



ОГНИ КУРУМКАНА

№ 8 (61154)

3 марта 2017 г.

Районная массовая газета

Основана в сентябре 1944 года

12+



Масленица в Могойто

Масленица, древний славянский праздник, доставшийся нам в наследство от языческой культуры, сохранившийся и после принятия христианства, принято отмечать в России целую неделю. Последний день недели считается самым праздничным: в воскресенье устраивают народные гуляния и сжигают чучело Масленицы.

26 февраля в сельском поселении Могойто прошли такие гуляния. Организаторы праздника, в лице руководства местной администрации, подготовили для жителей множество развлечений.

В этом празднестве приняли участие творческие коллективы сельских поселений Могойто, Курумкан, Сахули, Майский. На открытии праздника выступил глава МО «Курумканский район» Владислав Сультимов. От имени всего руководства района Владислав Викторович поздравил всех с традиционным русским праздником Масленицей и пожелал всем добра, уюта в каждом доме, мира и благополучия.

Обращаясь к жителям глава поселения Татьяна Гаськова, как издревле было принято на Руси в заключительный день Масленицы, попросила у односельчан прощение, выразив надежду на дальнейшее плодотворное сотрудничество.

«Радуется активность жителей, люди привыкают к массовым гуляниям, активное участие в народных гуляниях принимают и дети, и взрослые. У жителей есть возможность лишней раз встретиться, пообщаться между собой. Люди делятся своими впечатлениями, подсказывают, что можно улучшить в организации подобных праздников и на что обратить внимание в повседневной жизни. Мы в свою очередь стараемся сделать максимально комфортными, как праздничные, так и будничные дни наших жителей. Благодарна за поддержку всем учреждениям сельского поселения, коллективу Могойтинской СОШ, директор Евгения Шерстнева», - рассказала Татьяна Валентиновна, глава администрации сельского поселения «Могойто».

Также слова благодарности прозвучали в адрес администрации МО «Курумканский район», районного отдела культуры, ИП Галины Коневинной, Елены Солоненко, Бронислава Болдонова за помощь в подготовке и проведению праздничных гуляний, Елены Егерь,



Глава МО «Курумканский район» В. Сультимов

Людмилы Балеевой за пошив красочных костюмов.

На развернувшейся площадке проходили различные конкурсы, соревнования, игры. В исполнении артистов звучали музыкальные номера, шутки и прибаутки. Все желающие могли согреться душистым чаем и медовухой, а так же отведать сладких угощений и конечно масленичных блинов со сгущенкой или вареньем.

Особо ловкие и умелые показали класс в хождении на ходулях и беге с коромыслами и других веселых состязаниях. Исконно русские забавы никого не оставили равнодушными и традиционные веселые масленичные забавы, которые вызвали массу положительных эмоций!

Представление отличившихся в творческих конкурсах и масленичных забавах:

Конкурс «Варвара – краса, длинная коса»:

1 место – Данилова Софья – СП «Майск»,
2 место – Бубнова Зинаида – СП «Сахули»,
3 место – Шапанаева Елизавета – СП «Могойто»

Конкурс «Иван – купец удалой молодец»:

1 место – Лебедев Михаил – СП «Могой-

то»,
2 место – Пономарев Лев – СП «Сахули»,

Конкурс фольклорных коллективов:
1 место – фольклорная группа – «Рябинушка» СП «Курумкан»,
2 место – фольклорная группа «Селяночка» – СП «Сахули»,
3 место – фольклорная группа – «Сударушка» СП «Могойто

Конкурс частушек «Кто кого переплет, удивит честной народ»: участники: Мисюркева Вера Тихоновна, Чиркова Виктория, Низовцева Татьяна, Грдинина Федосья Ивановна, Кулакова Валентина Васильевна

Конкурс «Ярмарка масляничных угощений»: участники: сельское поселение «Могойто», сельское поселение «Курумкан»

Перетягивание каната: 1 место – СП «Сахули»

Ледяной столб: мешок муки – Шагжиев Иван – СП «Могойто», мешок комбикорма и живого петуха – символ 2017 года – Емельянов Александр СП «Майск»

Битва силачей – поднятие гири – Чирков Александр – СП «Сахули»

Конкурс с коромыслами – Любовь Чойропова, СП «Курумкан»

Соревнования на ходулях – Михайлин Ярослав – СП «Майск»



А. Колмакова, фольклорная группа «Рябинушка» СП «Курумкан»



Фольклорная группа «Селяночка» СП «Сахули»

Бой мешками – Владимир Пинигин СП «Сахули»

Бег в мешках – Бальжиев Евгений – СП «Могойто»

Соревнования саночников – Онгонов Андрей и Марина Зарубина СП «Курумкан»

«Петушинные бои» - Зверьков Иван, СП «Сахули»

Соревнования «Веселые лыжники» - Олег Дугаров, Владислав Аюшеев, Андрей Онгонов, СП «Курумкан»

«Бег на трех ногах» - Чекушина Светлана и Емельянов Александр - СП Майск»

Закончился праздник сжиганием чучела Масленицы.

Прощай, зима. Здравствуй, весна!

**Администрация МО
«Курумканский район»
Подготовил Эдуард Аюшеев**

Алексей Цыденов ознакомился с проектом «Родные люди»

Презентация проекта состоялась 27 февраля в физкультурно-спортивном комплексе Улан-Удэ.

Напомним, уникальный проект призван помочь жителям республики найти своих родственников и предков. Реализация проекта покажет, насколько сильны семейные традиции в Бурятии.

В ходе презентации, с проектом «Родные люди» ознакомился ВРИО Главы Бурятии Алексей Цыденов. Он

отметил, что подобные инициативы важны в плане пропаганды семейных ценностей и дружбы народов, населяющих республику.

На презентации каждый желающий смог пройти мастер-класс по созданию родословного дерева и принять участие в создании древа родов. Специально для тех, кто желает узнать свою родословную, организаторы проекта подготовили семинар «Родные люди», который пройдет 10 марта в Национальной библиотеке

Бурятии. На мероприятии можно узнать, как искать информацию о предках в архивных документах, что такое днк-генеалогия, какие новые техники исследования родословной существуют и можно ли составить родословное дерево, начиная от 17 века.

На семинаре есть возможность пройти ДНК-тест на родство между предполагаемыми родственниками. Регистрация на мероприятие по тел.89246508266, 667064.

Проект «Родные люди» включает в себя несколько мероприятий и фотоконкурс о своей семье и предках #родныелюди03. Условия конкурса - необходимо разместить фотографию своей семьи в социальных сетях с хэштегом, написать историю семьи на фото. Победители в номинациях получат ценные призы. С положением о фотоконкурсе можно ознакомиться на сайте www.centralka.ru. Завершится проект в День семьи, любви и верности 8 июля открытием уличного арт-объ-

екта. В торжественной обстановке пройдет подведение итогов проекта, праздничное представление, выставка «Кулинарные истории семьи», награждение победителей фотоконкурса #родныелюди03.

Со всей информацией по проекту можно ознакомиться: * на сайте centralka.ru * в группе ВКонтakte vk.com/rodud03.

Слово о коллеге

В первые солнечные весенние дни отмечает свой золотой юбилей наша коллега, учитель русского языка и литературы Жалсанова Цыпылма Ширеторовна. Вот уже 22 года Цыпылма Ширеторовна неустанно дарит частичку своей души детям. Умная, эмоциональная, внимательная, обаятельная – она всегда является непререкаемым авторитетом среди своих учеников и коллег.

Древняя мудрость гласит: «Велик тот учитель, который исполняет дело, чему учит, владеет всеми секретами своей профессии, потому что добросовестно и успешно проходит все ее ступени». Цыпылма Ширеторовна – ведущий специалист в преподавании русского языка и литературы, талантливый педагог, прекрасный человек и мудрый наставник. Ее любят и уважают как грамотного учителя и методиста в школе, районе.

Цыпылма Ширеторовна родилась в селе Барагхан Курумканского района в последний день зимы. В 6 лет пошла в школу, училась хорошо, особенно легко давались уроки русского языка и литературы. Уже тогда, в те детские школьные годы, она мечтала о профессии учителя.

И вот 1985 год. Школа позади. Мечта начинает сбываться, но чтобы ещё раз утвердиться в правильности своего решения – стать учителем, она работает старшей пионервожатой в своей родной Барагханской школе.

Ура! Начинается трудовой путь пионервожатой. Работа увлекательная, нравится. Дети с удовольствием работают с молодой энергичной энтузиасткой. Это были незабываемые, увлекательные мероприятия, походы по местам воинской славы, экологические тропы, праздничные вечера и т.

В 1985 году Цыпылма Ширеторовна поступает в Бурятский государственный педагогический институт имени Д.Банзарова на филологический факультет. Пролетели веселые звонкие студенческие годы. Вот уже на руках диплом учителя. И она уже в качестве учителя переступает порог Улюнской средней школы. Проработав в Улюне в течение четырех лет, накопив первый учительский опыт, освоив азы педаго-



гических дисциплин, она возвращается в свои родные пенаты – Барагханскую среднюю.

Здесь же она встречает свою судьбу в лице статного и красивого молодого специалиста – Тумэна Владимировича. Любовь им подарила двоих прекрасных сыновей: Жаргала и Банзара. Сын Жаргал закончил Томский государственный университет, женат, работает в городе Улан-Удэ; сын Банзар – студент 2 курса Читинской медицинской академии.

Годы идут, и вот уже за плечами 22 года учительской работы. Цыпылма Ширеторовна трудилась честно и добросовестно, собирая по крупицам ценнейший опыт своих старших коллег и свой собственный, изучала новейшие достижения педагогической науки, так как учителю необходимо идти в ногу со временем, а времена так быстро меняются.

Она всегда приветлива, энергична, доброжелательна. Наделена замечательными качествами: эрудированностью, простотой, доступностью в общении, открытостью, бескорыстием, готовностью прийти на помощь, а главное – очень требовательна по отношению к себе и окружающим. Для Цыпылмы Ширеторовны педагогика – это призвание. Она всегда действует по принципу: помочь юному дарованию раскрыться, вселить в него уверенность, дать почувствовать свою уникальность. Старается научить детей понимать даже то, о чем не говорят, читать то, что не написано, то есть нау-

чить видеть, устанавливать, проследить в пространстве и времени связи. Она использует в своей работе одно из главных орудий анализа – слово, поэтому она учит владеть им, а через него владеть и мыслью.

Цыпылма Ширеторовна ревностно следит за развитием каждого ученика. А они, ее ученики, отличаются особой любознательностью, охотно читают, декламируют, решают исследовательские задачи, любят рассказывать и сочинять.

Важную роль на уроке Цыпылма Ширеторовна отводит самоконтролю и самооценке, умению осознавать значение предстоящей работы, подвести итоги выполненной.

На уроке литературы учащиеся знакомятся с шедеврами мировой зарубежной литературы, с бессмертными творениями Бальзака, Шекспира, Гете, Байрона, Мольера и т.д. На уроке существует какой – то свой особый климат, атмосфера доверия, искренности и симпатии во взаимоотношениях учителя и ученика.

Её воспитанники являются гордостью школы и все время радуют нас своими достижениями. Среди них, например, Раднаева Соелма, Эрдыниева Вероника, Очирова Эржэн, Шагдарова Аюна – призеры муниципальных и региональных этапов Всероссийских олимпиад по русскому языку и литературе. Также её ученики неоднократно становятся победителями и призерами различных конкурсов и НПК.

За многолетний безупречный труд Цыпылма Ширеторовна награждена почетными грамотами, в том числе Почетной грамотой Народного хурала РБ, Грамотой Министерства образования и науки РБ.

Цыпылма Ширеторовна, в первую очередь, состоявшийся учитель, хорошая жена, прекрасная мама, замечательная женщина и просто хороший человек. И мы, коллектив школы, поздравляем её с золотым юбилеем и желаем крепкого здоровья, семейного благополучия, успехов в работе и благодарных учеников.

Коллектив МБОУ «Барагханская СОШ»

Снежные скульптуры из Барагхана

Барагхан всегда славился своими неординарными людьми. Это уникальное село, где каждый второй играет в народном театре и каждый третий поет или танцует, и есть свои художники и такие самородки, как Бамбари Раднаевич Цыдыпов.

Это просто мастер «золотые руки». За что ни возьмется, все у него получается. И печи складывает знатные, и камин; из подручного материала может смастерить что угодно. И на реке, и в лесу, и на земле он – свой человек.

Под руководством главы поселения Шакшаева Баира Михайловича и его команды был объявлен конкурс на лучшее оформление фасадов домов. И в новогодние дни палисадники многих дворов были расцвечены цветными огоньками и возникли различные снежные скульптуры: Деды Морозы и Снегурочки, юрты с коновязями, лошади, гостеприимные буряты, снеговик и др. Вот и Бамбари Раднаевич не остался в стороне. Каждый год он, в преддверии Нового года, ваяет скульптуры из снега. Это и Дед Мороз и Снегурочка, лошади змеи, а в этом году у самодеятельного скульптора появилась сказочная поляна, куда приходят люди, чтобы сфотографироваться на память возле большой обезьяны, или возле большой тройки лошадей,



запряженной в сани, в которой сидят Дед Мороз и Снегурочка. Неподдалеку сидит зайчик, величественно восседает курочка на подставке из цифр «2017». А встречает гостей целующаяся парочка Петушок с Курочкой. Мой совет – пока весна не вступила в свои права – приезжайте и полюбуемся на творения нашего самородка Бамбари Раднаевича. Я горжусь вами, барагханцы!

Дамбаева И.Д.



Ученик Года - 2017



21 февраля 2017 года, на базе МБУК КДМЦ состоялся районный ежегодный конкурс «Ученик года», посвященный году экологии. В конкурсе приняло участие 10 учащихся 9-11-х классов общеобразовательных учреждений района. Лучшие учащиеся школ района боролись за почетное звание «Ученик года – 2017».

Участники конкурса: Цыренова Мария, ученица МБОУ «Аргадинская СОШ», Эрдыниева Вероника, ученица МБОУ «Барагханская СОШ», Хунхенова Эржена, ученица МБОУ «Гаргинская СОШ», Хуриганова Гэрэлма, ученица МБОУ «Дыренская СОШ», Зарубин Иван, ученик МБОУ «Курумканская СОШ №1», Гатапова Дарина, ученица МБОУ «Курумканская СОШ №2», Гаськова Татьяна, ученица МБОУ «Могойтинская СОШ», Шляхов Андрей, ученик МБОУ «Сахулинская СОШ», Очирова Мария, ученица МБОУ «Улюханская СОШ» и Раднаева Наталья, ученица МБОУ «Элюсунская СОШ».

Конкурс проводился в 2 этапа. Первый этап конкурса – заочный, который содержит:

- конкурс портфолио достижений за последние 3 года;
- творческую работу – эссе на тему: «Байкал – это самое глубокое и чистое озеро на земле»;

• творческий проект «Экологическое образование и воспитание учащихся». Второй этап конкурса – очный, который содержит:

- конкурс – импровизацию на тему: «Мое участие в экологическом воспитании»;
- мастер – класс на тему: «Я – эколидер своего села»;
- творческую презентацию (визитная карточка).

Конкурсанты показали высокие знания в области экологии, блестяще справились с поставленными перед ними задачами, находили творческий подход к каждому испытанию. Все участники выступали со своей группой поддержки, но жюри в первую очередь оценивало степень личного участия конкурсантов в представленных номерах. По итогам конкурса дипломом третьей степени была награждена Цыренова Мария, дипломом второй степени награждена Эрдыниева Вероника, дипломом первой степени награждена Гатапова Дарина, Гран-при конкурса удостоен Зарубин Иван.

15 марта победителя конкурса Ивана Зарубина ожидает участие в Республиканском конкурсе «Ученик года – 2017». Пожелаем ему удачи!

Районное Управление образования

Пенсионеров Бурятии приглашают стать «Бабушками на час»

Бурятия является одним из первых регионов, где реализуется социальный проект «Бабушка на час». В нем принимают участие активные неработающие пенсионеры, которые готовы несколько часов своего свободного времени уделить воспитанию детей.

В настоящее время территориальными органами социальной защиты населения проводится работа:

- по привлечению граждан пенсионного возраста с педагогическим или медицинским образованием (женщины) для оказания услуги;
- по привлечению семей, имеющих детей-инвалидов, а также семей, не имеющих возможность оставить детей без присмотра;
- по информированию населения о данной технологии.

В банке данных потенциальных кандидатов «княнь на час» состоит 60 человек, всего заключено 15 договоров между пожилыми людьми и семьями с детьми-инвалидами (больше всего договоров заключено в Прибайкальском районе и г. Улан-Удэ).

Оказание услуги, периодичность и оплата производятся на договорной основе между «бабушкой» и семьей.

Для участия в данном проекте гражданам пенсионного возраста с педагогическим или медицинским образованием и семьям, имеющих детей-инвалидов, а также семьям, не имеющим возможность оставить детей без присмотра, предлагаем обращаться в отделы социальной защиты по месту жительства.

minsoc-buryatia.ru

Будущее России – в руках матерей!

25 февраля 2017 года в Москве прошла Всероссийская конференция Движения «Матери России» на тему: «Будущее России – в руках матерей!»

На конференцию прибыли делегаты и матери из 63 региональных отделений Всероссийского общественного Движения «Матери России». Среди них и.о. министра социальной защиты населения Республики Бурятия Татьяна Александровна Быкова.

Конференция была посвящена пятилетнему юбилею Движения «Матери России». Член Совета Федерации, Председатель Движения «Матери России» Валентина Петренко рассказала о ключевых направлениях деятельности

организации, отметив, что в основе работы движения лежит политика государства и Президента РФ Владимира Путина в области семьи, материнства, отцовства и детства, реализация Национальной стратегии действий в интересах детей с 2012- 2017 годов и Стратегия развития воспитания в РФ, послания главы государства Федеральному Собранию.

По итогам работы конференции Бурятское региональное отделение было награждено медалью «Всероссийское общественное Движение «Матери России» 2012-2017 гг.».

minsoc-buryatia.ru

Праздник Белого месяца в Арзгуне

В селе Арзгун в рамках подготовки к столетнему юбилею Гаргинской школы 21 и 23 выпуски провели мероприятия, посвященные празднику Белого месяца.

Спортивные мероприятия 21 выпуск (выпускники 1988 года) провел 23 февраля. Культурные мероприятия проведены 23 выпуском (выпускниками 1990 года) 27 февраля в сельском доме культуры.

Соревнования по шахматам (шатар наадан), шагай наадан, по настольному теннису и национальной борьбе среди школьников и взрослых проведены в школе, в которых приняли участие не только школьники, но и студенты, и взрослые гаргинцы.

Культурные мероприятия Сагалгана проведены в форме фестиваля-конкурса среди микрорайонов нашего села: «Дагалжан», «Эрмэлзэл», «Гээбэр». Он начался с конкурса диктантов. Основная цель конкурса - повышение интереса к бурятскому языку, привлечение внимания к вопросу сохранения и развития национального языка. Бурятский язык в массы - основной тезис конкурса, поэтому проверить свою грамотность могли все желающие. В этом году таких желающих было более 22 человека. Знатоков бурятской грамматики организаторы собрали в кабинете бурятского языка и литературы. Среди 22 участников самой грамотной признана заведующая детским садом «Солнышко» Надежда Самбилова, на 2 месте бухгалтер администрации сельского поселения Наталья Намжилова, на третьем месте - Баярма Жигжитова. Среди детей 1 место заняла Матанова Дулгар (4 класс), на 2 месте - Цыденова Сарюна (5 класс), на 3 месте - Намжилова Элина (4 класс). Все призёры конкурса диктантов из команды микрорайона Эрмэлзэл, получили денежный приз в сумме 500,0, 200,0 и 100 рублей соответственно.



Вторая номинация - «Один день бурята» («Бурядай нэгэ үдэр»). В этой номинации участвовали 2 команды: Дагалжан и Эрмэлзэл.

Согласно условиям проведения, команда представляет обрядовую сценку из традиционной культуры бурятского народа, своего родного края. Обрядовую сценку сопровождали объяснением, как называются отдельные персонажи обряда, что они делают, какова их роль, и т. д. При оценке жюри в составе выпускников 23 выпуска М.Д. Гармаевой (глава администрации СП), И.Н. Цывановой (заведующая сельской библиотеки Гаргинского филиала МБУК «ЦБС»), Т.И. Цыбенковой (экономист АУСО РБ «Курумканский дом-интернат для престарелых и инвалидов») и ветерана труда С.Д. Зандановой учло тематическую направленность выступления, мастерство исполнения, многожанровость, наличие и художественные достоинства костюмов, реквизита. Микрорайон Эрмэлзэл показал 4 обряда: что означает понятие гээзэг для женщин (когда нужно заплетать 8 косичек, 17 косичек, 2 косы, 1 косу), чем нужно руководствоваться при пошиве национального костюма (значение цветов ткани, пуговиц, кушака) и как нужно надевать (например, мужчины - сначала левый рукав, а женщины - правый и

т.д.). Жюри отметило, что были показаны обычаи, которые многие зрители не знали. Микрорайон Дагалжан показал первый день Сагалгана, начали со встречи Намо Сахюусана и закончили подношением подарков родственникам. Ветеран труда Г.В. Гулгенова исполнила песню, которая органично вошла в общую канву обряда, не нарушая её течение и последовательность изложения.

Народный праздник - это комплекс обрядовых действий, которые отражают культуру, сознание и историю народа. И сейчас именно благодаря празднично-обрядовой деятельности мы узнаем о традициях наших предков. Хотя многие обряды и обычаи забыты, основные из них все же существуют, пусть в немного измененной форме. Часто, даже сами того не сознавая, мы продолжаем обычаи предков.

В конкурсе чтецов по творчеству Николая Дамдинова и Солбона Ангабаева отмечены выступления ученика 2 класса Хамалева Бэлига (Дагалжан), ученицы 3 класса Ринчино Дарисо (Эрмэлзэл). Учащиеся проникновенно прочитали стихотворения Н. Дамдинова «Түрэл хэлэн, түрэн дайда» и «Хүлисөөрэй». Взрослые чтецы Д.Д. Самбилова (Дагалжан) и Т. А. Доржиева (Эрмэлзэл) также обратились к творчеству Н.

Дамдинова, обе конкурсантки прочитали стихотворение «Түрэл дайда». Победителями в этом конкурсе стала команда Дагалжана.

В конкурсе народных песен требовалось, чтобы участникам важно уловить саму манеру исполнения бурятских народных песен, должны научиться делать мелизмы и другие украшения голосом при исполнении народных песен. Понимали, что ни в коем случае нельзя забывать народные песни, они должны делать всё, чтобы не терялась преемственность. Участников в этом конкурсе было мало, 5 участников. Прозвучали солильные номера и один дуэт. Зрители тепло аплодировали победителям конкурса: ученице 8 класса Сэндэме Олмоевой (Дагалжан), исполнившей песню «Айлшалуулаарай» и учителю начальных классов Сэсэгме Бадлуевой (Эрмэлзэл). 2 места заняли учащиеся 5 класса Эржена Бадлуева и Сарюна Цыденова (Эрмэлзэл) и ветеран труда Цырема Бимбаевна Гатапова (Дагалжан).

В конкурсе ёжоров по условиям фестиваля участники должны были показать как можно больше разновидностей национального кругового танца. Эрмэлзэл в составе 26 человек показал 5 видов, 27 участников Дагалжана - 4 вида ёжора. Итоги конкурса ёжоров: 1 место занял Эрмэлзэл, 2 место - Дагалжан.

Жюри и представители 23 выпуска Гаргинской школы поблагодарили участников фестиваля - конкурса: всех гаргинцев, родителей учащихся и детей за творчество, инициативу и радость, которую они доставили всем зрителям. Фестиваль имел огромный воспитательный эффект для учащихся и молодежи, и он стал одним из достижений воспитательной работы школы. Наше прошлое - это фундамент стабильной, полноценной жизни в настоящем и залог развития в будущем. Мы обращаемся к народной педагогике потому, что это кладёз мудрости, запасник пе-

дагогической мысли и нравственного здоровья. Все были в национальных костюмах: в классических бурятских костюмах, многие сшили костюмы баргузинских бурят, некоторые умело сочетали современные тенденции мировой моды с элементами национального костюма, подбирали аксессуары, украшения для создания гармоничного образа.

По итогам всех конкурсов были определены общекомандные места: 1 место - Эрмэлзэл (101 балл)-3000,0 рублей, на 2 месте Дагалжан (95 баллов)-2500,0 рублей.

Самые сильные и крепкие участники соревновались в народной забаве: һээр шаалга (переламывание отростка хребтовой кости позвоночника). Выиграли в этом конкурсе студенты Николай Гулгенов (Дагалжан) и Баир Цыванов (Эрмэлзэл), Константин Бадмаев (Дагалжан), ученик 10 класса Булат Цыренов (Дагалжан).

Никто не остался без призов. 23 выпуск присудил специальные призы юным борцам Гатапову Солбону (5 класс), Шарланову Бато (3 класс), за лучшее исполнение танца орла Арсланову Бимбо (2 класс). Призы вручены учащимся 5 класса за литературно-музыкальную композицию «Амар мэндэ, Сагалган», за исполнение песен и стихотворений Ибрагимовой Янжигме (7 класс), Цыденовой Татьяне (2 класс), учащимся 4 класса Галсанова Долгор и Матанова Дулгар и фольклорной группе «Алтан сэргэ», украсившей праздничное мероприятие.

Философия праздника Белого месяца строится на возрождении, на определении ментального образа современного человека. Мы должны оглянуться в прошлое, чтоб понять настоящее и заглянуть в будущее.

Н. Шарланова,
учитель бурятского
языка и литературы МБОУ
«Гаргинская СОШ»,
23 выпуск Гаргинской СШ

Заповедник «Джергинский» присоединился к проекту «Всероссийский заповедный урок»



Всероссийский заповедный урок, посвященный 100-летию заповедной системы России, проходит в рамках Плана основных мероприятий по проведению в 2017 г. в Российской Федерации Года особо охраняемых природных территорий (ООПТ) и Года экологии. «Заповедный урок» - это школа экологических знаний для детей разных возрастов. Универсальность программы состоит в том, что подключиться к акции и проводить занятия могут сотрудники ООПТ, педагоги, волонтеры. Сколько в России охраняемых природных территорий? С чего начала отсчет система сохранения сети эталонных природных объектов? Как строилась и крепла эта система, какие научные идеи лежали в ее основе? Где находится ближайшая заповедная территория, в чем её уникальность? Ответы на все эти и



многие другие вопросы узнали во всех подробностях участники уникальной акции «Всероссийский заповедный урок».

Цель акции - объяснить школьникам ценность заповедников, национальных парков и других ООПТ России и рассказать об их роли в сохранении природы, помочь ребятам найти свой «заповедный остров», посетить его и стать ему верными друзьями.

Методисты отдела экологического просвещения заповедника «Джергинский» призвали образовательные

учреждения района воспользоваться предоставленной информацией на сайте заповедный.рф и провести «Единый всероссийский заповедный урок». Сотрудники заповедника присоединились к акции и провели заповедные уроки, в котором приняли участие более 300 школьников села. Необычный урок сотрудники проводят в визит - центре ФГБУ «Государственный заповедник «Джергинский». Заповедные уроки для школьников прошли также в библиотеке МБОУ «Курумканская СОШ№1» и централь-

ной детской библиотеке. Юные друзья заповедника смогли познакомиться с историей заповедной системы России, узнали об истории создания заповедников «Баргузинский» - первого российского заповедника, «Джергинский», который отмечает в этом году 25 лет со дня создания. Школьники в ходе урока выполняют творческие задания - это составление поздравительных открыток в рамках флешмоба «Поздравь свой заповедный остров со 100-летием заповедной системы», из-

готовление покетмонов «Заповедные острова России».

В рамках акции методисты провели занятия для воспитанников детского сада «Малышок». Совместно с воспитателями создали экологический уголок в детском саду с целью формирования у подрастающего поколения ответственного и бережного отношения к родному краю.

Следует отметить, что тема охраняемых территорий вызывает неподдельный интерес у детей, поэтому сам проект, однозначно, имеет место быть, а первый Заповедный урок стал своеобразным стартом углубленного изучения ООПТ. Урок заставил еще раз задуматься большинству из участников над вопросами сохранения окружающей среды для будущих поколений. Все участники, заполнившие онлайн - отчет по проведенному уроку, награждены Дипломами участника проекта.

Сотрудники заповедника приглашают учащихся школ района в визит - центр заповедника «Джергинский» для участия во всероссийском заповедном уроке. Успеха нам всем в сохранении природного и культурного наследия России!

Эколого-просветительский отдел
ФГБУ «Государственный заповедник «Джергинский»

К 100-летию Аргадинской средней школы им.А.Б.Будаина

Год экологии

Наша любимая школа

Аргадинская средняя общеобразовательная школа отмечает свой вековой юбилей. Эта дата для нашего славного XXXII выпуска занимает особое место, является поводом для размышлений о прожитых чудесных школьных годах.

Школьные годы - золотая пора! Сколько незабываемых воспоминаний оставили они в душе. С радостью вспоминается родная школа, 3 дружных класса, где обучалось около 80 учеников, любимые учителя, которые вложили в нас свои силы, чтобы мы выросли честными и порядочными людьми.

С благодарностью вспоминаем своих первых учителей начальных классов - Солякову Нину Степановну, Дандарову Бадма-Ханда Будугуровну, Цыденову Сэсэг Дабаевну, именно они заложили основы тех качеств, которыми должен обладать человек: доброту, понимание, уважение к старшим. Они были первыми из всех начал, после родителей, кто понимал нас и любил, указывал на верный путь нашей большой жизни.

Запоминающимися были уроки Нины Степановны Соляковой, полные интересными рассказами, историями, добрыми наставлениями. В то время молодая учительница Бадма-Ханда Будугуровна сумела привлечь наше

внимание на учебу, открыла нам целый мир в страну знаний.

Далее, после окончания начальной школы, нашими классными руководителями были - Раднаев Бато-цырен Енхобоевич, Доржиева Тамара Донгитовна, Бальжирова Мэдэга Дугарцыреновна, Цыбикова Светлана Кимовна, Мунхоева Августина Лубсановна, Дарицыренова Галина Будаевна. В это же время перед нами предстало большое количество других учителей-предметников. Все они преподавали разные предметы: Цыбикова С.К и Дугарова З.М.- биологию, Мунхоева А.Л. Раднаева Ц.А., Лосолова Б.Б. -химию, математику-Дабаев Г.О., Бубеев Д.Т., Бадмаева Н.Ц., Будаин Т. А., трудовое обучение нам вел Н.Ц.Кузьмин, В.С.Ламуев, Э.Ш.Аюров, С.Н.Дашиева, физику- Раднаев О.Р., Дарицыренова Г.Б., физическую культуру-Ширеторов Д.Ж., Аханаев Б.А., Бадмаев Б.Г., а военным руководил молодой, талантливый Очиров Л.Ц.Г. Наполненные историческими фактами о нашей Родине, о ее горьких поражениях и славных победах, великом становлении и развитии нам подавали материал Раднаев Ж.П., Цырепилова Ц.Д., Мунхоев Д.Б. С.Т. Содномова, учитель бурятского языка и литературы, Д.Х.Дамдинова, С.Л.Лубсанов, Лубсанова В.М., учителя русского языка и литературы. А географию нам рассказывали Т.В. Цыбикова и Х.Г.Бодиева.

Также хочется выразить благодарность бывшему тогда директору школы Ф.М.Гармаеву. Ф.М.Гармаев был директором 15 лет, в меру строгий, но справедливый, всегда старался, чтобы школа не отставала, внедряя новые методы обучения школьников.

Мне еще раз хочется сказать от всех одноклассников особые слова благодарности нашим классным руководителям и замечательным учителям-предметникам.

С таким богатым арсеналом мы не могли остаться без хороших знаний. В том историческом году родную школу окончили 80 выпускников, одни выбрали специальность педагогов, медиков, военных, госслужащих и работников в сфере культуры и т.д. Многие выпускники XXXII выпуска Аргадинской школы успешно поступили в учебные заведения и получили образование, обзавелись семьями, разъехались по разным городам и селам нашей необъятной Родины, но сумели сохранить в себе гордое звание ВЫПУСКНИКА Аргадинской средней общеобразовательной школы им.А.Б.Будаина.

Я думаю, что полученные знания при стенах школы помогли нам получить достойное образование и стать хорошими специалистами в своем деле.

От XXXII выпуска Раднаев Э.Ц.,учитель истории АСОШ им А.Б.Будаина

Сад воспоминаний

Судьба свела с удивительной женщиной, о которой можно говорить только в превосходной степени. Даже теперь, когда ее нет рядом с нами, она незримо присутствует везде и во всем, особенно в нашем саду, где каждое дерево, каждый куст, ухоженная земля напоминают о Дунсан Цыреновне. Воспитала семерых детей, всем дала высшее образование, а самое главное - вырастила со своим мужем Гурдармой Эрдынеевичем настоящих людей, профессионалов в своем деле. О каждом из ее детей можно написать отдельно, они заслужили это. Но в данном случае разговор о нашей маме. Почти до 90 лет она с удовольствием собирала богатый урожай ранеток и малины. Когда зацветают в саду плодовые деревья, вишня, смородина, малина, крыжовник - невольно вспоминаешь, как в 60-е годы наша мама привезла из Баргузинского плодпитомника саженцы полукультурки, ранеток и ягодных кустарников... Прошло более пятидесяти лет, а мы до сих пор любимся цветением маминого сада и пользуемся его плодами. За плечами у Дунсан Цыреновны более сорока лет педагогического труда и немало выпускников, которые с благодарностью вспоминают ее уроки, ее доброту и ее прекрасный сад. Скольким людям она передала в дар районированные сорта малины, которые не требуют укрытия в морозы, многие помнят ее вкусные варенья из смородины и малины, ранеток и крыжовника. А Гурдарма Эрдынеевич очень ловко собирал облепиху с колючих кустов, подолгу стоял на стремянке и очень чисто снимал капризные ягоды, из которых мама готовила соки, варенье и настоящее облепиховое масло. В то время в аптеках его днем с огнем не найти, а у мамы оно прекрасно получалось. Кто только у нее не получил бесценный опыт переработки плодов сада. Ее дочери



Екатерина, Нина, Зинаида, Надежда, Татьяна и я, ее невестка, успешно используем полученный от нее опыт. А малиновая плантация разрослась, благодаря стараниям ее внука Зорика от младшего сына Михаила. Теперь урожай малины достигает до полутора литров за сезон. Лучшей памяти, чем сохранение и бережное отношение к ее саду, по-моему, не найти. В преддверии весеннего праздника хо-

чется пожелать каждому, чтобы и в их жизни был свой сад прекрасных воспоминаний о маме, дорогих женщин. Пусть цветет и благоухает наш сад памяти лучшей из мам - Дунсан Цыреновны Тангановой!

С благодарной памятью невестка Дамбаева Ирина Дмитриевна, ветеран труда.

К 95-летию Дунсан Цыреновны Тангановой

В мире станет пусто на чуточку, но чище!

В наше время люди все чаще и чаще загрязняют окружающую среду. И, некоторые, даже этого не замечают. А ведь от жизни природы зависит и наша жизнь. Но почему же тогда люди не берегут природу? Все мы считаем, что от нескольких вырубленных деревьев, от одного брошенного фантика или от выброшенных отходов в воду ничего не произойдет, ведь природы еще много... Но если и дальше миллионы людей будут так думать на протяжении еще десятка лет, то я даже не представляю во что превратится планета?!

Как же мы будем жить без кислорода, чистой воды, приятно ли вам будет ходить по мусору и отбросам? Чтобы предотвратить такую ситуацию, мы должны беречь природу, как самого себя. Поддерживать чистоту и не допускать ее загрязнения. И даже, если один из тысячи человек откликнется на призыв экологов о сохранении чистоты окружающей среды, в мире станет пусто на чуточку, но чище!

Домбровская Дарья, 12 лет

Единственная во вселенной

Я бесконечно рада что живу на земле. Ведь земля - это наша планета. Она, по своему, уникальная, замечательная, богатая своими природными ресурсами, своими бездонными океанами и прозрачными озерами. И мы, люди, это не бережем, не смотря на то, насколько она красива...

Люди все больше вторгаются в природу и уничтожают ее извлекая из нее руду и нефть, вырубая леса, загрязняя воздух и воду. И все это ради того, чтобы обеспечить себя едой и вещами?! И тем обиднее констатировать факт о том, что вся продукция, которую производим, зачастую, нам по-настоящему и не очень нужна. А порой бывает и так: купили вещь и выкинем почти новую, а сколько портится продуктов из-за того, что мы ее купили и не съели. Мы приносим огромный ущерб природе!

Делая ущерб природе, мы делаем ущерб себе. Дышим нечистым воздухом, пьем нечистую воду и едим то, что выросло на отравленной химикатами земле. Чтобы пить экологически чистое молоко и есть экологически чистые фрукты, овощи, дышать свежим воздухом люди должны научиться дружить с природой. Ради дружбы с природой человеку надо: 1) изучить ее, 2) обратить внимание на проблемы окружающей среды и по возможности их решать, 3) защитить ее от беспредела с мусором, отходами, 4) любить, беречь все, что нас окружает.

Наша планета такая зеленая, живая, и, наверное, единственная во вселенной, так давайте же беречь родную землю вместе!

Цырепилова Раджана, 14 лет

Царица Роза (сказка)

Жила - была одна планета по названию Розалия. Она была очень красивая. На ней были высокие горы, синие моря, чистые, как слеза, реки, голубое небо и разные удивительные растения.

Самым удивительным растением было Мудрое дерево. Его корни выросли до огромных размеров и обхватили всю планету, и от состояния планеты зависела его жизнь.

Жили на этой планете разные звери, птицы и насекомые. Управляла там Царица, которую звали Роза. Она брала советы у Мудрого дерева.

Она очень любила своих подданных и мир, в котором находится планета, а ее жители почитали ее как богиню, берегли ее и ценили.

Однажды Царица Роза решила создать разумное существо, которое будет помогать братьям своим меньшим. Прежде чем создать это существо она пошла за советом к Мудрому дереву. Дерево было не против на счет предложения Царицы Розы. И Царица Роза создала разумное существо по имени человек, который должен был быть защитой и опорой братьям своим меньшим. Она дала ему возможность добывать себе еду, чтобы не умереть от холода и палящего солнца, построить дом, чтобы уберечься от ненастья и опасностей. И самое главное, она дала ему разум, чтобы был он хозяином на этой замечательной планете. Человек постоянно помогал животным, сажал новые растения, ухаживал за ними, помогал Царице Розе во всем, знал ее все сокровенные секреты.

Но со временем, человеку этого показалось мало. Он совсем изменился. Стал грозным и молчаливым. А самое страшное начал требовать все больше, больше, больше от Царицы Розы. А она все предоставляла, шла навстречу ему ни в чем не отказывая. Человек начал забывать то, зачем его создали. Царица Роза поняла: «Человек считает себя хозяином на этой планете, по-хамски к ней относится».

Безалаберность человека губительно сказывалась на природе. Все

меньше становилось птиц, животных и насекомых. С каждым годом миллионы тонн мусора появлялись из-за деятельности человека.

Она уже видела, как человек сам загрязняет водоемы, из которых пьет воду, как гибнут рыбы, моля о пощаде, как погибают миллионы животных от рук человека, вырубается леса. И избалованные дети топчут траву, ломают ветки и срывают цветы.

С тяжелым сердцем, воспринимала эту картину Царица Роза. Горько было у нее на душе. Неужели ее любимое детище - человек, так ничего и не поймет? Какая она теперь царица? Она сломлена, опустошена, грязна. Теперь она больше похожа на жалкую нищенку...

Но она не жалуется, молча доживает свой век, бывшая некогда великой и красивой Царицей Розой, и ждет когда он придет - ее Конец.

Где-то глубоко в душе она все же тайно лелеяла надежду о том, что может быть человек поймет как ей плохо, прочувствует, оглянется. - Задумайся! - просила она человека...

Как-то раз человек проходил мимо Мудрого дерева и увидел, как дереву плохо, как сильно оно страдает. Тогда человек спросил: - Что с тобой? Чем тебе помочь? Тогда Мудрое дерево просто сказало человеку: - Оглянись, посмотри вокруг, и ты всё поймешь! Человек немедля посмотрел вокруг и увидел, как он погубил то место где живёт, как страдают животные, растения.

Человеку стало стыдно, он всё обдумал, и в тот же день начал ухаживать за своей планетой, любить всё, что его окружает.

Царица Роза сразу ожила и стремилась помочь человеку во всем. Мудрое дерево очень обрадовалось тому, что человек передумал губить природу.Время проходило, и с каждым днём планета Розалия становилась всё прекраснее и прекраснее, все больше приближаясь к идеалу.

Посельская Александра, 13 лет

главная тема

Ищу семью!

В Бурятии стартовал социальный проект, адресованный семьям, готовым усыновить ребёнка из детского дома.

Такое решение — шаг ответственный, от будущих приёмных родителей зависит судьба человека. Но результатом этих усилий станет не только устройство ребёнка, но и позитивные перемены для самой семьи, как психологические, так и материальные.

Правительство Бурятии, Министерство социальной защиты населения республики совместно с районными газетами запускает новый проект по устройству в семьи детей — сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Проект называется «Ищу семью».

Социальный проект организован для привлечения внимания общественности к вопросам семейного устройства детей — сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Благодаря ему потенциальные родители получают информацию о детях, нуждающихся в их помощи, а также о комплексной социальной поддержке, которую оказывает государство семьям с приёмными детьми.

Соелма Цыбжитова, ведущий специалист отдела опеки и попечительства Министерства социальной защиты населения Бурятии: «Ищу семью» — это социальный проект, цель которого — помочь детям, оставшимся без попечения родителей, обрести семью, а жителям Бурятии предоставить возможность стать такой семьей».

По словам специалистов, тема усыновления в наши дни вызывает у населения большой интерес. Велико количество семей, по состоянию здоровья не имеющих возможности завести собственных детей. По данным статистики, 17–20 процентов брачных пар в России являются бесплодными. В Бурятии этот показатель среди городских жителей составляет более 20 процентов. Однако интересен тот факт, что, помимо этой категории, приёмными родителями в большинстве случаев становятся граждане, имеющие собственных детей, чаще всего многодетные. Информирование населения приобретает особенную актуальность.

Для тех, кто хочет стать опекуном/ приёмным родителем

Консультация по вопросам усыновления, опеки, приёмной семьи

Органы опеки и попечительства, учреждения социального обслуживания семьи и детей республики

ГБУ РБ «Республиканский ресурсный центр «Семья»
(г. Улан-Удэ ул. Гагарина 10, каб. 510, телефон: 8(3012) 55-39-18)

Сведения о детях, оставшихся без попечения родителей

Официальный сайт Министерства социальной защиты населения РБ в разделе «Ищем маму и папу!»
(www.minsoc-buryatia.ru)

При наличии заключения о возможности быть усыновителем/опекуном (попечителем)/ приёмным родителем в региональном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей
(г. Улан-Удэ, ул. Хахалова, 4а, каб. 107, телефон: 8(3012) 44-75-84)



Один раз в месяц на страницах районных газет будут публиковаться фотографии мальчиков и девочек с краткой историей о них, в которых будут описаны особенности характера детей, навыки и умения, а также подробности о том, что они любят и чем увлекаются.

Данный проект имеет высокую социальную значимость. Он позволит детям, проживающим в учреждениях социального обслуживания, найти крепкую и любящую семью и повысить её общественный статус.

справка

На 01.01.2017 г. в Республике Бурятия в государственном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей, находятся сведения о 468 детях, нуждающихся в семейном устройстве. В настоящее время в Бурятии 1484 ребенка проживает в 844 приемных семьях.

МЕРЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ СЕМЕЙ С ПРИЁМНЫМИ ДЕТЬМИ

5 342,40 руб. — денежные средства на содержание ребёнка

4902,50 руб. — вознаграждение приёмному родителю

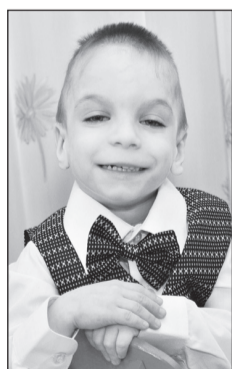
18615,18 руб. — единовременное пособие при передаче ребёнка в семью

25466,50 руб. — вознаграждение приёмному родителю в случае принятия на воспитание 5-ти и более приёмных детей

Возмещение затрат на:

- ✓ лекарства — 100% (детям до 6 лет)
 - ✓ коммунальные услуги — 30%
 - ✓ электроэнергия — 30%
- ### Льготы на:
- ✓ первоочередное устройство в детский сад
 - ✓ получение путёвок в лагерь
 - ✓ посещение театра

«Ищу семью!»



Максим, март 2012 г.р.

Возможная форма устройства ребенка: опека, приемная семья.
Наличие братьев и сестер: нет.

Максим — активный и доброжелательный ребенок, очень добрый и позитивный. Любит подвижные игры, «стрельбу», игры с мячом, любит играть большими машинами, нравится рассматривать книги, собирать мозаику. Мальчик усидчив, старателен, самостоятельно себя обслуживает. Легко поделится игрушкой, угощением. Любит прогулки, выезды, различные мероприятия. С удовольствием смотрит мультфильмы про машины, животных. Любит играть в большой группе детей, редко остается один. Проявляет яркие эмоции в любых действиях. Подражает действиям взрослых, любит помогать воспитателю. Старается все выполнить до конца, как поручение, так и другие действия. Пытается «все уловить на лету». Его мечта быть ветеринаром и лечить животных. Максиму нужен кто-то близкий, кто сможет поддерживать его, радоваться новым достижениям.



Надежда, ноябрь 2013 г.р.

Возможная форма устройства ребенка: удочерение, опека, приемная семья.
Наличие братьев и сестер: нет.

Надежда — это фонтан радости, счастья и позитива. Очень светлая девочка, живая и эмоциональная. Наденька не любит сидеть на месте. Она всегда чем-то занята: перемещается с одного места на другое, что-то делает, подражая взрослым. Ей все интересно: нужно обязательно дотянуться, потрогать, узнать, что внутри. И нет для Нади преград: где высоко — заберется; где закрыто — откроет. Развивается девочка с отставанием от возрастной нормы, но благодаря позитиву и умению радоваться всему, ее развитие точно не стоит на месте — девочка самостоятельно ходит, разговаривает. Надя учится всему новому и интересному, не унывает, если что не получается, не боится искать, экспериментировать. Такой девочке нужна семья, которая будет развивать в ней дальше эту тягу к исследованию и радоваться новым достижениям своего ребенка. Наде нужна атмосфера любви и принятия — найти ее девочка сможет только в хорошей семье.

НОВОСТИ БУРЯТИИ

Издается при поддержке Администрации Главы РБ и Правительства РБ

ОПЫТ



Семья Белавских

БЕЛАВСКАЯ ЛАРИСА ВИТАЛЬЕВНА, приёмная мама, г. Улан-Удэ.

— Как вы решили взять в семью приёмного ребёнка?
— Так получилось, что взять в нашу семью приёмного ребёнка меня попросили мои дочери. Я сама когда-то работала в детском доме, там же работала моя сестра. Она рассказывала, что есть у них замечательный мальчик, сетовала, что дети из детского дома не имеют возможность выезжать куда-либо, даже покататься на горке им не доводилось. И мы решили взять Алёшу на горку. Потом пригласили его в гости. Так дети подружились и уже не захотели расставаться. Алёше тогда было пять лет, а средней и младшей дочерям, Танюшке и Ире — три и десять лет. У нас трое дочерей (старшая уже взрослая) и мы рады были появлению в нашей семье сына.

— Есть ли разница между воспитанием своих и приёмных детей?
— Нет, конечно! Между воспитанием дочерей и сыновей — в этом есть разница. А принципы воспитания одни. Это любовь, это доверие. Конечно, всегда случаются сложности, но они бывают как с приёмными, так и с родными детьми. Точно также, как и радости. Их хватает и в общении с родными, и с приёмными ребятами. Это жизнь.

— Как в вашей семье относятся к родным родителям вашего приёмного сына?

Алёша считает меня мамой, но он, конечно, знает и о своей родной маме. У него есть её фотография. Мы говорим о ней, я объясняю, что у родителей иногда складываются такие обстоятельства, что решение отдать ребёнка в детский дом является лучшим на тот момент. Ещё я говорю, что очень благодарна его маме за то, что он появился в нашей семье и сделал нас счастливыми. Мы стараемся, чтобы у мальчика не было обиды на своих кровных родителей, чтобы не было соперничества между приёмными и родными родителями. Потому что приёмные родители в этом соперничестве, как правило, проигрывают.

— Как государство поддерживает семьи с приёмными детьми?

— Есть пособие. Круглым сиротам, к ним относится и наш приёмный сын, назначается пенсия. Это позволяет нам обеспечить мальчика дополнительным образованием, совершать покупки по его желанию, например, покупать одежду и делать стрижку по Алёшину вкусу. Без пенсии, конечно, это было бы невозможно. Есть и льготы по оплате коммунальных платежей. Из пожеланий я могла бы назвать льготные железнодорожные или авиабилеты для таких детей. Хотелось бы показать сыну нашу страну, потому что такие дети очень ограничены своим кругом. Сначала это детский дом, позже — приёмная семья, и этот его мир хотелось бы расширить. Огромную помощь нам оказывает Ассоциация приёмных родителей Бурятии. Это и организация мероприятий для детей, и моральная поддержка, где мы можем поделиться своими радостями и горестями, понять, что они возникают у всех и что они преодолимы.

ВАЛЕНТИНА КРАСНИКОВА, многодетная приёмная мама, г. Улан-Удэ

— «Как многодетная приёмная мама, а у нас 14 детей, я получаю ежемесячные денежные выплаты на каждого ребенка. На содержание каждого ребенка и плюс вознаграждение выходит около 10 тысяч рублей. С прошлого года в качестве дополнительного вознаграждения мы получаем 24 тысячи



Семья Красниковых

рублей. Помимо этого, на младших детей мне возмещают затраты на лекарства по рецептам врачей. Очень помогает, что как приемной семье с 3-мя и более детьми нам положены выплаты по оплате электрической энергии и коммунальных услуг. Когда мы брали детишек, то на каждого ребенка получили от государства единовременное пособие. Ещё как многодетная семья мы получили бесплатный земельный участок. Кроме того, мы имеем льготы на получение путевок в оздоровительные лагеря, мои дети могут посещать один раз в месяц бесплатно театр. Есть льгота и на первоочередное устройство детский сад, но нам она не пригодилась, так как мы открыли семейный детский сад, это тоже очень удобная и актуальная для многодетных семей форма господдержки».

Понедельник, 6 марта

ПЕРВЫЙ

6.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
15.00 Новости.
15.15 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Давай поженимся!» [16+]
19.00 Прямой информационный канал «Первая Студия». [16+]
21.00 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Штрафник». [16+]
00.30 «Вечерний Ургант». [16+]
01.05 «Познер». [16+]
02.05 Х/ф «Отель «Мэриголд»: Лучший из экзотических». [12+]
04.00 Новости.
04.05 Х/ф «Отель «Мэриголд»: Лучший из экзотических». [12+]
04.25 «Наедине со всеми». [16+]
5.20 Контрольная закупка.

РОССИЯ

6.00 «Утро России».
10.00 Вести.
10.15 «Утро России».
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «Каменская». [16+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Екатерина. Взлёт». [12+]
00.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]
02.35 Т/с «Мастер и Маргарита». [16+]
04.35 Т/с «Дар». [12+]

5 КАНАЛ

7.00 Сейчас.
7.10 «Утро на 5». [6+]
10.10 «Место происшествия».
11.00 Сейчас.
11.30 Т/с «Кремень». [16+]
12.20 Т/с «Кремень». [16+]
13.00 Сейчас.
13.30 Т/с «Кремень». [16+]
13.45 Т/с «Кремень». [16+]
14.35 Т/с «Кремень». [16+]
15.20 Т/с «Кремень. Освобождение». [16+]
16.20 Т/с «Кремень. Освобождение». [16+]
16.30 Сейчас.
17.00 Т/с «Кремень. Освобождение». [16+]
17.40 Т/с «Кремень. Освобождение». [16+]
18.35 Т/с «Кремень. Освобождение». [16+]
19.30 Сейчас.
20.00 Т/с «Детективы». [16+]
20.40 Т/с «Детективы». [16+]
21.20 Т/с «След». [16+]
22.10 Т/с «След». [16+]
23.00 Сейчас.
23.25 Т/с «Майор и магия». [16+]
00.10 Т/с «След». [16+]
01.00 Х/ф «Любить по-русски». [16+]
02.45 Х/ф «Любить по-русски-2». [16+]
04.35 Х/ф «Любить по-русски-3. Губернатор». [16+]

Вторник, 7 марта

ПЕРВЫЙ

6.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
15.00 Новости.
15.15 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Давай поженимся!» [16+]
19.00 Прямой информационный канал «Первая Студия». [16+]
21.00 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]

22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Штрафник». [16+]
00.35 «Вечерний Ургант». [16+]
01.05 Х/ф «Потомки». [16+]
03.15 Х/ф «Тайный мир». [12+]
5.05 Х/ф «Хроника». [16+]
6.35 Контрольная закупка.

РОССИЯ

6.00 «Утро России».
10.00 Вести.
10.15 «Утро России».
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «Каменская». [16+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Екатерина. Взлёт». [12+]
00.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]
02.35 Т/с «Мастер и Маргарита». [16+]
04.35 Т/с «Дар». [12+]

5 КАНАЛ

7.00 Сейчас.
7.10 «Утро на 5». [6+]
10.10 «Место происшествия».
11.00 Сейчас.
11.30 Т/с «Без права на выбор». [16+]
12.20 Т/с «Без права на выбор». [16+]
13.00 Сейчас.
13.30 Т/с «Без права на выбор». [16+]
13.45 Т/с «Без права на выбор». [16+]
14.40 Т/с «Без права на выбор». [16+]
15.35 Х/ф «Привет от «Катюши». [16+]
16.25 Х/ф «Привет от «Катюши». [16+]
16.30 Сейчас.
17.00 Х/ф «Привет от «Катюши». [16+]
17.45 Х/ф «Привет от «Катюши». [16+]
18.40 Х/ф «Привет от «Катюши». [16+]
19.30 Сейчас.
20.00 Т/с «Детективы». [16+]
20.40 Т/с «Детективы». [16+]
21.20 Т/с «След». [16+]
22.10 Т/с «След». [16+]
23.00 Сейчас.
23.25 Т/с «Майор и магия». [16+]
00.10 Т/с «След». [16+]
01.00 Х/ф «Классик». [16+]
03.05 Х/ф «Голубая стрела». [12+]
04.55 Т/с «ОСА». [16+]
5.40 Х/ф «Любить по-русски». [16+]

Среда, 8 марта

ПЕРВЫЙ

7.00 Новости.
7.10 Х/ф «Моя любовь». [12+]
7.40 Х/ф «Настя».
9.20 Х/ф «Блондинка за углом». [12+]
11.00 Новости.
11.10 Х/ф «Весна на Заречной улице». Кино в цвете.
13.00 Новости.
13.15 Х/ф «Королева бензоколонки».
14.45 Х/ф «Приходите завтра...».
16.40 Премьера. Концерт «О чем поют мужчины».
18.40 Х/ф «Красотка». [16+]
20.55 Х/ф «Москва слезам не верит».
22.00 Время.
22.20 Х/ф «Москва слезам не верит».
00.10 «Вечерний Ургант». [16+]
00.45 Х/ф «Статус: Свободен». [16+]
02.40 Х/ф «Одна встреча». [16+]
04.10 Модный приговор.
5.10 Контрольная закупка.

РОССИЯ

7.00 Х/ф «Не может быть!»
9.00 «Бабы, вперёд!» [16+]
11.30 Т/с «Цыганское счастье». [12+]
15.00 Вести.
15.20 Т/с «Цыганское счастье». [12+]
18.25 «Петросян и женщины». [16+]
21.00 Вести.
21.40 Х/ф «Любовь и голуби».
23.40 Праздничное шоу Валентина Юдашкина.
02.10 Х/ф «Стиляги». [16+]

5 КАНАЛ

7.25 Х/ф «Любить по-русски-2». [16+]
9.05 Х/ф «Любить по-русски-3. Губернатор». [16+]
11.00 Сейчас.
11.10 Т/с «След». [16+]
12.00 Т/с «След». [16+]
12.55 Т/с «След». [16+]
13.40 Т/с «След». [16+]
14.25 Т/с «След». [16+]
15.15 Т/с «След». [16+]
16.00 Т/с «След». [16+]
16.55 Т/с «След». [16+]
17.45 Т/с «След». [16+]
18.35 Т/с «След». [16+]

19.30 Сейчас.
19.40 Х/ф «Спортлото-82». [12+]
21.25 Х/ф «Мужики!..» [12+]
23.20 Х/ф «Морозко». [6+]
00.55 «Легенды Ретро FM». [12+]
03.40 Х/ф «Секс-миссия, или Новые амазонки». [16+]
5.55 Т/с «ОСА». [16+]

Четверг, 9 марта

ПЕРВЫЙ

6.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
15.00 Новости.
15.15 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Давай поженимся!» [16+]
19.00 Прямой информационный канал «Первая Студия». [16+]
21.00 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Мурка». [16+]
00.30 «Вечерний Ургант». [16+]
01.05 Х/ф Премьера. «Майор Гром». [12+]
01.35 Х/ф «Рыбка по имени Ванда». [16+]
03.40 «Наедине со всеми». [16+]
04.00 Новости.
04.05 «Наедине со всеми». [16+]
04.40 «Модный приговор».

РОССИЯ

6.00 «Утро России».
9.55 Вести.
10.15 «Утро России».
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «Каменская». [16+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Чужое счастье». [12+]
01.50 Т/с «Екатерина». [12+]
03.00 Х/ф «Хозяин тайги».

5 КАНАЛ

7.00 Сейчас.
7.10 «Утро на 5». [6+]
10.10 «Место происшествия».
11.00 Сейчас.
11.30 Т/с «Господа офицеры». [16+]
12.20 Т/с «Господа офицеры». [16+]
13.00 Сейчас.
13.30 Т/с «Господа офицеры». [16+]
13.45 Т/с «Господа офицеры». [16+]
14.35 Т/с «Господа офицеры». [16+]
15.30 Т/с «Господа офицеры». [16+]
16.20 Т/с «Господа офицеры». [16+]
16.30 Сейчас.
17.00 Т/с «Господа офицеры». [16+]
17.45 Т/с «Господа офицеры». [16+]
18.35 Т/с «Господа офицеры». [16+]
19.30 Сейчас.
20.00 Т/с «Детективы». [16+]
20.40 Т/с «Детективы». [16+]
21.20 Т/с «След». [16+]
22.15 Т/с «След». [16+]
23.00 Сейчас.
23.25 Т/с «Майор и магия». [16+]
00.10 Т/с «След». [16+]
01.00 Х/ф «Клуши». [16+]
03.05 Х/ф «Ва-банк». [16+]
5.05 Х/ф «Ва-банк-2». [16+]

Пятница, 10 марта

ПЕРВЫЙ

6.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
15.00 Новости.
15.15 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 Жди меня.
19.00 Вечерние новости с субтитрами.
19.45 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. [16+]

20.50 «Поле чудес». [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Мурка». [16+]
00.30 «Вечерний Ургант». [16+]
01.20 Д/ф Премьера. «Студия звукозаписи». «Городские пижоны». [16+]
03.15 Х/ф «Президент Линкольн: Охотник на вампиров». [16+]
5.10 Х/ф «Домашняя работа». [16+]

РОССИЯ

6.00 «Утро России».
9.55 Вести.
10.15 «Утро России».
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «Каменская». [16+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Чужое счастье». [12+]
01.50 Т/с «Екатерина». [12+]
03.10 Х/ф «Свидание с молодостью».

5 КАНАЛ

7.00 Сейчас.
7.10 «Утро на 5». [6+]
10.10 «Место происшествия».
11.00 Сейчас.
11.40 Т/с «Спецотряд «Шторм». [16+]
12.45 Т/с «Спецотряд «Шторм». [16+]
13.00 Сейчас.
13.40 Т/с «Спецотряд «Шторм». [16+]
14.25 Т/с «Спецотряд «Шторм». [16+]
15.25 Т/с «Спецотряд «Шторм». [16+]
16.30 Сейчас.
17.00 Т/с «Майор и магия». [16+]
17.45 Т/с «Майор и магия». [16+]
18.40 Т/с «Майор и магия». [16+]
19.30 Сейчас.
20.00 Т/с «След». [16+]
20.50 Т/с «След». [16+]
21.40 Т/с «След». [16+]
22.25 Т/с «След». [16+]
23.20 Т/с «След». [16+]
00.00 Т/с «След». [16+]
00.55 Т/с «След». [16+]
01.40 Т/с «След». [16+]
02.30 Т/с «Детективы». [16+]
03.10 Т/с «Детективы». [16+]
03.50 Т/с «Детективы». [16+]
04.20 Т/с «Детективы». [16+]
04.50 Т/с «Детективы». [16+]
5.20 Т/с «Детективы». [16+]
6.50 Т/с «Детективы». [16+]
7.20 Т/с «Детективы». [16+]

Суббота, 11 марта

ПЕРВЫЙ

7.00 Новости.
7.10 Х/ф «Родня». [12+]
9.00 Играй, гармонь любимая!
9.45 М/с «Смешарики. Новые приключения».
10.00 Умницы и умники. [12+]
10.45 Слово пастыря.
11.00 Новости.
11.15 Д/ф Премьера. «Алексей Баталов. Он же Гоша, он же Гога...» [12+]
12.15 Смак. [12+]
13.00 Новости.
13.10 «Идеальный ремонт».
14.10 «На 10 лет моложе». [16+]
15.00 Т/с «Манекенщица». [16+]
19.00 Вечерние новости с субтитрами.
19.10 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым.
20.10 Минута славы. Новый сезон.
22.00 Время.
22.20 «Голос. Дети». Новый сезон.
00.10 Премьера. «Пржекторперисхитон». [16+]
00.45 Х/ф Премьера. «Полтергейст». [16+]
02.30 Х/ф «Сынок». [16+]
04.10 Х/ф «Совсем не бабник». [16+]
5.45 «Модный приговор».

РОССИЯ

6.15 Т/с «Чокнутая». [12+]
8.10 «Живые истории».
9.00 Вести. Местное время. [12+]
9.20 Россия. Местное время. [12+]
10.20 Сто к одному.
11.10 «Семейный альбом». [12+]
12.00 Вести.
12.20 Вести. Местное время.
12.40 Аншлаг и Компания. [16+]
15.00 Вести.
15.20 Х/ф «Пусть говорят». [12+]
19.00 Субботний вечер.
21.00 Вести в субботу.
22.00 Х/ф «Брачные игры». [12+]
01.50 Х/ф «Танго мотылька». [12+]
03.55 Т/с «Марш Турецкого». [12+]

5 КАНАЛ

6.50 М/ф «Мультфильмы». [0+]
10.00 М/ф «Маша и Медведь». [0+]
10.35 «День ангела». [0+]
11.00 Сейчас.
11.10 Т/с «След». [16+]
12.00 Т/с «След». [16+]
12.55 Т/с «След». [16+]
13.40 Т/с «След». [16+]
14.35 Т/с «След». [16+]
15.20 Т/с «След». [16+]
16.10 Т/с «След». [16+]
17.00 Т/с «След». [16+]
17.50 Т/с «След». [16+]
18.40 Т/с «След». [16+]
19.30 Сейчас.
20.00 Т/с «Туман». [16+]
20.55 Т/с «Туман». [16+]
21.40 Т/с «Туман». [16+]
22.35 Т/с «Туман». [16+]
23.20 Т/с «Туман-2». [16+]
00.15 Т/с «Туман-2». [16+]
00.55 Т/с «Туман-2». [16+]
01.35 Т/с «Туман-2». [16+]
02.25 Т/с «Группа Zeta». [16+]
03.15 Т/с «Группа Zeta». [16+]
04.10 Т/с «Группа Zeta». [16+]
5.00 Т/с «Группа Zeta». [16+]
6.55 Т/с «Группа Zeta». [16+]

Воскресенье, 12 марта

ПЕРВЫЙ

7.00 Новости.
7.10 Х/ф «Вербовщик». [16+]
9.10 М/с «Смешарики. Пин-код».
9.25 «Часовой». [12+]
9.55 «Здоровье». [16+]
11.00 Новости.
11.15 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. [12+]
11.35 «Пока все дома».
12.25 Фазенда.
13.00 Новости.
13.15 Премьера. «ТилиТелеТесто» с Ларисой Гузеевой.
14.45 Д/ф «Теория заговора». [16+]
15.40 «Голос. Дети».
17.25 Д/ф Премьера. «Юбилейный вечер Татьяны Тарасовой».
20.30 Премьера. «Лучше всех!»
22.00 Воскресное «Время».
23.30 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига.
01.40 Х/ф «Харли Дэвидсон и Ковбой Мальборо». [16+]
03.30 Х/ф «Скажи, что это не так». [16+]
5.20 Контрольная закупка.

РОССИЯ

6.00 Т/с «Чокнутая». [12+]
8.00 Мульт-утро.
8.30 «Сам себе режиссёр».
9.20 «Смехопанорама» Евгения Петросяна.
9.50 Утренняя почта.
10.30 Сто к одному.
11.20 Местное время. Вести-Москва. Неделя в городе.
12.00 Вести.
12.20 Смеяться разрешается.
15.00 Вести.
15.20 Х/ф «Любовь, которой не было». [12+]
17.15 Х/ф «Вера». [12+]
21.00 Вести недели.
23.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]
01.30 Д/ф «Наина Ельцина». [12+]
02.35 Т/с «Женщины на грани». [12+]
04.35 «Смехопанорама Евгения Петросяна».

5 КАНАЛ

6.50 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера». [12+]
8.15 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера». [12+]
9.45 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера». [12+]
11.00 Сейчас.
11.10 «Истории из будущего» с Михаилом Ковальчуком. [0+]
12.00 Х/ф «У тихой пристани». [12+]
13.30 Х/ф «Морозко». [6+]
15.05 Х/ф «Спортлото-82». [12+]
17.00 Х/ф «Мужики!..» [12+]
19.00 Главное.
21.00 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
21.55 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
22.50 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
23.40 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
00.30 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
01.25 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
02.15 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
03.05 Т/с «Отряд Кочубея». [16+]
04.05 Т/с «Группа Zeta». [16+]
5.00 Т/с «Группа Zeta». [16+]
5.50 Т/с «Группа Zeta». [16+]

Солнышко в каплях

В холодные зимние дни на прием к эндокринологу пришла пациентка Н. с вопросом: «Доктор, почему у меня вновь стали сильно выпадать волосы?». Женщина поделилась своими впечатлениями: «Каждую зиму я замечала, что зимой волосы больше выпадают, чем летом, но особого значения этому не придавала. Принимала препараты кальция, йода, витамины – с переменным успехом. В этом году нам посчастливилось на Новый год поехать на тропическое море и после приезда во время душа в водостоке я совсем не обнаружила части своей шевелюры. Но прошло несколько недель – и все стало как и раньше. В чем дело?»

Наша пациентка Н. самостоятельно пришла к выводу, что ей чего-то не хватает в нашей солнечной Бурятии. Чего-то, что, однако, было вполне в достатке в тропиках. Вывод очевиден: дефицит витамина D.

Подавляющее большинство населения России находится в дефиците витамина D, поскольку почти вся территория страны располагается выше 37 градусов широты от экватора и с осени до лета солнечных лучей маловато для адекватного синтеза в коже витамина D. Несмотря на то, что нашу Бурятию называют солнечной, мы находимся на 53 градусах северной широты, где солнечные лучи недостаточно эффективны для образования витамина D. А если к этому прибавить то, что мы из-за низких температур все время в одежде или в помещении, то становится очевидным факт: население всей республики нуждается в приеме препаратов витамина D.

Зачем нужен витамин D?

Этот витамин считается одним из важнейших, его недостаток приводит к развитию множества заболеваний. Витамин D важен, в первую очередь, для маленьких детей, беременных женщин и лиц старшей возрастной группы. Он отвечает за:

- усвоение кальция, магния, витаминов А, С, Е, железа и фосфора;
- обновление клеток кожи, костной ткани, волос;
- укрепление иммунитета;
- предотвращение рака;
- нормализацию работы поджелудочной, щитовидной, паращитовидной желёз;
- стабилизацию артериального давления и проч.

Что будет, если не принимать витамин D?

Недостаток витамина D может привести к:

- остеопорозу и тяжелым переломам (например, шейки бедра)
- сахарному диабету 1 типа у детей (по данным ученых Финляндии).
- ожирению и связанному с ним сахарному диабету 2 типа

•ослаблению иммунного ответа (инфекционным заболеваниям, онкологии)

•развитию и усугублению сердечно-сосудистых заболеваний

•рахиту и задержке развития у детей.

Как узнать, есть ли у меня дефицит витамина D?

Можно сдать анализ крови из вены, однако не все лаборатории имеют такое оборудование. Из государственных медицинских учреждений республики такой анализ делает только лаборатория РКБ им.Семашко.

Как избежать недостатка витамина D?

Существуют три способа обеспечения организма витамином D:

1. Через кожу под воздействием солнечных лучей

Загорая 10-15 минут трижды в неделю: руки, ноги, лицо, спина без крема для загара. В случае, если вы решили воспользоваться солярием, необходимо уточнить о сроке действия лампы для загара.

2. Весьма ограничено через пищу: рыбий жир; печень трески, животных и птиц; желток яичный; мясо;масло, сыры, сметана, сливки; ряд грибов.

3. И очень надежно и просто - в виде капель колекальциферола («Аквдетрим», «Вигантол», «Видехол» и др.), где одна капля содержит 500 МЕ витамина D3.

С целью профилактики ВСЕМ жителям Бурятии рекомендуется:

- для взрослых 1500-2000 МЕ (3-4 капли) /сут;

- для беременных 500 МЕ (1 капля) /сут;

- для детей со 2-й недели жизни 500-1000 МЕ (1-2 капли) /сут.

Однако, большинство населения республики находится в дефиците витамина D. В этой ситуации врач назначит гораздо большие дозы, чем профилактические – по 12-14 капель ежедневно на 2 месяца.

Как узнать, достаточен ли у вас уровень витамина D?

Можно сдать анализ крови из вены натощак в лаборатории РКБ им.Семашко.

Нас часто спрашивают – А принимать ли летом витамин D?

Если вы постоянно находитесь в помещении, то вам также рекомендован профилактический прием капель витамина D.

И, напоследок, - не забывайте о достаточном приеме кальция: молочных продуктах или препаратах кальция.

Оптимизация уровня витамина D может предотвратить остеопороз, рак, болезни сердца и многие другие недуги. Берегите себя и своих близких!

**К.м.н. Д.Нимаева, А.Иванова
Эндокринологический центр
ГАУЗ «РКБ им.Семашко»**

1 марта – Всемирный день иммунитета

Ежегодно, с 2002 года, по инициативе Всемирной организации здравоохранения, 1 марта отмечается Всемирный день иммунитета. Цель этого дня – информировать население о значении, особенностях функционирования иммунной системы и способах ее укрепления.

Что же такое иммунитет? Иммунитет – это уникальная способность организма самостоятельно защищаться от болезнетворных бактерий и вирусов. Иммунная система представляет собой целый мир в нашем организме, образованный различными органами, тканями и клетками, объединенными одной целью – обнаружить и уничтожить внешние и внутренние потенциальные угрозы в нашем организме.

Различают следующие виды иммунитета:

- естественный: приобретенный (активный) – появляется после инфекционной болезни; врожденный (пассивный) – наследуется ребенком от матери;

- искусственный: активный – появляется после прививки (вакцинации) и пассивный – появляется при действии лечебной сыворотки.

Иммунопрофилактика является одним из важнейших инструментов сохранения здоровья населения. Сегодня во всех цивилизованных странах вакцинация превратилась в элемент здорового образа жизни. Вакцинация – наиболее эффективная мера в борьбе с инфекционными заболеваниями. Это средство создания индивидуального и коллективного иммунитета – мощного зaslona на пути распространения болезней. Именно прививки помогли во много раз снизить заболеваемость многими инфекциями. Благодаря иммунизации, население Земли избавилось от страшного заболевания – натуральной оспы, нет дифтерии, практически ликвидирован полиомиелит, довольно редкими стали случаи кори, краснухи и врожденной краснухи, почти изжит столбняк.

В настоящее время национальный календарь профилактических прививок включает 12 инфекционных заболеваний: туберкулез, вирусный гепатит В, коклюш, дифтерия, столбняк, полиомиелит, корь, краснуха, эпидемический паротит, грипп, гемофильная инфекция, пневмококковая инфекция.

Государство гарантирует обеспечение современного уровня вакцин, доступность для граждан для профилактических прививок, включенных в национальный календарь, и прививок по эпидемическим показаниям в учреждениях государственного здравоохранения. Прививки проводятся в медицинских организациях, осуществляющих иммунизацию, бесплатно для населения.

Как правило в роддоме ребенок получает прививки против вирусного гепатита В и туберкулеза.

Против вирусного гепатита В ребенку важно получить прививку в роддоме для исключения возможности инфицирования от матери. Вторую прививку ребенок получает в 3 месяца, третью в 6 месяцев. Прививка обязательна всем взрослым в возрасте до 55 лет.

Прививка БЦЖ проводится на 3-5 день после рождения ребенка и практически на 100% защищает малышей от тяжелых форм туберкулеза. Почему прививка проводится так рано? Дело в том, что к сожалению, ситуация с туберкулезом в обществе неблагоприятна, и далеко не все больные туберкулезом, выделяющие возбудитель, знают о своей болезни, соответственно они не получают лечения и заразы. Поэтому встретиться с микобактерией туберкулеза ребенок может очень и очень рано и чем раньше ребенок инфицирован, тем больше вероятность перехода инфекции в болезнь и тем более неблагоприятным будет течение заболевания. Поэтому-то и прививку делают максимально рано, чтобы у ребенка успел выработаться иммунитет, чтобы не заболеть. Повторную (ревакцинацию) – в 7 лет. Перед ревакцинацией, чтобы убедиться, что организм ребенка свободен от микобактерий туберкулеза делают внутрикожную пробу – реакцию Манту. И, если она отрицательна, проводят ревакцинацию.

Против полиомиелита ребенок впервые получает вакцину в возрасте 3 месяца, а затем еще два раза с интервалами в полтора месяца. С 2008 года первые две прививки проводятся инактивированной вакциной. Ревакцинацию проводят в 18 и 20 месяцев и в 14 лет.

Иммунизация против коклюша, дифтерии и столбняка начинается также в 3 месяца одновременно с введением полиомиелитной вакцины. Вторая и третья прививки проводятся в 4,5 и 6 месяцев. Ревакцинацию проводят в 1,5 года. На этом иммунизация против коклюша завершается, а против дифтерии и столбняка продолжают прививать АДС-М-анатоксином. В дальнейшем ревакцинацию проводят в 6-7 лет, в 14 лет и взрослым каждые 10 лет до конца жизни.

Прививку против кори, эпидемического паротита и краснухи проводят в 1 год, ревакцинацию в 6 лет. Иммунизация против кори обязательна всем взрослым до 55 лет, а в Республике Бурятия группам риска независимо от возраста. Против краснухи женщинам до 25 лет.

Против гемофильной инфекции прививки проводятся в возрасте 3; 4,5 и 6 месяцев с ревакцинацией в 18 месяцев.

Иммунизацию против пневмококковой инфекции проводят с 2-х до 6 месяцев и ревакцинацию в 12-15 месяцев. Детям, которым вакцинация не была начата в 1-м полугодии жизни, прививают по следующей схеме: в

возрасте от 7 до 11 месяцев: 2 дозы по 0,5 мл. каждая, с интервалом не менее 1 месяца между введениями. Ревакцинация рекомендуется на втором году жизни. В возрасте от 12 до 23 месяцев: 2 дозы по 0,5 мл. каждая, с интервалом между введениями не менее 2-х месяцев. В возрасте от 2 до 5 лет: 1 доза 0,5 мл. однократно.

Прививаясь, Вы защищаетесь от инфекционных болезней!

Существуют факторы риска для иммунной системы: стрессы, различные токсические воздействия, связанные с экологией и производственными факторами, голодание и нерациональное питание, дефицит витаминов и микроэлементов, использование антибиотиков и токсичных лекарственных препаратов, хронические заболевания, ожоги, переохлаждения, кровопотери, травмы. Снижают активность клеток иммунной системы и вредные привычки (курение, как активное, так и пассивное, регулярное употребление алкоголя). Экологическая чистота продуктов питания также является одним из важных факторов, влияющим на работу иммунной системы и ее формирование.

Для укрепления иммунитета необходимо:

- полноценное здоровое питание, отказ от диеты, особенно в весеннее время, когда организм испытывает авитаминоз;

- активный образ жизни. Физическая активность – один из самых простых и доступных способов поддержания здорового иммунитета. Полезно гулять на свежем воздухе по 30 минут ежедневно (в парке или лесу, подальше от загазованности и в любую погоду). Водные процедуры - плавание, обливания, контрастный душ. Они очень полезны для организма. Чередование высоких и низких температур – это замечательная тренировка иммунной системы.

- дыхательная гимнастика. Подойдут разные методики, развивающие глубокое дыхание. Во время дыхательных упражнений (как и при прогулках на свежем воздухе) ускоряется кровообращение в слизистой оболочке носоглотки, гортани, бронхов. Благодаря этому активизируется местный иммунитет, а болезнетворные микробы, которые пытаются проникнуть в организм, уничтожаются. Слизистая лучше очищается от загрязнений.

- режим труда и отдыха. Необходимо спать не менее 8 часов в сутки в хорошо проветренном помещении.

Здоровье человека в руках самого человека. Нужно всегда прислушиваться к своему организму и помогать ему. А Всемирный день иммунитета, еще один повод задуматься о своем здоровье и принять все меры для его укрепления!

Для восстановления тайги в Бурятии идет заготовка шишек сосны

В 2017 году запланировано заготовить 450 кг семян сосны обыкновенной. Для такого количества семян следует собрать 45 тонн шишек для переработки.

Сбор посадочного материала осуществляется на территории 12 лесничеств Бурятии. На сегодняшний день собрано около 18 тонн шишки сосны, что составляет 40 % от запланированных государственным заданием объемов. Сбор шишки продолжится до конца марта.

После заготовки нужного количества шишки, материал направляют в стационарную сушилку, которая находится на территории Забайкальской базы авиационной охраны лесов. Далее вся шишка перерабатывается в семена. После этого, семена попадают в Бурятскую лесосеменную станцию, где в специально оборудованных лабораториях проводится проверка посевных качеств семян.

Затем семена направляются в лесные питомники, где высеваются в полях. Всего в республике действует 7 питомников, из которых самыми крупными считаются Кикинский и Хоринский питомники. Заготовленные семена, пройдя длительный путь переработки, являются материалом для выращивания сеянцев сосны обыкновенной, которые впоследствии используются для лесокультурных работ.

**Пресс-служба Главы
и Правительства Республики
Бурятия**

Очередная 22 сессия Народного Хурала начала свою работу

Сегодня народным избранникам предстоит рассмотреть 49 вопросов. В числе первых были заслушаны кадровые вопросы. Парламентарии приняли постановление о досрочном прекращении полномочий депутата Татьяна Мантатовой в связи с ее назначением членом Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации.

Также депутаты утвердили кандидатуры на должности мировых судей. Аудитором Счетной палаты Бурятии избран Евгений Убеев.

Пресс-служба НХ РБ

Установка общедомового прибора учета может осуществляться тремя способами – Минстрой РФ

В связи с большим количеством вопросов, поступающих от жителей республики в Минстрой Бурятии относительно установки и обслуживания общедомовых приборов учета, специалисты дают ряд разъяснений.

Согласно федеральному закону «Об энергосбережении» все потребляемые энергоресурсы в доме – вода, тепловая энергия, электроэнергия, подлежат обязательному учёту с применением общедомовых приборов учета. Обязанность по оснащению домов такими приборами учета, а также вводу их в эксплуатацию возложена на собственников помещений (жилых или нежилых).

Процесс установки общедомового прибора учета может осуществляться тремя способами:

1. Жильцы самостоятельно на общем собрании принимают решение об установке общедомового прибора учета. При этом они сами могут выбрать прибор учета в зависимости от его комплектации, стоимости, а также организацию, которая осуществит установку прибора и проконтролировать весь процесс. Но при выборе такого способа жители должны определиться с порядком сбора средств на покупку и монтаж прибора, выбрать ответственного лицо и поручить ему осуществить всю работу. В этом случае, у жильцов не будет возможности оплаты за прибор в рассрочку.

2. Прибор учета устанавливается управляющей организацией по поручению жителей. В этом случае, есть ряд очевидных преимуществ: выбор прибора учета в зависимости от его комплектации, стоимости, выбор подрядной организации, которая осуществит установку прибора, контроль за установкой прибора осуществляет управляющая организация совместно с Советом дома. Сбором средств на прибор в этом случае занимается управляющая организация. Также есть возможность оплаты за прибор в рассрочку.

3. Прибор учета устанавливают ресурсоснабжающие организации. В этом случае есть возможность оплаты за прибор в рассрочку, но жители не смогут повлиять на выбор самого прибора, его комплекта-

цию и конечную стоимость. Жильцы должны будут платить всю сумму, предъявленную ресурсоснабжающей организацией.

Отметим, что при установке общедомового прибора учета по предложению управляющей или ресурсоснабжающей организации оплата за установку прибора может осуществляться равными долями в течение пяти лет с даты его заключения. Исключение составляет случай, когда потребитель выразил намерение оплатить цену одновременно или с меньшим периодом рассрочки. При предоставлении рассрочки цена договора увеличивается на сумму процентов за рассрочку, но не более чем в размере ставки рефинансирования Центрального Банка РФ.

Как правило, в большинстве случаев прибор учета окупается в первый же год его эксплуатации и в дальнейшем люди платят за фактическое потребление ресурса, что значительно меньше норматива.

Отметим, что за неисполнение закона «Об энергоснабжении» управляющей организации, ТСЖ и ресурсоснабжающей организации грозит административная ответственность. А отказ оплатить расходы по установке общедомового прибора учета может обернуться для собственника судом.

Для обслуживания общедомового прибора учета, своевременного проведения его проверки, снятия показаний собственники на общем собрании должны принять решение о включении прибора в состав общего имущества, и предусмотреть средства на его содержание. Таким образом, управляющие организации или другие обслуживающие организации будут отвечать перед собственниками за нарушение своих обязательств и нести ответственность за ненадлежащее содержание общего имущества, в том числе общедомового прибора учета. Отметим, что если такой прибор вышел из строя из-за ненадлежащего его содержания, то расходы на ремонт понесет управляющая организация.

Напомним также, что с 1 января 2017 года в многоквартирных жилых домах, в которых не установлены общедомовые приборы учета по тепловой энергии, применяется повышающий коэффициент в размере 1,5 к плате коммунальных услуг.

Жителям, которые установили приборы учета, расчет платы за жилищно-коммунальные услуги производится по показаниям приборов за фактически потребленное количество ресурсов. А для граждан, которые не установили приборы учета, размер платы определяется на основании утвержденных нормативов в зависимости от занимаемой площади.

Чтобы избежать повышения расходов по оплате за отопление, собственникам необходимо принять решение по установке общедомовых приборов учета. Для этого необходимо обратиться в свою управляющую организацию, ТСЖ, ресурсоснабжающую организацию с соответствующим заявлением.

Повышающий коэффициент не будет применяться при наличии хотя бы одного из следующих условий:

- в случае, если дом признан аварийным. Перечень таких домов, где невозможна установка общедомовых приборов учета, можно уточнить в администрации муниципального образования;

- в случае, если отсутствует техническая возможность установки приборов учета. Акт об отсутствии такой возможности составляется исполнителем коммунальной услуги в присутствии всех заинтересованных лиц (представителей Совета дома, ресурсоснабжающей организации, органов местного самоуправления).

Критерии наличия (отсутствия) технической возможности утверждены приказом Министерства регионального развития РФ от 29 декабря 2011 года №627.

Также заметим, что повышающий коэффициент может применяться тогда, когда прибор учета не поставлен на коммерческий учет или не исправен.

Отметим, что данная мера принята Правительством Российской Федерации с целью стимулирования населения к установке приборов учета и проведению работ по энергосбережению и повышению энергоэффективности.

Пресс-служба Главы и Правительства Республики Бурятия

В Улан-Удэ выбрали лучшие туристические сувениры

В Улан-Удэ подведены итоги городского конкурса «Туристический сувенир – 2017». Победителей определили по 10 номинациям: «Этнографический сувенир», «Сувенир города», «Сувенир региона», «Гастрономический сувенир», «Сувенир события», «Сувенир туристического маршрута», «Сувенир музея», «Сувенир-игрушка» и «Идея сувенира», сообщает управление по информационной политике Улан-Удэ.

Лучшим сувениром города средней ценовой категории стала этносумка от эко-студии «Shadama», в категории «VIP – эксклюзив» – сервизы «Кочевник» и «Степь», изготовленные студией керамики «Домбо». Лучшим сувениром региона в эконом-классе стал магнит «Аппетитные буузы». Лучшим гастрономическим сувениром признаны иван-чай с берегов Байкала ООО МИП «Байкалия», шоколад от «Бурятхлебпрома», расписной Байкальский пряник и омюль в тубусе рыбзавода «Байкал». Лучшим сувениром туристического маршрута эконом-класса признана юрта – подставка для бурятских благовоний, средней цены – сувенир «Кружка «Адамовский сад», высокой цены – сувенир «Кружка» народного мастера, художника Владимира Шелковникова, к VIP отнесли панно «Чингисхан» и панно «Арка».

Отметим, конкурс «Туристический сувенир» среди производителей сувениров проводился в Улан-Удэ впервые.

ИРА «Восток-Телеинформ»

Коллектив Администрации сельского поселения «Арзгун» выражает глубокое соболезнование Гармаевой Анастасии Гымпыловне по поводу кончины горячо любимого отца
Иванова Бориса Борисовича

Администрация и Совет депутатов сельского поселения «Арзгун» выражает соболезнование родным и близким по поводу скоростной кончины
Иванова Бориса Борисовича

Администрация и Совет депутатов сельского поселения «Арзгун» выражает соболезнование родным и близким по поводу преждевременной кончины
Миленко Санжидмы Дамдиновны

Коллектив МБОУ Курумканской СОШ №2 выражает глубокое соболезнование ветерану педагогического труда Цыземе Чимит-Цыреновне Шагжиевой по поводу кончины горячо любимого мужа
Шэр-Дармы Ринчиновича

«Байкальской гавани» вернут статус особой экономической зоны

И.о. главы Алексей Цыденов намерен подписать соглашение с минэкономразвития РФ о сохранении «Байкальской гавани»

Бурятия и Минэкономразвития РФ пересмотрели принятое осенью 2016 года решение о снятии статуса особой экономической зоны в Бурятии, туристская ОЭЗ в республике сохранится. Об этом заявил журналистам замглавы ведомства Александр Цыбульский в кулуарах Российского инвестиционного форума в Сочи, сообщает портал «FlashSiberia»

Цыбульский пояснил, что предыдущий руководитель республики Вячеслав Наговицын намеревался закрыть ОЭЗ, а нынешний и.о. главы Алексей Цыденов считает целесообразным ее сохранить, и сейчас готовится подписание соглашения.

– Мы уже передали полномочия по управлению ОЭЗ на региональный уровень – подписали соглашения с 17 регионами. Осталась одна зона в Бурятии, с которой не подписали соглашение, так как ее предлагалось закрыть, но теперь подпишем и с ними, – сказал замминистра.

Цыбульский напомнил, что недавно вышло постановление правительства, в котором четко прописана оценка эффективности ОЭЗ, в том числе через оценку рентабельности, соотношение частных инвестиций и потраченных госсредств.

– Сейчас осталось внести изменения в 116-й закон, в котором прописать эти новые подходы на законодательном уровне. Надеемся, в весеннюю сессию поправки будут приняты, – заявил замминистра.

В Бурятии к решению сохранить статус относятся положительно. По мнению экспертов, это позволит избавить бюджет республики от дополнительных нагрузок. Как рассказал «Байкал-Дагу» депутат Народного Хурала Баир Цыренов, в случае закрытия зоны все проекты по развитию «Байкальской гавани» остановили бы свою работу минимум на два года.

– Я насколько понимаю, сейчас и.о. главы Алексей Цыденов имеет точку зрения отличную от точки зрения Вячеслава Наговицына по поводу особой экономической зоны. И его позиция вселяет надежду и уверенность, что зона будет сохранена. Потому что если следовать той «дорожной карте», которую согласовывало прежнее руководство республики, то там сначала закрывалась зона, а потом делались какие-то шаги по поводу того, чтобы это передать в республику, поселениям. Соответственно, с закрытием зоны все резиденты, которые вложились и которые не вложились, оказывались в подвешенном состоянии. Причём без всяких гарантий возврата своих

инвестиций и развития своих проектов как минимум на 2 года, – рассказал депутат.

По его словам, если бы республика в будущем действовала согласно этой «дорожной карте», то бюджету пришлось бы нести расходы по содержанию ОЭЗ, построенной инфраструктуры и земель. Это около 100-200 миллионов в год. Если же статус сохранится, то и таких нагрузок уже на бюджет не будет.

– Будет всё, как раньше, только есть один серьёзный вопрос, который предстоит решить Цыденову – это вопрос с регистрацией прав собственности на землю в ОЭЗ. Когда вышло распоряжение по водоохранной зоне, регистрационные действия по оформлению прав на землю были прекращены, также для референтов. Это сразу резко остановило инвестиционную активность, потому что никто не будет строить не имея понимания о том, что потом будет с земельным участком, который ему не принадлежит, – заявил Баир Цыренов.

Закреть ОЭЗ «Байкальская гавань» планировали из-за того, что она так полноценно и не заработала. Её планировали использовать в туристско-рекреационных целях, а земли турзоны передать из федеральной собственности в муниципалитеты.

Однако в том случае застопорилась бы работа над созданием первого в Бурятии яхт-клуба. По мнению Баира Цыренова, с принятием постановления о закрытии ОЭЗ вся зона по закону стала бы лесным участком. Сейчас появилась надежда.

– Яхт-клуб будет развиваться, он вписан в концепцию развития ОЭЗ, которая была утверждена на наблюдательном совете. Самое главное сейчас чтобы сохранили зону и решили вопрос по правам собственности. Поэтому та позиция, которая была озвучена, нас радует и вдохновляет, – говорит депутат Народного Хурала.

Напомним, нынешний и.о. главы Бурятии Алексей Цыденов с первых дней работы на посту заявил, что будет бороться с «диким туризмом» на Байкале. Он подчеркнул, что главное – чтобы туристам было «комфортно и приятно».

– То есть просто полежать где-нибудь, идти куда попало и что-нибудь делать – это не наш метод, – резюмировал Алексей Цыденов.

Кроме того, нужно развивать всепогодность отдыха в Бурятии, отметил он. В качестве опорной точки рассматривается турзона «Байкальская гавань».

Полная версия: <https://www.baikal-daily.ru/news/15/237990/>

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Продам

- Дом-особняк, участок 15 соток, со всеми надворными постройками по ул. Очирова. тел. 89246554413.
- Самый дешёвый комбикорм собственного производства для с/х животных и птиц. тел. 89294708444, 89294706111.
- Цыплята двухнедельные, породистые – 100 руб. штука. тел. 89294708444, 89294706111.
- Картофель «Розари» – 1600 руб. мешок. 89294708444, 89294706111.
- Кролики, двух и трех месячные поросята, сено. Поросята с доставкой. п. Майский. тел. 89246548498.
- Продам компьютер: ЖК-монитор, системный блок, колонки, сканер + принтер + сканер. Привезу, установлю, подключу. Цена 13900. Тел. 8-910-736-22-00

Куплю

- Черёмуху, орех. тел. 89243991573.

Разное

- Сдаю в аренду меблированную квартиру по ул. Юбилейная, 36/1. тел. 89243579656.
- Кафе «Виктория» принимает заявки на обслуживание корпоративов в праздничные дни с 4 по 8 марта. 7 марта праздничное представление. Артисты КДМЦ. нач. 6 ч. тел. 89834274277.

ВЕСНА, ЦВЕТЫ и ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ

Счастливого, хорошего настроения можно создать в любое время. Особенно весной хочется своим любимым женщинам сделать приятный подарок, а вместе с ним и хорошее настроение. Для этого нужно немного – просто зайти в магазин «Высшая лига» и выбрать любые цветы. Можно просто подарить скромный букетик, но от всего сердца, а можно и цветущее растение в нарядном кашпо, как кому нравится. Ассортимент позволяет выбрать цветы по душе. Продавец и консультант Арюна всегда поможет вам с правильным и удачным выбором. Главное, чтобы этот подарок был сделан с любовью и праздничным настроением. Кроме этого в магазине широкий выбор сувениров, нарядных корзиночек, открыток и спортивных товаров. Приходите, дорогие курумканцы, создайте себе и своим любимым женщинам отличное настроение! С праздником Весны!

Постоянный покупатель Дамбаева И.Д.