со сцены, как хорошо они знают правила дорожного движения. В состязании приня-

ли участие шесть команд: «ПДД» Междорской школы (педагог А.Н. Федоток); «Дорожный патруль» школы п. Первомайский (О.А. Комарова); «Светофорчики» Пыёлдинской школы (В.В. Кузванова и Н.И. Мильчева); «Островок» Визиндорской школы (В.В. Тищенко и С.В. Патракеев); «Фликеры» из школы с. Куратово (А.В. Мишарин и Н.В. Куратова) и команда «Светофорики» Визингской школы (З.В. Лютоева и Е.В. Кудрявцева).

Следить за ходом состязания команд было определено компетентное жюри: председатель Г.В. Стодольская, инспектор ДПС О.И. Рогова и Б.А. Барсуков, музыкальный руководитель детского сада №8 И.Н. Туркина. Чтобы выстроить очередность выступлений команд была проведена жеребьевка.

Первым делом команды озвучили своё название и девиз в задании «Визитная карточка». Как отметили

присутствующие, в этом году команды всерьёз отнеслись к общему виду игроков, продумали костюмы и атрибуты.

Следующим этапом игры стала разминка «Знайки правил дорожного движения». Каждой команде было задано по два вопроса на тему конкурса.

В третьем туре игры школьников ждали конкурсы-экспромты. В конкурсе «Шифровка» каждая команда получила карточки со словами, в которых были пропущены буквы, и нужно было отгадать, какое слово. В конкурсе-экспромте «Назови знак» каждая команда получила по три макета дорожных знаков. Нужно было правильно их назвать. В конкурсе «Отгадай загадку» командам предстояло быстро дать правильный ответ.

В последнем туре игры ребятам предстояло представить на суд жюри музыкальное «Домашнее задание», исполнить частушки

о правилах дорожного движения. Все команды успешно справились со всеми заданиями.

Во время игры некогда было скучать и зрителям. Ведущая то и дело в перерывах между конкурсами проводила с ними развлекательные тематические конкурсы.

А пока жюри подводило итоги, все дружно спели песенку «Про улыбку» из мультфильма «Крошка енот».

В завершение игры Г.В. Стодольская поблагодарила игроков, отметила, что все большие молодцы и пожелала быть дисциплинированными пешеходами и соблюдать правила дорожного движения. Все команды были отмечены за работу сладкими призами, а команде школы п. Первомайский, набравшей наибольшее количество баллов, был вручён ещё и сертификат победителя.

Т. САЖИНА.  
Фото У. ЦЫПАНОВОЙ.

9 апреля отметил свой юбилей  
**Зебаров Василий Александрович.**  
Поздравляем мы тебя  
с шестидесятилетием,  
И пускай счастливым будешь  
на этом белом свете.  
Пусть все то, что не сплослось,  
все-таки получится,  
Мы желаем постараться,  
но недолго мучиться.  
Мы желаем, чтоб остался ты  
таким, какой ты есть,  
Чтоб сломить тебя не смела  
ни одна дурная весть.  
Будь же счастлив, будь любим  
и про нас не забывай,  
Будь таким, какой ты есть,  
и позиций не сдвигай!  
С любовью внук Женя, внучка  
Даша, дочь Наташа,  
все родные и близкие.

**АО «Монди СЛПК» объявляет сбор предложений на выкуп - недвижимого имущества:**

1. с. Визинга, ул. Советская, д. 13, здание управления, 3-этажное кирпичное, 612 м<sup>2</sup>.

2. с. Ношуль, ул. Советская, д. 33, здание управления, 2-этажное деревянное, 752 м<sup>2</sup>.

3. с. Ношуль, ул. Советская, д. 12а, гараж кирпичный, 38,4 м<sup>2</sup>.

Заинтересованных лиц просим направлять заявки с указанием максимальной цены покупки **до 30 апреля 2017 г.** по факсу: **8(8212)62-02-82** или на электронную почту [olga.troshina@mondigroup.com](mailto:olga.troshina@mondigroup.com).

Телефон: **8(8212)69-90-62.**

**24 АПРЕЛЯ на территории ЦРБ с. Визинга, Советская, 30,** в медицинском передвижном кабинете (на базе автобуса ГАЗ) состоится прием **врача офтальмолога, лазерного хирурга**

Предварительная запись по тел.: **8-953-940-37-37.** Проведение консультационно-диагностического обследования, запись на лазерное лечение, подбор очков. **Выявление причин слезотечения.**

**ООО «МИКРОХИРУРГИЯ ГЛАЗА»**

Прием платный - 450 руб.  
Лицензия ЛО-43-01-000730 от 02.03. 2011 г.  
В Кирове находимся по адресу:  
ул. Сормовская, д. 38а, тел.: **8(8332)53-12-91.**  
Имеются противопоказания, необходимо проконсультироваться со специалистом.

**15 АПРЕЛЯ продажа КРОЛИКОВ** мясных пород, **КУР-МОЛОДОК** 4-5,5 мес. (белых, рыжих и цветных) и разноцветных **ПЕТУШКОВ** (г. Чебоксары).  
**8-987-57-90-699.** Чухлэм 7.00-7.10, Междор 7.20-7.30, Первомайский 7.40-7.50, Визинга 8.10-8.30 (рынок), Куратово 9.10, Заречная 9.20-9.30. **Акция!!!** Покупаешь 10=11.

**16 АПРЕЛЯ состоится продажа КУР-МОЛОДОК:**  
Шугрэм 14.40 у м-на; Визиндор 15.00 у м-на; Визинга 15.40-15.50 на рынке; Первомайский 16.10 у клуба; Пыёлдино 16.40 у почты; Бортом 17.00 у м-на; Гагшор 17.20 у м-на; Палауз 17.40 у м-на. Тел.: **8-920-117-80-52.**

**В магазине «САДОВНИК» 13 апреля поступление рассады.** Каждую субботу - скидка **5%** на весь ассортимент.  
**с. Визинга, ул. Советская, д. 40.**

**АО «Коми дорожная компания» Сысольское ДРСУ** доводит до сведения населения, что на период весеннего паводка движение по мосту через р. Сысолу на автодороге Куниб - Вотча будет закрыто.



На странице официальной группы в интернете «ВКонтакте» газеты «Маяк Сысолы» от родителей второй младшей группы ДОУ №10 с. Визинга поступил вопрос: **«Ещё до Нового года члены родительского комитета написали заявление на замену линолеума в группе. Прошло уже немало времени, и мы хотели узнать, когда в нашей группе заменят линолеум, так как старый не отвечает требованиям техники безопасности, а также при движении вызывает опасения за здоровье**

**наших детей?».**

С этим вопросом мы обратились непосредственно к заведующему детским садом №10 с. Визинга А.А. Горчаковой. Она ответила, что действительно, заявление от родителей поступило, сразу же было подготовлено ходатайство и передано в управление образования района. В свою очередь на обращение был получен ответ, что вопрос о выделении средств на замену линолеума в группе и спальне будет рассмотрен на одной из сессий района. А на сегодня выделены средства в размере 11 тысяч рублей на приобретение нового линолеума в приёмную второй младшей группы (от авт. - в минувшие выходные линолеум в приёмной был заменён).

И.о. начальника управления образования админи-



страции МР «Сысольский» А.А. Колегов прокомментировал ситуацию: «Согласно распоряжения администрации района №47-р от 20.02.2017 г., в рамках подготовки к новому учебному году до 1 августа планируется в ДОУ №10 с. Визинга замена дверных блоков и установка окон

ПВХ. На эти цели из местного бюджета планируется выделить 200 тыс. рублей. Если средства останутся, то, возможно, будет заменен и линолеум. Вопросы о дополнительном финансировании будут рассмотрены на сессии района».

Т. ШИЛОВА.

Главный редактор А.Г. Першин.  
УЧРЕДИТЕЛЬ: Министерство массовых коммуникаций, информатизации и связи Республики Коми, Администрация муниципального района «Сысольский», ГАУ РК «Редакция газеты «Маяк Сысолы».  
ГАЗЕТА зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Коми. Рег. номер: ПИ №ТУ11-00319 от 21.06.2016 г.

АДРЕС редакции и издателя: 168100 с. Визинга, ул. Куратова, д. 9.  
E-mail: [pershin1971@mail.ru](mailto:pershin1971@mail.ru).  
ВКонтакте - [vk.com/mayaksysoy](https://vk.com/mayaksysoy).  
ТЕЛЕФОНЫ:  
гл. редактор - 91-0-37,  
зам. гл. редактора - 91-0-30,  
гл. бухгалтер - 91-5-42,  
отдел рекламы - 91-0-30.  
МНЕНИЯ авторов необязательно совпадают с точкой зрения редакции.

Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель.  
ПУБЛИКАЦИЯ материалов по освещению реализации социально значимых проектов осуществляется при государственной поддержке в форме субсидии Министерства массовых коммуникаций, информатизации и связи РК.  
ОТПЕЧАТАНО с готовых оригинал-макетов в ООО «Коми республиканская типография», 167982, Республика Коми, г. Сыктывкар, ул. Савина, д. 81.  
Дежурный по номеру О. Пыстин.

ПЕЧАТЬ офсетная.  
ОБЪЕМ ИЗДАНИЯ: 4А3 — 1 п.л. Цена свободная.  
ГАЗЕТА выходит по четвергам и субботам.  
ИНДЕКС 52067.  
ТИРАЖ 1630 экземпляров.  
Заказ №  
ВРЕМЯ подписания в печать: по графику — 15.00, фактически — 15.45.