



# ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ

г. Калуга, ул. Максима Горького, д. 87 ☎ 8 (4842) 54-25-07

# РАССВЕТ

Износковская общественно-политическая газета

Год издания 37-й  
№ 89  
(6547)  
**14**  
ноября 2023 г.  
вторник  
Цена свободная

## СЕЛЬСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

### В Износках чествовали аграриев

**Мероприятие, приуроченное к празднованию Дня работников сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности, состоялось 3 ноября в культурно-спортивном центре «Олимп».**

В зале собрались руководители и работники разных сельскохозяйственных и перерабатывающих предприятий, сельхозкооперативов и крестьянско-фермерских хозяйств района.



В начале встречи начальник отдела сельского хозяйства администрации Износковского района Д.В. Жаркова (на верхнем снимке) подвела итоги сельскохозяйственного года, озвучила планы на будущее.

- На территории района функционируют семь сельхозпредприятий и два перерабатывающих предприятия, один сельскохозяйственный кооператив и 14 КФХ. Общая площадь земель сельхозназначения составляет почти 70 гектаров, площадь сельхозугодий – 39 гектаров, площадь пашни – 29 гектаров, залежи – 509 гектаров. Общий объем инвестиций в сельскохозяйственное производство с 2006 года составляет 1853,3 млн рублей. Вы-

ручка от реализации продукции, товаров, работ и услуг в сельскохозяйственных и перерабатывающих организациях составила 510,9 тысяч рублей, это 106,6 процента выше уровня 2022 года, - рассказала Дарья Викторовна в своем выступлении.

В плане заготовки кормов текущий год выдался сложным и неблагоприятным для аграриев. Поздние заморозки, отсутствие дождей, жара стали причиной плохого травостоя. Сенокосение проводилось даже на сложных участках: в низинах, на опушках лесов, лесных лугах. Ситуация была сложная, но были приняты все возможные меры для сохранения поголовья скота.

Также Д.В. Жаркова отметила, что, несмотря на все сложности, в районе ведется активная работа по привлечению предприятий и крестьян-



ско-фермерских хозяйств на территорию муниципалитета. К примеру, скоро свою деятельность в сельском поселении «Деревня Хвощи» начнет компания, специализирующаяся на мясном животноводстве, «Универсал Агро». Она будет производить мраморную говядину.

После выступления начальника отдела сельского хозяйства в торжественной обстановке виновникам

торжества были вручены заслуженные областные и районные награды. С праздником их поздравили глава районной администрации В.В. Леонов (на снимке слева), глава района П.И. Маркелов, а также заместитель министра сельского хозяйства Калужской области Н.С. Суходолец.

Также грамоты получили участники областного конкурса вете-

ранских подворий и председатель районного совета ветеранов.

«Мы сегодня достойно представляем наш район на всех областных выставках. Продукты, произведенные нашими аграриями: овощи, сыры, творог, выпечка, греческие йогурты - высоко оцениваются калужанами и жителями других регионов. Только единой командой сельчан, руководителей сельхозпредприятий, фермерских хозяйств, предпринимателей мы можем создать достойное будущее», - отметил глава администрации района В.В. Леонов.

«Подводя итоги, можно сказать, что потрудились вы на славу. Первое место по области



На сцене работники сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности района и гости праздничного мероприятия.

по объему выращенных овощей открытого грунта – это большое достижение. После просмотра фильма о вашем районе становится понятно, насколько социально красиво окрашен Износковский район, насколько трудолюбивые и активные люди здесь живут», - сказал в своем поздравлении износковским аграриям Н.С. Суходолец.

Праздничное настроение в этот вечер всем дарили солисты и творческие коллективы районного Дома культуры и детской школы искусств.

А. АЛЕКСЕЕВА.

## АКТУАЛЬНО

# Сотрудники полиции - всегда на посту

10 ноября свой профессиональный праздник отметили те, кто всегда стоит на страже спокойной жизни граждан. Это сотрудники органов внутренних дел. О деятельности представителей данной профессии рассказал начальник пункта полиции (для обслуживания территории Износковского района) МО МВД России «Юхновский» майор полиции Дмитрий Андреевич КОТЛЯРОВ.

- Дмитрий Андреевич, каковы основные задачи полиции сегодня?

- Основная задача — предупреждение, пресечение и раскрытие преступлений и административных правонарушений. Большая часть преступлений за два года — имущественные, в том числе кража из жилищ, надворных построек, ручной клади и др. Не исчерпали себя преступления против половой неприкосновенности и преступления против личности. Увеличилось число преступлений, связанных с хищением денежных средств посредством информационно-телекоммуникационных технологий с использованием интернета, банковских карт и др.

Преступность также использует передовые технологии. Но и методы работы полиции не стоят на месте, развиваясь с целью раскры-



тия указанных преступлений. Раскрываемость остается на уровне 2022 года и в целом оценивается положительно.

- Дмитрий Андреевич, расскажите, пожалуйста, о коллективе пункта полиции, своих коллегах.

- Хочу отметить, что коллектив наш слаженный и сплоченный, а любой сотрудник подразделения готов прийти на помощь своему коллеге, поддержать в сложную минуту. И неважно, где находится полицейский, в какое время суток поступил сигнал, — сотрудник спешит для выполнения поставленных задач. Мы все делаем одно общее дело, целью которого является охрана жизни и имущества граждан. Сотрудники полиции — всегда на посту, охраняют покой жителей.

В нашем коллективе трудится

семь человек, из которых три — женщины. Должность участковых уполномоченных полиции занимают девушки — лейтенант полиции Алена Аликовна Печникова и капитан полиции Светлана Валентиновна Черная.

Алена Аликовна Печникова в должности состоит менее двух лет. Несмотря на это ее личностные качества позволяют нести службу на уровне опытного сотрудника, что позволило ей за истекший период несения службы раскрыть 10 преступлений и более 50 административных правонарушений.



Участковый уполномоченный — это должностное лицо, к которому чаще всего обращаются жители, в том числе в ходе проведения полицией оперативно-профилактических мероприя-

тий, подворных обходов и др. Участковый обязан выслушать каждого и принять меры к устранению нарушения действующего законодательства. Профилактическая работа, которую проводит участковый уполномоченный полиции, позволяет предупредить большинство противоправных действий, а, как известно, лучшее преступление то, которое не было совершено.

Самый опытный и уважаемый сотрудник полиции, кого знает любой несовершеннолетний и родители, а также сотрудники детских садов и школ района, — инспектор по делам несовершеннолетних капитан полиции Валентина Михайловна Ткаченко.



Переоценить ее вклад в благополучие района невозможно. От действий Валентины Михайловны зависит судьба нашего молодого поколения. Профилактическая работа, которая проводится как в школах, детских садах, так и в семьях, является залогом того, что несовершеннолетние в будущем не станут правонарушителями, а родители и иные лица, на которых

возложена обязанность по воспитанию, содержанию и обучению несовершеннолетних, не совершат противоправных действий в отношении самих несовершеннолетних.

От деятельности старшего оперуполномоченного уголовного розыска Евгения Викторовича Киселева и оперуполномоченного Алексея Алексеевича Кузнецова зависит раскрытие практически каждого преступления, которое совершилось в условиях неочевидности. От них требуется найти путь, ведущий от совершенного преступления к лицу, которое его совершило. Основная часть работы оперуполномоченных скрыта от посторонних глаз, поэтому сотрудники данного подразделения носят гражданскую форму одежды, чтобы не выделяться среди населения.

В тесной связи со всеми подразделениями пункта полиции расследует уголовные дела по совершенным преступлениям следователь, майор юстиции Антон Владимирович Дюжиков. Именно от его действий зависит, будет ли доказана вина предполагаемого преступника.

- Дмитрий Андреевич, по традиции, Ваши пожелания в профессиональный праздник.

- Поздравляю своих коллег, друзей с Днем сотрудника органов внутренних дел. Желаю семейного благополучия, спокойных трудовых дней, в любой ситуации сохранять спокойствие, самообладание, применять смекалку и всегда оставаться на передовой борьбы с преступностью!

Л. КУЗНЕЦОВА.

## ПРАВОСЛАВИЕ

## В Мятлеве молитвенно отметили престольный праздник

Шестого ноября, в день празднования иконы Пресвятой Богородицы «Всех скорбящих Радость», свой престольный праздник отметили приход храма в поселке Мятлево. А накануне состоялось долгожданное событие — на кровлю здания церкви водрузили купол с крестом.

Подъем и установку креста проводили непосредственно прихожане. Это Евгений, Алексей и Максим Жуковы, Николай Черниченко, Анатолий Грудин, Евгений Безручкин, Николай Ковалев, Василий Кулаков. Автокран для подъема купола предоставил А.Н. Портнов. Немаловажный факт: все это благое дело осуществилось на средства из пожертвований прихожан. Здесь проявились лучшие традиции нашего народа — делать богоугодное дело сообща, всем миром.

Работа велась в течение нескольких часов. И вот храм уверен-

чан золотым крестом. Теперь святыня стала выше примерно на 7 метров. Но это пока первый этап реконструкции церкви. В планах — установка звонницы.

В престольный день на соборную молитву собрались прихожане, гости. И даже пасмурная, дождливая погода не смогла утаить тепло и утешение, проникающее в их души, ведь в этот день отмечалось торжественное празднование иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радость» — символа непреходящей надежды и неиссякаемой любви Небесной Заступницы к нам всем.



Божественную литургию возглавил настоятель храма иерей Алексей Абариллов. Прихожане храма

совершили молитву и многие причастились Святых Христовых Тайн.

По завершении Божественной литургии настоятель храма иерей Алексей Абариллов поздравил всех с праздничным днем, пожелал молитвенного заступничества Пресвятой Владычицы Богородицы, Утешительницы всех скорбящих и обремененных, а также в честь праздника вручил знаки «В честь 10-летия со дня образования Песоченской епархии» наиболее активным прихожанам, которые помогают в проведении богослужений и субботников по уборке храма и территории вокруг него, поют и трудятся в храме, украшают его и всячески заботятся о нем. Среди награжденных — Тамара Дмитри-

евна Яковлева, которая является прихожанкой с самого первого дня, как начались службы в Мятлевском храме.

Также отец Алексей, согласно указу Святейшего Патриарха Кирилла, в благословение за чадородие и жертвенное материнское служение, торжественно вручил медаль Русской Православной Церкви «Патриарший знак материнства второй степени» многодетной маме Наталье Борисовне Жуковой, воспитавшей шестерых детей в традициях православной веры. Вручая награду, отец Алексей отметил, что воспитание в этой семье может послужить примером для многих родителей, так как основывается на любви к Богу и соблюдении Евангельских заповедей.

Семья Жуковых не просто посещает храм, но и активно участвует в его жизни. Глава семейства Евгений вместе с дочерью Анной поет на клиросе, расписывает стены храма; младший сын Максим является звонарем, а Алексей всегда готов выполнить любую работу. Вот и при подъеме купола он был одним из первых на самом веру кровли.

Напомним, что «Патриарший знак материнства» был учрежден в 2006 году указом Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия II. Цель учреждения награды — укрепление традиционных семейных ценностей, проповедь в обществе уважения к подвигу материнства, а также содействие защите материнства и детства. Знаком удостоиваются женщины, воспитавшие в традициях православной веры пять и более детей.

С. ВИКТОРОВА.



**СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ****Встать плечом к плечу со своими**

Пункт отбора на военную службу по контракту: г. Калуга, ул. Максима Горького, 87.

**Денежные выплаты  
Единовременно**

195 тыс. руб. — при заключении контракта о прохождении военной службы на срок не менее года.

100 тыс. руб. — региональная выплата от губернатора Калужской области.

**Ежемесячно****Денежное довольствие для участников СВО в соответствии с воинским званием и должностью**

Минимальные суммы в месяц:  
204 тыс. руб. — стрелок (рядовой).  
232 тыс. руб. — командир отделения (сержант).  
242 тыс. руб. — заместитель командира взвода — командир отделения (сержант)  
226 тыс. руб. — инструктор штаба, начальник радиостанции командно-штабной.  
216 тыс. руб. — старший сапер, старший водитель-электрик.  
219 тыс. руб. — старший телефонист.  
211 тыс. руб. — гранатометчик, пулеметчик.  
211 тыс. руб. — водитель, повар.  
Контрактники также получают суточные в размере 4 240 рублей за каждый день участия в СВО.  
Для ветеранов боевых действий предусмотрена ежемесячная доплата 3 481 рубль.

**Дополнительные выплаты:**

8 тыс. руб. — за каждый день участия в активных наступательных действиях.  
50 тыс. руб. — за каждый километр продвижения в составе штурмовых отрядов.  
от 50 тыс. руб. — за захват или уничтожение вооружения или военной техники противника.

**Социальные льготы и гарантии**

Возможность приобрести жилье за счет Минобороны через накопительно-ипотечную систему.

Служебное жилье или компенсация за наем.  
Бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях.  
Страхование жизни и здоровья.  
Двухнедельный оплачиваемый отпуск не реже 1 раза в полгода.  
Военная пенсия после 20 лет службы.  
Статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы (пенсионные, налоговые, льготы при оплате ЖКУ).  
Кредитные и налоговые каникулы.  
Освобождение от начисления пеней в случае несвоевременного и (или) неполного внесения платы за жилое помещение и коммунальные услуги, взноса за капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме.  
Бесплатная юридическая помощь по отдельным категориям гражданских дел.  
За будущими контрактниками бронируются рабочие места.  
Бюджетные места для обучения детей в вузах.  
Бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях.  
Бесплатное двухразовое горячее школьное питание.  
Освобождение от родительской платы в муниципальных детских садах.  
Военнослужащие имеют право на получение единовременной поощрительной выплаты в размере пяти окладов за медали и ордена.

**Телефон горячей линии: 117**

Военный комиссариат по Медынскому и Износковскому районам.

**ИНФОРМАЦИЯ****о приеме на службу**

Указом Президента Российской Федерации от 30 декабря 2022 г. № 984 установлен упрощенный порядок поступления на службу в органы внутренних дел Российской Федерации на территориях Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и Херсонской области.

Для граждан, впервые поступающих на службу в органы внутренних дел, и бывших сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации:

- Предельный возраст поступления на службу определяется возрастными ограничениями при назначении на должности, предусматривающие:

- ✓ присвоение специального звания полковника полиции, полковника внутренней службы, полковника юстиции - 60 лет;

- ✓ присвоение специального звания среднего начальствующего состава, майора полиции, майора внутренней службы, майора юстиции, подполковника полиции, подполковника внутренней службы, подполковника юстиции - 55 лет;

- ✓ присвоение иного специального звания - 50 лет.

- Испытание не устанавливается.

- Мероприятия по профессиональному психологическому отбору не проводятся (за исключением случаев назначения на должность руководителя (начальника) территориального органа МВД России и организаций, входящих в его систему);

- Личное поручительство не оформляется;

- Годность к службе определяется на основании заключения, подтверждающего соответствие требованиям к состоянию здоровья сотрудников органов внутренних дел по результатам военно-врачебной экспертизы.

Для граждан Российской Федерации, проходящих (проходивших) военную службу в вооруженных силах, воинских формированиях и органах, службу в правоохранительных органах, органах прокуратуры Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, военно-гражданской администрации Запорожской области и военно-гражданской администрации Херсонской области, предусмотрены в том числе:

По всем вопросам обращаться к сотрудникам подразделений по работе с личным составом:

МВД по Донецкой Народной Республике по тел. 8(949)303-87-98;  
МВД по Луганской Народной Республике по тел. 8(959)163-30-40;  
ГУ МВД России по Запорожской области по тел. 8(990)078-03-97;  
ГУ МВД России по Херсонской области по тел. 8(990)228-14-48.

1) возможность заключения первого контракта о прохождении службы на срок до 1 года и последующих новых контрактов на срок не менее чем на один год в течение пяти лет после достижения предельного возраста пребывания на службе в органах внутренних дел при условии соответствия требованиям к состоянию здоровья сотрудников органов внутренних дел по заключению военно-врачебной комиссии (наличию положительной аттестации);

2) присвоение первых специальных званий сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации (до полковника полиции, полковника внутренней службы, полковника юстиции включительно), соответствующих имеющимся специальным (воинским) званиям, классным чинам прокурорских работников, и зачет срока выслуги (пребывания) в указанных званиях и классных чинах;

3) определение годности к службе по результатам военно-врачебной экспертизы, проведенной заочно (по документам о прохождении профилактического медицинского осмотра или диспансеризации в медицинских организациях государственной или муниципальной системы здравоохранения), при условии прохождения военно-врачебной экспертизы в установленном порядке в течение одного года со дня поступления на службу;

4) признание документов о прохождении военной службы в вооруженных силах, воинских формированиях и органах, службы в правоохранительных органах, органах прокуратуры Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, военно-гражданской администрации Запорожской области и военно-гражданской администрации Херсонской области, а также военной службы (службы) в вооруженных силах, воинских формированиях, правоохранительных органах, органах прокуратуры СССР, Украины и учета их при исчислении в соответствии с законодательством Российской Федерации стажа службы (выслуги лет) в органах внутренних дел Российской Федерации для назначения пенсии за выслугу лет, ежемесячной надбавки за стаж службы (выслугу лет), выплаты единовременного пособия при увольнении, предоставления дополнительного отпуска за стаж службы в органах внутренних дел Российской Федерации и иных социальных гарантий.

**ПАМЯТЬ****Урок мужества**

10 ноября в Износковской средней школе прошел урок, посвященный Дню памяти погибших при выполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел РФ. Его провели начальник пункта полиции (для обслуживания территории Износковского района) МО МВД России «Юхновский», майор по-

лиции Д.А. Котляров, инспектор ПДН МО МВД России «Юхновский», капитан полиции В.М. Ткаченко совместно с членом Общественного совета при МО МВД России «Юхновский» Е.В. Роговой.

Учащимся 9-11 классов сотрудники полиции рассказали о своей профессии, отметив, что она связана с риском для жизни. Также в этот день они вспомнили тех, кто лицом к лицу столкнулся с опасностью и до конца с честью и достоинством исполнил свой служебный долг ценой собственной жизни. Вспомнили светлой памятью погибших ребят, отдавших свои жизни в борьбе за безопасность и правопорядок.

**М. САЛЬНИКОВА,**  
юрисконсульт правового

направления  
МО МВД России «Юхновский»,  
майор внутренней службы.

**ДОКУМЕНТЫ****ЗАКЛЮЧЕНИЕ****по результатам публичных слушаний**

по проекту решения районного Совета МР «Износковский район» «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район», опубликованному в официальном печатном издании — газете «Рассвет» 20.10.2023 г. № 83.

В соответствии с Положением о публичных слушаниях в МР «Износковский район», утвержденным решением районного Совета МР «Износковский район» от 10.10.2017 года № 110, на основании решения районного Совета от 19.10.2023 года № 182 «О назначении публичных слушаний по проекту решения районного Совета «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район», 7 ноября 2023 года в 14.00 в актовом зале администрации района (с. Износки, ул. Ленина, д. 27) состоялись публичные слушания по проекту решения районного Совета МР «Износковский район» «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район».

На публичных слушаниях присутствовали: жители Износковского района — 31 человек (согласно данным регистрации), в том числе, депутаты районного Совета МР «Износковский район» и МО СП «Село Износки», СМИ, представители администрации МР «Износковский район».

Открыл и вел публичные слушания председатель публичных слушаний Сердюков Анатолий Викторович на основании распоряжения администрации МР «Износковский район» от 24.10.2023 года № 233-р.

Докладчиком по проекту решения районного Совета МР «Износковский район» «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район» выступил Титов Евгений Анатольевич.

В ходе публичных слушаний вопросов не поступило.

**По результатам публичных слушаний принято решение:**

1. Признать публичные слушания по проекту решения районного Совета МР «Износковский район» «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район», опубликованному в официальном печатном издании — газете «Рассвет» 20.10.2023 г. № 83, состоявшимися.

2. Одобрить проект решения районного Совета МР «Износковский район» «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район».

3. Направить протокол публичных слушаний по проекту решения районного Совета МР «Износковский район» «О внесении изменений и дополнений в Устав МР «Износковский район» и заключение по результатам публичных слушаний в районный Совет МР «Износковский район».

**В. ЛЕОНОВ,**  
глава администрации МР «Износковский район».

**Уважаемые читатели!**

**ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА  
на Износковскую районную газету «РАССВЕТ»  
на 1-е полугодие 2024 года.**

**Подписная цена - 646 руб. 38 коп.**

**Спешите подписаться на «РАССВЕТ»,**

**чтобы быть в курсе событий, происходящих в районе!**

**Подписку можно оформить в отделениях почтовой связи.**

## МО МВД РОССИИ «ЮХНОВСКИЙ» ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

## Не верь чужим звонкам!

Местная жительница Юхновского района оформила кредиты и передала денежные средства мошенникам.

В период времени с 24 октября по 27 октября 2023 года неустановленное лицо, находясь в неустановленном месте, используя мобильную связь и мессенджеры, путем обмана ввело в заблуждение местную жительницу Юхновского района и совершило хищение денежных средств в сумме 1500 000 рублей.

По версии следствия, женщине позвонили с незнакомого номера и представились сотрудником уголовного розыска, полиции. В телефонном разговоре ей пояснили, что на неё якобы оформили три кредита и денежные средства могут быть переведены за границу, а ей нужно помочь остановить перевод денег. После этого ей сказали, что передадут трубку сотруднику Центрального Банка РФ. Мнимый сотрудник банка стал говорить, что для погашения кредитов, которые были оформлены на её имя мошенниками, необходимо взять кредит и погасить. Далее последовала инструкция, как оформить кредиты. Женщина следовала инструкциям, которые передавали по телефону. Доверившись мошенникам, женщина оформила три кредита по 500 000 рублей. Впоследствии указанные денежные средства она перевела на указанный по телефону счёт.

Следственным отделом МО МВД России «Юхновский» возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч. 4 ст. 159 УК РФ, и проводятся мероприятия, направленные на установление лица, совершившего данное преступление

Полиция предупреждает! Уважаемые граждане, будьте бдительны при поступлении звонков и смс-сообщений на ваш номер телефона. Мошенники не бездействуют! Кроме того, не сообщайте посторонним лицам свои персональные данные, реквизиты банковских карт и коды доступа к ним.

Сотрудники полиции, ФСБ, прокуратуры и других структурных подразделений не звонят и не просят оформить кредиты, перевести денежные средства на счета. Не доверяйте звонкам!

Сотрудники полиции ещё раз напоминают: для того чтобы не стать жертвами мошенников, необходимо придерживаться простых правил:

- не выполнять никаких операций со своими картами по инструкциям от неизвестных лиц по телефону;
- помнить, что для перечисления денежных средств на вашу карту достаточно знать только ее номер;
- не перечислять через социальные сети деньги своим друзьям или родственникам, предварительно не созвонившись с ними;
- осуществляя покупку или продажу на сайтах бесплатных объявлений в сети Интернет, заказывайте и покупайте товар только на проверенных и положительно зарекомендовавших себя сайтах.

Если в отношении вас совершены противоправные действия или вам стало известно о совершении подобных действий в отношении других лиц, незамедлительно обратитесь в ближайшее отделение полиции либо по телефону «02», с мобильного — «102».

М. САЛЬНИКОВА,  
юрисконсульт правового направления  
МО МВД России «Юхновский», майор внутренней службы.

## СЕМЕЙНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

## Профилактика синдрома «пустого гнезда»

*Выросшие под надежным крылом родительской любви дети отправляются во взрослую, самостоятельную жизнь. Родителям предстоит строить свою жизнь уже в изменившихся условиях. Одни родители воспринимают перемены в жизни как негативные, сопротивляются им, а другие - как естественные. «Отпустив теньца» в новую жизнь проще родителям, которые вели активную социальную жизнь, у которых есть увлечения, друзья и работа.*

Синдром «пустого гнезда» — это не болезнь, но длительное пребывание в этом состоянии может привести к болезни. Это негативные эмоции, чувства, которые могут испытывать родители из-за того, что повзрослевший ребёнок покинул родительский дом: уехал учиться, работать, переехал в другое место, ушёл в созданную семью. Родители скучают по ребёнку и переживают за него. Ребенок давал много положительных эмоций, а теперь он не рядом, возможно, далеко. Освобождается время, возникает необходимость менять образ жизни. Возможно ощущение пустоты, «опускаются руки». Человек чувствует дезадаптацию, становится тревожным, испытывает трудности с концентрацией внимания, иногда происходит снижение интеллекта, возможна бессонница или беспокойные сны, утрачивается интерес к жизни.

Психологическая гибкость с возрастом уменьшается, и человеку все труднее приспособиться к новым условиям. Этот период труднее переживают женщины: у них может возникнуть ощущение бессмысленности существования.

Усугубляют расставание с детьми и другие жизненные перемены. Например, переезд, смена работы, выход на пенсию, развод, менопауза и различные проблемы со здоровьем.

Чаще всего синдром «пустого гнезда» свойственен людям, которые по максимуму посвящали время, ресурсы интересам ребёнка, жили его жизнью, подстраивая свою... Ребенок не должен становиться центром вселенной Семьи и также обслуживать одиночество взрослого. Взрослый ребенок может оказывать поддержку, если хочет, но вам следует опираться на себя.

Как подготовиться к расставанию с повзрослевшим ребёнком? В жизни взрослого человека кроме ребёнка должно быть несколько опор, минимум четыре. Опорой могут быть супружеские отношения, карьера, увлечения и другое. Старайтесь, чтоб они приносили вам удовольствие, давали ощущение удовлетворения достигнутым, помогли чувствовать близость и контакт с другими людьми. Подкрепите супружеские отношения. Проводите больше времени со своим партнером, обсуждайте интересные двои темы и не только про детей. Интересуйтесь достижениями партнера, рассказывайте о своих, делитесь эмоциями, общайтесь. Ищите занятия, которые могут заинтересовать обоих. Например, съездите в путешествие, чтобы оживить чувство близости и взаимного доверия. Стремитесь к созданию таких супружеских отношений, когда вам хорошо вместе даже без детей. Основа любой семьи — отношения в паре «мужчина - женщина». Любите, поддерживайте и заботьтесь друг о друге.

Если ребёнок чувствует, что он является связующим звеном между родителями, то чаще всего он неосознанно сопротивляется взрослению. Желания «улететь» у него может не появиться. Это грозит тем, что он будет избегать жить полноценной жизнью, может заболеть, принимать психоактивные вещества, свяжется с дурной компанией, может жить с тем, кого выберут родители или вообще предпочтет жить только с вами, разделяя ваше одиночество. Родители не вечны... Как он будет жить потом?

## Что делать, когда ребёнок уже уехал?

Признать свою печаль. Вспоминайте, как проводили вместе время, но возвращайтесь в настоящее. Говорите о своих эмоциях с близким человеком или записывайте их в дневник. Дневник - прекрасный метод самоконтроля, который позволяет распознавать негативные мысли ещё «на подходе». Ведение дневника помогает справиться со своими чувствами, научиться лучше понимать себя и анализировать свое состояние. Если трудно справиться с эмоциями, то обратиться за помощью к психологу или психотерапевту.

Многие родители боятся отпустить повзрослевшего ребёнка из-за страха, что он их разлюбит и станет чужим. При близких доверительных отношениях это невозможно. Ребёнку в любом возрасте важны любовь, понимание, поддержка и молитва родителей. Лучше подумайте о том, какими вас хотели бы видеть взрослые сын и дочь. Полагаю, что активными, жизнерадостными, веселыми, целеустремленными, увлеченными.... Старайтесь соответствовать их ожиданиям.

Повзрослевший ребенок, покидая родительское «гнездо», тоже испытывает стресс, поэтому старайтесь при детях не демонстрировать свои страхи, тревогу и беспокойство. Донесите до дочери или сына, что у нее или у него есть дом, двери которого всегда открыты. Это даст вам и вашим детям чувство защищенности и единства. Выросший ребенок — отдельная личность, которая может не соответствовать вашим ожиданиям и следовать своим целям. Старайтесь менее критично относиться к ошибкам молодости, все-таки они тоже учат жить. Поддерживайте общение на расстоянии — договоритесь о звонках, общайтесь в семейном чате. Это позволит сохранить чувство близости с родными. Регулярно обменивайтесь новостями, фотографиями, интересными статьями из интернета. Ищите общие интересы и точки соприкосновения. Например, вы и ребёнок любите театр, лыжи, фэнтези или что-то другое. Ежедневно встречайтесь или хотя бы созванивайтесь по видеосвязи.

До отъезда родители жили отчасти расписанием и жизнью ребёнка. Ощущение появившейся пустоты со временем ослабнет, вспомните, какие занятия вас радовали? Съездите на родину, навестите родных, друзей, почитайте интересную книгу, сходите на концерт, порадайте себя полезными продуктами, съездите в санаторий, пройдите курс массажа. И помните: изобилие сериалов, новостей, ток-шоу сил не даст, а отберёт время вашей жизни.

Прислушайтесь к себе, вспомните, чем нравилось заниматься раньше, но времени не хватало. Запишите все, что вы когда-то хотели сделать, закрепите список на видном месте и начните осуществлять. Выберите одно-два интересующих вас занятия: вокал, танцы, игра на музыкальном инструменте, рисование, лепка, гончарное дело, гимнастика. Начинать бывает сложно, позже увлечётесь, возрастет интерес. Расширяйте круг интересов и общения, ищите позитивных единомышленников. Запишитесь на курсы, которые отвечают вашим интересам или повысят квалификацию. Кто-то принимает участие в социальной работе, благотворительности. Помощь другим дает новые силы. В доме, где живет домашнее животное, никогда не ощущается пустота.

Есть люди, которые после отъезда детей рожают ещё детей или берут под опеку приемных.

Счастлив тот человек, который смог воспитать ребёнка, у которого есть свои мечты, цели в жизни, и он готов жить самостоятельно. Отнеситесь к этому этапу с благодарностью и освободившееся время используйте для повышения качества своей жизни.

Н. АРХИПОВА, психолог,  
ГБУЗ КО «КОЦОЗиМП».

## Примите поздравления!

Сегодня свой 70-летний юбилей отмечает

**Нина Григорьевна КАЗАНЦЕВА.**

С этой замечательной датой её поздравляют муж, дети, внуки и правнуки:

*Ты самый близкий и родной наш человек,  
Ты замечательная бабушка и мама!  
Живи счастливо, не старея, целый век,  
Пусть не будет грусти даже грамма!  
Тебе желаем очень много позитива,  
Пусть здоровье не подводит никогда.  
И помни: ты прекрасна, ты красива!  
И будешь ты для нас такой всегда!*



## \* ОБЪЯВЛЕНИЯ \*

## МОМВД России «Юхновский» приглашает на службу в органы внутренних дел граждан Российской Федерации

Гарантируем: *достойное и стабильное денежное довольствие, выплата премий по итогам работы, материальная помощь; бесплатное медицинское обслуживание в медицинских учреждениях системы МВД России (в том числе членов семьи); возможность получения бесплатного высшего образования в учебных заведениях системы МВД России; частичная денежная компенсация за наем жилых помещений; обязательное государственное страхование жизни и здоровья сотрудников; возможность выхода на пенсию при выслуге 20 лет (включая службу в Вооруженных Силах); основной отпуск продолжительностью 30 суток, дополнительные отпуска (за стаж службы в органах внутренних дел - до 15 дней в зависимости от выслуги лет и ненормированный служебный день - до 9 дней); стопроцентная оплата периодов нахождения в листе нетрудоспособности; льготная выслуга лет для назначения пенсии 1 год службы за 1,5 года (в подразделениях дорожно-патрульной службы, изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых).*

**Требования:** возраст от 18 лет, гражданство Российской Федерации, образование не ниже среднего (полного) общего, отсутствие судимости.

**Перечень вакантных должностей:** оперуполномоченный; следователь; участковый уполномоченный полиции; знаватель; специалист тыла; полицейский (кинолог) изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых; водитель — сотрудник тыла; полицейский изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых; помощник оперативного дежурного; инспектор изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых; оперуполномоченный группы экономической безопасности и противодействия коррупции; полицейский (водитель) изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых; инспектор дорожно-патрульной службы; инспектор исполнения административного законодательства; водитель дежурной части; старший участковый уполномоченный полиции. *Требуются водители в тыловое подразделение (по вольному найму).*

По вопросам оформления на службу обращаться по адресу:

г. Юхнов, ул. Десантная, 4.

Справки по телефонам:

8 (48436) 2-57-21, 2-57-12, 8-999-380-34-42.

Кадастровым инженером Грицай Ольгой Сергеевной (г. Калуга, ул. Тульская, д. 66, тел. (4842) 73-69-41, olgagr\_zempred@list.ru) выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границ земельного участка с кадастровым номером 40:08:024701:14, расположенного по адресу: Калужская область, Износковский район, СНТ «Орлово», участок №14. Заказчиком кадастровых работ является Майструк Марина Александровна (г. Москва, ул. Главлострой, д. 5, кв. 459, тел. 8-916-507-56-60). Собрание по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: Калужская область, Износковский район, СНТ «Орлово», участок №14, 15.12.2023 в 11.00. Ознакомиться с проектом межевого плана можно по адресу: г. Калуга, ул. Тульская, 66, ООО «Калугаземпредприятие». Обоснованные возражения по проекту межевого плана принимаются в течение месяца с момента опубликования объявления по адресу: г. Калуга, ул. Тульская, 66, ООО «Калугаземпредприятие». Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ, - земельный участок с кадастровым номером 40:08:024701:13, правообладатель Аксёнова И.В. При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

Администрация МР «Износковский район» выражает искренние соболезнования родным и близким

**ПИСКУНОВОЙ  
Елены Владимировны**

в связи с ее смертью.

Износковская общественно-политическая газета

**РАССВЕТ**

Учредитель:

администрация муниципального района  
«Износковский район».

Главный редактор Т.Б. Шишкова

Адрес редакции, издателя:

249880 с. Износки Калужской области,  
ул. Ленина, д. 27;

rassvet\_izn@mail.ru; www.rassvet-izn.ru

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.  
Мнение авторов может не совпадать  
с мнением редакции.

ТЕЛЕФОН РЕДАКЦИИ:

(848449) 4-52-58.

Заказы на размещение рекламы в «Рассвете»  
принимаются по телефону 4-52-58.  
Все рекламируемые товары и услуги лицензированы и сертифицированы.  
Для детей старше двенадцати лет.

Газета выходит  
по вторникам и пятницам.

Индекс П7286  
Тираж 1000.

Заказ