

Основана
в октябре 1936 г.

№ 19 (7213)

СРЕДА

7

МАЯ

2025 года

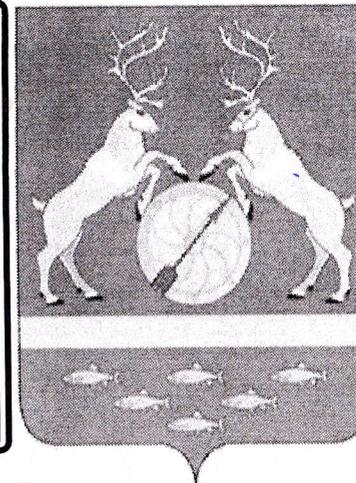
СОВЕТСКИЙ



ДО 9 МАЯ
1 ДЕНЬ

СЕВЕР

2025 - Год защитника Отечества



ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ТУГУРО-ЧУМИКАНСКОГО РАЙОНА ХАБАРОВСКОГО КРАЯ

Прошла война, прошла страда,
Но боль взывает к людям:
Давайте, люди, никогда
Об этом не забудем.
Пусть память верную о ней
Хранят, об этой муке,
И дети нынешних детей,
И наших внуков внуки.

Пускай во всем, чем жизнь полна,
Во всем, что сердцу мило,
Нам будет памятка дана
О том, что в мире было.
Затем, чтоб этого забыть
Не смели поколенья.
Затем, чтоб нам счастливей быть,
А счастье - не в забвенье!

9 мая - День Победы

Уважаемые жители Хабаровского края!

Сегодня мы отмечаем 80-летие Великой Победы - важнейшего события в истории XX века.

Позвольте привести слова Верховного Главнокомандующего Вооружёнными Силами - Президента России Владимира Владимировича Путина: "День Победы объединяет все поколения. Мы идём вперёд, опираясь на наши вековые традиции, и уверены, что вместе обеспечим свободное, безопасное будущее России, нашего единого народа".

Именно советский народ, сплотившись перед лицом вероломного захватчика, смог не просто остановить наступление, но

и отбросить врага.

Каждая битва: Московская, Сталинградская, Курская, освобождение Киева и Севастополя - были тяжёлыми шагами на пути к главной Победе в Берлине. Там в мае 1945 года наша страна сокрушила бесчеловечную военную машину Германии и её европейских приспешников.

Дальневосточники вместе со всей страной сражались на фронте и трудились в тылу: собирали и ремонтировали технику, питали экономику ресурсами, без сна и отдыха работали на предприятиях. И после победного мая принесли ещё одну Победу в сентябре - над милитаристской Японией, последней угрозой стран "оси".



ОБЪЯВЛЕНИЕ

Администрация Тугуро-Чумиканского муниципального района приглашает жителей района принять участие в торжественных мероприятиях, посвященных 80-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов:

8 мая 2025 года

1) 16.00 - 16.30 ч. - торжественное собрание, посвященное 80-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов, в здании Дома культуры по адресу: с. Чумикан, ул. Таранца, д. 30;

2) 16.45 ч. - музыкальная инсценировка "Ах, какая была Весна!", праздничный концерт "Спасибо всем, кто победил войну!"

9 мая 2025 года

1) 11.30 - 11.55 ч. - шествие "Бессмертный полк России" (сбор на перекрестке улиц Таранца и переулка Советский с. Чумикан);

2) 12.00 - 12.30 ч. - торжественная церемония возложения венков и цветов к памятнику павшим воинам - землякам, погибшим в годы ВОВ 1941-1945 гг.;

3) 12.40 ч. - акция Памяти "Солдатский привал";

4) 21.00 ч. - акция Свеча памяти "Никто не забыт";

5) 22.00 ч. - Праздничный салют.

● Дела районные

Дети в форме

Военная форма на детях особенно в празднование Дня Победы носит символический и патриотический характер.

Дети одеваются в форму, чтобы отметить память тех, кто защищал страну во время Великой Отечественной войны, и продемонстрировать свое уважение к подвигам солдат.

Это позволяет детям больше узнать об истории страны, ощутить гордость за своих прадедов, принимавших участие в войне.

На фотографии ученики 1 "а" класса с классным руководителем А.А. Петрицкой.



Школа с. Чумикан

Пока мы еще можем лично сказать спасибо тем, кто завоевал эту Победу, и обязаны это сделать. В крае - более 650 ветеранов Великой Отечественной войны. В этом году для них предусмотрены особые юбилейные выплаты, но наш долг - окружать их заботой ежедневно и ежедневно.

Мы видим, к чему приводит забвение уроков истории: там, где угасает память, поднимает голову нацизм. Поэтому дело наших предков сегодня продолжают участники специальной военной операции. Они ведут борьбу с преступным режимом, неся мир на освобожденные земли. И Победа, как и 80 лет назад, будет за Россией!

Земной поклон и безграничная благодарность всем, кто подарил право на жизнь миллиардам людей - советским солдатам и труженикам тыла.

Ваш подвиг бессмертен!

С праздником, дорогие ветераны!

С Днём Победы, уважаемые жители Хабаровского края!

С уважением, Д. Демшин, губернатор Хабаровского края

Уважаемые земляки!

Поздравляем Вас с 80-летием Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов!

Этот праздник символизирует стремление многих поколений россиян к миру и солидарности, единение нашего народа, воинскую доблесть и славу.

Пусть мирный труд всегда будет в почете, а память о Великой Победе вечно живет в наших сердцах!

Искренне желаем вам мирного неба, созидательного труда, новых творческих успехов, неиссякаемой энергии, оптимизма, крепкого здоровья и благополучия. С

*И. Осипова, глава муниципального района
В. Кучина, председатель Собрания депутатов*

Уважаемые жители района!

С 80-летием Победы! Давайте вспомним уроки прошлого, чтобы ценить настоящее и стараться ради замечательного будущего. Давайте беречь друг друга и жить так, чтобы быть примером для новых поколений.

Пусть чувства гордости и воодушевления, которые мы испытываем в этот день, будут всегда в наших сердцах. Нам никогда не забыть этот день Великого Подвига. Мы помним и чтим тех, кто ценой своей жизни подарил нам мир. Мы гордимся славным подвигом нашего народа и никогда он не изгладится из памяти потомков.

Желаем всем жизнелюбия, стойкости, добра и процветания, мира и благополучия, крепкого здоровья, неиссякаемой энергии и уверенности в завтрашнем дне!

С ПРАЗДНИКОМ! С ДНЕМ ПОБЕДЫ!

Районный совет ветеранов войны и труда

Георгиевская ленточка

23 апреля в клубе с. Удское специалистом К. Ю. Атласовой в художественной мастерской был проведен мастер-класс "Георгиевская ленточка".

На мастер-классе работали дети разного возраста. Они вырезали журавлей. Получились замечательные работы, которые дети возьмут с собой на акцию "Бессмертный полк".

Эти работы отправятся в госпитали к участникам СВО, чтобы порадовать их в праздник Великой Победы.

Клуб с. Удское



ВНИМАНИЕ - КОНКУРС!

Генеральной прокуратурой Российской Федерации проводится Международный молодежный конкурс социальной антикоррупционной рекламы "Вместе против коррупции!"

Прием конкурсных работ осуществляется с 1 мая по 1 октября 2025 г. на сайте конкурса www.anticorruption.life, где также размещены правила его проведения, регламентирующие условия участия, критерии оценки работ.

Конкурс проводится по трем номинациям ("Лучший плакат", "Лучший рисунок", "Лучший видеоролик") в трех возрастных группах (от 10 до 15 лет; от 16 до 20 лет; от 21 до 25 лет).

Подведение итогов конкурса, объявление победителей и призеров приурочено к Международному дню борьбы с коррупцией (9 декабря).

Формирование комфортной городской среды

В Хабаровском крае в рамках федерального проекта "Формирование комфортной городской среды" президентского нацпроекта "Инфраструктура для жизни" началось Всероссийское голосование за выбор объектов благоустройства. Любой житель региона старше 14 лет может отдать свой голос на официальном сайте до 12 июня 2025 года.

- Подготовка к проведению Всероссийского голосования велась еще в январе и проходила в несколько этапов. На первом жители края выдвигали свои предложения. Их сбор осуществлялся, как на сайтах администраций муниципальных образований, так и на платформе обратной связи (pos.gosuslugi.ru). Далее был проведен "муниципальный фильтр", на котором органы местного самоуправления рассматривали все проекты и утверждали наиболее востребованные гражданами территории. На третьем этапе проведена региональная модерация. После нее общественные территории попали на платформу для дальнейшего голосования, - рассказали в краевом министерстве жилищно-коммунального хозяйства.

В ведомстве добавили, что объемы выделения федеральных средств на мероприятия проекта напрямую зависят от активности участия жителей региона в голосовании. Объекты, набравшие наибольшее число голосов, будут благоустроены в 2026 году.

Отметим, что Хабаровский край присоединился к федеральному проекту "Формирование комфортной городской среды" в 2019 году. До 2025 года программа реализовывалась по нацпроекту "Жилье и городская среда". За это время в регионе была отремонтирована 661 общественная территория, отобранная жителями в ходе Всероссийских голосований. На выполнение работ направлено 2,5 млрд рублей, из них 2 млрд - средства федерального бюджета.

В этом году в 50 муниципальных образованиях Хабаровского края будет выполнено благоустройство почти на 80 общественных площадках. Все их отобрали жители региона в прошлом году.

Пресс-служба губернатора и правительства Хабаровского края



День Победы!

праздником! С Днём Победы!



Информационные материалы по вопросам трудовых прав молодежи

(подготовлено комитетом по труду и занятости населения Правительства Хабаровского края)

Информация для молодежи структурирована по следующим разделам:

1. Где найти работу и как подготовиться к собеседованию?
2. Как оформить трудовые отношения?
3. Какие дополнительные гарантии для несовершеннолетних работников (14 - 17 лет)?
4. Какие дополнительные гарантии для молодых специалистов в крае?
5. Как защитить свои трудовые права?

Для того, чтобы ознакомиться с актуальными вакансиями и найти работу можно воспользоваться несколькими основными источниками:

1. **Центр занятости населения** бесплатно предоставляет различные услуги по содействию в трудоустройстве, включая помощь в поиске вакансий. Он также проводит ярмарки вакансий и сотрудничает с работодателями для создания новых рабочих мест.

Вся актуальна информация о действующих центрах занятости населения размещена на портале комитета по труду и занятости населения Правительства Хабаровского края <https://sz27.ru/czn/index>.

2. **Специализированные сайты по трудоустройству**, такие как "Работа России", HeadHunter и другие, где публикуется огромный ассортимент вакансий в различных сферах. Кроме того, многие компании размещают вакансии на своих официальных сайтах.

3. **Ярмарка вакансий** - это мероприятие, на котором работодатели представляют свои открытые вакансии и другие возможности трудоустройства соискателям. Обычно такие ярмарки проходят в формате выставки или встречи, где соискатели могут напрямую общаться с представителями компаний, задавать вопросы, проходить собеседования на месте и оставлять свои резюме.

Ярмарки проходят, как правило, ежемесячно. Они могут быть направлены на трудоустройство конкретной категории граждан (например, ярмарка для организации временной занятости студентов и школьников), а также на трудоустройство на конкретное предприятие ("День открытых дверей").

Также организуются Всероссийские ярмарки трудоустройства. В 2025 году: 18 апреля - региональный этап, 27 июня - федеральный этап.

4. **Кадровое агентство** - это компания, специализирующаяся на подборе и предоставлении сотрудников для работодателей, которая также предлагает услуги по поиску работы для соискателей.

Если Вы нашли подходящую вакансию, необходимо подготовиться к собеседованию.

На собеседовании работодатели обращают внимание на несколько ключевых моментов.

Во-первых, это внешний вид соискателя, который должен соответствовать корпоративной культуре компании.

Во-вторых, важна подготовленность кандидата: знание компании, ее миссии и ценностей может продемонстрировать искренний интерес к работе. Также внимание уделяется коммуникативным навыкам и уверенности кандидата, ведь это говорит о его способности взаимодействовать с командой и клиентами.

Работодатели также уделяют особое внимание резюме, выясняя, насколько опыт и навыки соискателя соответствуют требованиям должности.

Работодатели часто анализируют личностные качества, такие как способность к обучению, адаптивность и мотивация. Эти аспекты в совокупности помогают составить полное представление о кандидате и его потенциале в компании. В ходе собеседования также важно, как кандидат отвечает на вопросы, насколько он честен и открыт.

Зачастую отсутствие опыта не является препятствием для трудоустройства. Главное, проявить на собеседовании заинтересованность в работе, желание обучаться, ответственное отношение к работе и дисциплинированность.

Но не только работодатель может задавать вопросы. Соискатель также может уточнить

● Здоровье для каждого

Защита и укрепление иммунитета

Защита и укрепление иммунитета - важная часть поддержания здоровья. Иммунная система - это защитная система организма, которая обеспечивает общее здоровье и выживание; она защищает организм от проникновения патогенов или микрофлоры, обитающих в организме (микробиом кишечника), токсинов и злокачественных клеток. Важную роль в поддержании иммунитета играет образ жизни. Поэтому, чтобы оставаться здоровым, следуйте простым рекомендациям.

Питайтесь разнообразно

Для борьбы с внешними и внутренними врагами иммунная система все время остается в активном режиме и нуждается в постоянном энергоснабжении. В настоящее время только полноценное питание может обеспечить иммунные клетки достаточной энергией. Дефицит пищевых веществ ухудшает функцию иммунной системы и повышает уязвимость организма к патогенам.

Витамины С и Е, которые являются антиоксидантами и защищают организм от свободных радикалов, образующихся при воспалении (микробном или асептическом), содержатся во фруктах и овощах. Не менее 400 грамм овощей и фруктов в день, а также ягод и зелени помогут обеспечить организм, а значит и иммунную систему, достаточным количеством этих важных веществ.

Витамин Д, железо, цинк, витамин А также играют значительную роль в формировании иммунного ответа.

Витамин Д улучшает работу клеточного иммунитета, способствует защите организма от различных патогенных микроорганизмов, при этом служит защитой от различных аутоиммунных заболеваний. Витамином Д богата жирная рыба, небольшое его количество можно получить из яиц, говяжьей печени, сливочного масла. Человеческий организм может синтезировать витамин Д самостоятельно под действием ультрафиолетовых лучей. Ежедневное пребывание на улице в солнечную погоду в течение 15-30 минут способно обеспечить организм витамином Д в достаточном количестве.

Роль цинка для иммунной системы очень велика, так как он необходим для нормального развития и функционирования иммунных клеток. Падение уровня этого микроэлемента снижает эффективность иммунной системы. Цинк содержится во многих продуктах животного и растительного происхождения. Наибольшее количество цинка содержат морепродукты, тыквенные семечки, отруби, мясо, орехи, бобовые, яйца, сыр, цельнозерновые продукты.

Непосредственная связь качественной иммунной защиты с уровнем железа известна давно. Железо является переносчиком кислорода, обеспечивающего дыхание и питание всех клеток. Если человек по каким-то причинам недополучает железо, в организме возникает кислородный дефицит. Нарушается работа многих органов и систем, в том числе иммунной. Для человека главным источником железа являются продукты питания: говядина и другие виды мяса, печень, гречневая крупа, яйца, фасоль, чечевица (особенно зеленая), темно-зеленые листовые овощи, сухофрукты.

Не менее важная роль в поддержании иммунной системы принадлежит витамину А. Проведенные исследования свидетельствуют о том, что дефицит витамина А приводит к снижению иммунной защиты слизистых оболочек: способствует увеличению частоты рецидивов инфекций дыхательных путей, нарушению формирования иммунного ответа в кишечнике. Витамин А содержится в продуктах животного происхождения (рыба, печень, молочные продукты и яйца). Каротиноиды (провитамин А) содержатся во фруктах и овощах и придают им желтый, оранжевый и красный цвет (морковь, тыква, сладкий перец, абрикосы, дыня).

Уделяйте время физической активности

Умеренные физические нагрузки благоприятно отражаются на организме. Научные исследования подтверждают, что регулярная физическая активность связана с укреплением иммунной системы. Активные люди обычно реже подвержены риску инфекций дыхательных путей и других заболеваний. Вместе с тем, физическая активность является

у потенциального работодателя интересуюсь его вопросы.

Основные вопросы, которые необходимо задать на собеседовании работодателю:

Во-первых, необходимо узнать какие задачи необходимо будет выполнять на данной работе: "Что будет входить в основные обязанности?"

Во-вторых, важно узнать о заработной плате и компенсациях: "Какова зарплата на данной позиции и есть ли какие-либо бонусные программы?"

В-третьих, стоит уточнить график работы: "Каков стандартный рабочий день, и возможны ли гибкие часы или удаленная работа?"

Не лишним будет узнать об обучении и развитии: "Поддерживает ли компания профессиональное развитие сотрудников и предлагает ли обучение?", "Каковы возможности для карьерного роста?"

Эти вопросы помогут получить полное представление об условиях труда и сделают выбор более осознанным.

Как отличить добросовестного работодателя от недобросовестного?

Существует несколько признаков и моментов, которые могут сигнализировать о том, что работать в данной компании будет нецелесообразно или даже опасно.

Очень важно, чтобы никаких денежных вложений перед трудоустройством не требовалось (например, просьба оплатить спецодежду или обучение, которые потом возместят), а также чтобы перед началом работы был заключен трудовой договор (подробнее - чуть ниже).

Насторожиться стоит и в отсутствии ясности в описании должностных обязанностей, режима рабочего времени. Если потенциальных работодатель не может четко обозначить, что именно от Вас ожидается, или если описание работы постоянно изменяется, а также если вам периодически дают противоречивую информацию о задачах, которые вам придется выполнять.

Другой тревожный сигнал заключается в том, как Вас принимают и не обсуждают условия работы. Если работодатель обещает "золотые горы", неоправданно высокую заработную плату и при этом не хочет оформить трудовой договор, на практике это означает, что Вам не заплатят ничего.

Для примера - образец объявления о работе, откликаться на которое точно не нужно!

В данных случаях необходимо рассмотреть другие варианты трудоустройства. Если Вы нашли подходящую работу и успешно прошли собеседование, обращаем внимание на то, как должны быть оформлены трудовые отношения.

Формы занятости могут быть различными (представлены на слайде). Вы можете зарегистрироваться как индивидуальный предприниматель либо как самозанятый. В этом случае Ваши отношения с заказчиками будут регулироваться гражданским законодательством на основании договоров гражданско-правового характера (ГПХ), например, договоров об оказании услуг, о выполнении работ.

Договоры ГПХ предполагают, что вы взаимодействуете с разными заказчиками, выполняете конкретный объем работ (услуг) за оговоренное время, можете привлечь дополнительных сотрудников (субподрядчиков) для выполнения заказа, по результатам получаете оплату по договору.

Если Вы взаимодействуете с одним и тем же работодателем каждый день, лично выполняете порученную работу, подчиняетесь правилам внутреннего трудового распорядка, получаете регулярную оплату за свой труд - такие отношения должны быть оформлены трудовым договором.

(Продолжение в следующем номере.)

профилактикой и способствует снижению уровня воспаления в организме. Хронический воспалительный процесс связан с развитием различных заболеваний, включая рак и аутоиммунные заболевания. Таким образом, регулярная физическая активность благоприятно влияет на работу иммунной системы.

Высыпайтесь

Во время ночного сна формируется и укрепляется иммунитет - поэтому, чтобы избежать различных инфекций, очень важно хорошо выспаться. В среднем взрослому человеку требуется 7-9 часов сна.

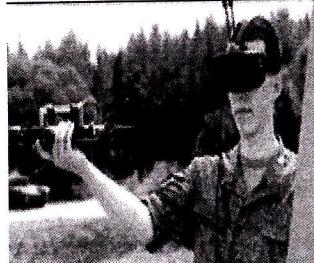
Берегите нервы

Острый стресс и кратковременный выброс кортизола и адреналина стимулируют иммунную систему. В результате этого повышается активность иммунных клеток. Хронический стресс может ослабить иммунитет. Постоянный, хронический стресс поддерживает высокий уровень кортизола в течение продолжительного периода времени. Это, в свою очередь, приводит к снижению синтеза иммунных клеток, а также к снижению активности уже имеющихся клеток иммунного ответа. Снизить уровень стресса поможет физическая активность, медитация, дыхательные практики.

В. Карпов, и.о. главного врача

Уважаемые жители с. Чумикан!

Просим вас на время празднования Дня Победы (8 и 9 мая) привязать своих собак дома, чтобы они не мешали проведению праздничных мероприятий.
Редакция газеты



ДЕНЕЖНОЕ ДОВОЛЬСТВИЕ
от 1 405 000Р ЕДИНОВРЕМЕННО ПРИ ЗАКЛЮЧЕНИИ КОНТРАКТА
от 210 000Р до 400 000Р ЕДИНОВРЕМЕННО ПРИ ЗАКЛЮЧЕНИИ КОНТРАКТА

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ: 122 ДОБРОВОЛЕЦ77.РФ

100 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ

Единовременная муниципальная выплата
Администрация муниципального района.

ПУНКТЫ ОТБОРА:

Г. ХАБАРОВСК: УЛ. СЕРЫШЕВА, Д. 3, ТЕЛ.: 8 (4212) 39-71-93;
УЛ. КРАСНОРЕЧЕНСКАЯ, Д. 87 К. 1, ТЕЛ.: 8 (994) 099-91-92;
УЛ. РУДНЕВА, Д. 43, ТЕЛ.: 8 (929) 400-28-20;
УЛ. ФРУНЗЕ, Д. 60, ТЕЛ.: 8 (924) 155-40-41
Г. КОМСОМОЛЬСК-НА-АМУРЕ: УЛ. СЕВАСТОПОЛЬСКАЯ, Д. 55, ТЕЛ.: 8 (4217) 54-89-28

с. Чумикан, пер. Советский, 3, ТЕЛ.: 91-5-64, 91-2-72

Мнения авторов публикаций не обязательно отражают точку зрения редакции.

Телефон: редактор 91-4-71

Главный редактор О.И. Дидковская

Учредитель газеты
Администрация Тугуро-Чумиканского муниципального района Хабаровского края

Соучредитель газеты
Комитет по информационной политике и массовым коммуникациям
Правительства Хабаровского края

Адрес редакции: 682560
с. Чумикан, ул. Таранца, 20,
эл. почта: sov.sev@yandex.ru

Газета отпечатана на ризографе в
муниципальном бюджетном учреждении
редакция газеты "Советский Север"

12+

Тираж - 320 экз.
Объем 0,5 п. л. Заказ - 24
Подписной индекс: 65544