



## Есть идея? Давай воплощать!

### АКТУАЛЬНО

Среди горожан растет интерес к региональному проекту «Комфортное Поморье». Проект инициирован губернатором Архангельской области Александром Цыбульским и дает возможность активным гражданам вынести на обсуждение свои идеи по благоустройству территорий.

Одобренные заявки в следующем году будут реализованы за счет средств областного бюджета. По поручению главы региона на это в 2024 году выделят 270 млн рублей, а в 2025-м уже 500 млн рублей.

Какие инициативы могут воплотиться в реальность? Направлений очень много. Это и благоустройство общественных пространств, дворовых территорий, спортивных и детских площадок, парков и скверов; и ремонт подъездов МКД, установка освещения; и ремонт социальных объектов и др.

Первопроходцами в этом деле в Мирном стали жители домов № 4 и № 6 на ул. Дзержинского. Они выступили с предложением облагородить дворовую территорию. Следующая инициатива объединила жильцов дома № 12 на ул. Советской. Во время собрания граждан была высказана инициатива привести в порядок тротуар, идущий вдоль здания, и подходы к подъездам, а также установить современные скамейки и урны.

К утру 18 августа поступила еще одна заявка – она касается благоустройства территории вдоль домов 44 и 46 на ул. Дзержинского.

Активную поддержку населению в вопросе участия в проекте оказывают депутаты городского Совета вместе с председателем Юрием Волоховым. Вместе со специалистами администрации, курирующими проект в Мирном, они дают разъяснения на собраниях граждан.

Если вы также желаете преобразить какое-либо пространство, то стоит поторопиться. Подайте в администрацию города заявку до 31 августа включительно. Срок ограничен, поскольку необходимо до этого момента успеть провести встречу с горожанами и собрать подписи в поддержку инициативы, которые послужат необходимым дополнением к заявке.

Выдвинуть свой проект может любой житель, достигший 16 лет. Важно, что право поддерживать выдвигаемые проекты дает не только постоянная прописка, но и временная регистрация. То есть ваша подпись может оказаться тем самым решающим голосом, который перевесит чашу весов в пользу выделения денег на реализацию проектов именно в Мирном.

Поступившие заявки будут оцениваться сперва на местах, а окончательно



ное решение примет межведомственная комиссия во главе с губернатором Архангельской области. При рассмотрении во внимание берется социальная значимость и актуальность инициативы, количество подписей в ее поддержку, направленность проекта на решение вопросов местного значения, дополнительная поддержка проекта со стороны администрации и спонсоров.

Подробная информация о проекте представлена на сайте <https://комфортноепоморье29.рф>.

Также свои вопросы вы можете задать, позвонив с 10:00 до 12:30 и с 15:00 до 16:30 в информационный центр проекта в Мирном по номеру: **8 (81834) 5-09-20.**



### В добрый путь!

**Дорогие жители Мирного!  
Школьники, студенты, педагоги, родители!**

От всей души поздравляю вас с наступающим 1 Сентября!

В этом году в День знаний в Мирном первый раз сядут за школьную парту 425 мальчишек и девочек. Всего же наши школы примут более 3820 человек. Еще около 1800 детей посещают городские детские сады.

1 Сентября - наш общий праздник, светлый и радостный. В этот день забываются горести, и все с доброй улыбкой смотрят на идущих в школу нарядных мальчишек и девочек. Трель первого школьного звонка одинаково волнует учеников разных поколений. Детям она дарит встречу со школой, а нам, взрослым, - теплые воспоминания о чудесной поре детства и юности, о любимых учителях...

Замечательно, что юные жители Мирного относятся к учебе все более ответственно: из года в год растет число золотых медалистов, увеличивается количество наших студентов в вузах страны.

Сегодня уже всем ясно, что только знания станут основой как личного успеха нынешних школьников и студентов, так и фундаментом процветания нашего Отечества. России нужны умные, образованные люди. И от нас, педагогов и родителей, зависит, какими вырастут наши дети, каким будет будущее нашего Мирного.

От всей души желаю всем учителям житейской мудрости, терпения и понимания. Перед вами стоит труднейшая и благороднейшая задача: не только вложить знания в умы своих подопечных, но и воспитать их достойными гражданами своего города, страны.

А ученикам хочу пожелать ярких, интересных уроков и удивительных открытий. Пусть каждый школьный день будет неповторимым и ярким. Всем счастья, благополучия, праздничного настроения!

Всем горожанам – счастья и крепкого здоровья. Пусть никогда не иссякнет стремление к знаниям, заложенное природой в каждом из нас!

**Глава Мирного  
Юрий Сергеев**

# Любая сумма имеет значение!

## СВОИХ НЕ БРОСАЕМ

Публикуем отчет члена Мирнинской местной общественной организации ветеранов военной службы космодрома «Плесецк» Василия Литовченко о проведении седьмого этапа гуманитарной акции «Своих не бросаем! Вместе мы победим!»

За время проведения седьмого этапа акции (с 4 июня по 20 июля 2023 года) жителями Мирного, а также жителями Королева, Краснознаменска, Ейска и Санкт-Петербурга было пожертвовано в общей сложности 524302 рубля.

На них закуплены:

- 1 бензогенератор 0,9 кВт,
- 4 рации ТУТ-390,
- более 1000 упаковок влажных салфеток,
- 102 лицевые сетки от комаров,
- 160 репеллентов от насекомых,
- 60 пар тактических перчаток,
- 140 пар рабочих перчаток,
- 120 походных наборов (ложка, вилка, нож, кружка),
- 22 канистры различной емкости для воды,
- 24 литра оружейного масла,
- 20 комплектов краски для ночной стрельбы,
- 27 саперных щупов,

• 4 маскировочные сети.

Также отпечатаны 100 комплектов методических пособий для обучения воинов поведению и выживанию на поле боя.

Оставшиеся денежные средства (около 44 тыс. руб.) были потрачены на закупку горючего для автомобиля, оказания персональной помощи двум тяжелораненым воинам из 1-го армейского корпуса ДНР и изготовления почетных общественных наград от организации «Боевое братство» для наиболее достойных воинов.

Кроме того, администрацией города и жителями Мирного переданы 2 квадрокоптера и 15 литров оружейного масла, 1 комплект колес, 5 покрышек, 5 камер и 4 диска для автомобиля «Нива». 10 коробок с продуктами и 11 коробок с медикаментами собрали волонтеры движения «Мирный За Мир». Для библиотек и школ Донбасса переданы книги о Мирном и космодроме. Представителями организации «Боевое братство» нашего города были направлены 2500 наборов комплектов для эффективной работы квадрокоптеров.

Весь указанный груз был доставлен мной на Донбасс, в район линии боевого соприкосновения. Вместе с представителем Нижегородской организации «Боевое братство» 25 июля мы передали собранное из рук командованию пяти боевых подразделений 1-го и 2-го армейских корпусов

ДНР и ЛНР. Фото- и видеоматериалы передачи имеются.

Большое спасибо всем, кто откликнулся, от меня лично и от наших защитников!

Внимание! Сбор средств, для помощи нашим воинам продолжается.

Денежные пожертвования принимаются на счет Мирнинской местной общественной организации ветеранов военной службы космодрома «Плесецк» и в наличном и безналичном виде под расписку в павильоне «Мирнинский сувенир» по адресу: ул. Ленина, 39б, пом. 8 (напротив магазина «Пятерочка» возле ТК «Пассаж»). Тел.: +7 (921) 299-38-01. Карта Сбербанка привязана к этому номеру.

Любая сумма имеет значение!

Василий Литовченко



# Не дайте врагам себя обмануть!

## МОШЕННИЧЕСТВО

МВД России предупреждает: телефонные мошенники хотят сделать своих жертв преступниками. Они не только похищают деньги обманутых россиян, но и пытаются вовлечь их в совершение диверсий и террористических актов.

Сотрудники МВД России отмечают резкий рост количества поступающих из регионов нашей страны сообщений об использовании телефонными мошенниками с Украины новой тактики.

Как правило, аферисты начинают разговор с потерпевшими, используя стандартные приемы: сообщают о якобы подозрительных переводах с их банковского счета, о попытках взять от их имени кредит или же выступают с предложением помочь правоохранительным органам остановить преступников. После того как схема успешно реализована и обманутые люди лишаются всех денег, злоумышленники не останавливаются. Теперь они пытаются толкнуть своих легко поддающихся влиянию жертв на преступление.

Незнакомцы сообщают о том, что деньги потерпевших пытаются похитить мошенники или же они уже похищены, но есть возможность их вернуть. Еще один вариант – предлагать отомстить аферистам или же оказать содействие в их задержании. Иногда просто угрожают неприятностями или даже убийством родных и близких. Но каков бы ни был предлог, все заканчивается одинаково: требованием совершить поджог объектов военной, транспортной или банковской инфраструктуры.

Характерно, что мошенники стали массово использовать этот прием лишь недавно. Это косвенно свидетельствует о том, что практически все атакуемые россияне телефонные мошенники находятся на Украине и выполняют одни и те же приказы. Большинство их жертв – люди пожилого возраста, которые в данном случае рассматриваются зарубежными преступниками как расходный материал для создания информационных поводов.

Кроме того, имеет место практика прямого обращения к жителям нашей страны с предложением совершить диверсию или теракт за денежное вознаграждение. Если раньше зарубежные кураторы обещали легкие и быстрые деньги за производство или распространение наркотиков, то теперь они призывают заплатить за поджог указанного ими объекта.

По всем зарегистрированным фактам поджогов и попыток их совершить компетентными органами проводятся проверки. Ведется работа по установлению личностей преступников и их пособников.

МВД России призывает граждан очень внимательно относиться ко всем звонкам и сообщениям, содержанием которых является требование совершить по инструкции собеседника какие-либо противозаконные действия. Помните, что атаки на военные и стратегические важные объекты действующим законодательством квалифицируются как диверсия или террористический акт. Это особо тяжкие преступления, за совершение которых предусмотрено наказание вплоть до 20 лет лишения свободы.

Если в отношении вас или ваших близких пытаются совершить или уже совершили противоправные деяния – как можно быстрее сообщите о случившемся в полицию.

Глава Мирного Ю.Б. Сергеев

Пресс-центр МВД России

**10**  
сентября  
2023  
года

**В ДЕСЯТКУ!**

**СДЕЛАЙ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННЫЙ ВЫБОР**



Выборы депутатов  
Архангельского  
областного Собрания  
депутатов VIII созыва

## Информация для избирателей

### ВЫБОРЫ-2023

10 сентября 2023 года в Поморье пройдут выборы депутатов Архангельского областного Собрания депутатов восьмого созыва. Оно является постоянно действующим представительным и единственным законодательным органом государственной власти Архангельской области. Полномочия облсобрания прописаны в Уставе области.

Представительный орган избирается сроком на пять лет и формируется по смешанной системе. Из сорока семи депутатов двадцать четыре будут избраны по одномандатным округам, двадцать три – по партийным спискам. Поэтому избиратели получают два бюллетеня, в одном из которых перечислены Ф.И.О. кандидатов, во втором – названия избирательных объединений.

Проголосовать на указанных выборах возможно 8, 9 или 10 сентября 2023 года, с 8:00 до 20:00. В случае, если вы не сможете в дни голосования по уважительной причине прийти на избирательный участок, обратитесь в свою участковую избирательную комиссию письменно или устно, в том числе через родственников или знакомых, с просьбой о предоставлении вам возможности проголосовать с 8 по 10 сентября на дому. Обращаться следует с 30 августа 2023 года до 14:00 10 сентября 2023 года по телефону:

ИУ № 543 (ул. Ленина, 9)-5-16-45; ИУ № 544 (ул. Дзержинского, 8)-5-02-88; ИУ № 545 (ул. Ленина, 22)-2-33-65; ИУ № 546 (ул. Овчинникова, 11)-5-10-45; ИУ № 547 (ул. Неделина, 28)-5-02-81; ИУ № 548 (ул. Ломоносова, 18а)-5-01-51; ИУ № 549 (ул. Ленина, 38) – 5-01-88.

Сведения о списке кандидатов, выдвинутых политическими партиями, и кандидатах, выдвинутых по одномандатному избирательному округу № 14, размещены на сайте избирательной комиссии Архангельской области и на официальном сайте Мирного в разделе «Мирнинская городская территориальная избирательная комиссия».

Городской округ Архангельской области «Мирный»  
АДМИНИСТРАЦИЯ МИРНОГО  
ПОСТАНОВЛЕНИЕ  
от «08» августа 2023 года № 1164  
г. Мирный

**Об установлении публичного сервитута в интересах общества с ограниченной ответственностью «Газпром газораспределение Архангельск»**

В соответствии со статьей 23, главой V.7 Земельного кодекса Российской Федерации, статьей 3.3 Федерального закона от 25 октября 2001 года № 137-ФЗ «О введении в действие Земельного кодекса Российской Федерации», Федеральным законом от 6 октября 2003 года № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», статьей 31 Устава городского округа Архангельской области «Мирный», на основании ходатайства общества с ограниченной ответственностью «Газпром газораспределение Архангельск» от 6 июля 2023 года в лице заместителя генерального директора по общим вопросам и корпоративной защите ООО «Газпром газораспределение Архангельск» Сирко Михаила Михайловича, действующего на основании доверенности от 5 октября 2022 года № 18-2022, администрация Мирного постановляет:

1. Установить публичный сервитут в интересах общества с ограниченной ответственностью «Газпром газораспределение Архангельск»

(ОГРН 1142901007160, адрес юридического лица: 163069, Архангельская область, г.о. город Архангельск, наб. Северной Двины, д. 30) в целях эксплуатации линейного объекта системы газоснабжения «Сеть газораспределения по ул. Циргвава, д. 11, г. Мирный Архангельская область» и его неотъемлемых технологических частей в отношении земель кадастрового квартала 29:25:010125.

2. Утвердить границы публичного сервитута площадью 230 кв.м (приложение № 1 к настоящему постановлению).

3. Установить срок публичного сервитута: 49 (сорок девять) лет.

4. Порядок установления зон с особыми условиями использования территорий и содержание ограничений прав на земельные участки в границах таких зон определяются в соответствии с Правилами охраны газораспределительных сетей, утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 20 ноября 2000 года № 878 «Об утверждении правил охраны газораспределительных сетей».

5. Плата за публичный сервитут устанавливается согласно расчету платы за публичный сервитут (приложение № 2 к настоящему постановлению).

6. В отношении земель и земельных участков, находящихся в государственной или муниципальной собственности и не предоставленных гражданам или юридическим лицам, установить свободный график проведения работ при осуществлении деятельности, для обеспечения которой устанавливается публичный сервитут.

7. Обществу с ограниченной ответственностью «Газпром газораспределение Архангельск» привести земельные участки в состояние, пригодное для использования в соответствии с видом разрешенного использования, в срок не позднее чем три месяца после завершения эксплуатации, сноса инженерного сооружения, для размещения которого устанавливается публичный сервитут.

8. Настоящее постановление подлежит размещению на официальном сайте городского округа Архангельской области «Мирный» в информационно – телекоммуникационной сети «Интернет» и опубликованию (за исключением приложений к нему) в газете «Панорама Мирного» в течение пяти рабочих дней со дня издания.

9. Контроль исполнения настоящего постановления возложить на заместителя главы Мирного – начальника Муниципального учреждения «Управление муниципального имущества, строительства и городского хозяйства администрации Мирного» Соловьева В.П.

# Пусть он всегда будет живым!

## РУБРИКА

В августе исполнился год, как не стало Никиты Сокура. Но внутри все протестует: Никита есть!!! И пока в нас пульсирует этот внутренний протест, наш земляк будет жить. Жить в памяти всех, кто был лично знаком с Никитой, и тех, кто узнал о нем после его гибели.

... Митинг памяти, состоявшийся 15 августа возле мемориальной доски у школы № 3, которую закончил Никита Сокур, объявили закрытым. А люди не уходили. Никто не мог двинуться с места. Словно, сделав шаг, каждый нарушил бы целостность какого-то особого временного пространства, в котором оказались все присутствующие на мероприятии. Время и пространство закапсулировались. И внутри этой капсулы было нестерпимо больно из-за нашего бессилия вернуть молодых ребят, погибших на сегодняшней войне. И еще было отчетливо ясно: наши сыновья и братья ЗДЕСЬ живы и здоровы, потому что они ТАМ сложили головы. И потому что другие ТАМ сейчас выполняют воинский долг, рискуя своими жизнями.

Намеренно начала этот текст с конца. Чтобы не ставить точку. Чтобы потом оставить финал открытым.

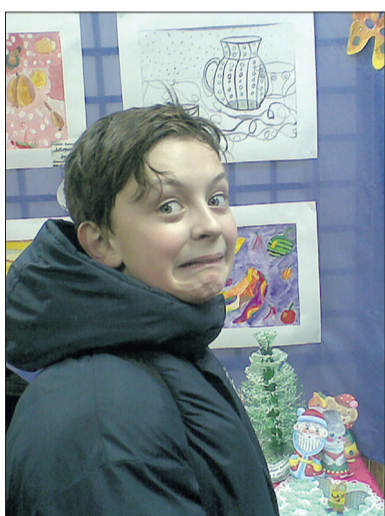
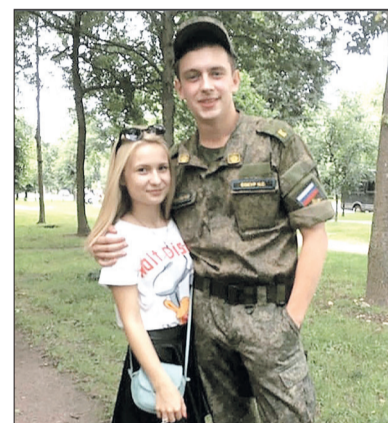
Старший лейтенант Сокур Никита Сергеевич был первым из жителей Мирного, погибшим в ходе специальной военной операции на территории Украины. Его имя в августе 2022 года открыло скорбный список нашего города. Но портрет героя, посмертно награжденного орденом Мужества, в траурную рамку не укладывается.

«Улыбчивый и чуть наивный взгляд, готовность целый мир прикрыть собою», – стихотворные строчки, прозвучавшие сегодня на митинге, созвучны с фотографиями Никиты Сокура, которыми поделилась с нами его мама. Мы попросили разрешения у Ирины Александровны показать жителям Мирного Никиту таким, каким его хранит память родных и близких, друзей, одноклассников, учителей.

– Вот уже год пролетел. Спасибо от всей нашей семьи, что вы помните Никиту, за то, что город сделал в его честь. Это очень важно для нас. Конечно, очень тяжело ходить мимо школы, по улицам, где стоят баннеры с его портретом. Но с этим надо учиться жить. Никита был легким, воздушным человеком. На глупости у него времени не было. Он всегда старался успеть больше, будто знал, что у него мало времени на этом свете. Благодарю вас за память о Никите. Здоровья вам, счастья. И чтобы не гибли больше наши ребята. Мой сын был первым. Потом Мирный похоронил и других ребят. Молодых, красивых, защищавших нас ТАМ. Теперь они защищают нас с небес. Вечная им память! – сказала Ирина Сокур.

Возвращаясь с мероприятия, встретила Екатерину Пасеку, учившую Никиту в начальной школе.

– Не успела на митинг. Каждый раз, проходя мимо баннера с Никитой, говорю: «Мой маленький герой, горжусь тобой и всегда буду тебя помнить!» Всех своих учеников, давно ставших взрослыми, вижу маленькими мальчиками и девочками, – поделилась сквозь слезы Екатерина Юрьевна. – Невозможно принять факт, что Никиты больше нет. Пусть он всегда будет!



хочу прекратить войну прямо сию минуту. Чтобы перестали гибнуть люди. Чтобы перестали плакать матери, бабушки, жены, дети. Хочу, но лично я не могу. Что же могу? Могу писать тексты о том, как и чем город помогает нашим ребятам на передовой и раненым в нашем госпитале. И пишу. Могу поделиться деньгами. И делюсь.

Наверное, смогу плести маскировочные сети (их активистки Мирного давно плетут в помещении воскресной школы при городском храме). Но не умею. Могу научиться? Могу. Вот прямо сейчас туда и пойду.

Елена Бойко



Отбирая фотографии, подумала, насколько у Никиты выразительная внешность. Щедро небеса отмерили ему красоты. И даровали очень короткий век, вернее, всего лишь четверть века. Ну, не может быть, чтобы такие молодые красивые умные парни ух-

дили от нас в никуда. Даже совершив подвиг! Значит, Никита ушел в бессмертие, сделав все, что мог. Все, что зависело от него.

Что делаем мы? Все, что можем? Вот прямо сегодня, здесь и сейчас?

Спрашиваю себя. Лично я очень

**P.S.** Плести маскировочные сети приходят разные люди. Занятие кропотливое. От правильности плетения зависит прочность сетки, которая призвана сберечь жизнь людей. На линии огня эти сети – расходный материал. Поэтому их нужно много. Приходите! Вдруг именно сплетенный вами фрагмент спасет чье-то сына, мужа, брата, отца... Об удобном для вас времени договоритесь с Ольгой Елиферовой по телефону 89626600478

## Календарь памяти

СЕНТЯБРЬ 2023 ГОДА

Праздники и памятные даты, отмечающиеся в предстоящем месяце:

## Дни воинской славы РФ

3 сентября – День окончания Второй мировой войны (1945 год);  
8 сентября – День Бородинского сражения (1812 год);  
11 сентября – День победы русской эскадры над турецкой эскадрой у мыса Тендра (1790 год);  
21 сентября – Победа в Куликовской битве (1380 год).

## Памятные даты истории России

12 сентября – Заключение Ништадтского мира (1721 год);  
16 сентября – Родился генерал-фельдмаршал М.И.Голенищев-Кутузов (1747 год);  
30 сентября – Родился маршал Советского Союза А.М.Василевский (1895 год).

## Профессиональные праздники

1 сентября – День знаний;  
2 сентября – День Российской Гвардии;  
11 сентября – День специалиста органов военно-политической работы.

## Памятные даты ВКС

12 сентября – День образования отдельной армии предупреждения о ракетном нападении (особого назначения) (1977 год);  
24–25 сентября – Экипаж В.С.Гризодубовой, М.М.Расковой, совершив беспосадочный перелёт Москва – Дальний Восток протяжённостью 6450 км, установив женский мировой авиационный рекорд дальности полёта (1938 год).

## Памятные даты 1 ГИК МО РФ

1 сентября – Образован первый в г. Мирный отряд ВВПОД «Юнармия» «Витязи» на базе МБОУ СОШ № 1. Шефами отряда стали офицеры войсковой части 85907. (2016 год);  
5 сентября – Первый запуск КА серии «Ресурс», осуществлённый ракетой космического назначения «Союз-У», командир воинской части полковник Климов И.Ф. (1979 год);  
6 сентября – Начальником космодрома назначен генерал-майор Майданович О.В. (2008 год);  
11 сентября – 21 ноября – Воинские части полигона приведены в высшую степень боевой готовности в связи с Карибским кризисом (1962 год);  
16 сентября – Совет Министров СССР принял Постановление № 999–347 об объединении созданного в Архангельской обл. (ст. Илеза Устьянского р-на) полигона и 3 УАП в «НИИП ракетного и космического вооружения № 53 МО» (1963 год);  
17 сентября – Начальником космодрома назначен полковник Башляев Н.А. (Указ Президента России № 561 от 2020 года);  
27 сентября – Первый пуск МБР «Тополь-М» из состава ПГРК, командир воинской части полковник Пискунов М.В. (2000 год);  
27 сентября – Первый пуск МБР перспективного стратегического ракетного комплекса «Рубеж» (2011 год);  
28 сентября – Запуск юбилейного КА «Космос-1500», РН «Циклон-3», командир части подполковник Графинин В.А. (1983 год);  
29 сентября – Первый пуск ракеты «Тополь» из состава ПГРК, командир части полковник Безелюк А.А. (1981 год).

## Дни памяти

22 сентября – День памяти начальника 3 УАП (3-й учебный артиллерийский полигон) с 1962 по 1963 годы, Героя Советского Союза генерал-лейтенанта С.Ф.Штанько.

## Нет выше чести, чем носить российский мундир

## МОЛОДОЕ ПОПОЛНЕНИЕ

Последний летний месяц каждого года – это время, когда космодром уже принял в свои ряды молодых офицеров – выпускников Высших военных учебных заведений 2023 года. Этот год не стал исключением. 12 августа в Доме офицеров гарнизона прошла традиционная встреча командования 1 ГИК МО РФ, руководителей муниципального образования «Мирный» и общественных организаций с лейтенантами, прибывшими к нам для дальнейшего прохождения военной службы.

## Статистика

В этом году ряды военнослужащих 1 ГИК МО РФ пополнились примерно 150 лейтенантами – выпускниками высших военных учебных заведений. Как всегда главной кузницей кадров стала Военно-космическая академия имени А.Ф.Можайского. Также молодые специалисты прибыли к нам из высших военных учебных заведений городов: Москва, Санкт-Петербург, Воронеж, Серпухов, Тверь, Ярославль, Тюмень, Краснодар, Череповец, Омск и Пенза.

Среди молодых, красивых, перспективных лейтенантов, прибывших начинать свою офицерскую карьеру на космодром, есть и три девушки, что в свете сегодняшних реалий – это уже вполне естественно.

Из общего количества приехавших на космодром офицеров 65 уже семейные люди. Со своими мужьями к нам в город приехали молодые специалисты: юристы, социологи, преподаватели начальных классов, медицинские работники, экономисты и представители многих других профессий. На космодроме и в городе рады всем



и достойные рабочие места найдутся для каждого специалиста.

## Первые шаги

Традиционно жизнь и служба молодых офицеров на космодроме начинается с обустройства, знакомства с городом, а самое главное они становятся частью офицерской семьи космодрома.

Всего ввод в строй выпускников военных вузов состоит из четырех этапов.

Первый этап – организационный, во время которого у каждого выпускника проходит знакомство с воинской частью и её командованием, представление воинскому коллективу, вводный инструктаж, медицинское освидетельствование. Кроме того, специалисты изучают морально-деловые и психологические качества выпускников, закрепляют за ними опытных наставников для оказания помощи, составляют планы индивидуальной подготовки под руководством наставников.

Второй этап – входной контроль. Это, своего рода, проверка уровня знаний и умений по тактической (тактико-специальной), специальной, технической, методической, строевой, физической, огневой подготовкам, общевоинским уставам и РХБ защите.

Третий этап ввода в строй – подготовка по специальности. По окончании стажировки каждому офицеру предоставляется время для подготовки к сдаче зачётов на допуск к само-



стоятельной работе на вооружении и военной технике и на допуск к несению дежурства.

В это время для всех выпускников организуется консультация по наиболее сложным темам и вопросам, а при необходимости инструкторско-методические и показательные занятия, встречи с лучшими специалистами воинской части.

Четвёртый, заключительный этап, определяет готовность выпускников военных вузов к самостоятельной работе и выполнению обязанностей по штатной должности. Молодые офицеры сдают зачеты, положительные результаты которых, и выдача удостоверения на право самостоятельной работы даёт возможность каждому офицеру-выпускнику 2023 года стать полноценным специалистом 1 ГИК МО РФ.

## Встреча с первыми лицами

О дружной и сплочённой семье космодрома, об истории создания 1 ГИК МО, о его организационной структуре, о задачах, решаемых личным составом, о достижениях и о перспективах развития космодрома подробно рассказал молодым офицерам 12 августа начальник 1 ГИК МО РФ генерал-майор Башляев Николай Андреевич. Он так же добавил, что всем нынешним офицерам-выпускникам ввузов 2023 года очень повезло, поскольку первым местом службы для них стал космодром «Плесецк», и при-

должном, уважительном, добросовестном отношении к службе сложится всё для того, чтобы молодым офицерам реализовать все желания: построить карьеру, заняться научной деятельностью, достичь спортивных высот. Ведь на космодроме для этого есть все условия.

Кроме того, Николай Андреевич представил выпускникам своих заместителей, начальников центров, отделов и служб управления космодрома, командиров воинских частей. Начальник космодрома выразил искреннюю уверенность, что у молодых офицеров всё получится, а на космодроме в скором времени появятся достойные специалисты, офицеры, защитники Отечества!

Также перед собравшимися выступили глава Мирного Сергеев Юрий Борисович. Он познакомил молодых специалистов со структурой города его перспективами развития, и рассказал в каких специалистах остро нуждается город. Это медицинские работники, педагоги и строители.

На встрече было предоставлено слово и представителям силовых структур и руководителям служб и предприятий, ответственных за жизнедеятельность города.

В заключение встречи всем желающим была предоставлена возможность получить ответы на интересные вопросы.

Фото Андрея Моргунова

## Семья – это маленький мир

## ОСНОВА ОСНОВ

В жизни любого человека, независимо от профессии и рода занятий, семья играет самую значимую роль. Вот и для четы военнослужащих Долгополовых дом стал крепостью и островком, где всегда ждут, поддерживают и верят.

Семью Долгополовых, Антона и Ларисы, по праву можно назвать маленьким сплочённым коллективом. Он – капитан, она – старший лейтенант, живут дружно, служат честно.

Познакомились Лариса и Антон во время обучения в Военно-космической академии имени А.Ф.Можайского. Сыграли свадьбу на пятом курсе. Став офицерами, молодая семья отправилась служить на космодром «Плесецк».

За годы совместной жизни у Долгополовых уже сложились свои семейные традиции, одна из которых – каждый год во время отпуска путешествовать и обязательно подниматься пешком в горы. А ещё – заниматься спортом и рыбачить.

Все тяготы военной службы чета Долгополовых научилась переносить с достоинством и честью, ведь оба они четко знают, зачем и для чего стали офицерами. Верность, долг, справедливость воспитываются с детства, на примере родителей. И такой пример у Ларисы есть – отец Минухин Сергей Валерьевич, офицер Советской и Российской армии, который ушел

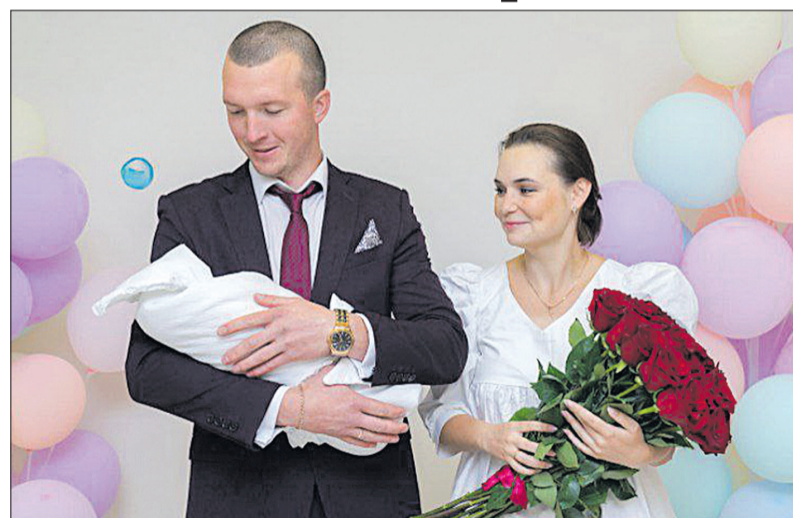
на заслуженный отдых в звании подполковника. Служба Сергея Валерьевича проходила сначала на Дальнем Востоке, где он познакомился со своей будущей женой, Анной Владимировной. В скором времени у молодой семьи родилась старшая дочь Аня.

Потом случилась авария на Чернобыльской АЭС, и Сергей Валерьевич в составе группы военнослужащих отправился спасать ядерный реактор. Тогда в работах по ликвидации последствий аварии участвовали около 600 тысяч человек, из которых 240 тысяч были военными.

Дальнейшая служба Сергея Валерьевича проходила в Ярославле. Именно там появилась на свет Лариса.

Однажды в финансовую академию, где служил офицер Минухин, пришла телеграмма о том, что открылся Пансион воспитанниц Министерства обороны Российской Федерации. Узнав об этом, Лариса захотела попробовать поступить туда. Попытка увенчалась успехом, девочка была зачислена в седьмой класс и отучилась в пансионе пять лет.

Это учебное заведение дало огром-



ный багаж знаний Ларисе. После завершения обучения она без труда поступила, а в дальнейшем окончила Военно-космическую академию.

Кроме отца у Ларисы перед глазами есть другие примеры мужества и стойкости духа военнослужащих, это дедушка по маминной линии – полковник в отставке и старшая сестра – майор Вооруженных Сил Российской Федерации.

Лариса и Антон тоже стремятся стать хорошим примером для своего подрастающего сыночка. Супруги Долгополовы воспитывают в нем лучшие качества, которыми должен обладать настоящий мужчина и офи-

цер. Возможно, сын пойдет по стопам родителей и продолжит военную династию.

Такие семьи, как Долгополовы, заслуживают уважения. Ведь, глядя на них, уверенно можно сказать, что именно семья – источник любви, уважения, вдохновения, то, без чего не может существовать человек.

Всем понятно, что благоприятная атмосфера в доме способствует успеху в работе или службе, поэтому именно такие семьи являются показателем благополучия, процветания и будущего нашей страны.

Лидия Попова

# Скажем гиподинамии – НЕТ!

## В ДВИЖЕНИИ

Традиционно каждый год по окончании второй недели августа мы отмечаем праздник здоровья – День физкультурника. В этом году на космодроме он состоялся 13 августа и прошёл по-спортивно азартно, динамично и весело.

Утро спортивного воскресного дня началось на главной площади и стадионе города. Все желающие могли продемонстрировать свою силу, меткость, ловкость и смекалку на многочисленных спортивных точках: метали ножи, поднимали гири и штангу, били кувалдой по покрышкам, отжимались и качали пресс, играли в настольный теннис, а также многое другое.

Особым вниманием пользовалась выставка, рассказывающая об исто-



## Равнение на флаг!

### НАШИ СИМВОЛЫ



День Государственного флага Российской Федерации 22 августа в нашей стране отметили в 29-й раз.

Россияне старших поколений помнят страну под названием Союз Советских Социалистических республик и её государственный флаг красного цвета с серпом и молотом. Под этим флагом росло и крепло советское государство, свершались трудовые подвиги, завоевывалась Победа в Великой Отечественной войне, был низвергнут фашизм, после войны восстанавливались заводы, фабрики, отстраивались заново города и сёла, был запущен в космос первый спутник и первый корабль с человеком на борту. Советские спортсмены под этим флагом выходили на международные чемпионаты и Олимпийские игры и в честной борьбе выигрывали медали. И советский народ гордился своей Родиной, её героями. А сейчас, мы, граждане Российской Федерации – правопреемники Советского Союза, вправе с гордостью поднимать над головой свой Государственный флаг.

Русский триколор имеет более чем 350-летнюю историю. Впервые трёхцветный флаг Российского государства был поднят на переносном корабле «Орёл» в селе Дединово в 1699 году. Законным «отцом» триколора признан Петр I, он издал указ, согласно которому «на торговых всяких судах» должны поднимать бело-сине-красный флаг, сам начертал образец и определил порядок горизонтальных полос. Рожденный вместе с первыми российскими военными кораблями, российский флаг до XIX века оставался принадлежностью главным образом флотской культуры, а начало применения российского бело-сине-красного флага на суше связано с географическими открытиями русских мореплавателей.

Расцветка российского флага менялась несколько раз в зависимости от эпох и правителей. Но в конце 20 века Верховный Совет РСФСР постановил считать официальным символом России триколор.

25 декабря 2000 года Президент РФ Владимир Путин подписал федеральный конституционный закон «О Государственном флаге Российской Федерации». В соответствии с законом, наш флаг представляет собой прямоугольное полотнище из трех равновеликих горизонтальных полос: верхней – белого, средней – синего и нижней – красного цвета.

В настоящее время чаще всего (неофициально) используется следующая трактовка значений цветов флага России: белый цвет означает мир, чистоту, непорочность, совершенство; синий – цвет веры и верности, постоянства; красный цвет символизирует энергию, силу, кровь, пролитую за Отечество.

Государственный флаг ежедневно поднимается в местах постоянной дислокации воинских частей и отдельных подразделений Вооруженных Сил РФ, других войск и воинских формирований.



рии развития спорта на космодроме. Фотографии и спортивные награды военнослужащих космодрома за многие годы, являются молчаливыми, но в тоже время и громогласными свидетелями отношения к спорту и здоровому образу жизни на 1 ГИК МО РФ.

Очень задорно и дружно прошла спортивная эстафета «Мама, папа, я – спортивная семья». Все участники, от мала до велика, старались и стремились к победе, демонстрируя сплочённость своих семей. Конечно, их громко и звонко поддерживали многочисленные болельщики, что создавало особую спортивную атмосферу.

Последним и самым серьёзным спортивным состязанием стала легкоатлетическая эстафета, в которой каждому участнику нужно было по-спринтерски пробежать не какие-то сто метров, а целый километр.

Закончился праздник награждением победителей и сердечными словами поздравлений от начальника 1 ГИК МО РФ.

Прошедший День физкультурника на космодроме в очередной раз доказал, что физическая подготовка и спорт способствуют развитию личности, силы воли, настойчивости и уверенности в себе. Делая вывод, можно уверенно сказать, что физическая активность – это лекарство не только от гиподинамии, но и прекрасная микстура для здоровья и красоты.

А спортивные достижения военнослужащих 1 ГИК МО РФ являются ярким подтверждением этому заключению.

Лариса Горб  
Фото Андрея Моргунова



# Ворота в профессию открылись в городской больнице

ТРЕНИРУЕМСЯ И УЧИМСЯ

В отделении скорой медицинской помощи Мирнинской центральной городской больницы открылся симуляционный класс. Это специальное помещение, оборудованное для проведения экскурсий и мастер-классов с детьми, а также для тренировочных занятий по оказанию первой помощи.

Открыли класс главный врач горбольницы Наталья Антипина и фельдшер СМП Анна Титова. Именно ей принадлежит идея создания такого учебного пространства. Инициативу Анны поддержало руководство, и замысел воплотился в жизнь.

Наталья Антипина, выступая перед сотрудниками отделения и корреспондентами, подчеркнула, что работа на скорой помощи – одна из самых сложных в медицине. Поэтому такие классы нужны не только для проведения детских экскурсий, но и для отработки навыков самим фельдшерам, то есть – для поддержания рабочей формы.

Учебные пособия здесь собраны разнообразными, с их помощью можно ознакомиться с разными направлениями медицины. Это фармакология, лабораторная диагностика, хирургия и многое другое.

– Спасибо руководству за предоставленное помещение и материалы. Класс пока маленький, но мы планируем сделать его больше и дополнять новыми экспонатами, – рассказала Анна Титова. – Сейчас мы готовы рассказывать детям о лекарствах, о том, как их получают, делать порошки, проводить мастер-класс по лабораторной диагностике и смотреть, как проис-



ходит забор крови и других анализов. Дети узнают, как работает вакуум, как происходит анализ крови вручную. Малышам также интересно, как растут микробы.

Анна рассказала также, что для старших детей запланированы мастер-классы по оказанию первой медицинской помощи. В том числе, старшеклассники будут обучать оказывать ее подручными средствами, когда, например, случилась травма, а скорая еще находится в пути.

Несколько зон учебного пространства отведены для тренировок самих медиков. Здесь отрабатывают навыки реанимации новорожденных, навыки интубации и другие профессиональные умения.

Татьяна Ганчикова



## Закрой окно!

SOS!

Погиб ребенок. Одиннадцатимесячная девочка выпала из окна третьего этажа. Горе семьи безмерно.

Трагедия, случившаяся в Мирном 16 августа, напомнила всем, какую опасность может представлять для маленьких детей обычное окно. В теплое время года эта опасность возрастает в разы. Что нужно сделать, чтобы защитить ребенка от падения из окна?

• Объясните ребенку, чем опасно открытое окно.

• Уберите от окон стулья, кресла, диваны, чтобы ребенок не мог сам забраться на подоконник.

• Не полагайтесь на антимоскитную сетку. Она не выдержит ребенка, а выпадет вместе с ним.

• Установите на окна защиту: замки на ручки, на окна, блокираторы. Они недорого стоят, но не дадут открыть окно нараспашку.

• Открывайте окна при детях только в режиме проветривания.

• Будьте примером безопасного поведения для детей, не высовывайтесь из окна, не сидите на подоконнике, не поощряйте попытки детей забраться на него.

• Не оставляйте детей в комнате одних без присмотра, если окно не заблокировано. Даже школьник может из любопытства перегнуться через подоконник.

• Если вы все предусмотрели дома, обязательно следите за ребенком в гостях — там могут быть открытые окна.

Подготовлено по информации прокуратуры Архангельской области и уполномоченного по правам ребенка 29 региона

# Защитим наших детей от наркотиков

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Наркотики меняют сознание, сложное, по ощущениям детей, делают легким, снимают барьеры в общении со сверстниками, заставляют иначе смотреть на себя и на свою внешность, чувствовать себя привлекательными, уверенными, раскрепощенными. Подростки не думают о последствиях. Подростки пробуют. Так начинается катастрофа.

Пубертатный период – это время бурь и страстей, становления и принятия себя и мира. Тинейджеры плохо понимают жизнь вокруг, но пытаются найти в ней свое место. Они хотят иметь собственное мнение обо всем, что происходит в мире взрослых. Подростки переживают личные драмы, волнуются по поводу своих интересов, получают уроки отношений с противоположным полом, а потом чувствуют себя неопределенными, разочарованными.

И тут в их жизни появляются наркотики. Как предотвратить беду?

**Общайтесь друг с другом.**

Общение – основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним

поговорить. Но кто они и что посоветуют ему? Помните об этом, старайтесь быть инициатором открытого, открытого общения со своим ребенком.

**Выслушивайте друг друга.**

Умение слушать – основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны. Умение слушать означает быть внимательным к ребенку, выслушивать его точку зрения, уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом...» или «Что ты об этом думаешь?»

**Ставьте себя на его место.**

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если вам удастся стать своему ребенку другом, вы будете самым счастливым родителем!

**Дружите с его друзьями.**

Очень часто подросток впервые пробует ПАВ в кругу приятелей. Порой друзья оказывают огромное вли-

яние на поступки вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой.

**Причины, по которым дети пробуют наркотики:**

1. Любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей «Все надо попробовать!»).
2. Желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т.д.
3. Желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания.
4. Безделье, отсутствие каких-либо занятий или обязанностей, в результате – эксперименты от скуки.

**Симптомы наркотического опьянения**

- Внешние признаки:
- бледность кожи;
  - расширенные или суженные зрачки;
  - покрасневшие или мутные глаза;
  - замедленная речь;
  - плохая координация движений.

**Поведенческие признаки:**

- увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;
- уходы из дома и прогулы в школе;
- трудность в сосредоточении, ухудшение памяти;
- неадекватная реакция на критику;
- частая и неожиданная смена настроения;
- необычные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей, одежды и других вещей;
- частые необъяснимые телефонные звонки;
- появление новых подозрительных друзей;
- потеря аппетита, похудение, иногда чрезмерное потребление пищи;
- хронический кашель.

**Признаки-улики:**

- следы от укусов, порезы, синяки;
- свернутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылки, пузырьки.

**Беда случилась. Что делать?**

Как быть, если все же ваш ребенок употребляет наркотики? Чем можно помочь?

Соберите максимум информации. Вот три направления, по которым вам нужно собрать наиболее полную информацию:

- всё о приеме наркотиков вашим ребенком – что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности;

– всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;

– всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку.

Ни в коем случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправлять ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Меньше говорите – больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания «посадить» ребенка, «сдать» его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению.

**Не допускайте самолечения.**

Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.

Если вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет алкоголь, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу.

Кабинет медицинской профилактики  
ГБУЗ АО «МЦГБ»  
по материалам из открытых интернет-источников

# Большая перемена требует серьезной подготовки

## ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС

Как бы восторженно ни описывали детям новую школьную жизнь, первые дни трудны для всех школьников, без исключения. Примерьте на себя положение первоклашки. Вам, взрослым людям, с определенного дня предлагают резко изменить свой уклад жизни: перестроить режим дня, отказаться от дорогих вам привычек, видеть вокруг сотни незнакомых лиц (и не всегда доброжелательных), выслушивать десятки указаний, как сидеть, стоять, ходить. Сможете? А еще удивляетесь, почему ребенок так устает, ведь серьезное учение еще не началось! Как помочь первоклашкам адаптироваться к школе, мы беседуем с психологом Надеждой Гольбрайх.



**Надежда Анатольевна, сколько нужно времени, чтобы подчинение правилам перестало требовать от ребенка серьезных усилий?**

– Адаптация (приспособление) к школьной жизни происходит не сразу. Нужен не один день, а, как минимум, пять-шесть недель. У некоторых детей она может продолжаться и полгода, и на протяжении всего первого класса. Адаптация у первоклассников протекает успешно, если: работоспособность достаточно стабильна, нет выраженного ухудшения здоровья, школьная программа усваивается по мере способностей.

**– Каким образом может реагировать организм ребенка на происходящие изменения?**

– В первые недели отмечается низкая работоспособность, неусидчивость, а напряжение сердечно-сосудистой системы можно сравнить с напряжением космонавта в состоянии невесомости. Напряжение может проявляться в головной боли, нарушении сна, снижении аппетита, возбуждении или замедленности действий, повышении температуры, обострении хронических заболеваний.

Только на пятой – шестой неделе обучения (а не через 2–3 дня) работоспособность становится более устойчивой, напряжение организма снижается.

**– Можно ли помочь организму справиться с нагрузкой?**

– Все замечали, как дети буквально вырываются из класса, из школы. Бегают, кричат. Можно услышать реплики, мол, говорят, что они устали – а посмотрите, как носятся. Но именно потому и носятся, что вынуждены спокойно сидеть за партой. Потому и кричат, что нужна эмоциональная разгрузка.

Движение – самый эффективный способ снятия напряжения. И некоторые родители рассказывают, что дети во время выполнения домашнего задания, могут закричать, запеть, побегать по комнате. Так ребенок помогает себе. Могу предложить родителям совместно с сыном или дочкой совершить «танец племени Тумба-Юмба» или понарошку побороться... Удовольствие, разрядка и совместное общение. Польза для всех очевидна.

**– Как родители могут помочь своему ребенку адаптироваться к школе?**

Прежде всего – серьезным отношением к режиму дня. Для ослабленных детей лучшим отдыхом будет дневной сон. После обеда происходит снижение работоспособности, поэтому отдых обязателен. И желательно – прогулки на свежем воздухе. Оптимальное время для приготовления домашнего задания с 15 до 16 часов. Через каждые 20 мин необходимо делать перерыв, используя двигательную гимнастику, игры. Ночной сон детям показан до 11,5 часов.

Также родителям необходимо оказывать помощь в формировании позиции школьника. Может быть, что ребенок, придя из школы, становится



«дошкольником». Некоторые родители, бабушки думают: «Ему трудно, он постепенно привыкнет, а сейчас беденькому и так достается. Пусть побегает после уроков, а мы портфель соберем, и от домашних обязанностей избавим». Понятно, что домашние правила отличаются от школьных. Но, то, что связано с обучением, необходимо выполнять самому ребенку. Иначе в будущем неизбежны конфликтные ситуации, недовольство, раздражение тем, что ребенок самостоятельно не собирает портфель, забывает дома школьные принадлежности.

Здесь все решать родителям – как гибко подойти, исходя из условий в семье. Опасно и все делать за ребенка, и предъявлять слишком высокие требования к действительно уставшему ученику. Можно превратить сбор портфеля в какой-то ритуал, игру. Например, вместо «Ты не забыл?» спросить «Интересно, неужели в школе карандаши не ломаются и не нужен запасной?» Или сказать: «Странно, твоя форма боится темноты и не хочет висеть в шкафу? Завтра спрошу у учителя об этом».

Первый год обучения ребенка в школе можно сравнить с первым годом после его рождения – это серьезное испытание для родителей – испытание их выдержки и терпения, доброты и чуткости. И вера в успех, спокойное отношение, поддержка помогут ребенку справиться со всеми трудностями.

**– Немало говорят о вредной чрезмерной родительской опеке. Но когда все же уместна тревога?**

– Беспокоиться за ребенка во время адаптации, конечно, нужно, но некоторые родители бывают чересчур тревожны, чем наоборот вредят.

Стоит обратить внимание, когда наблюдаете у своего ребенка полное отсутствие интереса к учёбе, вялость и безынициативность. Или ему ничего не интересно, он безразличен ко всему, даже к играм, если они требуют хоть какого-то напряжения – это тоже тревожный симптом.

Задумайтесь также, если он делает уроки только «из-под палки». Если его нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней, которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома.

И уж однозначно нужно бить тревогу, если ребенок очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию.

Вывод: беспокоиться нужно тогда, когда нежелание учиться является устойчивым, выражается активно, отражает основное отношение ребенка к школе.

**– Есть ли какие-то приемы, которые позволят родителям быстро понять, все ли в порядке с их чадом?**

– Возьмите на вооружение правило небольшой итоговой беседы. Назовём ее «Пять вопросов в конце недели». Вечером последнего учебного дня недели, после (во время) ужина или перед тем, как ребенок ляжет спать, поговорите с ним, обсудив несколько простых вопросов. Доволен ли ребенок тем, как прошла школьная неделя, и почему? Что за пять учебных дней стало для него главным, показалось интересным, расстроило, обрадовало? Какие «роли» ему пришлось выполнять за неделю (ученик, дежурный, зритель, участник дела, события, победитель, наказанный, помощник и т.д.)? Выполнение каких ролей ему понравилось, а каких – нет? Какой из дней запомнился более всего? Почему? С чем связана для него грядущая неделя? Будет ли она в его представлении трудной, радостной, скучной, успешной?

**– Дети в классе оказываются нерядком не с теми, с кем посещали детский сад. Смена окружения тоже ведь сложный момент?**

– Безусловно. Стоит понять, изучить, с кем теперь предстоит шагать дальше вашему ребенку. Есть хороший прием – «Беседа по классной фотографии». Положите перед собой фотографию класса вашего ре-



бенка. Пусть ребенок «познакомит» вас с одноклассниками, покажет соседей по парте, ряду. В дальнейшем можно будет подробно расспрашивать ребенка о взаимоотношениях в классе. Старайтесь, чтобы он больше говорил о положительном и интересном. Не провоцируя на «ябедничество», нужно тонко дать понять, что вас интересуют не столько конфликты или проступки ребят, сколько его собственное отношение к этому.

Лучше не задавать вопросов типа «Кто у вас в классе больше всех хулиганит?» Если ребенок захочет, он случайно или специально расскажет об этом сам. Предпочтительнее зада-

вать вопросы, помогающие создать, укрепить положительное, доброе, уважительное отношение к одноклассникам: «К кому можно обратиться за помощью?», «С кем интереснее всего играть?», «Кто самый веселый?» и т.п.

– Спасибо, Надежда Анатольевна, за толковые советы. Чем бы Вы подытожили нашу беседу?

– Ребенок вырастет быстрее, чем вы думаете. Но во взрослую жизнь заберет установки из детства. Пусть эти установки будут позитивными!

Интервью вела Ирина Писарева  
Продолжение темы на стр.8

## Золотые правила родителя

### ЗАРУБИТЕ НА НОСУ

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода.

#### Закон 1

Дорожите любовью своего ребенка. Помните, от любви до ненависти только один шаг, не делайте необдуманных шагов!

#### Закон 2

Не унижайте своего ребенка. Унижая его самого, вы формируете у него умение и навык унижения, который он сможет использовать по отношению к другим людям.

Не исключено, что это будете Вы.

#### Закон 3

Не угрожайте своему ребенку. Угрозы взрослого приводят к боязни и ненависти.

#### Закон 4

Не налагайте запретов. То, что категорически запрещено, очень хочется попробовать, не забывайте об этом.

#### Закон 5

Не опекайте своего ребенка там, где можно обойтись без опеки; дайте возможность маленькому человеку самостоятельно стать большим.

#### Закон 6

Не идите на поводу у своего ребенка, умеете соблюдать меру своей любви и меру своей родительской ответственности.

#### Закон 7

Развивайте в себе чувство юмора. Учите своего ребенка смеяться над собой! Это лучше, чем над ним будут смеяться другие люди.

#### Закон 8

Не читайте ребенку бесконечные нотации, он их просто не слышит!

#### Закон 9

Будьте всегда последовательны в своих требованиях. Хорошо ориентируйтесь в своих «да» и «нет».

#### Закон 10

Не лишайте ребенка права быть ребенком. Дайте ему возможность побыть озорником, непоседой, шалуном. Иначе период детства продолжится и в его взрослой жизни. Это плохо и для вашего ребенка и для Вас, дорогие родители!



## Будить – с улыбкой, а усыплять – со сказкой



### НА ЗАМЕТКУ

«Спокойствие! Только спокойствие!» Помните этот крылатый девиз Карлсона? Возьмите его в свой арсенал, чтобы он в любой день помогал вам самим и вашим детям быть уверенными в себе и справляться с трудностями. А еще воспользуйтесь дельными советами психолога Надежды Гольбрайх, пригрозившимися многим родителям.

- Будьте ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ласковый голос.

- Завтрак утром важен! До школьного завтрака ему придется много поработать.
- Прощаясь, пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день. Забудьте, пожалуйста, о словах: «смотри не балуйся», «веди себя хорошо», «чтобы сегодня не было плохих отметок». Если бы Вы с таким напутствием шли на работу – то с каким настроением?

- Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте, это не займет много времени.

- Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам. Можете помочь ему, проговаривая чувство: «Ты расстроен сейчас, обижен...» Это поможет уменьшить напряжение ребенка и скорее всего, расскажет, что произошло.

- Выслушав замечание учителя, не торопитесь устраивать взбучку и постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребенка.

- После школы не торопите садиться за уроки, необходимо два-три часа отдыха (а в первом классе хорошо бы часа полтора доспать) для восстанов-

ления сил. Лучшее время для приготовления уроков с 15 до 17 часов. Занятия вечерами бесполезны, завтра придется все начинать сначала.

- Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15–20 минут занятий необходимы 10–15-минутные «переменки».

- Во время приготовления уроков чаще всего нужна помощь. Наберитесь терпения. Спокойный тон, поглаживание по спинке, поддержка («не волнуйся, все получится», «давай разберемся вместе», «я тебе помогу»), похвала (даже если не очень получается) необходимы.

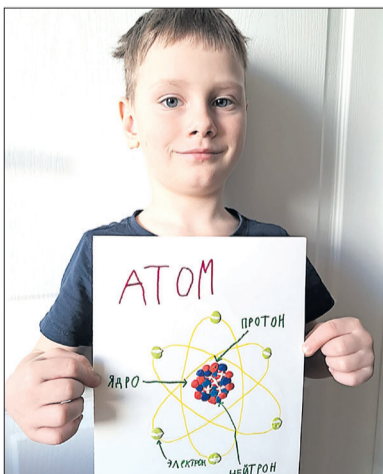
- В общении с ребенком старайтесь избегать условий. «Если ты сделаешь, то...» Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

- Найдите (постарайтесь найти) в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекайтесь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи.

- Выбирайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом, не считайте лишней литературу для родителей, там вы найдете много полезного.

- Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, имеющих у него трудностей в учебе.

- Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «Ты уже большой» 7–8-летнему ребенку) любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Всё это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношений, не обсуждать завтрашнюю контрольную и т.п. Завтра – новый день, и мы должны сделать всё, чтобы он был спокойным, добрым и радостным.



#ЖКХменяется



Узнай всю информацию  
о своем доме

на [dom.gosuslugi.ru](http://dom.gosuslugi.ru)

ГИС ЖКХ | ПРОСТО | УДОБНО | ЧЕСТНО

## Квадрокоптеры в Мирном запускать запрещено

### В ЦЕЛЯХ БЕЗОПАСНОСТИ



На территории Архангельской области установлен запрет на использование беспилотных воздушных судов

Официальная страница Архангельской области ВКонтакте и в Одноклассниках

Напоминаем: запускать квадрокоптеры и другие беспилотные летательные аппараты нельзя на территории всего региона. Сделано это на основании Указа губернатора от 2 мая 2023 года № 37-у.

Указ подписан главой региона в целях усиления охраны общественного порядка и обеспечения общественной безопасности на территории области. Запрет установлен на использование любых беспилотных воздушных судов. И применяется до снятия режима (уровня базовой готовности).

Исключения могут составлять беспилотники, используемые в установленном законодательством РФ порядке федеральными органами государственной власти, территориальными органами федеральных органов государственной власти Архангельской области, исполнительными органами государственной власти Архангельской области, органами местного самоуправления муниципальных районов, городских округов и муниципальных округов Архангельской области и подведомственными им организациями, иными организациями и физическими лицами по договору с указанными органами государственной власти, органами местного самоуправления и подведомственными им организациями.

Также документ предусматривает возможность использования на территории региона беспилотных воздушных судов иными органами и организациями на основании решения рабочей группы по обеспечению деятельности оперативного штаба, образованной распоряжением Губернатора Архангельской области от 25 октября 2022 года № 818-р.

**Внимание: следующий номер газеты  
«Панорама Мирного» выйдет в свет  
6 сентября 2023 года.**

«Панорама Мирного»  
Официальное средство массовой информации Мирного  
**Учредители:** Администрация Мирного, Городской Совет депутатов Мирного  
**Главный редактор, издатель:**  
**Пронин Юрий Васильевич**  
**Редактор номера: Фофанова Ольга**

Перепечатка материалов только с разрешения редакции

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Архангельской области и Ненецкому автономному округу.

**Свидетельство о регистрации**  
**ПИ № ТУ 29 - 00589 от 26.05.2017 года.**

Номер отпечатан в ООО «Типография «Премьер», 160035, город Вологда, ул. Козленская, 35-415.  
Номер подписан в печать: 23 августа 2023 года по графику в 17:00, фактически в 17:00  
Тираж: 10500 экз. Заказ №2266

**Адрес редакции:**  
164170, Архангельская область,  
город Мирный, ул. Дзержинского  
д. 40, стр. 2

**Адрес издателя:**  
164170, Архангельская область,  
город Мирный, ул. Дзержинского,  
дом 40, стр. 2  
Телефон: +7 (963) 200 7000  
E-mail: [ckvadrat@inbox.ru](mailto:ckvadrat@inbox.ru)

**Газета распространяется бесплатно.**  
Все рекламируемые товары подлежат сертификации. Ответственность за содержание рекламных материалов (объявлений) несут рекламодатели. За сведения, представленные в информационных материалах, ответственность несут авторы материалов. Мнение авторов материалов может не совпадать с мнением редакции. Возрастное ограничение 16+