

Поколение

Субботники, дискуссии, танцы

На расширенном совещании городского совета ветеранов согласованы планы месяца.



© Андрей Серебряков

Как обычно, намечен внушительный перечень мероприятий. В числе самых серьезных – встреча с главой города, обсуждение перспектив будущего года в районных советах ветеранов, отчетно-выборная конференция ветеранской организации ММК-МЕТИЗ, обсуждение опыта работы ветеранской организации цементно-огнеупорного и кранового заводов.

Ещё одно значимое направление – работа с молодёжью. Перед Днём народного единства проведены классные часы с участием старой гвардии, ко Дню сотрудников органов внутренних дел РФ состоялась встреча юношества с ветеранами полиции-милиции. Впереди – встреча со школьниками, посвящённая Дню ракетных войск и артиллерии, диалог студентов с ветеранами-морпехами.

На повестке дня – насыщенная культурная программа: концерты к национальным торжествам, знакомство с программой творческих коллективов, празднование Дня матери, занятия танцевального клуба и организация танцевальных вечеров. Спортивное направление представлено участием в городских и областных соревнованиях по волейболу, занятиями в клубе скандинавской ходьбы. Отдельный акцент – на просветительскую работу: действуют школа молодого пенсионера и школа грамотности потребителя.

На совещании ветераны подвели итоги субботника в Экопарке, празднования столетия комсомола и сообщили о намерении участвовать в подготовке к девяностолетию города. В ближайших планах – создание собственного пресс-центра. В среднесрочных – издание посвящённого работе совета фотоальбома. А ещё участники совещания задалась вопросом: оправдан ли название школы молодого пенсионера – ведь в свете пенсионных реформ возраст сегодняшних молодых ветеранов завтра станет допенсионным.

© Алла Каньшина

Социальная поддержка

Деньги вместо земли

Многодетные семьи могут получить сертификат для оплаты ипотеки или строительства жилья

Дополнительные меры социальной поддержки введены на территории Челябинской области по решению губернатора Бориса Дубровского. Они рассчитаны на пенсионеров и многодетные семьи.

Начальник управления социальной защиты населения городской администрации Ирина Михайленко рассказала, что в ноябре в отделениях почты и банках начали выплачивать единовременное пособие – 700 рублей.

Деньги получают женщины в возрасте от 55 лет и мужчины, которым уже исполнилось 60.

– Уже было несколько звонков от ветеранов труда, которые спрашивают, почему получили пособие меньше, чем обычно, – отметила Ирина Николаевна. – Это не ветеранское пособие. Его вы получите после 15 ноября. Нет никаких оснований для тревоги.

Ещё одна инициатива правительства Челябинской области затронула многодетные семьи, которые стоят в очереди на получение земельного участка. Эта льгота не приобрела большой популярности, хотя некоторые южноуральцы, в том числе и магнитогорцы, ею воспользовались. Ирина Михайленко уточнила, что, по данным на 1 января 2017 года, в очереди на землю стояло 1208 магнитогорских семей. В октябре 2018 года принято постановление правительства региона, и теперь можно вместо участка получить сертификат на 251 тысячу 498 рублей.

– Обналичить сертификат нельзя, – пояснила Ирина Николаевна. – Его можно использовать для оплаты обязательств по купле-продаже жилого помещения или договору участия в долевом строительстве, внесения первоначального взноса для получения жилищного

кредита, а также погашения основной суммы долга и уплаты процентов по взятой ранее ипотеке.

Деньги перечислят сразу на счёт продавца или организации. При этом нужно помнить, что своё право нужно реализовать в течение шести месяцев. Если в этот период семья не воспользуется сертификатом, его можно сдать и вновь встать в очередь на земельный участок. А через некоторое время, если появится такое желание, опять подать документы на сертификат. Ещё следует знать, что право на выплату предоставляется однократно и, если семья воспользовалась сертификатом, она снимается с учёта нуждающихся в улучшении жилищных условий, а также исключается из очереди на предоставление земельного участка.

– Претендовать на социальные выплаты могут многодетные семьи, воспитывающие трёх и более несовершен-

летних детей, а также детей старше 18 лет, обучающихся в образовательных учреждениях по очной форме, – пояснила Ирина Михайленко. – В ситуациях со студентами право на льготу действует до достижения ими 23 лет.

Есть и ещё некоторые нюансы. Получение сертификата возможно, если семья стоит в очереди на предоставление земельного участка, нуждается в улучшении жилищных условий и, конечно, живёт в Челябинской области.

Подать заявление и документы можно в комплексных центрах социального обслуживания населения по месту жительства. В Ленинском районе центр находится на проспекте Metallургов, 3/2, кабинеты 5, 6, телефон – 23-55-54. Жителям Правобережного района следует обращаться на улицу Суворова, 123, в кабинет 208, телефон – 31-92-03. Адрес комплексного центра Орджоникидзевого района – проспект Ленина, 138, кабинет 4. Телефон – 30-00-33.

© Татьяна Бородина



© Из архива «ММ». Евгений Румягін

Здоровье

Сделать правильный выбор

Почему нет разницы между «лёгкими» и «тяжёлыми» сигаретами, что такое «бронхит курильщика» и почему стоит бросить курить именно сейчас и навсегда, в канун Международного дня отказа от курения, который отметили 15 ноября, рассказал заведующий онкологическим отделением Магнитогорского онкодиспансера, кандидат медицинских наук, врач-онколог Павел Александрович Отт.

– Павел Александрович, как процесс курения соотносится с онкологическими заболеваниями?

– Курение – это один из основных внешних факторов, отрицательно влияющих на организм в целом. Что касается возникновения рака лёгкого, курение становится основным элементом, с которым абсолютно доказана причинно-следственная связь. Важно отметить, что вредит не только никотин, который является сосудистым ядом, но и сам табачный дым, содержащий большое количество смол и канцерогенных веществ. Их воздействие на организм ведёт к хроническому воспалению – «бронхиту курильщика», который впоследствии и приводит к злокачественным из-

менениям эпителиальных клеток лёгких. Кроме того, курение может спровоцировать рак гортани, мочевого пузыря, желудка. В целом никотин, как яд, рассматривается в качестве фактора риска при любой онкологической патологии.

– Что такое бронхит курильщика и как он проявляется?

– Это, по сути, тот же хронический бронхит, но причиной становится постоянное воздействие табачного дыма. В первую очередь, такой диагноз ставится на основании клинических данных и данных анамнеза – стаж курения, количество выкуриваемых сигарет. На рентгене лёгких можно увидеть изменения по типу хронического бронхита. По клинической картине – выраженный кашель сутра с отхождением мокроты. Большинство курильщиков со стажем более десяти лет уже имеют такого рода воспаление. И даже после отказа от курения в течение пяти лет существует повышенная опасность развития рака лёгкого.

– Вредно ли пассивное курение?

– Несмотря на то, что концентрация табачного дыма во вдыхаемом воздухе меньше, бесспорно, те, кто получает пассивно табачный дым, также ощущают на себе это вредное воздействие.

– Какая возрастная группа больше подвержена развитию онкологии в связи с курением?

– Как правило, от 60 лет, но есть случаи рака лёгких и в 30, и в 40 лет.

– Чаще болеют раком лёгкого мужчины или женщины?

– На данный момент – мужчины. Но тенденции таковы, что, к сожалению, часто женщины курят не меньше, а значит, повышается риск развития онкопатологий и для них.

– В СМИ курсирует информация о том, что лёгкие сигареты не менее вредны. Каково ваше мнение?

– По моему мнению, никакой существенной разницы нет. Так или иначе, при наличии уже сформированного хронического процесса в бронхах на фоне курения, достаточно даже одной сигареты в день, чтобы его поддерживать.

– Некоторые заядлые курильщики утверждают, что сигареты и алкоголь не обязательно ведут к серьёзным последствиям, ведь существуют примеры заболевших, придерживавшихся здорового образа жизни.

– Встречаются подобные скептики. Однако, на мой взгляд, каждый скептик в глубине души понимает, что он не прав, а каждый курильщик подсознательно хочет бросить курить. Безусловно, некурящие люди тоже болеют, а для развития рака должны сработать также другие пусковые механизмы в виде

генетических поломок, какой-либо вирусной инфекции, стресса. Но нужно помнить, что курильщики в несколько раз чаще сталкиваются с раком лёгкого, в частности, с такой его формой, как плоскоклеточный рак, который гораздо тяжелее протекает и хуже поддаётся лечению.

– Существует мнение, что сами врачи, в частности хирурги, в большинстве своём – курильщики, ведь работа нервная и тяжёлая. Правда ли это?

– Я действительно только два года как избавился от этой привычки. И тоже когда-то был на месте тех самых скептиков. А бросил, потому что, когда обладаешь всей информацией о последствиях, а ещё и ощущаешь ухудшение состояния – кашель, слабость, сердечно-сосудистые проблемы – и понимаешь, с чем это связано, то каким бы ты ни был скептиком, требуется принятие верного решения. За эти два года у меня значительно улучшилось самочувствие. Курение часто бывает бедой мужских коллективов. Даже в нашем хирургическом отделении раньше курили очень многие, но сейчас практически

ски все бросили. Дело в том, что это ведь не действенное средство от стресса, а психологическая установка: тебе кажется, что покурить – и станет легче. Но на самом деле это не так, проблема с помощью сигарет не решается, скорее наоборот. На фоне курения работа нервной системы сначала активизируется, а затем происходит её угнетение за счёт сужения сосудов. Усиливается раздражительность, появляются беспокойство, утомляемость, нарушение сна, другие неприятные последствия. Но каждый сам делает свой выбор – продолжать обманываться, считая, что курение снимает стресс, или всеми силами постараться избежать серьёзных проблем со здоровьем, которые оно вызывает. Ведь, в отличие от иллюзорной потребности в сигаретах, онкологические и сосудистые заболевания вполне реальны.

Хотелось бы пожелать нашим читателям не обращать внимания на замечания скептиков и вести образ жизни, поддерживающий и восстанавливающий здоровье, а не губящий его. Пусть это станет вашим осознанным выбором.

© Беседовала Ирина Целиканова



Павел Отт