



ДО 9 МАЯ  
80 ДНЕЙ 50 ЧАСОВ 00 МИНУТ  
ПОБЕДА!



# Звезда Севера

Общественно-политическая газета Аяно-Майского района Хабаровского края  
Издается с 1935 года ● № 12 (8281) ● 12+ ● Цена свободная

- 2025 -  
МАРТ  
19  
СРЕДА

## Юбилей

### 90 лет районной кооперации



Сотрудницы НПО, 1975 год

Нельканскому потребительскому обществу – 90 лет! История потребительской кооперации в нашем районе началась 13 марта 1935 года. НПО неоднократно меняло название, в последний раз – в январе 1993 года.

В истории Нельканского потребительского общества, разумеется, есть свои ветераны. Надежда Мурыгина проработала на предприятии 44 года, заместителем председателя правления – с 1975 по 2019 г.г. Любовь Крюкова работала главным бухгалте-

ром, впоследствии стала руководителем, в потребкооперации отработала 41 год – с 1975 по 2016 г.г.

Старожилы помнят Евгения Андриевского как справедливого, добросовестного руководителя рыбкоопы. Работал он предсе-

дателем правления с 1957 по 1985 г.г., его жена Андриевская И.А. также работала в рыбкоопе с 1976 по 1988 г.г. бухгалтером.

Историческая справка: согласно выписке из книги приказов Нельканского потребительского общества

(тогда – Нельканского заготпункта РЗК ЗЖС), директор РЗК ЗЖС Марк Романович Котельников издал приказ №12 от 15 марта 1955 года: «На основании приказа №2 от 28 февраля 1955 года по облконторе Загоживсырье, с 15 марта 1955 года руководство директором Аяно-Майской районной конторы Загоживсырье и дела передал вновь назначенному директору А-М РЗК ЗЖС тов. Николаю Петровичу Атанову».

Николай Петрович – родной дед нынешнего директора, Сергея Атанова. В потребительской кооперации продавцом 33 года трудилась и его мать, Акимия Архинос. С.П. Атанов руководит предприятием с 2016 года, его супруга Наталья Васильевна в потребительском обществе трудится с 1989 года. Семейную династию с 2022 года продолжает и дочь – Кристина Сергеевна Атанова.

На сегодняшний день в коллективе трудится 12 человек. Коллектив НПО работает с полной отдачей и любовью к своему делу.

Елена ЕФРЕМЕНКОВА.

## Память

### Маленький знаменосец



Маленький знаменосец  
Костя Кравчук  
Как школьник сохранил  
военные святыни Красной армии

В этнокультурном центре имени В.С. Константинова для самых юных посетителей провели тематическую беседу под заголовком «Дети Войны». Организаторы вполне справедливо решили, что самый лучший способ донести что-нибудь, особенно до ребенка, – это воспользоваться наглядным и ярким примером.

В данном случае таким примером стал Костя Кравчук, пионер, более известный как «Маленький знаменосец» и самый юный кавалер ордена Красного Знамени. Ребят не только познакомили с биографией юного героя и особенностями его подвига, им предложили самим этот подвиг творчески переосмыслить: нарисовать храброго пионера и так, и эдак – как душа подсказывает.

Напомним, что Костя Кравчук был пионером из Киева. Когда город оккупировали фашисты, он укрывал по тайникам знамена двух красноармейских стрелковых полков (968 и 970 полки 255-й стрелковой дивизии). Знамена хранил в просмоленном мешке, перепрятывал с места на место, проверял содержимое. Однажды наткнулся на немецкий патруль, был схвачен и отправлен в Германию на принудительные работы. Умудрился сбежать за линию фронта, вернулся в освобожденный Киев, знамена распал и вручил городскому коменданту. Стал героем, сборщиком-механиком на киевском заводе и ударником коммунистического труда.

Соб. инф.

## Проверка

### «Ужасы ЕГЭ» развеиваются



В школе села Аян решили временно поменять привычные правила и усадить за парты не учеников, а их родителей. Причина – не какой-то странный педагогический каприз, а всероссийская акция «ЕГЭ для родителей».

Родители будущих выпускников получили волнующую возможность побыть на месте своих чад и пройти ЕГЭ по математике базового уровня. Познакомиться поближе с процедурой проведения экзамена, пощупать задания на прочность, оценить собственные знания и самое главное – погрузиться с головой в атмосферу, царящую на настоящем экзамене. Поясним, что условия, согласно требованиям акции, максимально приближены к реальной процедуре.

Организаторы утверждают, что участие в акции направлено даже не на проверку знаний, а, скорее, на то, чтобы родители могли лучше понять собственных детей, которым предстоит пройти через экзаменационные жернова. Период непростой, и потому особенно важно развеять устоявшиеся мифы школьников об «ужасах ЕГЭ». Больше всего пугает неведение, а когда примерно знаешь, чего ожидать, гораздо легче справиться с волнением и настроиться на успех.

Соб. инф.

## Собрание депутатов

### Три вопроса для народных избранников

13 марта в актовом зале районной администрации состоялось очередное заседание районного собрания депутатов. В отсутствие избранного председателя (его будут выбирать, по-видимому, в апреле), мероприятие прошло под председательством Романа Тыщенко.

Вопросов, вынесенных на рассмотрение, было всего три: о внесении изменений в Устав Аяно-Майского муниципального района Хабаровского края; о Реестре должностей муниципальной службы в Аяно-Майском муниципальном районе Хабаровского края (докладчик по обоим вопросам – Надежда Беспечук, управляющий делами администрации района); а также о внесении изме-

нений в решение Собрания депутатов Аяно-Майского муниципального района от 12.12.2024 № 99 «О районном бюджете на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годы» (докладчик – Анастасия Тактаева, исполняющий обязанности заведующего финансовым отделом администрации района). Все три вопроса можно отнести к текущим: по первым двум нужно было привести документы в соответствие с действующим законодательством, третий вопрос – из тех, что рассматриваются ежегодно примерно в эти сроки. Поэтому полемики никакой не возникло, по всем трем пунктам решение было принято единогласно.

Подготовил Дмитрий КРАСЬКО.

## Командировка

### Большой десант в захребтовую часть

С рабочим визитом захребтовую часть района посетила большая команда из районного центра. Первым делом посетили Джигдинское поселение, посмотрели все учреждения образования на соответствие требованиям САНПиН, проверили организацию питания, также соответствие требований, предъявляемых к ведению сайтов учреждений.

В администрации поселения прошло расширенное заседание комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав под председательством заместителя главы района по социальным вопросам Марины Скиба. В рабочий состав комиссии вошли инспектор ПДН при ОМВД района Раиса Кургова, специалист органов опеки Ольга Корнейчук. В течение недели инспектор ПДН Раиса Кургова вместе с участковым Екатериной Борисовой точно работали по семьям.

Специалисты районной администрации Тимофей Пономарев и Руслан Журанов вместе с представителем ГИМС Сер-

геем Амосовым проверили зимнюю автодорогу Нелькан-Ургалан, замерили толщину льда на переправе. Все соответствует техническим требованиям, толщина льда больше 1,10 м, зимник действует.

Главная цель приезда и.о. руководителя отдела образования Жанны Портнягиной и главного специалиста отдела образования Анастасии Плетневой – посмотреть, как функционируют в школах «Точки роста». Напомним, что «Точки» у нас открыты в трех школах района – в Аяне, Нелькане и Джигде.

Главный врач ЦРБ Елена Братышева и психиатр районной больницы Нина Ванюкова вместе с врачами НУБ в школах и детских садах Джигды и Нелькана проверили детей двух поселений, также осмотрели неорганизованных детей. Провели и прием в амбулатории для всех желающих.

Елена ЕФРЕМЕНКОВА.

Уважаемые читатели, в редакции нашей газеты идет подписка на I полугодие 2025 года. Стоимость для частных лиц составляет 540 рублей, для юридических – 690 рублей. Оставайтесь с нами!

## ● Культура

# Не отрекаются, любя



27 марта будет 110-летний юбилей советской поэтессы Вероники Тушиновой. Многие поклонники называют ее самой красивой поэтессой двадцатого века. Писала она преимущественно в жанре утонченной любовной лирики. В народе широко известна благодаря песенным шлягерам (в исполнении Аллы Пугачевой, в основном), которые по сути являются поп-адаптациями ее произведений: «Не отрекаются, любя», «Знаешь, все еще будет» и другие.

В честь юбилея поэтессы директор центральной районной библиотеки Ирина Зарубина организовала для посетителей поэтический вечер, посвященный творчеству Вероники Тушиновой. Посетителей набралось немного – несколько молодых девушек (и дух великой поэтессы!), но это не помешало провести время со вкусом и пользой – крепкий чай, прекрасные стихи, а за окном набирает силу ранняя весна. Пора пробуждения жизни, столь любимая поэтессой.

Ирина Зарубина рассказала посетительницам о довольно бурной и сложной биографии Вероники Михайловны. Дважды замужем, оба брака распались. Влюбленность в вологодского поэта Александра Яшина на закате жизни. Деспотичный отец, постоянные психологические сложности и, конечно же, Великая Отечественная, в годы которой Вероника Михайловна, медик по образованию, работала палатным врачом нейрохирургического госпиталя для раненых бойцов Красной Армии. Жизнь сложная, полная испытаний, любви и поэзии. «Была красивой, не была счастливой», – так характеризовала ее одна из современниц. Посетительницы творческого вечера читали стихи, пили чай, беседовали и смотрели специально подготовленные слайды. Можно сказать, что знакомство с прекрасным состоялось.

Стоит заметить, что даже поверхностного изучения творчества поэтессы достаточно, чтобы убедиться в том, что тематика ее стихов выходит далеко за границы любовной лирики. Есть пронзительные стихи о войне, утрате и мимолетности жизни – «Вспыхнут и погаснут маки». Все написано предельно ясно и лаконично. Ломать голову над какими-то сложными конструкциями образов не приходится, что скорее плюс, поскольку сила эмоционального воздействия значительно возрастает. Ирина Зарубина показала посетительницам свою личную тетрадь со стихами, испианную от руки почти 50 лет назад. Тогда приобести книги было тяжело, приходилось брать в библиотеке и списывать любимые стихи от руки. Есть в этом какая-то романтика и красота, ныне совершенно утраченная благодаря цифровой доступности информации.

Подготовил Сергей ЛАПОНИКОВ.



# Мы помним! Борисов Н.К.

Борисов Николай Кириллович (1915–2001 г.г.). Награжден медалью «За Победу над Японией». За честный и добросовестный труд неоднократно награждался медалями и почетными грамотами.

Родился в 1915 году в поселке Маймакан.

При советской власти, когда организовывались колхозы, семья Борисовых вступила в колхоз, где Николай Кириллович и работал оленеводом.

В 1943 году был призван в армию. Служил в 569-м батальоне аэродромного обслуживания стрелком. Принимал участие в войне с Японией с августа 1945 г. по сентябрь 1945 г. После демобилизации был направлен в село Чумикан на строительство кунгасов для рыбной ловли. Также работал катором-проводником в топографической экспедиции по Джугджуру. Затем вернулся в колхоз «Путь к Коммунизму» в поселок Маймакан, где продолжил работать оленеводом.

В 1957 году был избран председателем сельского совета.



В 1965 году был депутатом Джигдинского сельского совета. Архив Аяно-Майского района.

## ● Объявление

# О проведении конкурса

Администрация Аяно-Майского муниципального района объявляет конкурс по предоставлению гранта на реализацию социально значимых проектов (программ) общественным объединениям, некоммерческим организациям из средств бюджета Аяно-Майского муниципального района, грант предоставляется в соответствии с Порядком, утвержденным Постановлением администрации Аяно-Майского муниципального района от 27.04.2016 № 79.

Прием заявок для участия в конкурсе проводится с 19.02.2025 года с 09.00 по 20.03.2025 года до 18.00.

Документы для участия в конкурсе принимаются по адресу:

682571, Аяно-Майский район, с. Аян, ул. Советская, д. 8, каб. 6, 29, тел. 8 (42147) 21 584, на бумажном и электронном носителе, либо по электронной почте: sistadmin123@mail.ru.

Грант предоставляется в целях реализации социально значимых проектов (программ).

Информация о проведении конкурсного отбора также будет размещена на официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети Интернет администрации Аяно-Майского муниципального района Хабаровского края.

Требования, предъявляемые к общественным объединениям, некоммерческим организациям (далее - СОНКО) на 1 число месяца, предшествующего дате подачи заявки:

- отсутствие неисполненной обязанности по уплате налогов, сборов, страховых взносов, пеней, штрафов, процентов, подлежащих уплате в соответствии с законодательством Российской Федерации о налогах и сборах;

- отсутствие просроченной задолженности по возврату в бюджет Аяно-Майского муниципального района в соответствии с правовым актом, грантов, бюджетных инвестиций, предоставленных в том числе в соответствии с иными правовыми актами, а также иной просроченной (неурегулированной) задолженности по денежным обязательствам перед публично-правовым образованием, из бюджета Аяно-Майского муниципального района в соответствии с правовым актом (за исключением субсидий, предоставляемых государственным (муниципальным) учреждениям, субсидий в целях возмещения недополученных доходов, субсидий в целях финансового обеспечения или возмещения затрат, связанных с поставкой товаров (выполнением работ, оказанием услуг) получателями субсидий физическим лицам);

- не находящиеся в процессе реорганизации, ликвидации, в отношении их не введена процедура банкротства, деятельность которых не приостановлена в порядке, предусмотренном законодательством Российской Федерации;

- не являющиеся иностранными юридическими лицами, а также российскими юридическими лицами, в уставном (складочном) капитале которых доля участия иностранных юридических лиц, местом регистрации которых является государство или территория, включенные в утвержденный Министерством финансов Российской Федерации перечень государств и территорий, предоставляющих льготный налоговый режим налогообложения и (или) не предусматривающих раскрытия и предоставления информации при проведении финансовых операций (офшорные зоны), в совокупности превышает 50 процентов;

- не являющиеся получателями средств из бюджета Аяно-Майского муниципального района в соответствии с правовым актом на основании иных нормативных правовых актов или муниципальных правовых актов.

Для участия в конкурсном отборе СОНКО подает конкурсную заявку по форме.

СОНКО дает согласие на публикацию (размещение) в информационно-телекоммуникационной сети (Интернет) информации о СОНКО, о подаваемой СОНКО заявке, иной информации о СОНКО, связанной с конкурсным отбором.

Соискатель на получение гранта в течение срока приема заявок вправе отозвать заявку или внести изменения в пред-

ставленную заявку с целью устранения замечаний и выявленных несоответствий заявке требованиям Порядка. Отзыв заявки или внесение изменений в заявку производится на основании письменного заявления соискателя. Возврату подлежат документы, представленные соискателем в уполномоченный орган по собственной инициативе. Датой отзыва заявки является дата регистрации соответствующего письменного обращения соискателя.

**Правила рассмотрения и оценки заявок соискателей на получение Гранта:**

Уполномоченный орган:

- осуществляет регистрацию поступивших заявок на участие в конкурсе в течение рабочего дня. При регистрации заявке присваивается порядковый номер в зависимости от даты и времени поступления;

- осуществляет проверку поступивших заявок на правильность оформления, наличие полного комплекта документов и соответствие требованиям, установленным в информационном сообщении о проведении конкурсного отбора;

- в течение пяти рабочих дней со дня поступления заявки на участие в конкурсе проводит проверку соблюдения условий, целей предоставления гранта, а также требований, предъявляемых к СОНКО Порядком;

- в течение пяти рабочих дней со дня окончания приема заявок направляет в конкурсную комиссию представленные заявки и документы соискателей для рассмотрения и оценки.

Порядок отклонения заявок соискателей на получение гранта, причины отклонения:

- несоответствие категории и критериям, установленным Порядком;

- несоответствие представленных документов требованиям, установленным Порядком, или непредоставление (представление не в полном объеме) указанных документов;

- СОНКО представлено более одной заявкой;

- заявка поступила в уполномоченный орган после даты и времени, определенных для подачи заявок.

Уведомление об отклонении заявки на участие в конкурсе уполномоченный орган вручает лично соискателю на получение гранта либо направляет по юридическому адресу, указанному в заявке, с указанием причины отклонения в течение 5 календарных дней со дня истечения срока рассмотрения документов.

Не может являться основанием для отказа в допуске к участию в конкурсе наличие в документах конкурсной заявки опечаток, опечаток, не меняющих смысл и содержание конкурсной заявки, орфографических и арифметических ошибок.

В случае полного отсутствия заявок уполномоченный орган принимает решение о продлении сроков или отмене проведения конкурса путем размещения соответствующего информационного сообщения на официальном сайте администрации Аяно-Майского муниципального района.

Рассмотрение представленных заявок и подведение итогов конкурса на получение гранта осуществляется конкурсной комиссией, состав которой утверждается постановлением администрации муниципального района, в течение пяти рабочих дней после передачи их уполномоченным органом.

Решение по предоставлению гранта принимается конкурсной комиссией по результатам оценки соответствия заявки критериям Порядка.

Указанные критерии оцениваются по балльной системе от 0 до 5 баллов каждым членом конкурсной комиссии. По результатам оценки, заявки распределяются исходя из итоговой суммы баллов (от наибольшего к наименьшему). В случае равенства суммы баллов учитывается дата и номер регистрации заявки (от меньшего к большему).

Грант выделяется первому в рейтинге соискателю на получение Гранта на основании представленной сметы и в соответствии с установленным Порядком.

После определения суммы средств конкретному соискателю на получение Гранта и наличия нераспределенного остатка

средств выбирается следующая заявка в рейтинге и определяется сумма предоставления субсидии.

Решение конкурсной комиссии об итогах конкурса оформляется протоколом заседания конкурсной комиссии, на основании которого принимается постановление администрации Аяно-Майского муниципального района об итогах конкурса.

Уполномоченный орган в течение трех календарных дней со дня опубликования на сайте администрации Аяно-Майского муниципального района и в газете «Звезда Севера» постановления администрации муниципального района об итогах конкурса размещает информационное сообщение о победителях конкурса на официальном сайте администрации Аяно-Майского муниципального района в информационно-телекоммуникационной сети (Интернет), включающее следующие сведения:

- дата, время и место проведения рассмотрения заявок;
- дата, время и место оценки заявок соискателей на получение гранта;

- информация о соискателях на получение гранта, заявки которых были рассмотрены;

- информация о соискателях на получение гранта, заявки которых были отклонены, с указанием причин их отклонения, в том числе положений информационного сообщения о проведении конкурсного отбора, которым не соответствуют такие заявки;

- последовательность оценки заявок соискателей на получение гранта, присвоенные заявкам значения по каждому из предусмотренных критериев оценки заявок, принятое на основании результатов оценки указанных заявок решение о присвоении таким заявкам порядковых номеров;

- наименование получателя (получателей) гранта, с которым заключается Соглашение (договор), и размер предоставляемого ему гранта.

Уполномоченный орган информирует каждого соискателя на получение гранта о принятом решении путем направления письменного мотивированного уведомления в течение 10 рабочих дней со дня принятия постановления администрации муниципального района об итогах конкурса.

Основанием для отказа соискателю в предоставлении гранта на стадии рассмотрения и оценки заявки является:

- несоответствие соискателя требованиям, установленным Порядком;

- несоответствие представленных соискателем на получение гранта заявки и документов требованиям к заявке и документам, установленным в информационном сообщении о проведении конкурсного отбора;

- недостоверность информации, содержащейся в документах, представленных соискателем на получение гранта, в том числе информации о месте нахождения и адресе юридического лица;

- подача заявок соискателем на получение гранта после даты (или) времени, определенных для подачи заявок.

Конкурс признается несостоявшимся, если на участие в конкурсном отборе не представлено ни одной заявки, либо все заявки отозваны, либо все поступившие заявки не соответствуют требованиям Порядка.

Соглашение о предоставлении гранта между ГРБС и получателем гранта заключается на основании постановления администрации муниципального района об итогах конкурса в течение 30 календарных дней со дня его официального опубликования, в соответствии с типовой формой, установленной финансовым отделом администрации Аяно-Майского муниципального района.

В случае отказа получателя гранта от подписания Соглашения или нарушения срока его подписания уполномоченный орган вправе аннулировать решение о предоставлении гранта, в связи с чем получателю гранта направляется письменное уведомление. В таком случае получатель гранта считается уклонившимся от заключения соглашения.

Постановление администрации Аяно-Майского муниципального района об итогах конкурса публикуется на сайте администрации Аяно-Майского муниципального района и в газете «Звезда Севера» в течение 20 рабочих дней со дня его принятия.

Администрация Аяно-Майского муниципального района.



## Здоровье для каждого



### Семь лайфхаков по планированию беременности

*Рождение ребенка – очень ответственный шаг. Сегодня, когда наша жизнь во многом является тщательно распланированной, ни у кого не вызывает сомнения, что такой важный этап, как зарождение новой жизни, должен быть основательно продуман, к нему необходимо подготовиться.*

**Совет 1. Готовиться к беременности нужно вдвоем – и женщине, и мужчине**

На здоровье малыша отражается и влияние внешней среды и образа жизни человека впоследствии, однако преимущественно оно обеспечивается здоровьем и мамы, и папы, поэтому обследоваться перед зачатием необходимо обоим будущим родителям.

Следует учитывать, что созревание сперматозоидов происходит в течение 3 месяцев, поэтому воздействие различных неблагоприятных факторов в этот период (инфекции, стрессы, вредные привычки – алкоголь, курение) может оказать отрицательное влияние на половую клетку, участвующую в зачатии и, следовательно, на здоровье ребенка. Для женщин важно течение менструального цикла, во время которого произойдет оплодотворение, – именно в этот период негативные факторы могут оказать влияние на созревающую яйцеклетку. Однако из-за того, что в последующие девять месяцев здоровье малыша во многом будет зависеть от состояния маминго организма, выполнение целого ряда мероприятий необходимо произвести не менее чем за три месяца до зачатия, а воздействия отрицательных факторов избегать на протяжении всей беременности.

**Совет 2. При планировании беременности отказываемся от вредных привычек**

О вреде курения, алкоголя, а уж тем более наркотиков знают все. Будущим маме и папе уже на этапе планирования беременности рекомендуется полностью отказаться от этих вредных привычек.

Содержащиеся в табачном дыме никотин, метиламин, метилмеркаптан, пиридиновые основания и др. могут снижать способность к зачатию как у мужчин, так и у женщин. Курение, в том числе и пассивное, вызывает нарушение кровообращения в плаценте во время беременности, что является серьезным фактором риска недостаточного поступления кислорода к плоду и задержки его внутриутробного развития. Поэтому обоюдный отказ от курения – один из важных этапов при подготовке к беременности.

Доказано, что наркотические вещества и этиловый спирт вызывают мутации, приводя к порокам развития плода, внутриутробной гибели, тяжелым физическим и психическим нарушениям у рожденных малышей. Поэтому будущим родителям следует воздерживаться от употребления спиртных напитков уже на этапе планирования беременности.

**Совет 3. При подготовке к беременности нормализуем вес**

При планировании беременности следует учитывать, что ее наступлению может мешать как избыточная, так и недостаточная масса тела. Чтобы понять, все ли у вас в порядке с весом, в настоящее время наиболее часто используют индекс массы тела (ИМТ). При выявленном отклонении от нормы желательнее проконсультироваться у эндокринолога, чтобы проверить, не связано ли это с гормональными нарушениями. Если с гормонами все в порядке, то рекомендуется обратиться к врачу-диетологу, который поможет подобрать правильное индивидуальное питание: достаточный по калорийности и сбалансированный по содержанию белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов рацион. Но важно учитывать тот факт, что на фоне какой-либо диеты планировать беременность не стоит, так как в большинстве из них нарушен принцип сбалансированного рационального питания.

Выявлено, что на зачатие оказывают неблагоприятное влияние легкоусвояемые рафинированные углеводы (сахар и содержащие его сладости, сладкие напитки), насыщенные жиры (маргарин) и выпечка с добавлением маргарина, картофель фри), большое количество животных белков, содержащихся в мясных продуктах. Медленноусвояемые углеводы (крупы, хлеб из муки грубого помола и др.) и расти-

тельные белки способствуют повышению способности к зачатию. Мужчинам рекомендованы богатые цинком морепродукты, помидоры, содержащие антиоксидант ликопен, фрукты, овощи и ягоды, богатые витамином С и микроэлементом медью (лесные ягоды, цитрусовые) – все эти продукты повышают качество спермы и способность сперматозоидов к оплодотворению.

**Совет 4. При подготовке к зачатию «запасаемся» витаминами и минералами**

Заблаговременный прием некоторых витаминов (например, фолиевой кислоты), минералов и микроэлементов (йода) в несколько раз снижает вероятность пороков развития и целого ряда заболеваний у ребенка. Результаты крупных клинических исследований подтверждено, что употребление фолиевой кислоты не менее 0,4 мг в день обоими супругами в течение 3–6 месяцев до беременности предупреждает возникновение многих пороков развития плода, в том числе тяжелой патологии нервной трубки. Но конечно, прием витаминов должен проводиться по назначению и под наблюдением врача.

**Совет 5. Во время планирования беременности минимизируем стрессы**

Совет не нервничать – один из самых частых среди тех, которые получает будущая мама во время беременности. Однако способность спокойно реагировать на неприятности, которые подбрасывает нам жизнь, является важным умением не только для будущих мам, но и для всех остальных (в частности, для будущих пап). Разумеется, беременность и стресс – не лучшее сочетание, поэтому еще до беременности рекомендуется приобрести привычки, позволяющие максимально противостоять всплескам эмоций. Стрессоустойчивость организма повышает соблюдение режима дня, достаточный спокойный сон, умеренная физическая нагрузка, которая не должна вызывать неприятных ощущений.

**Совет 6. Планируя беременность, обеспечиваем себе умеренную физическую нагрузку**

Если регулярные физические нагрузки до настоящего времени не стали постоянной частью вашей жизни, то период планирования беременности – самое время приобрести эту полезную привычку. По данным научных исследований, умеренная физическая нагрузка способствует нормализации гормонального фона, улучшает обмен веществ, повышает способность к зачатию (фертильность). У мужчин регулярные занятия спортом способствуют увеличению уровня тестостерона и улучшению качества спермы. В то же время очень интенсивные физические нагрузки оказывают на способность к зачатию выраженный отрицательный эффект. Это связано с неблагоприятным изменением гормонального фона при серьезных спортивных занятиях, что может способствовать нарушениям менструального цикла и процесса овуляции. При снижении интенсивности физических нагрузок фертильность через некоторое время восстанавливается.

**Совет 7. Необходимый минимум**

Начать обследование следует с врача-гинеколога (для женщины) и врача-уролога (для мужчины). Специалисты назначают необходимое обследование: как правило, это общий осмотр, гинекологический мазок для женщин и спермограмма для мужчин, что позволяет выявить различные отклонения от нормы, воспалительные процессы в половой сфере, определить возможные причины проблем с зачатием, назначить соответствующее лечение. В ряде случаев врачи назначают дополнительные методы обследования (УЗИ органов малого таза, анализ на содержание различных гормонов, анализы на выявление болезней, передающихся половым путем, анализы на инфекции, заражение которыми во время беременности очень опасно для плода – краснуху, токсоплазмоз, герпес и цитомегаловирус).

Конечно, очень желательно при подготовке к беременности учесть все перечисленные советы. Однако если вдруг беременность наступит прежде, чем вы успеете завершить подготовку к зачатию, не огорчайтесь. Да, планирование беременности очень важно, так как сводит к минимуму многие риски, но самое главное – это то, что ваш желанный малыш появится на свет, а вы станете счастливыми родителями!

### Правила здоровых зубов

**Правило 1:** проводить гигиену полости рта.

Чистить зубы два раза в день, утром и вечером. Зубные паста и щетка помогут в удалении патогенных организмов с поверхности зубов. Стоматологи рекомендуют чистить зубы не менее 2-3 минут со всех доступных сторон. Срок службы зубной щетки истекает через 3-4 месяца с начала использования. Зубная нить поможет очистить от остатков еды, застрявших в зубах. Ополаскиватель для рта уберет бактерии на слизистых и языке. Используйте дополнительные средства гигиены: ирригаторы, зубные ершики.

**Правило 2:** правильно питаться.

Соленая, богатая специями, острая пища, а также пища с красителями вредят здоровью зубов. Делайте выбор в пользу сложных углеводов. Рекомендуем в рационе делать упор на молоко и молочные продукты, творог, сыр, рыбу, фрукты, овощи, зелень. Твердые овощи и фрукты помогают зубам выполнять основные функции жевания и размельчения.

Сахар разрушает эмаль зубов, но это воздействие можно уменьшить, если:

- не есть сладкое на ночь;
  - не употреблять сладкое последним блюдом при приеме пищи;
  - не есть сладкое между приемами пищи.
- Ограничьте употребление кофе, чая, алкоголя. Не злоупотребляйте цитрусовыми. Эти фрукты содержат кислоту, которая разъедает зубную эмаль.

**Правило 3:** вести здоровый образ жизни.

- Спите не менее восьми часов в сутки, соблюдайте режим дня.
- Занимайтесь спортом, проводите утреннюю зарядку.
- Избегайте стрессовых ситуаций.
- Избавьтесь от вредных привычек.

Берегите здоровье зубов. Регулярно проходите профилактические осмотры у стоматологов.

Материалы предоставлены ЦРБ Аяно-Майского района.

### Нет гепатиту С!

*Уникальный проект стартовал в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь». Сначала 2025 года уже обследовано 1200 человек и выявлено первично семь случаев заболевания.*

Проект «Борьба с гепатитом С» реализуется в Хабаровском крае впервые. Пилотную программу ввели в Аяно-Майском районе. Первым этапом стали скрининг-обследование населения старше трех лет на вирусные гепатиты В, С, ВИЧ-инфекцию и забор крови. Образцы собираются в лабораториях Центральной районной больницы села Аян, Нельканской участковой больницы и фельдшерско-акушерских пунктах сел Аим и Джигда. Пробы направляют для исследования в хабаровский Центр АнтиСПИД. Пациенты с установленным диагнозом «хронический вирусный гепатит С» попадают под диспансерное наблюдение.

Напомним, что пилотный проект стартовал в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь» и партийного проекта «Здоровое будущее» народной программы «Единой России». Соглашение об участии в нем подписали Хабаровское региональное отделение партии «Единая Россия», Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями, Краевая клиническая больница имени профессора Сергеева и Администрация Аяно-Майского района. Такой формат уникальный: ранее он не применялся ни в Хабаровском крае, ни в других регионах страны. Одной из задач программы является решение вопроса доступности лечения и максимальной приближенности к пациенту.

Как отметили специалисты Аяно-Майской центральной районной больницы, позиция жителей района относительно проекта достаточно активная. Из общей численности населения, которая на 1 января 2025 года составила 1792 человека, обследование в рамках реализации проекта «Борьба с гепатитом С» прошли уже 1200 человек – взрослые и дети старше трех лет.

«У шести человек из числа обследованных был обнаружен вирусный гепатит С, среди них один ребенок, а также выявлено шесть случаев гепатита В. Сейчас завершается этап скрининга, все пациенты будут дополнительно обследованы и обеспечены медикаментозным лечением – на ребенка, у которого был выявлен гепатит С, уже подана заявка в фонд «Круг добра», – прокомментировала промежуточные итоги пилотного проекта главный внештатный специалист по инфекционным болезням Хабаровского края и ДФО – главный врач Центра по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями Хабаровского края Анна Кузнецова.

Ожидается, что работа по забору крови и направлению на обследование в хабаровский Центр АнтиСПИД, даже с учетом отдаленности населенных пунктов и отсутствия транспортной доступности, будет завершена к апрелю.

Пациенты с более тяжелой патологией будут направляться на стационарное лечение в Краевую клиническую больницу имени профессора Сергеева. Отмечается, что при показаниях, пациенты будут внесены в регистр на ожидание по пересадке печени.

Благодаря пилотному проекту жители отдаленной территории могут без выезда в Хабаровск узнать диагноз и, при необходимости, пройти качественное амбулаторное лечение на территории района. Данные меры позволят выявлять болезнь на ранних стадиях, что исключит вероятность возникновения осложнений. Результатом программы должно стать формирование в Аяно-Майском районе территории, свободной от вирусного гепатита С.

Напомним, с 10 по 16 марта в России проходит Неделя по борьбе с заражением и распространением хронического вирусного гепатита С. Ее цель – повышение осведомленности о вирусном гепатите – воспалительном, инфекционном поражении печени, вызывающем цирроз – тяжелое заболевание печени и гепатоцеллюлярную карциному.

Во всем мире хроническим гепатитом С страдают примерно 50 миллионов человек, при этом ежегодно происходит около 1,0 миллиона новых случаев инфицирования.

Идея сделать мир свободным от гепатита вполне осуществима, она включает в себя комплекс мер, направленных на повышение осведомленности о заболевании, его профилактики и эффективное лечение.

В Хабаровском крае в 2024 году на вирусные гепатиты обследовано 239 290 жителей, зарегистрировано 635 случаев всех форм вирусных гепатитов В и С, из них 480 – вирусного гепатита С, что на 16,2% меньше чем в 2023 году. Курс противовирусной терапии препаратами прямого противовирусного действия получили 924 пациента, из них 207 пациентов за счет средств обязательного медицинского страхования, что больше, чем в 2023 году, в 2,5 раза. Успешно закончили лечение 899 человек (излечилось 97,3% пациентов с вирусным гепатитом С).

Лучшая профилактика заболевания – избегать контакта с вирусом.

Так, гепатит С распространяется при контакте с инфицированной кровью. Это может произойти при совместном использовании нестерильных инструментов, в том числе для пирсинга, татуажа, маникюра, педикюра, эпиляции, а также при проведении небезопасных медицинских процедур, переливании не прошедшей скрининг крови, употреблении инъекционных наркотиков.

Здоровая оценка ситуации, избегание рискованного поведения и регулярное обследование на ВИЧ и вирусные гепатиты В и С, в том числе во время выездных акций краевого Центра АнтиСПИД, помогут минимизировать риск попадания опасных инфекций в организм и обезопасить вас и ваших близких.

Пресс-служба Центра АнтиСПИД Хабаровск.

## ● **Официально**

### Вниманию КМНС!

**Уважаемые представители общин коренных малочисленных народов Севера, Сибири и Дальнего Востока Российской Федерации!**

В целях соблюдения общинами коренных малочисленных народов Российской Федерации законодательства Российской Федерации Управление Минюста России по Хабаровскому краю и Еврейской автономной области (далее – Управление) информирует об изменении Федерального закона от 20.07.2000 № 104-ФЗ «Об общих принципах организации общин коренных малочисленных народов Севера, Сибири и Дальнего Востока Российской Федерации», устанавливающего общие принципы организации и деятельности общин коренных малочисленных народов Севера, Сибири и Дальнего Востока Российской Федерации (далее – общины КМНС).

Изменения касаются видов деятельности общин КМНС, обязательных положений устава, компетенции высшего коллегиального органа, а также требований, предъявляемых к членам и руководящим органам общин КМНС.

Кроме того, с 1 января 2025 года вступил в силу приказ Министерства юстиции Российской Федерации от 05.06.2024 № 180 «Об утверждении Порядка и сроков размещения некоммерческими организациями устава на информационном ресурсе Министерства юстиции Российской Федерации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», устанавливающий порядок и сроки размещения некоммерческими организациями устава в сети «Интернет».

Все некоммерческие организации в течение 30 дней со дня их государственной регистрации, а также в случае внесения изменений в устав, обязаны разместить актуальную редакцию устава на информационном ресурсе Министерства юстиции Российской Федерации в сети «Интернет» посредством личного кабинета некоммерческой организации. Документы необходимо загружать в формате PDF.

Обращаем внимание, некоммерческие организации, которые были зарегистрированы до вступления в силу приказа № 180, обязаны разместить свои уставы на портале до 1 апреля 2025 года.

В связи с чем, Управление, в рамках возложенных полномочий, готово оказать информационную поддержку и консультационную помощь.

Для получения справочной информации обращаться по телефонам 8 (4212) 35-83-94 (доб. 310, 313, 314, 315).

## Извещение о принятии решения о проведении государственной кадастровой оценки

**В соответствии с Положением о министерстве имущества Хабаровского края (далее – Министерство), утвержденным постановлением правительства Хабаровского края от 4 декабря 2018 г. № 441-пр, Министерство является специально уполномоченным органом исполнительной власти Хабаровского края в сфере государственной кадастровой оценки.**

Во исполнение статьи 11 Федерального закона от 3 июля 2016 г. № 237-ФЗ «О государственной кадастровой оценке», части 5 статьи 6 Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 269-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» Министерством принято решение о проведении государственной кадастровой оценки объектов недвижимости, расположенных на территории Хабаровского края, и издано распоряжение Министерства от 6 февраля 2025 г. № 161 «О проведении государственной кадастровой оценки объектов недвижимости», которым 2026 год установлен годом проведения работ по государственной кадастровой оценке в отношении всех учтенных в Едином государственном реестре недвижимости на территории Хабаровского края земельных участков, за исключением случаев, предусмотренных частью 3 статьи 11 Федерального закона от 3 июля 2016 г. № 237-ФЗ «О государственной кадастровой оценке».

Ознакомиться с распоряжением Министерства от 6 февраля 2025 г. № 161 можно на официальном сайте Министерства <https://mio.khabkrai.ru> в разделе «Деятельность/Государственная кадастровая оценка/Нормативная правовая база».

Полномочиями, связанными с определением кадастровой стоимости, наделено краевое государственное бюджетное учреждение «Хабаровский краевой центр государственной кадастровой оценки и учета недвижимости» (далее – Учреждение).

В период подготовки к проведению государственной кадастровой оценки Учреждением осуществляется сбор и обработка информации, необходимой для определения кадастровой стоимости.

В целях сбора и обработки информации, необходимой для определения кадастровой стоимости, правообладатели объектов недвижимости вправе предоставить бюджетному учреждению документы, содержащие сведения о характеристиках объектов недвижимости, в отношении которых принято решение о проведении государственной кадастровой оценки.

Форма декларации о характеристиках объекта недвижимости и порядок ее рассмотрения утверждены приказом Министерства экономического развития Российской Федерации от 4 июня 2019 г. № 318.

Адрес Учреждения, принимающего декларации о характеристиках объектов недвижимости: 680022, г. Хабаровск, ул. Воронежская, д. 47 А.

Контактные лица: Вакульчик Роман Юрьевич, телефон (4212) 75-23-33; Габова Антонина Сергеевна, телефон (4212) 70-45-15.

Официальный сайт Учреждения: <http://khvbt.ru/>.

На сайте Учреждения размещены:

- форма декларации о характеристиках объекта недвижимости, доступная для скачивания;
- инструкция по заполнению декларации о характеристиках объекта недвижимости.

## ● **Подвалчик**



### Нечего баловать!

Моя пра-тетя – тетя моего тестя – очень любит рассказывать о том, какой шикарный подарок сделал ей будущий муж уже на втором свидании.

Она опоздала на их первое свидание почти на час и на его недовольное замечание простодушно ответила, что у нее нет часов. Времена тогда были послевоенные, тяжелые, и наручные часы имелись далеко не у каждого.

Уже на втором свидании будущий муж подарил ей новые золотые часы со словами: «На, держи и больше не опаздывай!»

- А что он вам еще подарил? – спросил я как-то раз свою пра-тетю после ее очередного воспоминания про шикарный подарок.

Она задумалась, поджала губы и выдала:

- А ничего! Так за всю жизнь больше ничего и не подарил!

### Анекдоты

- Доктор, помогите: мне жена изменяет, а у меня рога не растут.

- Ну, батенька, «рога» - это же в переносном смысле, они и не должны расти.

- Слава Богу, а я уж думал, у меня в организме кальция не хватает...

## ● **Транспорт**

### Есть первый полет!



**Опытный образец пассажирского лайнера Sukhoi Superjet 100 впервые поднялся в воздух с отечественными двигателями ПД-8. Об этом сообщает пресс-служба Объединенной авиастроительной корпорации.**

В Комсомольске-на-Амуре начались летные испытания самолета SJ-100 с отечественными двигателями ПД-8. Первый полет выполнил экипаж в составе летчиков-испытателей Дмитрия Деменова, Игоря Гревцева и бортового оператора Максима Грюканова. Самолет находился в воздухе порядка 40 минут, достигнув высоты полета в три тысячи метров и развив скорость до 500 км/час. Силовые установки ПД-8 показали стабильную работу на постоянных и переменных режимах.

Первый полет «Суперджета» на ПД-8, с одной стороны, подводит итог большой и сложной работы, проделанной совместно с коллегами из ОДК, а с другой – открывает новый важный этап по испытанию двигателя в составе самолета.

Отмечается, что испытания двигателей ведутся на самолете в серийном облике, но не до конца импортозамещенном. Такое решение принято сознательно, поскольку уровень новизны в испытаниях двигателя должен повышаться постепенно. До конца этого месяца ОАК получит еще два двигателя ПД-8 для проведения летных испытаний. Получение сертификата типа на двигатель ПД-8 запланировано на осень этого года.

Как подчеркнули в Ростехе, в рамках импортозамещения «Суперджета» замещается порядка 40% импортных систем и агрегатов, также самолет получил отечественный фюзеляж, в который были внесены изменения, упрощающие производство и обслуживание самолета.

## ● **Собачий вопрос**

### Решение на убой

**В Законодательной Думе края обсудили возможность усыпления бездомных собак и кошек. Парламентарии должны были решить, будет ли Хабаровский край поддерживать внесение изменений в федеральный закон об обращении с бездомными животными. В итоге депутаты подавляющим большинством голосов одобрили возможность эвтаназии.**

Вопрос об эвтаназии бездомных животных подняли на внеочередном заседании Закдумы края. На данный момент Госдума собирает отзывы регионов на проект нового федерального закона, который должен защитить людей от нападения собак. Инициатива предполагает исключить их возврат на улицы после отлова и разрешить их усыпление. Депутатам предложили поддержать внесение поправок. По словам председателя комитета по строительству, ЖКХ и ТЭК Александра Жорника, в Хабаровском крае проблема нападения бездомных животных особенно актуальна, и для ее решения необходимо принимать более жесткие меры.

- Комитет предлагает поддержать внесение изменений. Действующая на данный момент система мер по обращению с бездомными животными, предполагающая возвращение в среду их обитания, не позволяет обеспечить необходимый уровень безопасности населения. Факты причинения тяжкого вреда здоровью и гибели детей и взрослых вследствие нападения бездомных животных являются трагичным свидетельством невозможности такой практики в дальнейшем. После принятия указанного законопроекта в крае будет сформирован взвешенный подход по данному вопросу с учетом мнения правительства края, прокуратуры, органов местного самоуправления и представителей общественности, - сказал депутат.

Как отметил Жорник, поведение животных предсказать невозможно. Даже те особи, что ранее были стерилизованы, нападают на людей. Поэтому выпускать их обратно на волю нельзя. По его мнению, нынешний закон об обращении с бездомными животными давно не работает. Согласно с этим мнением не все парламентарии.

- В разных регионах я посмотрел практику. Причем был у вас в Комсомольске, в муниципальном приюте. И знаете, кого я там нашел? Двадцать дворняжек, которые сидят и сами себя боятся. То есть вы не вопрос решали, а осваивали муниципальные и краевые деньги. Не собаки страшные виноваты, а чиновники, которые проявили халатность, реализуя этот проект, который, по моему мнению, в принципе неплохой. На самом деле мы видим ситуацию тогда, когда заводятся уголовные дела на чиновников. Мы видели, как решался вопрос в Хабаровском крае с помощью правоохранительных органов. Так причем здесь собаки или люди? Просто нужно навести порядок там, куда выделялись деньги. Не надо с большой головы на здоровую валить все. А вы сейчас подменяете понятия, пытаетесь нам объяснить, насколько квадратный круг. Сам закон был нормальный. Но мы видим, как с бирками бегут собачки, которые почему-то беременные, хотя должны быть стерилизованы. Ну примем мы эвтаназию, а что дальше? Думаете, ситуация улучшится? Надо комплексно подойти к решению вопроса, а вы по верхам бьете, - высказался Сергей Безденежных, депутат Законодательной Думы.

Однако парламентарии практически единогласно поддержали поправки об эвтаназии. Против выступил только Сергей Безденежных. Положительный отзыв на законопроект будет направлен в Госдуму.

Рина Курдюмова, DVHAB.ru.

\*\*\*

- Роза Марковна, а шо это у вас на ногах такие кривые пальцы?

- Из-за убеждений.

- Каких убеждений?

- Я убеждена, шо у меня таки 35-й размер ноги.

\*\*\*

- Я люблю тебя!

- Все любят меня.

\*\*\*

- Как по мне, то эти ДНК тесты - тема стрёмная. Я вот тоже сделал это всё, и оказалось, что дети от меня, а жена нет...

- Слышал много таких историй, когда жена подкидывш. Обычно тест с тещей подкидывают, чтобы самим не кормить.

\*\*\*

Однажды к Будде пришли три молодых человека и говорят:

- О великий, мы твои самые верные последователи, мы выполняли все твои заветы, соблюдали все правила, делали асаны, разрывали колесо сансары, читали коаны. Но так и не познали дзен. Что мы делаем не так?

Будда подумал и говорит:

- Знаете, идите-ка отсюда, я даже слов таких не знаю!

Мнения авторов публикаций не обязательно отражают точку зрения редакции. Редакция за содержание рекламы и объявлений ответственности не несет.

Учредители: администрация Аяно-Майского муниципального района, комитет по информационной политике и массовым коммуникациям правительства Хабаровского края

Главный редактор Д.В. Красько

Газета выходит один раз в неделю, по средам. Подписной индекс 54544

Адрес редакции, издателя и типографии: 682571, с. Аян, ул. Советская, 6. Тел.: 8 (42147) 2-11-81, факс 2-12-68

Адрес электронной почты: zvezdasevera@list.ru

Тираж 220 экз.

Газета подписана в печать по графику - в 14.00, факт. - в 14.00

Заказ № 14