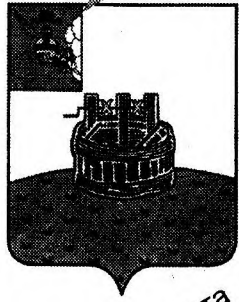


Сегодня
в
номере:



№ 22
(20253)

Выходит с 1 марта
1919 года

Рекомендуемая цена газеты в розницу - 3 рубля

ЗДРАВСТВУЙТЕ

стр. 2-3



Международная
кампания
«Брось курить
и выиграй»

**Так служат
ЗЕМЛЯКИ**

стр. 4

ИНФОРМАЦИЯ,
СПРАВКИ,
ОБЪЯВЛЕНИЯ

стр. 4

Общественно-политическая газета
Грязовецкого района Вологодской области

Сельская СПРАВКА

Вторник,

28 марта

2006 года

Тарифы - в рамки!

Шумные дискуссии по поводу резкого повышения тарифов на услуги ЖКХ, судя по всему, скоро должны затихнуть. На федеральном уровне приняты основополагающие документы, ограничивающие рост коммунальных платежей населения. Теперь уже на местном уровне должны быть приняты конкретные решения, от которых и зависит уровень наших платежей коммунальщикам. Что уже сделано и делается в связи с этим у нас в районе? За разъяснениями мы обратились к первому заместителю главы администрации района Андрею Васильевичу КАЗУНИНУ.

Начну с того, что в декабре прошлого года Земское Собрание района постановлением № 200 утвердило тарифы на жилищно-коммунальные услуги на 2006 год. Они были установлены на основании действующих в тот момент постановлений Правительства РФ и проведенных самими предпринимателями экспертиз тарифов. Это предусматривало 100-процентную оплату населением затрат, которые как раз и обосновывались результатами экспертиз.

Но в связи с тем, что в конце года был принят Федеральный закон № 184 о регулировании тарифов,

появились приказ Федеральной службы по тарифам от 29.12.2005 г. и постановление Региональной энергетической комиссии от 16.02.2006 г., для каждого муниципального образования установлены предельные индексы роста цен на коммунальные услуги и плату граждан за жилое помещение. Если говорить по нашему району, то это - 120 процентов. Получается, что тарифы у нас должны возрасти к уровню 2005 года не более чем на 20 процентов.

В связи с этим мы должны до 10 апреля пересмотреть ранее принятые постановления, касающиеся тарифов, и привести их в соот-

ТЕМА ДНЯ

ветствие с утвержденными нормативами.

Администрацией района сейчас уже подготовлено новое решение, которое будет предложено на утверждение депутатам Земского Собрания 30 марта. Этим документом мы регулируем тарифы и ограничим их рост к уровню 2005 года 20 процентами. Всем гражданам будет сделан перерасчет платежей с 1 января 2006 года. Излишне заплаченные суммы будут зачтены в счет будущих платежей.

К сожалению, из-за таких изменений наши коммунальные предприятия понесут колоссальные убытки. Сумма выпадающих доходов, которые планировались заранее, по району превысит 18 миллионов рублей. Поскольку основной рост тарифов у нас произошел по содержанию жилья, то основные убытки лягут на службу единого заказчика и ЖКХ Вохтоги. Вопрос возмещения этих сумм на данный момент не решен.

Протокол

РАССМОТРЕНИЯ И ОЦЕНКИ КОТИРОВОЧНЫХ
ЗАЯВОК НА ПРИОБРЕТЕНИЕ ХОЛОДИЛЬНИКОВ
г. Грязовец

24 марта 2006 г.

Заказчик: МУ «Центральная больница Грязовецкого муниципального района».

Состав единой комиссии по размещению муниципального заказа:

председатель комиссии: Рослякова С. В., начальник управления по контролю и анализу социально-экономического развития района; заместитель главы администрации района;

секретарь комиссии: Брусникова Е. С., начальник отдела муниципального заказа управлений по контролю и анализу социально-экономического развития района; члены комиссии: Чучнева М. Н., начальник управления по социальным вопросам, заместитель главы администрации района; Поверганова Т. С., заместитель начальника управления финансов администрации района;

Лодыгин Е. В., начальник отдела энергетика и транспорта администрации района; Климова А. А., председатель комитета по торгов-

ле и услугам администрации района;

Существенные условия контракта:

- приобретение 13 холодильников «Саратов» КШ 160 (или эквивалент), цвет белый и 2 холодильников «Стинол» 232 (или эквивалент), цвет белый;

- максимальная цена контракта - 120500 рублей;

- место доставки поставляемых товаров: Вологодская область, г. Грязовец, ул. Гражданская, д. 20;

- срок поставки товаров: до 15.04.2006 г.;

- условия оплаты: безналичный расчет по факту по-

ставки, при предъявлении счета-фактуры.

Участники размещения заказа, подавшие котировочные заявки:

а) ИП БОЮЛ Сазонов Н. В. (22.03.2006);

б) ООО «Сантехмонтаж» (22.03.2006).

Отклоненные котировочные заявки (с обоснованием причин) - нет.

Предложение о наиболее низкой цене в проведении запроса котировок (победитель котировочного запроса): ООО «Сантехмонтаж», 108000 рублей.

Сведения об участнике запроса котировок, предложившем наиболее выгодные условия, следующие после предложения победителем: ИП БОЮЛ Сазонов Н. В., 119650 руб.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

До 1 апреля ЛЬГОТНАЯ ПОДПИСКА на районную газету

«Сельская правда»

на второе полугодие 2006 года по ценам первого полугодия 2006 года, пенсионерам и многодетным семьям ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА - 20 процентов. ОСТАВАЙТЕСЬ С НАМИ!

Информационное сообщение о проведении торгов

28 апреля 2006 года в 9 часов на основании постановления главы администрации Грязовецкого муниципального района «Об утверждении земельного участка, расположенного на территории Грязовецкого муниципального района, выставляемого на торги» от 20.03.2006 г. № 310 Управление по имущественным и земельным отношениям администрации района проводит аукцион (закрытый по форме подачи предложений о цене) по продаже земельных участков:

лот 1: земельный участок для индивидуального садоводства площадью 1293 кв. м, расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом квартале 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 14200=00 (четырнадцать тысяч двести) рублей;

лот 2: земельный участ-

ток для дачного строительства площадью 1799 кв. м, расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом номере 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 20000=00 (двадцать тысяч) рублей;

лот 3: земельный участок для дачного строительства площадью 2058 кв. м, расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом номере 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 23000=00 (двадцать три тысячи) рублей;

лот 4: земельный участок для дачного строительства площадью 1973 кв. м., расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом номере 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 22000=00 (двадцать две тысячи) рублей;

лот 5: земельный участок для дачного строительства площадью 2312 кв. м, расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом номере 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 25700=00 (двадцать пять тысяч семьсот) рублей;

лот 6: земельный участок для дачного строительства площадью 2166 кв. м, расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом номере 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 24100=00 (двадцать четыре тысячи сто) рублей;

лот 7: земельный участок для дачного строительства площадью 2000 кв. м, расположенный по адресу: Грязовецкий район, Перцевская сельская администрация, д. Ульяновка, в кадастровом номере 35:28:01.02 0004, начальная цена продажи составляет 22300=00 (двадцать

две тысячи триста) рублей;

Начальная цена продажи складывается из рыночной стоимости земельного участка, определенной в соответствии с законодательством РФ об оценочной деятельности. Победитель аукциона выплачивает стоимость земельного участка, в ходе проведения торгов, а также стоимость услуг эксперта по оценке.

К участию в аукционе допускаются физические лица, внесшие сумму залога в размере 20 процентов от начальной цены продажи объекта.

Реквизиты счета для перечисления залога: управление по имущественным и земельным отношениям администрации Грязовецкого муниципального района, ИНН 3509303571, КПП 350901001, ЗАО Банк «Вологжанин» г. Вологда, БИК 041909760, расчетный счет 40703810270000000007, к/с 30101810800000000760.

Решение о признании пре-

тендентов участниками торгов принимается управлением по имущественным и земельным отношениям администрации района по результатам рассмотрения представленных претендентами документов.

Решение об отказе в проведении торгов может быть принято управлением по имущественным и земельным отношениям администрации района не позднее чем за пятнадцать дней до дня опубликования извещения о проведении торгов, о чем он извещает участников торгов не позднее 3 (трех) дней со дня принятия данного решения и возвращает участникам аукциона внесенные задатки.

Решение о результатах торгов принимается и согласуется управлением по имущественным и земельным отношениям администрации района комитетом по управлению имуществом района в день проведения аукциона.

Договор купли-продажи заключается с победителем в течение 5 дней с

момента оформления протокола о результатах торгов. Победитель аукциона выплачивает стоимость приобретенного земельного участка, стоимость услуг эксперта по оценке имущества и стоимость межевого дела единовременным платежом в течение 7 дней со дня подписания договора купли-продажи.

При 1м заявке и документов для участия в торгах (копия паспорта; копия платежного документа с отметкой банка об исполнении, подтверждающего перечисление задатка; опись представленных документов в двух экземплярах) и ознакомление с условиями проведения аукциона осуществляется со дня опубликования извещения в печати по 23 апреля 2006 года в комитете по управлению имуществом района по адресу: г. Грязовец, ул. Карла Маркса, 58, кабинет 25, телефон 2-14-32.

Живи и здравствуй, «ЗДРАВствуйте»!

Давно ли мы вместе с А. В. Янкович, директором Грязовецкого Центра здоровья, готовили к выходу первую тематическую полосу «ЗДРАВствуйте!» для районной газеты «Сельская правда»? А вот уже и 50-й выпуск!

Каждый месяц в последний вторник более четырех лет жители района получают из своей газеты информацию о том, как укрепить свое здоровье, как не заболеть, а если заболеешь – поскорее выздороветь.

Сначала «Информационный выпуск управления здравоохранения» выглядел маленькой страничкой, а теперь – целый разворот большой газеты. С изменением формата районки все статьи на ее страницах выглядят первостепенными, а «ЗДРАВствуйте!» – газетой в газете. Посвоему это говорит о востребованности темы здоровья, стабильном читательском интересе к ней и умении составителей тематических выпусков этот интерес поддерживать.

Со знанием дела утверждаем, что среди районов области – это наиболее регулярная и наиболее обстоятельная «газета в газете», посвященная вопросам здоровья. С удовольствием отмечаем, что каждый номер актуален, выполнен со вкусом и всегда – на пике читательского интереса.

Бесспорным преимуществом информационных выпусков «ЗДРАВствуйте!» является их целевая направленность, когда каждый выпуск посвящен одной теме, и она всесторонне описывается – насколько это позволяет газетная площадь, местные профессиональные и творческие возможности.

Бессменным организатором и автором многих публикаций была и есть Алла Владимировна Янкович. Мы поздравляем ее и всю авторскую команду с юбилейным выходом газеты. Уверены, что им и в дальнейшем хватит таланта и энергии, чтобы оставаться в постоянном поиске, чтобы материалы выпуска были так же информативны и позитивны, чтобы «ЗДРАВствуйте!» всегда приходила в дома грязовчан как добрый друг и как семейный доктор!

Успехов вам, коллеги!

Вологодский областной Центр медицинской профилактики, редакционно-издательский отдел и пресс-служба ОЦМП.

ЗА ЗДОРОВОЕ НАЧАЛО ЖИЗНИ



ЗДРАВ СТВУЙТЕ!

№ 50

**ИНФОРМАЦИОННЫЙ ВЫПУСК УПРАВЛЕНИЯ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ РАЙОНА**

Бросить курить никогда не поздно

Принято считать, что курильщики и некурящие – это примерно одинаковые люди, которых различает лишь наличие или отсутствие вредной привычки. Вместе с тем можно смело признать, что и первым и вторым достаточно известно о негативном влиянии, которое оказывает не сама привычка, а свойства табачного дыма. Согласитесь, с легкостью запоминается, что в нем выявлено 4800

вредных компонентов, включая 40 фармакологически активных токсинов, мутагенов и канцерогенов.

Почти пять столетий табачного плена и никакой информации о его воздействии на организм человека. Но с 1916 года результаты исследований стали доступными не только для специалистов. Ошеломляющая информация всколыхнула мир. Швеция и Финляндия, в частности, поставили перед собой цель – полнос-

тью освободиться от курения. С проблемами табакокурения работают более 60 тысяч научных исследований, и все они подтверждают: табак вредит здоровью.

В связи с этим Всемирной организацией здравоохранения в 1994 году предложено раз в два года проводить Международную кампанию «Брось курить и выиграй», направленную на оздоровление ситуации среди курящего населения. Основными задачами столь крупного

мероприятия является следующее:

расширение круга курящих совершеннолетних добровольцев отказаться от курения хотя бы на 4 недели мая,

расширение круга людей, которые могут оказать им помощь и поддержку.

Данный выпуск «ЗДРАВствуйте!» посвящен этому важному вопросу. Авторский коллектив желает своим читателям благоразумия и доброго здоровья.

МЕЖДУНАРОДНАЯ КАМПАНИЯ «Брось курить и выиграй»

Табакокурение является важной проблемой общественного здоровья в целом и персональной проблемой здоровья человека в любом возрасте. Судите сами:

- на планете насчитывается более 1 млрд. курильщиков, в России их около 49 млн.;

- ежегодно в мире из-за курения умирает 4 млн. человек, в России около 380 тысяч;

- экономический ущерб от курения в нашей стране составляет ежегодно около 14 млрд. руб.;

- ежегодно на земном шаре накапливается 2 млн. 520 тыс. тонн окурков;

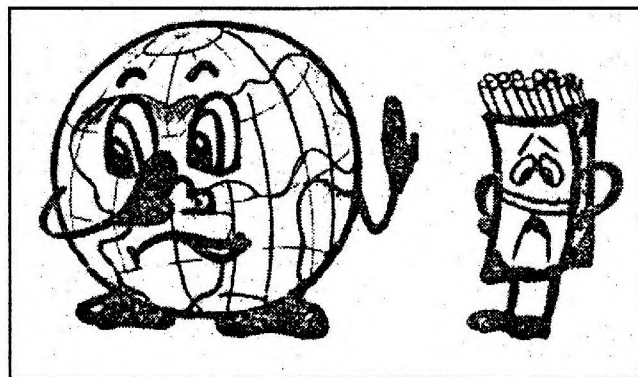
- табачный дым, выдыхаемый курильщиками в атмосферу, содержит 720 тонн синильной кислоты, 384 тыс. тонн аммиака, 108 тыс. тонн никотина, 600 тыс. тонн дегтя и более 550 тыс. тонн угарного газа и других веществ.

Среди взрослых курильщиков 60-90% желающих отказаться от курения или тех, кто уж пытался порвать с табачной зависимостью. Многим из них известны те или иные способы по отказу от курения. Кому-то помогал один, кому-то – другой или третий.

Мы же приглашаем грязовчан принять учас-

тие в районной акции в рамках Международной кампании «Брось курить и выиграй», и с помощью собственной силы воли, в каких-то случаях с помощью медицинских работников – не курить в течение условленного времени.

Первый призыв кампании объединил в 1994 г.



60000 участников из 13 стран мира, россияне тогда было 28663. В 2002 г. кампанию поддержали 700000 человек в 77 странах. Тогда же впервые 867 вологжан, из которых 123 жителя Грязовецкого района были ее участниками. Кто-то и не справился со своими добровольными обязанностями, другие выдержали условия и стали призерами в этом состязании. Есть и такие люди, которые прекратили курить навсегда.

Приглашаем курящих грязовчан взвесить все доводы «за» и «против» табакокурения и принять правильное решение: от-

казаться от оплаты табачной промышленности за разрушение вашего здоровья. Попробуйте попробовать отказаться от табака хотя бы на 4 недели мая, когда одновременно с вами эту идею поддержат, по мнению специалистов, около полутора миллионов человек в разных

странах мира. **Правила участия в кампании.** Участником может быть любой житель Грязовецкого района в возрасте от 18 лет и старше. О своем решении по отказу от курения нужно сообщить уполномоченному представителю по месту работы или медицинскому работнику в здравпункте, амбулатории или ФАПе:

- До 30 апреля заполнить анкеты «Регистрационная форма» установленного образца и подписать их вместе со своим свидетелем. В одной из анкет вы заявите об учас-

тии в международной кампании. Другая анкета для включения вас в число участников районной акции.

- Анкету международной кампании нужно сдать тому, кто ее выдавал. Если же бланк будет вырезан из газеты, поступить нужно так же или отправить по адресу, указанному в той газете. «Регистрационная форма» районной акции должна сохраняться у вас. Ее следует вернуть 29 мая с отметкой о сроке воздержания от курения тому, кто выдавал.

- Самое важное: с 1 по 31 мая 2006 г. постарайтесь не курить и быть готовыми пройти биохимический тест, подтверждающий отказ от курения.

Поощрения участников.

Любой участник международной кампании «Брось курить и выиграй» может стать международным (10000 у.е.), европейским (2500 у.е.), российским (15000 или 5000 руб.), областным или районным призером. И следует отметить, что в этом мероприятии проигравших не будет, т.к. главный ваш выигрыш – это ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ!

Вопросы можно задать по телефону **2-33-93.**

Центр здоровья.

Эра сигарет - бич общества

«История табакокурения интересна и поучительна», – можем сказать теперь, когда доподлинно известно, что изначально окуривание дымом использовалось врачами в благих намерениях – исцелить недомогающего. Но за пять тысячелетий, после начала распространения табакокурения, отношение человека так изменилось к себе и окружающему миру... Порой задумываешься, а ценит ли он собственную жизнь, этот современный человек!

Верится, что большинство курящих знают об опасности для здоровья, которая преследует их вслед за каждой затяжкой. Но часто ли вспоминают об этом? А может, не хотят вспоминать о том, что...

... имеется более 15 заболеваний, смертность от которых непосредственно связана с курением,

... курящие живут на 5-6 лет меньше, чем не курящие,

... чем раньше человек начинает курить, тем больше потерянных лет его жизни,

... даже высококачественная косметика систематически курящей женщины не скрывает ее изменений в худшую сторону,

... развивающемуся ребенку в организме курящей матери не хватает кислорода, поэтому он еще до рождения становится нездоровым,

... в 1 литре грудного молока кормящей матери содержится до 0,5 мг никотина, а смертельная доза для новорожденного составляет 1 мг на 1 кг его веса, ... (перечень, действительно, бесконечный).

И все же верится, что большинство курильщиков понимают: юношескую забаву – «закурить, чтобы показать свою взрослость» – нужно прекращать. Не стоит дожидаться серьезного сообщения после очередного медицинского обследования. Это не просто слова. Желание бросить курить высказывают 60-90% курильщиков, 40-60% пытаются это сделать хотя бы раз в год. По мнению ученых, главное препятствие на пути отказа от курения заключается в 2-х причинах:

1) не осознан настоящий повод для отказа от курения,

2) нет желания бороться с табачной зависимостью.

Как сказал английский психиатр Рассел: «Люди курят не потому, что ХОТЯТ курить, а потому, что не могут ПЕРЕСТАТЬ». Однако! Как показывает жизненный опыт, даже курильщики с 30-летним стажем, перед лицом реальной опасности, с сигаретой расставались. Попробуйте и вы. Не ждите, пока грянет гром!

П. ЛАВРОВ,
зам. главврача
областного
наркодиспансера.

Курение и беременность

Древнегреческий историк Геродот при описании быта скифов упоминал о намеренном вдыхании дыма от сжигания известных им растений с целью получения бодрости и силы. На вдыхание дыма сжигаемых растений указывает и в древнекитайских летописях. Дым определенных растений при горении вдыхали и обитатели некоторых стран Африки. Благовонные окуривания от сжигания трав практиковались в Греции и Древнем Риме. В Европу траву для курения впервые привез из Америки Колумб 15 марта 1495 г. От провинции Тобаго, где культивировалась эта трава, она получила название «табак». На Русь табак был завезен английскими купцами в 1585 г. через Архангельск. Имеются описания, что курение табака, а также применение его в качестве лекарства часто вызывало тяжелые отравления, которые нередко заканчивались смертью.

Продуктом горения табака является дым. Проходит, так называемая, сухая перегонка. Воздух при затяжке, преодолевая слой тлеющего табака, нагревается до высокой температуры и извлекает из него различные вещества, которые вместе с дымом поступают в легкие. Из продуктов сухой перегонки табака наибольшее значение

имеют аммиак, окись углерода, канцерогенные углеводы и другие вещества, способствующие возникновению злокачественных опухолей. Синильная кислота, которая содержится в табачном дыме, снижает способность клеток воспринимать кислород из притекающей крови, наступает кислородное голодание клеток, особенно головного мозга. Табачный деготь оседает на стенках воздухоносных путей, накапливаясь в альвеолах. В табачном дыме в паровом состоянии содержится еще одно из сильнодействующих и постоянно присутствующих веществ – никотин. Никотин – сильный яд. Одной его капли достаточно, чтобы вызвать тяжелое отравление, а 1,5 капли для человека – уже смертельная доза.

Но одно дело, когда, зная это еще со школьной скамьи, курящий человек травит собственное здоровье. Другое же, когда из-за нерадивой мамы страдает еще не родившийся ребенок.

Природа наделила женщину великой миссией – вынашиванием и рождением детей. Рождение здоро-

вого ребенка зависит от условий его внутриутробного развития. Мать, в широком смысле этого слова, является окружающей средой для будущего ребенка. Благоприятные условия организма матери, естественно, способствуют его нормальному росту и развитию. Недаром еще в древности говорили: «В здоровом теле женщины – будущее народа».

ЕСЛИ КУРИТ ОТЕЦ
Установлено, что у женщин, которые курят во время беременности, чаще рождаются дети с различными дефектами развития. Но по данным одного из швейцарских исследователей, интенсивно курящий мужчина тоже рискует стать отцом неполноценного ребенка, поскольку есть основания считать, что курение неблагоприятно влияет на процесс образования спермы.

Курение в период беременности ухудшает прогноз потомства. Никотин проникает через плацентарный барьер и накапливается в печени, сердце, желудке, небных миндалинах, трахее и других органах плода. Под влиянием никотина нарушается сердечная деятельность плода, снижается масса тела новорожденного. Нередко беременности заканчиваются самопроизвольным выкидышем или преждевременными родами. Имеются сообщения об аномальных развитиях плода, дефектах умственного развития, повышении перинаталь-

ной заболеваемости и смертности потомства курящих женщин. При, казалось бы, умеренном выкуривании беременными 1-9 сигарет в день, смертность новорожденных на 20,8% выше, чем у женщин, которые не курят. При выкуривании свыше 10 сигарет в день смертность увеличивается до 25,9%. Это значит, что выкуривание будущей мамой полпачки сигарет в день ведет к рождению мертвого ребенка в каждом четвертом случае. Нужны ли еще более веские доказательства вреда курения для женщины, тем более, беременной?

Кроме того, никотин выделяется с молоком матери. Поэтому кормящая женщина, если она курит, управляет своего ребенка. Он и растет потом слабым, хилым и более подверженным различным заболеваниям.

Для того, чтобы перечисленные явления не коснулись вашего будущего ребенка, соблюдайте здоровый образ жизни и до рождения ребенка, и при вынашивании, и при кормлении грудным молоком.

Помните! Здоровье будущих детей во многом зависит от вас самих, милые мамочки.

Г. ЛАДУХИНА,
врач акушер-гинеколог
районной больницы
пос. Вохтога.

«Пассивное» или «принудительное» - все равно непоправимо влияющее

«Пассивное курение», «принудительное курение», «воздействие содержащегося в окружающей среде табачного дыма» – все эти термины означают следующее: не курящий человек, находясь в помещении, наполненном табачным дымом, не по своей воле вдыхает сложную смесь из тысяч химических веществ.

В то же время мало кто из курящих задумывается о влиянии табачного дыма на детский организм.

Почему сигаретный дым так вреден для ребенка? Давайте вместе с вами и разберемся.

В мире, где курят взрослые, ребенок становится первой жертвой курения. Материнская сигарета воздействует на новорожденного даже до появления его на свет. У курящих женщин чаще происходят выкидыши и преждевременные роды. Их дети, как правило, рождаются ослабленными, с низким весом и плохой сопротивляемостью болезням. Риск мертворождения или гибели ребенка в первые дни жизни растет пропорционально количеству сигарет, выку-

риваемых будущей матерью. Детская ранимость в отношении пассивного курения вызывает особую озабоченность, как по медицинским, так и по этическим причинам.

Детский организм отличается от организма взрослого: масса легких меньше, в меньшей степени развита иммунная система. В связи с этим малыши более склонны к респираторным заболеваниям и инфекциям уха. У детей дыхание более частое, чем у взрослых. За тот же отрезок времени они вдыхают больше вредных химических веществ на свой вес, чем взрослые.

Младенец не может попросить своих родителей не курить при нем. Маловероятно, что свой протест родителям-курильщикам он может выразить, покинув наполненную дымом комнату. Ребенок не может выбрать место, где ему жить, спать, делать уроки, играть. Создание условий, обеспечивающих охрану его здоровья, – обязанность родителей.

Что влечет за собой «пассивное» или «принудительное» курение?

- Действие табачного дыма вызывает увеличение бронхитов, пневмоний и

других респираторных заболеваний.

- Оно является причиной как острых, так и хронических воспалений среднего уха.

- Вызывает приступы у детей, страдающих бронхиальной астмой, а иногда является первой причиной возникновения этого заболевания.

- Курение родителей повышает заболеваемость кариезом у детей.

- Малыши, находясь рядом с курящими, становятся «пассивными курильщиками», а младшие школьники – получают дурной и заразительный пример.

Родители часто не соотносят с результатами пассивного курения беспокойный сон ребенка, его повышенную возбудимость, быструю утомляемость при подготовке домашних заданий.

Между тем такое «курение» опасно и в другом отношении. Оно является своеобразной питательной средой, на которой потом вырастают новые поколения курильщиков, которыми не рождаются. Курильщиками становятся и, к сожалению, лишь с подачи взрослых.

90 процентов ныне курящих людей с младенческих

лет систематически подвергались окуриванию в семье. Став взрослыми, они продолжают «дело» своих родителей: ставят под угрозу и свое здоровье, и здоровье нового поколения.

Пассивные, принудительные или курильщики «поневоле» попадают под воздействие высокотоксичных химических соединений, особенно канцерогенных компонентов. Поэтому у них шансы заболеть раком значительно выше, чем у тех, кто изолирован от табачного дыма.

Уважаемые родители, задумайтесь над этим. Отказавшись от сигареты, предназначенной для утреннего выкуривания, не возвращайтесь к ней в течение следующего времени. Бросьте ее навсегда!

Откажитесь от табачного курения, будущие папы и мамы! Поверьте, это будет заметным шагом к укреплению здоровья ваших родных и близких. И стоит ли доказывать, что здоровье – одна из важнейших составляющих семейного счастья!

О. ИВАНУШКИНА,
врач-педиатр
МУ «ЦБ ГМР».

Ваша готовность к отказу от курения

Если вы сомневаетесь, «за» или «против» отказа от табакокурения, проверьте себя с помощью данного теста и примите решение в пользу укрепления здоровья.

Отметьте утверждения, с которыми вы согласны

№	Утверждения	«Да»	«Нет»
1.	Я приложу все свои силы, чтобы бросить курить.		
2.	Мои близкие настаивают, чтобы я бросил(а) курить.		
3.	Иногда я очень хочу бросить курить, а иногда нет.		
4.	Я брошу курить, даже если курящие друзья будут смеяться надо мной.		
5.	Медработники рекомендуют мне бросить курить.		
6.	Я знаю, что курение увеличивает для меня заболевания раком.		
7.	Меня нужно убедить отказаться от курения.		
8.	Я могу бросить курить самостоятельно, мне нужно лишь помочь.		
9.	Курение вредно для моего здоровья.		
10.	У меня не хватает воли, чтобы бросить курить самостоятельно.		
11.	Я давно хочу отказаться от курения.		
12.	Мой друг бросает курить и я с ним «за компанию».		
13.	Я попробую отказаться от курения.		
14.	Я хочу найти для себя метод отказа от курения.		
15.	Я впервые принимаю решения отказаться от курения.		
16.	Брошу курить или нет, зависит от специалиста, к которому я обращусь за помощью.		
17.	Я уже давно стараюсь бросить курить.		
18.	Я понимаю, что бросить курить не очень легко.		
19.	Хочу, чтобы медработники сделали со мной что-то для того, чтобы я бросил(а) курить раз и навсегда.		
20.	Меня не нужно убеждать отказаться от курения – это мое решение.		
21.	Курение портит мою внешность.		
22.	Я курю, чтобы не располнеть.		
23.	Если я брошу курить, мне очень трудно будет не курить после еды.		
24.	Брошу я курить или нет, зависит только от меня.		
25.	Запах табачного дыма отвратителен для окружающих.		
26.	Курение помогает мне общаться с людьми.		
27.	Я хочу бросить курить, чтобы мои легкие стали чистыми.		
28.	Курение снижает мою выносливость и работоспособность.		
29.	Если я брошу курить, мне будет очень трудно в некурящей компании.		
30.	Если человек бросил курить, то он не курил по-настоящему.		

Если ваши ответы положительные, подсчитайте количество баллов:

1 = 2	2 = 1	3 = 0	4 = 2	5 = 1
6 = 1	7 = 0	8 = 2	9 = 1	10 = 0
11 = 2	12 = 1	13 = 0	14 = 2	15 = 1
16 = 0	17 = 2	18 = 1	19 = 0	20 = 2
21 = 1	22 = 0	23 = 0	24 = 2	25 = 1
26 = 0	27 = 1	28 = 1	29 = 0	30 = 0

От 0 до 9 баллов. Утверждая, что хотите бросить курить, Вы сами себя обманываете. На самом деле вы пока не хотите этого. Обращаясь к специалистам, вы подсознательно стремитесь доказать своим близким и себе, что вам никто и ничего не поможет.

От 10 до 17 баллов. Ваше решение отказаться от курения еще «не созрело». Ваши внутренние колебания будут мешать выполнить вам свои намерения. Задумайтесь всерьез, познакомьтесь с литературой о воздействии табака на организм человека, посоветуйтесь с психологом или медицинским работником. Есть шанс к тому, что ваша позиция станет более активной.

От 18 до 27 баллов. Вы занимаете правильную позицию. Если, при необходимости, обратитесь к специалистам, то не зря потратите время. Курение действительно вам мешает, и вы готовы к тому, чтобы активно бороться с этой вредной привычкой. Кстати, страдать без сигарет вы будете меньше, чем другие бывшие курильщики, которые были настроены менее решительно. Желаем вам доброго здоровья и интересных увлечений!

Телефон здоровья

Восемь месяцев в областном Центре медицинской профилактики работает телефон здоровья, который дает возможность каждому жителю Вологодской области задать свои вопросы лучшим специалистам департамента здравоохранения и получить практические советы и рекомендации не только для себя, но и своих близких.

За это время задали вопросы 485 жителей области. Мужчины обращаются за советом по вопросам здоровья в 5 раз реже, чем женщины.

Больному человеку диагнозы по телефону не устанавливаются. Специалист может дать консультацию по профилактике обострения заболевания и подсказать, что надо сделать или к кому обратиться.

Напомним, что только каждый 14-й звонок поступает из районов, где нет «узких» специалистов. О том, когда работает нужный вам специалист, можно узнать по телефону в Вологде (8-22) 72-26-75 с 9 до 17 часов.

Встречи на "тропах"

Историко-литературный кружок «Тропами Олега Кванина» «родился» в нашей школе совсем недавно, но уже ведет очень активную жизнь. Вместе с руководителем Огрохиной Татьяной Борисовной мы, средние классы, его непосредственный коллектив.

С первых дней нашего краеведческого существования мы поставили перед собой задачу - поближе узнать жизнь и творчество наших поэтов-земляков. «Кванинские тропы» увели нас в мир истории Вологодского края, открыли новые имена, заставили взглянуть другими глазами на родные места. «Благогодатным» краем для краеведов назвала нашу комьянскую землю Елизавета Федоровна Лялина. К Елизавете Федоровне нас олять-таки привела «кванинская тропка»: когда-то в 70-е годы при газете «Сельская правда» работало литературное объе-

динение «Искорка». Там и сотрудничали Олег Кванин и Елизавета Лялина. Нам было интересно встретиться и поговорить с ней.

Елизавета Федоровна рассказывала нам интересно и просто о своих детских годах, о юности, как в военное лихолетье работала на лесозаготовках, а потом, после окончания двухмесячных курсов трактористов, на тракторе. Трудно представить маленькую хрупкую девочку, выполняющую тяжелую мужскую работу... А потом работа на комбайне, сельхозтехникум, работа агрономом. Так и в наших краях оказалась. Знала в лицо Героев Социали-

КРАЕВЕДЕНИЕ

стического Труда! А их у нас было немало: 9 человек.

Узнали мы и о том, как она, работая в «Сельской правде», познакомилась с Олегом Семеновичем Кваниным. Нам было очень приятно слушать добрые слова о человеке, который стал нам близок и дорог. Ребята задавали много вопросов, и на все получали ясный и быстрый ответ. Всем хотелось получить автограф, и Елизавета Федоровна никому не отказала: писала добрые пожелания на память прямо в ребячьи дневники.

Когда наша гостыя уехала, на душе еще долго-долго было как-то легко и радостно.

Юля КАБАНОВА,
ученица 7 класса
Комьянской средней школы.

Андрей - в службе пример

В нашей части проходит службу ваш земляк Мурашов Андрей Геннадьевич. За время службы Андрей зарекомендовал себя с положительной стороны. Он добросовестно выполняет свой воинский долг, успешно осваивает программу боевой и общественно-государственной подготовки. Является примером для всего личного состава в воинской дисциплине, выполнении требований воинских уставов. Андрей обладает высокими нравственными качествами - всегда готов прийти на помощь товарищам, пользуется уважением у командиров и начальников, авторитетом в коллективе.

За достигнутые успехи в боевой учебе и воинской дисциплине Андрей неоднократно поощрялся командованием подразделения и части.

Вы можете гордиться Мурашовым Андреем Геннадьевичем.
Надеюсь, что эта публи-

ПИСЬМО ИЗ ЧАСТИ

кация послужит делу патриотического воспитания молодежи, будет приятной для мамы Андрея, которая живет в п. Вохтога, и даст ему силы добиваться еще больших результатов в боевой учебе, с честью выполнить свой воинский долг по службе в Вооруженных Силах России.

С уважением, командир войсковой части подполковник
О. ЖИНЖИЛОВ.

ОКНА ПВХ

Жалюзи.
Лоджии.
Цены от производителя.
Стоимость окна от 10500 рублей.
Тел. 8-921-066-18-18.

(4-3)

Спортивная мозаика

С января по март проходило первенство района по баскетболу среди ветеранов. По его итогам первое место занял «Локомотив», второе - «Факел», третье - «Металлресурс».

Закончились игры на первенство города по шахматам. В упорной борьбе первое место занял В. Константинов, второе - А. Агеев, третье - А. Морозов.

На первенстве района по лыжным гонкам среди ветеранов первое место заняла команда «Металлресурс», второе - ПУ-16, третье - «Заря». В личном зачете среди 50-летних победителем стал Владимир Константинов, второе место у Александра Непого-

дьева, третье - у Вячеслава Курицына. Среди 40-летних лучшим был Юрий Путилин, вторым - Владимир Назаров, третьим Владислав Садыков.

Параллельно первенству района проходил Шекснинский марафон. Победителем стал Артем Дружинин, второе место занял Алексей Доронин.

На первенстве района по лыжным гонкам среди женщин в командном зачете первое место у школы слабовидящих детей, второе - у Слободской средней школы, третье - у колхоза «Покровский». В личном зачете в своих возрастных группах победителями стали Надежда Белякова, Елена Подгор-

нова, Александра Ермакова, Ольга Трескина, Наталья Кочурова.

В Сямже прошел областной лыжный марафон, из наших лучшими были Артем Дружинин, Алексей Доронин, Евгений Ковалевич.

В Вохтоге прошли комплексные спортивные мероприятия, посвященные памяти Ю. М. Лазарева. 130 спортсменов померялись силами в лыжных гонках, футболе, во-

лейболе, гиревом спорте. В лыжных эстафетах победителями в старших и младших возрастных группах стали спортсмены из Слободы. Лучшее время на этапах показала Андрей Нефедов, Елена Подгорнова, Артем Дружинин, Надежда Барсовкина.

В гиревом спорте в весовой категории до 50 кг лучшим был Алексей Болтушкин (Грязовец), до 60 кг - Евгений Комягин (Грязовец), второе место у Павла Травина (Вохтога), третье - у Егора Бурова (Вохтога). В категории до 65 кг победил Андрей Ферменцев (Грязовец), второе место у Павла Рассветалова (Вохтога).

В товарищеских играх по футболу среди старшей юношей первое место заняла команда из Вохтоги, второе - из колхоза «Покровский», среди юношей

среднего возраста победила команда из Грязовца, вторыми были вохтожане. У младших юношей победа досталась команде из Вохтоги, вторыми были грязовчане, третье место у футболистов из Покровского.

НОУ «ВОЛОГОДСКИЙ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ» проводит предэкзаменационную подготовку электротехнического персонала для сдачи экзамена комиссии Управления по технологическому и экологическому надзору Ростехнадзора по Вологодской области НА ГРУППУ ДОПУСКА по электробезопасности.

Стоимость обучения 1800 рублей.
Занятия состоятся с 3 по 5 апреля по адресу: г. Грязовец, ул. Соколовская, 39а.

Заявки принимаются по тел./факсу (822) 72-70-17.
По вопросам организации и проведения курсов обращаться по тел. 2-13-02, 2-22-27 (Авдеевский Алексей Евгеньевич).

(2-2)

ВНИМАНИЕ!

Каждую субботу в поликлинике ЦРБ (кабинет 39) ведет прием врач ПСИХИАТР-НАРКОЛОГ из Вологодского областного наркодиспансера (стаж работы в наркологии - 18 лет).

Уважаемые пациенты и их родственники! Вы можете получить следующие услуги: консультации (в т. ч. и родственников), снятие похмельного синдрома, вывод из запоя (в т. ч. и на дому),

различные методы кодирования (в/в введение препарата на разные сроки, имплантация препарата), индивидуальный подбор.

Прием с 9.00 до 12.00. Предварительная запись по тел. 8-911-501-05-96.

Качество работы гарантируем!

(3-1)

О карточках транспортного обслуживания

Льготы

Уже более года в России действует новая система предоставления государственных социальных услуг. Одной из таких услуг, на которую, в соответствии с законом, имеют право более трети россиян, является бесплатный проезд в пригородном железнодорожном транспорте.

С 15 февраля 2006 года для тех, кто относится к разряду «федеральных льготников» и решил в этом году воспользоваться «социальным пакетом» в натуральной форме, оформление бесплатного билета при проезде в пригородной электричке осуществляется только по предъявлению специально изготовленной «Карточки транспортного обслуживания получателя социальной услуги в виде бесплатного проезда железнодорожным транспортом в поездах пригородного сообщения в 2006 году».

Для чего необходимо было менять правила бесплатного проезда, которые действовали в прошлом году?

С этого года федеральные льготы имеют право выбора - пользоваться набором социальных услуг или получать взамен деньги. Те, кто выбрал деньги, до 1 октября

2005 года подали в управления Пенсионного фонда по месту жительства соответствующие заявления. Причем, отказаться можно было как от всего пакета в целом, так и от одной из его частей, например, от бесплатного проезда на пригородном железнодорожном транспорте, а также на междугородном транспорте к

месту лечения и обратно. Из 16 миллионов федеральных льготников, обладающих правом на бесплатный проезд пригородным железнодорожным транспортом, не выразили желания получить за него денежную компенсацию 7,8 миллиона человек. И чтобы подтвердить их право на то, что они не получают денежную компенсацию за проезд, было принято решение выдать им единый документ - «Карточку транспортного обслуживания».

Я являюсь федеральным льготником с января 2006 года. Могу ли я получить «Карточку транспортного обслуживания»?

Граждане, которые приобрели право на льготу по оплате проезда в пригородном сообщении начиная с 1 ноября 2005 года и в течение 2006 года, должны обратиться для получения

«Карточки» в территориальные отделения Пенсионного фонда.

Могут ли мои близкие воспользоваться моей «Карточкой»?

«Карточка транспортного обслуживания» - именная. Передавать ее другому лицу нельзя. Билетный кассир не имеет права выдать бесплатный билет, если данные «Карточки» не соответствуют предъявленному паспорту. Более того, такая «Карточка» может быть изъята, как утерянная или краденая.

«Карточка» действует на всей территории Российской Федерации или только в пределах региона?

Бесплатный билет по предъявлении «Карточки» и паспорта вам выдадут в железнодорожной кассе в любом регионе страны. Вы имеете право бесплатного проезда в пригородном со-

общении без ограничения числа поездов и маршрута следования, в любое время года.

У нас на станции нет билетной кассы. Как мне оформить бесплатный билет по «Карточке транспортного обслуживания»?

Для оформления проезда в пригородном сообщении на участках, где билетные кассы отсутствуют, нужно сразу же после посадки в пригородный поезд подойти к разъездному билетному кассиру (проводнику вагона либо контролеру-ревизору) и предъявить «Карточку транспортного обслуживания» и документ, удостоверяющий личность (паспорт, удостоверение личности офицера и т.п.).

ГУ Управление ПФ РФ в Грязовецком районе.

КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ

Подбор и постановка контактных линз.

Широкий выбор средств по уходу за линзами.

Прием состоится в поликлиника ЦРБ (кабинет окулиста).

Ждем вас 4 апреля с 8 до 10 часов.

(2-1)

ПРОДАМ ВАЗ-21093.
Тел. 2-34-94, 8-921-533-81-67.

(3-2)

2 АПРЕЛЯ продажа привитых ПОРОСЯТ: Ростилово - 14.30, Грязовец - 15.00, Вохтога - 16.40, Сидорово - 17.20, Анохино - 18.00.

31 МАРТА и 1 АПРЕЛЯ магазин «ТОП-ТОП» проводит распродажу детской обуви. Скидки от 10 до 20 процентов. Приглашаем за покупками!

Учредители телерадиогазетной компании - Земское Собрание и администрация Грязовецкого муниципального района Вологодской области

Редактор газеты В. С. ГАНИН.

Газета выходит по вторникам и субботам. Подписание номера по графику в 17.00.



Телефоны: директор телерадиогазетной компании - 2-10-76, редактор газеты - 2-13-32, редактор телевидения - 2-26-29, обозреватель - 2-16-90, отдел информации - 2-14-92, бухгалтерия - 2-12-70, радиовещание - 2-18-09.



Адрес редакции: 162000, Вологодская обл., г. Грязовец, пр. Ленина, 85.

Газета зарегистрирована Центральным региональным (г. Тверь) управлением Комитета Российской Федерации по печати.

Свидетельство Т-0776.

Мнение авторов публикуемых статей может не совпадать с мнением редакции.

Письма и рукописи, присланные в редакцию, не рецензируются и не возвращаются и публикуются по усмотрению редакции (ст. 42 Закона РФ «О СМИ»).

За достоверность публикуемых объявлений отвечает только рекламодатель.