



наш
сайт:

zarya01.rf



Газета ЗАРЯ

Единый информационный центр
Шовгеновского района

С января 1935 года - «Колхозный путь», с апреля 1938 года - «Колхозная жизнь», с ноября 1966 года - «Заря»

22 августа 2026 года

Суббота
№ 63 (9193)

Категория 6+



Сегодня – День Государственного флага Российской Федерации

Уважаемые жители Республики Адыгея!

Дорогие земляки!

Поздравляем вас с Днем Государственного флага Российской Федерации!

22 августа мы отдаем дань глубокого уважения Флагу как одному из символов нашей страны, ее многовековой истории, великих побед и славных свершений. Под этим знаменем Россия столетиями объединяла народы, защищала свои рубежи, укрепляла суверенитет и государственность.

Сегодня под своим историческим знаменем наша страна, бережно храня память о подвигах предков, сохраняя приверженность многовековым ценностям, в единстве и сплоченности продолжает уверенное развитие, приумножая славу российского флага новыми достижениями в науке, спорте и труде.

Несмотря на географическое расстояние – от Балтики до Тихого океана – все 89 субъектов Российской Федерации живут общими целями под одним флагом, вносят свой достойный вклад в процветание нашей необъятной Родины.

Российский флаг вдохновляет воинов специальной военной операции при выполнении поставленных боевых задач. Его с гордостью поднимают над освобожденными территориями, обозначая восстановление исторической справедливости, мирную жизнь и несокрушимость России.

Пусть и впредь Государственный флаг Российской Федерации объединяет наш великий многонациональный народ, ведет нас только вперед, к общей Победе во имя процветания и славы Отечества!

Желаем вам, дорогие земляки, крепкого здоровья, благополучия и новых свершений на благо Адыгеи и России!

**Глава Республики Адыгея,
секретарь Адыгейского регионального
отделения Всероссийской политической
партии «Единая Россия»
М. КУМПИЛОВ.**

**Председатель
Государственного
Совета-Хасэ Республики Адыгея
В. НАРОЖНЫЙ.**

Дорогие жители Шовгеновского района!

Один из важнейших праздников нашей страны – День Государственного флага Российской Федерации!

Это особенный день для миллионов россиян. Он призван напомнить еще раз нам о том, что мы являемся частью великой державы, вызывает чувство гордости за принадлежность к огромной и сильной стране. Государственный флаг объединяет нас, помогает почувствовать, что мы многонациональный российский народ, и наши успехи – это и есть богатство России.

Каждый из нас своими победами, открытиями и трудом помогает сделать нашу страну могущественной и независимой.

Цвета российского триколора символизируют благородство, верность, мужество. Эти качества исторически присущи нашему многонациональному народу. Государственный флаг олицетворяет честь и славу России, единство, воинскую доблесть и героические победы. Долг каждого из нас – быть достойным высокого звания гражданина Российской Федерации, уважать государственные символы, гордиться историей своей Родины. Уважаемые земляки! Желаем вам мира, добра, новых свершений и успехов на благо Шовгеновского района и России! Пусть наш триколор всегда развевается над счастливой и сильной страной, а в наших сердцах живет чувство гордости за Родину!

**Глава муниципального образования
«Шовгеновский район», секретарь
местного отделения Всероссийской
политической партии
«Единая Россия»
Р. АУТЛЕВ.**

**Председатель Совета народных депутатов
муниципального образования
«Шовгеновский район»
А. МЕРЕТУКОВ.**

Благоустройство

НОВЫЙ ТРОТУАР – НА РАДОСТЬ ЖИТЕЛЯМ

Управление автомобильных дорог Республики Адыгея «Адыгеяавтодор» ведет строительство пешеходных дорожек на важном участке дороги «Красногвардейское-Уляп-Зарево». Это событие жители поселка Зарево действительно очень долго ждали, ведь безопасность пешеходов, в первую оче-



редь детей и пожилых людей, не может быть обеспечена при отсутствии тротуарной дороги.

Главная цель работ – сделать передвижение по поселку комфортным и абсолютно безопасным. Теперь у людей наконец-то появится полноценный тротуар длиной 1,71 км, которого здесь не было долгие годы.

Благодаря поддержке главы Республики Адыгея и слаженной работе руководства района и поселения удалось найти решение и выделить необходимые средства из регионального бюджета. Общая стоимость проекта составляет 14 млн 812 тысяч рублей.

Исполнителем строи-

тельно-монтажных работ выступает подрядная организация ООО «Каскад».

Кроме этого «Адыгеяавтодор» обустроит тротуары и на автомобильной дороге «Подъезд к п. Зарево» протяженностью 2,29 км. Стоимость работ составляет 20 млн 654 рубля. Строительно-монтажные работы проводит подрядная организация АО «Шовгеновский ДРСУ».

Отметим, что эти тротуары ведут к социально значимым объектам, что позволит жителям безопасно ходить в школу, детский сад, на работу.

Завершить строительные мероприятия планируется до конца августа.

МОДЕРНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ОСВЕЩЕНИЯ

В Джерокайском сельском поселении продолжается большая работа по модернизации системы освещения. В рамках государственной программы «Энергосбережение и повышение энергетической эффективности» старые фонари меняют на новые – энергоэффективные и современные.

Уже сейчас специалисты монтируют 220 новых светильников, которые будут автоматически включаться с помощью фотореле. Это значит, что свет будет гореть тогда, когда он действительно нужен, а бюджет не будет тратить лишние средства.

Масштабная модернизация стала возможной благодаря поддержке республики. На эти цели из республиканского бюджета выделено 4 млн 200 тысяч рублей, из местного бюджета – 278 тысяч рублей.

Как отметил глава поселения Юрий Кагазев, теперь все улицы Джерокайского сельского поселения будут хорошо освещены. Передвигаться пешком или на автомобиле в темное время суток станет значительно комфортнее и, главное, безопаснее.

**Материалы
подготовила к печати
Бэла СИЮХОВА.**



Выборы-2026

НАЧАЛОСЬ АДРЕСНОЕ ИНФОРМИРОВАНИЕ ИЗБИРАТЕЛЕЙ

С 20 по 30 августа 2026 года члены участковых избирательных комиссий Шовгеновского района будут проводить адресное информирование граждан о предстоящих выборах в Государственную Думу РФ и Госсовет – Хасэ РА, которые пройдут с 18 по 20 сентября. Задача обходчиков – пройти по всем домовладениям, рассказать избирателям о сроках и порядке голосо-

вания, адресе и режиме работы избирательных участков, о зарегистрированных кандидатах, а также доступных формах участия в выборах.

Обходчиков можно узнать по брендированной одежде, сумке с информационными материалами и планшету с приложением «ИнформУИК».

ТИК Шовгеновского района.

ПОГОДА



23.08. Вс.
+36/+19



24.08. Пн.
+33/+22



25.08. Вт.
+30/+17



26.08. Ср.
+32/+18



Защита детства

«ЗЕЛЕНАЯ КОМНАТА» - БЕЗОПАСНОЕ И ЭФФЕКТИВНОЕ ПРОСТРАНСТВО

В Комплексном центре социального обслуживания населения по Шовгеновскому району состоялась рабочая встреча, посвященная деятельности «Зеленой комнаты» - инновационного пространства, созданного на базе «Семейного МФЦ».

Основная задача этого уникального помещения - обеспечение максимально комфортных и психологически безопасных условий для детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, во время их взаимодействия с представителями правоохранительных органов.

В мероприятии приняли участие специалисты, чья профессиональная деятельность напрямую связана с защитой прав и интересов несовершеннолетних. На встречу были приглашены представители МО МВД России «Кошехабльский»: начальник отдела дознания, капитан полиции М. Бзасежев, начальник следственного отдела, капитан юстиции М. Берзегов, врио начальника ОУУП и ПДН, майор полиции Э. Хаджуков, врио начальника ОП «Хакурино-хабльское», майор полиции



А. Татлок, инспектор ПДН ОУУП и ПДН МО МВД России «Кошехабльский», капитан полиции Э. Хаткова.

Ключевой целью встречи стало детальное ознакомление сотрудников правоохранительных органов с функционалом «Зеленой комнаты». Участникам продемонстрировали техническое оснащение и методические материалы, которые

эффективно использовать данное пространство в работе с детьми.

Как рассказали специалисты, «Зеленая комната» - не просто помещение, а специально организованная среда, которая помогает минимизировать стресс у ребенка при проведении следственных действий или профилактических бесед. Нейтральный интерьер, отсутствие давящей официальной обстановки

и наличие необходимых инструментов для работы психологов позволяют детям чувствовать себя в безопасности, что критически важно для получения достоверной информации и оказания своевременной помощи.

В ходе обсуждения участники встречи подчеркнули важность межведомственного взаимодействия. Директор социального учреждения Зара Гугова подчеркнула, что использование «Зеленой комнаты» позволяет выстроить рабо-

ту с несовершеннолетними на принципах гуманности и защиты их психологического здоровья, что является приоритетом в деятельности как социальных служб, так и правоохранительных органов Шовгеновского района.

По итогам встречи стороны подтвердили готовность к дальнейшему тесному сотрудничеству, направленному на создание благоприятных условий для защиты прав детей, попавших в сложные жизненные обстоятельства.

Мариет ХУАЖЕВА.



Человек и его дело

ПРИЗВАНИЕ - ВДОХНОВЛЯЕТ

В жизни каждого человека есть моменты, которые определяют его путь. Для Милены Юрьевны Порохня (в девичестве - Семенютина) таким ориентиром стало творчество, переплетенное с любовью к детям и педагогике. Сегодня она — не просто учитель, а настоящий наставник, чья энергия заряжает окружающих, а достижения учеников становятся главной наградой.

Она родилась 4 января 2000 года в хуторе Пикалин Шовгеновского района. Детство было наполнено теплом и поддержкой близких. Первые творческие искры зажглись еще в детском саду «Золушка», а школьные годы в СОШ № 12 хутора Мамацев стали временем формирования творческого характера.

Особое место в жизни Милены Юрьевны заняла хореография. С 2006 по 2014 год она параллельно с общеобразовательной школой обучалась в школе искусств станции Гиагинской. Полученный там фундамент стал прочным основанием для будущей профессии. Желание развивать таланты - свои и чужие - привело ее в Адыгейский педагогический колледж на специальность «педагог дополнительного образования в сфере хореографии». Затем она продолжила учебу в Адыгейском государственном университете на факультете искусств, который успешно окончила в 2024 году.

Трудовой путь Милены Юрьевны начался 1 сентября 2019 года в МБОУ «КСОШ № 9» хутора Тихонова. В роли старшей вожатой и учителя музыки она быстро нашла общий язык с ребятами, создавая для них атмосферу доверия и творчества.

После перерыва на декретный отпуск, связанного с рождением сына Рената в 2023 году, Милена Юрьевна вернулась в школу с новыми силами. Этот период совпал с важным этапом в российском образовании - становлением «Движения Первых». Милена Юрьевна возглавила первичное отделение, и под ее чутким



руководством школьники начали покорять вершины различных конкурсов и соревнований. Однако педагог признается, что ее главная гордость - не кубки и грамоты, а горящие глаза детей и активная поддержка со стороны родителей.

Творческий потенциал Милены Юрьевны не ограничивается школьными стенами. С августа 2025 года она начала работу в сельском Доме культуры, где основала хореографический коллектив «Ритм жизни». Всего за год коллектив стал настоящим культурным феноменом района, завоевывая первые места на престижных конкурсах.

Помимо работы, Милена Юрьевна активно проявляет себя как общественный деятель. Она неоднократно представляла Шовгеновский район на форумах по волонтерству в Южном федеральном округе, доказывая, что

инициатива и ответственность - главные качества современного педагога.

За успехами в карьере стоит крепкий тыл. Милена Юрьевна - любящая жена и заботливая мама. Вместе с супругом Евгением Евгеньевичем они воспитывают сына Рената, окружая его любовью и вниманием. В этом им помогают бабушки Наталья и Елена, а также дедушка Евгений. Именно в семье Милена черпает вдохновение для своих новых проектов.

История Милены Порохня - пример того, как искренняя любовь к своему делу, помноженная на трудолюбие, позволяет не только реализовать себя, но и менять жизнь окружающих к лучшему. Впереди у нее еще много планов, и нет сомнений, что каждый из них будет воплощен в жизнь с тем же «ритмом», который она задает во всем, за что берется.

Мариет ХУАЖЕВА.

Профориентация

ВЫБОР, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЙ СУДЬБУ

Кадровый центр Шовгеновского района Республики Адыгея организовал необычную профориентационную встречу для подростков. Мероприятие прошло на свежем воздухе - на живописной поляне, где ребята не только узнали о востребованных профессиях, но и участвовали в увлекательных деловых играх, развивающих навыки командной работы, креативности и планирования.

В ходе встречи специалисты Кадрового центра рассказали подросткам о самых востребованных профессиях на рынке труда Республики Адыгея и в целом по России. Особое внимание уделили перспективам развития местных отраслей, возможностям получения образования и трудоустройства в регионе. Эксперты ответили на вопросы ребят, поделились советами по выбору профессии и построению карьеры.

Ключевой частью программы стали интерактивные деловые игры на природе, которые помогли подросткам в игровой форме познакомиться с разными профессиональными навыками.

Первая игра называлась «Зеленый ресторан». Участники разделились на команды, каждая заняла свою часть поляны и открыла тематическое «кафе». Подростки собирали природные материалы - листья, цветы, шишки, камни - и превращали их в оригинальные «блюда». Затем команды составляли меню и презентовали свои «рестораны» на суд жюри - «критикам». Игра развивала креативность, навыки презентации и работы в команде.

Следующая игра - «Лесной маркетплейс». На разных краях поляны были организованы «склады» с «товарами» - шишками, каштанами, ветками. Участники распределились на «курьеров», которые по спискам заказов должны были быстро собрать комплекты и доставить их в зону «выдачи», пре-



одолевая небольшие препятствия. Игра тренировала скорость реакции, организованность и навыки логистики.

Заключительной игрой стала игра «Ландшафтный дизайнер». В этой игре команды создавали масштабные композиции из природных материалов прямо на траве: выкладывали логотипы, гербы или большие мозаики. Задача требовала продуманного планирования, чувства цвета и формы, а также слаженной работы всей группы. Игра показала подросткам основы ландшафтного дизайна и художественного творчества.

Организаторы отметили высокую вовлеченность участников и позитивный отклик от подростков и педагогов. По словам специалистов Кадрового центра, такой формат профориентации помогает молодым людям не только узнать о профессиях, но и на практике попробовать себя в разных ролях, раз-

вить гибкие навыки и лучше понять свои интересы и способности.

- Мы стремимся сделать профориентацию живой и запоминающейся. Игры на природе позволяют подросткам раскрыться, проявить инициативу и увидеть, какие качества и навыки важны в разных профессиях. Надеемся, что такие встречи помогут ребятам увереннее смотреть в будущее и осознанно выбирать свой путь, - прокомментировал директор филиала ГКУ РА «АРЦЗН» в Шовгеновском районе Казбек Цеев.

Мероприятие стало частью системной работы Кадрового центра Шовгеновского района по программе маршрутизации молодежи. В планах - проведение новых профориентационных активностей и расширение сотрудничества с образовательными учреждениями района.

**Филиал
ГКУ РА «АРЦЗН»
в Шовгеновском
районе.**

ПОСТАНОВЛЕНИЕ
главы муниципального образования «Шовгеновский район»
№ 248 от 3.08.2026 г.

«О выделении мест для размещения печатных агитационных материалов»

Руководствуясь статьей 54 Федерального закона от 12 июня 2002 года № 67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», Федеральным законом от 18.05.2005 № 51-ФЗ «О выборах депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации» и Законом Республики Адыгея от 4 августа 2005 года № 351 «О выборах депутатов Государственного Совета-Хасэ Республики Адыгея», и в целях оказания содействия в беспрепятственном распространении кандидатами печатных агитационных материалов глава муниципального образования «Шовгеновский район» постановил:

1. Выделить на территориях всех избирательных участков места для размещения печатных агитационных материалов (приложение № 1).

2. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на управляющего делами администрации А. К. Джанчатова.

3. Настоящее постановление опубликовать в газете «Газета Заря».

Глава муниципального образования «Шовгеновский район»
Р. АУТЛЕВ.

Приложение № 1
к постановлению главы муниципального образования «Шовгеновский район» № 248 от 3.08.2026 г.

Перечень
мест для размещения агитационных материалов

№ п/п	Места размещения агитационных материалов	Населенный пункт
1	Дукмасовский СДК	х. Дукмасов
2	Мини физкультурно-оздоровительный комплекс	х. Тихонов
3	Информационный стенд Мамацевского СДК	х. Мамацев
4	Информационный стенд СОШ № 5 п. Зарево	п. Зарево
5	ФАП а. Джерокай	а. Джерокай (по согласованию)
6	Магазин «Магнит»	а. Хакуринохабль (по согласованию)
7	Магазин «Магнит Косметик»	а. Хакуринохабль (по согласованию)
8	Административное здание ЦРБ	а. Хакуринохабль (по согласованию)
9	Информационный стенд Мамхегского СДК	а. Мамхег
10	Административное здание ДРСУ	а. Мамхег (по согласованию)
11	Информационный стенд Пшизовского СДК	а. Пшизов

Управляющий делами администрации
муниципального образования «Шовгеновский район»
А. ДЖАНЧАТОВ.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ
главы муниципального образования «Шовгеновский район»
№ 249 от 3.08.2026 г.

«О предоставлении помещений зарегистрированным кандидатам, политическим партиям, выдвинувшим зарегистрированных кандидатов для проведения агитационных, публичных мероприятий в форме собраний»

Руководствуясь статьей 53 Федерального закона от 12 июня 2002 года № 67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», Федеральным законом от 18.05.2005 № 51-ФЗ «О выборах депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации» и Законом Республики Адыгея от 4 августа 2005 года № 351 «О выборах депутатов Государственного Совета-Хасэ Республики Адыгея», и в целях оказания содействия в беспрепятственном распространении кандидатами печатных агитационных материалов глава муниципального образования «Шовгеновский район» постановил:

1. Предоставить помещения для проведения агитационных, публичных мероприятий в форме собраний зарегистрированным кандидатам (приложение № 1).

2. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на управляющего делами администрации А. К. Джанчатова.

3. Настоящее постановление опубликовать в газете «Газета Заря».

Глава муниципального образования «Шовгеновский район»
Р. АУТЛЕВ.

Приложение № 1
к постановлению главы муниципального образования «Шовгеновский район» № 249 от 3.08.2026 г.

Перечень
помещений для проведения агитационных, публичных мероприятий

№ п/п	Места проведения агитационных, публичных мероприятий	Населенный пункт
1	Дукмасовский СДК	х. Дукмасов
2	СОШ № 12, х. Мамацев	х. Мамацев
3	Тихоновский СДК	х. Тихонов
4	Джерокайский СДК	а. Джерокай
5	СОШ №8, х. Чернышев	х. Чернышев
6	Заревский СДК	п. Зарево
7	СОШ №11, а. Пшизов	а. Пшизов
8	СОШ №6, а. Пшичо	а. Пшичо
9	СОШ №4, а. Мамхег	а. Мамхег
10	Мамхегский СДК	а. Мамхег
11	Административное здание ГБУЗ «Шовгеновская ЦРБ»	а. Хакуринохабль (по согласованию)
12	Спортивный комплекс имени К. Д. Багадирова	а. Хакуринохабль

Управляющий делами администрации
муниципального образования «Шовгеновский район»
А. ДЖАНЧАТОВ.

☒ **Старшее поколение**

РЕЦЕПТЫ СЧАСТЬЯ ОТ БАБУШКИ

В нашей «Точке общения» прошел по-настоящему особенный вечер. Мы не просто пили чай — мы открывали порталы в прошлое. Тема нашей встречи звучала так: «Бабушкин сундучок с рецептами»

Когда речь заходит о еде, это никогда не бывает просто про «вкус». Это про любовь, про запах свежего хлеба по утрам, про уютную кухню, где всегда ждет самый близкий человек.

Наши подопочные принесли с собой не просто списки продуктов, а целые истории. В руках у каждой бабушки был свой «артефакт»: пожелтевшие тетрадки в клеточку, обрывки газет с аккуратными записями на полях и даже старые карточки, испи-

санные тонким, летящим почерком.

Мы вспоминали, как раньше не было интернета и кулинарных блогов. Рецепты были сокровищем. Их берегли, как семейную реликвию. Мама записывала секрет пирога, дочь переписывала его в свою тетрадь, а внучка спустя годы, глядя на те же буквы, чувствует присутствие родного человека. Эти записи передавались из рук в руки, из поколения в поколение, становясь невидимой нитью, связывающей семьи. Часы пролетели незаметно. Мы говорили о том, как важно уметь замедляться. О том, как важно не просто «приготовить обед», а вложить в него частичку души.

- Главный секрет не в граммах муки, а в том, чтобы печь с добрым настроением, — делились наши участницы.

Обсуждали, как меняются вкусы, но тепло домашних традиций остается неизменным.

В этом кругу не было чужих. Были только близкие по духу люди, объединенные общими воспоминаниями и ароматом домашнего уюта. Мы поняли одно: рецепты в этих «сундучках» — это не просто инструкции, это рецепты счастья, тепла и связи между людьми.

Р. КЕРЯШЕВА,
социальный работник
отделения № 2 КЦСОН
по Шовгеновскому району.



Минобороны России проводит отбор на военную службу по контракту в подразделения беспилотных систем. Подписать контракт могут пребывающие в запасе граждане от 18 до 45 лет, а также студенты вузов и ссузов, получающие или имеющие техническое образование.

Специалист по БПЛА будет одинаково востребован и в боевых подразделениях, и в мирной жизни. Обучение предполагает получение навыков ремонта, программирования и пилотирования беспилотных летательных аппаратов, включая коммерческие; 3D-моделирования и печати; выстраивания IP-сетей и радиосвязи; управления транспортом; обучение инженерному делу.

При заключении контракта военнослужащие получают единовременную выплату — в Адыгее она составляет до 3 млн рублей — а также ежемесячное денежное довольствие от 220 тыс. рублей в зоне СВО и вознаграждение за уничтоженную технику противника. На подписавших контракт распространяются все социальные гарантии и льготы для участников специальной военной операции: возможность быстрого приобретения жилья за счет Минобороны РФ (через накопительно-ипотечную систему); служебное жилье или компенсация за наем жилья; бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях, кредитные и налоговые каникулы; списание долгов на сумму до 10 млн рублей; бесплатные места для обучения детей в вузах и ряд других.

Контракт заключается на 1 год с предоставлением основного отпуска и сохранением рабочего места.

Подать документы можно в пункт отбора или военный комиссариат по месту жительства. По всем вопросам обращаться: г. Майкоп, ул. Комсомольская, 217, каб. 119,102 или по телефонам: 8 (8772) 52-11-27, 52-11-25.

ВСТАНЬ НА ЗАЩИТУ РОДИНЫ В ВОЙСКАХ БПЛА

ЗАКЛЮЧИ КОНТРАКТ В РЕСПУБЛИКЕ АДЫГЕЯ НА ВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ:

- ★ ОТ **5 700 000 ₽** ЗА ПЕРВЫЙ ГОД СЛУЖБЫ
- ★ ДО **3 000 000 ₽** ЕДИНОРАЗОВО
- ★ ОТ **230 000 ₽** ЕЖЕМЕСЯЧНО



КОНТРАКТ01.РФ



(8772) 52-11-28 • 117#4



ПОМНИТЕ: АЛКОГОЛЬ - ЯД!

С 17 по 23 августа проходит Неделя отказа от алкоголя

Алкоголь провоцирует развитие более 200 заболеваний, включая патологии печени, сердца, органов пищеварения и психические расстройства. О том, как спиртное разрушает организм, рассказала врач-терапевт и заведующая поликлиникой Шовгеновской районной больницы Саида Аслановна АЙТЕКОВА:

- Какой орган первым страдает от алкоголя?

- Многолетние исследования подтверждают, что первыми под удар попадают печень и центральная нервная система. Это научно доказанный факт. Печень, выполняя роль главного фильтра организма, вынуждена первой перерабатывать токсичный этанол. Одновременно с этим продукты его распада напрямую повреждают нейроны, что неизбежно ведет к сбоям в работе ЦНС.

- Саида Аслановна, как алкоголь влияет на пищеварительную систему при прямом контакте?

- Влияние начинается мгновенно и затрагивает весь желудочно-кишечный тракт. Патологические процессы начинаются уже в ротовой полости. Под влиянием этанола подавляется секреция слюны, она становится более вязкой, и ее защитная и иммунная функции снижаются. Далее алкоголь влияет на мускулатуру сфинктеров пищевода, меняя его моторику. Это приводит к рефлюксу - обратному забросу содержимого желудка в пищевод.

Важно понимать, что даже однократный прием алкоголя «выключает» нормальную работу мышц пищевода на 10-15 часов.

- А если говорить о желудке и поджелудочной железе?

- Если малые дозы спиртного могут стимулировать выделение пищеварительного сока, то злоупотребление, наоборот, снижает секрецию соляной кислоты и пепсина. Одновременно меняется структура эпителия, выстилающего стенки желудка. Постепенно развивается воспалительная реакция, которая рано или поздно приводит к атрофии слизистой. Патологическую трансформацию эпителия желудка обнаруживают у 95% людей с алкогольной зависимостью, и это считается одной из главных причин развития язвенной болезни.

Поджелудочная железа - еще один орган, который серьезно страдает. Алкогольная зависимость обычно сопровождается секреторной недостаточностью и изменением состава панкреатического сока. Это вызывает фиброз, атрофию клеток, панкреатит и формирование кист.

- Скажите, какие стадии алкогольной болезни печени вы выделяете?

- Алкогольная болезнь печени (АБП) - комплексное поражение, которое развивается последовательно. Выделяют три основные стадии: стеатоз (жировой гепатоз). Это начальная и самая частая форма поражения. Из-за нарушения липидного обмена в гепатоцитах накапливается жир в виде крупных капель. Это приводит к увеличению размера клеток, их слипанию и формированию жировых кист. Хорошая новость в том, что стеатоз полностью обратим. Структура печеночной паренхимы восстанавливается после полного отказа от алкоголя.

Алкогольный гепатит. Эта стадия диагностируется обычно через 5-7 лет после начала систематического злоупотребления. В патогенезе заболевания большую роль играет не только жировое перерождение гепатоцитов, но и хроническая гипоксия, снижение антиоксидантной защиты. Под влиянием этанола внутри печеночных клеток появляются специфические образования, которые и провоцируют воспалительный процесс. Клиническая картина во многом схожа с вирусным гепатитом, что требует обязательной дифференциальной диагностики.

Цирроз печени - финальная и необратимая стадия АБП. Нормальная печеночная ткань замещается фиброзной, или рубцовой, тканью, что приводит к нарушению функций органа. Цирроз может сопровождаться асцитом, варикозным расширением вен пищевода, печеночной энцефалопатией. В некоторых случаях конечной стадией недуга является рак печени.

- А что с другими системами организма?

- После печени и ЦНС «второе место» занимают болезни сердечно-сосудистой системы и респираторного тракта - хронические бронхиты, пневмонии, дыхательная недостаточность.

Алкоголизм приводит к быстрому старению и ранней инвалидности. Специалисты подсчитали, что продолжительность жизни людей с алкогольной зависимостью минимум на 15 лет короче среднестатистической. Нередко причиной смерти являются несчастные случаи и травмы,



но гораздо чаще зависимые умирают от сопутствующих хронических патологий и заболеваний, вызванных снижением общей резистентности организма.

- Что ускоряет развитие патологий?

- Ситуация значительно усугубляется при сопутствующем употреблении наркотических психостимуляторов и асоциальном образе жизни. Это повышает риск инфицирования туберкулезом, ВИЧ и гепатотропными вирусами.

Еще раз напомним, что алкоголь - яд, который бьет по всему организму, но первыми и сильнее всего страдают печень и нервная система. Важно понимать, что на ранних стадиях, таких как алкогольный стеатоз, процесс обратим. Но если не остановиться, то необратимые изменения, такие как цирроз, станут неизбежностью. Единственный надежный способ профилактики - полный отказ от алкоголя и оперативное обращение к специалистам.

**Интервью вела
Мариет ХУАЖЕВА.**

✓ Советы специалиста

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО КУПАНИЯ В ОТКРЫТЫХ ВОДОЕМАХ

В теплые летние дни желанным является отдых на пляже у водоема. Чтобы такой отдых принес удовольствие и не стал причиной ухудшения здоровья важно соблюдать следующие рекомендации. Купаться следует в разрешенных для этой цели водоемах.

Использование водного объекта для купания и отдыха населения допускается при наличии санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии водного объекта санитарным правилам. Территориальными органами Роспотребнадзора организован санитарно-гигиенический мониторинг качества воды, почвы и песка в зонах рекреации. Ознакомиться с перечнем мест, разрешенных для отдыха и купания, можно на официальных сайтах Управлений Роспотребнадзора по субъектам Российской Федерации. Купание в водоемах, качество воды в которых не было проверено или не соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям, опасно для здоровья, так как в воде могут находиться возбудители различных инфекционных заболеваний, в том числе холеры, сальмонеллеза, дизентерии, гепатита А и Е, ротавирусной инфекции, гельминтозов, церкариоза и др. При купании не следует заглатывать воду. Нельзя

пить воду из водоема, мыть ею руки, овощи или фрукты, если вы собрались перекусить на берегу. Мусор, оставшийся после пикника на берегу водоема нужно выбросить в установленном месте, чтобы территория пляжа оставалась чистой и пригодной для отдыха еще долгое время. Необходимо соблюдать правила личной гигиены, пользоваться общественными туалетами. Не разрешайте домашним питомцам купаться в местах массового отдыха. Кроме вышеуказанных рекомендаций, следует также учесть: не заплывайте далеко, не купайтесь в ветреную погоду; для предотвращения перегрева и теплового удара, собираясь на пляж, обязательно возьмите с собой головной убор, питьевую воду, полотенце, зонтик; загорать лучше под зонтиком в утренние и послеобеденные часы; не употребляйте алкогольные напитки; тщательно следите за детьми, если они отдыхают у воды вместе с вами. Если почувствовали себя плохо, не занимайтесь самолечением, а немедленно обратитесь к врачу!

Н. ДЗЫБОВА,
помощник врача по коммунальной гигиене
филиала ФБУЗ «Центр гигиены и
эпидемиологии в РА» в Шовгеновском районе.



РЕКЛАМА, ОБЪЯВЛЕНИЯ, ИЗВЕЩЕНИЯ

ИЗВЕЩЕНИЕ

**об ознакомлении и согласовании проекта
межевания земельных участков, выделяемых в счет
земельных долей**

Кадастровым инженером Кунижевым Азаматом Асланбековичем (номер квалификационного аттестата 01-15-381, почтовый адрес: Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Пионерская, д. 530, кв. 4, контактный телефон: 8-928-471-38-81, e-mail: kadastriv@mail.ru) подготовлен проект межевания земельного участка, выделяемого в счет земельных долей.

Исходным является земельный участок с кадастровым номером: 01:07:3400000:4074, местоположение: Российская Федерация, Республика Адыгея, Шовгеновский район, участок находится примерно в 4000 метрах по направлению на юго-восток от ориентира - административного здания, расположенного за пределами участка, адрес ориентира: Республика Адыгея, Шовгеновский район, аул Пшизов, ул. Ленина, 3.

Заказчиком работ по подготовке проекта межевания земельного участка является: Хакуринов Ахмед Рамазанович (почтовый адрес: Республика Адыгея, Шовгеновский район, а. Пшизов, ул. М.Б. Пшизова, д.39, контактный телефон: 8-988-483-28-76).

Ознакомиться, внести предложения по доработке, согласовать данный проект межевания земельного участка, а также вручить обоснованные возражения по нему можно в течение 30 (тридцати) дней

со дня опубликования данного извещения по адресу: Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Пионерская, д. 530, кв. 4, с 9 до 15 часов по рабочим дням.

ОКНА, ДВЕРИ, ФАСАДЫ
Тел.: 8-918-686-62-22. (10-9).

ОКНА ДВЕРИ
Двери входные металлические.
Жалюзи. Кровельные,
сварочные, бетонные работы.
Качественно и в сроки. Кредит.
20% скидки.
Тел.: 8-918-694-54-55. Олег. (40-21).

ОБНАРОДОВАНИЕ

Издано постановление главы муниципального образования «Шовгеновский район» № 256 от 13.08.2026 г. «О внесении изменений в муниципальную программу «Социальная поддержка населения муниципального образования «Шовгеновский район».

Ознакомиться с данным постановлением можно в общем отделе райадминистрации или на официальном сайте Шовгеновского района.

СМОТРИТЕ

в кинозале «Космос»

С 22 по 27 августа - новый анимационный фильм «Лидия и Всадник тумана» (когда туман поглощает ее брата, Лидия ступает на палубу летучего корабля. Ее оружие - память, превращающаяся в созвездие, ее цель - победить Спеллбайндера), приключения, Канада. **Начало в 16.00 часов.**

С 22 по 27 августа смотрите новую американскую комедию «Придурки». **Начало в 18.00 часов.**

ИЗДАТЕЛЬ:

администрация муниципального образования «Шовгеновский район»
(385440, а. Хакуринохабль, ул. Шовгенова, 9)
Газета зарегистрирована
Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Южному федеральному округу
Рег. ПИ № ТУ 23-01862 от 1.07.2022 г.

УЧРЕДИТЕЛЬ:

муниципальное бюджетное учреждение «Единый информационный центр Шовгеновского района»

Главный редактор

Л. И. Кубова
Телефон: 9-23-56
E-mail: zarya08@yandex.ru
Цена свободная
Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения автора.
Ответственность за содержание рекламы несут авторы.

АДРЕС РЕДАКЦИИ:

385440,
Республика Адыгея,
Шовгеновский район,
а. Хакуринохабль,
ул. Шовгенова, 11.

Номер набран и
сверстан на компьютер-
ном участке редакции,
отпечатан
в АО «Полиграф-ЮГ»,
385000, г. Майкоп,
ул. Пионерская, 268.

Газета выходит
по средам и субботам.
Индекс газеты ПИ317
Тираж 1406 экз.
Подписано в печать:
По графику - 16.00
Фактически - 16.00
Заказ _____