



МИРНИНСКИЙ РАБОЧИЙ

СУББОТА, 30 ОКТЯБРЯ 2021 г.
№125 (11396)

Издается с 1960 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА



2 В РАЙОНЕ
ПОЛНЫМ ХОДОМ
ИДЕТ ПЕРЕПИСЬ



Инесса Щербань

3 ПСИХИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ: КАК
ЕГО СОХРАНИТЬ



6 ПОЭЗИЯ –
МУЗЫКА СЛОВ

Уважаемые работники и ветераны автомобильной отрасли, примите искренние поздравления с профессиональным праздником – Днем работника автомобильного и городского пассажирского транспорта!

АЛРОСА – системообразующее предприятие страны, и его непрерывная деятельность во многом зависит от слаженной работы автотранспортного комплекса. Благодаря труду и профессионализму водителей, механиков, диспетчеров и многих других специалистов, кто изо дня в день, в любых погодных условиях несет ответственность за доставку грузов, людей, обеспечивается работа всей нашей компании, а в суровых условиях Севера – жизнедеятельность целых городов и поселков.

Наши ветераны внесли неоценимый вклад в историю алмазодобычи, пройдя длинный и трудный путь от истоков становления АЛРОСА.

Желаем всем работникам автотранспортного комплекса здоровья, благополучия, взаимопонимания и безопасных дорог!

**Генеральный директор –
председатель
Правления АЛРОСА
Сергей ИВАНОВ.
Председатель
профсоюза «Профалмаз»
Александр БАСЫРОВ**

**Уважаемые работники и ветераны автомобильного и городского пассажирского транспорта!
Сердечно поздравляем вас с профессиональным праздником!**

Одним из важнейших достижений современной цивилизации является автомобиль. Он давно стал неотъемлемой частью нашей повседневной жизни. Ежедневно сотни машин выходят на дороги нашей страны, везут грузы, доставляют на работу и по делам. Автомобильный транспорт – это постоянное движение, но машиной всегда управляет человек.

Автомобилист – профессия особая, со своей романтикой, своими традициями, характером и укладом. Автомобилисты в буквальном и переносном смысле двигают человечество вперед по замерзшим ледяным дорогам, среди жарких песков и мрачных болот.

В этой сфере трудятся сотни наших земляков: водители, ремонтные работники. Их работа сложна и ответственна, требует высокой физической и эмоциональной самоотдачи, профессионализма и организованности. Именно среди автомобилистов такие понятия, как взаимовыручка, честь, гордость за свою профессию имеют особую значимость.

Трудно переоценить значение автотранспорта для экономики и социальной сферы нашего

города и всего Мирнинского района. Во многих населенных пунктах он по-прежнему является единственным средством сообщения, обеспечивая потребность населения в перевозках.

Глубокую признательность заслужили ветераны автотранспортной отрасли, лучшие традиции которых переходят из поколения в поколение.

Уверены, что работники автомобильного транспорта, приумножая славные традиции, будут успешно решать стоящие перед ними задачи, внося свой достойный вклад в укрепление экономики нашего города, района и всей Западной Якутии.

В этот праздничный день желаем вам, уважаемые работники и ветераны автомобильного и городского пассажирского транспорта, крепкого здоровья и семейного благополучия, безаварийной работы и хорошего настроения! Пусть вам всегда в дороге и по жизни сопутствуют удача и успех!

**Генеральный директор
ООО «Алмаздортранс»
Алексей ЕРЕМИН.
Председатель профкома
ООО «Алмаздортранс»
Алексей БОНДАРЕНКО**

КО ДНЮ АВТОМОБИЛИСТА

«Получаю удовольствие от своей работы»



Свой профессиональный праздник 31 октября отмечают все автомобилисты страны, в их числе – водитель Александр КУЧИНСКИЙ. Он работает в Мирнинском автотранспортном предприятии «Алмаздортранс» (АДТ). В преддверии профессионального праздника автомобилистов он рассказал о себе и своей работе.

Жизнь Александра тесно связана с дорогой. За рулем он провел уже 30 лет: таков его водительский стаж. Впервые сел за «баранку» в 1991 году. Именно тогда он пошел обучаться вождению в ДОСААФ.

– Свою трудовую биографию в АЛРОСА я начал 33 года назад. Сначала работал автослесарем в цехе ремонта Мирнинского ГОКа. Проработав три года, решил стать водителем. С тех пор вся моя жизнь проходит за рулем, и мне это нравится. На данный момент работаю в Мирнинском авиапредприятии, – рассказывает Александр Михайлович.

За годы работы Александр досконально изучил транспортную сеть всего алмазного региона, он знает все населенные пункты и промышленные площадки. А самое главное – он знаком

с огромным количеством людей, со многими из которых завязалась крепкая дружба.

– Моя профессия для меня – сплошные «плюсы», она – «живая», много общаешься. Получаю от этого огромное удовольствие, – делится с нами Александр Михайлович.

У Александра, как и у всех его коллег, есть профессиональная привычка рано вставать; он очень бережно относится к машине, которой управляет:

– В должности водителя много ответственности. Ведь он отвечает не только за машину, но и за пассажиров. Нужно любить свою профессию, знать техническую часть автомобиля и Правила дорожного движения. Водитель должен быть лояльным, внимательным на дороге и уметь прощать ошибки других людей. Лучше уступить самому, чем потом разбираться, кто виноват.

За многолетний труд Александр Кучинский награжден множеством грамот, отмечен почетным званием «Ветеран АЛРОСА»:

– Но я работаю не за награды. АДТ для меня – второй дом. Я горжусь тем, что работаю в «Алмаздортрансе». На нашем предприятии работают настоящие профессионалы, здесь самая современная техника, передовые технологии.

Профессия водителя – это ненормированный график работы, большая ответственность, высокое психологическое напряжение. Нашего героя поддерживает его семья. К частому отсутствию дома относится с пониманием.

– Я родился и живу в Мирном. У меня замечательная семья: жена, дочь, сын и маленькая внучка. С супругой Светланой мы в браке вот уже 32 года. В свободное время люблю находиться с семьей. Любим ездить в отпуск на машине, получаем от этого удовольствие. Машина для меня – все. Без нее чувствую себя не у дел.

Также наш герой очень любит природу: «Люблю бывать на природе. Она дает мне силы, вдохновение», – делится он. И добавляет:

– Поздравляю коллектив АДТ с наступающим профессиональным праздником! Хочу пожелать внимательности, благосклонности к другим участникам дорожного движения. И храните себя сами, ведь наша безопасность и безопасность других зависят от нас самих. Всем удачи на дорогах!

Беседовала Августа СТЕПАНОВА

ВЫБОРЫ ГЛАВЫ РАЙОНА

Газета «Мирнинский рабочий» сообщает:

8 ноября 2021 года в 17:30 в помещении редакции (ул. Советская, 4) состоится жеребьевка по предоставлению оговоренной законом платной печатной площади для размещения агитационных материалов кандидатов, участвующих в выборах на пост главы МО «Мирнинский район», которые пройдут 28 ноября 2021 года.

Заявки на участие принимаются до 17:15 дня проведения жеребьевки.

Сводка на 28 октября

В Мирном на стационарном лечении от коронавируса находятся 138 человек, в реанимации МЦРБ – десять больных.

На амбулаторном лечении в Мирном 755 человек с подтвержденным анализом, с легким течением и бессимптомной формой.

В ковидном госпитале в Удачном проходят лечение 48 больных, в реанимации – пятеро.

На амбулаторном лечении в Айхале и Удачном находится 231 человек.

В больницах Мирнинского района скончались два человека.

В РАЙОНЕ

Перепись – сегодня и 19 лет назад



Во всех регионах России в октябрь-ноябре проходит перепись населения. Основной ее этап приходится на период с 15 октября по 14 ноября. И многие мирнинцы к настоящему моменту уже прошли перепись.

В этом году для удобства и максимальной безопасности для здоровья людей есть целых три способа пройти перепись на выбор: традиционный – дождаться специально обученного переписчика у себя дома и ответить на его вопросы; самостоятельно прийти на стационарный участок и переписаться там; и третий вариант – пройти перепись онлайн через портал «Госуслуги».

Сотрудники нашей редакции, конечно, тоже приняли участие в переписи населения, и все разными способами. Мы решили рассказать, как все прошло, чтобы наши читатели знали, чего им ожидать при выборе того или иного способа.

Я переписалась на стационарном участке по адресу Ленина, 16, в здании городской администрации. Там меня встретила контролер переписного участка Анастасия КОРНИЛОВА – она и провела анкетирование. Все прошло довольно быстро, в общей сложности на то, чтобы внести мои данные и данные моего мужа у девушки ушло минут семь. Поскольку перепись я проходила впервые в своей жизни, то немного переживала. Но вопросы оказались простыми, всего их было около 30, большая часть обо мне и около 10 вопросов – о жилище.

Я поинтересовалась у Анастасии, как проходит перепись на ее участке, сколько человек

туда приходит, и что входит в ее обязанности, как контролера.

На стационарный участок, по словам Анастасии Корниловой, приходит не так много людей – в среднем человек пять-семь в день. В основном, это люди, которым по каким-то причинам не удалось пройти самостоятельно перепись на «Госуслугах» либо те, кто не хочет пускать переписчика к себе в дом.

На каждого посетителя у контролера уходит от пяти до десяти минут – в зависимости от количества переписываемых людей.

– Один раз пришел мужчина, у которого девять человек в семье. Полчаса примерно мы с ним просидели. А так обычно все достаточно быстро. В остальное время занимаюсь другой работой, решаю вопросы переписчиков, контролирую их работу. На моем участке работают семь человек. В конце каждого дня они сдают мне отчет – сколько жилых помещений обошли и сколько человек переписали. Затем я формирую отчет по своему участку для отдела статистики. Работа в целом несложная, но ответственная. Главное – быть коммуникабельным, уметь хорошо взаимодействовать с разными людьми, – поделилась Анастасия.

Всего в Мирном действуют 11 стационарных участков. Тот, в котором работает Анастасия, открыт с 11 до 20 часов с понедельника по четверг с перерывом на обед с 15 до 16 часов. В пятницу и субботу – с 14 до 19 часов, в воскресенье – с 15 до 18 часов. Большинство остальных участков работают по такому же графику. Уточнить адреса и актуальный режим работы можно на сайте администрации района.

Ответственный секретарь нашей газеты Эльвира БУЛГАКОВА прошла перепись онлайн. Она рассказала, как это было:

– Я сейчас нахожусь на больничном, поэтому решила пройти перепись населения онлайн-способом через портал «Госуслуги». Опрос прошел достаточно быстро, буквально в течение нескольких минут. Сложного там ничего нет, все понятно и четко. Переписала я таким образом себя и ребенка – очень

удобно. Теперь, когда ко мне придет переписчик, надо будет показать только QR-код и все. Вопросы в анкете практически ничем не отличаются от переписи 2010 года, но я заметила, что появился новый вопрос о знании других языков, кроме родного русского. Насколько помню, раньше этот вопрос не задавали.

Отметим, что возможность пройти перепись онлайн появилась впервые. Этот способ, безусловно, является самым безопасным, ведь нельзя забывать, что нынешняя перепись проходит в условиях пандемии. Все, что необходимо иметь, чтобы успешно пройти опрос онлайн, это учетная запись на «Госуслугах» и доступ в интернет. Нужно зайти на сайт gosuslugi.ru, выбрать «Пройти перепись населения» и ответить на вопросы, которые появятся на экране. После чего на электронную почту или мобильный телефон придет QR-код, его нужно будет показать переписчику, который придет к вам домой. Переписаться на сайте можно по 8 ноября включительно.

К нашему корректору Светлане Петровне МАЛАХАЕВОЙ переписчик пришел домой и заодно переписал всех членов ее семьи.

– К нам пришла девушка-переписчик. Она показала свое удостоверение, и мы пригласили ее в квартиру. В руках у нее был электронный планшет, куда она заносила ответы на вопросы анкеты. Опрос был недолгим, я даже удивилась, что так быстро все прошло. Нас в квартире проживает шесть человек, и всех шестерых мы сразу переписали. Девушка работала быстро и четко, лишних вопросов не задавала. Никакие документы не требовались, все было записано с моих слов, – сказала она.

К слову, Светлана Петровна и сама работала переписчиком во Всероссийскую перепись населения 2002 года. Вот что она рассказала об этом опыте:

– Когда объявили, что требуются переписчики, я решила откликнуться и пошла в администрацию. Там нас обучали самыми передовыми на то время методами, показывали, как правильно заполнять анкеты. Потом сфор-

мировали участки. На нашем участке по улице Солдатова работали четыре переписчика. Мне по плану надо было переписать два девятиэтажных дома – 12-й и 14-й.

Электронных планшетов тогда не было, и мы заполняли все данные от руки на бумажных переписных листах, поэтому это занимало больше времени, чем сейчас. Вместо планшета у нас был небольшой чемоданчик с переписными листами и ручкой, а также фонарик и свисток.

Сложностей, в общем-то, никаких не было. Мне было интересно поработать переписчиком. Практически везде встречали радушно, относились с пониманием. Только один раз был случай, когда хозяйка квартиры не пустила меня внутрь, но ее потом все равно переписала моя старшая коллега.

Также у правоохранительных органов был список квартир, в которых проживают неблагополучные семьи. К таким мы ходили вместе с участковым. Хотя и не самая приятная обстановка была в этих квартирах, несмотря ни на что, перепись была проведена.

Помню один интересный момент: я пришла в одну из квартир, где жила семья из трех поколений – дедушка, дочка и внук. На вопрос о национальной принадлежности мужчины ответил, что он якут, хотя внешне на якута совсем не был похож. Подбежал его внук и спросил: «Дедушка, ты у нас кто?». Тот ответил: «Якут». Внук: «А, ну тогда я тоже якут!». Так и записала всех троих якутами. Тогда ведь перепись тоже только со слов была, никаких документов не требовали.

В конце дня все переписчики собирались на участке и сдавали отчет – сколько квартир обошли, сколько анкет заполнили. И так – каждый день. План я своей выполнила и после завершения переписи получила нагрудный знак Госкомстата России «За активное участие во Всероссийской переписи населения 2002 года», – завершила свой рассказ Светлана Малахаева.

Анна БЕЗНОСОВА

В РЕСПУБЛИКЕ

Дальневосточные города ожидает реновация

Подведение итогов VI Восточного экономического форума стало одним из основных вопросов повестки заседания совета Дальневосточного федерального округа, прошедшего под руководством заместителя председателя правительства РФ – полномочного представителя президента РФ в ДФО Юрия ТРУТНЕВА, сообщает пресс-служба аппарата полпреда.

К ак напомнил вице-премьер, в форуме приняли участие более 4 тыс. человек из России, из 58 иностранных государств, подписано 380 соглашений на сумму более 3 трлн рублей.

– От нашей общей работы зависит то, чтобы все эти соглашения были реализованы и принесли пользу развитию экономики, улучшению жизни людей, проживающих на Дальнем Востоке, – подчеркнул Юрий Трутнев.

По итогам ВЭФ-2021 дано 61 поручение президента России. Срок исполнения некоторых из них истекает в 2022 году. Это подготовка мастер-планов для реновации городов, стимулирование переработки древесины, содействие геологическим исследованиям недр, инфраструктурная поддержка проектов нефте- и газопереработки, развитие строительного кластера Дальнего Востока.

Одним из важнейших направлений станет начало реновации даль-

невосточных городов. Первые мастер-планы будут представлены главе государства на VII Восточном экономическом форуме. По словам вице-преьера, обсуждение проектов будет публичным, а отбор будет проходить на конкурентной основе.

В части обеспечения транспортной доступности ДФО создана и функционирует единая дальневосточная авиакомпания. Начались полеты по 20 новым социально значимым межрегиональным маршрутам. В федеральном бюджете предусмотрены субсидии на обеспечение авиационной доступности Дальнего Востока в объеме 5,9 млрд рублей в год. Проводится работа, направленная на увеличение объемов программы субсидирования авиаперевозок.

Продолжится работа по модернизации социальной инфраструк-

туры в рамках программы «Единая субсидия». Проектом федерального закона о федеральном бюджете на 2022 год и на плановый период 2023 и 2024 годов зарезервированы бюджетные ассигнования на 2022 год в объеме 22 млрд рублей, на 2023 год – 17 млрд рублей и на 2024 год – 17,5 млрд рублей. Всего около 57 млрд рублей.

Принято решение о стимулировании экспорта комбикормовой продукции и развития агропромышленного комплекса в ДФО.

Разработаны проекты поручений Госсовета по направлению «Здравоохранение» о реализации специальных мер по формированию источников финансирования медицинских организаций, расположенных на территориях с низкой плотностью населения и в отдаленных и труднодоступных местностях в пределах границ субъектов Российской Федерации, входящих в состав ДФО.

Также были обсуждены иные меры, в том числе по прекращению оттока и увеличению численности населения в ДФО, которые сейчас прорабатываются в правительстве России.

www.sakha.gov.ru

Перепись: итоги первых 10 дней

С выше 47% жителей Якутии переписались в течение 10 дней с момента начала Всероссийской переписи населения. По общей доле переписавшихся в топ-5 вошли МР «Абыйский улус» – 79,9%, МР «Усть-Майский улус» – 78,2%, МР «Мегино-Кангаласский улус» – 77,2%, МР «Верхнеколымский улус» – 71,5%.

Более 14% населения республики прошли перепись через портал «Госуслуги». Такую возможность переписаться самостоятельно на портале «Госуслуги» население получило впервые. Перепись на портале показала, что жители республики готовы к новым цифровым форматам. Лидером по активности онлайн-переписи является МР «Мегино-Кангаласский улус (район)». На портале «Госуслуги» здесь переписалось 24,2% жителей района.

В число территорий, где переписалось в формате онлайн более 15% населения, вошли муниципальные районы: Намский – 23,2%, Горный – 22,1%, Сунтарский – 18,8%, Оймяконский – 18,2%, Амгинский, Мирнинский – 15,4% и ГО «Город Якутск» – 16,7%.

Параллельно 1,6 тыс. переписчиков с планшетными компьютерами



обходят адреса и опрашивают жителей на более чем 200 стационарных переписных участках. Большой популярностью у якутян пользуется перепись в МФЦ.

Приоритет в переписи населения – безопасность. Технологии защищают не только персональные (которые и не собираются), но и обезличенные данные – именно они передаются с планшетов и через портал.

Все данные хорошо защищены и передаются в зашифрованном виде: портал «Госуслуги» полностью защищен от взлома, аттестован на обработку конфиденциальной информации и персональных данных.

sakha.gks.ru

НОВОСТИ ФОНДА «ХАРЫСХАЛ»

Третий этап конкурса «Открытие добра»

Дети в возрасте от 6 до 15 лет приглашаются принять участие в новом этапе конкурса детских рисунков «Открытие добра». По итогам будут отобраны 12 лучших работ, которые украсят новые почтовые «Открытки добра». Часть средств от реализации открыток пойдет в Благотворительный фонд поддержки детей с инвалидностью и детей с ОВЗ «Харысхал».

Проект также осуществляется в поддержку общественных начинаний и проектов по предотвращению глобального урона флоре и фауне Якутии после масштабных лесных пожаров.

Конкурсные работы принимаются до **14 ноября** (включительно).

Тематика рисунков: первозданная красота якутской природы и ее обитатели. Техника исполнения: гуашь, акварель, масло и цветные карандаши.

На рисунке обязательно нужно указать имя и фамилию ребенка, возраст, место проживания и обучения (воспитания).

Работы можно прислать на электронную почту: od_ykt@mail.ru в формате jpg с разрешением не менее 1000x1000 pix, или почтовой пересылкой на адрес: 677000 г. Якутск, ул. Курашова, 24, оф. 403, БФ «Харысхал».

Все участники получают сертификат об участии на электронную почту. Победители будут отмечены призами и дипломами.

Телефон для справок: 8-968-153-10-08.



Екатерина ВИНУКUROVA

ОБЩЕСТВО

Волонтерское движение алмазного края

Развитие волонтерского движения обсудили на одноименном совещании, состоявшемся в режиме онлайн 26 октября. В нем приняли участие председатель районного комитета молодежи Алексей БОЛОТИН, а также представители Министерства по делам молодежи и социальным коммуникациям РС(Я), Ресурсного центра развития добровольчества в РС(Я), специалисты из районных администраций республики, курирующие работу с молодежью.

Алексей Болотин проинформировал участников конференции о работе, направленной на развитие волонтерского движения в Мирнинском районе. Так, в алмазном крае действует более 26 общественных объединений и организаций, участвующих в продвижении добровольчества. В основном, все они сформировались в последние 5-7 лет. Одна организация зарегистрирована в качестве некоммерческой. Количество активных членов этих объединений и организаций – более 800 человек. При этом ежегодно они вовлекают в свою волонтерскую деятельность более 3 тысяч жителей района.

Для развития волонтерского движения в алмазном крае в 2019 году было утверждено «Положение о добровольческой деятельности на территории Мирнинского района», а с 2020 года действует Координационный совет по развитию добровольчества при главе района.

Также в рамках муниципальной программы «Молодежь Мирнинского района» реализуется

задача по созданию условий для вовлечения молодежи в волонтерскую деятельность.

В 2018 году была принята официальная символика добровольческого движения Мирнинского района. Она является узнаваемым атрибутом и используется на форме волонтера и в сувенирной продукции.

Лозунгом волонтерского движения в Мирнинском районе стала фраза, отражающая суть волонтерского движения: «Я делаю мир лучше».

Как подчеркнул Алексей Болотин, все мероприятия – от районного до республиканского уровня – проводятся с участием и помощью волонтеров, которые вносят большой вклад в их организацию и проведение.

Нюргуяна АНИСИМОВА
(пресс-служба администрации
МО «Мирнинский район»)

НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Психическое здоровье: как его сохранить

Психическое здоровье люди часто недооценивают, считая, что физическое здоровье важно, а остальное – не болезнь, и лечить его не обязательно. Но так ли это на самом деле? Почему в настоящее время участились случаи нападений в школах, почему подростки, молодые девушки и парни проявляют агрессию? Клинический (медицинский) психолог, нейропсихолог, заместитель директора муниципального образовательного учреждения дополнительного образования «Центр психолого-медико-социального сопровождения «Доверие» Инесса ЩЕРБАНЬ побеседовала со мной по данной проблематике.

— Как человеку самостоятельно определить, что у него или его близких появляются психические отклонения? Существуют ли какие-либо тесты и другое?

— Профессиональные методы и методики исследования психоэмоционального состояния, конечно, существуют. Это профессиональный психологический инструментарий, с помощью которого специалист исследует состояние психики человека. Такие методики может адекватно использовать только специалист. Есть и популярные тесты на исследование некоторых закономерностей проявления психики. Специалисты их не используют. Обычно такие тесты печатают в популярных журналах с познавательно-развлекательными целями. Сейчас их много в интернете, но на их надежность и валидность полагаться не приходится. Однако, развлечься можно. Некоторые из них бывают весьма остроумными, но для профессиональных исследований они не подходят.

Если у человека или его близких возникла тревога о психическом здоровье, на основе того, что настроение, поведение, качества личности человека вдруг или постепенно, но заметно изменились или нарушились, стоит обратиться к специалисту. Важно понимать, что такое обращение ни к чему не обязывает обратившегося и не угрожает ему. Основные принципы психологической консультации – абсолютная конфиденциальность, доброжелательность и безоценочность, а, при желании клиента, и анонимность.

— Если родитель замечает, что поведение его ребенка становится странным, что ему необходимо предпринять?

— Важно определиться, что мы подразумеваем под характеристикой «странный». Ребенок растет, взрослеет и меняется. Например, то, что нормально для ребенка пяти лет, в

10 лет может выглядеть странным. В любом случае, если родитель не находит объяснения странностям в его состоянии и поведении, и сам ребенок этого объяснить не может, лучше проконсультироваться со специалистом. Только специалист может достоверно отделить норму от патологии. Чем раньше вы разрешите свои тревоги и сомнения, откорректируете свои взгляды и ожидания, повлияете на поведение ребенка, тем гармоничнее и здоровее будет его развитие.

Здесь очень хочется сказать следующее: осознайте, что воспитание – чрезвычайно сложный процесс! Он требует от современных родителей огромной ответственности, немалых знаний и компетенций, а главное – осознанности, целенаправленности и плановости в подходах к воспитанию. В противном случае, хороших плодов ждать не приходится. Прошли времена, когда дети могли расти свободно, «как трава». Современный ребенок живет в век информации. Информационная среда глобальна, противоречива, часто агрессивна и опасна. Если родители не будут осознанно и очень ответственно формировать личность ребенка, он сформируется под влиянием внешней среды, которая, как правило, не дружественна ребенку, а часто угрожающая, разрушительная для детской психики.

— Влияют ли компьютерные игры на психическое здоровье детей? Сколько часов в день может играть ребенок без вреда для здоровья?

— Самое серьезное последствие чрезмерной привязанности к компьютерным технологиям – это развитие компьютерной и интернет-зависимости (кибераддикция). Кибераддикция еще известна под названием «проблемное использование интернета». Это расстройство ряда нехимических зависимостей, патологическое, болезненное влечение к компьютер-



ным играм и интернету. Этот феномен изучается, но пока он не включен в Международную классификацию болезней, хотя в Международную классификацию болезней следующего пересмотра он, очевидно, войдет.

Ответственные ученые рекомендуют играть в компьютерные игры не более одного часа и 40 минут в день. Детям до трех лет вообще не стоит к ним прибегать. Так, например, власти Китая, осознавая риски, законодательно ограничили время, которое ребенок может использовать на видеоигры. Теперь китайским подросткам до 18 лет разрешено играть только с 20:00 до 21:00 в пятницу, субботу, воскресенье и в праздничные дни, то есть не более трех часов в неделю. На мой взгляд, совершенно ответственное, мудрое решение. Это шаг страны, которая стремится к своему великому будущему и не боится принимать для этого непопулярные решения.

При этом, на Западе есть опубликованные исследования, в которых утверждается, что если подростки проводят за компьютером не более шести часов в день, то негативные эффекты, якобы, отсутствуют. Однако, можем ли мы доверять таким выводам? Ведь они «там» не видят отклонений и в таких явлениях как, например, смена гендера у ребенка без согласия родителей и секспросвет в детском саду. Я о том, что информации сейчас много, и нам нелегко бывает отделить научную информацию от псевдонаучной. Здесь должны «включиться» родительская ответственность и

осознанный подход к воспитанию и развитию ребенка.

При этом никто из научного сообщества не отрицает, что чрезмерная увлеченность гаджетами коррелирует с проблемами в жизни подростков – в их числе низкая успеваемость, трудности реального общения и депрессия. Все они признают, что чем больше дети проводят перед экраном, тем выше такая корреляция (взаимосвязь).

Если помните, совсем недавно, 4 октября нынешнего года, случилось падение социальной сети «Facebook». Лишь около суток ресурс не работал, но в сознании людей, особенно к нему «привязанных», произошли значимые метаморфозы. Так, например, на Западе зафиксированы множественные случаи обращения в службы скорой помощи пациентов с явлениями выраженного абстинентного синдрома (состояния отмены) из-за невозможности выйти в интернет – именно так проявляется кибераддикция.

Кроме того, под влиянием цифровой среды у большей части молодого поколения формируется особый тип мышления – «клиповое мышление». Оно быстрое, но поверхностное и фрагментарное, клиповое мышление препятствует формированию аналитических способностей. В отличие от них у «человека читающего» развивается понятийное мышление. Оно более медленное, но зато глубокое и системное.

Однажды я прочитала одно утверждение, с которым безоговорочно согласилась: «Люди с клиповым мышлением никогда не станут элитой». Желаю родителям, заботящимся об успешном будущем своего ребенка, помнить об этом.

Взрослым важно не допускать или вовремя корректировать проблемное использование интернета, мобильного телефона детьми, которое характеризуется несколькими основными признаками:

– чрезмерное использование телефона вопреки обязательствам и запретам;

Окончание на 4-й стр.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ																																		
от 26 октября 2021 года		№1576																																
О внесении изменений в постановление районной администрации от 25.01.2018 №0054 «Об утверждении избирательных участков на территории муниципального образования «Мирнинский район»																																		
<p>В связи со сносом и вводом в эксплуатацию многоквартирных домов на территории Мирнинского района, изменением мест нахождения участковых избирательных комиссий и помещений для голосования:</p> <p>1. Внести в приложение к постановлению районной администрации № 0054 от 25.01.2018 «Об утверждении избирательных участков на территории муниципального образования «Мирнинский район» следующие изменения:</p> <p>1.1. исключить из границ избирательного участка № 292 жилые дома, расположенные по адресу: г. Мирный, ул. Аммосова, дома 20, 22, 22а, 24, 34, 34а, 34б, 36, 36а, 38, 38а, 38б, 40, 40а;</p> <p>1.2. исключить из границ избирательного участка № 293 жилые дома, расположенные по адресу: г. Мирный, Ленинградский проспект, дома 44, 46, 48, 50, 52;</p> <p>1.3. исключить из границ избирательного участка № 298 жилые дома, расположенные по адресу: г. Мирный, ул. 40 лет Октября, дома 11/1, 11/2, общ.11;</p> <p>1.4. исключить из границ избирательного участка № 299 жилые дома, расположенные по адресу: г. Мирный, ул. Ойунского, дома 41, 43;</p> <p>1.5. исключить из границ избирательного участка № 311 жилые дома, расположенные по адресу: п. Чернышевский, квартал Пионерный – все дома, квартал Таежный – все дома;</p> <p>1.6. исключить из границ избирательного участка № 317 (Моркокинский) п. Моркока – в существующих границах;</p> <p>1.7. включить в границы избирательного участка № 292 жилые дома, расположенные по адресу: г. Мирный, Ленин-</p>	<p>градский проспект, дома 44, 46, 48, 50, 52, ул. Ойунского, дома 41, 43;</p> <p>1.8. включить в границы избирательного участка № 298 жилые дома, расположенные по адресу: г. Мирный, ул. Аммосова, дома 20, 22, 22а, 24, 34, 34а, 34б, 36, 36а, 38, 38а, 38б, 40, 40а;</p> <p>1.9. включить в границу избирательного участка № 312 жилые дома, расположенные по адресу: п. Чернышевский, квартал Пионерный – все дома, квартал Таежный – все дома;</p> <p>1.10. утвердить для участковых избирательных комиссий и помещений для голосования следующие места нахождения (таблица справа).</p> <p>2. Управлению по вопросам местного самоуправления и организационной работе администрации МО «Мирнинский район» (Алдадова З.М.):</p> <p>2.1. направить настоящее постановление в муниципальную избирательную комиссию (Кива И.А.);</p> <p>2.2. совместно с управлением по связям с общественностью и взаимодействию со СМИ администрации МО «Мирнинский район» (Гибало А.О.) опубликовать настоящее постановление в газете «Мирнинский рабочий» и разместить на официальном сайте муниципального образования «Мирнинский район» www.almazный-край.рф.</p> <p>3. Контроль за исполнением данного постановления оставляю за собой.</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>№ участка</th> <th>Наименование населенного пункта</th> <th>Наименование избирательного участка</th> <th>Место нахождения участковой избирательной комиссии (адрес, наименование организации, этаж)</th> <th>Место нахождения помещения для голосования (адрес, наименование организации, этаж)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>295</td> <td>Мирный</td> <td>Комсомольский</td> <td>г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж</td> <td>г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж</td> </tr> <tr> <td>306</td> <td>п. Заря</td> <td>Заринский</td> <td>п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»</td> <td>п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»</td> </tr> <tr> <td>309</td> <td>п. Алмазный</td> <td>Иреляхский</td> <td>п. Алмазный, ул. Спортивная, 19, Управление Обогащенного комплекса МНГОК п. Алмазного АК «АЛРОСА» (ПАО), (бывшее здание АБК прииска «Ирелях»), 2 этаж</td> <td>п. Алмазный, ул. Речная 2, МКОУ «СОШ № 4», 1 этаж</td> </tr> <tr> <td>310</td> <td>п. Светлый</td> <td>Светлинский</td> <td>п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1 этаж</td> <td>п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1 этаж</td> </tr> <tr> <td>322</td> <td>г. Удачный</td> <td>Новгородский</td> <td>г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж</td> <td>г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж</td> </tr> </tbody> </table>	№ участка	Наименование населенного пункта	Наименование избирательного участка	Место нахождения участковой избирательной комиссии (адрес, наименование организации, этаж)	Место нахождения помещения для голосования (адрес, наименование организации, этаж)	295	Мирный	Комсомольский	г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж	г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж	306	п. Заря	Заринский	п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»	п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»	309	п. Алмазный	Иреляхский	п. Алмазный, ул. Спортивная, 19, Управление Обогащенного комплекса МНГОК п. Алмазного АК «АЛРОСА» (ПАО), (бывшее здание АБК прииска «Ирелях»), 2 этаж	п. Алмазный, ул. Речная 2, МКОУ «СОШ № 4», 1 этаж	310	п. Светлый	Светлинский	п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1 этаж	п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1 этаж	322	г. Удачный	Новгородский	г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж	г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж		
№ участка	Наименование населенного пункта	Наименование избирательного участка	Место нахождения участковой избирательной комиссии (адрес, наименование организации, этаж)	Место нахождения помещения для голосования (адрес, наименование организации, этаж)																														
295	Мирный	Комсомольский	г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж	г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж																														
306	п. Заря	Заринский	п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»	п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»																														
309	п. Алмазный	Иреляхский	п. Алмазный, ул. Спортивная, 19, Управление Обогащенного комплекса МНГОК п. Алмазного АК «АЛРОСА» (ПАО), (бывшее здание АБК прииска «Ирелях»), 2 этаж	п. Алмазный, ул. Речная 2, МКОУ «СОШ № 4», 1 этаж																														
310	п. Светлый	Светлинский	п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1 этаж	п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1 этаж																														
322	г. Удачный	Новгородский	г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж	г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж																														
И.о. главы района Д. ШИРИНСКИЙ																																		

НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Психическое здоровье: как его сохранить

Окончание. Начало на 3-й стр.

– сопротивление ограничениям в использовании телефона;

– ограничения других видов активности в связи с чрезмерным использованием телефона;

– проблемы в различных сферах жизнедеятельности из-за чрезмерного использования телефона.

Следовательно, пора «бить во все колокола», если ребенок, во-первых, агрессивно реагирует на попытки отобрать планшет, проводит с ним все больше и больше времени. Во-вторых, отказывается по утрам идти в школу. В-третьих, не хочет гулять, потому что не окончил игру. В-четвертых, играет тайно по ночам, у него нарушаются сон, настроение и успеваемость.

Таким образом, ограничивать, регулировать для ребенка время, проведенное за компьютером, – это обязанность родителя. При этом ограничения должны быть доброжелательными, системными (если нельзя, то нельзя) и последовательными, а не репрессивными или манипулятивными. Если вам удастся так организовать порядок использования компьютера и телефона, если он привыкнет к твердости и постоянству этого порядка, он примет его и не станет возражать.

– Недавно в СМИ сообщали о страшных трагедиях в школах Казани и Перми. Как Вы считаете, почему в наше время стали учащаться подобные случаи?

– Думаю, дело в возрастающей радикализации информационного пространства. Кроме того, ксенофобия (враждебность или насилие по отношению к «чужим») как конфликтогенный фактор провоцирует и усиливает социальную напряженность, служит мощным фактором роста насилия. Это явление сейчас принято называть иностранным словом «скулшутинг» («школьная стрельба», вооруженные нападения в учебных учреждениях).

Я всегда прошу своих коллег не употреблять в общении с детьми иностранных слов по отношению к столь тяжелым и опасным явлениям. Это важно, потому что для русскоязычного человека иноязычный облик слова способен исказить его истинный смысл.

Для активизации критического мышления Инесса Щербань предложила пройти следующий опрос для самодиагностики – вопросник Янга на интернет-зависимость (по материалам Young, 1998). Необходимо ответить на предложенные вопросы – да или нет.

1. Чувствуете ли вы, что поглощены интернетом (думаете о предыдущей сетевой активности или предвкушаете следующий выход в сеть)?

2. Чувствуете ли вы потребность проводить в сети все больше и больше времени для получения удовлетворения?

3. Совершали ли вы неоднократно безуспешные попытки контролировать, ограничить или прекратить использование интернета?

4. Становитесь ли вы беспокойным, угрюмым, подавленным, раздражительным при попытках ограничить или прекратить пользование интернетом?

5. Находитесь ли вы в сети дольше, чем намеревались первоначально?

6. Подвергались ли вы опасности или рисковали потерять из-за интернета значимые взаимоотношения, работу, учебу или возможности карьеры?

7. Приходилось ли вам обманывать членов вашей семьи, терапевта или других людей, чтобы скрыть, насколько вы увлечены интернетом?

8. Используете ли вы интернет как средство ухода от проблем или ослабления дисфорического настроения (например, чувств беспомощности, вины, тревоги, депрессии)?

Можно предположить киберрадикацию при пяти и более положительных ответах на предыдущие вопросы.

Есть более точное определение: «скулшутинг» – это планирование, организация, совершение вооруженного нападения в или на территории образовательного учреждения (любого уровня) одним или несколькими учащимися с целью массового убийства.

Это явление берет начало от массового убийства в американской школе «Колумбайн» в 1999 году. По данным российских исследований, подавляющее большинство нападавших состояли в так называемых «Колумбайн-сообществах» – группах в социальных сетях, посвященных массовым убийствам в школах или интересовались их идеологией. На таких интернет-ресурсах развиваются идеи человеконенавистничества, нападение на школы оценивается положительно, преступникам придается облик героев, совершивших неординарный, выдающийся поступок. Сейчас таких ультрарадикальных сообществ в одной только соцсети ВКонтакте – десятки тысяч.

«Эффект Колумбайн» (инциденты подражания) – это чудовищное следствие трагедии, преобразованной средствами массовой информации в сенсацию. Громкое освещение в СМИ – с подробностями, именами, эмоциональными оценками, преданием ореола героизма и мученичества преступникам – спровоцировало случаи подражания.

Трагедия, ставшая сенсацией, способна посеять семена экстремистских идей у радикально настроенных субъектов и стать спусковым крючком к совершению преступлений, основанных на подражании, ради известности, реализации потребности во власти и мести.

К несчастью, случилось так, что «идеология колумбайна» среди подростков приобрела формы субкультуры и многие годы продолжает находить своих сторонников и последователей.

Исходя из этого, массовое и излишне детальное освещение в СМИ событий, связанных с вооруженными нападениями в школах,

допускать не рекомендуется, чтобы не увеличивать риски инцидентов подражания.

Стоит сказать еще, что буллинг (школьная травля), суицидальные настроения и психическая патология не являются среди основных причин вооруженных нападений в школах.

– Может ли отсутствие контакта у детей с родителями привести к таким последствиям, как трагедии в Казани и Перми?

– Только лишь отсутствие контакта – это недостаточное условие для столь радикального поведения. К формированию таких установок всегда приводит целый комплекс причин.

– В то же время чрезмерное влияние и давление на ребенка тоже может плохо отразиться на его психическом здоровье. Какую «золотую середину» должны соблюдать родители?

– Когда у нас появляются дети, мы в тот же момент начинаем осознавать, что их безопасность для нас превыше всего. Наш ребенок в безопасности, когда он дома, когда он в наших объятиях. Понятно, что «кораблю безопасней в порту, но он не для этого строился». Мы ведь с вами говорили, что воспитание – дело очень сложное.

Надо ухитриться так построить воспитание, чтобы ребенок не воспринимал мир, как чрезмерно враждебный и опасный, доверял ему и любил его, но при этом умел видеть и обходить реальные опасности. Надо суметь научить его любить и уважать людей, но уметь видеть и правильно оценивать человеческие пороки. Надо научиться, доверяя своему ребенку и уважая его, давать ему столько свободы, сколько он может ответственно нести. Научить его принимать необходимые и разумные ограничения и порядки, не считая это дискриминацией и насилием. Все это возможно только с любовью. Любите своих детей ответственно, будьте рядом. Счастливым ребенком – всегда защищенный ребенок.

Приложение к постановлению районной администрации от 25 января 2018 г. №0054
с дополнением в соответствии с постановлением районной администрации от 15.06.2020 №0804
с дополнением в соответствии с постановлением районной администрации от 30.07.2021 №1179
с дополнением в соответствии с постановлением районной администрации от 26.10.2021 № 1576

Списки избирательных участков, участков референдума, единых для всех выборов, проводимых на территории муниципального образования «Мирнинский район», а также для всех референдумов РС(Я), местных референдумов

№	№ участка	Наименование населенного пункта	Наименование избирательного участка	Границы избирательного участка (улицы и номера домов, входящих в избирательный участок)	Место нахождения участковой избирательной комиссии (адрес, наименование организации, этаж)	Место нахождения помещения для голосования (адрес, наименование организации, этаж)
1	289	г. Мирный	Заречный	ул. Дорожная - все дома; ул. Звездная - все дома; ул. Интернациональная - все дома; ул. Ленская - все дома; ул. Лесная - все дома; ул. Мухомовская - все дома; ул. Тажанья - все дома; ул. Целинная - все дома; 13 км – дом №31	г. Мирный, ул. Звездная, 12, Дом шоферов, 1-й этаж, Красный уголок	г. Мирный, ул. Звездная, 12, Дом шоферов, 1-й этаж, Красный уголок
2	290	г. Мирный	Энергетический	ул. Гаражная - все дома; Ленинградский пр. - дома №1, 1/1, 1/2, 1а, 1б, 2а, 3/1, 3а, 3б, 3в, 3г, 5, 5а, 5б, 5в, 5г, 6а, 7, 7/1, 7/2, 7а, 7б, 9, 14, 14/1, 16, 18, 20, 20а, 22; ул. ПДУ - все дома; ул. Фабричная - дома № 1г, 2а, 4, 10, 13б, 21, 23г; ш. Кирова - все дома, кроме домов № 9/1, 9/2.	г. Мирный, Ленинградский пр., 2, ЦСО ГТТ МНГОКа АК «АЛРОСА» (ПАО) бывшее здание Ремонтно-строительного специализированного управления МНГОКа, АБК) 1-й этаж, каб. профкома	г. Мирный, Ленинградский пр., 2, ЦСО ГТТ МНГОКа АК «АЛРОСА» (ПАО) бывшее здание Ремонтно-строительного специализированного управления МНГОКа, АБК) 1-й этаж, столовая
3	291	г. Мирный	Геологический	ул. Виллойская - все дома; ул. Геологическая - все дома; ул. Иреляхская - все дома; Ленинградский пр. – общ. №2; ул. Набережная - все дома; ул. Нагорная - все дома; ул. Нижнепалаточная - все дома; ул. Складская - все дома; ул. Транспортная - все дома; ул. Фабричная - все дома, кроме домов №1г; 2а, 4, 10, 13б, 21; ул. Экспедиционная - все дома; ул. Южная - все дома.	г. Мирный, ул. Виллойская, 7, школа №8, 1-й этаж	г. Мирный, ул. Виллойская, 7, школа №8, 1-й этаж
4	292	г. Мирный	Октябрьский	ул. 40 лет Октября - дома №1, 2, 2а, 4, 6, 6/1, 8, 8а, 10, 23а (общ. №14); ул. Ленина - дома с начала улицы по дом № 14; Ленинградский пр. - дома №23, 23а, 24, 25, 25а, 27а; ул. Ойунского - дома №21, 23, 28, 30, 30а, 33, 33а, 35, 36, 37, 41, 43, 44, 46, 48, 50, 52.	г. Мирный, ул. Ленина, 17, Дворец культуры «Алмаз», 2-й этаж	г. Мирный, ул. Ленина, 17, Дворец культуры «Алмаз», фойе 2-го этажа
5	293	г. Мирный	Ленинградский	ул. 40 лет Октября - все дома с четными номерами, кроме домов №2, 2а, 4, 6, 6/1, 8, 8а, 10, общ. №13, общ. №16; ул. Ленина - дома, начиная с № 18, кроме 41, 41а, 43; Ленинградский пр. - дома №48а.	г. Мирный, ул. Ленина, 17, Дворец культуры «Алмаз», 1-й этаж	г. Мирный, ул. Ленина, 17, Дворец культуры «Алмаз», 1-й этаж, костюмерная
6	294	г. Мирный	Индустриальный	ул. 8 Марта - все дома; ул. Аммосова - дома №1, 3, 3/1, 4, 5, 9, 10, 17, 21, 21/2, 23, 25; ул. Бабушкина - дома с начала улицы по дом №35; ул. Весенняя - все дома; 2-й Пионерский пер. - все дома; Заводской пер. - все дома; ул. Индустриальная - все дома; ул. Комсомольская - дома, начиная с № 34; ул. Курченко - все дома; ул. Московская - дома 3, 3а, 5, 11; ул. Ойунского - дом № 3; ул. П. Лумумбы - все дома, кроме домов №41, 49; ул. Первомайская - все дома; 1-й Пионерский пер. - все дома; ул. С. Лазо - все дома; ул. Фрунзе - все дома; ул. 3-я Плотинная - все дома; ул. 9-я Плотинная - все дома; Ленинградский пр. - дом 11/1.	г. Мирный, Ленинградский пр., 9/2, Культурно-спортивный комплекс, актовый зал	г. Мирный, Ленинградский пр., 9/2, Культурно-спортивный комплекс, актовый зал
7	295	г. Мирный	Комсомольский	ул. Аммосова - дом №16; ул. Комсомольская - дома №19, 23, 25, 25а, 29, 29а, 31; Ленинградский пр. - дома № 9а, 9б, 11, 11б, 13а; ул. Московская - дома №1, 2, 4, 6, 8, 10, 12, 12/1; ул. Ойунского - дома № 7, 12, 12а, 14, 14а, 16, 16а, 16б; ОНТ «Рудник» и другие ОНТ - все дома; СОТ - все дома.	г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж	г. Мирный, ул. Комсомольская, 20, школа №12, 1-й этаж
8	296	г. Мирный	Мирнинский	ул. 40 лет Октября - дома №42в (общ. №13), № 43 (общ. №16); л. Горняков 4-я - все дома; ул. Комсомольская - дома с начала улицы по дом № 13в; Ленинградский пр. - дома №26, 26а, 26б, 34б; ул. ЛЭП-4 - все дома; ул. Московская - дома №18/1, 20, 20а, 22, 22а, 24, 24а, 24б, 26а, 28, 28а, 28б, 30, 30а, 30б, 34; ш. Кирова - дома № 9/1, 9/2; ул. 1-я Портовая - все дома; ул. 9-я Портовая - все дома.	г. Мирный, Комсомольская, 2/1, Дворец спорта «Кимберлит», 2-й этаж, каб. 204	г. Мирный, Комсомольская, 2/1, Дворец спорта «Кимберлит», 2-й этаж, холл
9	297	г. Мирный	Заложный	ул. Алексеева - все дома; ул. Космонавтов - все дома; ул. Логовая - все дома; общежитие ДСР; ул. Ручейная - все дома.	г. Мирный, аэропорт, административное здание летного отряда, 1 этаж	г. Мирный, аэропорт, административное здание летного отряда, холл 1 этажа
10	298	г. Мирный	Интернациональный	ул. 40 лет Октября - дома №3, 7, 7а, 11; ул. Аммосова - дома №18, 20, 22, 22а, 24, 26, 26а, 28, 28а, 28б, 30, 30а, 30б, 32, 32б, 34, 34а, 34б, 36, 36а, 38, 38а, 38б, 40, 40а; Комсомольская - дома № 16/1, 16/2, 16а, 22, 24, 26, 28, 30; Ленинградский пр. - дома №19, 21, 21/1, 21/2, 34, 34а, 36, 36а, 38а, 40, 40а, 42, 42а, 42б; Молодежный пер. - дом №2; ул. Ойунского - дома №13, 15, 20, 22, 24, 24б, 25, 25б, 26, 27, 29, 31.	г. Мирный, ул. 40 лет Октября, 12, школа №1, 1-й этаж, приемная	г. Мирный, ул. 40 лет Октября, 12, школа №1, спортзал
11	299	г. Мирный	Бабушкинский	ул. 40 лет Якутской АССР - все дома; ул. 50 лет Октября - все дома; проезд Строителей - дом № 2; ул. Аммосова - дома № 27, 29, 31, 33, 35, 37, 39, 41, 43, 45, 47, 49, 51, 53, 55, 57, 59, 61, 63, 65, 67, 69, 71, 75, 80; аэрологическая станция - все дома; ул. Бабушкина - дома, начиная с № 38; ул. Гагарина - все дома; ул. Маяковского - все дома; ул. Некрасова - все дома; ул. П. Лумумбы - дома № 41, 49; поселок Газовиков - все дома; поселок Ромашовка - все дома.	г. Мирный, Ленина, 1, региональный технический колледж, 1-й этаж, режиссерская	г. Мирный, Ленина, 1, региональный технический колледж, 1-й этаж, актовый зал
12	300	г. Мирный	Ленинский	ул. Советская - все дома, кроме домов №3, 5, 7, 11/1, 11/2, 11/3, 11/4; ул. Тихонова - дом №16; ул. Ленина - дома № 41, 41а, 43.	г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», 1-й этаж, кабинет профкома	г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», 1-й этаж, актовый зал
13	301	г. Мирный	Советский	ул. Советская - дома №3, 5, 7, 11/1, 11/2, 11/3, 11/4; ул. Тихонова - все дома с четными номерами, кроме дома №16; ул. Павлова - все дома.	г. Мирный, ул. Советская, 11а, школа №7, 2-й этаж, учительская	г. Мирный, ул. Советская, 11а, школа №7, 1-й этаж, столовая
14	302	г. Мирный	Виллойский	ул. Аммосова - дома № 96/1, 96/2, 98/1, 98/2, 100; ул. Солдатова - дома №2, 2/1, 3, 4, 6; ул. Тихонова - дома № 3/1, 3/2, 5, 5б, 9/1, 11.	г. Мирный, ул. Тихонова, 3, школа №26, 1-й этаж, учительская	г. Мирный, ул. Тихонова, 3, школа №26, 1-й этаж, фойе
15	303	г. Мирный	Павловский	ул. Солдатова - дома, начиная с №8; ул. Тихонова - дома №7, 9, 15/1, 15/2, 29/1, 29/2, 29/3, 29/4.	г. Мирный, ул. Тихонова, 5/1, Мирнинский политехнический институт (ф) СВФУ	г. Мирный, ул. Тихонова, 5/1, Мирнинский политехнический институт (ф) СВФУ, 1-й этаж, фойе
16	304	г. Мирный	Ботуобинский	мкрн Заречный - в существующих границах	г. Мирный, ул. Кунищына, 18Б (льж-ная база)	г. Мирный, ул. Кунищына, 18Б (льж-ная база)
17	305	с. Арылах	Совхозный	с. Арылах - в существующих границах	с. Арылах, ул. Центральная, 30, здание администрации наслега	с. Арылах, ул. Центральная, 53, ДК «Туой-Хайа», фойе
18	306	п. Заря	Заринский	п. Заря - в существующих границах	п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»	п. Заря, ул. Лесная, д. 1, здание администрации МО «Чуонинский наслег»
19	307	с. Сьюльдокар	Сьюльдокарский	с. Сьюльдокар - в существующих границах	с. Сьюльдокар, ул. Победы, 15, администрация МО «Сальдинский национальный эвенкийский наслег», кабинет специалистов	с. Сьюльдокар, ул. Центральная, 9, Дом культуры, зрительный зал
20	308	с. Тас-Юрях	Тас-Юряхский	п. Газовиков - в существующих границах; с. Тас-Юрях - в существующих границах	с. Тас-Юрях, ул. С. Попова, 14, школа № 9 им Р.В. Лонкунова, 1-й этаж, спортзал	с. Тас-Юрях, ул. С. Попова, 14, школа №9 им Р.В. Лонкунова, 1-й этаж, спортзал
21	309	п. Алмазный	Иреляхский	п. Алмазный - в существующих границах; п. Новый - в существующих границах; п. Березовый - в существующих границах	п. Алмазный, ул. Спортивная, 19, Управление Обогажительного комплекса МНГОК п. Алмазного АК «АЛРОСА» (ПАО) (бывшее здание АБК прииска «Ирелях»), 2 этаж	п. Алмазный, ул. Речная 2, школа №4, 1-й этаж
22	310	п. Светлый	Светлинский	п. Светлый - в существующих границах	п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1-й этаж	п. Светлый, ул. Советская, 7, школа №15, 1-й этаж
23	311	п. Чернышевский	Чернышевский	ул. 30 лет Победы - все дома; ул. Виллойская - все дома; ул. Гидростроителей - все дома; ул. Дзержинского - все дома; ул. Катангаривилли - все дома; квартал аэропорта - все дома; ул. Космонавтов - дом № 15; ул. Солнечная - все дома; ул. Чернышевского - все дома; квартал Эксплуатационников - ПДУ-2, ПДУ-4, ПДУ-6.	п. Чернышевский, ул. Дзержинского, 1, школа №3, 1-й этаж	п. Чернышевский, ул. Дзержинского, 1, 1-й этаж, школа №3, фойе
24	312	п. Чернышевский	Гидростроительный	1-я линия - все дома; 2-я линия - все дома; 3-я линия - все дома; 4-я линия - все дома; 5-я линия - все дома; 6-я линия - ПДУ-3а; ВНИМС - все дома; квартал Лесной - все дома; квартал Монтажников - все дома; квартал Энергетиков - все дома; ул. Космонавтов - все дома, кроме дома № 15; район КСМ - все дома; ул. Мира - все дома; ул. Снежная - все дома; квартал Энтузиастов - все дома; квартал Пионерный - все дома; квартал Тажанья - все дома.	п. Чернышевский, ул. Космонавтов, 10/3, Культурно-образовательный центр	п. Чернышевский, ул. Космонавтов, 10/3, Культурно-образовательный центр, 1-й этаж, фойе
25	313	п. Айхал	Сытыканский	ул. Гагарина - все дома; ул. Геологов - все дома; ул. Корнилова - все дома; ул. Строителей - все дома; ул. Молодежная - все дома; ул. Полярная - все дома; ул. Солнечная - все дома; ул. Стрельникова - все дома; ул. Южная - все дома; Восточный пер. - все дома; 1-й Западный пер. - все дома; 1-й Северный пер. - все дома; ул. Юбилейная - дома №1, 2; ул. Погутаевой - дома №1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 11, 13, 15, 16, 22; ул. Монтажников - дом №2; ул. Советская - дом №9; ул. П. Лумумбы - дом №1; ул. Подстанция, № 5.	п. Айхал, ул. Советская, 12, школа №5, 2-й этаж	п. Айхал, ул. Советская, 12, школа №5, 1-й этаж
26	314	п. Айхал	Айхальский	ул. Погутаевой - дома №8, 10, 12, 14, 18, 19, 20, 23, 25, 27; ул. Советская - дома №2, 4, 6, 8, 10, 11, 13, 15; ул. Амакинская - все дома; ул. Промышленная - все дома; ул. Юбилейная - дома № 3, 6, 7, 8, 9; ул. Лесная - все дома; ул. Тажанья - все дома.	п. Айхал, ул. Советская, 12, школа №5, 2-й этаж	п. Айхал, ул. Советская, 12, школа №5, 2-й этаж
27	315	п. Айхал	Юбилейнинский	ул. Юбилейная - дома № 4, 9, 10, 11, 12, 13, 14; ул. Бойко - все дома; ул. Алмазная - все дома.	п. Айхал, ул. Бойко, 1а, школа №23, 2-й этаж, каб. № 230	п. Айхал, ул. Бойко, 1а, школа №23, 1-й этаж, фойе
28	316	п. Айхал	Алмазинский	ул. Кадзова - все дома; ул. Энтузиастов - все дома.	п. Айхал, ул. Энтузиастов, д. 1, здание МУДО ЦДО «Надежда», 1 этаж	п. Айхал, ул. Энтузиастов д. 1, здание МУДО ЦДО «Надежда», 1 этаж
29	317	п. Айхал	Моркокинский	п. Дорожный - в существующих границах; Октябрьская партия - все дома.	п. Дорожный, ул. Иванова, 4, контора АО ПТВС	п. Дорожный, ул. Иванова, 4, контора АО ПТВС
30	318	г. Удачный	Надежинский	ул. 50 лет ЯАССР - все дома; ул. 60 лет ВЛКСМ - все дома; ул. Айхальская - все дома; ул. Амакинская - все дома; ул. Ленина - все дома; ул. Балок за подстанцией, ул. Мира - все дома; ул. Монтажников - все дома; ул. ППЧ - все дома; ул. Строителей - все дома.	г. Удачный, ул. 50 лет ЯАССР, 7, Удачинский УКК ЦПК АК «АЛРОСА» (ПАО), 1-й этаж, каб. 15	г. Удачный, ул. 50 лет ЯАССР, 7, Удачинский УКК ЦПК АК «АЛРОСА» (ПАО), 1-й этаж, каб. 15
31	319	г. Удачный	Молодежный	Новый город - дома №1, 2, 4, 5, 6, 9, 10, 13.	г. Удачный, Новый город, 2/1 МБУ ДО ЦДО, 2-й этаж, каб. 207	г. Удачный, Новый город, 2/1 МБУ ДО ЦДО, 2-й этаж, фойе
32	320	г. Удачный	Удачинский	Новый город - дома № 3, 7, 8, 11, 12, 14, 18, 19, 33, общежитие № 6/2.	г. Удачный, Новый город, д. 2/2, Общественный центр УО КСК, шахматный клуб	г. Удачный, Новый город, 2/2, Общественный центр УО КСК, шахматный клуб
33	321	г. Удачный	Северный	Новый город - дома №15, 16, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, общежитие №6/1.	г. Удачный, Новый город, школа №24, 1-й этаж,	г. Удачный, Новый город, школа №24, 2-й этаж, фойе
34	322	г. Удачный	Новгородский	Новый город - дома №26, 27, 28, 29, 30, 31, 32.	г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж	г. Удачный, Новый город, МБУ ДО «ДШИ», 1-й этаж

ПОЭЗИЯ

Вера ДОНСКАЯ



Родилась и выросла в г. Барнауле Алтайского края. В 1982 году уехала в Якутию к мужу, который после окончания института по распределению уже работал в г. Мирном.

В 2011 году на крупнейшем российском литературном портале СТИХИ.РУ под творческим псевдонимом Вера Донская был размещен материал. Сейчас там более 200 произведений! Начиная с 2012 года, неоднократно награждалась дипломами номинанта национальной литературной премии с публикацией материала в альманахах: «Поэт года», «Поэт года. Детская литература», «РСП Стихи», «Наследие». Награждена медалью Маяковского.

В 2014 году стала членом Общероссийской общественной организации «Российский союз писателей». В 2020 году предложена публикация моего материала в альманахе «Антология русской поэзии».

В 2021 году вступила в состав Международного сообщества писательских союзов по Республике Саха (Якутия).

ГОРОД НА НЕВЕ

Петербург, Петроград, Ленинград, Питер и попросту родина истории и культуры – все это город на Неве.....

Я видела тебя! О, Петербург – Петра Великого благословенье! Архитектурный гений, видно, тут Запечатлел искусство вдохновенья!

Здесь флот балтийский поднялся, как щит, Закрыв собою города и веси! Бессрочно недругов он ушрашит, Лишив их шанса к забугорной песи!

Я видела восставший Петроград – Музейных экспозиций вереницы!

Где залп «Авроры» и людской набат Перевернули истории страницы!

Я видела блокадный Ленинград, Поднявшийся из тягот лихолетья! Осколки памяти на нас глядят Глазами дотов, обнажив бессмертье!

Тобою, Питер, восхищен турист, Проследовав экскурсионным маршем. А в парках опадает с кленов лист И Петергоф становится все старше.

Несет промозглость осени октябрь, Дыша прохладой Финского залива. И в небе птицы косяком летят, Прощаясь с Родиною молчаливо....

11.10.2018

А НЕБО В ФЕВРАЛЕ УЖЕ ВЫСОКОЕ

А небо в феврале уже высокое, И тянет устремиться в высоту! Бездонность совершенно синеекая Заставит просто верить в красоту!

И я, и ты, как будто дети малые, на крыльях из мечты хотим взлететь И облака пушистые и шалые там в высоте получше рассмотреть.

Потрогать вату облачка прохладную и ветром убаюкать сини гладь. И звездочку вечернюю, отрадную в небесной красоте нарисовать.

02.02.2013

В ДВЕРИ ВЕСНА ПОСТУЧАЛАСЬ

Неба звенящего синь С ветром на туче венчалась. В марте, забыв про ключи, В двери весна постучалась!

Времени вешний приход Снова зовет к обновленью. Зимний заметив исход, Крыши оплачут капелью!

Белые шапки снегов Праздность свою потеряют. И в избавленье от снов Без сожаленья растают.

Птахи, увидев ручьи, Нотами песен заблещут! Яркого солнца лучи Новой весне рукоплещут!

23.02.2015

ВАЛЬСИРУЕТ ОСЕННИЙ ЛИСТ

Вальсирует осенний лист, Срываясь с ветки с сожаленьем. А ветер – вечный гармонист, Играет соло - вдохновенье!

Сентябрьской праздничности грусть Вплелась в изысканный гербарий! Рябиновые гроздья бус Свой терпкий вкус с росой делят!

И всюду-всюду огнецвет – На листьях и траве начертан! Загадочно-извечный след Хозяйки-осени с мольбертом...

27.08.2016

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Встречи на мирнинской земле

Начало в номере за 9 октября

День третий. «Намхумы»

Утром выясняется, что у нашей Татьяны заболело горло, и голос превратился в хрип. Но она не сдаётся – разучивает своим «отсыревшим» голосом только что написанную песню. Настроение – отличное. Марина Ещсева из оргкомитета приносит нам для «сугреву» бутылку вина. Шутки из нас так и прут. В частности, высказываем несерьезное предположение, что президент клуба Наталья Шикуня чем-то прогневала Бога, поэтому и заливает нас дождем небесная канцелярия.

Все так же барабанит дождь по тенту над нашим столом, а мы согреваемся изнутри горячим чаем, сваренным из дождевой воды, и греемся под зонтиком у нашего костра. Строчки сами лезут в голову, и в итоге рождается новая песня, для которой наш друг Фидель – весьма оригинальный бард и самобытный музыкант – тут же подбирает мелодию и шуточное название:

ТАЕЖНЫЙ БАРДОВСКИЙ ВАЛЬС «НАМХУМЫ»

Нас в гости всех «Карета» пригласила, Отпраздновать чтоб юбилейный слет, Проверить наши творческие силы И душу в песнях выпустить в полет.

Ты не гневи, Наталья, больше Бога, А сочиняй нам песни круглый год. Пусть Холодову мучает изжога, Но все-таки она для нас поет.

Привет:

Ах, барды, барды, брейте бакенбарды, А бороды оставьте на потом. Ах, барды, барды, не играйте в нарды – Давайте лучше что-нибудь споем!

И пусть нам с кем-то изменяет солнце И капает погода на мозги! С поляны музыкальной песня льется – Не выкурите бардов из тайги!

Поддай-ка жару, Саша Барабанов! Марина, принеси еще вина! Коль будут петь Амбалов и Зыбанов, Готовы мокнуть мы еще три дня!

Поставили палатки все на мху мы, И третий день нас заливают дождь. В тайге у нас не Крым и не Сухуми, Но с песнями нигде не пропадешь!

Нас лиственницы, ели приютили. Мы наши песни пели до утра. И шутки водяного оценили, Обсохнув у веселого костра!

Эту песню мы с Фиделем поем на гала-концерте, где награждение участников сопровождается музыкальными номерами от «награждантов». Диплом первой степени зарабатывает квартет из Айхала. Второе место оргкомитет дарит мне. Почетную «бронзу» берут братья Сергей и Андрей Мисник из Айхала. Почетные грамоты за победу в отдельных номинациях получают Сергей Амбалов (Мирный) и айхалец Александр Зыбанов («Две звезды»), Анна Величко и Лилия Канада («Сердца в унисон»), Петр Тимофеев («Первый блин не комом»), Андрей Шушминцев («Лири поэта») и другие участники слета. Разумеется, все эти распределения условны, ведь хозяева фестиваля стараются никого не обидеть. Мэтры судят гостей и по этой причине сами почти не участвуют в концертной программе. А жаль! Послушать песни в мастерском исполнении Натальи Шикуня и Анны Переведенцевой – большое удовольствие.

Получив почетную грамоту в номинации «За верность традициям фестиваля», Татьяна Холодова объявляет, что скоро в Ленске пройдет первый фестиваль бардовской песни и приглашает всех в Ленск, после чего поет своим «осипшим контральто» новую песню:

По музыкальной поляне слоняется дождь, Флаги промокли и баннеры тоже поникли. Солнце, нам кажется, больше сюда не придет, В «зал» этот тихий простой музыкальной интриги.

Тихо гитара струною намокшей звенит. Кто-то пытается петь чуть осипшим контральто.

Там, за угором, река наши песни твердит, Лес же молчит и тоскует, как юный идалго.

Ветер с поляны тоску в облака унесет. Солнце опустит на сцену свой ласковый лучик. Вместе со всеми и лес, улыбнувшись, споет И водяному претензии наши озвучит.

Дождь, наконец, прекращается. На третий день. Робкий солнечный лучик протискивается сквозь расплывающиеся по небу остатки туч. Участники встречают теплое светило новыми песнями. Я скорее сушу промокшую одежду на наших растяжках. Пора собирать вещи, но я беру диктофон и иду собирать впечатления – на память о фестивале.

Лилия КАНАДА (Айхал):

Я бардовских песен не пишу, но я их люблю и пою. Все, что происходит в таком вот формате, мне всегда очень нравится. Несмотря на то, что мы все урбанисты, природа, общение, чистый воздух, открытые лица творческих людей, их светлые души – все это не может не нравиться. Каждый раз на музыкальной поляне происходит какое-то открытие. Вот и на этот раз я открыла для себя поэтов из Ленска. Это большая редкость, когда в наше суетное время люди посвящают свою жизнь тому, что греет душу всем остальным... Сергей АМБАЛОВ (Мирный, «Зеленая карета»):

Рад, что собралось много гостей и друзей к нам на 10-летие. Погода проверила нас на прочность – три дня с дождем!!! Ну и прекрасно! Прекрасные песни. Прекрасное настроение. Особенно, когда встречаешься со старыми друзьями и обретаешь новых. Впечатлили стихи и экспромты...

Александр БАРАБАНОВ (Айхал):

Я очень рад, что попал сюда. В Мирном часто бываю на гастролях, а вот на бардовском слете впервые. Я провел здесь три замечательных дня (правда, погода нас упорно «убивала»), познакомился с прекрасными людьми из Ленска и Мирного...

Шесть часов вечера. Палатки и вещи собраны. Спасибо, музыкальная поляна! Юбилейный бардовский слет получился действительно незабываемым...

Июль 2013 г.

ВАЛЕНТИНЕ МАРКИНОЙ

Ваш талант почти что ювелирный: Из обычных слов гранит успех. «Северная сказка – город Мирный» – В этом убедить смогли вы всех!

В ваших строчках задушевных – грани Города, что светит, как алмаз Посреди таежной глухомани, Красотой осеняя нас.

В ваших строчках – снежные метели И туманов зимних молоко, Первые подснежники, капли И весна, и чувства кувырком.

Ни душа, ни сердце не остынут, Путь продлится за верстой верста: Тянется ваш след через пустыню Белого бумажного листа.

Этот след останется навечно – Ваш узорный стихотворный путь. В ваших строчках, добрых и сердечных, Пусть живет, искрится ваша суть.

Пусть живет поэзии напевность В вас всегда, как светлые огни. Щедрость, доброта и задушевность – Редкое богатство в наши дни.

Валентина Маркина... Бесспорно, В Мирном это имя знают, чтут. За талант особый, стихотворный И за честный повседневный труд.

Пожелаю я: пусть светит ярко Вдохновенье вам во все года. И еще чтоб вы держали марку Валентины Маркиной всегда!

Сергей МОСКВИТИН, 21 сентября 2015 г. Продолжение следует



На заметку

Как победить осеннюю хандру?

С наступлением холодов нам все становится тяжелее: температура снижается, меньше солнечного света, а из дома выходить совсем не хочется, и только по очень веселым поводам. И в такое время года может наступить осенняя хандра. Разберемся, как с этим справиться и жить дальше.



Осень – самое стрессовое время года, и если сравнить уровень стресса по месяцам, то ноябрь – вне конкуренции. Исследователи физиологической активности обнаружили, что в ноябре многие из нас больше половины дня находятся в постоянном стрессе. Это доказано. Но обязательно ли любой стресс приводит к депрессии?

Начнем с того, что стресс может быть даже полезен. Без него осенью вы можете просто «закинуться» в своей квартире без мотивации ходить даже на работу. Уточним один факт, вас никто не проклял на муки и страдания. Все оказывается намного проще и сложнее одновременно, все дело в химии. Причем мы «химичим» сами над собой. Эволюция решила, что меньшее количество солнечного света осенью и зимой приведет к тому, что мозг вырабатывает меньше серотонина – химического вещества, связанного с проводящими путями мозга, который и регулирует наше настроение. Когда нервные клетки мозга, регулирующие настроение, не работают должным образом, результатом может быть чувство депрессии.

И если вы себя уже накрутили, что у вас точно сезонная депрессия, наш совет – не торопиться с выводами! Все мы порой немного рефлексируем, и несмотря на то, что симптомы у осенней хандры и сезонной депрессией очень похожи, это не одно и то же. Осенняя хандра больше похожа на затянувшуюся грусть, и если вы все-таки выполняете свои ежедневные обязанности через «не хочу», то сезонная депрессия не даст вам даже мотивации встать с кровати. Хандра –

это не психическое расстройство, ей чаще всего свойственно чувство печали в самые темные и холодные месяцы года. Во время хандры может быть нарушен сон, отсутствие мотивации чем-либо заняться, вы хотите провалиться в постели весь день. А сезонная депрессия может проявляться даже летом и это уже куда серьезнее.

Симптомы сезонной депрессии:

- переедание, преимущественно тяга к сложным углеводам;
- увеличение веса;
- проблемы со сном;
- подавленное настроение большую часть дня и почти каждый день;
- потеря интереса к ранее любимым занятиям;
- отстраненность и изоляция ото всех;
- чувство безнадежности;
- вялость и утомляемость.

Если вы отметили в себе хотя бы три пункта, и это действительно мешает вам жить, причем уже давно, просто поговорить об этом с кем-нибудь точно лишним не будет. Но есть и хорошие новости! Чем старше мы становимся, тем меньше депрессия имеет над нами власть.

Если вы живете жизнь обычного городского человека и не пасете на рассвете коров, то вы рано утром собираетесь на работу, надеваете много одежды, чтобы теплее было в уже морозное утро, возможно, попадаете в пробки, на работе тоже стресс – начальник, отчеты, дедлайны и прочее. А вечером возвращаетесь, занимаетесь домашними делами и ложитесь отдыхать. Каждый день одно и то же.

Мы в таком случае предлагаем немного изменить распорядок дня: добавим пару пунктов, где нужно подключить свою силу воли. Все может измениться, если вы встанете на час раньше и просто хотя бы посидите немного, настроитесь на предстоящий день или почитаете книгу, главное не «залипайте» в социальных сетях – это затягивает.

На вечер можно добавить пробежку или занятия в спортивном зале, это очень разряжает. Также можно провести вечер с семьей или друзьями, поиграть в настольные игры, посмотреть фильм. И есть еще одно правило – каждый день делать для себя приятную мелочь. Сварите для себя грибной супчик, насладитесь водными процедурами, сделайте массаж, купите себе что-нибудь красивое. Не забывайте баловать себя! После такого распорядка дня слово «хандра» исчезнет из вашего лексикона. В любом деле самое главное – начать с себя.



Это интересно

Фразеология: На чем свет стоит

Идиома «на чем свет стоит» означает «основательно», «изо всех сил». Она употребляется с глаголами «ругать» и «бранить». То есть имеет самую негативную окраску. А правда, на чем стоит свет?

Древние индусы верили, что Земля держится на трех слонах, греки предполагали, что небесный свод держат атланты, жители Междуречья думали, будто земная поверхность опирается на 12 колонн, а мусульманские народы считали опорой мира светозарную рыбу. На ком бы ни держалась Земля, выражение «ругаться на чем свет стоит» отсылает нас к архетипам мироустройства.

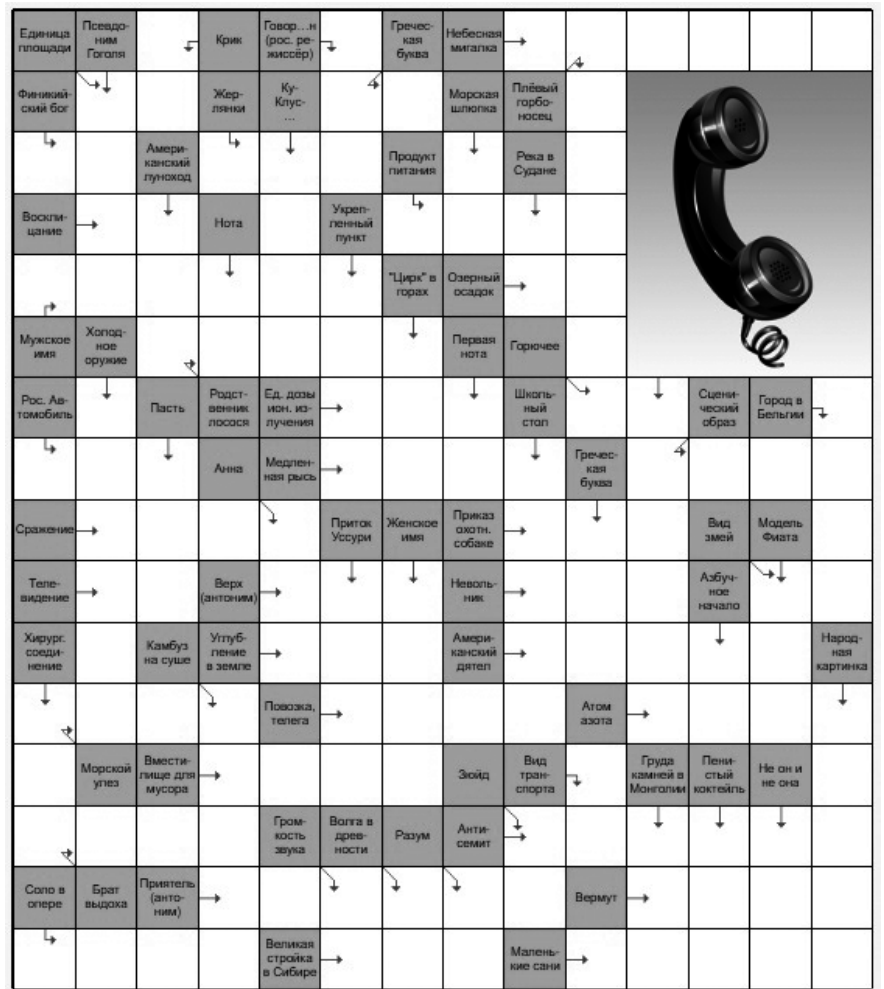
В обрядах древности самая забористая брань включала в себя упоминания сил добра и зла, игравших демиургическую роль на этапе мифологического мышления. Косвенные свидетельства этого содержатся в фольклоре: в поэтике волшебных сказок и корильных песен, которыми сопровождалась все значимые ритуалы, а на более поздних этапах – в пословицах и бытовых присказках. Самый простой пример: «Разрази меня гром! (Перун)» или «Задери меня медведь!» (тотемное для многих народов животное). Нам, современным людям, трудно это понять. Зато достаточно очевидно, что «ругаться на чем свет стоит» значит «так сильно, что содрожаются самые основы мироздания».



Советы. Как успевать больше?

- Составляйте список дел на день. Ежедневно составляйте список реалистичных планов на предстоящие часы.
- Сначала выполняйте самые сложные задачи. Первыми лучше выполнять наиболее сложные задачи.
- Разберите рабочий стол. Расхламление – это искусство избавления от ненужных вещей, которое позволяет вернуть гармонию в жизнь и вздохнуть свободно.
- Создайте систему. Четкая система и организация действий даст вам ясное понимание текущих проектов.
- Концентрируйтесь только на одной задаче. Закончите один проект и лишь потом переходите к следующему.

Сканворд «Звезда»



Детский досуг



Загадки про гусениц

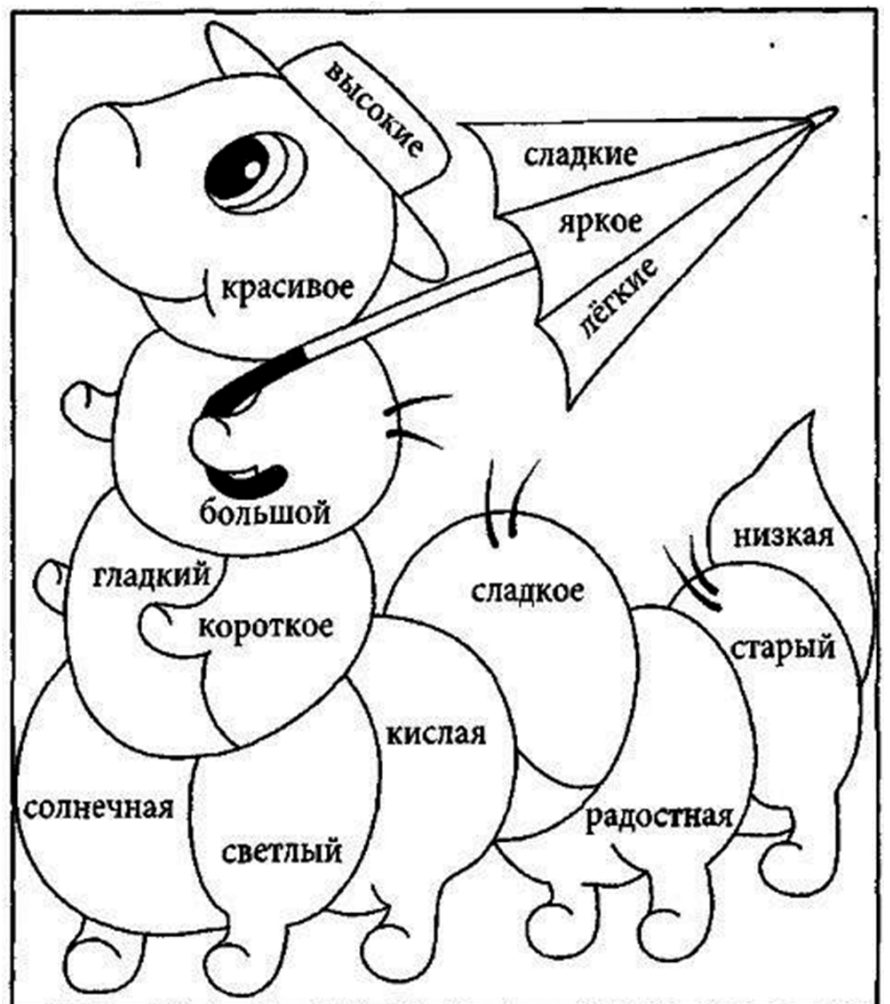
Волосата, зелена,
В листьях прячется она.
Хоть и много ножек,
Бежать все равно не может.

Может в яблоко залезть,
А потом его же съесть:
Все, что вкусно, выедает
И обратно выползает.

Хоть имеет много ножек,
Все равно бежать не может.
Вдоль по листику ползет,
Бедный листик весь сгрызет.

С неких пор у нас живет
В огороде тихоход.
Удивительной раскраски,
У него есть рот и глазки.
Если очень повезет,
Скоро бабочкой вспорхнет!

Раскрась картинку



Части рисунка со словами, отвечающими на вопрос *какой?* – закрась синим цветом; на вопрос *какая?* – красным, *какое?* – зеленым, *какие?* – желтым

АК «АЛРОСА» сообщает о продаже посредством публичного предложения недвижимого имущества, расположенного по адресу: РС(Я), Мирнинский район, п. Айхал, ул. Энергетиков, 8.

Форма продажи: посредством публичного предложения открытая по составу участников и закрытая по форме подачи предложения о цене.

В реализуемое имущество входят 4 объекта недвижимости, продажа отдельным лотом:

- ♦ Гараж, площадью 25,7 кв.м (далее — лот №1), стоимость — 82 000,00 руб. с НДС (20%);
- ♦ Гараж, площадью 25,2 кв.м (далее — лот №2), стоимость — 80 500,00 руб. с НДС (20%);
- ♦ Гараж, площадью 31,9 кв.м (далее — лот №3), стоимость — 102 000,00 руб. с НДС (20%);
- ♦ Гараж, площадью 24,9 кв.м (далее — лот №4), стоимость — 79 500,00 руб. с НДС (20%)

Срок приема заявок на участие в продаже и подачи предложений о цене: с 19.10 по 01.11.2021.

Время и место приема заявок и предложений о цене: по рабочим дням с 9:00 до 12:00, с 14:00 до 17:00 по местному времени по адресу:

- РС(Я), г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», Центр управления недвижимостью, кабинет 400В;
- РС(Я), п. Айхал, ул. Корнилова, 3, Айхальский ГОК, кабинет 205.

Полная аукционная документация (формы заявки на участие в продаже, предложения о цене, описи документов, проект договора купли-продажи) размещена по адресу: www.alrosa.ru/реализация-тмц/.

За дополнительной информацией можно обратиться по тел.: 8(41136) 99-000 доб. 4-14-89, +7(914)252-1180.

АК «АЛРОСА» (ПАО)
сообщает о продаже посредством публичного предложения по реализации невостребованных объектов «Кислородная станция» с оборудованием и земельным участком, расположенных в г. Мирном

Форма проведения продажи — открытая по составу участников с закрытой формой подачи предложений о цене имущества.

Цена продажи Объектов составляет 9 643 200,00 рублей с учетом НДС 20%.

Сроки приема заявок на участие в аукционе и предложений о цене — с 20.10.2021 по 02.11.2021.

Время и место приема заявок на участие в аукционе и предложений о цене — по рабочим дням с 9:00 до 12:30 и с 14:00 до 17:30 по местному времени по адресу:

- г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», кабинет 400 В. Контактный телефон: +7(41136) 99-000-4-14-89, 8-914-252-11-80.
- г. Удачный, мкрн Надежный, управление УГОКа, кабинет № 303. Контактный телефон: +7(41136) 52-222-7-50-09.
- п. Айхал, ул. Корнилова, 3, управление АГОКа, кабинет № 205. Контактный телефон: +7(41136) 66-666-7-87-03.

Полная документация о продаже Объектов (формы заявки на участие в продаже, предложения о цене, описи документов, проект договора купли-продажи) размещена по адресу: <http://www.alrosa.ru/реализация-тмц/>.

УМТС АК «АЛРОСА» РЕАЛИЗУЕТ
не востребованные в производственной деятельности товарно-материальные ценности, находящиеся на складах в городах Мирном, Ленске, Удачном:

- ▶ Овес сельскохозяйственный для кормления животных, в объеме 36 тонн, по цене 13,97 руб. за 1 кг (без учета НДС).
- ▶ Запасные части и комплектующие для отечественных, импортных автомобилей и спецтехники
- ▶ Большой выбор автошин
- ▶ Спецодежду
- ▶ Металлопродукцию, химпродукцию
- ▶ Фибру полимерную
- ▶ Хозинвентарь, электротовары
- ▶ Горно-шахтное и электротехническое оборудование
- ▶ КИПиА
- ▶ Строительные материалы
- ▶ Кабельно-проводниковую продукцию
- ▶ Спецодежду и другое.

С полным списком материалов можно ознакомиться на сайте www.alrosa.ru, вкладка «реализация имущества» и nelikvidi.com, вкладка — карточка АК «АЛРОСА».

По всем вопросам обращаться к специалисту отдела по телефону: 8(41136) 99-000 доб. 4-78-86; доб. 4-78-59; доб. 4-23-44; 8-914-309-77-16

УМТС АК «АЛРОСА» РЕАЛИЗУЕТ
не востребованные в основном производстве грузовые и легковые автомобили, спецтехнику на шасси, прицепы, полуприцепы, седельные тягачи, бульдозеры, оборудование.

Вся информация и необходимая документация на сайтах: nelikvidi.com/contests?org=15792
www.alrosa.ru/реализация-тмц/

По всем вопросам обращаться по телефонам: 8(41136) 99-000 доб.4-38-53; 7(914)2600328 С. В. Герасименко. 8(41136) 99-000 доб.4-20-49; 7(914)2600328 Е. В. Голубничая. 8(41136) 99-000 доб.4-78-38; 7(914)2600328 С. А. Шелест.

АК «АЛРОСА» сообщает о продаже посредством публичного предложения земельного участка, площадью 2 328 кв. м, кадастровый номер 14:16:020204:1964, расположенного по адресу: РС(Я), Мирнинский район, п. Айхал, ул. Монтажников.

Форма продажи: посредством публичного предложения открытая по составу участников и закрытая по форме подачи предложения о цене.

Начальная цена продажи: 331 000,00 руб. без НДС.

Срок приема заявок на участие в продаже и подачи предложений о цене: с 19.10 по 01.11.2021.

Время и место приема заявок и предложений о цене: по рабочим дням с 9:00 до 12:00, с 14:00 до 17:00 по местному времени по адресу:

- Республика Саха (Якутия), г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», центр управления недвижимостью, кабинет 400В;
- Республика Саха (Якутия), п. Айхал, ул. Корнилова, 3, Айхальский ГОК, кабинет 205.

Полная аукционная документация (формы заявки на участие в продаже, предложения о цене, описи документов, проект договора купли-продажи) размещена по адресу: www.alrosa.ru/реализация-тмц/.

За дополнительной информацией обращаться по тел.: 8(41136) 99-000 доб. 4-14-89, +7(914)252-1180.

АК «АЛРОСА» сообщает о продаже посредством публичного предложения недвижимого имущества, расположенного по адресу: РС(Я), Мирнинский район, п. Айхал, ул. Промышленная

Форма проведения: посредством публичного предложения открытая по составу участников и закрытая по форме подачи предложения о цене.

В реализуемое имущество входит нежилое трехэтажное здание площадью 618,8 кв.м с земельным участком, площадью 11 262 кв.м.

Начальная цена продажи: 4 428 800, 00 рублей.

Срок приема заявок на участие в продаже и подачи предложений о цене: с 19.10 по 01.11.2021.

Время и место приема заявок и предложений о цене: по рабочим дням с 9:00 до 12:00, с 14:00 до 17:00 по мест. времени по адресу:

- Республика Саха (Якутия), г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», Центр управления недвижимостью, кабинет 400В;
- Республика Саха (Якутия), п. Айхал, ул. Корнилова, 3, Айхальский ГОК, кабинет 205.

Полная аукционная документация (формы заявки на участие в аукционе, предложения о цене, описи документов, проект договора купли-продажи) размещена по адресу: www.alrosa.ru/реализация-тмц/.

За дополнительной информацией о земельном участке можно обратиться по телефону: 8(41136) 99-000 доб. 4-14-89; +7(914)252-1180; 8(41136) 66-666 доб. 7-87-03.

АК «АЛРОСА» сообщает о проведении открытого аукциона по продаже нежилого помещения, расположенного по адресу: Республика Саха (Якутия), Мирнинский район, п. Алмазный, ул. Байкалова д. 10/1, пом. 6

Начальная цена аукциона: 2 269 200,00 рублей, с учетом НДС.

Обеспечение участия в аукционе: задаток в размере 100 000,00 рублей, с учетом НДС.

Срок внесения задатка: до 14.11.2021 включительно.

Шаг аукциона на повышение: 1% начальной цены аукциона — 23 000,00 руб с НДС.

Дата начала приема заявок на участие в аукционе и предложений о цене: 15.10.2021.

Дата окончания приема заявок на участие в аукционе и предложений о цене: 14.11.2021.

Время и место приема заявок и предложений о цене: по рабочим дням с 9:00 до 12:00, с 14:00 до 17:00 по местному времени по адресу:

- Республика Саха (Якутия), г. Мирный, ул. Ленина, 39, институт «Якутнипроалмаз», Центр управления недвижимостью, кабинет 400В, +7(914) 252-11-80, 8(41136) 99 000 доб. 4-96-35;
- Республика Саха (Якутия), п. Айхал, ул. Корнилова, дом 3, управление АГОКа, кабинет 205, 8(41136) 66-666 доб. 7-87-03;
- Республика Саха (Якутия), г. Удачный, Удачинский ГОК, кабинеты 303, 304. Контактный телефон: 8(41136) 52-222 доб. 7-50-09.

Полная аукционная документация (формы заявки на участие в аукционе, предложения о цене, описи документов, проект договора купли-продажи) размещена по адресу: www.alrosa.ru/реализация-тмц/.

КОРОТКО

Город Мирный



ОМВД

За неделю, с 18 по 24 октября, в дежурную часть ОМВД России по Мирнинскому району поступило 198 заявлений и сообщений граждан о происшествиях, в том числе зарегистрировано три преступления: одна кража, два случая нанесения телесных повреждений.

Сотрудниками полиции за прошедшую неделю по всем статьям КоАП выявлено 79 административных правонарушений, в том числе семь фактов мелкого хулиганства, 12, связанных с появлением в нетрезвом состоянии и распитием спиртных напитков в общественных местах.

Каждую неделю в дежурную часть полиции от граждан поступают заявления о фактах мошенничества, в связи с чем полиция призывает всегда проявлять бдительность. Не переходите по сомнительным ссылкам. Ни в коем случае не устанавливайте на свои телефоны сторонние приложения по просьбе неизвестных. Не верьте незнакомцам и рекламам, предлагающим быстрое обогащение. Никогда не проводите операции по телефону под диктовку третьих лиц и не сообщайте им конфиденциальные данные ваших карт, а также одноразовые коды из СМС (пароль подтверждения всех транзакций, который передается вместе с реквизитами выполняемой операции).

Пресс-служба ОМВД России по Мирнинскому району



По информации «Авиакомпания АЛРОСА», с 18 по 23 октября в аэропорт Мирный самолетами этой авиакомпании прибыли 748 пассажиров, отправлены из Мирного 609. В Полярный прибыли 274 человека, отправлены 256.

УЧРЕДИТЕЛИ:

* Министерство инноваций, цифрового развития и инфокоммуникационных технологий РС(Я)
* ГАУ РС(Я) Редакция газеты «Мирнинский рабочий»
Рег. номер: серия ПИ №ТУ14-00510 от 24.04.2018 г. выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по РС(Я)

Гл. РЕДАКТОР Р. Р. Ибрагимова
АДРЕС РЕДАКЦИИ: 678170 РС(Я), г. Мирный, ул. Советская, 4
E-mail: mirrab@mirrab.ru; gazeta@mirrab.ru
Расчетный счет 40702810976000011452
ФИЛИАЛ № 8603 Якутское отделение г. Якутск
Кор. счет 30101810400000000609;
БИК 049805609 ИНН 1433009968

Газета выходит по средам, пятницам, субботам.
Индекс Р0017. Объем 2 п. л. Тираж 918. Заказ №4827.
Издатель: Мининноваций РС(Я)
адрес: 677000 г. Якутск, ул. Кирова, 18.
Компьютерный набор и верстка газеты выполнены редакцией «МР».
Газета отпечатана офсетным способом в ООО «Мирнинская городская типография»: 678170 РС(Я), г. Мирный, ул. Советская, 4

Рукописи не возвращаются. Редакция не обязана отвечать на письма читателей. Ответственность за содержание рекламы и объявлений несут рекламодатели.
Мнение редакции не обязательно совпадает с мнением авторов. При перепечатке ссылка на «МР» обязательна.
Цена свободная. Прием объявлений — с 9:00 до 17:00, перерыв с 12:30 до 14:00.

12+