

• Со дня главы

Чтоб вернулось всё к нам сторицей

На дне главы, прошедшем в понедельник, 24 января, шел разговор о реализации в районе программы самозанятости безработных граждан. Вместе с главами поселений в совещании приняла участие директор центра занятости населения О.В. Андриянова. В прошедшем году, как сообщила руководитель центра, у нас в районе благодаря реализации программы самозанятости появилось 60 новых субъектов малого предпринимательства и создано 32 рабочих места. На эти цели было выделено 5 миллионов 400 тысяч рублей. Жителей сел в центре занятости и в сельских поселениях ориентируют, прежде всего, на развитие личных подсобных хозяйств. В прошлом году участниками программы приобретено 22 коровы, три нетели, 14 взрослых овец и семь ягнят, 71 голова молодняка КРС, 65 свиней, 23 пчелосемьи.

Мясное животноводство является приоритетным направлением в развитии программы самозанятости, сказал на совещании глава района А.Н. Флигинский. Очень востребовано на городских рынках мясо кроликов и баранина, поэтому селянам стоит заняться

разведением овец и кроликов. Приветствуется растениеводство: выращивание фасоли, гороха, бобов - в общем, все, что связано с землей, а еще пчеловодство.

Начинающие бизнесмены, участвовавшие в программе самозанятости, берутся за оказание услуг по ремонту бытовой техники, автомобилей, по перевозке пассажиров - организации предприятий такси, за переработку леса. К примеру, в Высоковском поселении сейчас реализуют проект по оказанию консалтинговых услуг! Найдется ли в Высоком, Шиняеве и Беловодовке такое количество клиентов, чтобы проект заработал, усомнился глава района. Найдется, заверила глава поселения Н.Ф. Федосеевко. Кроме консалтинга, беловодовская предпринимательница готова оказывать услуги по составлению всех видов бухгалтерских отчетов. Будем раскручивать проект, сказала глава Высоковского поселения.

К отбору потенциальных участников программы по организации самозанятости надо относиться очень серьезно, подчеркнул глава района, каждый заявленный проект должен работать. Пусть этих самых

проектов будет немного, скажем, по три от каждого поселения, но они должны быть вполне жизнеспособными. Если уж заявлен, к примеру, проект по разведению рыб или обустройству мест отдыха, то на прилавках должна появиться рыба, а на берегах рек и речушек - домики для заезжих охотников и рыболовов. Если заявлен пельменный цех, то это должен быть именно цех по выпуску продукции с новым брендом. И этот самый бренд надо раскрутить так, как это удалось асиновской фирме "Руслана", которая "захватила" уже и соседнюю Первомайку. Похвалил глава района проект по организации станции технического обслуживания, которую недавно на улице Чапаева в райцентре открыл житель Зырянки Е.И. Долгов. Взвзвись за проект, предприниматель сумел довольно быстро его реализовать. На Чапаева ремонтируют автомобили. Районная администрация и сельское поселение, сказал глава, сделают все от них зависящее, чтобы детище зырянского предпринимателя превратилось в настоящую станцию технического обслуживания...

Губернатор уже подпи-

сал областную программу самозанятости безработных граждан на 2011 год. Как сказала на совещании руководитель центра занятости, в программе запланировано, что в этом году у нас в районе должно появиться 30 новых субъектов малого бизнеса и организовано десять рабочих мест. Финансирование выделено именно на это количество субъектов предпринимательства. Но это пока, к концу года эти лимиты нам, скорее всего, увеличат, сказала Оксана Владимировна. Также руководитель центра сообщила главам поселений о том, что пока из наших сел не поступило заявок на участие в конкурсе предпринимательских проектов "Первый шаг". Надо бы поторопиться! А еще надо бы самым детальным образом проанализировать наши неудачи в этом конкурсе, подвел итог разговору глава района. Каждый проект надо довести до конца, чтобы по прошествии времени был виден результат. Финансовая поддержка, которую выделяет государство, должна быть потрачена с пользой, и тогда все вернется нам сторицей.

Н. ИВАНОВА.

Наше здоровье

Поможем собственному телу!

Морозы, вроде, спали, но кто их знает, может еще и вернуться. Во всяком случае, морозы останавливают ОРВИ и грипп. Однако ж вместе с этим они являются и серьезным испытанием для нашего организма: чем ниже температура за окном, тем труднее нашему телу поддерживать работу внутренних органов. Как помочь своему телу? Оказывается, следует отказаться от некоторых обычных привычек. В мороз не нужно садиться на диету, потому что зимой обмен веществ и так замедляется. Легкая пища не может дать организму, который согревает сам себя и тратит на это огромное количество килокалорий, необходимого запаса энергии. На морозе голодный человек быстрее мерзнет. Поэтому в холодное время года необходимо активно есть мясо, рыбу, жиры, сливочное масло. Эти продукты достаточно калорийны и медленно перевариваются.

Второй совет такой: в морозы не следует пользоваться увлажняющими кре-

мами. В них содержится вода, которая на холоде замерзает и в буквальном смысле слова разрывает волокна внутри кожи. Так что обморожение увлажненной кожи вам фактически гарантировано. Однако именно зимой наша кожа особенно нуждается в увлажнении. Что делать? Перед выходом на улицу следует нанести питательный или защитный крем, и только вечером перед сном - увлажняющий. Сгладить последствия от контакта с морозом поможет и декоративная косметика - пудра, румяна, тональные кремы...

Третий совет: в холода не нужно курить на улице. Табачный дым усугубляет спазмы сосудов, а холодный воздух усиливает повреждение дыхательных путей. Можно простудить легкие. И потом, курение на холоде приводит к обриванию на ваших зубах трещин и развитие кариеса. Четвертый совет: в холода не нужно пить согревающие напитки и принимать горячий душ. Но это в том случае, если после питья и принятия душа вы сразу же выйдете на ули-

цу. Тогда вы непременно простудитесь. И даже можете обморозиться! Пятый совет: в холода не следует носить металлические украшения. Потому что металл остывает быстрее, чем тело. Шестой совет: нельзя принимать лекарства без консультации с врачом. Потому что некоторые лекарства вызывают или провоцируют симптомы, связанные с холодом. Например, нейролептики и снотворные таблетки могут нарушить саморегуляцию температуры тела. Препараты против гипертонии и сосудорасширяющие провоцируют нарушение терморегуляции, а седативные средства притупляют вашу бдительность и вы можете пропустить первые симптомы переохлаждения. Седьмой совет: в мороз нельзя растирать замерзшие участки кожи снегом. Потому что в холода на коже возникают микротрещины, а грубое растирание повреждает ее еще больше. Совет восьмой: в холода нельзя заниматься спортом очень уж активно. Потому что физические нагрузки в холодную погоду могут стать

причиной сердечной-сосудистой болезни даже у здоровых людей. А уж о сердечниках и говорить не приходится. Снижение температуры на каждый градус в течение суток провоцирует почти двести дополнительных сердечных приступов в целом по стране.

Ну и потом, надо быть осторожными к самой еде. В Европе, например, разразился недавно громкий диоксиновый скандал. Диоксином - опасным химикатом - загрязнены, как стало известно, мясо птицы, яйца и масса сделанных из них продуктов. Не просочились ли они в русские магазины? А может и у нас есть свои диоксиновые продукты? Представьте, но ответ на этот вопрос, увы, утвердительный: диоксиновые продукты есть у нас почти наверняка. Недавно случился громкий диоксиновый скандал на Украине. А что такое диоксины? Вообще то, это побочные продукты химического производства. Вещества могут синтезироваться практически везде, где в ход идут хлор и органические соединения. Больше всего диок-

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ЗЫРЯНСКОГО РАЙОНА!

Второго февраля в с. Зырянское состоится встреча с населением по вопросам общественной безопасности, миграции, профилактики правонарушений, общественной правоохранительной деятельности. Консультирование проводится представителями комитета общественной безопасности и комитета по государственно-правовым вопросам Администрации Томской области.

Встреча состоится в здании районного дома культуры с 10 до 12 часов. Просьба при себе иметь документы, относящиеся к вопросу.

• Для нас с вами

Вас спасет медвежий жир

Медвежий жир издавна считался в Сибири лечебным продуктом и широко применялся в народной медицине. Ослабленных и больных людей кормили медвежьим мясом и салом. Во время Великой Отечественной войны охотничьи хозяйства Сибири специально добывали медвежье мясо и сало для нужд фронта, причем, в большом количестве. Мясо кормили личный состав армии, а сало шло в госпитали для заживления ран у тяжело раненых. Медвежий жир - источник омега-3 жирных кислот, витамина Е и мононасыщенных кислот. Его дают детям для профилактики дистрофии и рахита. Медвежий жир стимулирует деятельность иммунной системы, что очень важно в период угрозы острых респираторных инфекций и гриппа. Медвежий жиром лечат туберкулез, пневмонии, бронхиты с астматическими компонентами, ранние стадии рака легкого, силикозы и простудные заболевания.

При лечении обычной простуды взрослому дают по одной столовой ложке медвежьего жира три раза в день натощак за час до еды. Детям - по одной чайной ложке тоже три раза в день натощак до еды. При тяжелых заболеваниях (туберкулез, пневмония) взрослые употребляют жир по три столовых ложки три раза в день в течение месяца, а затем делают перерыв - четыре недели. Для маленьких детей доза лечебного жира - одна чайная ложка, а для подростков - одна десертная.

Медвежий жир применяют также для быстрого смягчения и лечения горта-

ни при ларингитах. В этих случаях жир употребляют в растопленном при комнатной температуре виде. Еще медвежьим жиром лечат язвы желудка, двенадцатиперстной кишки, колиты, гастриты, панкреатиты. Медвежий жир повышает половую потенцию, нормализует деятельность кишечника. Схема лечения им такая же, как и при легочных заболеваниях. Медвежий жир применяют в виде компрессов и простого смазывания пораженных участков кожи. При болях ревматоидного и суставного характера эффект лечения медвежьим жиром усиливается еще и русской баней.

В последние годы медвежий жир получил широкое распространение в косметологии. После косметической маски с таким жиром разглаживаются морщины, омолаживается кожа, улучшается цвет лица. Особенно хороши эти маски в зимнее время. Втирания в кожу медвежьего жира избавят вас от трещин на пятках и коже рук. Установлено, что по лечебным качествам медвежий жир превышает по ряду показателей даже жир барсучий. А все потому, что медведь питается разнообразной пищей, он всеядный, поэтому его эндокринная система работает лучше, чем у травоядного барсука.

синов образуется при производстве пестицидов и гербицидов для сельского хозяйства. Другой источник для диоксинов - нефтепереработка и производство некоторых масел для электротехнических устройств. Очень много диоксинов возникает при сжигании мусора на спецпредприятиях, ведь хлор, необходимый для синтеза диоксинов, содержится во многих синтетичес-

ких материалах. А в продукты попадают диоксины двумя путями: из отравленной ими почвы и воды, а также из загрязненной тары и оборудования. Специалисты дают всем совет: при обработке почвы быть осторожнее с гербицидами, а при фасовке продуктов питания тщательно следить за тарой. Тогда будем здоровы, бодрь и молоды!