



**Сбор средств
в поддержку
участников
СВО**



И невозможное возможно

CTP. 5



Хоровод дружбы в Сибирской глубинке

CTP. 6



Автоинспекторы Черемхово напомнили детям о соблюдении правил дорожного движения

CTP. 10



18-19-20 СЕНТ

**ВЫБОРЫ ДЕПУТАТОВ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ
ДУМЫ**

**СЕРГЕЙ
ЮРЬЕВИЧ**



ДЕЛА ГОВОРЯТ ЗА СЕБЯ

Публикация оплачена из средств избирательного фонда кандидата Тена С.Ю.

Визит Александра ВЕДЕРНИКОВА: два села — две картины благоустройства

На днях в нашем районе с рабочим визитом побывал председатель Законодательного Собрания Иркутской области Александр Ведерников, основной целью которой стала оценка хода реализации на территориях поселений инициативных проектов по благоустройству общественных пространств.

В частности, спикер посетил культурно — мемориальный комплекс в селе Узкий Луг. Объект уникальный. Построенный и открытый в рамках инициативного проекта, он включает в себя сразу несколько интереснейших локаций. Непосредственно сам мемориал со скульптурной композицией, посвященной жителям села, погибшим на полях сражений в годы Великой Отечественной войны, и «Аллеей памяти», на стендах которой запечатлены имена односельчан, прошедших через ужасы фашистских «лагерей смерти», и тех, кого мы сегодня называем «дети войны». Часовню и Поклонный крест, установленные на месте утраченного некогда храма. Зону отдыха с библиоте-



кой — буккроссинг, летней эстрадой, детской игровой площадкой, многочисленными лавочками и цветочными клумбами, и... Японским садом камней, каждый из которых отражает значимую веху в жизни села.

Далее маршрут гостя из областного центра лежал в прямо противоположный край Черемховского района. В село, вольготно раскинувшееся на берегу красавицы — Ангары, и с соответствующим тому названием Каменно-Ангарск. В отличие от села Узкий Луг с его 600-летней исто-

рий, Каменно — Ангарск село достаточно молодое. Возраст едва перевалил за 100 лет. Да и само разительно отличается от предыдущего. Прямые просторные улицы. Вполне современная жилая застройка и инфраструктура. Вот только цветов в палисадниках не густо. Зато бурьян и нескошенная трава по обочинам и вдоль заборов более чем предостаточно. Оттого, наверно, село выглядит несколько неухоженным и унылым. Столь же неприглядная картина встретила приезжих и на детской игровой площадке. Нет,



место её расположения очень даже привлекательное. Центр села. И сам участок для ребячьих забав просторный. Только на этом «плюсы» данного общественного пространства заканчиваются. Облезлый, покосившийся забор, ржавые игровые элементы, некогда бывшие качелью и машинкой, желания у детворы приходиться сюда явно не вызывают. Даже появление столь высокого гостя в сопровождении мэра района ситуацию не изменило. Ни одного из местных ребят мы так и не увидели. Как, впрочем, и

взрослых. За исключением главы поселения.

А далее произошло нечто неординарное. Александр Ведерников и, сопровождавшая его в поездке команда, достали банки с краской, кисти и взялись за покраску ограждения площадки. Причем, трудовой энтузиазм волонтеров оказался настолько высок, что уже через пару часов забор «заиграл новыми красками». На том, собственно, пребывание спикера ЗС на Черемховской земле завершилось.

Гелена НАДЕЖДИНА

Качество работ по уничтожению наркосодержащих растений на особом контроле



Меры по борьбе с произрастанием дикорастущей конопли обсудили на заседании рабочей группы антинаркотической. Его провел заместитель губернатора региона Алексей Калуга. Участие в совещании приняли представители ряда муниципалитетов Приангарья.

Заместитель главы региона отметил, что в ходе контрольных выездов по территории области выявлено, что ряд участков дикорастущей конопли до сих пор не уничтожены. Также он обратил внимание участников встречи на то, что несмотря на сложную ситуацию с финансированием, необходимо изыскивать возможность и проводить работы по уничтожению конопли в полном объеме.

Мэр Черемховского района Сергей Марач, принявший участие в совещании, пояснил, что из 63 действующих предписаний на данный момент исполнены 49. Оставшиеся участки дикорастущей конопли будут уничтожены уже на этой неделе.

Также мэр района пояснил, что общая площадь растений, подле-

жащих уничтожению составляет около трёх гектаров, однако количество таких участков около двадцати и все они расположены в разных населенных пунктах района, что несколько замедляет работу в данном направлении.

Напомним, недавно в районе прошёл масштабный рейд по выявлению и уничтожению очагов дикорастущей конопли. Мероприятие стало частью межведомственной операции «Мак» по противодействию распространению наркосодержащих растений и обеспечению безопасности жителей.

В рейде приняли участие сотрудники полиции, представители районной и поселенческих администраций. Совместными усилиями обследованы террито-

рии, традиционно подверженные зарастанию опасным растением: пустыри, обочины дорог, заброшенные участки, лесополосы и земли сельскохозяйственного назначения.

По итогам работы были выявлены и ликвидированы несколько очагов произрастания конопли. Специалисты не только удалили растения, но и оценили причины их появления, чтобы скорректировать дальнейшие профилактические меры. Как отметили организаторы, важно не просто убирать уже выросшие заросли, но и не допускать их повторного появления — в том числе за счёт благоустройства территорий и регулярного мониторинга.

Наш корр.

Жители Приангарья получают знаки «Лидер территориального общественного самоуправления в Иркутской области»

В 2026 году десять участников ТОС будут награждены знаками общественного самоуправления «Лидер территориального общественного самоуправления в Иркутской области» за социально значимую деятельность, способствующую становлению ТОС в регионе.

Это представители ТОС Иркутска, Ангарска, Боханского, Черемховского, Аларского, Нукутского, Заларинского и Куйтунского районов. Всего на участие в отборе

кандидатов на поощрение в 2026 году поступило 15 заявок из 10 муниципальных образований региона.

— Знак «Лидер территориального общественного самоуправления в Иркутской области» был учрежден указом Губернатора региона Игоря Кобзева в 2023 году. Первое награждение состоялось в 2024-м. По итогам трёх конкурсных процедур статус лауреатов присвоен уже 30 активистам ТОС Приангарья, — отметила начальник управления Губернатора Иркутской области и Правительства Иркутской области

по связям с общественностью и национальным отношениям Ольга Куриленкова.

Награждение лидеров запланировано до конца 2026 года. Знак выполнен в форме медали. На лицевой стороне размещены изображение герба Иркутской области, надписи «Иркутская область» и «Лидер ТОС», на оборотной — «За вклад в развитие территориального общественного самоуправления в Иркутской области».

Сегодня в 33 муниципальных образованиях Иркутской области зарегистрировано 790 ТОС.



Семья на первом месте

В Иркутске 10 сентября прошла итоговая в уходящем году стратегическая сессия «Семья на первом месте: ранняя профилактика социального сиротства», организованная при поддержке Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка.

Участников и гостей мероприятия приняла Научная библиотека имени В.Г. Распутина. Событие объединило около 250 очных участников – представителей профильных ведомств, экспертов и региональных детских омбудсменов из всех регионов Сибирского федерального округа.

В их числе заместитель мэра Черемховского района по социальным вопросам Евгений Манзула, начальник районного отдела образования Надежда Хомякова, специалист отдела образования Евгения Шапошникова, инспектор Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Олеся Казанкова и ведущий эксперт, муниципальный координатор советников директоров по воспитанию Наталья Фомина.

Главная тема дискуссии – как вовремя понять, что в семье назревает кризис и предложить своевременную помощь, не допустив разлучения родителей и детей.

Участников стратегической сессии приветствовали Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, председатель Общероссийской общественно-государственной организации «Фонд защиты детей» Мария Львова-Белова, губернатор Иркутской области Игорь Кобзев, заместитель полномочного представителя Президента РФ в Сибирском федеральном округе Сергей Грызыхин.

В адрес участников поступили приветствия от заместителя Председателя Правительства Российской Федерации Дмитрия Чернышенко и директора департамента Минпросвещения России Ларисы Фальковской.

– Губернатор Иркутской области в свое время поддержал нашу инициативу о проведении специального проекта «Вызов» на территории Иркутской области, когда все органы власти, некоммерческие организации и социально ответственный бизнес концентрируются на задаче сокращения количества детей в детских учреждениях. И мы видим совершенно потрясающие результаты за два года. Число детей, одномоментно находящихся в стационарах, сократилось на 47%. А количество мам и пап, лишенных родительских прав, стало на 72% меньше. Это один из лучших показателей в стране, – отметила Мария Львова-Белова.



– В основе нашей работы лежит глубокое убеждение: ребенок должен расти в семье. Но мы все понимаем: идеальная картина не всегда совпадает с реальностью. Есть семьи, которым нужна наша помощь, поддержка, а иногда и спасение. Но лучшая борьба с неблагополучием – это его недопущение. Очень важно распознать переломный момент, который превращает обычную

семью в проблемную, и предотвратить эту ситуацию, или оказать помощь на раннем этапе. Поэтому мы перешли от реагирования на последствия к ранней профилактике и поддержке семьи в кризисной ситуации. Мы активно внедряем семейноберегающие технологии, помогаем родителям не потерять себя и своих детей, – подчеркнул губернатор Приангарья.

Благодаря внедрению современных семейноберегающих практик в Иркутской области только за прошлый год в кровные семьи вернулись 1424 ребенка. Сегодня в круглосуточном режиме действуют 25 служб экстренного реагирования на семейное неблагополучие, а в 22 родительских клубах «Устойчивая семья» родители учатся справляться с кризисными ситуациями.

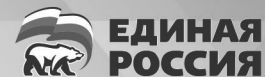
Программа мероприятия была насыщенной и практичной. В течение дня здесь обсудили федеральный и региональный опыт вместе с экспертами из разных областей, разобрали меры поддержки, которые реально помогают.

Кроме того, для всех участников был организован образовательный практикум, где они обменивались наработками.



18-19-20 СЕНТ

**ВЫБОРЫ ДЕПУТАТОВ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ДУМЫ**



ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Пять лет назад вы доверили мне представлять ваши интересы в Государственной Думе. Всё это время я старался отвечать на ваше доверие конкретной работой.

Нам многое удалось сделать вместе. Строятся и ремонтируются дороги, школы и больницы, реализуются важные для наших городов и сёл проекты. Но впереди ещё много задач.

Сегодня особенно важно **не останавливаться на полпути.**

В непростое для страны время нам нужны единство, ответственность и уверенность в будущем. Нужно добиться мира и продолжать развивать нашу страну и Иркутскую область.

18, 19 и 20 сентября прошу вас прийти на выборы и поддержать меня и нашу команду.

Спасибо за доверие!

Продолжим начатое. Вместе!

**СЕРГЕЙ
ЮРЬЕВИЧ ТЕНА**

Публикация оплачена из средств избирательного фонда кандидата Тена С.Ю.

Мария Львова-Белова: Иркутская область демонстрирует потрясающие результаты по борьбе с социальным сиротством

В Иркутске прошла итоговая в уходящем году стратегическая сессия «Семья на первом месте: ранняя профилактика социального сиротства», организованная при поддержке Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка.

Участников и гостей мероприятия приняла Научная библиотека имени В.Г. Распутина. Событие объединило около 250 очных участников – представителей профильных ведомств, экспертов и региональных детских омбудсменов из всех регионов Сибирского федерального округа. Еще свыше 200 специалистов присоединились к работе в онлайн-режиме.

Участников стратегической сессии приветствовали Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, председатель Общероссийской общественно-государственной организации «Фонд защиты детей» Мария Львова-Белова, губернатор Иркутской области Игорь Кобзев, заместитель полномочного представителя Президента РФ в Сибирском федеральном округе Сергей Грызыхин. В адрес участников поступили приветствия от Заместителя Председателя Правительства Российской Федерации Дмитрия Чернышенко и Директора департамента Минпросвещения России Ларисы Фальковской.

– Губернатор Иркутской области в свое время поддержал нашу инициативу о проведении специального проекта «Вызов» на территории Иркутской области, когда все органы власти, некоммерческие организации и социально ответственный бизнес концентрируются на задаче сокращения количества детей в детских учреждениях. И мы видим совершенно потрясающие результаты за два года. Число детей, одновременно находящихся в стационарах, сократилось на 47%. А количество мам и пап, лишенных родительских прав, стало на 72% меньше. Это



один из лучших показателей в стране, – отметила Мария Львова-Белова.

– В основе нашей работы лежит глубокое убеждение: ребенок должен расти в семье. Но мы все понимаем: идеальная картина не всегда совпадает с реальностью. Есть семьи, которым нужна наша помощь, поддержка, а иногда и спасение. Но лучшая борьба с неблагополучием – это его недопущение. Очень важно распознать переломный момент, который превращает обычную семью в проблемную, и предотвратить эту ситуацию, или оказать помощь на раннем этапе. Поэтому мы перешли от реагирования на последствия к ранней профилактике и поддержке семьи в кризисной ситуации. Мы активно внедряем семейноберегающие технологии, помогаем родителям не потерять себя и своих детей, – подчеркнул губернатор Приангарья.

Отдельно обсудили меры поддержки семей с детьми, которые реализуются в рамках народных программ Единой России. Благодаря внедрению современных семейноберегающих практик в Иркутской

области только за прошлый год в кровные семьи вернулись 1424 ребенка. Сегодня в круглосуточном режиме действуют 25 служб экстренного реагирования на семейное неблагополучие, а в 22 родительских клубах «Устойчивая семья» родители учатся справляться с кризисными ситуациями.

По словам Марии Львовой-Беловой, к 2030 году Президент поставил задачу снизить количество детей в учреждениях до 30 тысяч человек. Она считает, что постепенно, при грамотной региональной работе, выстраивании комплексной помощи семье, удастся добиться результата.

Деловая программа сессии включила панельную дискуссию «Ранняя профилактика: объединяя ресурсы», мастер-классы и экспертные дискуссии. Обсудили организацию профилактической работы с семейным неблагополучием на ранних этапах в рамках деятельности организаций образования, здравоохранения, социального развития, межведомственное взаимодействие, проактивные механизмы поддержки семей, оценку жизненной ситуации семьи, внедре-

ние цифровых инструментов мониторинга и тиражирование лучших практик.

В рамках стратегической сессии губернатор и Мария Львова-Белова заключили соглашение о помощи детям в регионах и сотрудничестве с «Фондом защиты детей». В рамках сотрудничества намечено совместное использование технологий по раннему выявлению на межведомственной основе неблагополучия в семье, оказание помощи по сохранению семьи для ребенка и определение стационарного учреждения для реализации инновационных программ помощи детям и семьям с детьми на территории Иркутской области. Оно станет местом конкретной адресной помощи.

– Фонд защиты детей создан указом Президента России, и его главная задача стать всероссийской организацией, которая будет помогать семьям. И это про адресную помощь, и про обучение специалистов, которые работают с семьей, и про учреждения нового типа, чтобы наши детские дома, приюты становились семейными центрами. И вот для того, чтобы нащупать, как это учреждение должно выглядеть, мы взяли 10 пилотных регионов, в которые вошла и Иркутская область, и совместно теперь будем создавать образец нашего будущего – семейных центров с семейноберегающим подходом, – сказала омбудсмен.

– Работа с родителями в Приангарье и возвращение детей в семьи будут продолжены. Одним из пунктов соглашения стала договоренность об определении стационарного учреждения для реализации инновационных программ помощи детям и семьям с детьми на территории Иркутской области. Оно станет местом конкретной адресной помощи. Это социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних Заларинского муниципального округа. Уверен, что благодаря сотрудничеству с «Фондом защиты детей» наша работа будет усилена по всем направлениям, – резюмировал глава региона.

Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка высоко оценила работу по защите детей и семей в трудной жизненной ситуации в Иркутской области

Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка, председатель Общероссийской общественно-политической государственной организации «Фонд защиты детей» Мария Львова-Белова и Губернатор Иркутской области Игорь Кобзев посетили объекты социальной поддержки семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, в Иркутске.

Участие в работе приняли заместитель Председателя Правительства Иркутской области Наталья Дикусарова, уполномоченный по правам ребенка в Иркутской области Татьяна Афанасьева.

Мария Львова-Белова и Игорь Кобзев пообщались с семьями в центре поддержки материнства, отцовства и детства «Точка опоры. Семья». Центр создан по инициативе Фонда имени Иннокентия Сибирякова при личной поддержке губернатора региона в апреле 2026 года.

– Благодарна команде некоммерческой организации за проактивную позицию. «Точка опоры» вошла в координационный совет регионального отделения «Фонда защиты детей» и работает по официальному соглашению с министерством социального развития, опеки и попечительства Иркутской области. Это пример частно-государственного партнерства, который усиливает всю социальную сферу региона. Вместе мы сможем больше – ради сохранения семей с детьми, – подчеркнула Мария Львова-Белова.

– Правительство Иркутской области уделяет самое пристальное внимание работе по сопровождению семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Для этого в регионе выстроена комплексная системная работа, она включает разные сферы: здравоохранение, образование, социальную сферу, молодежную политику и другие. И все они работают над одной целью – сохранению ребенка в семье и оказанию оперативной помощи семьям, которые в этом нуждаются. Под-

держка федерального центра, и, в частности, личное внимание Марии Алексеевны Львовой-Беловой к той работе, которую ведет Иркутская область, очень ценны, – сообщил Игорь Кобзев.

На встрече сообщили, что деятельность центра «Точка опоры. Семья» охватывает несколько направлений, в числе которых комплексная помощь семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Ключевой принцип работы центра заключается в сохранении ребенка в кровной семье и предупреждении кризисных ситуаций. Более 80% подопечных центра – многодетные семьи и матери-одиночки. Центр «Точка опоры» стал системным партнером региона.

Как сообщил директор Фонда им. И. Сибирякова Александр Тузенко, за пять месяцев работы специалисты центров проекта поддержали 230 семей, в которых воспитываются 540 детей. Подопечным безвозмездно предоставлено 114 юридических и психологических консультаций, передано 198 продуктовых на-

боров, более 1,7 тысячи единиц одежды и обуви, а также канцелярские товары, книги, игрушки, средства бытовой химии, подгузники и предметы гигиены.

В Иркутском городском перинатальном центре им. Академика М.С. Малиновского Мария Львова-Белова ознакомилась с разработанной там Программой комплексной поддержки беременных женщин, обучающихся очно, очно-заочно и заочно в вузах и колледжах Иркутской области. Как сообщила главный врач Ирина Ежова, главная задача – повышение рождаемости среди студенток и снижение возраста первородящих женщин. В рамках программы беременным студенткам предлагается более 10 мер поддержки, в их числе медсопровождение, оказание психологической помощи клиническим психологом ИГПЦ им. М.С. Малиновского, правовое консультирование и оказание бесплатной юридической помощи.

Реализация программы началась в апреле 2026 года на базе консультативно-диагностического

отделения ИГПЦ. На диспансерном учете состоят девять женщин в возрасте 24-25 лет, являющиеся студентками дневной формы обучения вузов, в том числе две семейные пары, где оба супруга студенты.

В ОГКУСО «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, Ленинского района г. Иркутска» Марии Львовой-Беловой и участникам выезда представили реализацию программы «Под маминым крылом», направленной на оказание помощи родителям, страдающим зависимостью от употребления ПАВ. В отделение принимают дети от одного года до шести лет включительно, это дает возможность детям провести время в безопасности, пока их родители проходят реабилитацию от алкогольной или наркотической зависимостей в Реабилитационном наркологическом центре, который расположен рядом. Во время реабилитации родители могут встречаться с детьми и сохранить с ними эмоциональную связь. В рамках посещения центра Мария Львова-Белова провела прием граждан.

Мастера РДК приняли участие в фестивале «Река-фест» в Ангарске

В Ангарске прошёл фестиваль «Река-фест», в рамках которого свои работы представили клубные формирования районного Дома культуры — «Рукотворье» и «Золотая соломка».

Мастера продемонстрировали изделия декоративно-прикладного творчества, выполненные в традиционных

и современных техниках. Гости и участники фестиваля смогли познакомиться с работами умельцев из Черемховского района и оценить красоту ручного труда.

Участие в межмуниципальном фестивале стало ещё одной возможностью показать таланты Черемховского района за его пределами и обменяться опытом с коллегами из других территорий.



Так звучит Россия

В Иркутске подвели предварительные итоги онлайн – акции «Так звучит Россия».

Конкурс, организованный Иркутским областным домом народного творчества (ИОДНТ), сразу привлёк внимание множества певческих коллективов и отдельных исполнителей, пропагандирующих в своём творчестве народные песни. Причем, не только из Приангарья, но и других регионов. В том числе,

Москвы и Китая. Таким образом, акция сразу приобрела статус международной. А на днях организаторы озвучили «топ» самых ярких и самобытных выступлений. И тем приятнее, что в этой «золотой десятке» лучших оказались самодеятельные таланты Черемховского района - мужской вокальный ансамбль «Братина» районного дома культуры р.п. Михайловка, великолепно исполнивший песню «Русь». Поздравляем!



Дни русской духовности и культуры «Сияние России»

В «Жарках» состоялось торжественное мероприятие, посвящённое Дням русской духовности и культуры Иркутской области «Сияние России».

В ходе концерта вспомнили талантливых земляков Черемховского района, прославивших родную землю далеко за её пределами: писателя и журналиста Михаила Загоскина, журналиста-международника Алексея Кривеля, исполнителя русских народных песен Леонида Харитонов, художников Георгия Романенко, Флавию Рекова, Елену Зяблову, Елизавету Сухову и Михаила Игумнова, а также основателя театрального движения в районе Иннокентия Пшеничникова.

Со словами приветствия к собравшимся обратилась начальник отдела по культуре и библиотечному обслуживанию Алёна Валерьевна Иванова. Настоятель храма святителя Ва-



силлия Великого иерей Сергей Соколов обратился к зрителям с духовным словом.

Творческим подарком для гостей стали выступления мужского вокального ансамбля «Братина», народного коллектива русской песни «Ветераночка», вокальной студии «До-Ми-Солька», Михаила Переляева, Дарьи Пономарёвой, а также дуэта аккордеонистов Евгения Переляева и Андрея Непотачева.

Особые слова благодарности прозвучали в адрес Почётного гражданина Черемховского района Александра Михайловича Скворцова — учителя, руководителя и автора около ста стихотворений, часть из которых легла в основу песен. Александр Михайлович обратился к залу с ответным словом.

Завершился праздник финальной песней «За Россию» в исполнении всех участников концерта.

И невозможное возможно

В управлении социальной защиты и социального обслуживания населения по городам Черемхово, Свирск и Черемховскому району завершился первый (межмуниципальный) этап V областной выставки – форума творчества инвалидов «И невозможное возможно ...».



Надо отметить, за прошедшие годы проведения данного смотра народных талантов он значительно расширил свои границы. И по своему содержанию. Так, в прошлом году перечень номинаций пополнился новой – «художественная фотография». А с нынешнего года значительно расширен и круг его участников. Теперь продемонстрировать свои творческие таланты имеют возможность не только пожилые граждане с ограниченными возможностями здоровья, но и члены многодетных семей и семей участников СВО, а также сами ветераны СВО.

И это сразу дало свои результаты. На выставку 2026 года поступило, в общей сложности почти 300 работ от более чем полусотни участников, что значительно выше показателей предыдущих лет.

Так что даже просторный, недавно обновленный актовый зал УСЗН оказался несколько тесен для столь обширного вернисажа. Впрочем, стараниями организаторов – специалистов управления все представленные экспонаты

удалось разместить достаточно комфортно. А посмотреть здесь было что. Картины (пейзажи, натюрморты, портретная серия, графика); вышивка, вязание, лоскутное и текстильное шитьё, поделки из лозы, джута, (поли)ротанга, бисера, бумаги и картона, природных материалов; флористика, художественное фото и многое другое. Фантазиям и мастерству их авторов не было предела. Жительница г. Черемхово Маргарита Петровна Попова, отметившая в этом году акkurat за пару дней до женского праздника восьмое марта свой 84-й день рождения, представила на выставку настоящее украшение – вязанные коврики для дивана, на которых так уютно отдыхать в осенние ненастные дни, или холодными зимними вечерами. Таким же мастером на все руки оказалась и Валентина Евтиевна Тяжкороб, отметившая совсем недавно своё 80-летие. Впрочем, не менее искусными мастерами показали себя и представители Черемховского района. Артём Иванов из села Голуметь, чьи поделки из атласных лент не без основания привлекли вни-



мание не только жюри, но и всех посетителей выставки. Светлана Филиппова удивляла поделками из джута. Самодеятельный фотохудожник Станислав Гавриков – своими фотографиями красоты сибирской природы. А рукодельницы Наталья Ивановна Андреева и Екатерина Журавская (р.п. Михайловка), Лариса Ивановна Попова (с. Саянское), Светлана Борисовна Ковалева (займка Тарбажи Парфеновского МО) и Анна Труфанова (д. Сарапулово) – картинами и изделиями из пряжи и папье – маше. Потому, неудивительно, что именно они оказались среди призеров выставки «И невозможное возможно - 2026». Так, Анна Труфанова заняла второе место в номинации «Рукоделие». Светлана Филиппова стала обладательницей приза зрительских симпатий. А Лариса Попова, победитель в номинации «Декоративно – прикладное искусство» и Артём Иванов, победитель номинации «Рукоделие» будут представлять наш район на областном этапе в Иркутске. Поздравляем!

Гелена НАДЕЖДИНА

Хоровод дружбы в Сибирской глубинке



8 сентября 2026 года в России впервые отметили новый государственный праздник — День языков народов Российской Федерации.

Именно в этот день Онотская библиотека была в гостях в школе, пригласив учащихся средних классов отправиться в увлекательное путешествие в мир татарского языка. Его главной целью стало знакомство ребят с красотой и историей одного из государственных языков нашей страны, а также воспитание уважения к традициям и культуре татарского народа.

На крыльях певучей речи

Программа мероприятия была динамичной и насыщенной. Школьники погрузились в историю, ведь корни татарской культуры уходят вглубь веков. Всё началось с великой Волжской Булгарии — государства с богатыми традициями, ремёслами и высокой культурой. Позже её преемником стало могущественное Казанское ханство. Эта земля всегда была перекрёстком торговых путей и местом встречи разных цивилизаций.

Несколько слов о Казанском Кремле, где высится уникальный архитектурный ан-

самбль. Величественный Благовещенский собор и прекрасная мечеть Кул-Шариф стоят рядом. Это не просто памятники архитектуры. Это живой символ многовековой дружбы, взаимного уважения и мирного соседства двух великих культур и религий.

Татарская культура — огромная часть нашей страны. Татары занимают второе место по численности среди всех народов России! Татарский язык звучит во многих регионах, сохраняя свою уникальную певучесть и древнюю историю. Из 39 букв татарского алфавита 9 букв гласные! Поэтому язык этого народа мягкий, напевный. Ребята с удовольствием прикоснулись к магии татарского языка, запомнив простые и красивые фразы: Исянмесез! — Здравствуйте! Рахмат! — Спасибо! Айда! — Давай, пошли! Мин сине яратам! — Я тебя люблю! Салам! — Привет!

Далее школьники познакомились с особенностями национальных костюмов татар, где каждая деталь имеет значение. Мужчины носили свободные рубахи и камзолы, а знаменитый головной убор — тюбетейку — знают все. Повседневные круглые шапочки были скромными, а праздничные шили из бархата и украшали золотой вышивкой. В женском

костюме буйство красок и изыска! Женщины носили длинные платья с оборками, роскошные бархатные камзолы и калфак (головной убор). Тюбетейки, которые принесли с собой библиотекарь, разлетелись, как горячие пирожки. Их с удовольствием примеряли и мальчики, и девочки!

Завершила встречу интерактивная часть с детскими татарскими играми. Одна из них называется «Тюбетейка». Под весёлую плясовую музыку участники передают головной убор из рук в руки. На ком музыка остановится, тот должен сказать слово на татарском языке или что-то интересное об этом народе, что узнали в ходе мероприятия.

«Мин сине яратам!» — слышалась там и тут, ведь подростки зарядились отличным настроением и позитивными эмоциями.

Развивашка по-татарски

Культурные традиции и дружба народов — это то, что закладывается с самого детства. И для самых маленьких жителей Онота в один из тёплых погожих дней Онотская библиотека совместно с гостями из Иркутска провела интерактивный этно-калейдоскоп. К воспитанникам детского сада приехали представители семейного объединения «Развивашка по-татарски»

Иркутского областного татаро-башкирского культурного центра. Особую атмосферу праздника создали замечательные активисты центра — семья Абдрахмановых и семья Хонгоровых!

Благодаря их энергии и открытому сердцу, взрослые и дети погрузились в настоящий праздник национальной культуры.

Через живое общение и яркие национальные костюмы дети прикоснулись к богатому наследию татарского и башкирского народов. Участвуя в интерактивных играх, малыши обогатили словарный запас отдельными татарскими словами, узнали о празднике плуга «Сабантуй» и др.

Большой хоровод стал апогеем дружеской встречи, объединив всех участников в символ дружбы, мира и согласия. Такие мероприятия помогают воспитывать в подрастающем поколении уважение к многонациональной культуре нашей страны, развивают кругозор и учат искренней дружбе.

Онотская библиотека благодарит гостей из Иркутска за этот тёплый, познавательный и по-настоящему душевный день! Благодаря вам культурная жизнь нашего региона и Черемховского района становится ещё богаче!

Марина ТУГАРИНА,
библиотекарь

2026



ГОД ЕДИНСТВА НАРОДОВ РОССИИ

Казачьи звания - в знак признания заслуг: в Черемховской СКО отметили активистов Центра «Алатырь»

В Черемхово состоялось значимое для местного казачества событие - на базе Черемховской станичной казачьей общины (СКО) прошла торжественная церемония присвоения казачьих званий участникам Центра казачьей культуры «Алатырь».

Мероприятие стало не просто формальностью, а настоящим признанием вклада активистов в сохранение и развитие казачьих традиций в районе. Центр «Алатырь», действующий на базе районного Дома культуры, давно зарекомендовал себя как площадка, где бережно хранят культурное наследие и передают его новым поколениям.

Особым моментом церемонии стало посвящение в ата-

маны Михайловского хутора Андрея Непотачева - хормейстера районного Дома культуры и руководителя вокального ансамбля «Братина». Ему также присвоен чин вахмистра. Андрей Сергеевич широко известен в районе не только как талантливый музыкант, но и как неумолимый популяризатор казачьей культуры, и новое звание - логичное продолжение его многолетней работы.

Не остались без внимания и другие участники творческих коллективов. Так, Антон Сагитов был посвящён в старшие урядники, а Валерий Иванов - в младшие. Эти звания - знак уважения к их труду и преданности делу.

Торжественность момента подчеркнули выступления артистов: перед собравшимися выступил мужской вокальный

ансамбль «Братина», исполнивший традиционные казачьи песни. Прозвучали и номера от приглашённых гостей, наполнившие зал духом истории и единства.

Для Центра «Алатырь» и всего казачьего сообщества Черемховского района это событие - важный шаг вперёд. Теперь работа по сохранению традиций будет вестись ещё активнее, а руководство Центра, подкреплённое новыми полномочиями, сможет реализовать ещё больше просветительских и творческих проектов.

«Любо!» - традиционное казачье восклицание в этот день звучало особенно искренне: оно стало общим признанием того, что традиции живы, а люди, которые их берегут, по-настоящему ценны для района.



Вопросы развития сельских территорий на контроле

Депутат Государственной Думы Сергей Тен побывал с рабочим визитом в Черемховском районе. Программа поездки включала в себя три поселения: Зерновское, Михайловское и Узко-Лугское муниципальные образования, в каждом из которых центром внимания стали наиболее значимые социальные объекты.

Зерновское муниципальное образование

Так, вместе с мэром района Сергеем Марачем и председателем районной Думы Любовью Козловой посетили школу села Зерновое, где обучаются 220 детей, больше половины которых добираются до учреждения на школьных автобусах. Ребята приезжают в том числе из деревни Чемодариха, поэтому вопрос логистики на особом контроле.



- В школе развиты самые разные образовательные направления: научное, творческое и спортивное, - рассказала во время экскурсии директор Светлана Ларионова. - Дети занимаются шашками, хоккеем, туризмом и другими видами спорта.

Секция бокса - самая «молодая». Юные боксеры тренируются под руководством кандидата в мастера спорта по боксу Владимира Маврина и уже начали добиваться первых результатов: получают детские и юношеские разряды, выезжают на соревнования.

Михайловское муниципальное образование

В посёлке Михайловка делегация во главе с депутатом Госдумы проверила ход работ по благоустройству и ремонту инфраструктуры.

Оценили два новых общественных пространства: Сквер «Молодёжь», созданный при помощи федерального проекта «Форми-

рование комфортной городской среды» и сквер участников СВО, реализованный по проекту «Народные инициативы». В 2026 году было продолжено благоустройство сквера по конкурсу инициативных проектов партии «Единая Россия» «Есть решение».

Программы инициативного бюджетирования позволяют жителям самим определять, какие проекты нужны их населенному пункту и видеть реальный результат своего участия.

Осмотрели также новую спортивную площадку на улице Горького. Объект был сдан в эксплуатацию на прошлой неделе. Теперь здесь смогут заниматься футболом, волейболом и другими видами спорта ученики школ №1 и №3 Михайловки. Реализация проекта стала возможной при поддержке регионального бюджета и компании «Эн+ Уголь».

Проверили также ход капитального ремонта автомобильной дороги по улице Лазо. Работы идут по региональной программе «Транспортный каркас». Под-



рядчик — ООО «Регион-38», объём финансирования — более 13 миллионов рублей. Срок завершения - 30 сентября.

- Держу на депутатском контроле качество и сроки выполнения работ, - отметил Сергей Тен.

Программа делового визита включала в себя важные социальные объекты. Политик встретился с руководством котельной поселка Михайловка и осмотрел ход ремонтных работ поликлиники рабочего поселка вместе с главным врачом ОГБУЗ "Черемховская городская больница 1" Эльвирой Петренко.

Узко-Лугское муниципальное образование

Ещё одна территория, где наиболее активно работает система

проектов инициативного бюджетирования при благоустройстве - село Узкий Луг. Сквер «Сохраняя традиции, творим настоящее во имя будущего» - яркий тому пример. За время реализации нескольких этапов проекта пространство колоссально преобразилось. Обустроены аллея ветеранов, детские игровые площадки и зоны отдыха, а также библиотека под открытым небом и театральная площадь.

На каждой точке участники делегации общались с жителями: педагогами, медиками и активистами, обсуждая самые разные вопросы: от состояния дорог и ЖКХ до развития социальной инфраструктуры и медицины. Все обращения на контроле, работа по ним организована совместно с администрацией района и профильными министерствами региона.

Анна ПОПОВА



**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Черемховское районное
муниципальное образование
АДМИНИСТРАЦИЯ**

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
26.06.2026 № 480-п**

г.Черемхово

Об оказании содействия избирательным комиссиям при подготовке и проведении выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации девятого созыва

В целях оказания содействия избирательным комиссиям при подготовке и проведении выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации девятого, назначенных на 20 сентября 2026 года, в течение нескольких дней подряд, в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 16 июня 2026 года № 428 «О назначении выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации нового созыва», Федеральными законами от 12 июня 2002 года № 67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», от 22 февраля 2014 года № 20-ФЗ «О выборах депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации», от 20 марта 2025 года № 33-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в единой системе публичной власти», на основании постановления Центральной избирательной комиссии Российской Федерации от 17 июня 2026 года № 9/91-9 «О Календарном плане мероприятий по подготовке и проведению выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации девятого созыва», руководствуясь статьями 24, 30, 50 Устава Черемховского районного муниципального образования, администрация Черемховского районного муниципального образования

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить состав рабочей группы по оказанию содействия избирательным комиссиям при подготовке и проведении выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации девятого созыва (приложение № 1).

2. Утвердить план мероприятий по оказанию содействия избирательным комиссиям при подготовке и проведении выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации девятого созыва (приложение № 2).

3. Рекомендовать главам поселений Черемховского районного муниципального образования сформировать рабочие группы по оказанию содействия избирательным комиссиям при подготовке и проведении выборов депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации девятого созыва.

4. Отделу организационной работы (Колмеец Ю.А.) направить настоящее постановление на опубликование в газету «Мое село, край Черемховский» и разместить на официальном сайте Черемховского районного муниципального образования.

5. Контроль исполнения настоящего постановления возложить на руководителя аппарата администрации Рихальскую М.Г.

**Временно замещающий
должность мэра района
Е.А. Манзула**

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Черемховское районное
муниципальное образование
АДМИНИСТРАЦИЯ**

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
14.07.2026 № 530-п**

г.Черемхово

О внесении изменений в административный регламент предоставления муниципальной услуги «Предоставление в собственность, аренду, постоянное (бессрочное) пользование, безвозмездное пользование земельного участка, находящегося в муниципальной собственности или государственная собственность на которые не разграничена, без проведения торгов» на территории Черемховского районного муниципального образования

В целях приведения нормативных правовых актов Черемховского районного муниципального образования в соответствие с действующим законодательством, руководствуясь Земельным кодексом Российской Федерации, Федеральными законами от 6 октября 2003 года № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», от 27 июля 2010 года № 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг», от 13 июля 2015 года № 218-ФЗ «О государственной регистрации недвижимости», от 20 марта 2025 года № 33-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в единой системе публичной власти», от 25 мая 2026 года № 159-ФЗ «О внесении изменения в Федеральный закон «О введении в действие Земельного кодекса Российской Федерации», статьями 24, 50 Устава Черемховского районного муниципального образования, администрация Черемховского районного муниципального образования

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Внести в административный регламент предоставления муниципальной услуги «Предоставление в собственность, аренду, постоянное (бессрочное) пользование, безвозмездное пользование земельного участка, находящегося в муниципальной собственности или государственная собственность на которые не разграничена, без

проведения торгов» на территории Черемховского районного муниципального образования, утвержденный постановлением администрации Черемховского районного муниципального образования от 16 ноября 2022 года № 632-п (с изменениями, внесенными постановлениями администрации Черемховского районного муниципального образования от 15 мая 2023 года № 247-п, от 3 августа 2023 года № 408-п, от 30 августа 2023 года № 471-п, от 27 марта 2026 года № 264-п, от 8 июня 2026 года № 443-п) (далее – Регламент) следующие изменения:

1.1. подпункт 2.5.3. пункта 2.5. Регламента дополнить абзацами вторым и третьим следующего содержания:

«Если в период проведения специальной военной операции (далее – СВО) на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области истек срок действия договора аренды земельного участка, находящегося в муниципальной собственности, или государственная собственность на который не разграничена, или договора безвозмездного пользования таким земельным участком, заключенных с участником СВО, соответствующий договор считается возобновленным на неопределенный срок при условии, что такой земельный участок после истечения срока действия соответствующего договора не предоставлен иному лицу.

Участник СВО имеет право на заключение нового договора аренды земельного участка, находящегося в муниципальной собственности, или государственная собственность на который не разграничена, или нового договора безвозмездного пользования таким земельным участком, если в отношении такого земельного участка договор аренды или договор безвозмездного пользования возобновлен на неопределенный срок. Условия нового договора аренды земельного участка, находящегося муниципальной собственности, или государственная собственность на который не разграничена, или нового договора безвозмездного пользования таким земельным участком должны соответствовать условиям ранее заключенного и возобновленного договора.».

2. Отделу организационной работы (Колмеец Ю.А.):

2.1. внести в оригинал постановления администрации Черемховского районного муниципального образования от 16 ноября 2022 года № 632-п «Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги «Предоставление в собственность, аренду, постоянное (бессрочное) пользование, безвозмездное пользование земельного участка, находящегося в муниципальной собственности или государственная собственность на которые не разграничена, без проведения торгов» на территории Черемховского районного муниципального образования», информационную справку о дате внесения в него изменений настоящим постановлением;

2.2. направить на опубликование настоящее постановление в газету «Моё село, край Черемховский» и разместить на офи-

циальном сайте Черемховского районного муниципального образования.

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на председателя Комитета по управлению муниципальным имуществом Белобородову А.В.

Мэр района С.В. Марач

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Черемховское районное
муниципальное образование
АДМИНИСТРАЦИЯ**

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
11.09.2026 № 642-п**

г. Черемхово

О начале отопительного сезона 2026-2027 годов на территории Черемховского районного муниципального образования

В целях своевременного и качественно-го предоставления коммунальных услуг потребителям тепловой энергии Черемховского районного муниципального образования, руководствуясь Федеральным законом 6 октября 2003 года № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», Федеральным законом от 27 июля 2010 года № 190-ФЗ «О теплоснабжении», Федеральным законом от 20 марта 2025 года № 33-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в единой системе публичной власти», пунктом 2.6.9 Правил и норм технической эксплуатации жилищного фонда, утвержденных Постановлением Госстроя Российской Федерации от 27 сентября 2003 года № 170 «Об утверждении Правил и норм технической эксплуатации жилищного фонда», статьями 24, 50 Устава Черемховского районного муниципального образования, администрация Черемховского районного муниципального образования

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Установить начало отопительного сезона 2026-2027 годов на территории Черемховского района не позднее дня, следующего за днем окончания 5-дневного периода, в течение которого среднесуточная температура наружного воздуха ниже 8 градусов Цельсия.

2. Рекомендовать:

2.1. руководителям юридических лиц, независимо от их организационно-правовых форм и форм собственности, осуществляющих свою деятельность на территории Черемховского района и имеющих на своем балансе, либо эксплуатирующих теплоисточники, тепловые сети, объекты жилищного фонда и коммунальной инфраструктуры обеспечить:

2.1.1. первоочередной пуск систем отопления учреждений социальной сферы и жилищного фонда;

2.1.2. создание нормативных запасов твердого топлива на теплоисточниках;

2.1.2. своевременность и полноту представления информации о прохождении отопительного сезона 2026-2027 годов в Управление жилищно-коммунального хозяйства, строительства, транспорта, связи и экологии администрации Черемховского районного муниципального образования (далее - УЖКХ АЧРМО, а так же представление информации о нештатных ситуациях в Единую дежурно-диспетчерскую службу Черемховского районного муниципального образования;

2.1.3. предоставление Комиссии по проведению проверки готовности к отопительному периоду 2026-2027 годов теплоснабжающих, теплосетевых организаций и потребителей тепловой энергии Черемховского района (далее – Комиссия) оценочные листы для расчета индекса готовности к отопительному периоду на каждый объект оценки обеспечения готовности согласно Правил обеспечения готовности к отопительному периоду и Порядка проведения оценки обеспечения готовности к отопительному периоду, утвержденных Министерством энергетики Российской Федерации от 13 ноября 2024 года № 2234 (далее – Правила № 2234) в соответствии с Графиком проведения проверки готовности к отопительному периоду 2026-2027 годов, утвержденным постановлением администрации Черемховского районного муниципального образования от 5 мая 2026 года № 354-п.

2.2. главному врачу областного государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Черемховская городская больница № 1»:

2.2.1. принять соответствующие организационные и технические меры по приему тепловой энергии в учреждениях здравоохранения, расположенных на территории Черемховского района;

2.2.2. предоставить Комиссии оценочные листы для расчета индекса готовности к отопительному периоду потребителей тепловой энергии на каждый объект оценки обеспечения готовности согласно Правил № 2234 в соответствии с Графиком проведения проверки готовности к отопительному периоду 2026-2027 годов, утвержденным постановлением администрации Черемховского районного муниципального образования от 5 мая 2026 года № 354-п.

3. начальнику отдела образования администрации Черемховского районного муниципального образования, начальнику отдела по культуре и библиотечному обслуживанию администрации Черемховского районного муниципального образования обеспечить:

3.1. прием теплоносителя на подведомственные объекты теплопотребления, определить ответственных за их подключение и принятие экстренных мер для устранения аварийных ситуаций в период отопительного сезона 2026-2027 годов;

3.2. создание нормативного запаса твердого топлива на теплоисточниках;

3.3. предоставить Комиссии оценочные листы для расчета индекса готовности к отопительному периоду потребителей тепловой энергии на каждый объект оценки обеспечения готовности согласно Правил № 2234 в соответствии с Графиком проведения

проверки готовности к отопительному периоду 2026-2027 годов, утвержденным постановлением администрации Черемховского районного муниципального образования от 5 мая 2026 года № 354-п.

4. Отделу организационной работы направить на опубликование настоящее постановление в газету «Мое село, край Черемховский» и разместить на официальном сайте Черемховского районного муниципального образования.

5. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на первого заместителя мэра (по объектам жилищно-коммунального хозяйства), на заместителя мэра по социальным вопросам (по объектам социальной сферы).

Мэр района С.В. Марач

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Черемховское районное
муниципальное образование
АДМИНИСТРАЦИЯ**

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ
21.07.2026 № 544-п**

г.Черемхово

Об определении частей территории Черемховского районного муниципального образования, предназначенных для реализации инициативных проектов

Руководствуясь статьями 11, 39.2 Земельного кодекса Российской Федерации, Федеральными законами от 6 октября 2003 года № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», от 20 марта 2025 года № 33-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в единой системе публичной власти», статьями 24, 50 Устава Черемховского районного муниципального образования, Порядком определения территории, части территории Черемховского районного муниципального образования, предназначенной для реализации инициативных проектов, утвержденным решением Думы Черемховского районного муниципального образования от 23 декабря 2021 года № 160, администрация Черемховского районного муниципального образования

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Определить части территории Черемховского районного муниципального образования, предназначенные для реализации инициативных проектов (прилагается).

2. Отделу организационной работы (Колмеец Ю.А.) направить настоящее постановление на опубликование в газету «Мое село, край Черемховский» и разместить на официальном сайте Черемховского районного муниципального образования.

3. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на первого заместителя мэра района Артёмова Е.А.

Мэр района С.В. Марач

Основные правила здорового сбалансированного питания

Используйте «метод тарелки»:

Данное правило заключается в том, что рацион питания должен на 1/2 состоять из овощей и фруктов, 1/4 отводится на «полезные углеводы», как правило, гарниры, и еще 1/4 — на белковые продукты (мясо, рыба).

Используйте в питании сложные углеводы

Углеводы — основной источник энергии для всех клеток нашего организма. Однако важно помнить, что углеводы бывают разными. Простые углеводы (например, сахар, варенье, мед, шоколад) быстро всасываются и практически никогда не могут быть сразу целиком использованы организмом для воспроизведения энергии. Сложные углеводы (например, овощи и цельнозерновые продукты), напротив, дольше утилизируются, что дает нашему телу возможность использовать их как энергию в течение длительного времени без риска их отложения в виде жира.

Кроме того, чем меньше обработан продукт, тем естественней его употребление человеческим организмом. Так, например, необработанный (коричневый) рис или макаронные изделия из твердых сортов пшеницы содержат больше клетчатки, что замедляет их всасывание и позволяет нам чувствовать себя сытыми длительное время.

Обращайте внимание на «скрытые» жиры при приготовлении блюд. Полезные углеводы зачастую при приготовлении становятся калорийными за счет добавления масла, соусов, сыра и т. д.

Ешьте больше фруктов и овощей

В еде можно использовать свежие, замороженные, консервированные или сухие фрукты и овощи. Взрослым людям рекомендуется включать в рацион 5 порций овощей или фруктов в день (примерно 400 граммов).

Не забывайте про рыбу и морепродукты

Рыба является прекрасным источником белка, витаминов и минералов. Желательно есть рыбу не менее двух раз в неделю, включая жирные сорта рыбы (например, лосось, сардины, скумбрию, форель), которые богаты омега-3 (рыбий жир), что служит профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний.



Ограничьте потребление насыщенных жиров

Жиры, так же как и остальные группы питательных элементов, необходимы человеческому организму для нормального функционирования. Однако важно помнить, что, как и с углеводами, существуют «полезные» и «вредные» жиры. «Вредные» (насыщенные) жиры вызывают повышение уровня холестерина, и при их избыточном употреблении может развиваться атеросклероз. Насыщенные жиры в большом количестве содержатся в сливочном масле, жирном мясе, сосисках, колбасах, сырах, жирных молочных продуктах (сметане, сливках),

выпечке и т. д. Суточная порция насыщенных жиров не должна превышать 30 г у взрослого мужчины и 20 г у взрослой женщины. Постарайтесь заменять насыщенные жиры ненасыщенными, которые содержатся в растительных маслах, авокадо, рыбе и др.

Ограничьте употребление сахара в пищу

Избыточное потребление сахаров приводит к развитию ожирения, а также повреждению зубной эмали. Сладкие напитки и продукты, как правило, высококалорийны и при избыточном употреблении приводят к быстрому набору веса. Большинство готовых продуктов содержат неожиданно большое количество сахара. В особенности это касается сладких газированных напитков, пакетированных соков с добавлением сахара, алкогольных напитков, выпечки, сладких йогуртов и, конечно, конфет и шоколада. Высоким считается содержание сахара более 22,5 г в 100 г продукта.

Ешьте меньше соли

Взрослому человеку рекомендовано употреблять не более 5 г соли в день. Избыточное ее потребление приводит к развитию повышенного артериального давления и гипертонической болезни. Готовые пакетированные продукты зачастую содержат крайне высокое содержание соли. Обращайте внимание на маркировку на продуктах. Чтобы не терять вкусовые качества блюд, соль можно заменять различными продуктами, например, добавлять в салат морскую капусту или лимонный сок, использовать при приготовлении больше зелени и приностей или сушеных овощей.

Научитесь интерпретировать состав в готовых продуктах:

В современном мире мы часто едим готовые продукты. Чтобы правильно посчитать количество потребляемых калорий и иных компонентов, важно обращать внимание на состав и взять

за привычку смотреть на ингредиенты продуктов на упаковках.

Не забывайте про воду

Любям необходимо потреблять много жидкости, чтобы избежать обезвоживания. Рекомендуется пить не менее 6–8 стаканов (1,5–2 л) в сутки в дополнение к той жидкости, которую вы получаете из еды. Любые безалкогольные напитки учитываются, однако, стоит отдавать предпочтение воде и напиткам с низким содержанием сахара (чай, кофе). Важно помнить, что потребность в жидкости возрастает в жару и при физической активности.

Не пропускайте завтрак

Многие люди не завтракают, так как думают, что это помогает им сбросить вес. В реальности дела обстоят ровно наоборот. Завтрак с высоким содержанием клетчатки и низким содержанием сахаров и жиров является здоровым и полезным и позволяет не перекусывать вредной пищей в течение дня.

Формируйте правильные пищевые привычки

Мы живем в эпоху, когда еда из жизненно необходимого источника энергии, витаминов и минералов превратилась в антидепрессант, средство от скуки и способ коммуникации. Многие люди переедают не из-за неправильного состава пищи, а из-за нецелесообразного ее приема. Старайтесь не есть на ходу и не совмещать прием пищи с другими активностями (просмотром телевизора или видео в интернете, перепиской в смартфоне, чтением книг, работой и т. д.). Не покупайте и не готовьте избыточное количество продуктов.

О. ХАРИТОНЕНКО,
главный специалист-эксперт
территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
по Иркутской области
в г. Черемхово, Черемховском
и Аларском районах, г. Свирске

Автоинспекторы Черемхово напомнили детям о соблюдении правил дорожного движения

Новый учебный год - время уделить особое внимание дорожной безопасности.

Сотрудники Госавтоинспекции Межмуниципального отдела МВД России «Черемховский» проводят масштабную профилактическую работу с детьми и подростками: встречи проходят как с дошкольниками, так и со школьниками.

На занятиях инспекторы не ограничиваются сухими правилами - они помогают ребятам увидеть реальную картину: приводят статистику ДТП с участием детей, разбирают типичные опасные ситуации и показывают, как их избежать. Важная часть бесед - правила для пешеходов и значимость световозвращающих элементов: в темное время суток они заметно повышают видимость и могут спасти жизнь.

Со старшеклассниками разговор идёт на более серьёзном уровне: инспекторы детально



рассказывают об административной и уголовной ответственности за нарушения ПДД, особо подчёркивая, что управлять транспортом без прав категорически запрещено.

В конце каждой встречи полицейские напоминают: соблюдение ПДД - это не формальность, а залог безопасности. Они желают ребятам безопас-

ных маршрутов и ещё раз призывают быть внимательными на дороге.

Ваша безопасность зависит от ваших решений - не рискуйте собой и окружающими!

Светлана ПОПИК,
отдел Госавтоинспекции
МО МВД России
«Черемховский»

До 1 октября семьи региона могут подать заявления на ежегодную семейную выплату

Региональное Отделение Соцфонда перечислило средства 29 тыс. семей региона. Средний размер выплаты составил 34 тыс. рублей.

Прием заявлений на новую меру поддержки стартовал в Приангарье 1 июня 2026 года. Она предоставляется работающим родителям, которые воспитывают двух и более детей до 18 лет (до 23 лет, если ребенок обучается очно).

Право на выплату имеют семьи, в которых среднедушевой доход не превышает 1,5-кратную величину прожиточного минимума на душу населения в регионе в 2025 году. В Иркутской области эти суммы составляют 26 362,5 руб. — для южных районов и 34 285,5 руб. — для северных. При назначении ежегодной семейной выплаты региональное Отделение Соцфонда проводит комплексную оценку нуждаемости семьи по аналогичным правилам, что и при назначении единого пособия.

Размер выплаты у каждой семьи индивидуален и составляет разницу между уплаченным налогом на доходы физических лиц за 2025 год и суммой налога, рассчитанного по ставке 6%.

«Важно отметить, что заявление на ежегодную семейную выплату необходимо подать до 1 октября. Обратиться может каждый из родителей по отдельности при условии, что в прошлом году он был трудоустроен и с его доходов уплачен НДФЛ. В Приангарье выплату получили 29 тыс. семей на общую сумму более 980 млн рублей», — подчеркнул управляющий Отделением Социального фонда России по Иркутской области Алексей Макаров.

Подать заявление на выплату можно дистанционно на портале «Госуслуг» либо лично в клиентской службе Соцфонда или в МФЦ. Срок рассмотрения — до 10 рабочих дней, средства на счет получателя поступают в течение 5 рабочих дней.

Госавтоинспекция призывает пешеходов использовать световозвращающие элементы

С началом осеннего периода с каждым днем на улице темнеет все раньше, зачастую это сопровождается пасмурной и дождливой погодой. А это значит, что проблема безопасности пешеходов, их недостаточная видимость на дороге для водителей вновь актуальны. И в данной ситуации единственным способом защиты как взрослых, так и детей является наличие на одежде световозвращающих элементов.

Наличие этих приспособлений на одежде участников дорожного движения вне населенных пунктов является обязательным требованием правил дорожного движения.

К сожалению, при движении в населенных пунктах эта норма остается лишь рекомендательной, поэтому пешеходы не стремятся надевать светоотражатели. А зря! По статистике, наибольшее количество происшествий со смертельным исходом происходит в темное время. Основная причина – плохая видимость объекта.

С начала года на территории обслуживания отдела Госавтоинспекции Межмуниципального отдела МВД России «Черемховский» зарегистрировано 12 дорожно-транспортных происшествий с участием пешеходов, в результате которых 1 человек погиб и 11 получили травмы различной степени тяжести. Шесть дорожно-транспортных происшествий с участием пешеходов произошли в темное время суток, во всех случаях на одежде у пешеходов отсутствовали световозвращающие элементы.

Необходимость использования световозвращателей доказана многочисленными исследованиями. При движении с ближним светом фар водитель автомобиля способен увидеть пешехода на дороге на расстоянии 25–50 метров. Если пешеход носит световозвращатель, то расстояние увеличивается до 150–200 метров. А при движении автомобиля с дальним светом фар дистанция, на которой пешеход со световозвращателем становится виден, увеличивается со 100 метров до 350. Это дает водителю 15–25 секунд для принятия решения.

Госавтоинспекция призывает пешеходов использовать световозвращающие элементы.



Напоминаем, что при переходе дороги ночью или в условиях недостаточной видимости пешеходам рекомендуется использовать предметы со световозвращающими элементами. А при движении вне населенных пунктов световозвращатели необходимо использовать обязательно. Их следует крепить на верхней одежде, рюкзаках, велосипедах и на детских колясках таким образом, чтобы при переходе или движении по проезжей части на них попадал свет фар автомобилей.

Также напоминаем о том, что прежде чем начать переходить дорогу пешеход обязан убедиться в безопасности своего перехода.

Светлана ПОПИК,
отдел Госавтоинспекции
МО МВД России «Черемховский»

Набор в Сибирскую пожарно-спасательную академию — с 1 сентября 2026

Набор абитуриентов в Сибирскую пожарно-спасательную академию ГПС МЧС России проводится на очную форму обучения за счёт федерального бюджета в качестве курсантов на 2027 год по специальностям:

20.05.01 «Пожарная безопасность» (специалитет) - срок обучения 5 лет;

20.03.01 Техносферная безопасность (бакалавриат) - срок обучения 4 года.

Вступительные испытания на базе среднего общего образования: - русский язык (ЕГЭ); - математика (профильный уровень) (ЕГЭ); - физика (ЕГЭ) или информатика и ИКТ (ЕГЭ) - дополнительные вступительные испытания: 1) математика (письменно); 2) физическая подготовка (сдача нормативов). Во время обучения

курсанты: получают ежемесячное денежное довольствие; обеспечиваются бесплатным проживанием, питанием, обмундированием и медицинским обслуживанием; ежегодным оплачиваемым проездом к месту проведения каникулярного отпуска.

Предоставляется отсрочка по призыву на военную службу на период прохождения службы (обучения и дальнейшей службы в МЧС России). После завершения обучения выпускникам присваивается специальное звание «лейтенант внутренней службы» с дальнейшим прохождением службы в Главном управлении МЧС России по Иркутской области.

Для уточнения информации:
8(3952) 45-32-36, 8-991-433-53-26
Электронная почта: opoukgu@38.mchs.gov.ru

Отдел государственного пожарного надзора
г. Черемхово, г. Свирска и Черемховского района

С 80-летием поздравляем жителя Черемховского района Александра Николаевича НЕФЕДЬЕВА (Саянское МО)!

С радостью встречайте каждый новый день и пусть у вас не будет повода для грусти. Пусть ваша жизнь будет счастливой, друзья – верными и настоящими, родные и близкие – любящими и заботливыми, а удача – постоянной. Крепкого сибирского здоровья вам, бодрости духа, веселой и интересной жизни.

Сергей МАРАЧ,
мэр Черемховского района,
Любовь КОЗЛОВА,
председатель Думы ЧРМО

21 сентября - День многодетной семьи в Иркутской области

Указом Губернатора Иркутской области от 18 ноября 2024 года № 425-уг официально установлен 21 сентября «День многодетных семей в Иркутской области».

Этот праздник дань глубокого уважения тем, кто выбрал путь воспитания троих и более детей. Это признание того, что многодетная семья является фундаментом нашего общества, хранительницей традиций и залогом будущего региона.

Многодетная семья - это не только безграничное счастье, наполняющее дом детским смехом и радостью открытий. Прежде всего, это ежедневный, кропотливый труд. Это огромная ответственность, требующая от родителей не только терпения и мудрости, но и колоссальной самоотдачи. Быть многодетными родителями - значит работать без перерывов, выходных и отпусков, отдавая все силы воспитанию достойных граждан нашей страны.

«Уважаемые многодетные семьи! Примите самые искренние поздравления с Днем многодетной семьи Иркутской области!

Быть родителями - это призвание. Мы восхищаемся вашей стойкостью, вашим умением создавать атмосферу любви и поддержки. Вы - гордость Иркутской области.

Желаем вам крепкого здоровья, безграничного счастья и благополучия. Пусть в ваших домах всегда царят тепло, уют и взаимопонимание, а дети радуют вас своими успехами и достижениями.

Л. Прокофьева,
директор ОГБУ
«УСЗСОН по городу Черемхово, Черемховскому району и городу Свирску



101 информирует: важные сообщения и оперативные новости

С начала года на территории г. Черемхово, г. Свирска и Черемховского района произошло 10 лесных и 154 техногенных пожара, г. Черемхово 93 (снижение на 9 случаев), г. Свирск 20 (снижение на 6 случаев), Черемховский район 41 пожар (снижение на 6 случаев).

На пожарах погибло 7 человек, 2 человека получили травмы. В сравнении с аналогичным периодом прошлого года общее количество пожаров уменьшилось на 21 случай, однако на территории г. Черемхово зарегистрирован рост погибших людей на пожарах.

9 сентября на телефон 101 поступило сообщение о пожаре по адресу: Черемховский район, с. Верхний Булай, ул. Новая, хозяйственная постройка. На тушение пожара привлекалась добровольная пожарная команда Булайского сельского поселения. На момент прибытия первого подразделения горит хозяйственная постройка, была угроза распространения огня на не горящие части постройки. В результате пожара повреждены хозяйственная постройка и навес. Предварительная причина пожара - короткое замыкание электропроводки.

13 сентября на телефон 101 поступило сообщение о пожаре по адресу: Черемховский район, д. Русская Аларь, ул. Центральная, хозяйственные по-

стройки. На тушение пожара привлекалась добровольная пожарная команда Парфеновского сельского поселения. На момент прибытия первого подразделения хозяйственные постройки были полностью охвачены огнем, существовала угроза распространения огня на соседние строения. До прибытия пожарных подразделений самостоятельно эвакуировались 2 человека. В результате пожара хозяйственные постройки и ворота повреждены по всей площади. Предварительная причина пожара - короткое замыкание электропроводки.

Отдел государственного пожарного надзора
г. Черемхово, г. Свирска и Черемховского района

Свирск стал очередной площадкой регионального проекта «Патруль Первых»

В Приангарье очередной площадкой, принимающей межмуниципальный слет Движения Первых «Патруль Первых» стал Свирск. К образовательной программе присоединились около 200 молодых людей, родителей и наставников из Усолья-Сибирского, Черемхово, Свирска, а также Усольского и Черемховского районов.

Председатель Совета регионального отделения Движения Первых в Иркутской области Сергей Перфильев напомнил, что «Патруль Первых» – просветительский тур по Приангарью, включающий в себя мастер-клас-

сы, интерактивные площадки, лекции и открытие диалоги с органами местного самоуправления, лидерами общественного мнения, выдающимися земляками, участниками специальной военной операции и представителями Движения Первых. Проект реализуется в поддержку инициатив нацпроекта «Молодёжь и дети».

В рамках программы мероприятия в Свирске для участников провели лекции и мастер-классы, направленные на развитие волонтерского, патриотического, наставнического и студенческого сообществ на территориях представленных муниципальных образований. Кульминацией дня стал открытый диалог с участником специальной военной операции, участником региональной

программы «Герои Приангарья», специалистом по развитию патриотического воспитания регионального отделения Движения Первых Иркутской области Александром Паком.

– Диалог с молодежью – самый честный способ говорить о важном. Личный пример, искренность и готовность отвечать даже на трудные вопросы помогают формировать у ребят осознанное отношение к истории и судьбе своей Родины, – отметил Александр Пак.

«Патруль Первых» проходит на территории Иркутской области в течение всего 2026 года. Программа уже охватила Зиминский район, Заларинский и Качугский округа. До конца года мероприятия пройдет в Усть-Кутском, Ниж-

Фотография предоставлена региональным отделением Движения Первых Иркутской области



неудинском, Осинском районах, Ангарском городском округе, а также в Бодайбо и Братске. Активное участие в организации

программ «Патруля Первых» принимают участники системы самоуправления Движения Первых – Советы Первых.

«Назад в СССР»: вечер, который вернул нас в прошлое!

В посёлке Новостройка прошла ретро-встреча «Назад в СССР» – тёплое и душевное мероприятие для ветеранов труда. Зал преобразился: здесь развернулась настоящая выставка с атрибутами и вещами из далёкого советского прошлого.

Каждый экспонат словно хранил в себе целую эпоху – и гости с радостью узнавали знакомые предметы, делились воспоминаниями и рассказывали истории, связанные с ними.

В этот вечер оживали воспоминания: вместе вспоминали любимые кинофильмы и песни тех лет – казалось, что время на мгновение повернулось вспять. А когда зазвучали ритмы прошлых десятилетий, никто не смог устоять – гости танцевали твист, смеялись и радовались, словно вернулись в свою молодость.



Особый момент вечера – символический приём ведущих мероприятия в пионеры. Этот трогательный эпизод напомнил о годах пионерии, о тех идеалах и традициях, которые были важной частью жизни многих поколений.

Ветераны труда с удовольствием делились своими историями: рассказывали о работе, о буднях и праздниках, о том, как жили, трудились и мечтали в те годы. Их рассказы – это живая история, которую так важно сохранить и передать дальше.

Спасибо всем, кто стал частью этого вечера! Такие встречи – не просто повод окунуться в прошлое, а возможность выразить искреннюю благодарность ветеранам труда, услышать их голоса и сохранить память о целой эпохе.

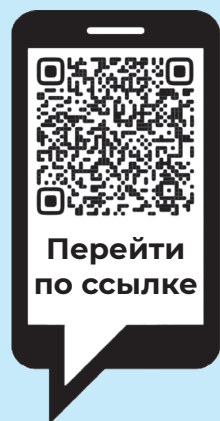
Деревня Поздеева Черемховского района участвует во Всероссийском голосовании за подключение малых населённых пунктов к мобильному интернету. Сейчас Поздеева занимает третье место в региональном рейтинге Иркутской области.

Голосовать могут все жители Иркутской области. Для этого необходимо:

- авторизоваться в своей учётной записи на портале «Госуслуги»;
- выбрать в списке деревню Поздеева, Черемховский район.

В предыдущие годы благодаря совместной работе доступ к мобильной связи появился во многих населённых пунктах района. Как отметил губернатор Иркутской области Игорь Кобзев, для нашего региона с большими расстояниями между населёнными пунктами качественная мобильная связь особенно важна.

Давайте вместе поможем жителям деревни Поздеева получить стабильный мобильный интернет. Каждый голос важен!



ГОЛОСУЕМ ЗА УЛУЧШЕНИЕ СВЯЗИ И МОБИЛЬНОГО ИНТЕРНЕТА В ДЕРЕВНЕ ПОЗДЕЕВА!



Учредитель: КОМИТЕТ ПО УПРАВЛЕНИЮ МУНИЦИПАЛЬНЫМ ИМУЩЕСТВОМ ЧЕРЕМХОВСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.

Муниципальное казённое учреждение Черемховского районного муниципального образования «Газета «Мое село, край Черемховский» зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Иркутской области. Свидетельство ПИ № ТУ38-01097 от 17.06.2025 г.

Мнение авторов публикаций не обязательно отражает точку зрения редакции. Ответственность за содержание рекламы несет рекламодатель. Поступившие в редакцию материалы не рецензируются и авторам не пересылаются.

Директор-главный редактор ПОПОВА Анна Александровна, тел. 8-924-2-924-161. Издатель: МКУ «Мое село» ЧРМО.

Адрес редакции, издателя: 665413, Иркутская область, г. Черемхово, ул. Школьная, 2-2. Тел./факс: 5-52-50. Юридический адрес: 665429, Иркутская область, Черемховский р-н, с. Рысево, Российская ул., д. 5 ОГРН 1243800012972, ИНН 380162841. Email: moeselo@rambler.ru

Газета отпечатана в ООО «Информконсалтинг». Адрес типографии: 664009, Иркутская область, г. Иркутск, ул. Советская, д. 109 г.

Подписной индекс: П7567. Тираж 4000 экз. Время подписания номера по графику – 16.09.2026 в 13.00. Фактическое время подписания – 16.09.2026 в 13.00. СВОБОДНАЯ ЦЕНА.