

Народ пообщался с президентом

В Ростове-на-Дону состоялась первая конференция Общероссийского народного фронта

В Ростове-на-Дону 28–29 марта прошла первая конференция Общероссийского народного фронта (ОНФ), посвященная обсуждению статьи президента РФ Владимира Путина «Строительство справедливости. Социальная политика для России». В мероприятии приняли участие глава государства, ряд федеральных министров, доверенные лица президента, руководители региональных штабов ОНФ, представители общественных организаций, всего около 500 человек.

Иркутскую область в Ростове представлял Анатолий Стрельцов, директор Драматического театра им. Н.П. Охлопкова, координатор регионального оргкомитета по подготовке учредительного съезда ОНФ.

Возродить звание Героя Труда

В первый день конференции на площадке «Вертол-экспо» прошли заседания круглых столов. Обсуждались вопросы защиты детей, качества образования, здоровья граждан. Были развернуты дискуссии по темам: «Россия — страна без бедности», «Достойный труд и социальный престиж человека труда».

Анатолий Стрельцов принял участие в заседании круглого стола «Традиции и качество образования», где речь шла о государственных образовательных стандартах, школьной форме, ЕГЭ, зарплатах учителей, трудоустройстве выпускников вузов и важности вопроса сохранения сельских школ. Также говорилось о планах по увеличению зарплат профессорско-преподавательскому составу вузов, о необходимости создания единого учебника истории.

— Общероссийский народный фронт аккумулирует те вопросы, которые волнуют жителей всей страны. В частности, кого мы учим и как? Каким образом трудоустроиваем выпускников? Мы должны знать, сколько нам нужно будет энергетиков, строителей, металлургов... Тратятся деньги на обучение студентов, а готовых специалистов невозможно трудоустроить. Это неправильно, и нужно подумать, как исправить ситуацию. ОНФ вырабатывает необходимые предложения и



Владимир Путин, президент РФ:
— **Что такое справедливость? Это равный доступ к качественной и бесплатной медицине, качественному и бесплатному образованию, это забота о семьях с детьми, это поддержка материнства и детства вообще, поддержка сиротства, это уважительное отношение к труду, это достойная заработная плата за свой труд и так далее, и тому подобное. Вот в практическом применении, в практическом преломлении эти вопросы не только можно, но и нужно обсуждать, это ключевое направление деятельности любого государства.**

направит их законодателям, — прокомментировал итоги круглого стола Анатолий Стрельцов.

На следующий день состоялось пленарное заседание конференции, которое открыл президент России Владимир Путин. Он отметил, что Народный фронт должен выполнить свою миссию — миссию широкой платформы, где люди разных взглядов, разных подходов могли бы найти консенсус по решению ключевых проблем развития страны.

Президент заявил, что Общероссийский народный фронт должен приобрести качество общественного движения. Встречи с его членами теперь будут проводиться регулярно. А 11–12 июня текущего года состоится съезд ОНФ.

Участники заседания озвучили главе государства проблемы, которые обсуждались в рамках круглых столов, задали интересующие их вопросы. Владимир



Путин поддержал предложение возродить звание Героя Труда. В тот же день он подписал указ № 294 «Об установлении звания Героя Труда Российской Федерации».

Глава государства также согласился с мнением представителей ОНФ, считающих необходимым создать единый учебник истории.

— Должна быть какая-то каноническая версия нашей истории. Если мы будем на Востоке изучать одно, на Урале — другое, в Европейской части — третье, то это в целом будет разрушать единое гуманитарное пространство нашей многонациональной страны. И какой-то единый канонический подход к основным, фундаментальным, важным для России историческим эпохам должен быть, — подчеркнул Владимир Путин.

В процессе обсуждения вопросов образования президент также высказался в поддержку предложения ввести школьную форму. А по поводу повышения уровня заработной платы руководитель страны отметил: «Общероссийский народный фронт может самостоятельно инициировать изменения в законодательство».

Окончание на стр. 2.

Служба в армии молодежь больше не пугает

2

Эвакуаторы увезли с дорог Иркутска 1,5 тыс. машин

7

Как бороться со стрессами?

8

НОВОСТИ РЕГИОНА

ЧУНСКИЙ РАЙОН

Пятнадцать сельхозпредприятий Чунского района заключили соглашения с областным министерством сельского хозяйства. Как сообщили в пресс-службе администрации, при условии производства и реализации определенного объема продукции сельхозпредприятия получат возмещение части расходов. В прошлом сельхозпредприятия района получили возмещение в сумме 3 млн рублей. Кроме того, сельчане рассчитывают на возмещение средств, потраченных на приобретение ГСМ для посевных работ.

Людмила Шагунова

ЧЕРЕМХОВО

К 270-летию юбилею Черемховского поселения, который будет отмечаться в этом году, в городе угольщиков установят памятник купцу-мещану Петру Щелкунову. Как сообщил «Областной» мэр города Вадим Семенов, этот человек сделал многое для развития территории, благодаря Щелкунову Черемховское поселение стало городом. Купец I гильдии Щелкунов открывал больницы, создал в городе первое реальное училище, внес огромный вклад в развитие образования в Иркутской губернии начала XX века. В годы гражданской войны он эмигрировал в Харбин, затем в Америку, где и сегодня живут его потомки. Недавно в Черемхово появилась улица имени купца Щелкунова. Уже готов эскиз памятника, который разработал известный иркутский архитектор Карим Мухаммаев.

Людмила Шагунова

НИЖНЕИЛИМСКИЙ РАЙОН

В Железногорске-Илимском по программе «Переселение граждан из жилых помещений, расположенных в зоне Байкало-Амурской магистрали, признанных непригодными для проживания», строится 24-квартирный дом. Как рассказал глава городской администрации Юрий Шестера, строительство финансируется за счет федерального, областного и местного бюджетов. Общая сумма затрат составляет 37 млн рублей. Согласно контракту, сдача дома в эксплуатацию намечена на четвертый квартал 2013 года. В нем будет построено три однокомнатных, 14 двухкомнатных, шесть трехкомнатных и одна четырехкомнатная квартиры. Жилье в них получат 67 горожан. По словам Юрия Шестеры, по данной программе в Железногорске в 2011 году уже получили квартиры 15 семей. Тогда жилье для переселенцев было приобретено на вторичном рынке.

Анна Виговская

УСТЬ-КУТСКИЙ РАЙОН

В средней образовательной школе поселка Подымахино Усть-Кутского района в ближайшее время откроется дополнительная группа для дошкольников. Как рассказал мэр территории Владимир Сенин, посещать ее смогут 20 малышей. Согласно предварительным подсчетам, на реконструкцию помещений, перепланировку и ремонтные работы потребуется около 1 млн рублей. Районный бюджет уже выделил на создание проектно-сметной документации более 200 тыс. рублей. В настоящий момент в Усть-Кутском районе в очереди на устройство в дошкольные учреждения находится 594 ребенка в возрасте от трех до семи лет.

Анна Виговская

ЭХИРИТ-БУЛАГАТСКИЙ РАЙОН

В поселке Усть-Ордынский по областной программе «Развитие физической культуры и спорта» ведется строительство физкультурно-оздоровительного комплекса (ФОК). Как рассказал мэр Эхирит-Булагатского района Игорь Усов, стоимость объекта составляет более 95 млн рублей. Средства выделяются из областного и районного бюджетов.

По словам руководителя территории, помимо возведения типового здания спортивного комплекса идет реконструкция расположенного рядом стадиона. По окончании работ там появятся беговые дорожки с искусственным покрытием, площадки для волейбола, баскетбола и футбола, а также трибуны на 2 тыс. посадочных мест.

Анна Виговская

ИРКУТСК

Иркутская полиция выплатила 250 тыс. рублей гражданину, оказавшему содействие в поимке мужчины, обвиняемого в серии нападений на мальчиков, сообщил представитель ГУМВД по региону. В конце января полиция после длительных поисков задержала 23-летнего кондитера, который, как предполагается, причастен как минимум к восьми нападениям на мальчиков. Ранее он уже попадал в поле зрения полиции, привлекался к уголовной ответственности за кражу и грабеж. По данным управления Следственного комитета, в разных районах города молодой человек в дневное время выбирал себе жертву среди несовершеннолетних 10–13 лет, затем подыскивал безлюдные места, в основном подъезды, где и подвергал детей сексуальному насилию.

Юрий Юдин

800
млн рублей

будет выделено из областного бюджета на приобретение зданий для детских садов.

СОЦПОЛИТИКА

Российские пенсионеры в апреле получат прибавку к пенсии. Трудовые пенсии будут проиндексированы на 3,3%, социальные – на 1,8%.

Как сообщили на пресс-конференции специалисты Отделения Пенсионного фонда РФ по Иркутской области, с 1 апреля трудовые пенсии проиндексированы на 3,3%, в результате их средний размер в нашем регионе составит 10,76 тыс. рублей. Увеличение в среднем произойдет на 344 рубля. Для жителей районов Крайнего севера и приравненных к ним местностей размер средней пенсии составит 12,23 тыс. рублей (увеличение на 391 рубль).

Также начиная с апреля увеличится и социальная пенсия на 1,8%. В результате

В России вырос размер пенсий

ее средний размер в Приангарье составит 6,61 тыс. рублей. Увеличение произойдет в среднем на 117 рублей.

Заместитель начальника Управления организации назначения выплаты пенсий ОПФР Ирина Исаева уточнила, что, начиная с третьего числа каждого месяца, 640,5 тыс. жителей региона получат повышенные трудовые пенсии и 89,6 тыс. — увеличенные социальные. Станут больше и размеры пенсий родителям погибших военнослужащих, проходивших военную службу по призыву, пенсии участников Великой Отечественной войны, граждан, пострадавших в результате чрезвычайных ситуаций. В связи с индексациями месячная потребность в денежных средствах в Иркутской области увеличится более чем на 256 млн рублей.

Помимо этого, с 1 апреля увеличиваются на 5,5% размеры ежемесячных денежных выплат (ЕДВ) — они заменяют льготы в натуральной форме. Сейчас ЕДВ получают 260,8 тыс. федеральных льготников Приангарья: инвалиды, ветераны Великой Отечественной войны. Размеры

ЕДВ варьируются в зависимости от категории льготника, средний их размер после индексации составит 1,74 тыс. рублей.

Начальник отдела назначения и перерасчета пенсий ОПФР Ирина Ларина рассказала о выплатах родителям, усыновителям, опекунам и попечителям, осуществляющим уход за инвалидами детства и детьми-инвалидами первой группы. Так, ранее такая выплата составляла 1,2 тыс. рублей, ее размер не зависел от того, кто осуществляет уход за ребенком-инвалидом. С января текущего года указом

С 1 апреля также увеличиваются на 5,5% размеры ежемесячных денежных выплат (ЕДВ) — они заменяют льготы в натуральной форме. Средний их размер после индексации составит 1,74 тыс. рублей.

Анна ВИГОВСКАЯ

Дорожная служба на новом витке развития

ПЛАНЫ

Дорожную службу Иркутской области за последние годы лихорадило не раз – растраты, превышения полномочий, ряд уголовных дел... Но, как заявил министр строительства и дорожного хозяйства региона Михаил Литвин, громкие разоблачения будут продолжаться. Пока же службу пытаются поднять с колен. Назначен новый генеральный директор – Радик Фаразутдинов.

Представляя журналистам нового руководителя Дорожной службы, Михаил Литвин отметил, что решение о его назначении было принято не случайно — ранее Радик Фаразутдинов возглавлял МУП «Иркутскавтодор» и показал результативность своей деятельности — прибыль предприятия заметно возросла.

Новый гендиректор службы признался, что взвалил на себя тяжелый груз, и в то же время подчеркнул, что благодарен губернатору и правительству Иркутской области за оказанное доверие.

— Дорожная служба — важное стратегическое предприятие, к тому же самое крупное в этой сфере. Но все это хозяйство находится в удручающем состоянии. Финансовое положение очень тяжелое. Как управлялось предприятие, понять сложно. На сегодня задолженность организации составляет порядка 1 млрд рублей, в том числе 820 млн рублей кредитных обязательств. В настоящее время предпринимаются все меры к тому, чтобы погасить долги по зарплате, выполнить обязательства перед бюджетом и внебюджетными фондами. Также происходит реструктуризация кредитного портфеля, сокращаются управленческий аппарат и текущие затраты, — сообщил Радик Фаразутдинов.

В Дорожной службе Иркутской области трудятся 2,5 тыс. человек. На территории Приангарья расположены 16 филиалов предприятия, которыми обслуживается свыше 12 тыс. км дорог регионального значения и 630 км федеральных трасс. Также действует 23 асфальтобетонных завода.



На территории Приангарья расположено 16 филиалов предприятия, которыми обслуживается свыше 12 тыс. км дорог регионального значения и 630 км федеральных трасс. Также действует 23 асфальтобетонных завода.

По итогам 2012 года служба понесла убытки в размере 300 млн рублей. Плюс ко всему, в этом году ей придется исправлять ошибки субподрядных организаций и перераспределять несколько участков дорог за счет собственных средств. В частности, это внутриквартальные проезды и дороги в Зиме, ряд мостов в Черемхово. Нерадивых субподрядчиков ищут: служба безопасности предприятия активно работает в этом направлении.

— Если даже компания сменила название, ее все равно можно найти. Поэтому требования мы будем предъявлять, и лучше, если субподрядчики придут к нам сами и выполнят свои обязательства. Мы готовы к конструктивному диалогу, — отметил Радик Фаразутдинов.

В этом году служба ставит своей целью заключить контрактов на 5 млрд рублей. Чтобы выполнить поставленные задачи, планируется привлечь субподрядные организации, зарекомендовавшие себя на рынке. Расплачиваться

с ними будут только по факту выполненных работ. Как заявил Михаил Литвин, больше никакой предоплаты. В этом году служба уже выиграла два аукциона: на 95 млн рублей — работы на трассе «Вилой» в районе Братска и на 182 млн рублей — ремонт 11-километрового участка дороги в Тулуно.

До конца года предприятие намерено частично рассчитаться по кредитам и частично реструктуризировать долги при помощи других банков. Чтобы была возможность погасить задолженность, предприятие планирует выйти на рентабельность в 10 — 15%.

Радик Фаразутдинов также подчеркнул, что Дорожной службе требуется модернизация. Асфальтобетонные заводы работают более 20 лет. Качество продукции оставляет желать лучшего. Сейчас планируется обновить три завода. Запчасти и составляющие на сумму в 50 млн рублей уже заказаны. К началу строительного сезона производства будут реанимированы. В настоящее время готовится программа по приобретению новых заводов. Также в планах направить около 500 млн рублей на приобретение техники в лизинг. Ведутся переговоры с крупнейшими лизинговыми компаниями.

Гендиректор предприятия отметил, что в структуре службы есть проблемные филиалы — Усть-Кутский, Нижнеудинский и Иркутский. В последний сегодня требуется руководитель. Всего в Дорожной службе области трудится 2,5 тыс. человек. В головной организации 285 сотрудников, из них 170 — управленческий аппарат.

Михаил Литвин напомнил, что регион мог потерять Дорожную службу — настолько серьезные финансовые проблемы имела структура. Сейчас стоит задача оказать предприятию всестороннюю поддержку.

— В рамках строительства, содержания и реконструкции дорог служба должна стать компанией номер один, и мы сделаем для этого все необходимое, — сказал министр.

В этом году организация откроет строительный сезон ремонтом дорог Зима — Масляногорск, Братск — Усть-Илимск, а также мостов по направлению Жигалово — Качуг. С прошлого года на текущий период перешло 960 млн рублей, из них 170 млн на ремонт и 790 — на содержание дорог. Подготовка к новому сезону должна быть завершена к 15 апреля.

Юлия УЛЫБИНА

В Приангарье выберут лучшего учителя и воспитателя

КОНКУРС

Победители областных конкурсов «Лучший учитель» и «Лучший воспитатель дошкольного образовательного учреждения», финалы которых состоятся 26 апреля, получат автомобили. Об этом сообщил министр образования Иркутской области Виктор Басюк.

Конкурсы пройдут в рамках девятого областного форума «Образование Прибайкалья — 2013». Мероприятия будут длиться весь апрель, в частности, запланированы конкурсы среди молодых руководителей образовательных учреждений в возрасте до 35 лет «Дебют», финалы областных конкурсов «Лучшее учреждение образования Иркутской области», конкурсы в сфере информатизации регионального образования и презентации передового педагогического опыта пятидесяти лучших учителей. Кроме того, будут определены лучшие творческие педагогические коллективы. Оценивать участников намерены эксперты из Забайкальского края, Хакасии, Бурятии и Амурской области.

В рамках форума состоится заседание Координационного совета по образованию межрегиональной ассоциации «Сибирское соглашение». Виктор Басюк сообщил, что в нем будут участвовать 13 министров образования из регионов СФО и Амурской области. Кроме того, запланированы дни открытых дверей в учреждениях начального и среднего профессионального образования. Впервые пройдет конгресс школьных библиотекарей и конкурс библиотек образовательных учреждений региона.

На форуме будет представлен публичный доклад о состоянии дел в региональной системе образования и перспективах ее развития. Ожидается, что мероприятия форума посетят более 10 тыс. человек.

Завершится форум областным конкурсом «Учитель года — 2013» и конкурсами среди лучших воспитателей дошкольных образовательных учреждений и учреждений для детей, нуждающихся в государственной поддержке. Торжественная церемония закрытия форума и награждение победителей состоится 26 апреля в Иркутском музыкальном театре им. Н.М. Загурского.

Рапила ФАТТАХОВА

Служба в армии молодежь не пугает

ПЛАНЫ

Более трех тысяч жителей Приангарья отправятся служить в Вооруженные силы России во время весеннего призыва, который стартовал 1 апреля. Всего же на призывные участки должны прибыть 16 тыс. молодых людей в возрасте от 18 до 27 лет. По словам военного комиссара Иркутской области, с каждым годом в нашем регионе число желающих отдать свой долг Родине растет, больше становится новобранцев с высшим образованием.

3200 человек — именно такая квота на призывников установлена для Иркутской области. В военном комиссариате уверены, что выполнить этот план не составит особого труда.

— Сейчас призыв проходит в благоприятной обстановке, — говорит военный комиссар Иркутской области Игорь Игнашков. — Уже несколько лет мы видим, что отношения к воинской службе меняются в лучшую сторону. Хотят служить ребята с высшим образованием. Улучшилось и состояние здоровья молодежи, которая стала меньше пить, курить и принимать наркотики.

И все же больных призывников еще много. В основном они страдают заболеваниями опорно-двигательного аппарата (сколиозом, плоскостопием) и психическими отклонениями, например, инфантилизмом и низким интеллектуальным развитием.

Соотношение призывников, желающих и нежелающих отслужить в армии, примерно 50 на 50. Настоящих уклонистов

не так много, на конец прошлого года их в регионе насчитывалось 533 человека.

— Осенью на призывные комиссии по неуважительной причине не явились 106 человек, материалы в отношении этих уклонистов переданы в следственные органы, — сообщил начальник отдела призыва военного комиссариата Иркутской области Виктор Пенчук.

Никаких изменений по отсрочкам в этом году не произошло. На данный момент их имеют 75 тыс. лиц призывного возраста, это студенты, аспиранты, а также мужчины, имеющие серьезные заболевания. Еще 16 тыс. человек обязаны этой весной прибыть на призывные участки, подавляющее большинство из них те, кому только исполнилось 18 лет.

Как отмечают в военкомате, с каждым годом увеличивается число новобранцев старшего призывного возраста — 26—27 лет. Во многом это связано с их желанием в дальнейшем работать в правоохранительных структурах и органах государственной власти, где сложно сделать карьеру без прохождения срочной службы.

Соотношение призывников, желающих и нежелающих отслужить в армии, примерно 50 на 50. Настоящих уклонистов не так много, на конец прошлого года их в регионе насчитывалось 533 человека.

По традиции иркутские призывники будут направляться в Восточный и Центральный военные округа. Первая отправка в войска намечена на конец апреля.

Для всех лиц призывного возраста и их родителей организована горячая линия по телефону в Шелехове, откуда новобранцы Приангарья отправляются в части. Его номер (39550) 2-80-97, линия работает с 9 до 17 часов ежедневно.

Иван МАМОНТОВ

Народ пообщался с президентом В Ростове-на-Дону состоялась первая конференция Общероссийского народного фронта

Окончание. Начало на стр. 1

ГОСПОЛИТИКА

На встрече глава государства пообщался с многолетней матерью из Тулы Натальей Саргановой. Женщина назвалась «просто мама». Она воспитывает двоих родных и 35 приемных детей. Проблема, которая сегодня больше всего волнует многодетных родителей, — непонимание окружающих. Люди только и спрашивают: «Зачем, для чего это нужно?» Ответ «я люблю детей» они не принимают.

Наталья Сарганова отметила, что необходимо повышать престиж многодетной семьи, а также предложила заключать с приемными семьями трудовые договоры, чтобы родители, заботящиеся о детях, не теряли трудовой стаж.

Не жаловаться , а предлагать

Президент предложил правительству подумать над тем, как, в каком объеме и какими темпами можно реализовать прозвучавшие предложения. Кроме того, он обсудил с членом Совета при президенте РФ по развитию гражданского общества и правам человека Яной Лантратовой тему ювенальной юстиции.

— Недавно, проходя мимо детской площадки, я слышала разговор двух школьников: «Ты знаешь, потерпи, примут такой закон, когда можно будет пожаловаться, приедут и накажут твоих родителей». Дети не понимают, что потом их изымут из семьи, разрушат жизнь не только родителей, но и самих малышей, — сообщила член Совета.

Владимир Путин отметил по этому поводу следующее:

— На мой взгляд, мы, безусловно, должны обеспечить права ребенка. Вы привели примеры вмешательства в жизнь семей, мы их хорошо знаем из практики соседних стран и этого мы не должны допускать. В нашей Конституции нет ювенальной юстиции, и прежде чем ее вводить, мы должны проанализировать все, что происходит в этой сфере в тех государствах, где она функционирует.

На конференции обсуждалась и тема безвозмездного донорства. В частности, врачебное сообщество обеспокоено, что введение безвозмездного донорства в прямом смысле «обескровит» врачебные учреждения. Владимир Путин отметил, что замена денежных выплат на обеды и билеты в кино — это интересная вещь, но она хороша как дополнение к чему-то большему.

— Конечно, я понимаю саму идею безвозмездного донорства, она благородная. Но, даже скромное денежное вознаграждение играет сегодня опре-

деленную роль. Я не буду давать какие-то директивные указания, но прошу внимательно проанализировать реалии, и если потребуются, все-таки внести коррективы, — подчеркнул глава государства.

По итогам конференции делегат от Иркутской области Анатолий Стрельцов отметил, что у него остались позитивные впечатления от увиденного и услышанного.

— Встреча прошла конструктивно. Владимир Владимирович рассматривал предложения и сразу давал поручения министрам. Думаю, что ОНФ действительно займется серьезной работой. Нужно посмотреть законодательную базу и попробовать либо что-то исправить, либо добиться исполнения законов, которые по какой-то причине не работают. Общероссийский народный фронт — это голос народа. Обычно президенту докладывают о положении дел представители власти. А голос народа минует чиновничьи барьеры и дает реальную картину дел. Кроме этого, жаловаться мы все умеем, а нужно самим подумать, как решить ту или иную проблему. Поэтому в рамках подготовки к учредительному съезду ОНФ мы соберем оргкомитет и вырабатываем свои предложения, — сказал Анатолий Стрельцов.

Юлия УЛЫБИНА, Ростов-на-Дону — Иркутск

КОМПЬЮТЕР ОТ ПРЕЗИДЕНТА ПОЛУЧИЛ В ПОДАРОК ЧЕРЕМХОВСКИЙ ШКОЛЬНИК

Несколько дней назад школьник из Черемхова Саша Метрухин стал обладателем нового компьютера. Сбылась детская мечта помогло письмо президенту страны.

В свои 12 лет Саша Метрухин пережил столько, сколько иному взрослому не выпадет. Фактически при живых родителях ребенок остался сиротой. Мать, оставив мальчика на попечение свекрови, укатила в неизвестном направлении налаживать личную жизнь. Отец после развода с женой утратил смысл жизни и бросил работу.

Бабушка Валентина Георгиевна, как может, опекает внука, но материально семье приходится очень трудно. Как-то Саша вернулся из школы печальный. В ответ на расспросы объяснил, что на уроке русского

языка дали задание, которое нужно выполнять на компьютере.

— Пенсия у меня семь тысяч рублей, — виновато вздыхает Валентина Георгиевна. — Что в наше время на эти деньги купишь?

И бабушка предложила написать письмо президенту Владимиру Путину с просьбой помочь приобрести компьютер. Несколько раз Саша старательно переписывал текст, чтобы без ошибок было. «Прошу вас, помогите моему горю. Мне нужен компьютер, нам задают уроки по компьютеру, а у меня нет на что купить. Я живу с бабушкой. Бабушка получает всего семь тысяч рублей, папа не работает, не может найти работу. Прошу вас, пожалуйста, помогите», — говорилось в письме, которое было отправлено по адресу: Москва, президенту

Владимиру Путину. Спустя некоторое время семья Метрухиных получила короткий ответ: «Ваша заявка рассмотрена. Ждите подарок».

А несколько дней назад к дому на Второй Ветеринарной улице подъехал автомобиль и деловые люди стали разгружать коробки. Оказалось, что к решению проблемы черемховского школьника Саши Метрухина подключился Областной Детский фонд.

«Я был уверен, что Путин поможет!», — сказал мальчик и заплакал. Заплакала и растроганная бабушка, не выходящая к подаркам.

В отличниках Саша никогда не числился, но с появлением в доме компьютера торжественно пообещал, что обязательно станет лучше учиться.

Людмила ШАГУНОВА

Эвакуаторы наводят порядок С дорог Иркутска увезли на штрафплощадки более 1,5 тыс. машин

ТРАНСПОРТ

Более 1,5 тыс. автомобилей в Иркутске были эвакуированы на штрафплощадки с 27 февраля текущего года за нарушения правил парковки. Именно с этого времени в областном центре начали работать эвакуаторы, деятельность которых теперь регламентирована региональным законом. Пока машины нарушителей увозят с магистральных улиц Иркутска, но в скором времени такое наказание грозит нерадивым автовладельцам, которые паркуются и на остановках общественного транспорта.

Напомним, что эвакуаторы начинали работать на улицах Иркутска еще в 2007 году, но тогда их деятельность была признана незаконной. Теперь же она регламентирована областным законом «О порядке перемещения транспортных средств на специализированную стоянку, их хранения, оплаты расходов на перемещение и хранение, возврата транспортных средств на территории региона», который был принят в конце 2012 года. Тогда же вышел соответствующий приказ министерства жилищной политики, энергетики и транспорта Иркутской области, который прописал тарифы работы эвакуаторов.

Так, для транспорта категории А (мотоциклы) эвакуация обойдется в 637 рублей, для автомобилей категории В и D массой до 3,5 тонны — в 1268 рублей, для машин категории D массой более 3,5 тонны и категорий С и Е тариф равен 2536 рублей, для негабаритного транспорта — 3804 рубля. Кроме того, определена стоимость хранения машины на штрафстоянке. Например, для мотоциклов в размере 13,5 рубля в час, легковых машин — 27 рублей. Для северных территорий, когда там также начнут действовать эвакуаторы, тарифы будут несколько выше.

Как отмечает старший инспектор по особым поручениям Управления ГИБДД ГУ МВД по Иркутской области Алексей Тарбеев, пока эвакуаторы работают только в Иркутске.

— Конечно, для Иркутска 10—11 эвакуаторов, которые сегодня выводят на улицы города, недостаточно, — говорит Алексей Тарбеев. — Нарушителей очень много, думаю, работы хватило бы и для 50 эвакуаторов. В настоящее время спецмашины работают только на центральных магистральных улицах — Карла Маркса, Тимирязева, Дзержинского и Декабрьских Событий, где чаще всего возникают транспортные заторы из-за неправильно припаркованных машин. В дальнейшем, когда на этих улицах установится порядок, эвакуаторы будут работать и в других местах, в том числе на остановках общественного транспорта. К примеру, есть проблемы на таких централь-

ных улицах, как Свердлова, Российской, Лермонтова.

Алексей Тарбеев добавил, что эвакуаторы работают по вызову в спальных районах города. Допустим, в случае, когда машина припаркована на детской площадке во дворе или на тротуаре, житель областного центра может позвонить по телефону 02 или же в дежурную часть ГИБДД области по телефонам: **33-61-35** и **21-63-87**. Платить за вызов эвакуатора будет нарушитель.

— Если водитель вышел и увидел, что его машины нет, нужно позвонить по телефону 02 или 112 (по сотовой связи), — продолжил Алексей Тарбеев. — В дежурную часть в оперативном режиме стекается вся информация по транспортным средствам, увезенным на штрафплощадку.

В Иркутске определены две штрафплощадки, куда эвакуаторы увозят машины нарушителей — в районе Затона и по улице Баррикада. К каждой машине-эвакуатору прикреплен инспектор ГИБДД, который перед эвакуацией составляет протокол задержания транспортного средства. В нем он также описывает повреждения на машине, выявленные визуально. Помимо этого, инспектор фотографирует авто. По словам Алексея Тарбеева, если во время эвакуации машине будет нанесен ущерб, возмещать его



придется предприятию. Правда, решение о компенсации принимается только через суд.

Между тем нововведения на дорогах Иркутска вызвали волну недовольства со стороны водителей. Есть факты, когда водитель эвакуатора при появлении владельца машины отказывался выгружать автомобиль

без оплаты вызова. Хотя, как заявил Алексей Тарбеев, в соответствии с областным законом, если транспортное средство погружено, и эвакуатор еще не тронулся с места, водитель может потребовать вернуть свой автомобиль. И платить за эвакуацию он не должен. В этом случае инспектор ГИБДД составляет протокол об административном правонарушении. Кстати, штраф за неправильную парковку составляет от 1,5 тыс. рублей. При незаконных действиях водителя эвакуатора или инспектора автовладелец может обратиться в управление ГИБДД Иркутской области с заявлением, подкрепив жалобу аудио- или видеозаписью. Обращение рассматривается в течение 10 дней, если потребуются дополнительные проверки фактов, то до 30 дней.

Но больше всего автовладельцев возмущает то, что в городе нет парковочных мест, поэтому волей-неволей правила стоянки нарушают практически все.

— Так сложилось, что в историческом центре Иркутска расположены офисы и торговые центры, поэтому магистральные улицы не справляют-

Так, для транспорта категории А (мотоциклы) эвакуация обойдется в 637 рублей, для автомобилей категории В и D массой до 3,5 тонны — в 1268 рублей, для машин категории D массой более 3,5 тонны и категорий С и Е тариф равен 2536 рублей, для негабаритного транспорта — 3804 рубля.

ся с потоками машин, а для организации парковок просто нет места, — подчеркнул Алексей Тарбеев. — При этом количество транспорта ежегодно увеличивается, а число парковок, наоборот, уменьшается. Сегодня закрываются даже платные автостоянки, на месте которых потом строятся новые многоэтажные дома, и горожане вынуждены оставлять машины во дворах. В послед-

ние годы именно по этой причине увеличилось число угоняемых машин. Но ГИБДД следит за порядком на дорогах. Есть закон об эвакуации, и мы будем его выполнять. Проблемы с парковками должны решать городские власти.

В конце марта мэр города Виктор Кондрашов рассказал на встрече с журналистами, что жалоб на работу эвакуаторов очень много. Но, по его словам, это обычная реакция на нововведение. Градоначальник также заявил, что в дальнейшем в центре города будет развита сеть платных парковок, причем с довольно высокими ценами, чтобы ограничить количество транспорта в исторической части города. Не исключено, что уже в следующем году на улице Карла Маркса появятся парковочные автоматы. Рассматриваются варианты организации «перехватывающих» парковок на подъезде к центру города. А пока автовладельцам нужно быть внимательнее к выбору мест для стоянки — эвакуаторы могут выбрать вашу машину.

Елена ПШОНКО
Фото Ларисы ФЕДОРОВОЙ

На пути в глобальный рынок, или Как извлечь пользу от вступления в ВТО

БИЗНЕС

Одним из самых значимых событий 2012 года иностранные предприниматели, работающие в России, называют вступление России во Всемирную торговую организацию (ВТО). Эти данные приводятся в ежегодном исследовании Российского союза промышленников и предпринимателей (РСПП). Однако большинство наших бизнесменов пока считают присоединение к ВТО для российской экономики если не бедой, то неким неизбежным злом, с которым надо смириться.

Одним из столпов функционирования европейского бизнеса является принципиально иное, чем в России, отношение к закупкам товаров и услуг для нужд компании. В наших компаниях, особенно в крупных, как правило, есть отдел закупок, и в его функции входит две вещи: участие в тендерах других компаний и централизованная закупка сырья для производства. Все остальные «мелочи» подразделения покупают самостоятельно. В итоге, каждый закупщик обладает знанием узкого сегмента рынка, но не очень понимает, как он может помочь всей компании найти на рынке самую низкую цену на товар. Кроме того, с годами закупщики обрастают собственными связями, а то и собственными фирмами. Расходы компании на закупку материалов и услуг увеличиваются, но качество остается прежним. Понятно, что в этой ситуации бизнесмены боятся того, что в рамках ВТО Россия снизит часть таможенных пошлин, и дешевые качественные товары хороших западных фирм хлынут на российский рынок. Российским компаниям с такой системой закупок конкуренция с Западом страшна заведомым проигрышем.

На Западе же, особенно в крупных компаниях, система закупок совершенно другая. Она централизована, едина, в ней работают десятки отличных специалистов, каждый из которых обязан выбрать самого оптимального поставщика. В Западных странах закупки

пронизывают все сферы деятельности компании — от сырья до логистики и передачи продукции оптовикам. Они подчинены рыночной логике, где главное — получить хорошее качество закупаемых товаров и услуг и снизить при этом расходы самой фирмы.

Западная система закупок также подразумевает, что крупные и средние компании стараются как можно больше своих функций отдать на аутсорсинг. Конечно, контроль привлеченных компаний требует от заказчика дополнительных усилий, но в итоге это приносит гораздо лучшие результаты. Российские компании аутсорсинга опасаются. Даже в высококонкурентных отраслях, таких как логистика и перевозки, доля аутсорсинга составляет пока около 30%, в то время как на Западе — 50—60%. Если же говорить в абсолютных цифрах, то разница между российскими и западными компаниями существенна. Например, из каждых 100 долларов, уплаченных компанией «Данон» (исключая налоги), 95% приходится на выплату контрагентам! В менее зависящих от себестоимости продукции компаниях — например, нефтегазового сектора — эта цифра ниже. Так, в компании BP она составляет 80%. В лучшей по этому показателю российской компании — ТНК-ВР — этот показатель составляет 55%.

В ТНК-ВР на аутсорсинг был выведен целый спектр услуг — от мытья офисов до бурения скважин, у компа-

нии тысячи контрагентов. Компания ежегодно тратила на закупки несколько миллиардов долларов, в 2013 году на закупки — \$7,5 млрд, из них 6 млрд — на услуги. Именно эта компания одной из первых на российском рынке выстроила комплексную прозрачную систему управления закупками товаров и услуг для нужд компании.

Подрядчики выбираются на конкурсах и тендерах. При этом компания смотрела не только на стоимость продукции, а заключала контракты с теми организациями, которые предлагали наиболее выгодные условия и с требованиями, предъявляемыми к качеству поставляемого товара. Система контрактования и предквалификации подрядчиков и контрагентов у нефтяников сложилась простой и прозрачной, доступной.

При этом в ТНК-ВР прекрасно понимали, что сразу же не получить подрядчиков и контрагентов, которые бы в России работали по западным стандартам. Поэтому компания постоянно развивала своих контрагентов, проводила их обучение, рассказывала о программах контрактования, вводила формы общения, существенно увеличивающие доверие контрагентов. Например, стали публиковать на внешнем сайте списки всех предквалифицированных контрагентов. А через систему конфликтных комиссий любой контрагент может отправить жалобу на действия любого должностного лица, принимающего решения по тендерам.

Теперь в компании внедряется система выбора подрядчика на электронных торгах: контрагенты и подрядчики освобождены таким образом от лишней волокиты: конверты с конкурсной документацией не надо посылать обычной почтой. Плюс, в практику вводятся так называемые ценовые коридоры, которые определяют среднюю стоимость контракта в зависимости от вида выполненных работ и региона.

Все эти нововведения вместе с уже имеющимися формами общения стимулируют к развитию подрядчиков и контрагентов компании. Все они прекрасно понимают, что нефтесервисный рынок сейчас один из самых перспективных, и терять позиции никому не хочется. Поэтому и самим компаниям приходится меняться, снижать затраты, улучшать качество своих товаров и услуг, выдерживать сложную конкуренцию. Если к этому добавляются поддержка власти, то выигрывает и регион. Так, например, в Тюменской области региональные власти, заинтересованные в том, чтобы имен-но тюменские подрядчики работали с ТНК-ВР, поддерживали стремление компании внедрить жесткие стандарты по отношению к контрагентам.

Сами подрядчики такие изменения только приветствуют, они понимают, это им во благо. «Активная работа нашей компании по реализации мероприятий, направленных на выполнение стандартов ТНК-ВР, а также жесткий

контроль затрат, оптимизация бизнес-процессов, в том числе организационной структуры общества, создали предпосылки для динамичного развития компании «Югосон-Сервис». Таким образом, компания еще до начала вступления России в ВТО взяла курс на повышение эффективности и устранение экономических дисбалансов, что позволило избежать временных мер в переходный период и сконцентрировать командные усилия менеджмента на самом главном — обеспечении стабильных операционных денежных потоков, превышающих текущие финансовые обязательства. Сегодня мы не только уверенно себя чувствуем на региональном рынке, но готовы к работе в других регионах», — отмечает коммерческий директор компании «Югосон-Сервис» (Тюмень) Михаил Киреев (подрядчик ТНК-ВР).

Проще говоря, нефтяная компания, решая свои собственные задачи, еще и передает опыт своим подрядчикам и контрагентам, готовит их работу по внятным международным правилам с другими компаниями. И когда на рынок придут западные компании, российские, обладающие фундаментальным опытом управления издержками, с хорошей продукцией, с набран-ным опытом работы, окажутся куда более востребованы рынком.

Александр КОВАЛЕВСКИЙ
На правах рекламы

Баир Дышенов: Для меня кино — это медитация

ИНТЕРВЬЮ

Премьера фильма о слиянии культур – «Отхончик. Первая любовь» – режиссера Баира Дышенова состоялась в Приангарье в конце марта. Лента стала совместным проектом иркутской и улан-удэнской киностудий «Феникс» и «БурятКино». О замысле, который лег в основу фильма, и о своих творческих планах Баир Дышенов рассказал газете «Областная».

Напомним, это третий фильм режиссера. Два других «Улыбка Будды» и «Наказ матери» уже завоевали широкое признание на международных фестивалях. «Отхончик. Первая любовь» – полная доброго юмора история о том, как русский парень сватался к бурятской девушке. Иркутскому зрителю кино очень понравилось.

– Баир, неужели у нас действительно остро стоит проблема русско-бурятских браков? Как родилась идея фильма?

– Проблема не стоит остро, но таких браков, тем не менее, очень много, ведь буряты и русские долгое время живут бок о бок. И я подумал, что неплохо бы на эту тему сделать комедию. В процессе съемок я, наверное, стал мягче и толерантнее. Этнический вопрос на самом деле очень острый и глубокий, а в нашей стране даже опасный...

– И вы смягчили его юмором?

– Да, мы посмеялись над этим, выразили его через человеческие эмоции и переживания.

– Над чем вы сегодня работаете?



– Сейчас в работе студии несколько фильмов. Причем если раньше мы сами писали сценарий, ставили и продюсировали, то сейчас работаем с профессиональными сценаристами. Один сценарий уже готов и находится у европейских и московских продюсеров. Это комедия «Степная свадьба», летом мы приступим к ее съемкам. В отличие от «Отхончика», она будет объемнее – с обширной массовой, несколькими сюжетными линиями. По плану мы ежегодно будем снимать одну ленту и выходить с ней на рынок.

– Кинопроизводство – дорогостоящий процесс, откуда черпаете ресурсы?

– Пока обходимся в основном собственными средствами, хотя в организации съемок нам помогают многие компании из Улан-Удэ и Иркутска. Но сейчас моя задача как руководителя – вывести студию «БурятКино» на рентабельность. Это мой проект, который очень

важен для меня, ведь я бросил все свои дела и занимаюсь сегодня только кино.

– Баир, откуда у вас такая тяга к кино?

– По образованию я не режиссер, а актер театра и кино. Окончил Ленинградский театральный институт, работал в Бурятском драматическом театре, был директором республиканского театра кукол, потом занялся бизнесом. Но тот «вирус творчества», которым я заразился еще в юности, не дает мне покоя. Ведь бывших артистов, как и чекистов, не бывает (смеется). И мне очень нравится то, чем я занимаюсь. Если не сейчас исполнять свои мечты, то когда еще. Все остальное мне делать скучно, тем более что я ни от кого не завишу в своем творческом процессе.

– Отсюда и возможность делать все, что вы хотите?

– Да, я пытаюсь сохранить внутреннюю свободу и снимать такие фильмы, какие я хочу, не зависеть от оценок. Например, после этой премьеры мне делали замечания, что современное кино, в отличие от моего фильма, построено на экшене с динамичным монтажом. Но я делаю свое кино, и пока результат устраивает. Для меня это своеобразная медитация.

Елена ОРЛОВА
Фото Ларисы ФЕДОРОВОЙ

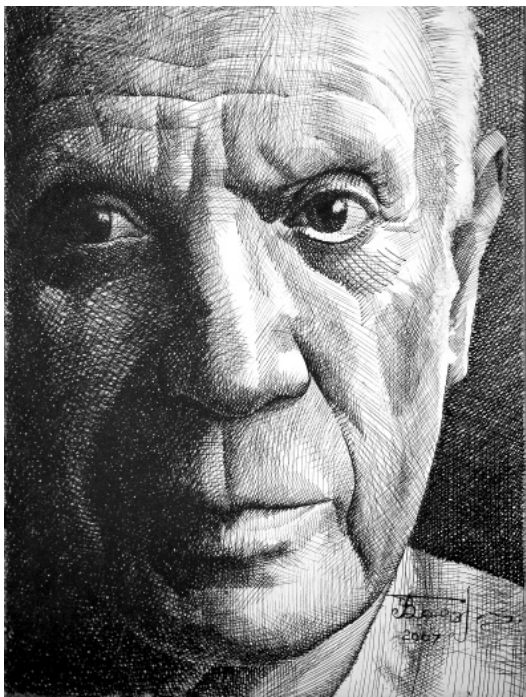
«Любовь пространства» Владимира Безродных

ВЫСТАВКА

«Привлечь к себе любовь пространства» стремится в своем многогранном творчестве актер Иркутского областного театра юного зрителя Владимир Безродных. Этой строкой из стихотворения Бориса Пастернака названа его выставка графических и живописных работ, которая открылась в Культурном центре Александра Вампилова.

– Представленные работы нужно воспринимать именно в рамках творческого процесса художника Владимира Безродных. А я считаю его художником, ведь он действительно мог бы состояться в этой сфере, особенно в жанре портрета, – отметила искусствовед Ирина Бардовская.

В экспозиции можно увидеть более 50 работ, среди которых в основном портреты известных людей: Пабло Пикассо, Алексан-



дра Вампилова, Валентина Распутина, Анны Ахматовой, Владимира Высоцкого, Марка Сергеева, Василия Шукшина – всех, чье творчество близко автору. Кроме того, здесь представлены образы животных, натур-морти.

– Я знаю Володю со школы, и меня всегда удивляло его любопытство, ему все интересно, – вспоминает художник Юрий Квасов. – Он – актер, поэт, художник, музыкант, фотограф, рыбак, мотоциклист. Перечислять его увлечения можно до бесконечности. Но, я думаю, что если бы он выбрал тропу художника, то вырос бы до сильного мастера, ведь ему присущи тонкость и чуткость изображения.

Кстати, на выставке есть и портрет Юрия Квасова, которого Владимир Безродных изобразил в монгольских доспехах, созданных для съемок фильма «Монгол».

– Владимир Безродных – удивительный актер большого ампула – от героя-любовника до рыжего клоуна, – отметила искусствовед и художник Татьяна Ларева. – Поэтому во время работы над галереей артистов ТЮЗа я была озадачена – в каком образе его написать? Но посмотрев одну из его последних работ – спектакль «Век живи, век люби», решила, что это будет образ у костра в тайге.

Елена ОРЛОВА
Фото Алексея ГОЛОВЩИКОВА



Шаги к стрессоустойчивости Психологи советуют решать проблемы сразу

АКТУАЛЬНО

Ранней весной, в период нехватки солнца, тепла и витаминов, любой стресс может спровоцировать заболевание организма. Умение справляться со стрессовыми ситуациями позволит избежать недуга и продлит жизнь, уверена руководитель психологической службы Иркутского областного психоневрологического диспансера Дина Сафронова.

– Стресс – это неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование. Стрессом может стать потеря работы или невыплаченный кредит. Даже грубо сказанное в транспорте слово, подгоревший ужин приводит к стрессу. В человеке, не склонном к позитиву, стресс накапливается и подобно волнам, распространяясь вокруг, может породить новый стресс. Повышенная тревожность и напряжение отрицательно сказываются на организме. Сбрасывайте стресс, не копите проблемы, проговаривайте их. Ведь стресс может спровоцировать гипертонический криз, сердечный приступ, приступ бронхиальной астмы, язву желудка. Практика показывает, что женщины с их эмоциональностью, умением высказаться, плакать, менее подвержены стрессу, чем мужчины, оттого и живут дольше. Более низкий порог стрессоустойчивости у молодых людей, подростков, не имеющих жизненного опыта.

– Кто к вам чаще всего обращается за помощью и с какими проблемами?

– В прошлом году за консультативной помощью в наше отделение обратились 1218 человек. Из них 92% – женщины. Преобладала возрастная группа 20–40 лет. Люди



жалуются на зависимость, социальную дезадаптацию. Более 40% испытывают трудности в супружеских отношениях, имеют конфликты с детьми.

Главное – не убежать, а решать возникшую проблему. Жизнь – сама по себе большой стресс, состоящий из огромного числа более маленьких. Те, кто не убегает от своих проблем, а решает их, впоследствии учатся лавировать в большом объеме всевозможных стрессовых ситуаций. В наше трудное время просто необходимо знать, что такое стресс и каково его воздействие на психику. Человек порой думает – как же тяжело жить в этом мире...

– А это не так?

– Не так! Тяжелой бывает конкретная ситуация! Но всегда есть свет в конце тоннеля, точка возврата. Бездыханных положений не бывает, есть люди, которые не хотят изменить

себя, свое отношение к жизни, не хотят решать свои проблемы.

Тяжелее всех приходится людям самодостаточным, сильным. Они не привыкли что-то просить, обращаться за помощью, примерять на себя другую роль. Но надо учиться гибкости, пытаться реализовать себя в другой сфере. В работе с клиентами мы всегда стараемся найти ресурс, который поможет пережить стресс. Всегда есть то, за что можно зацепиться – дети, близкие, родственники, друзья, социум. Что бы ни случилось, надо всегда искать мотивацию на продолжение жизни.

– Какие методики борьбы со стрессами существуют? Как противостоять агрессивной среде?

– Если мы умеем правильно работать и отдыхать – напрягаться и расслабляться – это уже шаг к стрессоустойчивости. Физическая нагрузка обязательна. Мышечная нагрузка вызывает состояние релаксации, человек отдыхает. Рациональное питание никто не отменял. Водные процедуры, массаж, гимнастика, сауна – все расслабляющие процедуры хороши для гармонизации психики. Делайте то, что вы любите – ходите в баню, на рыбалку, занимайтесь моржеванием, выезжайте на природу. Когда тело расслаблено – душе хорошо.

Не будем обманываться насчет алкоголя – он дает лишь сиюминутную расслабленность, не разрешает проблемы, а усугубляет их. Я как психолог предлагаю другие способы – аутогенную тренировку, релаксационные программы. Включите минут на 15 диск, где записаны звуки природы, и закройте глаза. Вокруг вас шумит дождь, поют птицы, стрекочут кузнечики, тело расслабляется, приходит умиротворение и радость.

Не надо заранее тревожиться о том, чего еще не случилось. Не надо настраивать себя на неуспех. Негативные мысли могут материализоваться, и тогда точно начальный отрутает, ребенок двойку получит, ужин подгорит...

Минимизировать воздействие стресса на здоровье поможет адекватная самооценка, уверенность в своих силах, философское отношение к происходящим событиям.

– Как повысить самооценку взрослому человеку?

– Нужно повышать уровень профессиональной компетентности, развивать коммуникативные навыки позитивного общения и работать над собой, заниматься аутотренингом. Встали утром, посмотрели в зеркало. Улыбнитесь. На нашем лице есть большая скуловая мышца или «мышца улыбки». Когда она сокращается, идет импульс в кору головного мозга. Появляется ощущение спокойствия, комфорта. Улыбайтесь чаще! Записывайте свои успехи, даже маленькие, гордитесь собой! Принимайте похвалу, прислушивайтесь к комплиментам, не стесняйтесь их!

Раскрытые плечи, взгляд вперед – такими мы должны быть. Надо уметь радоваться красоте окружающего мира – первой капели, первому зеленому листочку! Замечайте каждое мгновение. Слепой поэт Эдуард Асадов писал: «Дорожите счастьем, дорожите! Замечайте, радуйтесь чаще! Не гоните время, ни к чему – радуйтесь вот этому, ему!»

Мы сами можем поменять мир вокруг себя – что несем в мир, то и получим в ответ.

Жизнь – сама по себе большой стресс, состоящий из огромного числа более маленьких. Те, кто не убегает от своих проблем, а решает их, впоследствии учатся лавировать в большом объеме всевозможных стрессовых ситуаций.

Есть проблемы в прошлом, может, возникнут и в будущем. Но жить надо здесь и сейчас. Не откладывайте жизнь на потом.

– Отчего наступает синдром эмоционального выгорания и как с ним бороться?

– Этому особенно подвержены те, кто работает в системе «человек-человек» – учителя, врачи и т.д. Мы вольно или невольно принимаем отрицательные эмоции, которые испытываем от общения друг с другом, становимся костными, не замечаем нюансов. Копится раздражение, напряжение, человек становится агрессивным, теряет чувство

юмора. Главной причиной считается психологическое, душевное переутомление в сочетании с высокой рабочей нагрузкой, недостатком социальной поддержки со стороны руководства и коллег.

Важно уметь отдыхать. Чередовать труд и отдых, так нас запрограммировала природа. Большинство людей недосыпают. Это ведет к тому, что адаптационные механизмы организма не срабатывают, ухудшается память, появляется раздражительность, меняются вкусовые пристрастия. Организм сигнализирует, кричит – что-то не в порядке!

Профессию менять в этом случае не всегда реально. Во многих коллективах практикуются совместное обсуждение, проговаривание профессиональных проблем. Грамотные руководители имеют в офисах комнату психологической разгрузки, где есть негромкая музыка, ароматерапия, зеленый чай. Если жизнь потеряла краски, настроение вечно «на нуле» и ничто не радует, необходимо походить на занятия к психологу или к психотерапевту. Мы проводим исследование личностных особенностей, изучаем ресурсы

человека, опираясь на них, ищем выход. Но если исчерпаны все резервы, а конфликт, к примеру, производственный, не решен, лучше сменить работу, чем пасть на этом поле боя. Берегите себя, живите в ладу с собой и с окружающими.

Людмила ШАГУНОВА
Фото Ларисы ФЕДОРОВОЙ

Телефоны доверия отделения психотерапевтической помощи Иркутского областного психоневрологического диспансера: (3952) 24-00-07, 24-00-09.

Газета зарегистрирована управлением федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Иркутской области. Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 38-00167 от 17 сентября 2009 г.

Рукописи, рисунки и фотографии не рецензируются и не возвращаются. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Материалы на таком фоне в разделе «Официальная информация» и в рубрике «Корпоративное управление» публикуются на платной основе. Перепечатка и любое использование материалов возможны только с письменного разрешения редакции.

Учредители: Правительство Иркутской области
Законодательное Собрание Иркутской области,
Редакция: ОГКУ «Редакция газеты «Областная»
Издатель: ОГАОУ «Издательский центр»
Адрес редакции и издателя: г. Иркутск, ул. Рабочая, 2а, оф. 338а и 339 (бизнес-центр «Премьер»)

Почтовый адрес: 664011 г. Иркутск, а/я 177
Телефон для справок: (3952)-500-902, 500-903, 500-904
e-mail: og@ogirk.ru
Подписные индексы: 78448 – для пенсионеров
78449 – для физических лиц
78450 – для юридических лиц

Главный редактор Нина Озерникова

Редакторская группа: Алексей Копылов
Оксана Хлебникова
Юлия Кулыгина

Репортерская группа: Ольга Андреева, Анна Виговская, Олег Гулевский, Юлия Мамонтова, Иван Мамонтов, Елена Орлова, Елена Пшонко, Людмила Шагунова, Равиля Фаттахова, Юлия Улыбина
Рекламная служба: Надежда Дормидонова, Анна Кривецкая
Служба распространения: Наталья Куснер

Фотокорреспонденты: Лариса Федорова
Алексей Головщиков

Издательская группа: Галина Романова, Надежда Неудачина, Оксана Полякова, Алена Афонченко

email: og@ogirk.ru

Газета подписана в печать: 03.04.13 г. в 21.00
Отпечатано в типографии ЗАО НПО «Облмашинформ», д. Карлук, ул. Таежная, 4
Заказ
Выпуск № 35 содержит 8 стр.
Тираж 5000 экз.
Цена свободная
Следующий номер газеты выйдет 05.04.13 г.