



ЗАТО СВЕТЛЫЙ

# СВЕТЛЫЕ ВЕСТИ



№ 36 (1092)

16 сентября 2022 года

Газета городского округа ЗАТО Светлый Саратовской области • [svetvest@yandex.ru](mailto:svetvest@yandex.ru)

ДАТЫ  
КАЛЕНДАРЯ

17 СЕНТЯБРЯ

■ Всемирный день донора костного мозга

18 СЕНТЯБРЯ

■ Международный день электронной книги

## Роман Бусаргин победил на выборах губернатора Саратовской области



По данным регионального избиркома, выборы Губернатора Саратовской области признаны состоявшимися. В выборах приняло участие 53,75% от общего числа избирателей, включенных в списки избирателей.

Голоса избирателей, поданных за каждого кандидата на должность Губернатора Саратовской области, распределились следующим образом: Бусаргин Р.В. - 716974 (72,55%); Алимова О.Н. - 140198 (14,19%);

Чеботарев А.Н. - 56606 (5,73%); Пьяных Д.С. - 44617 (4,52%); Ванцов А.Н. - 20756 (2,10%).

Результаты голосования за партии по 8 избирательным округам: «Единая Россия» - 60,50% голосов, КПРФ - 14,35% голосов, ЛДПР - 9,24% голосов, «Справедливая Россия - За правду» - 6,79% голосов, «Новые люди» - 3,54% голосов, «Коммунисты России» - 2,96% голосов, «Родина» - 1,61%.

### В ОБЪЕКТИВЕ ВНИМАНИЯ

## На своих постах: подводим итоги выборов



Безусловно, самым значимым политическим событием этого года стали прошедшие 9, 10 и 11 сентября трехдневные выборы Главы региона и депутатов разных уровней.

Участие в голосовании – это важная процедура, ведь от того, кого выберут жители, будет зависеть, какой будет жизнь области или населенного пункта, какие изменения их ждут. И жители Светлого ещё раз доказали истинность этих слов. В голосовании приняли участие 4705 жителей городского округа, что составило более 57% избирателей - а значит, более половины светловцев считают важным лично участвовать в жизни своей малой родины.

» стр. 5

## ВМЕСТЕ – К НОВЫМ ВЕРШИНАМ

ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ



стр. 4



## ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

НА ПУТИ К ДОСТИЖЕНИЮ БАЛАНСА ТЕЛА И ДУХА



стр. 8



Хотите оформить подписку

на газету?

Поделиться

новостью?

Рассказать

интересную

историю?

Задать вопрос?

Это можно сделать

- по адресу редакции: п.Светлый,

ул. Кузнецова, 4 – 61,

- по телефону 8 (84558) 4-38-94,

- по электронной почте: [svetvest@yandex.ru](mailto:svetvest@yandex.ru).



## Погода в Светлом на выходные

Дата	СУББОТА. 17.09		ВОСКРЕСЕНЬЕ. 18.09	
Время сут.	ночь	день	ночь	день
Облачность, осадки				
t°	+14	+21	+11	+22
Давление	733 мм	738 мм	739 мм	737 мм
Ветер	3 м/с	4-9 м/с	1 м/с	6-13 м/с



Магнитное поле:

17.09 – небольшие возмущения;

18.09 – небольшие возмущения.

Уважаемые жители Светлого! Если ваше внимание привлекут подозрительные предметы, лица или обстоятельства, обращайтесь в дежурную службу (круглосуточно): ФСБ – 4-32-54, 3-10; в/ч 89553 - 4-33-21; МО МВД – 4-30-87, 02; ЕДДС – 4-32-00, 112.

Совместный проект с Саратовской областной газетой «Регион 64»

## Роман Бусаргин поблагодарил жителей области за поддержку и доверие

По данным регионального избиркома, выборы губернатора Саратовской области признаны состоявшимися. Победу одержал Роман Викторович Бусаргин, набравший 72,55 % голосов.

В выборах приняло участие 53,75 % от общего числа избирателей, включенных в списки избирателей.

Роман Бусаргин поблагодарил земляков за поддержку и оказанное доверие:

– Для меня это огромная честь и очень большая ответственность. Нам предстоит с вами очень многое сделать. Сделать

так, чтобы регион динамично развивался, чтобы в нем было комфортно и удобно жить, чтобы люди отсюда не хотели уезжать и возвращались. Уверен, что с вашей поддержкой это должно получиться.

Мы продолжим работу по районам. Считаю правильным, когда общение происходит на территории. Мы начали с вами практику проведения прямых линий. Считаю нужным эту работу тоже продолжить. Уже в октябре мы проведем очередную прямую линию, потому что это позволяет решать оперативно очень многие вопросы.

Еще раз спасибо вам за поддержку!



### В РЕГИОНЕ ПРОДОЛЖАЕТ СНИЖАТЬСЯ СТОИМОСТЬ МИНИМАЛЬНОГО НАБОРА ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

По данным Росстата, Саратовская область показывает снижение потребительских цен в августе по сравнению с июлем (1,4 %). В то же время инфляция за январь–август на товары и услуги в нашей области была наименьшей среди регионов Приволжского федерального округа и составила 8,6 %, что ниже общероссийского значения (10,4 %).

Стоимость минимального набора продуктов питания за август составила 4784,8 рубля и по сравнению с июлем снизилась на 304,4 рубля (6 %). Наибольшее снижение наблюдалось в группе продовольственных товаров – на 2,9 %. Причиной дефляции цен на продовольственные товары стало сезонное снижение цен на плодово-овощную группу товаров нового урожая.

Отметим, что с начала года стоимость минимального набора по области стабильно остается одной из самых низких в ПФО (2-е место) и в России (3–5-е места).

### САРАТОВЦЫ УЧАСТВУЮТ В ОКРУЖНОМ ФИНАЛЕ «ЗАРНИЦЫ ПОВОЛЖЬЯ»

13 сентября на аэродроме воинской части под Оренбургом открылся IX окружной финал юнармейской военно-спортивной игры «Зарница Поволжья – 2022». Саратовскую область представляет команда образовательного центра имени М.М. Расковой в составе 16 человек.

От имени полномочного представителя Президента РФ в Приволжском федеральном округе Игоря Комарова участников и гостей окружного финала приветствовал помощник полпреда Владимир Колчин: – Возрождение «Зарницы» в ПФО – это наш самый массовый проект, в нем ежегодно принимает участие более 250 тысяч ребят из всех регионов округа. Команды будут соревноваться в 16 видах деятельности, среди которых бег, силовая гимнастика, метание гранаты, строевая подготовка, преодоление полосы препятствий, разборка-сборка макета автомата, первая доврачебная помощь.

## Вице-премьер назвал Саратовскую область местом концентрации IT-компетенций

В Саратовской области большое внимание уделяют развитию IT-индустрии и цифровой трансформации.



Об этом в интервью ТАСС заявил вице-премьер Правительства РФ Дмитрий Чернышенко.

– Прежде всего важна воля самого руководителя субъекта, его внимание к этому вопросу. В Саратовской обла-

сти, например, глава региона большое внимание этому уделяет. Он создал такие условия

в субъекте, которые позволяют обучаться, там большая специализация именно по

IT-направлениям, что создает в области концентрацию компетенций, – сказал Дмитрий Чернышенко.

Отметим, что в регионе рынок IT-индустрии формируют более 90 крупных и средних предприятий. Общее число IT-специалистов в области составляет 6,78 тысячи человек.

Ведется работа и по формированию новых кадров. В пяти вузах области по направлению подготовки специалистов в сфере IT обучается 5673 студента, из них 1048 на бюджетных местах.

## Главам районов поручено обеспечить нормативный температурный режим в соцучреждениях

Задача была поставлена на совещании в правительстве области. Сейчас техническая готовность к отопсезону в регионе составляет 90 процентов.

Теплоисточники подготовлены на 89 %, теплосети – на 94 %, ЦТП – на 88 %.

– Температура в отдельных районах Саратовской области ночью не превышает 2–3 градусов тепла. Не надо ждать жалоб от граждан. Люди не должны болеть из-за холода в помещениях. Если температура ниже норматива, необходимо запускать отопление. Если нет возможности делать это централизованно – значит нужно подтапливать помещения самостоятельно, – поручил Роман Бусаргин.

Врио губернатора отдельно обратился к компании «Т Плюс»: в случае поступления заявок оперативно начать централизованное отопление социальных объектов.

– Осень этого года обещает быть холодной. Работу нужно выстраивать исходя из этих показателей. Конечно, мы будем ориентироваться по погоде, но всем районам нужно быть готовыми начать отопительный сезон в жилом секторе уже с 1 октября – поставил задачу Роман Бусаргин.

Он поручил усилить подготовительную работу муниципалитетам по получению паспортов готовности к отопительному сезону. Особое внимание этому должны уделить город Саратов, Энгельский, Балаковский, Вольский, Александрово-Гайский и Советский районы.



## В районах будут созданы межведомственные комиссии по вопросам демографии

Врио губернатора Роман Бусаргин на постоянно действующем совещании с членами правительства поставил задачу сформировать межведомственные комиссии по вопросам демографии в районах, где зафиксированы показатели смертности выше среднеобластных.

В состав комиссий войдут руководители надзорных ведомств, главврачи, специалисты по вопросам охраны труда, спорта. Курировать это направление поручено

зампреду правительства – министру здравоохранения Олегу Костину.

Задача – проанализировать ситуацию в каждом муниципалитете, составить план действий для ее улучшения.

Комиссии будут работать на постоянной основе под руководством глав районов.

– В комиссию должны быть привлечены все заинтересованные лица – главврачи, специалисты министерств здравоохранения и соцзащиты; по неестественным причинам (отравление алкоголем, гибель в дорожно-транспортных происшествиях, на производстве) – сотрудники УВД, ГИБДД, инспекции труда, представители

прокуратуры. Все эти направления должны быть отработаны детально, утвержден план мероприятий с ответственными лицами. Показателем этой работы должны стать меры по исправлению ситуации, принимаемые профильными службами. Смертность, продолжительность жизни – это те факторы, на которые власть может влиять, и для этого она работает, – отметил Роман Бусаргин.

## Только документ

ТЕРРИТОРИАЛЬНАЯ ИЗБИРАТЕЛЬНАЯ КОМИССИЯ  
ЗАТО СВЕТЛЫЙРЕШЕНИЕ  
12.09.2022 № 01-07/125  
ЗАТО Светлый

## Об определении результатов на выборах Губернатора Саратовской области

В соответствии со статьей 63 Закона Саратовской области от 02 марта 2017 года №19-ЗСО «О выборах Губернатора Саратовской области» и на основании данных первых экземпляров протоколов участковых избирательных комиссий об итогах голосования, территориальная избирательная комиссия ЗАТО Светлый РЕШИЛА:

1. Утвердить протокол № 1 территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый об итогах голосования на выборах Губернатора Саратовской области и сводную таблицу о результатах голосования 11 сентября 2022 года.

2. Признать выборы Губернатора Саратовской области 11 сентября 2022 года состоявшимися и результаты выборов – действительными.

3. Признать избранным Губернатором Саратовской области на территории городского округа ЗАТО Светлый 11 сентября 2022 года зарегистрированного кандидата Бусаргина Романа Викторовича, набравшего наибольшее число голосов избирателей, принявших участие в голосовании.

4. Опубликовать настоящее решение в газете «Светлые вести», разместить в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на официальном сайте администрации городского округа ЗАТО Светлый странице территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый.

5. Контроль за выполнением настоящего решения возложить на секретаря территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева.

Председатель территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый Л.А.Шутарева  
Секретарь территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева

ТЕРРИТОРИАЛЬНАЯ ИЗБИРАТЕЛЬНАЯ КОМИССИЯ  
ЗАТО СВЕТЛЫЙРЕШЕНИЕ  
12.09.2022 № 01-07/126  
ЗАТО Светлый

## Об определении результатов на выборах депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва по единому избирательному округу

В соответствии со статьей 65 Закона Саратовской области от 28 июня 2007 года №105-ЗСО «О выборах депутатов Саратовской областной Думы» и на основании данных первых экземпляров протоколов участковых избирательных комиссий об итогах голосования, территориальная избирательная комиссия ЗАТО Светлый РЕШИЛА:

1. Утвердить протокол № 1 территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый об итогах голосования на выборах депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва по единому избирательному округу и сводную таблицу о результатах голосования 11 сентября 2022 года.

2. Признать выборы депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва по единому избирательному округу 11 сентября 2022 года состоявшимися и результаты выборов – действительными.

3. Признать избранной политической партией Саратовской областной Думы седьмого созыва по единому избирательному округу, набравшей наибольшее число голосов в городском округе ЗАТО Светлый по отношению к другим партиям: Всероссийскую политическую партию «Единая Россия».

4. Опубликовать настоящее решение в газете «Светлые вести», разместить в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на официальном сайте администрации городского округа ЗАТО Светлый странице территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый.

5. Контроль за выполнением настоящего решения возложить на секретаря территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева.

Председатель территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый Л.А.Шутарева  
Секретарь территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева

ТЕРРИТОРИАЛЬНАЯ ИЗБИРАТЕЛЬНАЯ КОМИССИЯ  
ЗАТО СВЕТЛЫЙРЕШЕНИЕ  
12.09.2022 № 01-07/127  
ЗАТО Светлый

## Об определении результатов на выборах депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва по Ленинскому одномандатному избирательному округу № 10

В соответствии со статьей 64 Закона Саратовской области от 28 июня 2007 года №105-ЗСО «О выборах депутатов Саратовской областной Думы» и на основании данных первых экземпляров протоколов участковых избирательных комиссий об итогах голосования, территориальная избирательная комиссия ЗАТО Светлый РЕШИЛА:

1. Утвердить протокол № 1 территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый об итогах голосования на выборах депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва по Ленинскому одномандатному избирательному округу № 10 и сводную таблицу о результатах голосования 11 сентября 2022 года.

2. Признать выборы депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва по Ленинскому одномандатному избирательному округу № 10 11 сентября 2022 года состоявшимися и результаты выборов – действительными.

3. Признать избранным депутатом Саратовской областной Думы седьмого созыва по Ленинскому одномандатному избирательному округу № 10, зарегистрированного кандидата Грибова Романа Викторовича, набравшего наибольшее число голосов избирателей, принявших участие в голосовании.

4. Опубликовать настоящее решение в газете «Светлые вести», разместить в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на официальном сайте администрации городского округа ЗАТО Светлый странице территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый.

5. Контроль за выполнением настоящего решения возложить на секретаря территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева.

Председатель территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый Л.А.Шутарева  
Секретарь территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева

ТЕРРИТОРИАЛЬНАЯ ИЗБИРАТЕЛЬНАЯ КОМИССИЯ  
ЗАТО СВЕТЛЫЙРЕШЕНИЕ  
12.09.2022 № 01-07/128  
ЗАТО СветлыйОб определении результатов на повторных выборах депутатов  
Муниципального собрания городского округа ЗАТО Светлый шестого созыва

В соответствии с пунктом 5 статьи 71 Федерального закона от 12 июня 2002 года №67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», в соответствии с пунктом в) части 6 статьи 61 Закона Саратовской области «О выборах в органы местного самоуправления Саратовской области» и на основании данных первых экземпляров протоколов участковых избирательных комиссий об итогах голосования, территориальная избирательная комиссия ЗАТО Светлый РЕШИЛА:

1. Признать повторные выборы депутатов Муниципального собрания городского округа ЗАТО Светлый шестого созыва 11 сентября 2022 года по многомандатному избирательному округу № 3, состоявшимися и результаты выборов – действительными.

2. Утвердить Протокол № 1 территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый с полномочиями окружной избирательной комиссии о результатах повторных выборов депутатов Муниципального собрания городского округа ЗАТО Светлый шестого созыва 11 сентября 2022 года по многомандатному избирательному округу № 3 и сводную таблицу о результатах голосования 11 сентября 2022 года.

3. Признать избранными депутатами Муниципального собрания городского округа ЗАТО Светлый шестого созыва 11 сентября 2022 года по многомандатному избирательному округу № 3, набравшими наибольшее число голосов избирателей, принявших участие в голосовании:

Чепуренко Веру Сергеевну;  
Аникину Любовь Владимировну;  
Николаеву Ирину Владимировну;  
Басильеву Олесю Михайловну;  
Мальцева Станислава Игоревича.

4. Опубликовать настоящее решение в газете «Светлые вести», разместить в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» на официальном сайте администрации городского округа ЗАТО Светлый странице территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый.

5. Контроль за выполнением настоящего решения возложить на секретаря территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева.

Председатель территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый Л.А.Шутарева  
Секретарь территориальной избирательной комиссии ЗАТО Светлый А.В. Чеботаева

## Официально

## Извещение о размещении проекта отчета об итогах государственной кадастровой оценки земельных участков, а также о порядке и сроках предоставления замечаний к нему

В соответствии с распоряжением комитета по управлению имуществом Саратовской области от 1 февраля 2021 года №65-р «О проведении государственной кадастровой оценки на территории Саратовской области в 2022 году» в области в текущем году проводится государственная кадастровая оценка земельных участков всех категорий, учтенных в Едином государственном реестре недвижимости на территории Саратовской области по состоянию на 1 января 2022 года.

Работы по определению кадастровой стоимости и составлению отчета об итогах государственной кадастровой оценки указанных выше земельных участков выполняет государственное учреждение Саратовской области «Центр государственной кадастровой оценки» (далее – ГБУ СО «Госкадастроценка»).

По итогам определения кадастровой стоимости земельных участков в соответствии со статьей 14 Федерального закона от 3 июля 2016 года №237-ФЗ «О государственной кадастровой оценке» (далее – Федеральный закон №237-ФЗ) ГБУ СО «Го-

скадастроценка» в форме электронного документа составлен проект отчета об итогах государственной кадастровой оценки земельных участков (далее – Проект отчета).

На сегодняшний день, а именно 30 августа 2022 года, сведения и материалы, содержащиеся в Проекте отчета, в объеме, предусмотренном Порядком ведения фонда данных государственной кадастровой оценки, размещены в фонде данных государственной кадастровой оценки на официальном сайте Федеральной службы государственной регистрации, кадастра и картографии в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (в разделе Сервисы / Получение сведений из Фонда данных государственной кадастровой оценки / Проекты отчетов об определении кадастровой стоимости) на 30 календарных дней – до 28 сентября 2022 года для ознакомления с Проектом отчета и представления в этот период любыми лицами замечаний, связанных с определением кадастровой стоимости (далее – Замечания к Проекту отчета).

Проект отчета также размещен на официальном сайте ГБУ СО «Госкадастроценка» в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (<http://cgko64.ru/>) в разделе «Документы» / «Отчеты об оценке» (сведения о кадастровой стоимости содержатся в приложении 3 «Кадастровая стоимость объектов недвижимости.zip»).

Замечания могут быть представлены в ГБУ СО «Госкадастроценка» в срок до 28 сентября 2022 года (включительно):

– лично или почтовым отправлением по адресу: 410005, г. Саратов, ул.Зарубина, 176, время приема пн. – чт. с 9.00 до 18.00, пт. – с 9.00 до 17.00, перерыв на обед с 13.00 до 14.00;

– через МФЦ;

– по адресу электронной почты (e-mail: [adm@cgko64.ru](mailto:adm@cgko64.ru)) (с обязательным подписанием ЭЦП).

Днем представления замечания считается день его представления в бюджетное учреждение, МФЦ, день, указанный на оттиске календарного почтового штемпеля уведомления о вручении (в случае его направления почтовой связью), либо день его подачи с использованием возможностей сети «Интернет».

Замечание к Проекту отчета наряду с изложением его сути должно содержать:

1) фамилию, имя и отчество (последнее – при наличии) физического лица, полностью наименование юридического лица, номер контактного телефона, адрес электронной почты (при наличии) лица, представившего замечание;

2) кадастровый номер объекта недвижимости, в отношении определения кадастровой стоимости которого представляется замечание, если замечание относится к конкретному объекту недвижимости;

3) указание на номера страниц (разделов) проекта отчета, к которым представляется замечание (при необходимости).

К замечанию могут быть приложены документы, подтверждающие наличие ошибок, допущенных при определении кадастровой стоимости, а также иные документы, содержащие сведения о характеристиках объектов недвижимости, которые не были учтены при определении их кадастровой стоимости.

По вопросам, возникающим в связи с уточнением порядка предоставления замечаний к Проекту отчета, необходимо обращаться в ГБУ СО «Госкадастроценка» по телефону: 8 (8452) 65-02-01.

Замечания к Проекту отчета, не соответствующие требованиям, установленным статьей 14 Федерального закона №237-ФЗ, не подлежат рассмотрению.

## Информируем

## Госуслуги в сфере миграции

Миграционный пункт межмуниципального отдела полиции по ЗАТО п.Светлый напоминает, что на Едином портале госуслуг реализована возможность оформления регистрации по месту пребывания в электронном виде.

Если ранее для оформления временной регистрации требовалось личное посещение ведомства, то в настоящее время для ее оформления нет необходимости обращаться лично в подразделение по вопросам миграции. Воспользоваться услугой можно не выходя из дома посредством подачи электронного заявления на портале госуслуг.

Результат государственной услуги – свидетельство о регистрации по месту пребывания оформляется в форме электронного документа, подписанного усиленной квалифицированной электронной подписью, и направляется в личный кабинет заявителя на Едином портале. Свидетельство имеет юридическую силу наравне со свидетельством, выданным на бумажном носителе.

Информация о перечне необходимых документов и сроках предоставления государственных услуг размещена на сайте [64.mvd.rf](http://64.mvd.rf) в разделе «Государственные услуги по линии миграции».



## В рамках закона

## Прокуратура провела ряд проверок

Прокуратурой района по информации Территориального фонда обязательного медицинского страхования Саратовской области проведена проверка соблюдения бюджетного законодательства в части использования средств обязательного медицинского страхования в ГУЗ СО «Татищевская РБ».

В ходе проведенной проверки у ГУЗ СО «Татищевская РБ» выявлены факты нецелевого использования средств ОМС на общую сумму 700 тыс. рублей.

Штраф за нецелевое использование средств ОМС составил 73 тыс. рублей.

Указанные обстоятельства являются нарушением п.5 ч.2 ст.20 Федерального закона от 29.11.2010 №326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в РФ», согласно которому медицинские организации обязаны использовать средства обязательного медицинского страхования, полученные за оказанную медицинскую помощь, в соответствии с программами обязательного медицинского страхования.

Вместе с тем, ГУЗ СО «Татищевская РБ» осуществлен только частичный возврат денежных средств на сумму 5000 рублей.

Задолженность медицинского учреждения перед ТФОМС Саратовской области по возврату денежных средств, использованных не по целевому назначению, составляет 729677,03 рублей.

По указанным фактам в адрес главного врача ГУЗ СО «Татищевская РБ» внесено представление, которое рассмотрено и удовлетворено, денежные средства возвращены в ТФОМС Саратовской области.

Прокуратурой Татищевского района проанализировано постановление администрации Октябрьского муниципального образования, утверждающее определение Порядка принятия решений о признании безнадежной к взысканию задолженности по платежам в бюджет Октябрьского муниципального образования (далее – Порядок). При проверке соответствия данного нормативно-правового акта действующему законодательству установлено, что он является незаконным.

Так, в нарушение постановления Правительства РФ от 06.05.2016 №393 пункт 3 указанного Порядка содержит документы, подтверждающие случаи признания безнадежной к взысканию задолженности по платежам в бюджеты бюджетной системы Российской Федерации, не соответствующие требованиям действующего законодательства.

Кроме того, в Порядке отсутствует срок, в течение которого комиссией подготавливается проект решения о признании безнадежной к взысканию задолженности по платежам в бюджеты бюджетной системы Российской Федерации.

На незаконный правовой акт прокуратурой района принесен протест, по результатам рассмотрения которого нормативно-правовой акт приведен в соответствие с действующим законодательством.

## Напоминаем

## Электронные сигареты опасны для здоровья!

В одном из докладов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) было показано, что содержание токсичных веществ, формальдегида, а также металлов в аэрозоле электронных сигарет может быть равно или даже больше, чем в дыме от обычных сигарет.

Использование электронных сигарет с никотином приводит к появлению симптомов никотиновой зависимости.

Электронные сигареты могут взрываться и вызывать ожоги и травмы при использовании аккумуляторов низкого качества, ненадлежащем хранении или модификации пользователями.

Использование электронных сигарет у подростков ассоциируется с обострением бронхальной астмы.

Масла, которые содержатся в электронных сигаретах, могут вызывать тяжелый бронхоспазм и острую дыхательную недостаточность.

В вейпе содержится тяжелые металлы (никель, свинец). Повышенное содержание никеля в организме ведет к снижению иммунитета, повышению риска развития злокачественных образований в лёгких. Свинец является токсичным для нервной системы и может приводить к гипертонии, а у беременных женщин может вызывать выкидыши.

Преднамеренный или случайный контакт с жидкостями для электронных сигарет (от употребления внутрь до контакта с глазами или кожей) приводит к неблагоприятным последствиям для здоровья.

Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца. Общее пользование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом.

Уважаемые жители и гости п. Светлый! Берегите себя и свое здоровье!

ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

# ВМЕСТЕ – К НОВЫМ ВЕРШИНАМ!

С 2009 года в Балашовском районе проходит молодёжный образовательный форум «Хопёр». Эта уникальная образовательная площадка ежегодно принимает более трёхсот молодых людей из Саратовской области и близлежащих регионов России.

ния «Волонтеры Победы» организовало на форуме свою площадку. И именно на ней городской округ ЗАТО Светлый представляли студентка 2 курса университета Ирина Ильина, ученик школы №2 им. В.А. Коновалова Леонид Марьянкин и учащиеся школы №3 им. В.Н. Щёголева Елизавета Моисеева и Анастасия Сошнева. Светловская молодёжь поделилась своими впечатлениями от поездки и участия в столь масштабном форуме.

– Я одна так далеко никогда не ездила! – делится Елизавета Моисеева. – Вдали от цивилизации было непросто, но безумно интересно. Лагерь расположен в лесу, кругом сосны, природа там великолепна! Наши ребята, заряженные и позитивные, на све-



Этот год исключением не стал: в последние дни августа самый масштабный в области молодёжный образовательный форум развернул свою активную работу на базе детского оздоровительного лагеря «Колос». В течение пяти дней ребята с 36-ти районов области имели возможность поработать по интересующим их направлениям (в этом году их было рекордное количество – восемь!), разви-



вая свои компетенции, приобретая новые навыки и продвигая идеи.

Саратовское региональное отделение всероссийского общественного движе-

жем воздухе, в кругу таких же активных и инициативных сверстников с большим энтузиазмом осваивали насыщенную программу форума.

– Каждый день был насыщен по минутам, – вспоминает Анастасия. – Мы посетили большое количество семинаров и лекций, участвовали в различных тренингах, слушали выступления спикеров и экспертов. В общем, загружали свой мозг по полной!

В ходе беседы стало понятно: наши волонтеры не боятся трудностей, это их только вдохновляло на новые сверше-



ния и подстёгивало развиваться и постигать новые направления. Так, Волонтеры Победы осваивали проектную деятельность, пробуя свои силы в написании собственных проектов, посещали консультации от экспертов:

– Для меня лично это было очень интересной и полезной информацией, – поделился Леонид. – Я и до этого в общих чертах знал и представлял, как работать над проектом, но на форуме нам настолько грамотно об этом рассказали, буквально разложили по полочкам, что стали понятны многие тонкости и нюансы данной работы.

Кстати, по результатам конвейера проектов были объявлены победители форума, получившие гранты на реализацию своих идей. В будущем светловские волонтеры однозначно хотят попробовать свои силы в этом виде деятельности!

Помимо образовательной программы участники форума принимали участие в культурных и спортивных мероприятиях. Это были ежедневные зарядки, конкурсы «Мистер и Миссис Хопёр», спартакиада, интерактивные зоны от направлений, а также вечерние мероприятия, где молодые люди могли проявить креатив и свои творческие таланты.

– На форуме мы приобрели огромный опыт, который, несомненно, пригодится в будущем, – убеждена Анастасия. – А ещё мы познакомимся с другими ре-



бятами, общались с очень интересными людьми.

Для Елизаветы смена ознаменовалась важным и радостным событием в её жизни:

– Здесь я отпраздновала свой день рождения, – рассказала Лиза. – Для меня нарисовали плакат, надарили подарков, в течение всего дня меня поздравляли на лекциях и мероприятиях. Было приятно, море позитива!

Глядя на наших ребят, таких активных и увлечённых, наделённых огромным потенциалом, понимаешь, что они непременно воплотят в жизнь все свои идеи. Хочется пожелать им удачи в начинаниях, не останавливаться на достигнутом и верить в свои силы!

Галина Белоусова

Из зала заседаний

## ПОГОДА ДИКТУЕТ? ИЛИ КОГДА В СВЕТЛОМ ВКЛЮЧАТ ОТОПЛЕНИЕ

С приходом осени в этом году резко похолодало. Синоптики отмечают, что сейчас температура воздуха ниже климатической. Тепло пропало буквально с первых дней сентября, а до конца этой недели прогнозируется дождливая и холодная погода с дневными температурами около 12–14 градусов.

Когда в школы детские сады дадут отопление, а в светловских квартирах могут заработать батареи, обсудили на прошедшем 14 сентября в администрации посёлка постоянно действующем заседании при главе городского округа.

Одним из основных направлений повестки дня стал вопрос о подготовке к отопительному сезону и температурном режиме в учреждениях социальной сферы. Директор МУП «ЖКХ» и руководители учреждений сообщили, что все жилые дома и значимые объекты к отопительному сезону уже под-

готовлены. Все запланированные мероприятия выполнены. Температурный режим в учреждениях общего, дошкольного и дополнительного образования также в норме. Сотрудники учреждений делают всё возможное, чтобы исключить те-

плотери.

При этом отопительный сезон могут начать уже с 1 октября. Такое поручение дал накануне врио Губернатора Роман Бусаргин на совещании с главами районов по подготовке к отопсезону.



Тем не менее, говорить о включении отопления пока рано. Синоптики обещают, что уже в ближайшие выходные погода улучшится. «Держим вопрос на контроле. В случае необходимости – начинаем подачу тепла», – отметила глава городского округа Оксана Шандыбина.

Кроме того, на совещании обсудили ситуацию с заболеваемостью светловцев сезонными простудами и коронавирусной инфекцией. Было отмечено, что хотя COVID-19 переносится значительно легче, чем в самом начале его появления, тем не менее, уровень заболеваемости растёт с каждым днем.

«Не забываем вакцинироваться и ревакцинироваться, это – лучшая защита от инфекции», – напомнили участникам совещания. Также стоит сделать прививку и от гриппа, сезон которого традиционно начинается уже в декабре. В медико-санитарной части Светлого все вакцины в наличии.

Александра Тупыленко

# На своих постах: подводим итоги выборов

» Продолжение.  
Начало на стр. 1

Большинство жителей нашего городского округа (как, кстати, и всей Саратовской области) сделало свой выбор в пользу того, чтобы руководителем на-

60,72% голосов). Всероссийская политическая партия «ЕДИНАЯ РОССИЯ» получила 66,75% голосов избирателей по городскому округу ЗАТО Светлый.

Итоги трехдневных выборов в представительный орган местной власти также подведены. За этим голосованием светловцы следили с особым внима-



## «Это мой долг»: поговорили с теми, кто голосует впервые

**Никита Антонов:**

- Участие в голосовании — это поступок по-настоящему взрослого человека, который понимает серьезность принимаемых решений и не боится брать ответственность на себя. Честно, ждал этого дня с нетерпением, поэтому пошел голосовать сразу с утра.

Впервые участвую в выборах, пришёл с семьёй. Для меня было важно прийти на голосование, ведь это мой гражданский долг! Уверен, что от каждого из нас зависит, каким будет наш

завтрашний день, мы сами должны выбирать своё будущее, — считает.

**Алёна Байкова:**

- Думаю, голосовать — долг каждого гражданина нашей страны. Мы обязаны высказать свое мнение, обозначить позицию. Особенно это касается молодежи, ведь будущее в наших руках. Именно мы решаем, в какой стране будем жить, учиться, работать, чем будем заниматься. Я уже свой выбор сделала.

шего региона стал достойный и компетентный человек, способный оправдать доверие жителей области, сохранить всё самое лучшее, построить новое. Светловцы голосовали за поступательное развитие и реальные дела, и итоги выборов показали, кому доверяют граждане и чью программу поддерживают.

Наибольшее количество голосов в Светлом — 80,19% - отдано Роману Викторовичу Бусаргину. Что касается кандидатов по выборам депутатов Саратовской областной Думы седьмого созыва, жители посёлка оказали доверие Грибину Роману Викторовичу (он набрал

нием. Местная власть ближе всех к человеку. Своих депутатов знают в лицо. Тем выше ответственность тех, кого земляки облекли доверием. Наибольшее число голосов избирателей получили Вера Сергеевна Чепурненко (57,91%), Любовь Владимировна Аникина (49,43%), Ирина Владимировна Николаева (41,94%), Олеся Михайловна Васи-



## Прямая речь

**Глава городского округа ЗАТО Светлый О.Н. Шандыбина**

- В течение трёх дней наши жители выбрали Главу региона, депутатов Саратовской областной Думы и избрали своих представителей в Муниципальное собрание городского округа.

Спасибо всем, кто выразил свою гражданскую позицию и проявил неравнодушие к будущему нашего посёлка и Саратовской области. А в Светлом участие в выборах приняло более 4,5 тысяч человек! Благодаря таким неравнодушным людям, как вы, уважаемые светловцы, наш посёлок, наш регион развивается, становится лучше и сильнее.

Спасибо членам территориальной и участковых избирательных комиссий, сотрудникам правоохранительных органов, общественным наблюдателям — всем, кто был задействован в подготовке и проведении выборов. Каждый из вас внёс вклад в то, чтобы выборы в Светлом прошли легитимно и безопасно.

Дорогие друзья! Теперь каждый, кто принял участие в выборах, с полным правом может сказать, что внёс личный вклад в историю Саратовской области, в настоящее и будущее родного посёлка и региона!

Ещё раз хочу поблагодарить всех вас, дорогие друзья, за проявленную гражданскую активность. Счастья вам, удачи и всего самого хорошего!



льева (40,50%) и Станислав Игоревич Мальцев (22,79%).

Отметим, с первого дня голосования участковые избирательные комиссии работали четко и слаженно. По заявкам граждан в соответствии с законодательством осуществлялись выезды для голосования вне помещения избирательных участков. Соблюдались все рекомендации по профилактике рисков, связанных с распространением коронавирусной инфекции. Безопасность и законность выборов обеспечивали сотрудники правоохранительных органов. За ходом выборов пристально следили многочисленные наблюдатели.

**Александра Тупыленко,  
фото автора  
и Галины Белоусовой**



ПОНЕДЕЛЬНИК, 19 СЕНТЯБРЯ

05.00 Телеканал «Доброе утро». 10.00, 13.00, 16.00 Новости (с субтитрами). 10.20 «АнтиФейк». (16+).

РОССИЯ 1 05.00, 09.30

Утро России. 09.00, 14.30, 21.05 Вести-Саратов. 09.55 О самом главном. (12+).

НТВ 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+). 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня».

06.00, 05.15 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко».

07.00, 19.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+). 08.00 «С бодрым утром!».

07.30, 06.40 «Однажды в России. Спецдайджест».

08.00 М/с «Приключения Пети и Волка». (12+). 09.00 М/с «Простоквашино».

ВТОРНИК, 20 СЕНТЯБРЯ

05.00 Телеканал «Доброе утро». 10.00, 13.00, 16.00 Новости (с субтитрами). 10.20 «АнтиФейк». (16+).

РОССИЯ 1 05.00, 09.30

Утро России. 09.00, 14.30, 21.05 Вести-Саратов. 09.55 О самом главном. (12+).

НТВ 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+). 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня».

06.00, 05.35 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко».

07.00, 19.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+). 08.00 «С бодрым утром!».

07.30 «Однажды в России. Спецдайджест».

08.00 М/с «Приключения Пети и Волка». (12+). 09.00 М/с «Простоквашино».

СРЕДА, 21 СЕНТЯБРЯ

05.00 Телеканал «Доброе утро». 10.00, 13.00, 16.00 Новости (с субтитрами). 10.20 «АнтиФейк». (16+).

РОССИЯ 1 05.00, 09.30

Утро России. 09.00, 14.30, 21.05 Вести-Саратов. 09.55 О самом главном. (12+).

НТВ 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+). 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня».

06.00, 05.35 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко».

07.00, 19.00, 03.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+). 08.00 «С бодрым утром!».

07.10, 06.45 «Однажды в России. Спецдайджест».

08.00 М/с «Приключения Пети и Волка». (12+). 09.00 М/с «Простоквашино».

ЧЕТВЕРГ, 22 СЕНТЯБРЯ

05.00 Телеканал «Доброе утро». 10.00, 13.00, 16.00 Новости (с субтитрами). 10.20 «АнтиФейк». (16+).

РОССИЯ 1 05.00, 09.30

Утро России. 09.00, 14.30, 21.05 Вести-Саратов. 09.55 О самом главном. (12+).

НТВ 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+). 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня».

06.00, 05.35 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко».

07.00, 19.00, 03.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+). 08.00 «С бодрым утром!».

07.30, 06.50 «Однажды в России. Спецдайджест».

08.00 М/с «Приключения Пети и Волка». (12+). 09.00 М/с «Простоквашино».

02.50, 03.40 «Импровизация». (16+). 04.25 «Comedy Баттл». (16+).

РОССИЯ 1 05.00, 09.30

Утро России. 09.00, 14.30, 21.05 Вести-Саратов. 09.55 О самом главном. (12+).

НТВ 04.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+). 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня».

06.00, 05.35 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко».

07.00, 19.05, 23.30 Все на Матч! 10.15, 13.40, 05.50 Специальный репортаж. (12+).

РОССИЯ 1 07.30, 08.00

08.30, 09.30, 11.00, 16.00, 20.30, 00.40 Новости культуры. 07.35 «Пешком...».

ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ

ВАКАНСИИ

В Администрацию городского округа ЗАТО Светлый требуются:

- заместитель начальника отдела по управлению имуществом;
- специалист по жилищным отношениям отдела по управлению имуществом;
- главный специалист по градостроительству сектора строительства и жилищно-коммунального хозяйства;
- главный специалист отдела организационного обеспечения (временная).

В школу №2 им. В.А. Ковалова требуются: преподаватель-организатор ОБЖ; рабочий кухни; уборщик служебных помещений; учитель - дефектолог; учитель химии; учитель английского языка.

В школу №3 им. В.Н. Щеголева требуются: уборщик служебных помещений, инженер-программист (на период декретного отпуска), заведующий столовой (на период декретного отпуска), учитель-дефектолог, учитель-логопед.

В детский сад №5 «Ромашка» требуются: учитель-логопед, повар, повар (0,5 ставки), дворник.

В детский сад №4 «Солнышко» требуются: повар, дворник. Требования: медицинский осмотр, справка об отсутствии судимости.

В детский сад №3 «Сказка» требуются: музыкальный руководитель; младший воспитатель; дворник; слесарь-электрик.

В МУП «ЖКХ» на постоянную работу требуются: оператор паровых котлов, газосварщик, водитель категории С, дворник, мастер станции водоподготовки.

СПСЧ №5 ФГКУ «Специальное управление ФПС №46 МЧС России» информирует о наличии вакансий в специальной пожарно-спасательной части №5.

Больше информации по тел.: 8 (84558) 4-31-01; 4-37-20, 8-927-143-21-16.

В Детско-юношескую спортивную школу требуется специалист в сфере закупок (контрактный управляющий), на 0,5 ставки.

ИНФОРМИРУЕМ

Уважаемые военнослужащие, члены их семей, жители городского округа ЗАТО Светлый!

По всем вопросам, требующим решения командования ракетной дивизии, вы можете обратиться по электронному адресу: 89553\_39@mail.ru.

ПРИЁМ

В прокуратуре Татищевского района по адресу: р.п.Татищево, ул.Лапшова, д.16а с 9.00 до 18.00 организовано проведение Всероссийского дня приема предпринимателей.

ВАКЦИНАЦИЯ

В поликлинике медико-санитарной части в наличии следующие вакцины от коронавируса: «Спутник V», «ЭпиВакКорона», «КовиВак».

БЛАГОДАРНОСТЬ

Выражаю благодарность в лечении и спасении моего мужа Чернова Николая Ивановича: врачам-терапевтам Шаблиновой Татьяне Сергеевне и Демченко Анастасии Викторовне; скорой помощи Ивановой Елене Александровне; работнику регистратуры Ковальчук Наталье Юрьевне; главному врачу Передереву Владимиру Федоровичу.

С уважением, Хращевская А.В.

ПЯТНИЦА, 23 СЕНТЯБРЯ

05.00 Телеканал "Доброе утро". 10.00, 13.00, 16.00 Новости (с субтитрами). 10.20 "АнтиФейк". (16+). 10.55 "Жить здорово!" (16+).

РОССИЯ 1 05.00

Утро России. 09.00, 14.30, 21.15 Вести-Саратов. 09.55 О самом главном. (12+).

НТВ 04.55 Т/с

"Улицы разбитых фонарей". (16+). 06.30 "Утро. Самое лучшее". (16+).

06.00, 10.00

"Документальный проект". (16+). 07.00, 19.00 "Самые шокирующие гипотезы". (16+).

07.35

"Однажды в России. Спецдайджест". (16+). 08.00 М/ф "Снежная королева-3. Огонь и лед". (6+).

СУББОТА, 24 СЕНТЯБРЯ

06.00 Телеканал "Доброе утро. Суббота". 09.00 "Умницы и умники". (12+).

07.00, 06.50

Мультфильм "Ералаш". (0+). 07.05 М/с "Три кота". (0+).

РОССИЯ 1 05.00

Утро России. Суббота. 08.00 Вести-Саратов. 08.20 Местное время. Суббота.

НТВ 05.00 Д/с

"Слето в СССР". (12+). 05.45 Т/с "Инспектор Купер". (16+).

06.00

"Невероятно интересные истории". (16+). 08.00 "С добрым утром!". (16+).

07.15-09.00

"Однажды в России. Спецдайджест". (16+). 10.00 "Звездная кухня". (16+).

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 25 СЕНТЯБРЯ

05.20, 06.10 Х/ф "Ты - мне, я - тебе". (12+). 06.00, 10.00 Новости. 07.00 Игры, гармонь любимая! (12+).

07.00, 06.50

Мультфильм "Ералаш". (0+). 07.05-08.30 Мультфильмы. (0+).

РОССИЯ 1 05.30

Утро России. 05.30, 09.00, 14.30, 21.15 Вести-Саратов. 05.55 "Улицы разбитых фонарей". (16+).

НТВ 06.45

"Центральное телевидение". (16+). 08.00, 10.00, 16.00 "Сегодня". (16+).

06.00

"Тайны Чапман". (16+). 08.00 "С добрым утром!". (16+).

РОССИЯ 1 07.30

"Новости". (16+). 10.00 "Самая народная программа". (16+).

Личный опыт

# На пути к достижению баланса тела и духа

На этой неделе, во Всероссийский день йоги, наша редакция задалась вопросом: почему в современном мире всё больше людей предпочитают эту древнюю практику занятиям в спортзале на тренажёрах или аэробике и фитнесу?



Вооружившись фотоаппаратом и диктофоном, я направилась на занятие по хатха-йоге к педагогу Дома детского творчества Анне Авраменко с твёрдым намерением пообщаться с инструктором и её группой на интересующую меня тему... И вот, не заметив как, я уже сама сижу в позе лотоса на коврике и слежу за дыханием! И это вместо того, чтобы фотографировать и брать интервью. Главный редактор с пониманием отнеслась к такому нестандартному подходу в выполнении редакционного задания, ведь в этот день я приобрела бесценный опыт, буквально изучила тему изнутри и на себе познала все тонкости, интересности и полезности этой практики. Теперь в списке предстоящих покупок первым пунктом у меня обозначен коврик для йоги.

Итак, самое важное открытие, которое я сделала для себя в зале: йога – это статика, баланс и погружение в себя. Новые ощущения были так интересны и ни на что не похожи для меня как человека, привыкшего к физическим активностям через постоянное движение. Тут же пришлось остановиться, закрыть глаза, сосредоточиться на дыхании и своих ощущениях.

На моём первом в жизни занятии йогой инструктор Анна мне сразу сказала:

– Нужно учиться уходить сознанием в тело и в мо-

мент выполнения асан быть в нём. И если есть ощущение дискомфорта или асана даётся сложно – медленно выходить из неё, а затем снова пробовать медленно входить. Нельзя надирать организм! Плюс дыхание: первое время оно кажется непонятным, а потом привыкаешь и уже по-другому не можешь – всё будет само получаться.

Оставив за порогом зала будничную суету и весь эмоциональный мусор, я вместе с остальными участницами вечерней практики под приятную музыку, неспешно и сосредоточенно, с головой ушла в практику. Время пролетело незаметно, было интересно, местами – сложно, и Анна помогала мне как новичку справиться с первыми трудностями на пути познания азов хатха-йоги. Домой я возвращалась воодушевлённая и умиротворённая одновременно, а ещё, как мне кажется, чуточку изменившаяся.

Итогом первого дня занятия йогой стало осознание того, что при нашем бешеном темпе жизни мы забываем о самом главном – надо прислушиваться к своему организму, ведь наше тело в буквальном смысле через зажимы, боли и спазмы «разговаривает» с нами. А чрезмерное психоэмоциональное напряжение непременно нужно снимать, и йога в этом деле – лучшее «лекарство» для тела, ума и души. Для меня стало важным научиться расслабляться, поскольку во время практики я осознала, что не могу сде-



лать это до конца даже в положении лёжа на спине, поэтому постоянно приходилось сосредотачиваться на этом важном моменте. И я с нетерпением уже жду следующего занятия – мне ещё многое предстоит познать и осознать!

Галина Белоусова, фото автора



## БЛИЦ-ОПРОС

Продолжите фразу: «Для меня йога – это...»

**Анна АВРАМЕНКО:**

Йога для меня – это возможность быть наедине с собой, своим Я. Возможность снять напряжение, научиться слышать своё тело, понимать его.

**Ольга ГОЛОСОВА:**

Йога для меня – это лучшее лекарство от стресса. Здесь я научилась расслабляться, успокаиваться и постигать равновесие. Йога дарит внутреннюю тишину и спокойствие ума.

**Ольга РУДЕНКО:**

Йога для меня – это время, которое я провожу наедине с собой, со своими мыслями и чувствами. Она дарит возможность прокачать свое сознание с пользой для тела.

**Алина ХАЛИЛОВА:**

Для меня йога – это способ расслабиться после насыщенного дня с семьёй, возможность привести в порядок свои мысли и приятное общение с единомышленниками.

**Вера ЧЕПУРЕНКО:**

Йога для меня – это не просто спорт, а нечто намного большее. Если сказать простыми словами – это забота о своем теле, уме и дыхании, это отличный способ поддерживать мышцы в хорошем тонусе, избавиться от ненужных мыслей, отвлечься от проблем. А также йога даёт возможность познать себя, научиться контролировать свое тело и в то же время расслабляться.

## РАСПИСАНИЕ БОГОСЛУЖЕНИЙ В храме Веры, Надежды, Любви и матери их Божии

**16 сентября, пятница в 17.00** - Вседневное богослужение. Священномученика Вавилы, епископа Великой Антиохии.

**17 сентября, суббота в 8.30** - Часы, Литургия. Панихида. Священномученика Вавилы, епископа Великой Антиохии.

**17 сентября, суббота в 17.00** - Всенощное бдение, 1-й час. Неделя 14-я по Пятидесятнице. Пророка Захарии и праведной Елисаветы, родителей Иоанна Предтечи.

**18 августа, воскресенье в 8.30** - Часы, Литургия. Малое освящение воды. Неделя 14-я по Пятидесятнице. Пророка Захарии и праведной Елисаветы, родителей Иоанна Предтечи.

## СЕЗОННОЕ

# Вакцинация – лучшая защита!

Наступила осень и всем, кроме тёплой одежды, зонтиков и крепкой обуви нужна другая, не менее важная защита. С наступлением холодов и мокрой погоды человеку необходима помощь от микроорганизмов, которые нас атакуют с начала осени и до глубокой весны. Самое время принять меры по защите от гриппа.

Напомним, что «обычный» грипп, на самом деле – не очень обычное и отнюдь не безопасное заболевание.

1. Все знают о способе передачи гриппа воздушно-капельным путём, но многие забывают, что заразиться можно даже при разговоре с больным человеком.

2. Инкубационный период вируса очень короткий, всего 1-2 дня, в это время симптомы отсутствуют, а микроорганизм уже активно размножается.

3. Вирус размножается молниеносно после попадания на верхние дыхательные пути. Спустя всего 8 часов, его количество увеличивается в тысячи.

4. Болезнь приводит к многочисленным осложнениям: пневмония, заболевания почек и головного мозга, летальные исходы.

5. Если лечение начато с опозданием – оно в большинстве случаев уже неэффективно.

6. Есть возможность просто не заболеть – сходить и привиться.

О значении регулярности вакцинации от гриппа говорят



все врачи. Любая прививка от гриппа – это средство, которое помогает запустить собственные защитные силы организма, помогает ему бороться с инфекцией, подготавливая его к встрече с вирусом.

Оптимальные сроки вакцинации от гриппа – это начало осени (сентябрь и октябрь) так как на выработку защиты нужно как минимум 2-4 недели. Однако даже зимой, в разгар эпидемии, прививка от гриппа может значительно снизить ваши шансы заболеть, поэтому вакцинируйтесь при любой возможности!

В светловской МСЧ вас и ваших детей ждут с понедельника по пятницу с 9.00 до 13.00, каб. №130, №138.

Наш корреспондент

СВЕТЛЫЕ ВЕСТИ

УЧРЕДИТЕЛЬ  
Администрация  
городского округа  
ЗАТО Светлый  
Саратовской области

Редактор  
Тупыленко А.В.

Адрес редакции и издателя:  
412163, п. Светлый,  
ул. Кузнецова, д. 4, пом. 61.  
Телефон/факс: 8(84558) 4-38-94.  
E-mail: svetvest@yandex.ru,  
сайт: www.svetvest.ru.

Газета набрана и сверстана в редакции, отпечатана офсетным способом в ООО «ВОЛГА-МЕДИА» (г. Саратов, ул. Вишнёвая, д. 10, тел. 39-73-66).

За качество снимков типография ответственности не несёт.

Газета зарегистрирована Поволжским территориальным управлением МПТР России ПИ № 7-0196 от 31 августа 2000 г.

Мнение авторов публикаций не обязательно отражает позицию редакции. Должностные лица несут ответственность за достоверность предлагаемой информации. Публикуется на правах рекламы. Редакция не несёт ответственности за содержание рекламы и объявлений.

Подписной индекс 14330  
Тираж 880 заказ № 3396  
Подписано в печать 15.09.2022 г.

Цена свободная