

Ассаламу галайкум!

Захъмат бихъичъого, рахъат бокъарас,
Бекъичъого, дъийъе, ниль гъечъого хур.
Иныхъа Гъали-Хъаж



Гумбет

Гумбет районалъул газета



№ 46 (6982) 22 декабрь 2025 с. Итни Ражаб 1447 с. Багъа - эркенаб

БАКЪАЪУАЗУЛ АНКЪ

Гъалип Гъалипов: «Циял гелал, хъакъикъияб тарих цуни – щивасул жавабчилъи»

Ватан цунулесул сон тлобитиялъул хласилал гъаруна

Гумбет районалъул бетлер Гъалип Гъалиповасул нухмалъиялда гъоркъ аслиял

Муниципалитеталъул хъаракатчагъаз гъоркъоб лъуна районалъул гъадамаз магъало



суалазда гъадчей гъабураб данделъи тлобитана араб анкълъ администрациялда.

жиндир заманалда къеялъул ва хасаб рагъулаб операциялъул гъахъалчагъазе, гъезул хъиза-



мазе кумек гъабиялъул суалал. Гъез гъединго хласилал гъаруна Ватан цунулесул сон кюдо гъабиялъул хурматалда гъабураб хъалтлъулги.

Гъалип Гъалиповас абуна гъел тадбирал рукъанин халкъалда гъоркъоб патриотикъияб тарбия борхизабиялда ва нильер улкъаялъул тарих цунуиялда кIвар бусинабураллъун.

«Лъагъалида жаниб бакълъулазул росабалъ аслияблъун букъана патриотикъиял тадби-

рал гъуцIи ва гъун бачлъунел гел битараб нухда чIезе квербакълулел хъалтлаби гъари. Ватан цунулесул сон кыматаб даражаялда рагъалде бахъинабуна бакълъулаз. Патриотикъиял тадбирал гъуцIизе хъаракат бахъаразе ракI-ракIалъулаб баркала буго. Циял гелал, хъакъикъияб тарих цуни – щивасул жавабчилъи», - ян абуна Гъалиповас.

Зугъра Гъабдулкъадирова

НОМЕРАЛДА РУГО:



Данухъа депутатас СВОялде гуманитарияб къайи щвезабуна - 2 стр.



Зулфия Хъажимурадова – «Дрялъул лъайкъеялъул отличник» - 2 стр.



Циликъа Сагъид Гъубайдулаевасул чIел - 2 стр.



Гъарадирхъа Руслан Хъасанов – хасаб рагъулаб операциялъул рагъухъабазе кумек гъабулев - 2 стр.

БАКЪАЪУАЗУЛ ГИМРУ

Бюджеталъул проекталда тIасан жамгIиял гIенеккииял гъуцIана Баракатаб батаги

Бакълъулазул ракъалда гIоригIана 2026-абилел соналъул ва 2027–2028-абилел

екталда тIасан жамгIиял гIенеккииял. Гъеб тадбиралъе нухмалъи



соназул планалъулаб болжалалъул бюджеталъул про-

гъабуна Бакълъул мухъалъул депутатасул Собраниялъ-



ул председатель Галихан Давудхъажиевас. ГIенеккииялда гIахъаллъана районалъул бетлерасул кумекчи Гали МухIамадгIалиев, районалъул финансовияб управлениялъул нухмалъулев РурухIма Халидов, депутатал, росабазул бутIрул ва цогидал.

Халгъабизе бокъаразе Бакълъул районалъул 2026-абилел соналъул ва 2027–2028-абилел соназул планалъулаб болжалалда рекъон гъуцIараб бюджеталъул проект лъун буго муниципалитеталъул официалияб сайталда.

Макка МухIамадова

ВАТІАНИЯБ ТІАЛАБ ТІОБИТІУААГО

Данухъа депутатас СВОялде гуманитарияб
къайи щвезабуна

Тылаъ хІаракат бахъулеб буго бергъенлъи гІагар гъабизе

Данухъ росдал депутат Арсен Юнусов гуманитарияб къайигун швана хасаб рагъулаб операциялъл мухъалде, гъев дандчІвана цебесеб кърда ругел рагъухъабигун.

Рагъухъабазе щвезабуна: хинаб ретІел, гъекъолеб лъим, окопалъл свечаби, юргъанал, пихъ, квен-тІех, гъуинлъаби ва фронталда хІажатаб цогідаб къайи. Киналго сайгъат гъарурал жал данде гъарун руго хасаб рагъулаб операциялъл гІахъалчагІазул гъариялда рекъон.

150-абилеб мотострелкабазул дивизиялъл 68-абилеб танкабазул полкалъл рагъухъабаз ракі-раклалгъулаб баркала загъир гъабуна Бакълъл районалъл бетІер Гъалип Гъалиповасе ва Арсен Юнусовасе рагъухъабазе кІудияб кІвар бугеб къайиялдалълун кумек гъабу-ралълхъ.

Гъединаб квербакъиял СВОялъл рагъухъабазул ракі бохизабула, жидер тІалаб-агъаз гъабулеб букІин бихъула. Жив



фронталде щвеялъл бицунаго, Арсен Юнусовас баян гъабуна ЦІияб соналда цебе СВОялъл мухъалде иргадуба сапар жеги гъабизе раклалда бугин.

«РакІалда буго рагъулаб хъулухъагІазе бакІал раялъл материалал ва хІажатал алатал щвезаризе. Абизе ккола, СВО байбихъаралдаса Гумбет мухъалдаса фронталъл мухъазде битІун буго гІага-шагарго

200 тонна гуманитарияб кумекалъл. Районалъл нухмалълев Гъалип Гъалиповасги тІадчІей гъабулеб буго ВатІан цІунулелул хІажатал тІуразе. Гъеб хІалтІи нахъеккунги рагІалде бахъинабизе нижецаги хІаракат бахъизе буго», - ян абуна Юнусовас.

«Гумбет»
информациялъл гІуцІи

ХІАРАКАТАЛЪУЪ – БАРАКАТ

Зулфия ХІажимурадова – «ДРялъл
лъайкъеялъл отличник»

Шапакъатал цікІкІаги

Дагъистаналъл лъайкъеялъл ва гІелмуялъл Министерствоялъл коллегиялда тІобитІана лъай къеялъл хІалтІухъабазе пачалихъиял шапакъатал къолеб тадбир.

Дагъистаналъл лъайкъеялъл министр ЯХІя Бучасвас «Дагъистан Республикалъл лъайкъеялъл отличник» абураб ведомственияб шапакъат къуна МелгелтІа росдал аслияб школалъл директор, гІурус мацІалъл ва адабияталъл мугІалим Зулфия ХІажимурадовалъе.

Гъелъл нухмалгІиялда гъоркъ цебе рехсараб школалда шула гъарулел руго материял-иябгун техническиал рахъал, гІумруялде рахъинарулел руго гъанжесел дарсал къолел къагІидаби, тІадегІанаб даражиялъл лъай къеялъл хІалтІи.

Бакълъл районалъл нухмалълев Гъалип Гъалиповас ва цадахъ хІалтІулес баркана ХІажимурадовалда къиматаб



цІар щвей, гъарана шулияб сахлъи ва жавабчилъи цікІкІараб хІалтІулъ икъбал.

«Гумбет»
информациялъл гІуцІи

БАКЪЛЪУАЗУА БЕРГЪЕНЛЪАБИ

ЦІиликъа СагІид ГІубайдулаевасул чІел
Самбоиялъл рахъалъ армиялъл чемпионаталда бергъана

Самбоиялъл рахъалъ армиялъл чемпионаталда меседил медалъ босана ЦІиликъа хасаб рагъулаб операциялъл гІахъалчи СагІид ГІубайдулаевас.

Луганскалда тІобитІараб самбоиялъл чемпионаталда 79 килограммалъл цІайиялда би-хизабуна гъес жиндир махщел ва бергъенлъи босизе бугеб гъира. Бакълъл районалъл бетІер Гъалип Гъалиповас СагІидида баркана чемпионлълун вахъин,



гъарана шулияб сахлъи, кинабго рахъалъан цебетІей ва бер-

гъенлъигун тІадвуссин.
Зугъра ГІабдулкъадирова

БАКЪЛЪУАЗУА РОСАБИ

ЖамагІаталъл газа кърдаги
рекІунебила

Росулъ лъим бачІинабуна

Хасалил квачарал къояз-иялдалълун щібаб рокъобе
да ЦІиликъ росдал гІадамаз лъим бачІинабуна.



къуватал цолълун къачІана росулъ лъим бачарал трубаби. ХІалтІаби гъари халат бахъана кІиго къоялъ. Къаси-къад чІелчІого хІаракат бахъана лъим бачІинабизе.

ГІодобегІанаб температура букІаниги, лълел трубаби ругеб рахъ захІматаб ракъ букІаниги, росдал гІадамаз бакІалгъулаб администрациялъл квербакъ-

Росдал бегаवल МухІамадгІарип ГІубайдулаевасул рагІабазда рекъон, цадахъ хІаракаталдалълун гъеб масъала хехго тІубана ва лъим гъелчІого хутІичІо. Гъес баркала загъир гъабуна росуцІоязе гъабураб хІалтІухъ ва гъунки-ялълхъ.

Макка МухІамадова

ХІАРАКАТАЛЪУЪ – БАРАКАТ

Гъарадирихъа Руслан ХІасанов
– хасаб рагъулаб операциялъл
рагъухъабазе кумек гъабулев

Шапакъаталъе мустахІикълъана

Хасаб рагъулаб операциялъл гІахъалчагІазе кумек гъабиялъл жигараб гІахъаллъиялълхъ Гъарадирихъа депутат Руслан ХІасанов мустахІикълъана

жигараб бутІаялълхъ. Гъарула талихІ, шулияб сахлъи ва цебетІей.

Гъединго Руслан ХІасанов ккола «Дари Добро» абураб рахІму-цІобалъл къокъаялъл-



«Хасаб рагъулаб операциялъл гІахъалчагІазе гъабураб кумекалълхъ» медалалъе ва баркалаиялъл кагъаталъе.

Шапакъатал гъесие къуна ветеранал цІуниялъл ва гъезие квербакъиялъл рахъалъ Дагъистаналъл регионал-ияб жамгІияб гІуцІиялъл нухмалълев Абубакар КъурбанисмагІиловас.

Баркалаиялъл кагътида хъван буго: «Нижеца ракі-раклалгъулаб баркала загъир гъабулеб буго Украиналда тІобитІараб хасаб рагъулаб операциялъл гІахъалчагІазе квербакъи гъабиялъл лълураб

ул гІахъалчи, гъелъл мурад буго къварилгІиялда ругезе, батІи-батІиял гІорхъолъа арал ахІвал-хІалазул лълугъа-бахъинал ккаразе ва СВОялда ругел волонтеразе кумек гъаби, гъединго жамгІиял ва диниял тадбирал гІуцІиялъл квербакъи гъаби.

Районалъл нухмалълев Гъалип Гъалиповас баркана Русланида шапакъатал щвей, баркала къуна волонтеразе гъабулеб кумекалълхъ ва гъарана гъесие икъбал, сахлъи, талихІ.

«Гумбет»
информациялъл гІуцІи

Детская питьевая вода: лучшее – детям

Все родители желают, чтобы их дети были здоровыми. А здоровье начинается с самых простых вещей, среди которых распорядок дня, активность. Но самое главное — это правильное питание, в котором не последнее место занимает потребление воды. Казалось бы, самый обычный продукт: на полках супермаркетов стоят сотни бутылок с питьевой водой, чистой и полезной, как уверяют производители. Но подходит ли такая вода для детей? И чем детская питьевая вода отличается от обычной?

Вода в жизни ребенка
Чистую воду детям рекомендуется давать примерно с четырех месяцев при грудном вскармливании и с первых дней жизни — при искусственном. А с введением прикорма вода малышу просто необходима. Груднички могут выпивать 30–100 мл воды в сутки, потребность в дополнительной жидкости увеличивается в жаркие дни, при температуре, а также при проблемах с пищеварением. Дети с двух до семи лет должны получать 1,2–1,7 л воды в день — не считая чая, соков и других напитков. Младшим школьникам требуется уже два л воды в день, причем, чем активнее ребенок, тем больше воды ему понадобится. В детстве всех нас поили кипяченой водой, просто потому что никакой другой не было. И многие до сих пор считают, что это лучший вариант, хотя исследования уже доказали, что кипяченая водопроводная вода как минимум не полезна. Дети нуждаются в питьевой воде с особыми показателями, а качество и состав кипяченой водопроводной воды не соответствует им даже приблизительно.

Нормативные требования к воде для детского питания
Бутилированная детская вода должна соответствовать жестким требованиям, прописанным в СанПиН 2.1.4.1116-

02. Согласно этому документу, детская питьевая вода действительно заметно отличается от столовой воды для взрослых, так как у малышей совсем другие потребности. Во-первых, вода для детского питания намного мягче, чем обычная: показатель общей минерализации не превышает 250–500 мг/л. Причем содержание некоторых минералов должно быть совсем невысоким: калия — не более 20 мг/л, кальция — не более 80 мг/л, йодид-иона — не более 0,06 мг/л, фторид-иона — не более 0,7 мг/л, магния — не более 50 мг/л, а присутствие в воде серебра и диоксида углерода вообще недопустимо. Во-вторых, производитель не имеет права написать на бутылке «детская вода» без соответствующего свидетельства о государственной регистрации Роспотребнадзора и декларации о соответствии продукции требованиям технического регламента Таможенного союза на руках. Вся детская вода делится на два вида: питьевая вода и вода для приготовления смесей для искусственного питания. Питьевую воду не следует использовать для разбавления смесей — она содержит дополнительные микроэлементы и минералы, которые нужны малышу, но могут нарушить сбалансированность самой смеси. Содержание минералов в питьевой воде для детей — 200–300 мг/л, а в воде для приготовления детской смеси — всего 64–107 мг/л. **Источники воды для детей**
Вода для детского питания должна добываться из глубоких артезианских скважин в экологически благополучных районах. Разумеется, такая вода проходит дополнительную очистку перед розливом. Многие производители продают питьевую воду в бутылках с этикетками, «кричащими» о ее натуральности. Но картинка с изображением заснеженных гор или чистых озер — обыч-

ный рекламный ход. Если этикетку еще и внимательно прочитать, то часто выясняется, что покупатель платит небольшие деньги за обычную фильтрованную воду из крана. Смысла в покупке такой воды нет — бытовой фильтр для подходящей детям воды может очистить кипяченую воду не хуже, а то и лучше. И это будет дешевле, чем постоянная покупка воды в магазине. Некоторые модели помимо фильтрующих функций выполняют еще и функции обогащения воды столь необходимыми для детей минералами (магнием, фтором и другими). Ни в коем случае нельзя поить детей водой из открытых источников, даже если они находятся в чистом с виду лесу и славятся вкусовыми качествами воды во всей округе. В родники и ключи могут попасть не только микробы, но и нитраты, различные токсины и механические загрязнения, такие как микроскопические частички глины или песка. Кипяченая водопроводная вода также не подходит для детского питания. Для дезинфекции в водопроводную воду добавляют хлор, который остается в ней и после кипячения. Хлор крайне вреден для организма, многие российские и зарубежные ученые даже полагают, что длительное употребление хлорированной воды может привести к развитию онкологических заболеваний. К тому же хлор вступает в реакцию с другими токсичными веществами, которые могут находиться в воде из-под крана (бензолом, фенолом), создавая новые соединения, подрывающие иммунитет. В обычной водопроводной воде, соответствующей всем нормам, может присутствовать свинец (повышенный уровень содержания в организме свинца, вызывающий риск отставания в умственном развитии, отмечается примерно у 15% детей), детергенты (моющие вещества), жесткие соли кальция и

магния, нитраты. А вот полезных минеральных веществ в водопроводной воде немного, да и те зачастую в процессе кипячения разрушаются. Нередко можно услышать, что результаты проверки в том или ином городе показали, что вода из-под крана не соответствует нормам: конечно, по правилам она должна быть безопасной, но ситуации, когда концентрация вредных веществ превышает допустимые величины в десятки раз, — отнюдь не редкость. Стоит ли рисковать и надеяться, что именно в вашем районе в данный момент вода действительно чистая, а трубы, по которым она течет, — новые? **Проблема качества**
К сожалению, даже заплатив немалые деньги за бутилированную детскую воду, нельзя быть уверенным в ее качестве. По статистике, каждая десятая бутылка воды в российских магазинах — подделка. За этикеткой с логотипом известного бренда скрывается обычная водопроводная вода, в лучшем случае прошедшая самую примитивную фильтрацию. Впрочем, и с остальной водой все не так уж гладко. Потребитель сам вынужден контролировать ее качество по косвенным признакам. Например, будет совсем нелишним узнать, где добывалась и разливалась вода — в идеале эти два места должны быть рядом. Как выбрать воду для ребенка? Итак, какая детская вода лучше и как ее правильно выбрать? Родителям придется быть предельно внимательными, так как выбор бутилированной воды в супермаркетах огромен, но продукция многих производителей детям попросту противопоказана. На что же обратить внимание, выбирая воду? **Состав**
Как уже было сказано, детская питьевая вода должна быть мягкой, с низким содержанием

минералов и без серебра. Газированная вода также противопоказана детям до десяти лет (впрочем, многие врачи считают, что и в старшем возрасте она не полезна). Не покупайте лечебную воду с высоким содержанием минералов — она может принести пользу только взрослым и лишь с учетом правильного употребления! Проверяйте также жесткость и щелочность детской воды — эти показатели должны быть не более 7 мг-экв/л и 5 мг-экв/л соответственно. **Тара**
Рекомендуется покупать воду в стеклянных бутылках, хотя она несколько дороже. Если все же хочется сэкономить на таре, то лучше купить воду в бутылке из поликарбоната: на доннышке такой бутылки можно разглядеть цифру семь в треугольнике. Остальные виды пластика хоть и пригодны для изготовления пищевой упаковки, но все же считаются потенциально опасными, особенно это относится к ПЭТ (цифра один) и ПВХ (цифра три). Вода для детей разливается в емкости объемом 0,33–5 л. Очевидно, что большие бутылки дешевле. Но хранить открытую бутылку в холодильнике можно максимум три дня (а некоторые педиатры советуют использовать ее и вовсе в течение суток). Таким образом, маленькие бутылки куда более удобные. Потребление воды — настолько привычный процесс, что мы не придаем ему большого значения. Вместе с тем необходимо помнить, что вода — основа жизни, и выбирать ее нужно с особой тщательностью, особенно питьевую воду для ребенка первого года жизни **А. У. Таймасханов, врач общей гигиены ФФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в РД в Ботлихском районе»**

СУРОВ ЗАКОН, НО ЗАКОН

ОМВД РФ по Гумбету напоминает об ответственности за экстремизм, терроризм и распространение фейковой информации

ОМВД РФ по Гумбетовскому району информирует граждан о недопустимости экстремистской и террористической деятельности, а также о юридической ответственности за противоправные действия, в том числе в сети Интернет.

Экстремизм проявляется в форме публичных призывов к насилию, разжигания национальной и религиозной вражды, распространения запрещенных материалов и символики. Его крайним проявлением является терроризм, представля-

ющий серьезную угрозу жизни, здоровью граждан и безопасности государства.

Особое внимание уделяется профилактике вовлечения молодежи в противоправную деятельность через социальные сети. Необдуманные комментарии, репосты и публикации, а также участие в сомнительных интернет-сообществах могут повлечь административную и уголовную ответственность. Законодательством Российской Федерации предусмотрено наказание за распространение фейко-

вой информации, публичные призывы к экстремистской деятельности, участие в несанкционированных массовых акциях, а также за финансирование терроризма, в том числе под видом благотворительных сборов. ОМВД РФ по Гумбетовскому району призывает граждан быть внимательными, критически относиться к информации в сети Интернет и помнить, что ответственность за совершаемые действия и публикации несет каждый лично.

ОМВД РФ по Гумбетовскому району

РИТМ ГУМБЕТА

Маткапитал можно использовать в целях покупки квартиры

Для этого нужно выполнить следующие шаги:

1. Подобрать жильё для покупки. Квартира должна быть пригодна для проживания (не аварийная, не временка). Можно купить новостройку, вторичное жильё или долю в квартире.

2. Посетить МФЦ и заключить договор купли-продажи с продавцом, с условием использования маткапитала, как часть суммы оплаты.

3. Затем сотрудники МФЦ помогут зарегистрировать договор в Росреестре.

4. На следующем этапе специалисты МФЦ помогут подать заявление на распоряжение материнским ка-

питалом на покупку недвижимости. Для подачи заявления понадобятся следующие документы:

- паспорта родителей,

- свидетельство о браке,

- свидетельство о рождении детей,

- договор купли-продажи,

- правоустанавливающие документы на жильё

- подтверждающие документы, устанавливающие право на материнский капитал.

На заключительном этапе необходимо оформить доли на всех членов семьи (детей и родителей) в новой квартире в течение 6 месяцев.

Ежегодное профилактическое обследование, зачем это нужно

Здоровье – бесценное достояние каждого человека. Только вовремя принятые профилактические меры позволят не только его укрепить, но и вылечить выявленные заболевания с наибольшим успехом.

Что такое диспансеризация?

Диспансеризация относится к приоритетным медицинским мероприятиям профилактики заболеваний, проведение которых направлено на раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, таких как: болезни системы кровообращения, злокачественные новообразования, сахарный диабет, хронические болезни лёгких.

Кроме того, диспансеризация направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска развития заболеваний, к которым относятся: повышенный уровень артериального давления, холестерина и глюкозы в крови, курение табака, пагубное потребление алкоголя, нерациональное питание, низкая физическая активность.

Не стоит путать диспансеризацию с походом к врачу с уже существующей проблемой.

Любые заболевания, обнаруженные в ранней стадии, гораздо легче лечить без последующих осложнений.

Главная цель диспансеризации: как можно раньше обнаружить заболевание, выявить



и скорректировать факторы риска его развития.

Диспансеризация – это бесплатное обследование и проводится оно на добровольных основаниях:

1 раз в три года – гражданам в возрасте от 18 до 39 лет;

ежегодно – для граждан старше 40 лет.

Для прохождения диспансеризации нужно взять с собой паспорт, полис ОМС и обратиться в регистратуру поликлиники, к которой вы прикреплены.

Согласно статье 185.1 Трудового кодекса Российской Федерации работодатель обязан предоставить работнику оплачиваемые выходные дни для прохождения диспансеризации:

1 день раз в 3 года с сохранением места работы и средне-

го заработка;

2 дня ежегодно работающим пенсионерам и лицам предпенсионного возраста.

Как проходит диспансеризация?

Диспансеризация может проводиться в один или два этапа, в зависимости от результатов обследований, полученных на I этапе. Кроме осмотра и беседы с врачом, I ЭТАП диспансеризации включает: расчет индекса массы тела, измерение артериального давления, проверку уровня сахара и холестерина в крови, общий анализ крови, ЭКГ, раз в два года – флюорография. Начиная с 40 лет на I этапе применяются методы ранней диагностики онкологических заболеваний. По итогам I этапа определяется группа здоровья человека.

Не забывайте сообщить те-

рапевту обо всех беспокоящих симптомах, которые могут послужить основанием для направления на II этап.

II ЭТАП диспансеризации проводится при наличии показаний по назначению терапевта и включает в себя консультации врачей-специалистов (невролога, уролога, офтальмолога и др.) и ряд лабораторных и инструментальных исследований, позволяющих углубленно оценить состояние здоровья.

Двухэтапная диспансеризация позволяет вовремя диагностировать и выявить сложные хронические заболевания, которые приводят к полной потере трудоспособности и ранней смерти.

Выявление онкологии на ранней стадии

Теперь даже на первом этапе диспансеризации будет проводиться скрининг, чтобы вовремя обнаружить онкологию. Для каждого возраста – отдельный список обследований. Есть обследования даже для тех, кому 18 лет. Самая насыщенная программа – для женщин 45-50 лет, когда наиболее велики шансы выявить распространённые онкологические заболевания на ранних стадиях. Будут проведены скрининги и на рак шейки матки, и молочной железы и на колоректальный рак. В 45 лет предусматривается гастродуоденоскопия для всех граждан. Для мужчин в пяти возрастах (в 45, 50, 55, 60 лет и в 64 года)

– анализ на простатспецифический антиген для выявления риска рака предстательной железы.

Если при прохождении диспансеризации возникли какие-то вопросы или затруднения, то для своевременного их решения всегда можно обратиться в свою страховую компанию по телефону, указанному на полисе ОМС, в контакт-центр по телефону «горячей линии» или к страховому представителю, который находится непосредственно в медицинской организации.

Профилактический медицинский осмотр

Необходимо знать, что профилактический медицинский осмотр возможно пройти ежегодно!

При проведении профилактического медицинского осмотра проводится анкетирование, расчет индекса массы тела, измерение артериального давления, исследование уровня холестерина и глюкозы в крови, флюорография, ЭКГ и измерение внутриглазного давления.

Профилактические мероприятия должны стать верным спутником в укреплении и сохранении вашего здоровья, продлении молодости и активной жизни!

Х. М. Далгатова,
врач-эпидемиолог ФФБУЗ
«Центр гигиены и
эпидемиологии в РД
в Ботлихском районе»

РИТМ ГУМБЕТА

Пожарная безопасность в зимний период

Зима – это не только холод, снег, мороз, но и время, когда необходимо внимательно относиться к пожарной безопасности и помнить о том, что пожар намного легче предупредить, чем его потом потушить. Требованиями пожарной безопасности установлены определенные правила при устройстве и эксплуатации электротехнических и теплогенерирующих устройств, соблюдение которых позволит максимально обезопасить себя от риска возникновения пожара.

Несмотря на то, что сегодня все больше используются системы центрального отопления, печное отопление по-прежнему остается пожароопасным. Всем жителям, дома которых отапливаются печами, следует помнить, что это не только источник тепла, но и возможность появления пожа-

ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

КА НАСЕЛЕНИЮ:

- не допускайте, чтобы занавески, ковры или постельное белье соприкасались с обогревателями
- не сушите мокрую одежду вблизи обогревателей и каминов
- не оставляйте ее без присмотра
- не устанавливайте ёлку вблизи отопительных приборов
- не украшайте ёлку игрушками из легковоспламеняющихся материалов
- не оставляйте без присмотра включенные в сеть гирлянды

ПРИМЕНЕНИЕ ПИРОТЕХНИЧЕСКИХ ИЗДЕЛИЙ

- не ленитесь лишний раз прочитать инструкцию на изделии
- не находите в пределах опасной зоны (не менее 20 м)
- не наклоняйтесь над работами с пиротехническими изделиями, держите его в руках
- не применяйте петарды и салюты в помещениях, вблизи зданий или линий электропередач
- не запускайте салюты и петарды в направлении

трубы, дымоходы и другие элементы отопительных печей и систем очищайте от сажи регулярно перед началом отопительного сезона, в отопительный сезон – не менее 1 раза в 2 мес

ра. Неосторожное обращение с огнем, сушка дров, сгораемых материалов и нарушение других правил пожарной безопасности при эксплуатации печей также приводят к возникновению пожаров.

При использовании печей:

1. Не допускайте эксплуатацию печей с наличием в них трещин и разрушений.
2. Очистка дымоходов и печей от сажи должна производиться не реже одного раза в три месяца.
3. Не оставляйте без при-

мотра топящиеся печи и не поручайте надзор за ними малолетним детям;

4. В сильные морозы печи нередко топят длительное время, в результате чего происходит перегрев отдельных их частей. Если эти части соприкасаются с деревянными стенами или мебелью, то пожар неизбежен. Поэтому рекомендуется топить печь 2-3 раза в день по 1-1,5 часа, нежелезным инструментом.

При обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышенная температура) надо незамедлительно сообщить по телефонам «101» или «112», при этом назвать адрес объекта, место возникновения пожара. Одновременно принять возможные меры к спасению людей, имущества и ликвидация пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения,

организовать встречу пожарных подразделений. При тушении пожара категорически нельзя бить в окна стекла и открывать все двери, так как это приводит к дополнительному притоку кислорода и способствует развитию пожара. Если помещение, в котором произошел пожар, сильно задымлено, то покидать помещение необходимо как можно ниже пригнувшись к полу. При эвакуации из задымленного помещения можно использовать мокрые материи, закрывающие лицо.

Соблюдайте правила пожарной безопасности! Берегите себя и жизнь своих близких!

ОНД и ПР №15 по
Ботлихскому,
Гумбетовскому,
Ахвахскому и
Цумадинскому районам

Бетлерав редактор: Хамзат Мухаммадович Гизудинов телефон: 26-254 Газета гIуцIаразул ва редакциялъул адрес: 368930 Гумбет район, МельелтIа росу, редакция gumbet_smi@mail.ru	Жавабиял секретарь: Зугъра Габдулкъадирова Корреспондентал: Макка Мухаммадова Фотомухбир: Гебек Гебеков	Набор: Марям Мухаммадова Верстка: Рапият Зулумханова Газета кьабуна «Лотос» типографиялда Типографиялъул адрес: МахIачхъала, Петр ТIоцевесесул кьватI, 61	Газета кьватIибе бачIунаан «Гумбеталъул колхозчи», «Вождасул васиятал», «БакъIулазул нур» абурал цIаразда гъоркъ Учредитель: РМБУ «Рио-Гумбет»	Индекс: 51351 Тираж - 1003 Газета кьватIибе бичIазае гъулбасана, графикалда режъон: 16 с. 00, хIакъикъаталда : 16 с. 00 Заказ №_____
---	---	---	--	--

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций
по Республике Дагестан от 24 января 2012 года. Серия ПИ № ТУ5-0144

Редакциялъул пикру кидого гуро газеталда рахъарал макъалабазул авторазул пикругун данде кколеб. Макъалабазда рихъизарурал хIужабазул, цIаразул,
тарихазул ва цогидалги баяназул жаваб кьола гъезул автораз. Гъедиал макъалаби газеталда рахъула, гъезие халкъалъ кьимат кьезелъун.