

МОЛОДЕЖНЫЙ

Газета администрации Молодёжного
муниципального образования
www.molodegnoe-mo.ru

Вчера. Сегодня. Завтра

№ 7. ИЮЛЬ. 2023 год

Уважаемые работники физической культуры и спортсмены! Поздравляю вас с Днём физкультурника!

Этот замечательный праздник посвящен всем, кто занимается физической культурой и спортом, тем, кто стремится к здоровому образу жизни и пропагандирует его.

В нашем муниципальном образовании развитие спорта является одним из приоритетных направлений. На сегодняшний день в Молодежном развивается несколько видов спорта, работают спортивные секции, созданы комфортные условия для привлечения населения к занятиям физической культуры.

Ваши усилия помогают нам быть сильными, выносливыми и энергичными. Вы вдохновляете нас своим примером и показываете, что спорт – это не только физическая активность, но и духовное развитие.

Желаю вам здоровья, энергии и успехов в вашей благородной работе. Продолжайте вдохновлять нас, помогайте людям достигать своих спортивных целей и делать наш мир лучше.

Также в этот день хочу выразить благодарность тем, кто помогает развитию спорта в нашем муниципалитете, оказывает поддержку в организации и проведении турниров, соревнований.

С праздником, дорогие спортсмены! Благодарю вас за ваше трудолюбие и преданность спорту!

С уважением, глава Молодежного МО Александр Степанов



8 июля на площади перед Домом культуры «Молодежный» состоялся праздничный концерт, посвященный Дню семьи, любви и верности

С поздравительным словом выступил глава Молодежного МО Александр Степанов, который вручил поздравительные грамоты юбилярам семейной жизни:

«Семья Саловаровых, Якимовых и Афанасьевых прожили душа в душу 60, 50 и 45 лет. Это достойный пример для молодых семей, образец настоящей любви и мудрости.

В Молодежном проживает немало крепких и дружных семей. Наши жители принимают активное участие и оказывают всестороннюю помощь и поддержку в проведении мероприятий, волонтерских и благотворительных акциях, в спортивной и культурной жизни».

Депутат Законодательного Собрания Иркутской области Кудрявцева Галина также поздравила супружеские пары и вручила им благодарности.

За вклад в социально-экономическое развитие Иркутской области от Законодательного Собрания награждены три жителя Молодежного МО: депутаты Думы ММО Бельков А.В., Балдин А.Н., а также Орешкин М.И.

В рамках мероприятия впервые прошёл конкурс «Лучшая творческая семья Молодежного МО-2023». Участникам предстояло пройти три этапа: «Семейный рисунок», «Семейное блюдо» и «Творческий конкурс». Победителем стала семья Дорониных, воспитывающая 7 детей. Второе место заняла семья Быстровых, третье место досталось семье Яровых.

Праздник украсили выступления творческих коллективов МУК СКЦ: студии «Ювента», вокальных ансамблей «Яблонька» и «Коктейль», участника студии «Молодежка» Егора Тютрина, народного ансамбля «Ермаковы лебеди», семейного дуэта Алексея и Всеволода Сазоновых.

Администрация и МУК СКЦ Молодежного МО поздравляет жителей с Днем семьи, любви и верности! Желаем вашим семьям счастья, согласия, крепкого здоровья и процветания! Также выражаем благодарность семьям-участникам конкурса за подаренное праздничное настроение и прекрасные выступления! Вы стали настоящим украшением нашего праздника!





Тренер, друг и наставник

Спорт играет важную роль в нашем обществе, ведь здоровье – это самое ценное, что у нас есть. В Молодежном МО проживают как именитые спортсмены, так и начинающие, перспективные ребята. Кто-то из них уже защищает честь поселения на соревнованиях разного уровня, кому-то только это предстоит.

Немаловажную роль в выступлениях муниципальной команды играют ее руководители и тренеры, отвечающие за подбор, подготовку и поддержку спортсменов. Ведь именно от этого зависит успех выступления команды.

Ко Дню физкультурника мы пообщались с инструктором по физической культуре МУК «Спортивно-культурный центр» ММО Перегудовым Виталием Ефимовичем – настоящим лидером, вдохновляющим своим примером и личной историей.

– Виталий Ефимович, как вы пришли в спорт?

Я родился в г. Киренске. Наше детство очень отличалось от детства современных детей. Не было даже телевизора. Поэтому в свободное от учебы время каждый занимался тем, что его интересовало. Ходили по субботам в кино, играли в разные игры и, конечно, занимались спортом. Когда я учился в 11 классе, к нам приехал тренер по классической (греко-римской) борьбе. Этот вид спорта мне очень понравился, охотно посе-

щал тренировки, стал выступать и занимать призовые места. После окончания школы, за компанию с товарищем пришел в авиационный техникум, друг подавал туда документы. Предложили поступить на специальность «Электрорадиооборудование самолетов». Но меня больше зацепила не будущая специальность, а то, что в техникуме была секция борьбы. Поступил, но через год меня забрали в армию. На тот момент успел стать призером городского первенства по борьбе.

Отслужив один год, впервые поехал на первенство авиации Тихоокеанского флота, где занял 2 место. После меня оставили на сборы и, на следующем первенстве, я стал абсолютным победителем. За победу командующий флота дал мне отпуск.

В то время в Хабаровске открылся институт физкультуры, решил поступать туда. И, по счастливой случайности, начинается первая весенняя демобилизация. По моей просьбе, учитывая примерное поведение и спортивные заслуги, демобилизовали из армии в июне. Всего таких нас было два человека из роты. Так я отправился покорять незнакомый мне город.

В Хабаровске не удалось сразу поступить в основную группу, поэтому полгода числился в числе кандидатов и оставался без стипендии. Но не унывал и продолжал тренироваться. После того, как занял 2 место на городских соревнованиях по вольной борьбе, меня, наконец, зачислили в институт. Не раз становился победителем и призером различных соревнований, среди которых самым большим достижением стала победа на первенстве страны среди железнодорожников в 1973 году, где и получил звание мастера спорта.

Окончив институт, собрался ехать в Братск, но тренер уговорил остаться в Хабаровске.

Через три года с супругой приняли решение уехать в Братск, где на должности тренера проработал в общей сложности 14 лет.

В 1990 году переехали в Иркутск, и в том же году устроился тренером в сельскохозяйственный институт. Через пять лет начал вести секцию настольного тенниса.

– Как вы стали вести еще и секцию шахмат?

С шахматами получилось спонтанно. С детства любил эту игру, посещал секции. Пока трудился в Братске, тренировался в городском спортивном клубе. Именно там получил сначала второй, а позже и первый разряды. Много лет тренирую, в основном, взрослых. Также занимаюсь подготовкой ребят к соревнованиям районного и областного уровней.

– Какие достижения у вас были в карьере тренера?

В течение своей карьеры у меня было несколько значимых достижений. Мои подопечные занимали призовые места на различных соревнованиях, включая всероссийские турниры. Но для меня самым главным и важным является не только спортивный успех, но и развитие и достижения каждого моего воспитанника.

Команда сельскохозяйственного института успешно выступала на всероссийских вузовских соревнованиях. Среди студентов и жителей нашего поселения много талантливых и перспективных спортсменов. Главное – вовремя разглядеть талант.

– Какие ценности и принципы вы передаете своим воспитанникам?

Для меня физкультура и спорт – это не только здоровье и физическая активность, но и средство формирования характера и развития личности. Я учу своих учеников ценить

упорство, дисциплину и справедливость. Стараюсь внушить им любовь к спорту и стремление к самосовершенствованию.

– Как вы празднуете День физкультурника?

В День физкультурника МУК СКЦ организует мероприятия для жителей Молодежного МО. Проводим спортивные соревнования, организуем игры и эстафеты. На таких мероприятиях мы приглашаем детей и взрослых в наши спортивные секции, чтобы подготовить их к дальнейшим выступлениям за наш муниципалитет.

За последние годы нашей команде удалось вернуть лидирующие позиции, доказательством чего являются призовые места на районных сельских играх. Считаю, что это настоящая командная работа администрации и МУК СКЦ, а также наших жителей, достойно защищающих честь Молодежного МО. Надо отдать им должное, ведь чего стоит одна подготовка к соревнованиям и степень ответственности, возложенная на них. Мы гордимся каждым из них!

– Какие советы вы можете дать людям, чтобы поддерживать активный образ жизни и заниматься спортом?

Мой главный совет – не бояться начать. Многие люди слишком долго размышляют и откладывают начало занятий спортом. Но самое главное – это просто начать и находить удовольствие от процесса. Важно выбрать вид спорта, который вам нравится, и постепенно привыкнуть к регулярным тренировкам.

– Что бы вы хотели пожелать нашим жителям?

Пусть каждый найдет свою стезю в спорте и достигнет успеха! Только так вы сможете сделать свою жизнь ярче и позитивнее!

С начала лета на водных объектах региона при различных обстоятельствах погибли 31 человек, шесть из которых – дети и подростки.

Места, где случаются трагедии, не оборудованы для купания, на береговых линиях установлены запрещающие знаки и аншлаги, информирующие об опасности.

Напоминаем: купание в местах, не имеющих оборудованных зон для этого, несет угрозу вашей жизни! Все трагедии с несовершеннолетними происходят из-за отсутствия надлежащего контроля со стороны взрослых, гибель взрослых – из-за несоблюдения элементарных правил личной безопасности.

Передохнуть от жары, получить новые, а иногда и острые ощущения. Это только часть причин, по которым жители Прибайкалья выбирают отдых у воды. К сожалению, некоторые при этом забывают об опасности неприспособленных и негодных для купания водоемов. Больше 30 человек утонули в Прибайкалье с начала лета. Чтобы предупредить население об опасности спасатели и полицейские выходят в рейды.

Как сообщают официальные источники, на реке Китой в Ангарске при купании в необорудованном месте один ребенок утонул, второй пострадал и находится в реанимации.

Вечером 22 июля в Ангарске в районе садоводства «Островок» внимание очевидцев привлекли детские крики с небольшого острова на реке Китой. Как выяснилось позднее, туда вброд перешли два брата 2011 и 2014 года рождения, чтобы попрыгать в воду с тарзанки. В какой-то момент начали тонуть.

Взрослые, бросившиеся на помощь, успели спасти младшего мальчика – сейчас ребенок находится в реанимации, второй, к сожалению, утонул. Его тело было обнаружено очевидцами на дне водоёма. Вернуть к жизни его не удалось.

Причиной произошедшего стало нахождение несовершеннолетних на водоёме без надзора и купание в необорудованном месте. На берегу повсеместно установлены запрещающие знаки и аншлаги, информирующие об опасности.

Дети в силу возраста не в состоянии адекватно оценивать риски для жизни, поэтому так важно контролировать их ме-

стохождение, регулярно проводить беседы о недопустимости купания в запрещённых местах.

В основе трагических случаев с гибелью людей на водоемах – нарушение запрета купания в необорудованных местах.

В минувшее воскресенье, 23 июля, на обводненном карьере в поселке Шумский Нижнеудинского района Иркутской области очевидцами на акватории было обнаружено тело утонувшего.

Несмотря на установленные запрещающие знаки, в отсутствие пляжа с оборудованной зоной для купания, мужчина решил поплавать, но не рассчитал силы и утонул в нескольких метрах от берега.

В пункте 2.7 Правил охраны жизни людей на водных объектах в Иркутской области содержится запрет на купание в местах массового отдыха людей у воды при отсутствии подготовленных пляжей с оборудованной зоной для этого.

Спасатели призывают граждан проявлять максимальную бдительность во время отдыха, соблюдать правила личной безопасности, контролировать местонахождение детей и не допускать их пребывания у воды без надзора!

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Купайтесь только на оборудованных пляжах. Не перегревайтесь и не переохлаждайтесь. Купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19°C, воздуха 20-25°C.

Не заплывайте далеко, особенно за буйки. Можно не рассчитывать своих сил. Если вы почувствовали усталость, не стремитесь быстрее доплыть до берега. Перевернитесь на спину и, поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног, «отдохните» на воде.

Катайтесь на лодке, обязательно пользуйтесь спасательными жилетами. Нельзя допускать шалости во время движения лодки – это опасно для жизни! Нельзя садиться на борт лодки и перегибаться через него, нельзя раскачивать лодку – она может перевернуться.

Если во время купания вас застала гроза, немедленно выйдите из воды и подойдите как можно дальше от берега.

Не прыгайте в воду с сооружений, не приспосабливайте для этого, и в местах, где вы не знаете глубину и состояние дна.

Очень осторожно плавайте на надувных матрацах, автомобильных камерах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести очень далеко от берега, волной – захлестнуть, из них может выйти воздух и они утонут. Не плавайте на надувных матрацах при сильном ветре!

Памятка для родителей «Безопасность ребенка на воде в летний период»

Летнее время часто связано с походами к водоемам, где детей поджидает множество опасностей. При этом взрослые не всегда ответственно относятся к тому, чтобы обучать и контролировать своих детей. А ведь очень важно проверить, что дети понимают правила поведения у воды, тем более, если они уже сами ходят купаться и загорают.

Запомните!!!

- Нарушение правил безопасности на воде чревато серьезной угрозой жизни и здоровью.
- Купаться на водоеме дети могут идти только с родителями.
- Старайтесь купаться не ранее чем через полчаса после еды.
- Купаться можно лишь в местах, пригодных для этого, где есть опознавательные знаки. В других местах на дне могут находиться бревна, осколки, ямы.
- Нельзя входить в воду во время шторма или грозы.
- При плавании не заплывайте за буйки и не подплывайте близко к судам, поскольку вас может затянуть под винт.
- Не следует плавать на камерах, самодельных влоках и других самодельных средствах.
- В воде, с температурой ниже 18°C, не купаются – могут начаться судороги. Температура воздуха должна составлять при этом 20-25°C и выше.
- Игры с захватом и борьбой в воде опасны, какими бы веселыми они ни были.
- Чтобы избежать перегрева на солнце не стоит купаться в период с полудня и до 16 часов вечера, надо обязательно пользоваться солнцезащитными кремами и надевать головной убор.
- Важен ваш личный пример взрослого и строгое следование правилам.

Купание – одно из опасных занятий, в особенности, для детей, и даже умение плавать не является гарантией полной безопасности. Поэтому, прежде чем брать своего ребенка на пляж или на прогулку к водному источнику, Вы должны изучить правила безопасности детей на воде и познакомить с ними детей!

СТАВЬ #БЕЗОПАСНОЕЛЕТО

И РАЗМСТИ ЭТУ ПАМЯТКУ В РОДИТЕЛЬСКОЙ ГРУППЕ ДОРОГА или

ДОРОГА – главный источник опасности! Каждый день напоминайте ребенку о правилах дорожного движения!

ЛЕС – гулять в лесу одному небезопасно! Научите ребенка ориентироваться в незнакомой местности! Обеспечьте его средством мобильной связи!

ВОДА – прежде, чем отпустить ребенка к воде, оденьте на него спасательный жилет и убедите не заплывать далеко от берега!

ОГОНЬ – дети не должны разжигать костры самостоятельно! Это может привести к непоправимым последствиям – травмам и пожару!

НОЧЬ – находиться в вечернее и ночное время без взрослых нельзя! Многие преступления совершаются именно в это время суток.

ГУ МВД России по Иркутской области
Сотрудники ПОЛИЦИИ 066 с мобильного 102

АНТИТЕРРОР

Что делать если вы оказались заложником

1. Сохранять спокойствие
2. Не привлекать внимания преступника
3. Не смотреть преступникам в глаза
4. Не отвечать на провокацию
5. Отметить места укрытия на случай стрельбы
6. Не вставать, не пытаться вырваться
7. Лечь на пол в случае штурма силами правоохранителей

Что делать при обнаружении подозрительного предмета

1. Сохранять спокойствие
2. Отойти от предмета на несколько метров
3. Не трогать коробки, свертки и другие подозрительные предметы, не пытаться открыть их
4. Немедленно позвонить в МЧС или полицию

- 01** Спасательная служба МЧС
- 02** Полиция
- 03** Скорая медицинская помощь
- 112** Экстренный вызов службы спасения

ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



Взрывоопасные предметы. Признаками взрывного устройства могут быть:

- натянута проволока, шнур и т. д.;
- провода или изоляционная лента неизвестного назначения;
- бесхозный предмет обнаруженный в машине, в подъезде, у двери квартиры, в общественном транспорте, в местах скопления людей;
- взрывное устройство установленное в местах скопления людей, в общественном транспорте или жилом доме может быть замаскировано под обычный предмет – сумку, портфель, сверток и т. д.

Если вы обнаружили самодельное взрывное устройство, гранату снаряд, и т. п.:

- зафиксируйте время находки;
- не подходите близко не позволяйте другим людям прикасаться к предмету;
- немедленно сообщите о находке в полицию;
- не трогайте не вскрывайте и не переносите находку;
- запомните все подробности связанные с моментом обнаружения предмета;
- дождитесь прибытия оперативных служб.

Подозрительные действия неизвестных лиц (доставка в жилье дома подозрительных на вид емкостей, упаковок, мешков и т.п.). Ваши действия:

- не привлекать на себя внимание лиц, действия которых показались Вам подозрительными;
- сообщить о происходящем в ближайший отдел полиции;
- попытаться запомнить приметы подозрительных лиц, записать номера их машин;
- до приезда сотрудников полиции не предпринимать никаких активных действий;
- обращайтесь внимание на бесхозные предметы.

При получении информации о эвакуации:

- возьмите деньги, документы, ценности;
- отключите электричество, газ, воду, погасите в печи (каmine) огонь;
- окажите помощь в эвакуации пожилым и тяжелобольным людям;
- закройте входную дверь на замок;
- возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Родители! Вы отвечаете за жизнь и здоровье ваших детей. Разъясните детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность для жизни.

ТРЕБОВАНИЯ К КАНДИДАТАМ

- ✓ По возрасту: для граждан Российской Федерации от 18 до 40 лет; для иностранных граждан от 18 до 30 лет.
- ✓ По здоровью: быть годным к военной службе (категория А) или годным к военной службе с незначительными ограничениями (категория Б).
- ✓ По результатам профессионального психологического отбора: получить первую, вторую или третью категорию пригодности для конкретной выбранной специальности.
- ✓ По образованию: не ниже основного общего (9 классов).
- ✓ По уровню физической подготовки: для кандидатов в возрасте до 30 лет – подтягиваться на перекладине не менее 10 раз, пробегать 100 м за 15,00 сек, пробегать 3 км за 14,00 мин.
- ✓ Иностранцы граждане должны владеть государственным языком Российской Федерации.

ГРАЖДАНИН НЕ МОЖЕТ СЧИТАТЬСЯ КАНДИДАТОМ, ЕСЛИ:

- ✗ отбывал наказание в виде лишения свободы;
- ✗ подвергался административному наказанию за потребление наркотических или психотропных веществ;
- ✗ в отношении него вынесен обвинительный приговор и назначено наказание, ведется дознание либо предварительное следствие или уголовное дело передано в суд.

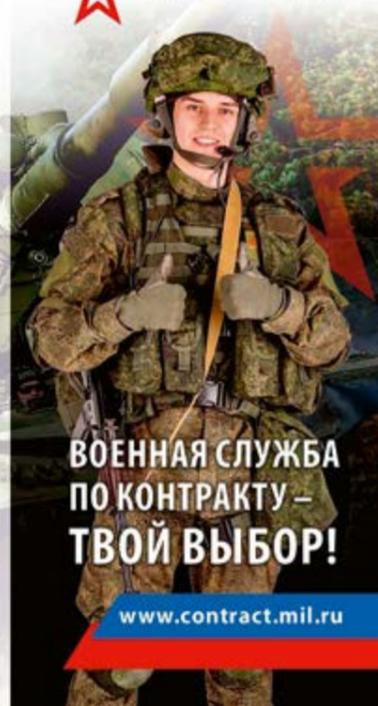
ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ на военную службу по контракту

1. Фотографии анфас размером 9x12 см (на обороте фотографии черными указываются фамилия, имя, отчество и дата фотографирования)
2. Автобиография в двух экземплярах (первый экземпляр – собственноручно)
3. Анкета (форму можно получить на пункте отбора или на сайте www.contract.mil.ru)
4. Копии документов об образовании
5. Копия трудовой книжки (при наличии)
6. Служебная характеристика с последнего места работы (учебы, службы)
7. Выписка из домовой книги (при наличии)
8. Копия свидетельства о рождении
9. Копия военного билета (при наличии)
10. Копия паспорта (для граждан Российской Федерации)
11. Копия свидетельства о браке и рождении детей (при наличии)
12. Копия свидетельства о постановке физического лица на учет в налоговом органе
13. Справка из банка о присвоении банковских реквизитов

БОЛЕЕ ПОДРОБНО с информацией можно ознакомиться на сайте <http://www.contract.mil.ru>

Адрес ближайшего к Вам ПУНКТА ОТБОРА на военную службу по контракту можно узнать в военном комиссариате по месту жительства либо на сайте http://contract.mil.ru/career/soldiering/conditions/items_selection.htm

АРМИЯ РОССИИ



ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО Контракту – ТВОЙ ВЫБОР!

www.contract.mil.ru

СОЦИАЛЬНЫЕ ГАРАНТИИ И ЛЬГОТЫ ВОЕННОСЛУЖАЩИМ ПО Контракту И ЧЛЕНАМ ИХ СЕМЕЙ

- ДЕНЕЖНОЕ ДОВОЛЬСТВИЕ:** ежемесячно от 25 тыс. до 75 тыс. рублей в зависимости от воинского звания, должности, выслуги лет, уровня мастерства и региональных коэффициентов.
- ЖИЛИЩНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:**
 - получение собственного жилья по избранному месту жительства после 20 лет службы;
 - асигнование в накопительно-ипотечную систему (НИС) жилищного обеспечения военнослужащих через 3 года службы, и приобретение жилья стоимостью до 6,0 млн. рублей;
 - служебное жилье на период военной службы или денежная компенсация за наем жилья.
- МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:** ежегодное бесплатное обследование, лечение, обеспечение лекарствами.
- ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:** бесплатное трехразовое питание по месту военной службы.
- ПЕНСИЯ:** право на пенсионное обеспечение после 20 лет службы.

ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ СТРАХОВАНИЕ жизни и здоровья военнослужащих за счет средств федерального бюджета.

- ПОДЪЕМНОЕ ПОСОБИЕ:** в размере до 50 тыс. руб. при переезде к новому месту службы.
- ЕДИНОВРЕМЕННОЕ ПОСОБИЕ ПРИ УВОЛЬНЕНИИ С ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ:** от 30 до 200 тыс. руб. в зависимости от срока службы.
- ПЕРЕВОЗ ЛИЧНОГО ИМУЩЕСТВА:** возможность бесплатного провоза до 20 тонн имущества жд, морским или автомобильным транспортом при переезде к новому месту службы и увольнения.
- ВЕЩЕВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:** бесплатное обеспечение обмундированием на весь период службы.
- ПРОЕЗД РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ТРАНСПОРТА:** бесплатный проезд к новому месту службы, на лечение, в отпуск (и обратно) из ряда удаленных регионов России, на избранное место жительства при увольнении с военной службы.
- СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ:** право на получение (сохранение) жилья, оказание медицинской помощи, льготы при оплате коммунальных платежей.
- ПОЛУЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ:** бесплатное получение высшего или среднего профессионального образования после 3 лет службы по контракту, возможность получения в период службы новых профессий.
- ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ, ГАРАНТИИ И КОМПЕНСАЦИИ** при выполнении задач в условиях чрезвычайного положения и при вооруженных конфликтах.

БОЛЕЕ ПОДРОБНО с информацией можно ознакомиться на сайте www.contract.mil.ru

ПЯТЬ ШАГОВ К ИСПОЛНЕНИЮ МЕЧТЫ – ПОСТУПИТЬ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ ПО Контракту

1. Обратиться в пункт отбора по месту жительства (регистрации) и подать заявление о приеме на военную службу по контракту.
2. Выполнить тесты на профессиональную пригодность.
3. Пройти медицинскую комиссию.
4. Сдать нормативы по физической подготовке.
5. Получить в пункте отбора предписание, прибыть в воинскую часть и заключить контракт.

Мой путь к мечте
Александр КОЗЛОВ
младший лейтенант в запасе
участник боевых действий (БДП)

Родился я в Новосибирской области в семье рабочих: мама – медсестра, отец был сварщиком на предприятии.

По окончании техникума был призван в армию, где получил специальность механика-водителя. В период службы понял, что такая работа мне по душе. С детства интересовался техникой и получилась так, что мое увлечение и военная специальность очень близки, поэтому я решил связать свою жизнь с военной службой.

В августе 2016 года заключил контракт. Сейчас на руки получаю 41 тыс. рублей в месяц. А недавно мне предложили должность инструктора по вождению, прибавка к заработной плате составит еще 8 тыс. рублей.

В будущем году планирую жениться. Недавно у нас сдала новый дом для военнослужащих, в котором мы с женой и детьми получили служебное жилье.

В армию ипотеку вступил в августе 2019 года и уже через три года мы с супругой будем подбирать себе квартиру. У нас в техникуме я о таком будущем и не мечтал.

Служба в Вооруженных Силах открыла мне перспективы новой жизни.

Алкоголь - это опасно!

Алкоголь — это психоактивное вещество, вызывающее зависимость. Алкоголь быстро всасывается в кровь, и в организм и ткани попадает за 30 – 20 минут после употребления. Если продолжать употреблять алкоголь, то в конечном итоге это может составлять 2,7% в в крови – 1,4%.

Постоянная концентрация алкоголя (0,02) в крови приводит к развитию хронического алкоголизма, вызывая патологические изменения деятельности нервной системы.

Со временем обычная доза перестает вызывать чувство удовольствия, и человек увеличивает количество употребляемого – выжидая, что произойдет первая потеря сознания и неадекватное для своего человека. У систематически пьющего человека развивается физиологическая зависимость, и он уже не может жить без него, чтобы не испытывать алкоголь абстиненции – развивается алкоголизм.

Период от поступления в организм составляет у мужчин 8 лет, а у женщин – 7 лет. Терапия, направленная в базис, и реабилитационный период, может человеку жить и работать нормально, так как алкоголь бы ему способности, таланты.

Правила безопасной алкогольности:

- Полностью воздержаться в алкоголе:
- депрессия, бессонница, агрессивность, раздражительность, снижение работоспособности
- история работы, нарушения сна

Помните! Употребление алкоголя

- Постоянное употребление алкоголя для здоровья приводит к проблемам: нарушению памяти, снижению работоспособности, снижению иммунитета, развитию заболеваний.
- Употребление алкоголя приводит к развитию заболеваний: печени, желудка и кишечника, к развитию алкоголизма.
- Постоянное употребление алкоголя приводит к развитию заболеваний: печени, желудка и кишечника, к развитию алкоголизма.

У Вас есть проблемы? Помните и берегите здоровье! Вы можете избежать проблем, употребляя алкоголь умеренно, необходимо уметь пить и вовремя остановиться.

Откажитесь от употребления любого алкоголя – это наилучшее решение для вашего здоровья, самочувствия, работоспособности! Научитесь говорить НЕТ!

7 правил безопасной поездки с ребёнком в автомобиле

1. **Воздержитесь от обгона без крайней необходимости**
2. **Если вы утомлены или ребёнок чувствует себя уставшим — откажитесь от поездки.**
3. **Если вы находитесь в дороге, остановитесь в безопасном месте для отдыха.**
4. **Безопасность вашего ребёнка — в ваших руках!**
5. **Избегайте резких разгонов и торможений**
6. **Своевременно подавайте сигналы перед маневрированием**
7. **Выберите скоростной режим исходя из ограничений с учётом дорожных условий (снег, гололёд, мокрая дорога)**

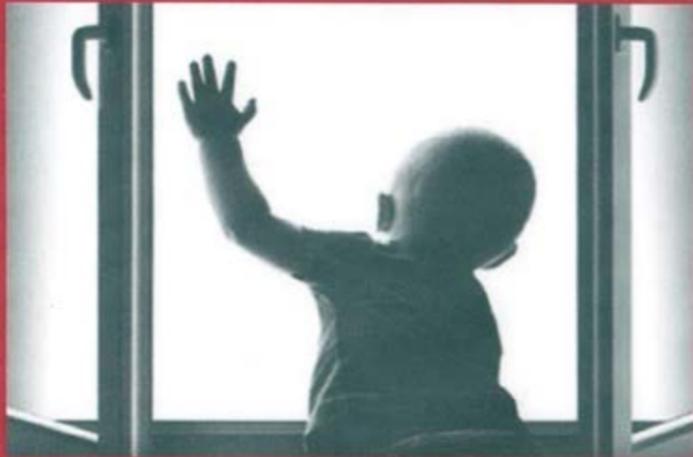
Присегните ребёнка в автокресле и пристегните сами ремнём безопасности. Станьте примером для вашего ребёнка

Содержите автомобиль в исправном состоянии

Выезжайте заранее, чтобы не спешить

ВНИМАНИЕ! ОПАСНО! МОСКИТНЫЕ СЕТКИ ОПАСНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Оперевшись, ребенок может выпасть из окна.



РЕКОМЕНДАЦИИ:

- НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ОКНО НА РАСПАШКУ, КОГДА ДОМА ДЕТИ.
- ПРОВЕДИТЕ ИНСТРУКТАЖ РЕБЕНКУ О ТОМ ЧТО НА МОСКИТНЫЕ СЕТКИ НЕЛЬЗЯ ОПИРАТЬСЯ.
- УСТАНОВИТЕ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЗАМКИ НА ОКНА.

СОЗДАЙТЕ БЕЗОПАСНОЕ ОКРУЖЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ!

ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Терроризм – идеология насилья и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными организациями, связанная с устрашением населения и (или) иными формами противоправных насильственных действий.

Основные формы и методы проявления терроризма:

- взрывы государственных, военных объектов, жилых домов, вокзалов, аэропортов, и т.д.;
- убийства и похищения общественных деятелей, сотрудников правоохранительных органов, журналистов, иностранных дипломатов и др. граждан;
- захват заложников;
- захват учреждений, зданий, самолетов, кораблей или других транспортных средств;
- использование отравляющих, радиоактивных или биологически опасных веществ.

Наиболее характерными особенностями действий террористов является организация взрывов в местах массового скопления людей и в жилых домах.

ПРОФЕССИОНАЛЫ НА СТРАЖЕ

ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ



ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте:

- опросите людей, находящихся рядом;
- если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю транспорта.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в подъезде дома:

- опросите у соседей, возможно, она принадлежит им;
- если владелец не установлен, немедленно сообщите в правоохранительные органы, местные органы управления, управляющую компанию и т.д.;
- исключите возникновение паники, сообщите о находке только тем, кому об этом необходимо знать.

Если вы обнаружили неизвестный предмет в общественном месте:

- немедленно сообщите о находке в правоохранительные органы, администрации или охране учреждения (объекта);
- отойдите как можно дальше от подозрительного предмета и опасной зоны, предупредите находящихся поблизости людей о возможной опасности, но делайте это спокойно и уверенно, чтобы не вызвать панику;
- дождитесь прибытия представителей администрации или охраны, правоохранительных органов, укажите место расположения подозрительного предмета, время и обстоятельства его обнаружения.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- близко подходить, а тем более трогать, вскрывать или передавать обнаруженный предмет;
- предпринимать какие-либо иные действия с обнаруженным предметом: заливать водой, засыпать грунтом или накрывать любыми материалами (тканью, бумагой или пластиковой коробкой и т.д.);
- использовать мобильные телефоны, электро и радиоаппаратуру вблизи подозрительного предмета.

БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!

Сообщайте о подозрительных людях и предметах в правоохранительные органы, никогда не берите у незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свои вещи без присмотра.

ПРИ ЗАХВАТЕ В ЗАЛОЖНИКИ

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ:

- возьмите себя в руки, старайтесь сохранять спокойствие.
- помните: ваша цель – остаться в живых;
- если нет полной уверенности в успехе, не пытайтесь бежать;
- выполняйте требования преступников, даже если это противоречит вашим принципам;
- при совершении любых действий (сесть, встать, сходить в туалет, попить, поесть) спрашивайте разрешения террористов;
- при общении с преступниками избегайте прямого зрительного контакта, разговаривайте с ними спокойно, на вопросы отвечайте кратко;
- при допросах соблюдайте осторожность, контролируйте свои ответы;
- соблюдайте личную гигиену и чистоту, насколько это позволяет ситуация;
- постарайтесь запомнить как можно больше информации о террористах: приметы преступников, особенности их поведения и т.д.;
- избегайте необдуманных действий;
- осмотритесь, отметьте место, где можно укрыться в случае возникновения перестрелки.

как можно больше информации о террористах: приметы преступников, особенности их поведения и т.д.;

• избегайте необдуманных действий;

• осмотритесь, отметьте место, где можно укрыться в случае возникновения перестрелки.

ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ОПЕРАЦИИ ПО ОСВОБОЖДЕНИЮ:

- держитесь по возможности подальше от окон и стеклянных витрин;
- займите положение лежа на полу лицом вниз, закройте голову руками и не двигайтесь до окончания операции;
- при использовании спецподразделений газа, защитите органы дыхания и зрения;
- выполняйте все команды и требования сотрудников спецслужб.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- брать в руки оружие преступников;
- стоять в то время, когда прозвучала команда упасть на пол;
- бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них – вас могут принять за террориста.

ПРИ ВЗРЫВЕ

В СЛУЧАЕ ВЗРЫВА (при нахождении в здании):

- при нахождении на первом этаже здания, как можно скорее выйдите на улицу;
- при нахождении на верхних этажах здания укройтесь в углублениях капитальных стен, в узких коридорах внутри здания или же встаньте возле спорных колонн или в дверных проемах, открыв при этом двери;
- спрячьтесь под стол или кровать, закройте лицо руками, держитесь подальше от окон и стеклянных перегородок, чтобы не пораниться осколками стекла;

• как только рассеется дым от взрыва, и у вас появится возможность выйти из помещения, немедленно покиньте его;
- остерегайтесь падающих предметов и осколков стекла, оборванных проводов, не подходите близко к разрушенным элементам здания, осторожно передвигайтесь по лестничным проемам;
- после выхода из здания отойдите подальше, на открытое место.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ пользоваться лифтом и использовать источники открытого огня.

В ЗАВАЛЕ

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗАВАЛЕ

- сориентируйтесь в пространстве, определите, где вы находитесь;
- внимательно осмотритесь, есть ли возможность выбраться;
- если вы отыскали лаз между навалившимися плитами, попробуйте осторожно проползти, остерегайтесь смешанных обломков (кирпичей, кусков арматуры, поломанных плит);
- если есть сомнения, что вы сможете выбраться наружу, откажитесь от этой затеи;
- если выбраться из завала нельзя, постарайтесь укрепить завал, установите подпорки под конструкции над вами, по возможности уберите все острое, колющее и режущие предметы;
- прислушайтесь, нет ли рядом других людей, подавайте сигналы бедствия голосом, стучите различными твердыми предметами, жеплетально металлическими;
- для того, чтобы избежать отека конечностей по возможности массируйте их, время от времени шевелите ими и переворачивайтесь со спины на живот;
- если вы получили травму, постарайтесь оказать себе посильную помощь;
- если вам как-либо часть тела придавило тяжелым предметом, массируйте ее для поддержания циркуляции крови, не пытайтесь вырвать зажатую конечность силой – это может спровоцировать дальнейшее обрушение.
- прислушайтесь, нет ли

рядом других людей, подавайте сигналы бедствия голосом, стучите различными твердыми предметами, жеплетально металлическими;

ЗАПРЕЩАЕТСЯ использовать источники открытого огня в завале.

ПРИ ПЕРЕСТРЕЛКЕ

В ПОМЕЩЕНИИ:

- отойдите от окон, даже если стреляют далеко от вашего дома;
- запретите ребенку входить в комнату, со стороны которой слышны выстрелы;
- покиньте комнату с окнами во время перестрелки, укройтесь внутри помещения. Опыт показывает, что пуля, залетев в комнату, может ricochetить от стен и потолка не один раз, особенно в домах с бетонными стенами.

НА УЛИЦЕ:

- как можно скорее лягте на землю и закройте;
- осмотритесь, чтобы найти укрытие. Укрытием может служить выступ здания, каменные ступени, памятник, фонтан, бетонный столб, кирпичный забор или бордюрный камень;
- к укрытию необходимо пробираться ползком. Опасно бежать – неосторожным передвижением вы можете вызвать огонь на себя;
- если вы спрятались за автомобилем, то учтите, что его металл тонкий, а в баше горячее, поэтому при первой возможности спрячьтесь в более надежном укрытии или покиньте опасную зону.

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА СПЕЦИАЛЬНЫХ СЛУЖБ

ПОЖАРНАЯ СЛУЖБА	101	СОСИС	102
ПОЛИЦИЯ	102	СЛУЖБА ПОМОЩИ	103
СЛУЖБА ПОМОЩИ	103	АВАРИЙНАЯ СЛУЖБА	104

112

С ПОМОЩЬЮ К СПЕЦИАЛЬНЫМ СЛУЖБАМ

ПРИ ПОЛУЧЕНИИ УГРОЗ ПО ТЕЛЕФОНУ

- Постарайтесь запомнить как можно больше информации:
- зафиксируйте время начала и окончания разговора;
- точный текст угрозы;
- постарайтесь определить: ГОЛОС (громкий, тихий, высокий, низкий, мягкий, грубый, веселый, невнятный); РЕЧЬ (быстрая, медленная, внятная, неразборчивая, искаженная); ДЕФЕКТЫ РЕЧИ (заикается, говорит «в нос», шепелявит, картавит); АКЦЕНТ (местный, иностранный, какой национальности); МАНЕРА (спокойная, возбужденная, (не) разумная, (не) последовательная, осторожная, намеренная); ФОН, ШУМ (шум машины, уличное движение, вокзал, музыка, тихое голоса, животные, вечеренка);
- с другого телефона позвоните по «02» или «112» и сообщите о случившемся.

Отпускной стаж мобилизованного

Во соответствии со статьей 121 Трудового кодекса Российской Федерации в стаж работы, дающий право на ежегодный основной оплачиваемый отпуск, включаются:

- время фактической работы;
- время, когда работник фактически не работал, но за ним в соответствии с трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективным договором, соглашениями, локальными нормативными актами, трудовым договором сохранялось место работы (должность), в том числе время ежегодного оплачиваемого отпуска, нерабочие праздничные дни, выходные дни и другие предоставляемые работнику дни отдыха;
- время вынужденного прогула при незаконном увольнении или отстранении от работы и последующем восстановлении на прежней работе;
- период отстранения от работы работника, не прошедшего обязательный медицинский осмотр не по своей вине;
- время предоставляемых по просьбе работника отпусков без сохранения заработной платы, не превышающее 14 календарных дней в течение рабочего года;
- период приостановления трудового договора в соответствии со статьей 351.7 настоящего Кодекса.

Так, указанной статьей установлено, что в случае призыва работника на военную службу по мобилизации или заключения им контракта в соответствии с пунктом 7 статьи 38 Федерального закона от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» либо контракта о добровольном содействии в выполнении задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации, действие трудового договора, заключенного между работником и работодателем, приостанавливается на период прохождения работником военной службы или оказания им добровольного содействия в выполнении задач, возложенных на Вооруженные Силы Российской Федерации.

Таким образом, период приостановления трудового договора с мобилизованным засчитывается в его отпускной стаж.

Памятка грибникам

ОТПРАВЛЯЯСЬ В ЛЕС:

- оденьтесь ярко, чтобы быть заметным;
- сообщите родственникам (соседям, друзьям), в какой район собираетесь и когда вернетесь;
- обратите внимание на ориентиры местности: река, дорога, жд станция.

ВОЗЬМИТЕ С СОБОЙ:

- сотовый телефон;
- свисток;
- необходимые лекарства, в т.ч. бинт с йодом;
- теплые вещи и дождевик;
- спички в водонепроницаемой упаковке;
- небольшой запас денег.

ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ:

- не поддавайтесь панике;
- ищите тропинку, проследуйте или ленте электропровода;
- если нашли ориентир – идите прямо на него;
- не переходите водоем, особенно болото, идите вдоль или от него.

ЕСЛИ ПРИДЕТСЯ ЗАНОЧЕВАТЬ В ЛЕСУ:

- разожгите костер на высоком месте, вблизи большого дерева;
- ложитесь лицом к костру;
- постарайтесь не спать – возможно, вас уже ищут.

СОВЕТ БЛИЗКОМ: если стало известно, что человек из леса не вышел, незамедлительно обратитесь в милицию.

Как алкоголь влияет на организм человека

Алкоголизм – хроническое заболевание, проявляющееся тремя основными симптомами:

- болезненным влечением к алкоголю,
- систематическим злоупотреблением алкоголем
- алкогольной зависимостью.

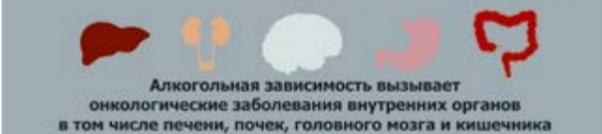
Чрезмерное потребление всех видов алкоголя вредно для здоровья человека.

Вождение в состоянии алкогольного опьянения повышает риск дорожно-транспортных происшествий.

Злоупотребление алкоголем способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний

Потребление алкоголя может привести к нарушению правопорядка.

Алкогольная зависимость вызывает онкологические заболевания внутренних органов в том числе печени, почек, головного мозга и кишечника



ПАМЯТКА по правилам поведения при проведении мероприятий