



В & М

ЛЕНТА ВНЕ РАМОК ПОСРЕДСТВЕННОСТИ

Одна законченная результативная задача стоит
полусотни полужакоченных задач.

Малкольм Форбс



С Днем России!



12
ИЮНЯ
ДЕНЬ РОССИИ!

12 июня мы отметили День России. Этот праздник появился в нашем календаре в 90-е годы прошлого века, когда произошли важные, судьбоносные для нашей страны события. 12 июня 1990 года Верховным Советом депутатов РСФСР была принята Декларация о государственном суверенитете России, а ровно через год состоялись первые выборы президента Российской Федерации. 12 июня 1996 года президент РФ Борис Ельцин предложил переименовать День принятия Декларации о государственном суверенитете в День России. С тех пор День России отмечается 12 июня, это праздничный, выходной день.

Со времени распада СССР Россия прошла сложный исторический путь. Народ Российской Федерации пострадал от тяжелых экономических проблем в 90-х годах прошлого века, когда возникли сложности даже с выплатами пенсий, не говоря уже о других социальных обязательствах государства. Непокорно было в политике, возникали вооруженные конфлик-

ты, началась контртеррористическая операция в Чечне. Со сменой руководства страны на рубеже веков в истории России открылась новая страница. Улучшилась ситуация в экономике, социальной сфере. Больше внимания стало уделяться армии, правоохранительным органам. Начались серьезные капиталовложения в образование, медицину, спорт. Страна начала думать о демографии, поддерживать многодетные семьи, стимулировать рождаемость.

Россия собралась с силами и крепко встала на ноги! Это еще раз доказывает, что нет таких проблем и трудностей, которые не смогли бы преодолеть россияне, когда они объединены единой целью, действуют сообща.

Россия вновь, в очередной раз продемонстрировала свой огромный, неисчерпаемый ресурс. Ресурс прежде всего человеческий. Оказавшись практически на грани развала, Россия собралась с силами и крепко встала на ноги! Это еще раз доказывает, что нет таких проблем и трудностей, которые не смогли бы преодолеть россияне, когда они объединены единой целью, действуют сообща. Сегодня Россия вновь активно встала на защиту своих интересов, своего будущего. Недруги на-

шей страны по-прежнему мечтают лишить ее суверенитета, стереть с карты мира, присвоить себе богатства России. И нет сомнения, что народ Российской Федерации выйдет победителем в этой борьбе. Залог этого – великая история нашей страны! Дорогие малгобекчане! Поздравляю вас с Днем России, желаю вам всего самого наилучшего, добра и благополучия.

Глава администрации
г.Малгобек
Мусса Галаев

Уважаемые жители города Малгобек!

От имени всего депутатского корпуса сердечно поздравляю всех жителей нашего города с великим праздником Ид аль-Адха (Гурба)! Это самый главный мусульманский праздник, неотъемлемой частью которого является жертвоприношение, являющееся благом для всех людей как состоятельных, так и немущих. В это время обильно раздаются милостыни, посещаются родственники, совершается больше благодеяний, чем в обычные дни. Поистине, это праздник единения и сближения людей, когда в обществе царит атмосфера всеобщего духовного торжества. Он, несомненно, призывает нас

к добру и справедливости, милосердию и благочестию, сердечному отношению к окружающим и особенно родным и близким. В этот день проявляются самые высокие нравственные качества Ислама – милосердие, доброта, сострадание, что является показателем приверженности нашего народа к высоким общечеловеческим ценностям. Следование этим ценностям одухотворяет людей, способствует укреплению единства и согласия в обществе, которого так не хватает нам сегодня, сохранению и увеличению в каждом верующем нравственной чистоты и веры. Молодежный Совет при главе города в этот день,

по уже сложившейся доброй традиции, проводит различные мероприятия. Территория городского парка красочно и празднично оформлена. Проводятся разного рода конкурсы по чтению Корана, на знание основ Ислама, спортивные состязания: борьба на поясах, подтягивание, поднятие тяжестей и т.д. Победителям и призерам вручаются призы и подарки. В этот день меценаты и просто состоятельные люди бесплатно раздают собравшимся разные сладости, напитки, мороженое, а детям еще игрушки и цветные шары. В этот благословенный день в парке царит по-настоящему праздничная атмосфера. Жители и

гости города получают в этот день массу положительных эмоций.

Давайте же в этот благословенный день обращаться с искренней мольбой к Всевышнему Аллаху, Милостивому и Милосердному, чтобы Он простил нам и всем жителям Республики, все наши грехи, наставил на путь истинный, даровал мира, межнационального согласия, здоровья, счастья и благополучия.

Желаю всем жителям нашего города крепкого здоровья, душевного покоя, мира, благоденствия и семейного счастья!

Аллах!о кьобала долда вай мехкахой а берри-



гача бусулба наьха хьожол даха низ лолба вайна!

а, гурба а, либадат а. Даламогаш-маьрша долаш, бартболаш, цхьоаг!о йолаш дла-
Председатель малгобекского городского Совета депутатов У. Евлюев

Праздник жертвоприношения Гурба (ид аль-Адха)

Х.Гелисханов

Ид аль – Адха – самый главный и значимый исламский праздник. Корни его уходят в далекое прошлое, во времена пророка Ибрахима (мир ему). Испытывая искреннюю веру и покорность воле Всевышнего Своего посланника, Аллах повелел ему принести в жертву долгожданного первенца, Исмаила. В Коране по этому поводу сказано: «Когда они оба покорились, и он уложил сына на бок, мы воззвали к нему» (37:10). Мужественно выдержав тяжелое испытание, Ибрахим вместо сына, по велению Аллаха, принес в жертву барана. Поведение пророков Ибрахима и Исмаила (мир им) – хороший поучительный пример истинной любви к Всевышнему Аллаху, которая у богобоязненных мусульман превыше всего, тем более земных человеческих чувств. День жертвоприношения – это память об этом примере истинной богобоязненности. В этот день, мы, поистине, восхищаемся терпению и мужеству, которые проявили пророки Ибрахим и его сын Исмаил (мир им). Этот праздник направлен Всевышним на то, чтобы события, вспоминаемые в этот день, были пережиты нами как реальность и прочно вошли в наши сердца. Именно поэтому так важно суметь притормозить свое рвение, прибавить свой неистовый пыл на бытовую почву и начать возделывать ниву своего сердца: молиться дома и в мечети, искренне покаяться в своих грехах, прийти на помощь

гордыни, празднословия и постараться никого не осуждать. Их, к великому сожалению, много, этих червей, которые очень часто точат наши души, и каждый сам, в глубине своего сердца, прекрасно о них знает. Именно об этом, а не о жертвенном мясе, надо подумать в первую очередь. Мусульмане всего мира приносят в жертву животных в день «Ид аль – Адха» и в последующие три дня. Этот обряд является особо награждаемым благодеянием, на что обращал внимание Пророк Мухаммад (да благословит его Аллах и приветствует), так как первыми брызгами крови жертвенного животного прощаются все его предыдущие грехи.

Ид аль – Адха приходится на десятое число месяца Зуль – Хиджа, на следующий день после священного Дня Арафа. В этом году он приходится 16 июня. Желательно ночь с 9 – го на 10 – ое Зуль – Хиджа оживить служением Аллаху, т.е. провести в бдении и всенощном ибадате, хотя бы последнюю треть ночи, а также после полуночи совершить полное омовение по случаю праздника, постричь волосы, ногти, т.е. заняться личной гигиеной. Тому, кто намерен совершить гурба, сунной является не стричь волосы и ногти первые десять дней. В день праздника желательно надеть чистую одежду, лучше новую, надуться благовоениями и, не приняв пищу, отправиться в мечеть для совершения Ид – намаза.

Условия, соблюдаемые при жертвоприношении:

1. Жертвенное животное должно быть взрослым: баран – годовалым; коза, корова, бык – двухлетними; верблюд – пятилетним.

2. Жертвенное животное должно быть здоровым,

без существенных изъянов. Глаза, уши, хвост и другие органы тела должны быть целыми.

3. Необходимо соблюдать сроки жертвоприношения.

4. Перед жертвоприношением необходимо иметь и произносить намерение (ният).

5. Жертвенное животное следует резать хорошо отточенным ножом. Нельзя показывать нож животному, а также резать одних животных на глазах у других.

6. Сунна накормить бедных, нищих мясом жертвенного животного. Сообщается, что Посланник Аллаха сказал: «Кушайте, угощайте, отложите» (аль – Бухари). Желательно разделить мясо на три части:

1/3 – съесть в этот день, 1/3 – отдать бедным и нищим, 1/3 – отложить.

Жертвоприношение обязательно только тем, кто имеет достаточные средства для этих целей. Ислам требует от нас, прежде всего, веры, богобоязненности и совершения добрых дел. В священном Коране говорится: «Тучных животных, Мы сделали для вас из отмеченных для Аллаха, для вас в них благо. Поминайте же имя Аллаха над ними, стоящими в ряд. А когда их бока повернутся, то ешьте их, кормите сдержанного и просящего стыдливо. Так, Мы подчинили их вам, может быть вы будете благодарны? Не дойдет до Аллаха ни их мясо, ни их кровь, но доходит до Него богобоязненность ваша» (22:34 – 37). Искренность, в полном смысле этого слова, благожелательность, благодеяния и высокая нравственность, помимо веры и соблюдения культа, делают мусульманина угодным Всевышнему Аллаху.

Открытие летних лагерей

З.Бокова

В г. Малгобек как и по всей Ингушетии в рамках реализации летней оздоровительной кампании получают отдых большое количество детей. Для них посещение детских лагерей из года в год стало доброй традицией. Такая процедура, как правило, выполняет не только воспитательную функцию, но и предполагает организацию правильного отдыха в местах массового пребывания с соблюдением необходимых норм.

С 3 июня 2024г. в школах нашего города начали работу пришкольные лагеря, которые уже успели порадовать многих ребят интересными и разнообразными мероприятиями. Занятия проходят весело и познавательно, а каждый день приносит новые открытия и впечатления. С раннего утра школы №6, 18 и школа -интернат №4 г.Малгобек наполнились детским смехом и весёлым шумом.

Традиционная линейка с поднятием флага РФ и исполнением гимна, зарядка, завтрак. Так начинался насыщенный первый лагерьный день. Руководители лагерей провели с ребятами инструктажи по технике безопасности, затем воспитатели провели в своих отрядах беседы о правилах поведения в детском лагере.

Также, с 18 июня начнут свою работу летние лагеря "Нефтяник", (Малгобек), и "им.В Комарова" (ст.Троицкая, Сунженский р-н). А лагерь "Эрзи" (сп.Гули, Джейрахский р-н) начнет функционировать с 10 июля 2024г.

Летний лагерь для детей – возможность провести время весело и с пользой, это площадка для творче-

ского развития, обогащения духовного мира ребенка. Целый месяц июнь дети могут отдыхать, укреплять свое здоровье и развивать свои таланты в пришкольных лагерях.

Хочется напомнить родителям, что летний отдых – это не только социальная защита, это и возможность для творческого развития детей, обогащения духовного мира и интеллекта ребёнка, радость общения, творческие открытия, оригинальные идеи. Поэтому не лишайте такой возможности своих детей и отпускайте их в лагерь.

При выборе лагеря детям родители стараются учесть многие важные аспекты. Взрослых интересует безопасность пребывания, расположение и комфортабельность базы, мероприятия в детском лагере. Основные требования родителей: дети всегда должны быть заняты и находиться под присмотром, получить удовольствие и пользу от отдыха в лагере.

Отмечу, что на каждый день лагеря составляется план мероприятия таким образом, чтобы отдых не только расслаблял, но и тонизировал. Если дети будут бесконечно заняты однотипной деятельностью, вместо ожидаемой пользы от каникул сохранится усталость, накопленная во время учебы. Программу отдыха и активностей составляет грамотный методист. Специалист учитывает психологические особенности и физические возможности детей разного возраста.

Так, учащиеся младших классов, непоседливы, любознательны и впечатлительны. Их увлекают игры, викторины, конкурсы, соревнования. Их легко уди-

вить и увлечь, но внимание быстро рассеивается, поэтому опытный руководитель должен соблюдать баланс, вовремя отслеживать моменты, когда интерес теряется.

Удивить подростков сложнее. Они, кажется, все уже видели и слышали и охотнее проводят время со смартфоном, чем в кругу сверстников. Школьники 12-15 лет находятся в фазе активного роста, из-за чего быстро утомляются, становятся раздражительными, несдержанными, рассеянными. К таким детям требуется особый подход, методист следит за меняющимися тенденциями, улавливает настроения и понимает увлечения современных подростков.

Именно поэтому готовятся подробные программы для детских лагерей.

Также, программы пришкольных лагерей насыщены спортивно-познавательными, развивающими мероприятиями и играми, которые способствуют активному отдыху воспитанников, а главное – формируют творческие способности детей. Воспитанники будут принимать активное участие в проведении игровых программ, концертов, участвовать в больших коллективных делах лагеря.

Кроме того, дети будут посещать учреждения культуры, которые предлагают множество интересных и познавательных мероприятий для воспитанников летних лагерей.

Пришкольный летний лагерь – это всегда маленькая и очень интересная жизнь, которая остается в сердцах и памяти каждого воспитанника.

Желаем ребятам хорошо отдохнуть и с пользой провести время!



А.С. Пушкин

225 лет со дня рождения

Пушкинский день в России

В начале июня 2024 года исполнилось 225 лет со дня рождения Александра Сергеевича Пушкина - великого русского поэта, драматурга и прозаика, заложившего основы русского реалистического направления, литературного критика и теоретика литературы, историка, публициста, журналиста, редактора и издателя.

Г. Хусенов

А. С. Пушкин – гений на все времена, классик русской и мировой литературы, чье имя знакомо каждому. Его творчество оказало колоссальное влияние на всю мировую литературу, он является основоположником современного русского литературного языка и признан величайшим русским поэтом. Литературное творчество великого поэта Александра Пушкина бесценно. Его произведения объединяют людей всех возрастов, вероисповеданий, национальностей, переводятся на десятки языков мира. Они отличаются глубиной мысли, изяществом языка, оригинальностью стиля, гармонией формы и содержания.

В филологии А. Пушкин рассматривается как создатель современного русского литературного языка. Со второй половины 1820-х годов он стал считаться «первым русским поэтом» не только среди современников, но и русских поэтов всех времён. Владимир Одоевский в некрологе на смерть

Пушкина дал ему образное определение: «Солнце нашей поэзии», которое стало крылатым выражением в форме: «Солнце русской поэзии».

Ещё при жизни его стали именовать русским гением, в том числе печатно. По всей России 6 июня прошли масштабные торжества, посвященные А. С. Пушкину. Это, поистине, знаменательная дата не только в нашей литературе, но и очень важное событие для каждого человека, знакомого с его великим творчеством.

В этот день во всех музеях, концертных залах, библиотеках и просто на улицах нашей страны звучали стихи и отрывки из его произведений. Новую тематическую экспозицию в музее-заповеднике «Царское село» накануне поздно вечером посетил Владимир Путин, которого сопровождали губернатор Санкт-Петербурга Александр Беглов и министр культуры РФ Ольга Любимова.

Председатель Совета Федерации Валентина Матвиенко возложила цветы к памятнику поэта во дворе

музея-квартиры на набережной реки Мойки. В Москве на площадке книжной ярмарки на Красной площади стартовал фестиваль «Наш Пушкин.225». В рамках фестиваля представили два особенных проекта: «Страна поэта» соберет полноценную и самую большую антологию произведений Пушкина на национальных языках России, а «Литературная дуэль» даст полную свободу творчества почитателям пушкинского наследия, они смогут представить на открытый конкурс свое, авторское, прочтение легендарных строк, которые каждый из нас помнит с самого детства.

Уже на протяжении многих лет, по сложившейся традиции, в разных странах мира проходят торжества в честь великого поэта. Мероприятия, приуроченные к юбилею великого русского поэта, традиционно проходят по всей Беларуси. 6 июня 2024 года Министерство связи и информатизации Республики Беларусь выпустило в обращение почтовую марку «225 лет со дня рождения А.С. Пушкина». На почтовой

марке и купоне - иллюстрации к роману в стихах "Евгений Онегин". На конверте Первого дня - иллюстрации к поэме "Руслан и Людмила" и "Сказке о царе Салтане".

Акция "Пушкины гуляют по Казахстану" в шестой раз проходит в этой стране. Студенты и школьники в масках Пушкина задают прохожим вопросы о жизни и творчестве поэта и просят вспомнить его стихотворения.

Русский дом науки и культуры в Париже приурочил к этой дате три выставки. В Париже, в штаб-квартире ЮНЕСКО, в 225-ю годовщину со дня рождения русского поэта Александра Пушкина торжественно открыли День русского языка.

В Русском клубе в Бухаресте к юбилейной дате показывают игровые и анимационные фильмы по произведениям А.Пушкина с румынскими субтитрами. В программе кинофильмы "Метель" и "Барышня-крестьянка", а также мультфильмы "Сказка о царе Салтане", "Сказка о рыбаке и рыбке" и "Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях". Ранее

в Русском клубе прозвучали фрагменты из опер "Евгений Онегин" и "Пиковая дама", прошла дискуссия о значении Пушкина в мировой культуре. Помимо этого, посольство РФ в Бухаресте организовало конкурсы на лучший детский рисунок, посвященный поэту, и на лучший перевод его стихотворения.

В столице Вьетнама к памятнику Пушкину, который был установлен в парке Хоабинь в 2021 году, возложили цветы. После чего сотрудники Русского дома в Ханое, исследователи и переводчики, а также преподаватели вьетнамских школ и вузов вместе с российскими и вьетнамскими школьниками и студентами прочитали пушкинские стихи.

Посольство России на Маврикии отпраздновало 225-ю годовщину со дня рождения Александра Пушкина и День русского языка около бюста поэта в столичном парке Ле-Салин. Дипломаты, активисты Координационного совета российских соотечественников на Маврикии, члены Ассоциации

российско-маврикийской дружбы, делегаты Всемирного фестиваля молодежи 2024 в Сочи возложили цветы к памятнику. Также торжественные мероприятия, посвященные 225-летию со дня рождения А. С. Пушкина прошли в Эфиопии, Эритрее, Танзании, Мали и других странах Африки.

Департамент общественной информации ООН в 2010 году по инициативе ЮНЕСКО принял решение в день рождения А. С. Пушкина 6 июня проводить День русского языка. В этот день ежегодно во всем мире отмечается День русского языка, а в России считают его еще и праздником и называют Пушкинским днем.

Его творчество, бесспорно, является бесценным сокровищем не только для российской, но и для всей мировой культуры. В этот день весь цивилизованный мир отдаст дань глубокого уважения и признательности таланту и гению Александра Сергеевича Пушкина, чье имя навсегда останется в сердцах любителей литературы во всем мире.

Реорганизация жилищно-коммунального хозяйства

Х.Гелисханов

Жилищно-коммунальное хозяйство является одной из важнейших сфер социально-экономической структуры современного общества, которое обязано на практике обеспечивать реализацию жизненных интересов потребителей, направленных на получение коммунальных услуг соответствующего качества и уровня.

Согласно российскому законодательству, все МУПы и ГУПы должны быть реорганизованы или ликвидиро-

ваны к 2025 году. В.Путин подписал закон, по которому ГУП и МУП на свободных рынках будут реорганизованы либо ликвидированы до 1 января 2025 года. В связи с этим городской Совет муниципального образования «Городской округ Малгобек» 30 мая текущего вынес соответствующее Решение «Об условиях приватизации муниципального унитарного предприятия «Жилищно-коммунальное хозяйство г.Малгобек» и приступил к исполнению данного Решения, которое будет опублико-

вано ниже.

Необходимость реформ в сфере ЖКХ назрела давно и была весьма актуальной особенно для малых городов. В повседневной жизни состояние сферы жилищно-коммунального хозяйства в той или иной мере касается каждого жителя, от качества оказываемых ими услуг зависит уровень и качество жизни населения. Реформирование этих организаций требует научного подхода и системности процессов, которое будет реализовано через создание холдинговой структуры

управления ЖКХ. Это позволит одновременно интегрировать предприятия коммунальной сферы в рыночные отношения и сформировать единую политику для проведения реформ в жилищном хозяйстве. Если производственные отношения будут строиться на экономической взаимовыгодной основе, тогда переход на рыночные формы работы жилищно-коммунального хозяйства будет осуществляться довольно быстро и эффективно. В первую очередь это касается производственного

сектора ЖКХ, осуществляющего услуги по управлению содержанием и технической эксплуатацией жилищного фонда. По мнению разработчиков и экспертов данного закона, приватизация муниципального унитарного предприятия в жилищном секторе обеспечит равные условия юридического права для всех участников рынка, а также будет способствовать созданию условий для более широкого привлечения частного капитала в жилищно-коммунальное хозяйство. Главной целью реорганизации и со-

вершенствования системы ЖКХ является повышение результативности основных частей жилищно-коммунального хозяйства, ориентированных на обеспечение соответствующего комфорта и создание условий для безопасной жизни населения. Главные приоритеты развития ЖКХ должны быть ориентированы, прежде всего, на удовлетворение насущных интересов населения, обслуживание жилищного фонда и оказание соответствующих жилищно-коммунальных услуг на должном уровне.

Кому предоставляют льготы по оплате услуг ЖКХ

Федеральные льготы положены:

1. Участникам Великой Отечественной войны.
2. Героям Социалистического Труда, Труда РФ и полным кавалерам ордена Трудовой Славы.
3. Героям СССР и РФ и полным кавалерам ордена Славы.
4. Ветеранам боевых действий.
5. Жителям блокадного Ленинграда, осажденных Севастополя и Сталинграда.
6. Инвалидам войны, включая проживающих с ними членов семьи, и членам семьи погибших инвалидов войны.
7. Чернобыльцам, их вдовам или вдовцам.
8. Работникам образовательных учреждений.
9. Людям с инвалидностью первой, второй и третьей групп.
10. Добровольцам СВО и членам семей погибших добровольцев СВО.

Региональные льготы могут предоставляться:

1. Ветеранам труда.
2. Многодетным семьям.
3. Пенсионерам.
4. Бюджетникам.
5. Детям-сиротам и оставшимся без попечения родителей и некоторым другим категориям граждан в зависимости от региона.
6. Проработавшим в тылу в период с 22.06.1941 по 09.05.1945 не менее шести месяцев либо награжденным орденами или медалями СССР за самоотверженный труд в период Великой Отечественной войны.

Нормативная база

Единого документа о льготах по оплате услуг ЖКХ нет, но есть федеральные и региональные нормативы для отдельных категорий граждан. В нормативах прописаны размеры льгот и условия их предоставления.

Федеральные нормативы:

1. Закон РФ от 15.01.1993 № 4301-1 <https://ivo.garant.ru/#/document/10136260/paragraph/116856:0>
2. Закон от 09.01.1997 № 5-ФЗ <https://ivo.garant.ru/#/document/135508/paragraph/52945:0>
3. Закон от 12.01.1995 № 5-ФЗ https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_5490/8f8c1f0725c18996c5ef68e5a209f41a480710e9/
4. Закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8559/591d849a99aa79ef4bea2d33f0ef1acb05287d2a/
5. Постановление Правительства РФ от 02.08.2005 № 475 https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_5323/c955d043577ee41a0b9edee4e1ecce7eb9a5b5c02/
6. Постановление Правительства РФ от 02.08.2005 № 475 https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_54902/
7. Постановление Правительства РФ от 26.10.2013 № 963 <https://ivo.garant.ru/#/document/70488490/paragraph/1/doclist/567/showentries:0>

Информируем вас об условиях контрактной службы, какие преимущества и льготы обретают контрактники во время ее прохождения, на что могут рассчитывать при добросовестном исполнении своих обязанностей.

Гражданам, заключившим контракт с Министерством обороны Российской Федерации, предоставляется:

- единовременная выплата от Министерства обороны РФ в размере 195 000 рублей;
- единовременная выплата от Главы Республики Ингушетия в размере 100 000 рублей;
- ежемесячное денежное довольствие от 204 000 рублей;
- статус ветерана боевых действий, соответствующие льготы и т.д.
- земельный участок убывшим с военкомата Республики Ингушетия;

Требования к кандидатам на заключение контракта:

- 1) возраст от 18 лет;
- 2) годность к военной службе по состоянию здоровья.

Для заключения контракта на военную службу можно обратиться в Военный комиссариат г. Малгобек и Малгобекского района, к Хаматханову Мусе Борисовичу, тел.: 89631745919



Профилактика алкоголизма

З.Бокова

Неделю с 10 по 16 июня 2024 года Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило Неделью отказа от алкоголя.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), около 3 млн человек во всем мире умирает ежегодно от чрезмерного потребления алкоголя. Такая печальная статистика легко объяснима, так как насчитывается более двухсот заболеваний и нарушений функций органов человеческого организма, вызванных влиянием этанола.

Находясь в состоянии алкогольного опьянения, человек плохо контролирует свои действия, может попасть в опасную для жизни ситуацию (ДТП, несчастные случаи и т. д.).

Целью является мотивация людей к отказу от алкоголя, поддержка тех, кто уже принял решение отказаться от него, а также популяризация здорового образа жизни. Этот период времени стимулирует людей задуматься о вреде алкоголя для своего здоровья, социальной жизни и карьеры.

ГБУЗ МЦРБ г.Малгобек присоединилась к мероприятиям, приуроченным к «Неделе отказа от алкоголя».

Заведующая отделением медицинской профилактики МЦРБ Элиза Гардалоева назвала причины отказа от употребления крепких горячительных напитков.

«Главная причина - это вред здоровью: даже в малых дозах он может пагубно влиять на организм. Среди других причин — алкогольная деградация, нарушение памяти,

снижение эффективности на работе. Приводят спиртные напитки и к ухудшению внешнего вида, поскольку кожа теряет эластичность от обезвоживания.

У часто употребляющих алкоголь ухудшается сон: он становится недолгим и тревожным, что в конце концов может привести к бессоннице».

Впрочем, некоторые люди убеждены, что алкогольные напитки несут и пользу. Например, помогают заснуть, снижают давление, согревают, повышают настроение, если употреблять их в меру.

Заведующая ОМП Элиза Гардалоева отмечает, что алкоголь вреден для здоровья и может не только спровоцировать плохое самочувствие, но и серьезно повлиять на работу внутренних органов.

«Одно из исследований гласит, что даже пара бокалов чаще трех раз в неделю повышает вероятность преждевременной смерти на 20%», — прокомментировала врач.

К сожалению, проблема употребления алкоголя подростками очень актуальна в наши дни. В связи с этим во многих странах мира, а также в России, все большее внимание уделяется проблеме предупреждения распространения алкоголизма среди молодежи, проводятся исследования с целью изучения мотивов употребления спиртных напитков молодежью, способствующих развитию злоупотребления алкоголем подростками.

Злоупотребление алкоголем в молодежной среде особенно губительно для будущего нации — поражается и настоящее, и будущее

общества. От употребления алкоголя страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки и молодежь.

Врачи отмечают, что продолжительность восстановительного процесса зависит от стадии алкоголизма. У людей, которые на протяжении долгого времени злоупотребляли спиртным, этот процесс протекает достаточно болезненно: начинаются проблемы с печенью, похмельный синдром принимает хроническую форму, появляются головные боли, в мышцах возникает ноющая боль. Эти симптомы свидетельствуют о начале процесса перестройки.

Мгновенного улучшения состояния не следует ожидать лицам, употребляющим спиртное на протяжении десятилетий, предупреждают медики.

Все проявления после отказа от алкогольной продукции указывают не на очищение организма, а на сильное отравление токсинами.

К ухудшению состояния приводят обострившиеся хронические болезни. Многие оказываются не готовыми к этому, так как считают, что трезвость сама по себе может решить все проблемы, а когда этого не происходит, разочаровываются. Люди с более слабой волей или мотивацией могут снова начать пить из-за этого.

Пусть эти летние дни помнятся путешествиями, прогулками на свежем воздухе и общением с родными. Неделя отказа от алкоголя пройдет, а требование беречь свое здоровье от алкоголя останется. Берегите свое здоровье!

Объявление

Аттестат №268992, выданный на имя Алероевой Мадины Муратовны СШ №20 г.Малгобек в 1993 году, считать недействительным.