



(Продолжение, начало на стр. 3)

зационных мероприятий с новым председателем Совета ветеранов в Мамско-Чуйском районе Валерием Клец.

Александр Анатольевич, по его собственному признанию, очень любит свою малую родину – Мамско-Чуйский район, потому он преподнёс в дар мэру Мамско-Чуйского района Александру Сергею книгу со стихами Алексея Ивановича Почернина, который по долгу своей службы не раз посещал наш район, и посвятил Слюдяному краю в своём поэтическом сборнике чудесное стихотворение:

«Уезжаю от вас, уезжаю  
С беспокойной тревогой в душе.  
Заскучаю по вас, заскучаю,

Заскучаю по вас, по тебе.  
По заснеженной, по завьюженной,  
По таёжной по Маме-реке.  
С Колоотовкою, да с Лутовкою  
Не расстанусь мне налегке.  
Заскучаю по вас, заскучаю,  
Заскучаю по вас, по тебе.  
По заснеженной, по завьюженной,  
По таёжной по Маме-реке».

– Я всеми руками, и всем сердцем за эти слова, – сказал Александр Богун, зачитав стихотворение. – Автор этих строк работал в профсоюзе в правовой инспекции труда. Тогда эта инспекция отстаивала права трудящихся и была наделена правами давать обязательства к исполнению предписания по устранению выяв-

ленных нарушений условий труда. В прошлом работник прокуратуры Алексей Иванович Почернин оказался еще и талантливым творческим человеком, – сказал Александр Анатольевич.

После встречи я спросила представитель КИПРФ: «Почему губернатор Иркутской области Сергей Левченко за годы своей работы в должности главы региона ни разу не посетил наш район, который, наверное, как ни один другой нуждается в поддержке правительства?».

Сергей Алексеевич Бренюк ответил, что печальные события, связанные с заплотением Тулуна и Нижнеудинска, сегодня не дают возможности ему выехать в наш район.

Евгения Карасова  
Фото автора

В Думе района

22 октября 2019 г. в 13-30 часов в зале заседаний районной администрации состоится заседание Думы Мамско-Чуйского района.

Повестка заседания (проект):

1. О внесении изменений в решение Думы Мамско-Чуйского района от 27.12.2018 г. № 13 «О бюджете муниципального образования Мамско-Чуйского района на 2019 год и плановый период 2020-2021 годов».

Доклад: Захарова Марина Вальдимаровна, начальник финансового управления администрации района.

2. О внесении изменений в решение Думы Мамско-Чуйского района от 25.12.2012 г. № 116 «О Положении об оплате труда мэра муниципального образования Мамско-Чуйского района».

Доклад: Казазаева Елена Федоровна, консультант по труду отдела экономики и труда администрации Мамско-Чуйского района.

3. О признании обращения Депутата Думы Мамско-Чуйского района седьмого созыва А.А.Игумнова депутатским обращением.

Доклад: Панов Александр Анатольевич, председатель Думы Мамско-Чуйского района.

4. Разное.

День недели	Сегодня				Среда				Четверг				Пятница				Суббота			
	02	08	14	20	02	08	14	20	02	08	14	20	02	08	14	20	02	08	14	20
Местное время	02	08	14	20	02	08	14	20	02	08	14	20	02	08	14	20	02	08	14	20
Облачность, %	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁
Явления погоды																				
Температура, °С	+4	+4	+4	+6	+4	+3	+4	+4	+4	+3	+4	+4	+4	+3	+4	+4	+6	+3	+4	+6
Ощущается как, °С	+3	+3	+3		+3	+2	+3	+3	+3	+2	+3	+3	+2	+1	+2	+2	+2	+3		
Давление, мм рт. ст.	745	746	744	743	742	742	741	741	739	738	737	738	738	738	738	739	739	740	741	742
Ветер: скорость, м/с	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	0
порывы, м/с									4		4				5					
направление	Ю-З	Ю	Ю-В	Ю-В	Ю	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю-В	Ю	З	ШТЛ
Влажность, %	83	75	89	77	84	76	88	79	84	76	88	78	83	75	86	77	83	74	89	78
Солнце: восход заход	07:02 17:25				07:05 17:22				07:07 17:20				07:09 17:17				07:12 17:14			
Луна: восход заход	18:19 08:02				18:32 09:19				18:50 10:37				18:13 11:56				19:46 13:11			
фаза	☾				☾				☾				☾				☾			

УЧРЕДИТЕЛЬ: администрация Мамско-Чуйского района  
ЗАВЕДУЮЩИЙ ОТДЕЛОМ - ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:  
В.В. Клец  
АДРЕС ИНФОРМАЦИОННОГО ОТДЕЛА: 666811,  
пос. Мама, ул. Советская, 25.  
Тел: 2-19-06  
Адрес типографии: 666811 п.Мама, ул.Советская, 25  
Факс: 2-19-06.  
E-mail: mamskiy-gornayk@yandex.ru

Ссылка на сайт: <http://mamzerom.inovaso.ru>  
E-mail МКУК «ЦБС Мамско-Чуйского района»  
-ПРЬ»: cbsmata@mail.ru  
Точка зрения авторов публикаций не обязательно отражает точку зрения Отдела.  
В работе с письмами Отдел руководствуется ст. 42 Закона РФ "О средствах массовой информации".  
Ответственность за содержание объявлений

несет рекламодатель.  
Цена газеты в розницу свободная.  
ТИРАЖ - 250 экз.  
Газета выходит по вторникам и пятницам.  
Подписано в печать: 14.10.2019 г.  
по графику 12.00 час.  
фактически 12.00 час.

# Мамский Горняк

Издается с 1933 года

Информационное издание МКУК «ЦБС Мамско - Чуйского района - ЦРБ»

16+

15 октября 2019 года № 78 (9353)

Читайте в этом номере:

**Важно!:** Собака покусала ребёнка - хозяину назначен штраф  
стр. 3



\* \* \*

**Новости детского сада «Теремок»:** День пожилого человека

стр. 4



\* \* \*

**Календарь:** Покров день 14 октября – праздник Покрова Богородицы (история, традиции, приметы)

стр. 4

\* \* \*

**Здоровье:** Рак кожи: пути профилактики

стр. 8

Новости п. Витимский

## Детский сад «Ёлочка» будет как с иголочки



В детском саду «Ёлочка» п. Витимский сегодня полным ходом идёт капитальный ремонт здания, который проводит Якутская компания, выигравшая тендер. По словам главы Витимского городского поселения Николая Балуткина, срок исполнения контракта до 1 декабря. Строительная бригада рабочих в составе 10 человек приехала в район 30 сентября, 10 октября в п. Витимский паромом были доставлены все необходимые материалы.

По информации начальника МКУ «Управление по организации образовательной деятельности на территории Мамско-Чуйского района» Ольги Сосун, вся проектно-сметная документация для проведения капитального ремонта здания детского сада в п. Витимский была сделана за счёт средств муниципального бюджета в 2013 году, затем дошкольное учреждение было включено в реестр капитального ремонта Министерства образования, согласно которому дата проведения капитального ремонта заявлена на

2019 год. На ремонт детского сада «Ёлочка» из средств областного бюджета направлено порядка 16,5 млн. рублей.

Кирпичное типовое двухэтажное здание детского сада «Ёлочка» в п. Витимский было построено 1970 году, учреждение было рассчитано на 35 детей, фактически садик посещает 15 детей. Из-за высокого износа здания в последнее время использовалось только левое крыло первого этажа детского сада.

При проведении аукциона на капитальный ремонт здания детского сада

«Елочка» единая комиссия по проведению закупок в Мамско-Чуйском районе столкнулась с тем, что строительные компании не заявлялись на торги. Трудность доставки материалов, отсутствие дорог, - всё это отпугивает потенциальных исполнителей, и только в ходе третьих торгов вышла компания из Якутии.

В ходе ремонта планируется произвести полную замену кровли, отопительной системы, полов, сантехники. Реконструкции будут подвергнуты оба этажа здания, отремонтирован музыкальный и спортивный залы детского сада. В здании детского сада будут установлены пластиковые окна. При реконструкции детского сада задумана отделка фасада здания утеплителем и внешней облицовка двухэтажного здания сайдингом. Кроме того, по информации начальника МКУ «Управление по организации образовательной деятельности на территории Мамско-Чуйского района» Ольги Сосун, после завершения капитального ремонта детского сада за счет областного бюджета учреждение будет полностью обеспечено новой мебелью. В общем, садик «Елочка» будет, как с иголочки!

Надо отметить, что сегодня в п. Витимский завершается ремонт части крыши здания Витимской школы, под которой находятся спортивный и актовый залы. Капитальный ремонт в здании школы не проводился с момента окончания строительства, стены спортивного зала из-за протечки кровли были поражены грибом, вследствие чего зал закрыли для занятий физической культурой и в качестве альтернативы оборудовали спортивную комнату. Витимская школа также после подготовки проектно-сметной документации и экспертизы была внесена в региональный рейтинг по частичному капитальному ремонту на 2019-2021 годы. На частичный капитальный ремонт кровли здания Витимской школы из областного бюджета направлено более 4 млн. рублей. По словам начальника МКУ «Управление по организации образовательной деятельности на территории Мамско-Чуйского района» Ольги Сосун, внутреннюю отделку спортивного зала, а именно - антикоррозийные и противогрибковые мероприятия будут производиться своими силами (работниками административно-хозяйственной службы администрации района, - прим. автора) за счет муниципального бюджета. И в рамках областной программы в Витимской школе планируется заменить мебель в 2020 году.

- Дети нашего района должны обучаться в нормальных условиях, Витимский детский сад был в самом худшем положении по сравнению с другими дошкольными учреждениями нашего райо-



Завезены строительные материалы для ремонта детского сада «Елочка» в п. Витимский



Витимская школа была сдана в эксплуатацию в августе 1988 года, её проектная мощность была рассчитана на 600 человек.



Сегодня в п. Витимский завершается ремонт части крыши здания Витимской школы, под которой находятся спортивный и актовый залы.

на. Сегодня мы за счёт средств муниципального бюджета отремонтировали детский сад «Родничок» в п. Мама, и нас ждёт ещё много положительных перемен в этом направлении, - сказала Ольга Владиславовна.

Евгения Карасова  
Фото автора

Выезд комиссии ГБУЗ «ИОКБ» в наш регион возможен, при наличии работников, работающих в условиях повышенной опасности, не менее 300 человек.

*Работодателям, которые планируют провести психиатрическое освидетельствование своих работников, предлагаем направить заявки главному специалисту по управлению охраной труда администрации района.*

## Ответственность за уклонение от психиатрического освидетельствования:

Допуск работника к исполнению им трудовых обязанностей без обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров, обязательных медицинских осмотров в начале рабочего дня (смены), обязательных психиатрических освидетельствований или при наличии медицинских противопоказаний – влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от пятнадцати тысяч до двадцати тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, - от пятнадцати тысяч до двадцати тысяч рублей; на юридических лиц - от ста до ста пятидесяти тысяч рублей.

Главный специалист по управлению охраной труда администрации района Скибицкая Г.Б.

## Вопросы и ответы

### Работа по профессии, которой нет в штате

Илья Викторов, специалист по охране труда

*Можно ли поручить сотрудникам выполнять работу по профессии, которая не предусмотрена в штатном расписании?*

**Отвечает Екатерина Ефремова,** редактор-эксперт журнала «Справочник специалиста по охране труда»

Нет, нельзя. Чтобы поручить работнику дополнительную работу, в штатном расписании должна быть соответствующая должность или профессия. В нем указывают все должности независимо от того, кем они будут заняты. То есть нужно указывать и совмещаемые должности (ст. 57 ТК, постановление Госкомстата от 05.01.2004 № 1).

При совмещении сотрудник выполняет дополнительную работу по другой профессии или должности. Чтобы оформить совмещение, с сотрудником заключают дополнительное соглашение к трудовому договору (ст. 60.2 ТК). И в таком соглашении, как и в самом трудовом договоре, должность или профессия сотрудника должна быть указана в соответствии со штатным расписанием (ст. 57 ТК, письмо Роструда от 21.01.2014 № ПГ/13229-6-1). Оформлять сотруднику совмещение по должности, которой нет в штатном расписании, нельзя.

### Записи в журнале на английском языке

Петр Фролов, специалист по охране труда

*Можно ли в журнале вводного инструктажа делать записи на английском языке, например, название должности или организации?*

**Отвечает Екатерина Ефремова,** редактор-эксперт журнала «Справочник специалиста по охране труда»

Нет, нельзя. Документы в организациях ведут на русском языке, так как это государственный язык в Российской Федерации (п. 5.18 ГОСТ Р 7.0.97–2016). Допускается использовать государственные языки отдельных республик и народов Российской Федерации, например, бурятский язык, если предприятие находится в Республике Бурятия.

### Сертификат соответствия на аптечки

Юлия Блинова, специалист по охране труда

*Должен ли быть сертификат соответствия для каждой медицинской аптечки на предприятии?*

**Отвечает Екатерина Ефремова,** редактор-эксперт журнала «Справочник специалиста по охране труда»

Нет, не должен. Аптечка первой помощи не входит в перечень продукции, которая подлежит обязательному подтверждению соответствия (раздел исключен с 26.01.2011 постановлением Правительства от 13.11.2010 № 906).

Кроме того, требования к предъявлению каких-либо сертификатов или деклараций не указаны в правилах финансового обеспечения (Правила финансового обеспечения предупредительных мер, утв. приказом Минтруда от 10.12.2012 № 580н). Производители или поставщики могут предлагать аптечки с документами соответствия, которые они получили в добровольном порядке.

Главный специалист по управлению охраной труда администрации района Скибицкая Г.Б.

## Опубликовали план проверок на 2019 год

Генпрокуратура уже разместила на своем сайте план проверок юрлиц и ИП в 2019 году. Теперь очередь за регионами: опубликовать аналогичные планы проверок должны надзорные органы субъектов РФ. Ищите свое предприятие в двух списках: федеральном и региональном. Сервис поиска позволит узнать, когда придут с проверкой ГИТ, Ростехнадзор и другие контролеры. Необходимо лишь ввести ИНН, ОГРН, наименование и адрес организации в поиске на [plan.genproc.gov.ru/plan2019](http://plan.genproc.gov.ru/plan2019).

Напомним, до конца 2020 года продлили запрет на плановые проверки субъектов малого предпринимательства, сведения о которых внесли в единый реестр МСП. Но этот мораторий не действует в 7 случаях, которые указаны в части 1 статьи 26.2 Федерального закона от 25.12.2018 № 480-ФЗ.

Подготовиться к проверке трудовой инспекции помогут проверочные листы из приказа Роструда от 10.11.2017 № 655.

Источник: Генпрокуратура

## Разъяснили, какими должны быть устройства дублирования сигналов о пожаре

Учреждения и организации вправе выбрать тип прибора и способ дублирования сигнала о пожаре на пульт пожарно-спасательного подразделения. МЧС ответило на вопросы о передаче информации в подразделение пожарной охраны.

Ведомство также напомнило: дублирование светового и звукового сигналов обязательно не для всех. Передавать без участия работников сигналы на пульт подразделения пожарной охраны или транслировать их должны устройства на объектах класса Ф1.1, Ф1.2, Ф4.1 и Ф4.2. К ним относят, например, школы, гостиницы, больницы и т. п.

Система извещений о пожаре должна отвечать требованиям техрегламента. Подтверждают соответствие продукции по статье 147 Федерального закона от 22.07.2008 № 123-ФЗ.

Источник: письмо МЧС от 25.12.2018 № 43-8785-19  
Главный специалист по управлению охраной труда администрации района Скибицкая Г.Б.

Вниманию работодателей!

## Психиатрическое освидетельствование работников

Постановлением Правительства РФ от 23.09.2002 N 695 утверждены Правила прохождения обязательного психиатрического освидетельствования работниками, осуществляющими отдельные виды деятельности, в том числе деятельность, связанную с источниками повышенной опасности (с влиянием вредных веществ и неблагоприятных производственных факторов), а также работающими в условиях повышенной опасности.

Как следует из Правил обязательное психиатрическое освидетельствование проходят работники, осуществляющие отдельные виды деятельности, а также работающие в условиях повышенной опасности, предусмотренные Перечнем медицинских психиатрических противопоказаний для осуществления отдельных видов профессиональной деятельности и деятельности, связанной с источником повышенной опасности. Данный Перечень утвержден Постановлением Правительства РФ от 28.04.1993 N 377.

При прохождении обязательного психиатрического освидетельствования необходимо пройти и функциональное исследование: электроэнцефалографию.

Освидетельствование работника проводится с целью определения его пригодности по состоянию психического здоровья к осуществлению отдельных видов деятельности, а также к работе в условиях повышенной опасности, предусмотренных Перечнем.

Освидетельствование работника проводится врачебной комиссией, создаваемой органом управления здравоохранения.

Освидетельствование работника проводится не реже одного раза в 5 лет.

## Кто может проводить освидетельствование?

Психиатрическое освидетельствование имеют право проводить медицинские организации, имеющие лицензию на вид деятельности по психиатрии и психиатрическому освидетельствованию. Также в медицинской организации должна работать врачебная комиссия по психиатрическому освидетельствованию, состав которой утверждается министерством здравоохранения.

У ОГБУЗ «Районная больница п. Мама» отсутствует лицензия на этот вид деятельности.

По просьбе организаций, администрация района обратилась в ГБУЗ «Иркутская областная клиническая больница».

## Собака покусала ребенка – хозяину назначен штраф

9 октября 2019 года в администрации Мамско-Чуйского района состоялось очередное заседание административной комиссии, в ходе которого было рассмотрено дело о нарушении Правил благоустройства территории Мамского городского поселения, выразившееся в нарушении содержания домашних животных (собаки), повлекшее причинение вреда здоровью 3-летнего ребенка. Хозяину собаки назначен административный штраф в размере 3000 рублей.

На сегодняшний день наблюдается критическая ситуация: своры собак бегают по улицам, лают на прохожих, кидаются на детей и взрослых, кусают.

Согласно статье 37 Гражданского кодекса Российской Федерации, собака —

объект имущественных прав человека, а потому её действия полностью попадают в сферу его ответственности. Такое положение вполне логично и обосновано, ведь поведение питомца во многом зависит от намерений и обязательности хозяина. Агрессия, шум и продукты жизнедеятельности «меньших друзей» не должны приносить неудобств окружающим, нарушая их права на комфортную и безопасную жизнь. Поэтому за беспечность и неумение своевременно оценить не поддающуюся контролю ситуацию, «собачник» должен понести наказание в виде административной или даже уголовной ответственности.

В очередной раз напоминаем, что



содержать собаку днем и ночью надо на привязи, а выгуливать только на огражденной территории.

Призываем каждого, у кого есть собака - привяжите ее, оградите себя от неприятностей. Помните, если вы обязались домашним животным, то обязаны о нем должным образом заботиться!

Администрация района

Актуально

## Областной депутат с рабочим визитом в районе

С 7 по 10 октября в Мамско-Чуйском районе с рабочим визитом находились первый секретарь Ангарского горкома КПРФ, депутат Законодательного собрания Иркутской области Сергей Бренюк, секретарь областного комитета КПРФ по организационно-партийной и кадровой работе Владимир Примачек, член Президиума областного Совета ветеранов войны, труда (пенсионеров) и правоохранительных органов, наш земляк Александр Богун.

В ходе своей поездки представители КПРФ провели несколько встреч с населением в п. Мама и п. Лутовский, посетили социальные и образовательные учреждения района, встретились с местными руководителями, в том числе с мэром Мамско-Чуйского района Александром Сергеем.

По словам депутата Законодательного собрания Иркутской области Сергея Бренюка, главная цель его приезда в наш район – создание первичной партийной организации КПРФ в Мамско-Чуйском районе, а также открытие общественной приёмной депутата Законодательного собрания области первичной организации КПРФ в п. Мама.

– Мы хотим здесь открыть пункт, чтобы люди могли обратиться к нам с проблемами, и с нас смогли спросить, чтобы была обратная связь с населением.



Помощники депутата Законодательного собрания на территории Мамско-Чуйского района на общественных началах будут вести приём населения. В первую очередь цель нашего приезда – это создание первичной партийной организации КПРФ в Мамско-Чуйском районе. Я первый секретарь ангарского горкома КПРФ, и я горжусь этим! – сказал депутат Заксобрании области Сергей Бренюк.

В ходе беседы с мэром представите-

ли КПРФ рассказали о целях и задачах первичной организации КПРФ в п. Мама, подчеркнули, что важно заложить идеологическую основу и думать о патриотическом воспитании молодежи. Говорили о создании пионерских организаций в школах района.

Наш земляк, член Президиума областного Совета ветеранов войны, труда (пенсионеров) и правоохранительных органов Александр Богун приехал в родной район с целью проведения организации (Окончание на стр. 20)

# День пожилого человека

*Ничто на земле не проходит бесследно*

Первого октября во всём мире отмечается День пожилых людей.

Об уважении ко всем членам общества, признании их заслуг и значимости их труда говорит тот факт, что в нашей стране, наряду со многими праздниками и памятными датами, введен безусловно волнующий и приятный для многих праздник — День пожилых людей. Эти люди всю жизнь отдали труду, воспитанию детей, которые, приняв у них эстафету, продолжают начатое ими.

2 октября воспитанники старшей группы детского сада «Теремок» пришли поздравить виновников этого праздника в ОГБУСО «КЦСОН Мамско – Чуйского района».

В уютной обстановке пожилые жители пос. Мама с удовольствием приняли юных артистов. И вот, представление началось! Зрители с интересом наблюдали за героями сказки «Репка»: выросшей репкой (Лящевский Андрей), дедом (Халейка Кирилл), весёлой бабкой (Рашидова Дарьяна), модницей – внучкой (Шмидт Доминика), озорной Жучкой (Макеева Таня), грациозной кошкой (Развозжаева Настя) и помощницей – мышкой (Конева Настя).

Дети-актеры достаточно долго готовили представление, репетировали, отработывали диалоги, движения, исполнение песен вместе с воспитателями



Марданшиной Викторией Владимировной, Смолянкой Еленой Викторовной и Рашидовой Тamarой Леонидовной. Перед началом показа сказки они волновались, но очень постарались передать образ того или иного героя, поэтому представление получилось ярким, выразительным.

В завершении ребятам были вручены сладкие призы. Самые добрые, са-

мые тёплые слова благодарности хотелось бы сказать за гостеприимство всем работникам ОГБУСО «КЦСОН Мамско – Чуйского района»! Надеемся, что и в будущем наших юных артистов будут приглашать на такие встречи.

Воспитатель старшей группы  
МКДОУ детского сада «Теремок»  
Марданшина В.В.

## Календарь

### Покров день 14 октября – праздник Покрова Богородицы (история, традиции, приметы)



#### Покров Богородицы: история праздника

14 октября 910 года в осажденном сарацинами Константинополе произошло знаменательное явление Богородицы. Случилось это в воскресный день, во время церковной службы. Плывшая по небу в окружении ангелов Божья

Мать распростерла над молящимися в храме людьми белоснежное покрывало. Тем самым укрыла их от врагов и принесла утешение.

Сегодня в Влахернском константинопольском соборе, где произошло чудес-

на местах натирания протезов).

• Под воздействием солнечного света (совместное действие тепловых, световых и ультрафиолетовых лучей) в коже наступают различные дегенеративные изменения. Как правило, эти изменения появляются только на открытых участках тела: на лице, руках и др. Эти изменения и являются тем патологическим фоном, на котором чаще всего возникает рак кожи.

• Рак кожи возникает на фоне послеожоговых рубцов значительно чаще, чем на месте свежего ожога или в процессе заживления ожоговой раны. Особенно подвержены вредным воздействиям солнечных лучей работающие с обнаженной головой, руками или грудью садовники, сельскохозяйственные рабочие, а также моряки и рыбаки, кровельщики.

• Для некоторых видов профессионального рака настолько характерна локализация процесса, что по ней можно определить профессию заболевшего. Обычно профессиональные раки развиваются на тех участках кожного покрова, на которые непосредственно и часто воздействует то или иное канцерогенное вещество. Так, например, рак кожи бедер и ягодиц чаще всего развивается под влиянием длительного контакта с каменноугольной смолой и сажей; рак мошонки – с мазутом, парафином, сажей, минеральными маслами, каменноугольной

смолой; рак кожи кистей и предплечий нередко вызывают уголь, креозот, мазут, сажа, деготь, каменноугольная смола, мышьяк, парафин.

**Необходимо обязательно показаться врачу-онкологу, если у Вас:**

1. появились на коже или слизистых безболезненные плотные узелки, бородавки, бляшки грязно-желтого цвета с неровными краями, возможно, с кровотокающей поверхностью, особенно если эти образования имеют склонность к изъязвлению, шелушению, увеличиваются в размерах;

2. Ваша привычная родинка или родимое пятно стали изъязвляться, шелушиться, кровоточить, менять цвет и увеличиваться в размерах;

3. в области родинки или родимого пятна появились боль, зуд, жжение, выделение жидкости.

**Риск возникновения рака кожи можно снизить, если выполнять простейшие профилактические приемы:**

1. не находиться в полуденное время под прямыми лучами солнца;
2. защищать открытые участки кожи, подвергающиеся воздействию солнечной радиации, особенно пожилым людям и людям со светлой кожей;
3. пользоваться солнцезащитными кремами;
4. пользоваться питательными кремами людям с дистрофическими изменениями кожи (например, со старчес-

ким кератозом);

5. обязательно излечивать хронические язвы, свищи, опрелости;

6. предохранять рубцы, родимки и родимые пятна от частых механических травм;

7. удалять родинки, родимые пятна, бородавки, роговые утолщения на коже только в специализированных лечебных учреждениях, ни в коем случае нельзя самостоятельно срывать, срезать, выдавливать или смазывать прижигающими веществами (даже если Вам посоветовали в аптеке), перевязывать основанные родинки ниткой и вообще пробовать лечить домашними способами или у «специалистов», не имеющих диплома врача. После такого энергичного самолечения не столь уж редко наступает озлокачествление, и невinnная бородавка превращается в злокачественную опухоль.

8. если язва, трещина возникла на коже и не заживает в течение 3-х недель – надежнее обратиться к врачу-онкологу.

#### ПОМНИТЕ!

**Ранняя диагностика рака кожи, в первую очередь, зависит от Вас – при любом изменении привычных родинок, родимых пятен, а также возникновение новых опухолей на коже, необходимо срочно показаться врачу-онкологу.**

Врач хирург РБ.п.Мама  
Н.М.Шегнаева

## Новости/ События

### Роструд напомнил о правилах работы на открытой территории и в помещениях без обогрева

Роструд пригрозил уголовной ответственностью руководителям, которые не соблюдают нормы трудового законодательства при работах на морозе. За причиненный здоровью работников тяжкий вред оштрафуют до 400 тыс. руб. или лишат свободы на срок до одного года. Если переохлаждение приведет к смерти работника, срок лишения свободы могут увеличить до четырех лет (ст. 143 УК).

Комплект СИЗ должен соответствовать погодным и климатическим условиям. Работников с медицинскими про-

тивопоказаниями не следует допускать к работам на холоде. При работах на открытом воздухе или в неотапливаемых помещениях необходимо делать специальные перерывы для обогрева, которые зависят и от температуры воздуха, и от силы ветра. В локальных актах надо определить, в каких случаях, как часто и на какое время прерывают работы на холоде. Перерывы должны включать в рабочее время и оплачивать.

В обогреваемых помещениях температуру следует поддерживать на уровне 21–25 °С. При этом помещения дол-



жны быть оборудованы устройствами для обогрева кистей и стоп, температура которых не должна опускаться ниже 35 °С. Как долго рабочий может находиться на холоде, помогут определить рекомендации МР 2.2.7.2129–06.

Источник: Роструд

ется большое количество «лишних» зон мозга – тех, которые не использовались ранее, но которые необходимы для творчества. Одновременно активизируются и другие участки мозга, помогающие взбодрить не только сам этот орган, но и деятельность сердечно-сосудистой системы, дыхательного аппарата, гомеостаз организма, обмен веществ и прочие жизненно важные физиологические функции и системы. При этом неважно, приступает ли человек к каким-то новым для себя занятиям или же пытается возродить былую умственную активность.

Научный руководитель Института мозга человека РАН, академик Наталья

Бехтерева утверждала, что «именно вовлечение человека в творческий процесс со всеми сопровождающими его перестройками в мозге и организме и приводит к статистически оправданной, пожалуй, удивительной ситуации, когда “умные живут дольше”. Оживает мозг, оживает и организм. Существующие связи между клетками и структурами мозга становятся более активными, образуются новые связи и, скорее всего, новые клетки, нейроны».

Если Вы уже на пенсии и у Вас появляется достаточное количество свободного времени, которое ничем не заполнить, хотите сохранить хорошее настро-

ние, продолжать радоваться жизни, привносить в жизнь новые впечатления и маленькие радости, получить радость общения приходите в наш Комплексный центр социального обслуживания населения и мы вместе будем заниматься творчеством! Творчество не обещает нам бессмертия, но благодаря ему на активное долголетие мы вполне можем рассчитывать. И это уже весьма неплохо!

**Ждём Вас по адресу: п.Мама, ул.Связи-4**

**Звоните нам по номеру: 8(39569)21608**

**Специалист по социальной работе И.А.Карташова**

## Рак кожи: пути профилактики

### РАК КОЖИ: ПУТИ ПРОФИЛАКТИКИ

Многолетний опыт врачей-онкологов свидетельствует о том, что обнаружению злокачественных опухолей предшествует, как правило, длительный период невыраженных симптомов и проявлений, на которые человек просто не обращает внимания или не знает об их опасности.

В медицине есть такое понятие — «онкологическая настороженность», т.е. врач любой специальности любого лечебно-профилактического учреждения должен при осмотре каждого своего пациента исключить симптомы, подозрительные на злокачественную опухоль. Такую же настороженность обязан проявлять каждый человек по отношению к самому себе.

Может быть и обратная ситуация — часто люди просто боятся обращаться к врачу, ведут себя как страусы, которые при опасности просто прячут голову в песок, при этом теряя драгоценное время. В широких кругах населения сложилось ошибочное мнение, что диагноз «рак» равносителен смертному приговору. Это не так. При выявлении у человека ранних стадий злокачественных опухолей с ними можно успешно бороться и добиваться стойкого выздоровления и полной социально-трудовой реабилитации подавляющего большинства больных. Большинство больных раком могли

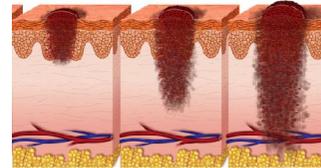
быть излечены, если бы заболевание удалось диагностировать на самых ранних этапах развития новообразования.

*Успех или неудача в лечении конкретного онкологического больного, его дальнейшая судьба зависят не только и даже не столько от наших лечебных возможностей, сколько от своевременного обращения пациента к врачу.*

### ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ РАКА КОЖИ:

Рак кожи был известен медицине еще в глубокой древности. Эта злокачественная опухоль поражает почти одинаково оба пола, им болеют все расы и национальности. Он описан как среди обитателей вечных льдов Гренландии, так и среди аспидно-черных туземцев Экваториальной Африки, как в странах Азии, так и среди населения многомиллионных городов Америки и Европы. Однако, уже первые исследователи обратили внимание на то, что рак кожи встречается значительно чаще среди людей со светлой кожей, которые продолжительное время подвергались воздействию солнечных лучей и колебаниям атмосферных условий.

За последнее десятилетие во всем мире отмечается стремительный рост заболеваемости данной патологией. Причина этого кроется в активации факто-



ров, приводящих к его развитию.

- Наиболее частая локализация рака кожи — лицо, чаще подвергающееся действию солнечного света, обветриванию и влиянию других природных факторов.

- У большинства больных рак развивается из незаросшей раны после первоначального ранения — пореза бритвой, ушиба или размозжения во время работы и т.д. Некоторые опухоли развиваются спустя много времени после рубцевания раны, очень часто после повторных ранений и разрушения тканей в области рубца. Известны случаи, когда после травмы на месте рубцов возникают рак кожи у лесорубов, плотников, штукатуров.

- Значительно чаще рак возникает под действием хронической травмы. Известны многочисленные наблюдения возникновения рака на месте хронического раздражения (например, рак кожи

ное событие, хранится пояс Богородицы, точнее его часть.

Паломникам и туристам, посещающим это место, рассказывают, как озерная сиянием Богородица спустилась с неба к церковному Престолу — прямо во время всеобщего бдения — и, сняв с себя широкий наплечный платок белого цвета (омофор), распростерла над при-

хожанами. Она плакала вместе с ними и молилась. А через несколько дней чудесным образом враг отступил от Константинополя. Город был спасен без кровопролитного сражения.

Тогда люди поняли, что это Богородица защитила их от гибели, прося Сына своего — Иисуса Христа — о спасении народа от завоевателей.

Каждого истинно верующего Богородица способна укрыть от невзгод и защитить от врагов и сегодня. Соблюдение Христовых заповедей и молитва в день Покрова показывает Богородице любовь православных к Богу. У всех сомневающихся в существовании царствия Божьего есть возможность духовно прозреть в день Покрова Богородицы.

### Икона покровы Богородицы в доме

Икона Покрова Богородицы должна быть в доме каждого православного. Она символизирует незримую защиту семьи от невзгод и потерь, от злых деяний других людей, явных и неявных. В минуты слабости и горя именно эта икона способна дать мощное утешение, наполнить сердце радостью, голову — разумом, а душу — спокойствием.

Обращаться к иконе и молиться Пресвятой Богородице можно в самых разных случаях. Всегда будет помощь и разрешение проблем. В этом и состоит исключительность этой иконы, она дает надежду, исцеляет душевные и телесные раны.



### Как отмечали Покров Богородицы на Руси

Как правило, в этот день на Руси устраивали выходной. Традиционно проходили народные гуляния, после службы в церкви люди шли в гости, снимали первую пробу с заготовленных в зиму вареников и припасов, пекли блины. Если Покров выпадал на постные дни (среда, пятница) православным разрешалось иметь послабление — например, употребить рыбу и немного красного вина.

Праздник Покрова считался своеобразной границей, отделяющей тепло от холодов, лето от зимы. В этот день присматривались и прислушивались к природе. С праздником связаны народные приметы, касающиеся погоды. Так, если на Покров дует северный или восточный ветер, жди морозной зимы. Ветер с западной стороны предвещает много снега. Дует с юга — зима будет теплой и сухой.

### Что делать верующим в этот праздник — Покров День

Совершать молитвы Божьей Матери о здравии, семейном благополучии, небесной защите. Желательно посетить храм и в его стенах попросить у Богородицы решения того или иного вопроса — помогает. Под особой защитой Пресвятой находятся все младенцы (дети) и беременные женщины. Они могут особен-



но усердно молиться о благополучном разрешении в родах, о здоровье своих малышей. Незамужние девушки могут попросить Богородицу об удачном и скором замужестве.

Православному человеку желательно в этот день не работать, не заниматься повседневными домашними делами. В

2019 году 14 октября — праздник Покрова Пресвятой Богородицы — будет понедельником. В этот день нет ограничений в пище. Встретить Покров надо с хорошим настроением, это светлый праздник, в который Богородица оберегает каждого верующего, незримо покрывая его своим защитным платком.

## Ангел и Север

(современная легенда)

В том, довольно странном  
магазине,  
Ангел мой пылился бы  
доныне...  
Словно бы на чудной  
райской ветке  
Сувенирно жил в особой клетке,  
Он не ждал сюжетов  
и пророчества,  
Он давно устал от  
одиночества  
Он грустил без разных  
добрых дел-  
И совсем не многого хотел-  
он совсем не многого хотел,  
чтоб его хоть кто – то  
приглядел!  
(Ангелам любой другой страны  
Также ведь соратники нужны...)  
На него же тысячи смотрели –  
И зимой, и летом; и в апреле...  
Был сюжет для Ангела



рисковый,  
Мог бы стать сюжетом  
тупиковым,  
И, опять, в диковинной витрине,  
Он остался б снова в магазине...  
Здесь, я – лирик, не могу  
без слёз,  
Но в Иркутск летели  
Щербаковы  
И рванулись к Ангелу  
всерьёз...  
Множество есть жизненных  
историй;  
В нашей жизни – нынче не простой –  
Благодарна Дмитрию, Виктории  
За подарок этот золотой!  
Смотрит он задумчиво и строго.  
Словно бы хорошая родня..  
Перенес серьёзную дорогу,  
А теперь живет вот у меня!

В. Аксаментова

### Актуально

## Собственники жилья могут вернуть взносы на капремонт

Законодательство России допускает определенные случаи, позволяющие собственникам жилья вернуть взносы, направленные на капитальный ремонт. Такую возможность предусматривает Жилищный кодекс РФ, статья 184.

Когда можно вернуть взносы?

Вернуть потраченные на капитальный ремонт средства можно в том случае, если жилой дом будет признан аварийным или подлежащим сносу. В этом случае взносы жильцам должны быть возвращены.

Кроме этого, возврату подлежат и взносы жильцов, проживающих в доме, имеющем менее пяти квартир. Такие дома исключаются из региональной программы, поэтому взносы на капитальный ремонт не производятся. Также взносы должны быть возвращены и в ситуации, когда участок земли, находящийся под домом, изымается.

Во всех этих случаях собственники

жилых помещений имеют право обратиться к региональному оператору и потребовать возврата внесенных на капитальный ремонт средств.

Если дом исключается из региональной программы по другим основаниям, не указанным в статье 184 ЖК РФ, то требование возврата средств на капитальный ремонт не имеет смысла, так как в подобном требовании будет отказано.

Очень часто собственники, получившие отказ в возврате потраченных средств, пытаются отстаивать свои права, ссылаясь на статью 1102 ГК РФ (обязанность возместить неосновательное обогащение). Но подобная норма изначально предполагает факт незаконности удержания определенных средств, и это необходимо учитывать.

Однако между региональным оператором и собственниками жилых помещений определенного дома не существу-



ет обязательственных правоотношений. Поэтому даже если дом исключается из региональной программы, это не лишает оператора оснований удерживать денежные средства с жильцов. А значит, в требовании возврата на основании указанных статей будет отказано.

**Использована информация юридической социальной сети <https://www.9111.ru/>**  
Автор публикации  
**Юрист, Ваганова Ирина Станиславовна**

## Арт-терапия для пожилых людей

Арт-терапия – течение психологии, которое подразумевает под собой поддержание оптимального психоэмоционального уровня творческим путем. Оно появилось в конце прошлого столетия. Данный метод нашел широкое применение среди людей преклонного возраста. На здоровье и психике человека крайне негативно сказывается отсутствие какого-либо занятия. Оставшись один, да и без задания определенной цели, начинает казаться, что про вас забыли и вы никому не нужны: привычный рабочий уклад заменила пенсия, а дети давно выросли и создали свои семьи, да и работа не позволяет бывать у родителей часто. Появившееся свободное время зачастую нечем занять, поэтому пожилой человек начинает закидывать на негативных мыслях, испытывать постоянные негативные эмоции, у него развивается состояние, которое получило термин «пенсионная болезнь». Что же это? Специальный термин «пенсионная болезнь», существует в медицине, когда у ранее здорового человека, привыкшего к размеренной, постоянной трудовой деятельности, быстро развивается ряд болезненных состояний. К примеру, начинает беспокоить бессонница, появляется беспричинная утомляемость, повышается нервная раздражительность, падает моральный дух и обостряются хронические заболевания. Человек оказывается наедине со своими стра-



боту головного мозга, гармонизируют тело и разум.

3. Вынужденное общение с людьми в группе по интересам заставляет следить за своим внешним видом, а положительные эмоции от общения в кругу единомышленников реально могут продлить жизнь на несколько лет.

4. Активизация творческих зон коры головного мозга заставляют вырабатывать надпочечники так называемый гормон творчества. Предполагается, что именно он тормозит процессы старения, увеличивая продолжительность жизни.

5. Когнитивная мозговая нагрузка и поиск решения творческих задач, у 30% стариков, у которых головной мозг поражен болезнью Альцгеймера, полностью блокирует физические и психические проявления этой патологии.

Согласитесь, что последний довод – это один из лучших и мощнейших мотиваторов для пожилых людей, чтобы заставить забыть себя о старческих недугах и начать заниматься арт-терапией. Поверьте, а лучше проверьте на практике.

<https://www.medweb.ru/search/index?q=%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0+%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%B8%D0%B9>

Ученые давно выяснили, что творческая активность дарит пожилым людям самое важное – жизненные силы и желание жить. Увлечение интересным занятием помогает пожилым людям с пользой проводить время, не думать о плохом и – главное – сохранять на достойном уровне интеллектуальную и физическую форму. Пенсионеры, ведущие активную социальную жизнь и занимающиеся творчеством, дольше остаются молодыми и здоровыми. Уровень их жизни качественно повышается. Многие люди пенсионного возраста увлеченно занимаются, рукоделием, пением, литературной и художественной деятельностью, танцами и др. Например:

### Рукоделие

Эти виды творчества (батик, вязание, вышивание, бисероплетение, макраме, шитье, плетение кружев, лепка и др.) тренируют мелкую моторику: пальцы рук становятся более послушными и гибкими, – а также помогают поддерживать интеллектуальную активность. Например:

### Рисование

Это занятие дарит свободу самовыражения, помогает бороться со стрессом, избавляет от переживаний, успокаивает нервы. И опять же, тренирует мелкую моторику и память. И т.д.

Как работает целительная сила творчества? Медики утверждают, что при постановке творческой задачи активиру-