



ИНДИГИР УОТТАРА

Муома улууһун
общественной-политической хаһыата
indigir-uottara@yandex.ru

12+

Хаһыат 1953 сыллаахха олохтоммута
Сэрэдэбэ, субуотаба тахсар

2020 с. АЛТЫННЫЫ 31 КҮНЭ

СУБУОТА № 87 (5617)

В республике

АЙСЕН НИКОЛАЕВ В ОТКРЫТИИ "ТОЧКИ КИПЕНИЯ"

Глава Якутии Айсен Николаев в этой неделе принял участие в пленарной дискуссии «Устойчивое развитие Севера и Дальнего Востока: технологии, общество и образование», проведённой в онлайн-режиме в связи с открытием «Точки кипения» в Северо-Восточном федеральном университете им. М.К. Аммосова.

В своём выступлении Айсен Николаев подчеркнул, что циркумполярные территории, обладая огромным экономическим потенциалом, сегодня становятся плацдармом развития всего человечества. Вместе с тем, на людей, проживающих в этих территориях, возложена огромная ответственность по развитию бескрайних земель в интересах будущих поколений. Это главный приоритет 17 целей устойчивого развития, принятых государствами – членами ООН на период до 2030 года.

Айсен Николаев в 2016 году, будучи главой города Якутска, принимал непосредственное участие в выработке подходов к локализации целей устойчивого развития в рамках Всемирной конференции ООН – Хабитат III по жилью и устойчивому городскому развитию. Эти предложения легли в основу принципов устойчивости по формированию комфортной среды проживания в северных территориях.

В ходе дискуссионной площадки участники особое внимание уделили внедрению новых технологий и вопросам ускоренной цифровизации отраслей социальной сферы и экономики, что стало особенно актуальным в непростой период пандемии.

Глава региона отметил, что пандемия потребовала невероятной гибкости и принятия быстрых решений, от которых напрямую зависит сохранность человеческих жизней, благосостояние сообществ и экономик. «Нам надо искать стимулы к развитию, быть в поиске смелых, нетривиальных решений. Сейчас в процессах управления особое место отводится искусственному интеллекту. Там, где нужен быстрый беспристрастный

анализ, охват огромного объема данных и выверенное, просчитанное решение, искусственный интеллект может прийти на смену человеку, высвобождая его время для творчества и самореализации», – отметил Айсен Николаев.

В данном направлении в Якутии сделан первый важный шаг – создан консорциум компаний по искусственному интеллекту, в который вошли Технопарк,



Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова, «АЭБ-Айти» и предприниматели, связанные с разработкой проектов искусственного интеллекта. В результате этого технологического искусственного интеллекта уже успешно применяются на практике. Например, компания «Сайберия», один из резидентов ИТ-парка, разработала систему искусственного интеллекта, которая позволяет обнаружить признаки COVID-пневмонии на снимках компьютерной томографии.

Участники пленарной дискуссии обсудили вопросы, касающиеся развития человеческого капитала в северных и арктических регионах страны, сохранения экосистемы и окружающей среды в условиях освоения северных территорий, реализации государственной политики.

Директор направления «Молодые профессионалы» Агентства стратегических инициатив, специальный представитель Президента РФ по вопросам цифрового и технологического развития Дмитрий Песков отметил, что «Точка кипения» СВФУ стала 97-й по

счёту в стране. «Миссия «Точки кипения» Северо-Восточного федерального университета должна заключаться в объяснении взаимосвязи между природными и техногенными процессами», – отметил он.

Ректор СВФУ им. М.К. Аммосова Анатолий Николаев сообщил, что «Точка кипения» совместно с «Домом научной коллаборации» станет площадкой для притяжения активной молодежи республики, которые будут генерировать масштабные идеи и проекты для стратегического развития не только республики, но и всего Дальнего Востока.

Миссией новой государственной политики России является создание на Дальнем Востоке глобально конкурентоспособных условий инвестирования и ведения бизнеса, благодаря которым в регион придут необходимые инвестиции, а за ними и новые рабочие места и новое качество социальной сферы. Такую мысль высказал председатель Правления АКБ «Алмазэргиэнбанк» АО Николай Долгунов. «Имея определённый опыт в управлении устойчивым развитием, наш банк готов делиться своими компетенциями на площадке «Точка кипения» СВФУ», – отметил он.

Айсен Николаев выразил уверенность, что во всей этой разноплановой работе университетская «Точка кипения» займет достойное место в федеральной сети и будет кипеть новыми идеями. «Открытие второй «Точки кипения» в одном городе само по себе неординарно, и я признателен Агентству стратегических инициатив за такое решение и поддержку. Это подтверждает значимость и роль нашего университета как цивилизационного центра, генератора развития не только нашей республики, но и огромного, стратегически важного макрорегиона России», – сказал Глава республики.

Пресс-служба Главы РС(Я)
и Правительства РС(Я).

СИРИ СИКСИГИНЭН

РФ. Россия Президиэнэ Владимир Путин үс сааһыгар диэри бастакы уонна иккис оҕоҕо көрүллэр ыйдаабы төлөбүр болдьоһун 2021 сыл кулун тутар 1 күнүгэр диэри уһатар туһунан сокуонна илии баттаата. Быраап иһитиннэриитин порталыгар докумуон оптуорунньукка бачээттэннэ.

Оҕоҕо төлөбүр көрүллэр балаһыанньа 2020 сыл муус устар 1 күнүттэн алтынньы 1 күнүгэр диэри үлээтэ. Бу кэмнэ төлөбүрү ылыы тута уһатыллан испитэ. Алтынньы 2 күнүттэн саҥа нуорма үлэтин саҕалаата, манна олобуран төлөбүрү ылыыга сайабылыанна суруллар. Көбүлээһини коронавирус инфекциятын тарҕаппат сыалтан ылылынна. Федерация Сэбиэтин вице-спикерэ Галина Карелова эһитинэн, судургу төлөбүр алтынньыны аҕыйатар уонна оҕолоох дьык көргөттөр сыстыганнаах дьаһанга сулдууларын аҕыйатар.

СӨ. Доруобуйаларынан хааччахтаах дьон олоһун тупсарыыга, чэпчэтиигэ туһулуммыт эһиилги үбү үгэс быһытынан бу сыл ахсынньытыгар күрээ быһытынан түнүтүхтэрэ. Бу туһунан үлэ уонна социальнай харалта министриэстибэтэ иһитиннэрэр.

Көрүллүбүт үбү инбэлиит дьон уопастыбаҕа табыгастаахтык сылдьарын тэрийиигэ, тыа сиригэр олоһор кыаммат оҕолоох, ыарыһахтаах дьон олоһор дьыһэлэрин толору хааччыыыга, улуус тэрилтэлэригэр ыалдьар оҕолоор доруобуйаларын туруту тупсаралларыгар анал тэриллэри ыларга туһанахтара.

Бүтүһүк биэс сылга өрөспүүбүлүкэ үрдүнэн ити сылларга уопсайа 58,2 мөл солкуобай көрүллүбүт. Көмөнөн 19 оройуон, ордук Үөһэ Халыма, Горнай, Мэнэ-Хаҥалас, Нам, Ньурба, Таатта, Ханалас улуустара, Жатай уокуруга уонна Дьокуускай куорат туһамыттар. Маныаха инбэлииттэр уопастыбаннай тэрилтэлэрин үлэлэрэ улахан оруолааһын министриэстибэт бэлиэтир. Саха сиригэр доруобуйаларынан хааччахтаах дьонно табыгастаах өйгөн тэрийин 2012 ыһыттар. 2013-2018 сылларга тэрээһиннэр федеральнай үптэн «Доступная среда» дьин судаарыстыбаннай бырагыраама чэрчитинэн үбүлэммиттэрэ.

СӨ. Өрөспүүбүлүкэтээҕи Роспотребнадзор салалтата коронавирус ыарыһа тарҕаныһынан сибээстэн, элбэх дьон тоһуоруһар сирдэрин салалталарыгар дезинфекция үлэтин күүһүрдэргэ соруйда. Бу туһунан биедэмистибэ пресс-сулууспата иһитиннэрэр.

Уопастыбаннай тырааныспар, спортивной уонна культуурнай-маассабай эһийистэр, аты-эргэн кииннэрин, аһы-үөлү тэрийэр, үөрэх, социальнай, доруобуйа харыстабылын уонна дьыуот коммунальнай хаһаайыстыбатын тэрилтэлэрэ дезинфекциялааһынна кириэстэр.

«Тэрилтэ салайааччылар үлэһиттэр уонна тэрилтэҕэ сылдьар нэһилиэһинэ доруобуйатын харыстыыр усулдуулары хааччыаллара ирдэнэр. Биримэттэн бириэмэтигэр бактериялары суох онорор ньыманан дьык иһин сууйуу уонна ультрафиолетовай лаампалары туһанан салгыны ыраастааһын булгуччулаах», — дьин этиллэр. Хас биридир тэрилтэҕэ, эһийиккэ дезинфекцияны уонна доруобуйаны харыстыыр усулдуулары хааччыар тэриллэр: мэдическэй мааскалар, салфеткалар, антисептиктер баар буолаллара ирдэнэр.

СӨ. «Бүлүү» суолун управлениета «Халыма» суолугар өрүһүнэн сырыы аһыллар барылаан болдьохторун эттэ.

«Халыма» трассатыгар 10 туонна уйуктаах массыналарга көнүл: «Дьокуускай-Аллараа Бэстээх» хайысханан тохсуннуу 5 күнүттэн көнүллэнэрэ сабадаланар. «Хаандыга-Мэнэ-Алдан» хайысханан — ахсынньы 14-тэн.

Ыйылыбыт болдьохтор халлаан туруттан, муус халыныттан көрөн уларыһахтарын сөп. Билигин өрүстэргэ кириингэ бобуу бэлиэлэрэ, дьуһуурунай пуостар турдулар. Суол үлэһиттэрэ кыстык суоллары бэлэмнээһини, муһунан сырыыны онорууну, өрүстэргэ кирири суоллары кутууну саҕалаатылар

СИА матырыйаалдарынан.

Оперштаб иһитиннэрэр

Алтынньы 28 күнүнээҕи туругунаан **Муома оройуонугар коронавирустаабыт 7 киһи эбиллэн биэрдэ. Онон оройуон үрдүнэн ыалдьыбыт киһи ахсаана 20 буолла.**

Билигин инфекционной стационарга 6 киһи эмтэнэр, 3 киһи үтүөрдэ, 11 киһи амбулаторнай эмтэниигэ олоһор. Провизорнай отделениеҕа ыарыһах суох. Самоизоляцияҕа 48 киһи баар, кинилэртэн 15 киһи — РПН түмүгүнэн.

Контактамыт 61 киһи бары самоизоляцияҕа олоһоллор.

Күндү биир дойдулаахтарбыт, бэйэбитин харыстанын, чугас дьоннугун харыстаан! Санитарнай-эпидемиологической быраабылалары кытаанахтык тутуһун. Мааскалаах, бэрчээккилээх сылдьаргытын умнуман.

"Муома оройуона" МТ
пресс-киинэ.

Культура эйгэтигэр

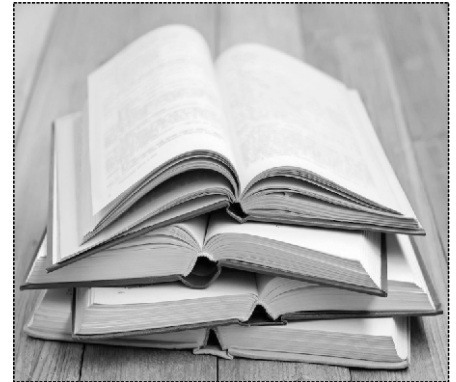
СААМАЙ ААҔАР ЭРИГИЙИЭН

Саха сирэ дойду үрдүнэн саамай ааҔар эрэггийинэн сыаналанна. Бастакы миэстэҕэ таҕыста.

Кинигэни онорооччулар Арасыйытааҕы холбоһуктара Бэчээккэ уонна маассабай коммуникацияҕа Федеральнай ааҕыныстыба өйөбүлүнэн 2020 сылга субъектар икки ардыларыгар Бүтүн Арасыйытааҕы «Саамай ааҔар эрэггийин» куонкуруһу тэрийн ыһытта.

Бу күрээккэ былырын Саха сирэ үс бастыһына кирибит буоллабына, быйыл «Литературный флагман России» ааты ылла, кыайылаабынан таҕыста.

СИА.



Извещение

ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ В АРЕНДУ

В соответствии со ст. 39.11 Земельного кодекса РФ Муниципальное образование «Момский район», информирует о возможном предоставлении в аренду следующих земельных участков:

Земельный участок из земель населенных пунктов, с разрешенным использованием для индивидуального жилищного строительства, находящийся по адресу: Республика Саха (Якутия), Момский район, с. Сасыр, ул. Тарабукина Г.В., д.6, кадастровый №14:17:050001:709, общей площадью 1416 кв.м.

Земельный участок из земель населенных пунктов, с разрешенным использованием для индивидуального жилищного строительства, находящийся по адресу: Республика Саха (Якутия), Момский район, с. Сасыр, м/р Черемушки, д.12, корп. 2, кадастровый №14:17:050001:708, общей площадью 1477,63 кв.м.

В течение 30 дней со дня

публикации заинтересованные граждане вправе обратиться с заявлением о намерении участвовать в аукционе по продаже права на заключение договора аренды земельного участка.

Заявления подаются по адресу: Республика Саха (Якутия), Момский район, с. Хонуу, ул. Молодежная, д. 39, кабинет 6. В заявлении необходимо указать: фамилию, имя, отчество, место жительства заявителя и реквизиты документа, удостоверяющего личность заявителя.

Дата окончания приема заявок 1 месяц с момента публикации настоящего извещения.

Получить более подробную информацию можно по адресу: Республика Саха (Якутия), Момский район, с. Хонуу, ул. Молодежная, д. 39, кабинет 6, с 9-00 до 18-00, перерыв с 12-30 до 14-00.

Х. КРИВОШАПКИНА,
зам главы.

Патриотизм сылыгар**БЕРЛИН ШТУРМАТЫН КЫТТЫЫЛААҔА, КЫАЙЫЫЛААҔА**

Чурапчы сириттэн 1941 сыллаахха саа-саадах тутан 2081 киһи Ийэ дойдуну көмүскүүр иһин Улуу сэриигэ барбыттара. Онтон кыргыһы хонуутуттан 700-тэн эрэ тахса киһи тыыннаах эргиллибитэ.

1941 с. 20 саастаах эдэркээн Марков Илья Иванович атырдьах ыйын 15 күнүгэр сэриигэ ыңырыллыбыта. 1941 сыл бүтүүтүгэр старшай сержант званиелаах орудие расчётун командирынан аналлыта. Ржев, Смоленская, Минскэй, Малоярославль, Вильнюс у.д.а. куораттары босхолоур кыргыһыларга снаряд саалар буулдбаларын буурбатын ортотунан сылдьан, үстэ бааһыран, госпитальтан тахсыбыта. Берлингэ диэри харса суох инники кирбиигэ кыргыспыт буйун саллаат бэйэтин кэмигэр иккис Протодьяконовынан аатырбыта.

Биһиги биир дойдулаахпыт Сергей Семенович Соркомов үс ыйдаах поисковой үлэтин түмүгүн Хоптобо нэһилиэтин дьаһалтата, олохтоохторо олус үөрэ-сэргии көрүстүлэр. Илья Марков бииргэ төрөөбүттэрэ Иван, Александр кыргыһы хонуутугар геройдуу охтубуттар. Төрөөбүт нэһиликтэригэр кинилэргэ быйыл мемориал-обелиск арыйдылар, церемониятыттан видеоматырыаал бөбөнү ыттылар.

Сергей Семенович Хонууга Илья Иванович Марковка анаан музей-хоһу

тэрийбитин запиастан телевизорунан көрдөрдүлэр. Онон буйун Илья Иванович аймахтара, бииргэ төрөөбүт балта Татьяна, убайа И. Марков, күнгэ көрбүт соботох уола Илья Ильич (Муомаҕа 1949 с. төрөөбүтэ) үөрүүлэрэ сүрдээх.

Татьяна Ивановна Муома оскولاتын бүтэрэн, медуцилещаҕа Слепцова (Хабарова) Анна Николаевнаны кытта бииргэ добордоһон үөрэммиттэрэ. Муомаҕа үөрэммит табаарыстарын, дьүөгэлэрин наһаа истинник ахтан кэпсиир. 90 саастаах диэтэххэ, олус эдэрчи көрүгүнээх, санарара-ингэрэ олох эдэр кыыс курдук, чөл дикциялаах, чуолкай баҕайытык санарар. Мэнэ-Алданна Томтосовтар диэн ыалларга кийиит буолан, пенсияҕа тахсыар диэри үлэлээбит. Убайын Илья Иванович кэргэнэ, Таатта кыһа Егорова Мария Петровна Муомаҕа олорон, ыараханлык ыалдыан суох буолбутугар, тулайах кыра оҕону көрөн, улаатыннан ыал оһорбут. Мария Хонуутааҕы сбербаан

сэбиэдиссэйэ эбит. Татьяна Муомаҕа олорбутун, үөрэммитин, доботторун, дьүөгэлэрин истинник ахтар. Кини билигин 90 саастаах ытык ветеран буолан, дойдугар Хоптобо нэһилиэгэр олорор, оҕолордоох, сиэннэрдээх.

Хоптобо нэһилиэтин баһылыга Борис Петрович Архипов Сергей Семеновичка ис сүрүбүттэн махтанан туран, бочуотунай грамотанан наһараадалаата. Баһылык оройуоннарыгар биридилээн герой буйууннарга музейдары тэрийэ сылдьалларын кэпсээтэ, видеозапись ытта.

Муома нэһилиэтин бочуоттаах олохтообо Сергей Семенович Соркомов өссө да салгы история быһынын сэгэтэн, 20 сыллаах “Сааһырбыт хаартыскалар” диэн айар үлэтин сайыннаран, инникитин эрэллээхтик айа-тута, кэпси-ипси туруоҕа диэн эрэнэбит.

Л.Г. СТЕПАНОВА,
кыраайы үөрэтээччи.

Владельцы «дальневосточных гектаров» в Якутии должны подать декларации об освоении земли. Закон обязывает представить в течение трех месяцев по прошествии трехлетнего периода декларацию установленной формы о его использовании. Сообщил и.о. министра имущественных и земельных отношений Якутии Павел Иванов.

Руководитель ведомства подчеркнул, что подача декларации по истечении трех лет после получения гектара процедура обязательная. Даже если на участке еще ничего не построено, все равно надо заполнить декларацию, указав в ней свои данные, кадастровый номер участка, и какие работы проведены.

Если декларация не предоставлена в течение трех месяцев, то это становится основанием для проведения внеплановой проверки в рамках земельного контроля. Уполномоченный орган выезжает на местность с проверкой осваивается ли земля. Если нет, то договор аренды расторгается.

Дальневосточный гектар**ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ**

Денежных штрафных санкций законом не предусмотрено. При выявлении нарушений земельного или лесного законодательства «гектаршиков» могут оштрафовать, а если к установленному сроку они не устранят недочеты, то впоследствии им откажут в передаче участка в собственность или аренду.

Всего в Якутии на «дальневосточный гектар» всего было подано почти 24 тыс. заявлений. Но часть из них отклонили, часть заявители отозвали сами. В итоге зарегистрировано свыше 9,1 тыс. договоров. Наиболее востребованы такие виды, как индивидуальное жилищное строительство, личное подсобное хозяйство и ведение садоводства, огородничества. В расширении земельных участков нуждаются в основном граждане, занимающиеся ведением сельского хозяйства на своих участках, граждане

пилотных селений, у которых площадь уменьшилась для формирования улично-дорожной сети, а также в целях расширения своей предпринимательской деятельности.

Напомним, что оформление «дальневосточного гектара» проводится бесплатно. В течение первого года заявителю необходимо определиться с видом использования участка, через три года — задекларировать ход освоения. К завершению пятилетнего срока пользования гражданин может безвозмездно получить землю в собственность или длительную аренду.

Пресс-служба министерства имущественных и земельных отношений РС (Я).

Мин бүгүн эмиэ дьылдам олохпор көрсүһүннэрбит саамай убаастыыр дьоннорум тустарынан суруйуохпун, кинилэргэ махтал-баһыбы тылларын этиэхпин, аныахпын баардым.

Киһи олоҕор элбэх киһини көрсөн, алтыһан ааһар. Сорох дьону тутта көрөөт искэр ылынабын, сөбүлүүгүн, сорох дьону тоҕо эрэ ылынааххын, ис дууһабын аһааххын баарбаккын, ол да буоллар кэпсэттэхтэринэ кэпсэтэбин.

Саамай убаастыыр, убайым тэнэ саныыр киһим Иннокентий Афанасьевич Неустроев этэ. Кинини убаастабатах киһи күн сиригэр суоҕа чаччы. Бу аламабайа, эйбэһэ, сэбэрэтэ сырдыга, ис киирбэбэ, санарардыын кимиэхэ да



майгынаабат, олохтоох тыллааҕа, өй мааныта – киниэнэ, ыалдьытымсаҕа. Өссө да кини киһи быһыытынан хаачыстыбаларын арыйахпын тылым сыппах.

Күн сиригэр кэлэн көрсөн ааспыт дьоммуттан саамай мааны, дьиннээх киһи этэ. Мин оччолорго оскуолаҕа бэһис кылааска үөрэнэрим. Кини мин убайбын Дмитрий Николаевич Слепцову кытта үрдүкү кылааска үөрэммитэ. Үрдүк унуохтааҕа, хара куударалаах баттахтааҕа, кып-кыраһабы уол этэ. Биһиги кыра оҕолор учууталлартан, улахан дьонтон, үрдүкү кылаас

оҕолоруттан олус толлор этибит.

Мин дьыэ кэргэммин кытта 1983 сыллаахха Ньурбаттан көһөн кэлбиппит. Н.С. Тарабукин үбүлүөйүгэр аналлаах эвинек "Чолой" ыстаадатыгар сайын буолбута. Онно эдьинийим Линалын вертолетунан көппүппүт. Бэрт элбэх киһи кэлбитэ. Колымторг атыһыта кэлбитэ, парикмахер Евдокия Готовцева, культура оройуоннааҕы дьэтин артыыстара И.Н. Слепцова, А.Н. Корякина, П.Н. Старков кыһа

Мария Старкова баалара.

Наһаа үчүгэй бырааһыннык буолан ааспыта. Онно Иннокентий Афанасьевич эмиэ кэлбит этэ, хаартыскаҕа түһэртээбитэ.

Ыстаада табаларын аҕалбыттара. Ол сағана табаныт элбэх этэ. 40-тан тахса сүл кэнниттэн мин, эдьийдэрим Евдокия, Акулина буолан, төрөөбүт сирбитигэр-уоппутугар кэлэн, ып-ыраас дыргыл сыты түөспүтүгэр толору эбирийэн, саамай дьоллоох дьонунан аабымыппыт, дьин чаччы!

Ити эвинек бырааһынныгы туһунан И.А. Неустроев репортаж суруйбутун дьон сэргии-астына аахпыт буолуохтаахтар, радионан эмиэ кэпсэтэхтэрэ!

Эдэр сылдьан хаһан эрэ корреспондент буолуом дии санаабат этим. Онтон кыра-кыраалаан суруйа үөрэнэн испитим. Мин бэйэбин хайҕаммаппын. Ол гынан баран барыта дьылҕа ыйааҕа, онтон ханна да куоппаккын. Ыстатыйаны суруйарга Иннокентий Афанасьевич миэхэ бастакы учууталым эбит, ону бу билигин эрэ

өйдөөтүм. Ол иһин киниэхэ махталым улахан. Өссө Семен Гаврильевич Уваровскайга махтанабын. Эмиэ интернакка олоҕор эрдэхтэн



наставнигым этэ.

Раиса Петровнаны киһи быһыытынан олус убаастыбын, муомалар мааны кийииппит буоллаҕа. Туйаара Ивановна атаҕар турбут журналист, киһи быһыытынан да мааны. Редактор Мира Прокопьевна уопутуран ээр редактор, киниттэн элбэҕи эрэйэбит. Валентина Старостина эмиэ кэскиллээх журналист.

Оттон Муома хаһыатын тутуһар линията көнө, ис хоһооно интэриэһинэй, ааҕааччы ону сөбүлүүр. Хаһыакка сурутар киһи ахсаана биир кэм, кыраалаан элбиир, ол үчүгэй. Бэйэбит оройуоммут хаһыатыгар олохтоохтор өссө суругаллара буоллар, үчүгөйтэн атыны аҕалыа суох этэ дии саныбын.

Дьэ, биир дойдулаахтарбын кыһын кэлбитинэн, хаар түспүтүнэн эбэрдэлибин! Этэнгэ буолун, бары үтүнү баҕарабын.

Екатерина Герасимова-АЙНАДЬ.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

село Хонуу

	Суббота 31 октября	Воскресенье 1 ноября	Понедельник 2 ноября	Вторник 3 ноября
Дневная температура	-17	-18	-16	-16
Ночная температура	-24	-25	-23	-24
Давление	750 мм	752 мм	753 мм	752 мм
Ветер	0 м/с (ШТЛ)	0 м/с (ШТЛ)	0 м/с (ШТЛ)	0 м/с (ШТЛ)
Облачность				
Осадки	*	*	*	*



**ИНДИБИР
УОТТАРА**

2020 сыл иккис
аҕарыгар сурутун

Тэрилтэлэргэ – 1320 солк.
Биридиллэн дьонно – 660 солк.

Хаһыакка сурутууну Евдокия
Ивановна Слепцова ыйтар, эбэтэр
редакцияҕа кэлэн суруйтарыахха
сөп.

Эцэрдэлибит!

Күндү убайбытын, бырааптытын Саха Республикатын туйгунун **УВАРОВСКАЙ Егор Афанасьевичи** 50 сааскын туолбут үбүлүөйгүнэн итиитик-истинник эбэрдэлибит!

Эйиэхэ чөл туруктаах чэгийн-чэбдик доруобуйаны, дьиз кэргэннэр бары үтөөнү, үтүмэн үгүс үөрүүнү, Эн үүнэр көлүөнэни кэрэбэ, үтүөбэ уһуйан иитэр үлэбэр үрдүк ситиһиилэри уонна уостубат уйгулаах уһун, дьоллоох олобу баҕарабыт!

Эбэрдэни кытта биһиргэ төрөөбүттэрин, кинилэр дьиз кэргэттэрэ, Москвагтан, Благовещенскайтан сиэн бырааттарын Мичил, Ньургустаан, аймах-билэ дьонун эдьий Шура, Дьулус, Өлөксөй Максимов.

Күндү уолбун, тапталлаах кэргэммин, амарах аҕабытын, эрэллээх эһэбитин Саха Республикатын тыатын хаһаайыстыбатын туйгунун **УВАРОВСКАЙ Иван Гаврильевичи** 55 сааскын туолбут кэрэ-бэлиэ үбүлүөйгүнэн – Айыы сиригэр үктэммит алгыстаах



чэгийн-чэбдик бэйэлээх, үөрүү-көтүү үктэллээх сырыт диэн алгыс бастынын аныыбыт, эбэрдэ эриэккэһин этэбит!

күннүнэн ис сүрэхпиттэтэн итиитик-истинник эбэрдэлибит!

Туллар туттаахпыт, күндү киһибит! Эн үлэттэн чаҕыйбат күүстээх дьулуургун, барыны ыпсарар сатабылгың, олоххо көхтөөх сыһыангың киэн тутта бэлиэтибит, мэлдьи үтүө холобур оносубут.

Эйиэхэ саха алмааһыны кытаанах доруобуйаны, үрдүк ситиһиилэри баҕарабыт.

Өрүү бүгүңнү курдук эдэрдии эрчимнээх, чэгийн-чэбдик бэйэлээх, үөрүү-көтүү үктэллээх сырыт диэн алгыс бастынын аныыбыт, эбэрдэ эриэккэһин этэбит!

Эбэрдэни кытта ийэн, кэргэнин, оҕолорун, күтүөттэрин, кийиитин, сиэннэрин.

С наступлением холодов и началом отопительного сезона, как правило, возрастает количество пожаров из-за неисправности или нарушения правил эксплуатации электронагревательных приборов и печного отопления.

Применение для обогрева помещений электронагревательных приборов, в том числе кустарного производства, часто приводит к перегрузке электросетей и сильному разогреву контактирующих поверхностей с последующим воспламенением изоляции проводов.

Если вы используете электрообогреватель, то следует знать и выполнять правила его установки и эксплуатации:

-электрообогреватели можно использовать только заводского исполнения;

-электрообогреватели нельзя накрывать горючими материалами, сушить на них или над ними белье, располагать их в непосредственной близости от горючих веществ и материалов;

-за включенными приборами должен быть постоянный контроль, уходя из дома их нужно выключать;

-необходимо помнить о том, что электрообогреватели являются энергоемкими

Правила пожарной безопасности

СОБЛЮДАЙТЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ ПРАВИЛА

потребителями и оказывают большую нагрузку на электросеть дома. Если появился запах горелой изоляции и сильный нагрев электропроводов, розеток и их обугливание, постоянно перегорают или отключаются предохранители на электросчетчике - это верный признак того, что электросеть дома перегружена и эксплуатация электрообогревателя опасна.

Нарушение норм и правил эксплуатации печей создают реальную угрозу жизни и здоровья людей. Неочищенный дымоход, отсутствие предтопочного листа, нарушение целостности штукатурки и кладки печи, сгораемые предметы вблизи печи – все это может обернуться непоправимой бедой.

Соблюдая элементарные правила эксплуатации отопительных приборов и печей, можно избежать трагедии:

-к началу отопительного сезона необходимо проверить и производить ремонт отопительных приборов;

- необходимо регулярно осматривать

все дымовые каналы и трубы на чердаках, что позволит обнаружить возникшие прогары и трещины по следам копоти. Их немедленно следует замазывать глиной, а также побелить трубы;

-перед началом отопительного сезона в частных домовладениях необходимо очищать дымоходы и трубы от сажи;

-нельзя перекаливать печи и применять для розжига печей на твердом топливе бензин, керосин, другие легковоспламеняющиеся жидкости;

-нельзя топить печи с открытыми дверками и без наличия предтопочного листа, прибитого к полу перед топкой;

-нельзя поручать присмотр за топкой печей детям;

-нельзя хранить вблизи отопительной печи дрова, легковоспламеняющиеся жидкости, горючие материалы и оставлять топящиеся печи без присмотра.

ОГПС РС(Я) №22 по МО «Момский район».

Аан дойду үрдүнэн хамсык ыарыыта бүрүүкээн, күннээби олохтутугар ыарыыга ыларбат, бэриммэт туһугар араас хабааннаах хааччахтааһын миэрэлэрин булгуччу туһугар ирдэбиллэр киирдилэр. Оттон балыһаларга ыарыһабы эмтиир ньымалар, санитарнай-эпидемиологическай эрэсини өссө күүһүрдэр миэрэлэр кытаанахтык тутулулларын туһугар наадалаах эми-тому таһынан, туһааннаах аппараат баара ыгыттылар үлэни эмиз хааччылар.

Мань сөпкө өйдөөн, амарах санаалаах ытыктыр биир дойдулаахтарбыт Ушницкайдар дьиз кэргэттэрэ биэрбит үптэринэн-харчыларынан салгын ыраастыыр рециркулятор, кварц лаампата уонна олус наадалаах кислороднай концентратор диэн аппараат атыылаһылына.

Улуустаабы киин балыһа салалтатын, кэлэктибин аагыттан барҕа махтал тылларын этэбит өрүү күүс-көмө буолар күндү дьоммутугар – Ушницкайдар улахан дьиз кэргэннэригэр! Эһиэхэ кытаанах

доруобуйаны, тус олоххутугар дьолу-соргуну баҕарабыт!

Муоматаабы киин балыһа.

Тапталлаах күн-күбэй ийэбин, эйэбэс эбэбитин Мытыкынова Евдокия Ильиничнаны сүтэрбит кутурҕан күннэригэр биһиэхэ күүс-көмө, тирэх буолбут, тинэх суолугар аҕаарсыбыт күндү дьоммутугар: ийэбитин көрбүт-истибит, эмтэбит үрүн халааттаах ааньалларга Н.Д. Софроноваҕа, Л.В. Слепцоваҕа, А.С. Васильеваҕа, М.К. Старковаҕа, сизтэрэлэргэ Юрианаҕа, Иннаҕа, Вероникаҕа, Арсенаҕа, Н.С. Сивцеваҕа, С.С. Бочкареваҕа, М.А. Хабароваҕа, Л.Г. Черемкинаҕа, чугас ыалларыгар, дьүөгэлэригэр, табаарыстарытыгар М.Г. Ефимоваҕа, В.И. Старковаҕа, И.В. Старковаҕа, Л.А. Вожжоваҕа, Г.Н. Егайга, С.К. Корякинага, Ю.А. Сьюльскаяга, Л.М. Слепцовага, М.Г.

Тимофеевага, А.И. Никулинага, В.А. Никулинага, О.И. Березкинага, Г.А. Дягилевка, А.А. Касумовка, А.В. Стародубовка, С.А. Сизыхха, Любовь, Юрий Фазульновтарга, К.К. Терешкинна, хаануруу аймахтарбытыгар Иннокентий, Саргылана Неустроевтарга, Архиповтарга, балтыбар Еленага, күтүөспэр Александрга, бырааппар Иванна, кийиһипэр Кристинага, эдьийбэр К.М. Винокуровага, А.В. Чичигинаровага, балтыларбар Туйаарага, Танюшага, оройуон салайааччыларыгар И.П. Павловка, Х.П. Кривошапкинага, ураты болҕомтону уурбут А.В. Андреевка, П.С. Федоровка, М.Н. Дягилевага истин махталбытын тириэрдэбит.

Эһиэхэ бары үчүгэйи, кытаанах доруобуйаны, уһун үйэни, дьоллоох олобу баҕарабыт.

Дьокуускайтан А.А. Мытыкынова-Дуткина дьиз кэргэнэ.

МАХТАНАБЫТ

ПРОГРАММА ПЕРЕДАЧ

ПОНЕДЕЛЬНИК 02/11

06:00 - Новый день 12+
 10:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 10:15 - Ырыа кизьэтэ 12+
 11:15 — Куорчэх-шоу 12+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - Саха сатаабатаҕа суох 12+
 12:45 - Тыннаах дорҕоон 12+
 13:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 14:00 - "Тэтим" радио 12+
 15:00 — "Бастын" спортивной шоу 12+
 16:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 16:15 — "Бастын" спортивной шоу 12+
 17:00 - Актуальное интервью 12+
 17:15 - Сахалы Youtube 12+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 - Эл Иитэ 12+
 19:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 19:15 - Талбан 12+
 20:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 20:55 - "Офистар" ситком 12+
 21:30 - Кружки на НВК "Саха". Основы монтажа 6+
 22:15 — Бастын клип 12+
 22:30 - Итоги дня 12+
 23:00 - Сахалы Youtube 12+
 23:45 — Бастын клип 12+
 00:00 - Талбан 12+
 01:15 - «Офистар» ситком 12+
 01:40 — Бастын клип 12+
 02:00 - "Тэтим" радио 12+
 03:00 - Сахалы Youtube 12+
 03:45 - Золотой фонд 12+
 04:15 — Бастын клип 12+
 04:30 - Эл Иитэ 12+
 05:15 - Документальные фильмы с субтитрами 12+

ВТОРНИК 03/11

06:00 - Новый день 12+
 10:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 10:15 - Эл Иитэ 12+
 11:00 - Дойдум дьоно 12+
 11:15 - Тья ыччата 12+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - Саха сатаабатаҕа суох 12+
 12:45 - "Офистар" ситком 12+
 13:15 — Бастын клип 12+
 13:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 14:00 - "Тэтим" радио 12+
 15:00 - Талбан 12+
 16:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 16:15 - Талбан 12+
 16:30 - Золотой фонд 12+
 17:00 - Актуальное интервью 12+
 17:15 - Сахалы Youtube 12+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 — Сээн сирэ 12+
 19:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 19:15 - Талбан 12+
 20:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 20:55 - "Офистар" ситком 12+
 21:30 - Кружки на НВК "Саха". Телеоператорское мастерство 6+

22:15 — Бастын клип 12+
 22:30 - Итоги дня 12+
 23:00 - Сахалы Youtube 12+
 23:45 — Бастын клип 12+
 00:00 - Талбан 12+
 01:15 - «Офистар» ситком 12+
 01:40 — Бастын клип 12+
 02:00 - "Тэтим" радио 12+
 03:00 - Сахалы Youtube 12+
 03:45 - Документальный фильм 12+
 04:15 — Бастын клип 12+
 04:30 — Сээн сирэ 12+
 05:15 - Документальные фильмы с субтитрами 12+

СРЕДА 04/11

06:00 - Из России с любовью. Любавин сказ.
 07:45 - Многоликая Якутия 6+
 09:45 - Душою молоды всегда 6+
 11:00 - Сказ о Петре и Февронии 12+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - С днем народного единства 12+
 12:30 - Телеурок 6+
 12:45 - "Офистар" ситком 12+
 13:15 - В дружбе народов единство России! 12+
 13:45 - Кружки на НВК "Саха". Работа графического дизайнера 6+
 14:45 - С днем народного единства 15:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 15:15 - Талбан 12+
 16:30 - Дойдум дьоно 12+
 17:00 - Актуальное интервью 12+
 17:15 - Кружки на НВК "Саха". Обучение игре на хомусе 6+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 - Единство народов - сила России. Онлайн-концерт 6+
 19:00 - Меценаты столетия 12+
 19:15 - Талбан 12+
 20:30 - Благословение древней земли. Концерт 0+
 21:45 - Сахалы киинэ 12+
 00:00 - Талбан 12+
 01:15 - В дружбе народов - единство России! 12+
 01:40 — Бастын клип 12+
 02:00 - "Тэтим" радио 12+
 03:00 - Сахалы Youtube 12+
 03:45 - Геван 12+
 04:15 — Бастын клип 12+
 04:30 - Аал-луук мас 12+
 05:15 - Документальные фильмы с субтитрами 12+

ЧЕТВЕРГ 05/11

06:00 - Новый день 12+
 10:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 10:15 - Аал-луук мас 12+
 11:00 - Дойдум дьоно 12+
 11:15 - Сээн сирэ 12+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - Саха сатаабатаҕа суох 12+
 12:45 - Сээн сирэ 12+
 13:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 14:00 - "Тэтим" радио 12+
 15:00 - Талбан 12+
 16:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 16:15 - Талбан 12+
 16:30 - Золотой фонд 12+
 17:00 - Актуальное интервью 12+

17:15 - Сахалы Youtube 12+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 — Сээн сирэ 12+
 19:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 19:15 - Талбан 12+
 20:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 20:55 - "Офистар" ситком 12+
 21:30 - Кружки на НВК "Саха". Работа сценариста 6+
 22:30 - Итоги дня 12+
 23:00 - Сахалы Youtube 12+
 23:45 — Бастын клип 12+
 00:00 - Талбан 12+
 01:15 - «Офистар» ситком 12+
 01:40 — Бастын клип 12+
 02:00 - "Тэтим" радио 12+
 03:00 - Сахалы Youtube 12+
 03:45 - Саха итэҕэлэ 12+
 04:15 — Бастын клип 12+
 04:30 - Улэ далааһынаах, олох салбааһынаах 12+
 05:15 - Документальные фильмы с субтитрами 12+

ПЯТНИЦА 06/11

06:00 - Новый день 12+
 10:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 10:15 - Золотой фонд 12+
 10:45 — Бастын клип 12+
 11:00 - Дойдум дьоно 12+
 11:15 - Асчыттар 12+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - Саха сатаабатаҕа суох 12+
 12:45 - "Офистар" ситком 12+
 13:15 — Бастын клип 12+
 13:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 14:00 - "Тэтим" радио 12+
 15:00 - Талбан 12+
 16:00 - "Саха сирэ" информационной биэри 12+
 16:15 - Талбан 12+
 16:30 - Кружки на НВК "Саха". Аранжировка музыки 6+
 17:45 - Актуальное интервью 12+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 — Сээн сирэ 12+
 19:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 19:15 - Ырыа кизьэтэ 12+
 20:30 - "Саха Сирэ-Якутия" информационная программа 12+
 21:00 — Куорчэх-шоу 12+
 21:45 - Фонд будущих поколений 12+
 21:50 - Кулинарный конкурс 12+
 22:30 - Итоги дня 12+
 23:00 - Сахалы Youtube 12+
 23:45 — Бастын клип 12+
 00:00 - Ырыа кизьэтэ 12+
 01:15 — Куорчэх-шоу 12+
 02:00 - "Тэтим" радио 12+
 03:00 - Сахалы Youtube 12+
 03:45 - Үтүтүн кэспээнэрэ 12+
 04:15 — Бастын клип 12+
 04:30 - Асчыттар 12+
 05:15 - Документальные фильмы с субтитрами 12+

СУББОТА 07/11

06:00 - Саха итэҕэлэ 12+
 06:30 - Документальный фильм 12+
 07:00 - Концерт 12+
 09:00 — Истин илдьит 6+

09:45 - Саха сирин таптыбын! 12+
 10:00 — Сээн сирэ 12+
 10:45 - Эл Иитэ 12+
 11:30 - Фонд будущих поколений 12+
 11:45 - Сахалы мультитар 12+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - Документальный фильм 12+
 12:45 - Кулинарный конкурс 12+
 13:30 - "Якутия" информационная программа 12+
 13:45 - Тыннаах дорҕоон 12+
 14:30 - Кружки на НВК "Саха". Игра на гитаре 6+
 15:30 - Кружки на НВК "Саха". Рукоделие 6+
 16:30 - "Офистар" ситком 12+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 — Истин илдьит 6+
 19:00 - Дойдум дьоно 12+
 19:15 - Бай 12+
 20:00 - Сергей Прачев. Жизнь - дорога любви 12+
 20:45 - Сахалы киинэ 12+
 22:15 - Концерт 12+
 00:00 - Бай 12+
 00:45 - Геван 12+
 01:15 - Документальный фильм 12+
 01:45 — Бастын клип 12+
 02:00 — Сээн сирэ 12+
 02:45 - Сахалы киинэ 12+
 04:15 — Куорчэх-шоу 12+
 05:00 - Документальные фильмы с субтитрами 12+
 05:45 — Бастын клип 12+

ВОСКРЕСЕНЬЕ 08/11

06:00 - Простые истины 12+
 06:30 - Санаа күүэ 12+
 07:15 - Кулинарный конкурс 12+
 08:00 - Парламентский вестник 12+
 08:15 - Хранители времени 12+
 08:45 - Будем вместе 12+
 09:00 — Истин илдьит 6+
 09:45 - Саха сирин таптыбын! 10:00 — Сээн сирэ 12+
 10:45 - Аал-луук мас 12+
 11:30 - ДТРА "Полярная звезда" 6+
 12:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 12:15 - Документальный фильм 12+
 12:45 - Асчыттар 12+
 13:30 - "Якутия" информационная программа 12+
 13:45 - Тья ыччата 12+
 14:30 - Кружки на НВК "Саха". Художник 6+
 15:45 - Кружки на НВК "Саха". Визажист 6+
 16:30 - ТВ-Спорт 12+
 18:00 - "Якутия" информационная программа 12+
 18:15 - Истин илдьит 6+
 19:00 - Моя Якутия 12+
 19:30 — "Бастын" спортивной шоу 21:00 - Кэнсиэр 12+
 22:00 — Ууттүн кэспээнэрэ 12+
 22:30 - Кэнсиэр 12+
 00:00 — "Бастын" спортивной шоу 12+
 01:30 - Моя Якутия 12+
 02:00 - Улэ далааһынаах, олох салбааһынаах 12+
 02:45 — Бастын клип 12+
 03:00 - Үтүтүн кэспээнэрэ 12+
 03:30 - Кэнсиэр 12+
 05:00 - Документальные фильмы с субтитрами 12+
 05:45 — Бастын клип 12+



Инсультом называют внезапное нарушение кровоснабжения мозга, которое проявляется расстройством сознания, слабостью и затруднением движения в руке и/или ноге, нарушениями речи и другими симптомами.

В России ежегодно случается более 400 тысяч инсультов. Это заболевание социально значимо не только потому, что чрезвычайно распространено и тяжело протекает (в первый месяц погибают до 40% больных), но и потому, что многие из переживших острый период инсульта нуждаются в посторонней помощи при выполнении элементарных действий – не могут самостоятельно умываться, одеваться, принимать пищу.

Вся тяжесть ухода за ними ложится на других членов семьи, которым приходится совмещать помощь заболевшему родственнику с продолжением полноценной работы. Особенно тягостным для больных с инсультом являются расстройства речи, когда невозможно выразить свою мысль или просьбу словами, затруднено восприятие речи окружающих, а также нарушены чтение и письмо. Примерно у 1/3 больных инсульт развивается повторно и при этом протекает значительно тяжелее первичного случая заболевания.

Для предотвращения неблагоприятного исхода инсульта и уменьшения нарушения функций головного мозга необходимо своевременно обратиться за медицинской помощью. Неврологические расстройства при инсульте нередко нарастают постепенно в течение нескольких часов. Больной и его родственники не могут сразу оценить опасность надвигающейся катастрофы и откладывают вызов врача.

Каждый должен знать, что при первых признаках нарушения кровоснабжения мозга: слабости или неловкости движений в руке или ноге, онемении одной половины лица или одной руки, нечеткости речи, резком головокружении, неустойчивости, пошатывании при попытке встать и пройти по комнате – следует немедленно вызвать «скорую помощь». Нельзя обойтись обращением в поликлинику и ожидать в течение нескольких часов прихода участкового врача. Потеря времени может иметь драматические последствия. Лечение инсульта эффективно, если начинается в первые 3-6 часов с момента появления

признаков этого заболевания. Из-за позднего обращения за медицинской помощью лечение острой стадии инсульта и дальнейшая восстановительная терапия уже не смогут привести к значительному улучшению двигательных и речевых функций. Полное их восстановление через месяц отмечается лишь у 10% больных.

Что делать, чтобы предотвратить инсульт, как определить, кому он угрожает? Ответить на эти вопросы стало возможным благодаря современным представлениям о факторах риска. В ходе многолетних наблюдений за большими группами населения установлено, что ряд факторов способствуют развитию инсульта или инфаркта миокарда. Вероятность инсульта особенно велика, когда сочетаются несколько факторов риска.

Неблагоприятные факторы делятся на контролируемые и не подверженные коррекции. К последним, в частности, относятся пол, возраст и наследственная предрасположенность. Почти 2/3 всех инсультов случается у людей старше 60 лет. Инсульты чаще развиваются у мужчин. Инсульт у родителей увеличивает вероятность этого заболевания у детей. И хотя на эти факторы нельзя повлиять, они могут выявить лиц с особенно высоким риском и по возможности нейтрализовать действие некоторых неблагоприятных обстоятельств.

Основным контролируемым фактором риска инсульта является артериальная гипертония (гипертоническая болезнь). При этом особую опасность представляет кризовое течение артериальной гипертонии. Повышение артериального давления приводит к возрастанию нагрузки на сосудистую систему мозга и сердца. Для поддержания стабильного кровоснабжения мозга его сосудистая система перестраивается. Но измененные артерии не в состоянии длительно поддерживать оптимальный кровоток. При резком подъеме АД (гипертоническом кризе) стенки мозгового сосуда могут повреждаться, истончаться. Наконец, происходит разрыв сосуда, и кровь изливается в ткань мозга. Такое состояние называется кровоизлияние в мозг (геморрагический инсульт). При артериальной гипертонии нарушается также состояние свертывающей и противосвертывающей систем крови, ускоряется развитие атеросклеротических бляшек. За счет этого просвет артерии уменьшается или полностью или частично закупоривается. Кровь в определенный участок мозга не поступает. Такое состояние называется ишемическим инсультом.

Однако если пациент не ощущает повышенный АД, иногда развитие инсульта может быть совершенно неожиданным. Поэтому каждый взрослый человек, даже если он чувствует себя здоровым, должен несколько раз в год измерять артериальное давление. Это удобно делать при любом посещении поликлиники, например, для получения какой-либо справки, подбора очков и др.

В случае повышения артериального давления выше 140/90 мм рт.ст. (независимо от того, повышено только «верхнее» (систолическое) или «нижнее» (диастолическое) давление) следует обратиться к врачу и обсудить необходимость специального лечения. Современные лекарственные средства не только помогают контролировать артериальное давление, но и улучшают состояние сосудистой стенки, нормализуют кровообращение мозга. Установлено, что регулярный прием антигипертензивных препаратов вдвое снижает риск развития инсульта.

Повышенный риск развития инсульта имеется и в том случае, если человек болеет ишемической болезнью сердца (особенно, когда есть мерцательная аритмия), а также врожденными пороками сердечных клапанов. При этих состояниях в сердце могут образовываться тромбы. Попадая в поток крови, они закупоривают тот или иной мозговой сосуд. Если при нарушении ритма сердца своевременно назначены лекарства, уменьшающие тромбообразование, то риск развития инсульта снижается более чем в два раза.

Сахарный диабет, курение, злоупотребление алкоголем, избыточная масса тела, недостаточная физическая активность, несбалансированное питание – вот неполный перечень причин, из-за которых прогрессирует атеросклероз и ухудшается течение артериальной гипертонии. Поэтому контроль артериального давления, отказ от вредных привычек, следование здоровому образу жизни особенно важны. Инсульт можно предотвратить. Для этого, в первую очередь, требуется внимательное отношение к своему здоровью.

В Момском районе в 2019 г всего 12 случаев инсульта. Из них – 6 геморрагических. По полу – 8 мужчин, 4 женщин, по возрасту: 48 лет – 2, 50-60 лет – 10, старше 60 – 1. Летальность – 1.

Н.Д. СОФРОНОВА,
врач-невролог высшей категории,
отличник здравоохранения РФ и РС(Я).

Улаханнык убаастыыр, ытыктыр киһиби үлэ бэтэрээн, истин ийэ, эйбэс эбэ
ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
ыараханнык ыалдьан олохтон барбытыгар оҕолоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириң кутурбаммытын тирирдэбит.
Сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.
Соболюхтон Шкулевтар дьэз кэргэннэрэ.

"Индибир уоттара" хаһыат редакцията Аҕа дойдуну Улуу сэриитин кыттыылааба, тыыл, үлэ ветерана биһиги өр сылларга үтүө көмөлөһөөччүбүт
ПЕТРОВ Иван Андреевич
98 сааһыгар олохтон барбытыгар олобун аргыһыгар Прасковья Никитичнаҕа, оҕолоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр, бары чугас дьонугар дириң кутурбаммытын тирирдэбит.
Ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.

Ветераннар оройуоннааҕы сэбиэттэрэ сэри, тыыл, үлэ ветерана, Мүома оройуонун бочуоттаах олохтооҕо, ытык кырдьаҕасы
ПЕТРОВ Иван Андреевич
ыарахан ыарыыттан олохтон туораабытыгар таптааллаах кэргэнигэр Прасковья Никитичнаҕа, оҕолоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириң кутурбаммытын тирирдэбит.
Ыар аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Убаастыыр санаһыт, үлэ бэтэрээн
ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
ыараханнык ыалдьан олохтон туораабытыгар оҕолоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр, бары чугас хаан-уруу дьонугар дириң кутурбаммытын тирирдэбит.
Ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.
Петрова М.М., Слепцовтар, Корниловтар, Черемкиннар, Уваровскайдар, Кириллиннар, Лонгиновтар дьэз кэргэттэрэ.

Күндү тапталлаах ийэбит, эбэбит, хос эбэбит педагогическай үлэ ветерана
ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
уһун, ыарахан ыарыттан олохтон туораабытын бары аймахтарыгар, билэр дыонугар курутууйан туран биллэрэбит.

Ийэбит сырдык мөссүөнэ сүрэхпитигэр өрүү тыыннаах буолуо.

Оболоро, сиэннэрэ, хос сиэннэрэ, балта Л.К. Софронова дьэ кэргэнэ, Амматтан Даниловтар, Собоолохтон Шкулевтар.

«Муома оройуона» муниципальной тэриллии дьаһалтата, депутаттар оройуоннаабы сэбиэттэрэ Аҕа дойдуга Улуу сэритин кыттылааҕа, Муома оройуонун бочуоттаах олохтооҕо, советскай-партийнай хамсааһын активна, халбааннаа бат хомуньуус, оройуон социальная-экономическай сайдытыгар улахан кылаатын киллэрбит ытык киһибит

ПЕТРОВ Иван Андреевич
ыарахан ыарыттан күн сириттэн күрэммитинэн таптыр кэргэнигэр Прасковья Никитичнаҕа, оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

И.А.Петров төрөөбүт оройуонмут туһугар кыһамнылаах үлэтэ үйэлэргэ холобор буолуо. Эниги ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.

«Муома оройуона» муниципальной тэриллии дьаһалтата оройуон үөрэтирин салаатыгар уһундук, үрдүк таһаарылаахтык кылаабынай бухгалтерынан үллэстэбит

УВАРОВСКАЯ Феодосия Егоровна
ыарахан ыарыттан күн сириттэн күрэммитинэн кыһыгар Ольга Евсеевнаҕа, күтүөтүгэр Петр Христофоровичка, бары аймахтарыгар дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

Эниги ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.

Убаастыыр санаспыт, үлэ бэтэрээнэ

ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
уһундук, ыарахан ыалдьан олохтон барбытынан оболоругар Куприянна, Татьянаҕа, Еленаҕа, кинилэр дьэ кэргэннэригэр, бары сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

Ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.

Дьокуускайтан Алексеевтар, Друзьяновтар, Степановтар.

Убаастыыр дьоммутугар Прасковья Никитичнаҕа, оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр таптыр кэргэнэ, аҕалара, эһэлэрэ, хос эһэлэрэ, улахан ытыктыр киһибит

ПЕТРОВ Иван Андреевич

ыарахан ыарыттан олохтон букатыннаахтык барбытынан дириг кутурҕаммытын тирдэрбит, ыар аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Черовтар, Кривошапкиннар.

«Муома оройуона» муниципальной тэриллии дьаһалтатын коллектива биригэ үлэтир коллегабытыгар Терешкина Елена Ивановнаҕа, кини дьэ кэргэнигэр уонна биригэ төрөөбүттэригэр тапталлаах ийэлэрэ, эбэлэрэ, хос эбэлэрэ, Муома оройуонун үгүс оболоругар итиини-билини биэрбит ветеран-педагог

ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
ыарахан ыарыттан күн сириттэн күрэммитинэн дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

Ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.

Күндү дьоммутугар Ольга Евсеевна, Петр Христофорович Исаковтарга, балтыларбытыгар Машаҕа, Индигенаҕа, Оляҕа, хос сиэннэргэ таптыр ийэлэрэ, эбэлэрэ, хос эбэлэрэ, Уваровскайдар аймак улахан ыбарастыр санаспыт

УВАРОВСКАЯ Феодосия Егоровна
ыарахан ыарыттан олохтон букатыннаахтык барбытынан дириг кутурҕаммытын тирдэрбит, ыар аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Элэккэй майгылаах, ыалдытыр санаспыт Феня туһунан өйдөбүл куруук тыыннаах буолуо.

Уваровскайдар, Старковтар, Басыгысовтар, Черовтар, Сидоровтар, Тороховтар, Матвеев, Добрыниннар, Кривошапкиннар.

Аҕабыт тэннэ таптыр күндү күтүөпүт, Муома улууһун бочуоттаах олохтооҕо, Аҕа дойдуга Улуу сэритин кыттылааҕа, үлэ-тыл ветерана

ПЕТРОВ Иван Андреевич
Дьокуускай куоракка уһундук, ыарахан ыалдьан олохтон туораабытынан эдийибитигэр Прасковья Никитичнаҕа, оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириг кутурҕаммытын тирдэрбит, аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Иван Андреевич үтүө сүбэтэ-амата, аҕалы ылыктаах истин сыһана, олобут, үлэлэбит олоҕо биһиэхэ барыбытыгар үтүө холобор буолуоҕа.

Быдан дьылларга ыбарасты.

Буор Сыһыттан Атласовтар, Черовтар, Хонууттан Атласовтар, Слепцовтар, Сухомьясовтар, Дьокуускайтан Соркомовтар, Юнусовтар, Голиковтар дьэ кэргэттэрэ.

Улахан ытыктыр киһибит, Аҕа дойдуга Улуу сэритин кыттылааҕа, тыл, үлэ ветерана

ПЕТРОВ Иван Андреевич
олохтон барбытынан кэргэнигэр Прасковья Никитичнаҕа, оболоругар, сиэннэригэр, бары чугас дыонугар дириг кутурҕаммытын биллэрэбит.

Буйун, туруу үлэһит, үтүө киһи туһунан сырдык өйдөбүл куруук илдьэ сылдьаахпыт.

Ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.
А.В. уонна А.И. Булдаковтар дьэ кэргэннэрэ.

«Чуораанчык» оҕо-садын коллектива биригэ идэлээхпит, педагогическай үлэ бэтэрээнэ
ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
ыарахан ыарыттан олохтон барбытыгар оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр, аймахтарыгар дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

Аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Арчы дьэтигэр кэлэктиибэ ытыктыр киһибит сэригэр, үлэ бэтэрээнэ

ПЕТРОВ Иван Андреевич
ыарахан ыарыттан олохтон барбытынан кэргэнигэр Прасковья Никитичнаҕа, оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

Ытык бэтэрээнит Иван Андреевич ылыктаах тыллара, сүбэтэ-амата өйтөн-сүрэхтэн сүтүөхтэрэ суоҕа. Быдан дьылларга ыбарасты.

Ытыктыр үлээннээхпит улахан дьэ кэргэн күн-күбэй ийэтэ, эбэтэ, хос эбэтэ үлэ бэтэрээнэ

ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
уһун, ыарахан ыарыттан олохтон барыбытынан оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр, аймах-билэ дыонугар, балтыгар Людмила Куприяновнаҕа дириг кутурҕаммытын тирдэрбит, ыар аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Светлана Куприяновна сырдык мөссүөнэ өйтөн-сүрэхтэн сүтүө суоҕа. Быдан дьылларга ыбарасты.

Арчы дьэтигэр кэлэктиибэ.

Ветераннар оройуоннаабы сэбиэттэрэ педагогическай үлэ ветерана, СР бочуоттаах ветерана, оҕону итиигэ олобун анаабыт

ПЕТРОВА Светлана Куприяновна
ыарахан ыалдьан олохтон барбытыгар оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр дириг кутурҕаммытын тирдэрбит, ыар аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Дьүөгэбитигэр Елена Ивановнаҕа, ийэтигэр Прасковья Никитичнаҕа, уолугар, бары чугас дыонугар күндү аҕалара, кэргэнэ, эһэлэрэ

ПЕТРОВ Иван Андреевич
ыарахан ыарыттан олохтон барбытыгар дириг кутурҕаммытын тирдэрбит, ыар аһыгытын тэннэ үллэстэбит.

Люция, Альбина.

"Индибир уоттара" хаһыат редакцията өр сылларга биригэ үлэлэбит кэлигэбит, Советскай Союз Геройа Н.А. Кондаков аатынан республика радиотын бириэмийэтин лауреата С.Г. Уваровскай оҕдообото, тыл, үлэ бэтэрээнэ

УВАРОВСКАЯ Феодосия Егоровна
уһундук, ыарахан ыалдьан олохтон барбытынан оболоругар, сиэннэригэр, хос сиэннэригэр, бары чугас уруу-аймах дыонугар дириг кутурҕаммытын тирдэрбит.

Ыар сүтүккүтүн тэннэ үллэстэбит.

Тэрийэччи: СӨ
Бырабытталыстыбата,
"Сахабэчээт" СӨ Судаарыс-
тыбаннай автономнай тэрилтэтэ.
Таһаараччы: "Сахабэчээт" СӨ
Судаарыстыбаннай автономнай
тэрилтэтэ.
677000, Дьокуускай к.
Орджоникидзе уул., 31 №-р, 124 каб.,
тел./факс: 8(4112)343917.
e-mail: sakhapechat@mail.ru
Генеральнай дириктэр
Н. М. Стручкова.

Сибээс эйгэтин информационнай
технологията уонна маассабай
коммуникацията надзорун
федеральнай структуратын Саха
сиринээҥи бырабыланынатын
20.06.2019 с. бэриллибит
сидиэтэлистибэтин
ПИ № ТУ 14-00520

Кылаабынай редактор
М. П. СТАРКОВА.

Хаһыат нэдиэлэ ыккитэ тахсар.
Редакцияга кирибит суруктар
төнүбэттэр.

Матыйыаалга ахтыллар чаччылар иһин
эпизитинэн сурук ааптара сүгэр.
Ааптар суругар этиллэр санаа
хаһыат тутуһар хайысхатын
атын буолуон сөп.
Биллэриллэр, рекламалар
ис хоһоонноругар эпизитинэн
тустаах киһи сүгэр.
® Реклама быһытынан бэчээттэнэр.

Хаһыат 87 №-гэр 16 ч. илин баттанна,
17 ч. график быһытынан бэчээкэ бэрилиннэ.
Компьютернай талыта, верстка оройуоннаабы
«Индибир уоттара» хаһыат редакциянай-
полиграфическай комплекска оһоһулан
бэчээттэннэ.
Редакция, типография, таһаараччы аадырыһа:
Муома улууһа, Хонуу сэл., кап. Елкин уул. 4 №-р.
Кэмэйэ 1 усул. бэч. л. Тиража 360.
Сыаната дыонугар быһытынан.
Телефоннара: 8(41150)2-10-21.
Электроннай почта: indigir-uottara@vandex.ru