



Городская  
общественно-  
политическая  
газета

№ 3 (6719)  
16 января 2025 г.

выходит по четвергам  
Цена в розницу - 9 руб.

# НАШ ИЗБЕРБАШ

*Газета признана Победителем 8 Всероссийского Фестиваля СМИ "Вся Россия-2003"*

В ГОРОДСКОЙ АДМИНИСТРАЦИИ

## КОНСТРУКТИВНО И ПО ДЕЛУ

**14 января глава городского округа «город Избербаш» Расул Бакаев провёл расширенное совещание с начальниками служб и отделов мэрии, руководителями предприятий и организаций города.**

Перед началом совещания руководитель муниципалитета представил присутствующим назначенного советника главы города Ризвана Гарунова, который долгие годы работал в правоохранительных органах, а также занимал должность прокурора межрайонной природоохранной прокуратуры г. Махачкалы. Расул Абдулмуслимович выразил уверенность, что опыт и знания Ризвана Магомедовича будут полезны администрации города.

Далее главой г. Избербаша были подняты основные проблемы в жилищно-коммунальной сфере. «Все мы знаем, что сфера ЖКХ затрагивает интересы каждого человека, а качество оказываемых услуг влияет на все материально-бытовые потребности населения. Запущенность инфраструктур, таких как сети водоснабжения, электричества, влияет напрямую на качество жизни наших горожан и создает ряд дополнительных проблем, которые мы с вами добавляем своим халатным отношением к своим обязанностям», – констатировал Расул Абдулмуслимович. Он заявил, что его поручения управляющими компаниями не до конца выполняются – дворовые территории до сих пор грязные, вокруг контейнерных площадок не убирается. Руководитель города продемонстрировал видео, снятое в некоторых дворах и на контейнерных площадках, которые были захлаплены мусором. «Все это подрывает авторитет власти и доверие жителей к нам, способствуют социальной напряженности!» – сказал он. При этом мэр обратил внимание на то, что сами контейнеры пустые, значит, твёрдые коммунальные отходы вывозятся вовремя.

Расул Бакаев дал указание председателю административной комиссии Исамагомеду Муртузалиеву усилить работу с ТСЖ и УК в этом направлении. Если с их стороны не будет никакой реакции и положительной динамики, сначала выписывать протоколы о нарушениях, а в последующем обратиться с заявлением в Госжилинспекцию, которая примет соответствующие меры, вплоть до отзыва лицензии.

Далее руководитель Избербаша попросил заместителя начальника МКУ «УЖКХ» Тагира Мустафаева



проинформировать о планируемых в 2025 году работах в рамках региональных и федеральных приоритетных проектов в сфере ЖКХ.

Тагир Мустафаев доложил, что в текущем году в рамках программы «Мой Дагестан – мои дороги» будет отремонтировано 11 участков муниципальных автомобильных дорог общего пользования. Исходные документы готовятся, проведены необходимые замеры, вскоре будут заказаны сметы для реализации программы.

Недавно в городе был проведён ямочный ремонт для устранения образовавшихся выбоин. Расул Абдулмуслимович заинтересовался, почему ямочный ремонт не проводится сразу же после того, как рабочие подготавливают дорожную карту ям под укладку асфальтовой смеси. «Жалобы о том, что ямы открытыми стоят по несколько дней, поступают от автолюбителей и ГИБДД. По какой причине выбоины не заделывают сразу, можно ли этого избежать?» – спросил он. Как оказалось, простой в работе вынужденный, так как у предприятия, занимающегося ямочным ремонтом, возникли проблемы с поставкой битума.

На совещании присутствовал руководитель предприятия МУП «Горзеленхоз» Гаджи Алиев. Обращаясь к нему, Расул Абдулмуслимович сказал: «Гаджи Абдулаевич, мы знаем, что ваше предприятие испытывало большие финансовые трудности и было почти на стадии ликвидации. Сегодня мы приложили максимум усилий, чтобы на начальном этапе поддержать предприятие, чтобы оно во благо города продолжило свою работу. Я хочу, чтобы, как и в былые времена, у нас в городе были разбиты клумбы и высажены яркие цветы. Весной этого года мы закупим 2000 саженцев деревьев, и все вместе с вами,

яются постоянными и систематически обновляются.

Снижению способствовало дополнительное плановое комплектование (происходящее по мере выбывания детей из групп), а также открытие трех новых детских садов. В этих трех садах ситуация следующая: в ДОУ № 7 в пос. Рыбном при наполняемости 250 человек обучаются 98 детей из 139 направленных; в ДОУ № 5 из направленных 79 детей сад посещают чуть более 60-ти (наполняемость 100 чел.); в ДОУ № 9 (наполняемость 250 чел.) направлено 55 детей, но посещают его 49-50.

Теоретически очередь в детские сады в городе можно было бы полностью устранить, так как места в новых дошкольных учреждениях имеются, но, по словам Зульфии Магомедовой, управление образованием не имеет полномочий без согласия родителей выдавать путевку в то или иное ДОУ по своему усмотрению.

что с первого дня давал поручение усилить работу по земельному и имущественному контролю и возврату в муниципальную собственность незаконно оформленных земельных участков. «Если я поднимаю этот вопрос вновь, значит, считаю, что эта работа проводится недостаточно хорошо, – заявил Расул Абдулмуслимович. – Помните, я на одном из совещаний говорил о государственно-частном партнёрстве? Этот инструмент с успехом можно использовать во всех сферах жизнедеятельности города. Вот вам пример: в городе интернет-провайдеры используют опоры освещения для своих кабелей. При этом никто из них ни копейки в бюджет города не платит. Опоры освещения – это тоже муниципальное имущество, способное приносить доход. Уж если в казну денег не платят, так хотя бы лампочку на столбе могли бы заменить! А вы будьте предприимчивей,



с участием дошкольных и школьных образовательных учреждений проведём месяц «Зелёные километры». Будем высаживать на улицах, где необходимо, эти деревья. Для этих целей мы обязательно изыщем средства. Наш Избербаш очень нуждается в озеленении».

Расул Бакаев дал поручение Гаджи Алиеву самому определить площади и места, где будут разбиты клумбы и посажены деревья.

Продолжая совещание, глава города попросил начальника управления образованием Зульфию Магомедову доложить о работе школ и дошкольных учреждений, спросил, сколько сейчас детей стоит в очереди в ДОУ.

Зульфия Идрисовна сообщила, что общая очередь в дошкольные учреждения города составляет на сегодняшний день 1419 детей в возрасте от 0 до 7 лет. Актуальная очередь с желаемой датой зачисления на сегодняшний день в возрасте от 1,5 года составляет 390 детей. Эти показатели не явля-

ются проблемой в том, что многие родители не хотят либо не имеют возможности возить детей в новые ДОУ, так как добираться им далеко. Поначалу была запущена одна маршрутка, но в дальнейшем перевозчик отказался работать.

Расул Абдулмуслимович, выслушав данную информацию, дал распоряжение заместителю главы администрации Нариману Рабаданову проработать этот вопрос детальнее и изыскать возможность открыть к дошкольным учреждениям предварительную очередь на полгода специальный маршрут транспорта. Черед полгода будет сделан анализ и приняты дальнейшие решения.

В рамках совещания глава Избербаша также поручил помощнику главы города Рустаму Абдуллаеву расширить антикоррупционный контроль в бюджетных организациях и учреждениях.

Обращаясь к начальнику отдела земельных и имущественных отношений Мурату Якубову, он напомнил,

берите инициативу в свои руки!»

Также руководитель муниципалитета обратил внимание на то, что в районе завода «Полёт» ведутся работы по переустройству дорожного участка. Кто-то самовольно обустроил дорожные карманы для парковки. «Почему эти работы проводятся без согласования с администрацией города, с ГИБДД? Может на той дорожной развязке такое переустройство будет опасным для водителей и пешеходов? Никто в Избербаше не должен делать ничего незаконно. Подобные случаи необходимо жестко пресекать!», – подчеркнул Расул Абдулмуслимович. Далее он поручил Мурату Якубову сформировать 35-40 земельных участков и в 2025 году раздать их стоящим в очереди многодетным семьям и инвалидам.

В ходе совещания главой городского округа был дан ряд поручений всем службам и отделам администрации.

Анастасия МАЗГАРОВА.

ВЛАСТЬ

# ЛИЧНЫЙ ПРИЁМ ГЛАВЫ ИЗБЕРБАША: ОТКРЫТЫЙ ДИАЛОГ С ГОРОЖАНАМИ

13 января Глава городского округа «город Избербаш», Секретарь ИМО ВПП «Единая Россия» Расул Бакаев провёл личный приём граждан. На встрече обсуждались наиболее актуальные вопросы, которые волнуют горожан, также были представлены инициативы по улучшению городской среды.



Личные приёмы представляют собой уникальную возможность для каждого жителя Избербаша напрямую взаимодействовать с главой города, делиться своими заботами и предлагать идеи по развитию городской инфраструктуры. Эти мероприятия дают шанс не только решать индивидуальные проблемы конкретных людей, но и выявлять системные недочёты в функционировании различных городских служб и организаций. Расул Абдулмуслимович лично принимает участие в обсуждении жалоб и предложений, что позволяет ему глубже понимать потребности населения и быстро реагировать на возникающие сложности.

Одной из ключевых тем встречи стало благоустройство города. Жителям было важно обсудить состояние дорог, качество освещения улиц, благоустройство дворовых территорий. Особое внимание уделялось состоянию ряда объектов городской инфраструктуры.

Одна из обратившихся на приём Наталья Волкова сообщила, что не так давно переехала с семьёй в

Избербаш. По словам женщины, она проживает в садоводческом обществе «Волна», которое ликвидировано, а его председатель сложил полномочия. Заниматься вопросами благоустройства некому. Наталья попросила помочь решить проблему с подъездной дорогой, по которой в дождливое время года практически невозможно передвигаться. Выслушав заявительницу, глава Избербаша сказал, что, к сожалению, асфальт уложить будет невозможно, однако дал распоряжение изыскать средства на выравнивание дороги грейдером и засыпку её гравием. Кроме того, он пообещал женщине прибыть на место в ближайшую субботу, чтобы ознакомиться с проблемой лично.

С подобной просьбой обратилась также Эльмира Гаджиева, жительница ул. 1-я С. Курбанова. Она сказала, что половина этой улицы имеет асфальтовое покрытие, но оставшаяся часть – это сплошное бездорожье, огромные ямы и рытвины, заполненные водой. Посмотрев предоставленное Эльмирой Гаджиевой видео, на которое она сняла дорогу, Расул Абдулмуслимович также дал рас-



поряжение соответствующим службам засыпать этот участок дороги окомом.

С прошением о благоустройстве двора по ул. Маяковского, 116 пришла на приём Хаза Айнутдинова. Она просила включить дворовую территорию в программу «Формирование комфортной городской среды» нацпроекта «Жильё и городская среда». Заместитель главы администрации Нариман Рабаданов сообщил, что это можно будет сделать только на следующий год, так как на 2025 год программа уже расписана. Тем не менее, глава города Расул Бакаев сказал, что уже в марте можно будет частично навести порядок в этом дворе. «Мы для начала вывезем гаражи, проведём субботник, уберём мусор, побелим, покрасим и установим вам скамейки», – пообещал Расул Абдулмуслимович.

За содействием в решении проблем к руководителю муниципалитета обратилась супруга действующего участника СВО Гулаймат Даудова, жительница С/О «Термист», линия № 13. Она сказала, что несколько месяцев назад она обращалась в филиал «Избербашский горводоканал» с заявлением провести линию водо-

снабжения. «Я вынуждена заказывать воду в цистернах и заливать в имеющийся накопительный резервуар. На предприятии мне пообещали, что водопровод будет проведён, но прошло уже несколько месяцев, а ничего не делается», – сообщила Гулаймат.

Расул Бакаев попросил прокомментировать ситуацию главного инженера филиала «Избербашский горводоканал» Мурада Нухова. По словам Нухова, заявление действительно подавалось, прокладка инженерной сети водоснабжения на линии № 13 была заложена в производственную программу предприятия на 1-й квартал 2025 года, материал для этого уже закуплен. На данный момент специалисты филиала «Избербашский горводоканал» заняты проведением работ на ул. Первомайская, а затем, уже в феврале работы можно провести и на линии № 13 с/о «Термист».

Далее на приём пришёл военнослужащий – участник СВО Магомед Алиев, проживающий по адресу ул. Орджикидзе с/о «Автомобилист». Он посетовал на низкое напряжение в электрической сети, а также попросил решить проблему уличного освещения.

Главный инженер ИГЭС филиала ПАО «Россети Северный Кавказ» Саид Керимов прокомментировал, что проблему напряжения электросети по просьбе Магомеда Алиева ранее уже изучили, на место выезжал также сам начальник ИГЭС филиала ПАО «Россети Северный Кавказ» Рустам Сулейманов. Так получилось, что дом Магомеда Алиева – крайний на улице, поэтому и электрическое напряжение в нем низкое. Как выяснилось, трансформатор, от которого питается электросеть улицы, находится не на балансе ИГЭС, и сейчас в самом садоводческом обществе его руководство само решает вопросы электроснабжения. Поэтому пока проблему Алиева ИГЭС решить не в состоянии. Однако просьбу Магомеда Алиева об установке уличного освещения рядом с его домом глава города Расул Бакаев пообещал удовлетворить. Он дал поручение для этого установить опору освещения, протянуть электропровода и установить светильник.

Всего в этот раз к руководителю Избербаша обратились восемь горожан. Среди остальных обращений, рассмотренных на встрече, были жилищные и земельные вопросы. С каждым из обратившихся проведена беседа, разъяснены права и нормы действующего законодательства. Обращение по земельному вопросу поручено дополнительно проработать специалистам профильных подразделений администрации города.

Расул Бакаев внимательно выслушивал все обращения и выразил готовность предпринять шаги для устранения обнаруженных проблем. Проведённый личный приём продемонстрировал, что городская администрация открыта для диалога с жителями и стремится учитывать их интересы. Это значительный шаг вперёд в создании комфортной и безопасной городской среды. Регулярное проведение подобных встреч позволит каждому жителю вносить свой вклад в развитие родного города и выражать свои мнения по актуальным вопросам.

## НА ГОРОДСКИХ ПРЕДПРИЯТИЯХ

# ООО «ЧИСТЫЙ ГОРОД-1» – НОВЫЙ ОПЕРАТОР ПО ВЫВОЗУ ТКО В ИЗБЕРБАШЕ

Обращение с ТКО – это один из самых острых и чувствительных вопросов для нашего города, впрочем, как и для любого другого муниципалитета.

В последние годы мы столкнулись с тем, что контейнерные площадки города оказались почти постоянно заваленными мусором, жители били тревогу, возмущались, стали винить городские власти в том, что мусор не вывозится. Степень недовольства горожан росла, хотя причина проблемы тут была комплексная. Это и периодически переполненные мусорные баки, из которых мусор начинает высыпаться и разлетаться по округе, а также отношение самих горожан, которые считают, что могут выкинуть свой мусор на землю, и за ними кто-то должен убрать. Тем не менее, необходимо было что-то предпринять и вернуть Избербашу звание самого чистого города в Дагестане.

Были приняты решения. Прежний регоператор «Даг-Эко-Дом» прекратил свою работу на территории Избербаша, и с первого января работает новый региональный оператор, предприятие, которое



уже доказало свою эффективность – ООО «Чистый город-1». О том, как выстраивается процесс работы нового регоператора по вывозу ТКО и как преодолеваются существующие проблемы, рассказал руководитель предприятия ООО «Чистый город-1» Султан Гарибанов.

«Нам была необходима чистота в городе, но по каким-то причинам предыдущий регоператор не мог сделать того, что требовал наш глава города Расул Бакаев и хотели горожане, – говорит Султан Гарибанов. – Министерство природных ресурсов и экологии РД не продлило с «Даг-Эко-Домом» договор на вывоз ТКО, который заключается на год. С 2025 года предприятие ООО «Чистый город-1» начало работать в Избербаше как субподрядчик регоператора по вывозу ТКО, который находится в Дербенте.

Что изменилось? Как вы помните, «Чистый город» раньше занимался только уличным смётом. Но чтобы помочь содержать город в чистоте, нам приходилось всё же убирать и строительный мусор, и ветки, и крупногабаритные отходы. Теперь вся эта работа уже официально

выполняется «Чистым городом». Лишь обязанность уборки во дворах продолжает лежать на управляющих компаниях. Во дворах мы убираем только бытовой мусор с контейнерных площадок.

У нас изменился график вывоза мусора. Если у прежнего регоператора мусор вывозился один раз в неделю и практически бессистемно, мы вывозим ТКО два раза в неделю. Теперь наша спецтехника выезжает в 11 часов утра, мусор с контейнерных площадок вывозится строго по графику.

Комплексная уборка города начинается с половины третьего утра, и «хвостовики» уже к 8-ми заканчивают работу. Если бы у меня было достаточно контейнеровозов, я бы сдавал город полностью чистым к 8 часам. Да, у нас сейчас не хватает именно контейнеровозов. Сами мы только начали свою работу и поэтому приобрести технику за счёт предприятия пока не имеем возможности. Однако руководитель города делает всё, чтобы нас поддержать. В бюджет города закупка спецтехники не закладывается, поэтому привлекаются внебюджетные средства.

(Окончание на стр. 3).

## НАГРАЖДЕНИЕ

# АТАЙ АТАЕВ И РУСЛАН РАДЖАБХАНОВ – ЛУЧШИЙ ТРЕНЕР И СПОРТСМЕН 2024 ГОДА

В декабре 2024 года в историческом парке «Россия – моя история» прошло итоговое мероприятие Минспорта РД, посвящённое награждению лучших спортсменов, их наставников, работников спортивной отрасли, людей, внесших значительный вклад в развитие спорта.



В самом начале собравшиеся посмотрели видеосюжет о главных достижениях дагестанского спорта в 2024 года, после чего с приветственным словом выступил министр спорта РД Саждид Саждидов.

Он подчеркнул, что уходящий год запомнился громкими победами дагестанских спортсменов как на всероссийском, так и международном уровнях.

«Наши воспитанники побеждали на Олимпийских играх, чемпионатах мира, Европы и России по самым разным видам спорта. На этих и других соревнованиях завоевано огромное количество медалей, которые нам ещё предстоит посчитать. Наш регион подтвердил статус одного из самых спортивных в Российской Федерации. Поздравляю всех и каждого с завоеванными и заслуженными наградами», – сказал он.

Эти достижения, по словам министра, являются результатом самоотверженной работы тренеров-преподавателей, спортсменов, руководителей спортивных учреждений, всех работников спортивной отрасли.

Далее состоялась церемония награждения лучших спортсменов как в олимпийских, так и неолимпийских видах спорта. Отрадно отметить, что в номинации «Лучший тренер 2024 года» грамотой от Министрства спорта республики был награжден старший тренер спортивного клуба «Универсальные бойцы» г. Избербаша Атай Атаев. В номинации «Лучший спортсмен 2024 года» награды удостоен ученик клуба Руслан Раджабханов.

Кроме того, в конце ушедшего года старшему тренеру клуба «Универсальные бойцы» вручили диплом от главы г. Махачкалы Юсупа Умаева «За подготовку высококвалифицированных спортсменов».

Поздравляем Атая Атаева и его воспитанника с этой заслуженной наградой, желаем им крепкого здоровья, новых побед и достижений!

Ибрагим ВАГАБОВ.

## ЛУЧШИЕ УЧИТЕЛЯ-ПРЕДМЕТНИКИ

25-26 декабря 2024 года в Дагестанском институте развития образования (ДИРО) состоялся финал республиканского конкурса «Лучший учитель-предметник Республики Дагестан». Это событие объединило педагогов со всей республики, предоставив им возможность продемонстрировать свой профессионализм, обменяться опытом и заявить о себе как о мастерах своего дела.

Конкурс проходил в три этапа, каждый из которых проверяет знания, креативность и уникальность преподавательской методики. На первом этапе участники представили справки-презентации, где подробно рассказывали о своих достижениях, успехах учеников, а также делились методическими наработками. Это позволило жюри оценить вклад каждого учителя в развитие образования.

Во втором этапе конкурсанты соревновались в тестировании, где отвечали на сложные вопросы по своим предметным областям.

Финальный этап конкурса – мастер-классы. Здесь участники демонстрировали своё педагогическое мастерство, проводя учебно-методические занятия. Мастер-классы стали ярким примером творческого подхода: педагоги раскрывали актуальные темы и показывали умение взаимодействовать с коллегами и учениками, вдохновлять и передавать свой опыт.

Избербаш на конкурсе блестяще представили два учителя. Учитель биологии СОШ № 11 Джавгарат Загидова стала победителем конкур-



са, завоевав сердца жюри своим профессионализмом и новаторским подходом. Учитель химии СОШ № 2 Марина Газимагомедова была признана призёром, прекрасно проявив себя на всех этапах конкурса.

Поздравляем наших педагогов с заслуженным успехом! Пусть эта победа станет стимулом для новых свершений и вдохновения в их благородной профессии.

Амир БАЙРАМБЕКОВ.

## СТАРТОВАЛ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ КОНКУРС ГРАНТОВОЙ ПОДДЕРЖКИ МОЛОДЁЖНЫХ ПРОЕКТОВ

Во исполнение Протокола заседания Координационного совета при Главе Республики Дагестан по взаимодействию с российским движением детей и молодежи, его региональным, местным и первичными отделениями, отдел спорта, туризма и молодежной политики администрации г. Избербаша объявил о старте муниципального конкурса грантовой поддержки молодёжных проектов от главы городского округа «город Избербаш» Расула Бакаева.

В конкурсе могут принять участие молодые люди в возрасте от 14 до 25 лет, проживающие на территории города Избербаш.

Участники должны предоставить социально-значимые проекты, направленные на решение конкретных проблем в молодёжной среде на территории городского округа «город Избербаш». Приоритетными направлениями являются проекты, направленные на:

- развитие добровольческого движения в молодёжной среде;
- совершенствование патриотического



воспитания молодёжи;

- профилактику негативных проявлений в молодёжной среде и межнациональное взаимодействие;

- укрепление семейных ценностей;
- продвижение здорового образа жизни в молодёжной среде, развитие физической культуры и спорта, развитие внутреннего молодёжного туризма и краеведения.

По правилам конкурса, заявленные про-

екты должны находиться на стадии перехода к реализации проекта и заканчиваться в 2025 году. Проекты, подаваемые и реализующиеся юридическими лицами, к участию в конкурсе не допускаются.

Конкурс проводится в два этапа. Первый этап (заочный) пройдёт с 1 апреля 2025 года по 31 мая 2025 года. Второй этап (очный) – с 1 июня 2025 года по 15 июня 2025 года.

Победителю будет оказана грантовая поддержка в реализации проекта в размере, определенном решением экспертной комиссии.

Общая сумма грантов для поддержки молодёжных проектов составляет 50 000 рублей.

По результатам конкурса победителю вручат сертификат, являющийся основанием для финансирования гранта.

**Подать заявку на участие в конкурсе можно в отдел спорта, туризма и молодежной политики администрации городского округа «город Избербаш» в срок до 31 мая 2025 года.**

Ибрагим ВАГАБОВ.

## ООО «ЧИСТЫЙ ГОРОД-1» – НОВЫЙ ОПЕРАТОР ПО ВЫВОЗУ ТКО В ИЗБЕРБАШЕ

(Окончание. Начало на стр. 2).

На данный момент, чтобы работать в зимний период, мне не хватает две единицы техники. Летом её, конечно, должно быть ещё больше – единица пять, не менее, так как объём мусора значительно увеличится.

В настоящее время предприятие имеет 4 хвостовика, 4 контейнеровоза и 4 трактора. Сейчас мы в поисках транспорта. Я уже неоднократно бывал в Чечне, Волгограде, Ростовской области. Удалось купить и пригнать два хвостовика. Мы набрали дополнительно на работу водителей, рабочих, грузчиков. Зарплаты, в принципе, у нас не плохие – у грузчиков 30 тысяч, у водителей 60 тысяч. Дополнительная работа оплачивается. Хочу сказать, что, несмотря на какие-то имеющиеся у нас проблемы, мы стараемся добиваться чистоты в городе.

Была сформирована горячая линия – телеграм-бот и телефон, и уже в самом начале своей деятельности мы получили много жалоб от жителей с просьбой вывезти мусор. Убираются постепенно все несанкционированные мусорные свалки, в том числе в отдалённых неблагоустроенных местах в отдельных районах города. Это требует чуть больше времени, но всё равно работа методично выполняется.

Всё, что набросали за несколько месяцев, за неделю убрать невозможно. С конца прошлого года наши сотрудники проводят повсеместно дополнительные субботники. Поставлена задача – максимально очистить город от мусора. И я надеюсь, что горожане с пониманием будут относиться к тому, что тот объём отходов, разбросанный в разных частях города, одномоментно убрать просто не получится. Продолжаем получать через телеграм-бот, через телефон информацию о тех площадках, которые требуют внимания, видим все сигналы, работаем в ручном режиме. Абсолютно уверен, что этот первый период пройдем, и в будущем эта работа будет выведена на кардинально новый уровень.

В планах вернуть и мобильные группы, чтобы как раньше они собирали по городу случайный мусор на центральных улицах города.

А задача наших жителей – не мусорить и

проявлять внимание к своим территориям, к прилегающим территориям многоквартирных домов, частных домовладений, торговых объектов, других организаций, которые имеют либо здания, либо земельные участки. Давайте вместе не только не мусорить, но и наводить порядок на этих территориях. Вместе дружнее и результативнее.

В завершение хочу отметить, что мы возобновили работу абонентского отдела. Подчеркну, что в связи со сменой регионального оператора по обращению с ТКО, размер платы для граждан не увеличится. Физлица будут оплачивать за вывоз ТКО, как и раньше, в УЖКХ, а юрилица и предприниматели – у нас в конторе. Оплату за вывоз мусора мы повышать пока не будем.

ООО «Чистый город-1» будет работать под непосредственным контролем администрации и главы городского округа, что позволит оперативно решать возникающие вопросы и улучшать качество услуг для жителей».

Беседовала Анастасия МАЗГАРОВА.

# ВЛАДИМИР ПУТИН УТВЕРДИЛ НОВУЮ СТРАТЕГИЮ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ

Президент России Владимир Путин утвердил новую стратегию противодействия экстремизму в России, следует из указа на сайте официального опубликования правовых актов.

## Украина

В обновленной версии документа указывается, что усиление националистических формирований, в том числе на Украине, представляет серьезную экстремистскую угрозу.

Серьезнейшие угрозы экстремистского характера исходят от широкого распространения идей неонацизма, усиления радикальных националистических вооруженных формирований (в том числе на Украине), поддерживаемых внешними силами, которые поощряют совершение на территории России преступных действий.

Сопреженные с этим риски распространяются на соседние страны и регионы; украинские неонацисты укрепляют

связи с международными террористическими организациями; недружественные страны используют украинский кризис для развязывания гибридных войн против России и разжигания агрессивных русофобских настроений в мире.

## Мигранты

Один из факторов экстремистских проявлений – ситуация в отдельных российских субъектах, связанная с противоправной деятельностью мигрантов. Они вовлекаются в террористические организации и распространяют радикальные идеи.

## Фальсификация истории

Фальсификация мировой истории, пересмотр взглядов на роль и место в ней России представляет внешнюю экстре-

мистскую угрозу; политика ряда стран по фальсификации роли СССР во Второй мировой войне и преуменьшению его вклада в победу представляет реальную угрозу для России.

## НПО

В документе говорится, что деструктивная деятельность иностранных неправительственных организаций оказывает негативное влияние на ситуацию в России.

Ожидаемые результаты реализации стратегии нейтрализация деятельности иностранных и международных неправительственных организаций, включенных в перечень иностранных и международных неправительственных организаций, деятельность которых признана нежелательной на территории России.

Предыдущая версия стратегии была утверждена в 2020 году и рассчитана до 2025-го, новым указом она признается утратившей силу.

По материалам РИА Новости.

# НОВЫЙ ГОД, НОВЫЕ ПРАВИЛА

Увеличение минимального размера оплаты труда, возобновление индексации пенсий работающим пенсионерам, ужесточение ответственности за продажу вейпов детям. Об этих и других изменениях, которые вступают в силу с января нового года, читайте ниже.

## Повышение МРОТ и пенсий

МРОТ составит 22 440 рублей. Увеличение затронет порядка 4,2 млн. работающих граждан.

Пенсионеры, которым исполнилось 80 лет, а также инвалиды I группы дополнительно к своей пенсии будут каждый месяц получать 1200 рублей. Эта надбавка подлежит ежегодной индексации в порядке, предусмотренном для социальной пенсии.

«Поэтапное, ежегодное увеличение минимального размера оплаты труда – одна из национальных целей развития, определенных Указом Президента. К 2030 году размер МРОТ должен вырасти до 35 тысяч рублей», – подчеркнул Вячеслав Володин.

## Индексация пенсий работающим пенсионерам

С 2025 года страховые пенсии работающих пенсионеров ежегодно подлежат индексации наравне с пенсионным обеспечением тех, кто оставил работу. Уровень индексации будет считаться не от той суммы, которую работающий пенсионер получает сейчас, а от той, которую он мог бы получать, если бы был неработающим пенсионером.

## Упрощение получения единого пособия на детей

Семьям, уже получающим единое пособие на детей, не придется повторно проходить оценку нуждаемости при рождении следующего ребенка. Выплату назначат в том же размере и на тот же период, что и на предыдущего ребенка, а заявления для ее назначения не потребуются.

## Классификация средств размещения туристов

Средства размещения туристов, а также горнолыжные трассы и пляжи будут классифицировать. Некоторые средства размещения (например, социальные и реабилитационные учреждения, паломнические центры) станут исключениями и смогут пройти классификацию добровольно. Изменения направлены на то, чтобы туристы получили более качественные услуги и в России успешно развивался туризм.

## Содействие занятости

Определены основные направления госполитики в сфере занятости населения. Зарегистрироваться в качестве безработного можно будет не только по месту жительства, но и по месту пребывания. Право на пособие по безработице сохранится, если появилась подработка на срок не более пяти рабочих дней. Для успешного трудоустройства безработных соискателей будут составлять индивидуальные планы.

## Увеличение налоговых вычетов на детей

Налоговый вычет вырастет в два раза на второго и последующих детей. Размер дохода, до достижения которого предоставляются вычеты на детей, увеличен до 450 тысяч рублей. Появится новый вычет в размере 18 тысяч рублей в год за сдачу нормативов ГТО.

## Совершенствование налоговой системы

Вступают в силу комплексные изменения в Налоговый кодекс. Для граждан с доходами до 2,4 млн. рублей в год ставка НДФЛ останется на уровне 13%. При доходах от 2,4 млн. до 5 млн. рублей налог составит 15%, от 5 млн. до 20 млн. – 18%, от 20 млн. до 50 млн. – 20%, а свыше 50 млн. рублей в год – 22%. Налог на прибыль организаций повысится с 20 до 25%.

Председатель Государственной Думы Вячеслав Володин ранее подчеркивал, что «все дополнительные доходы, которые появятся в связи с введением прогрессивной шкалы налоговой ставки, пойдут в доход федерального бюджета и будут направлены на поддержку тех, кто в этом больше всего нуждается, – семей с детьми, пенсионеров, ветеранов».

«Это дополнительные средства для финансирования новых нацпроектов, выполнения поручений Президента. Увеличатся вложения в инфраструктуру, в строительство жилья, дорог, в развитие наукоемких отраслей и сферы высоких технологий», – добавил Вячеслав Володин.

## Доступность отдыха для детей-инвалидов

Обеспечивается равный доступ к отдыху и оздоровлению детей с инвалидностью или ограниченными возможностями здоровья. Для этого регионы должны будут ежегодно устанавливать квоту для таких детей в летних лагерях. Закон направлен на то, чтобы дети с инвалидностью больше не сталкивались с ситуацией, когда им отказывают в летнем отдыхе.

## Ограничение числа сим-карт для мигрантов

Иностранцам гражданам можно будет иметь не более 10 сим-карт. Оформить их они смогут только при очном посещении офиса оператора связи, пройдя идентификацию по биометрии.

## Поддержка семей военнослужащих

Супруги погибших от боевых травм военнослужащих, а также приравненных к ним лиц, если они имеют право на пенсию по потере кормильца и воспитывают детей до 23 лет, смогут получать эту пенсию вне зависимости от того, работают они или нет.

## Ограничения для незарегистрированных блогов

Для не зарегистрированных в реестре Роскомнадзора блогов и каналов, у которых более 10 тысяч подписчиков, установят ограничения на размещение рекламы, репост другими каналами их сообщений, распространение информации о возможных способах финансирования канала и его владельца.

## Взаимодействие со страховщиком онлайн

В рамках страхования ОСАГО потерпевшие смогут обмениваться документами или информацией со страховщиками через их сайт, мобильное приложение или портал «Госуслуги». При этом возможность передать документы страховщику в бумажном виде сохраняется.

## Защита прав детей при покупке

### жилья с использованием маткапитала

Для получения разрешения на использование средств маткапитала на покупку жилья необходимо будет предоставить заключение о том, что оно является пригодным для проживания. Речь идет о приобретении жилого дома или его части, в том числе дома блокированной застройки.

## Закон, направленный на снижение

### аварийности на дорогах

Изменяется размер штрафа для нарушителей на дорогах. Например, штраф за непристегнутый ремень и за проезд на красный свет составит 1500 рублей, за управление транспортным средством в состоянии опьянения – 45 тысяч. Размеры штрафов за превышение скорости будут варьироваться от 750 до 7500 рублей. Льгота по уплате штрафа будет действовать 30 дней со дня вынесения постановления и составит 25%.

## Обращение в органы власти онлайн

Появится возможность направлять электронные обращения через сайт «Госуслуги» во все государственные и муниципальные органы власти.

## Изменение госпошлин

Изменится госпошлина для физлиц за регистрацию сделок с недвижимостью: ее размер будет зависеть от кадастровой стоимости объекта. Госпошлины за смену фамилии, имени или отчества, расторжение брака составят пять тысяч рублей. Увеличится размер пошлин в сфере оборота оружия и частной детективной и охранной деятельности.

## Изменение порядка легализации документов

Российские документы можно будет легализовывать не только в центральном аппарате, но и в территориальных органах МИДа. Они смогут легализовывать иностранные документы, составленные иностранными консульствами. Легализация документов консульствами и посольствами в электронной форме не предусмотрена. Снят запрет на вывоз и пересылку за границу трудовых книжек, военных билетов, удостоверений личности.

## Новый порядок перерасчета налогов

Появится единая форма заявления о перерасчете имущественного, транспортного и земельного налогов. Его можно будет направить через личный кабинет налогоплательщика на сайте ФНС, через МФЦ, по почте или при личном посещении инспекции. Порядок распространяется на правоотношения, связанные с перерасчетом налога за налоговые периоды, начиная с 2022 года.

## Операции с цифровым рублем

Начнут действовать меры по противодействию совершению операций с цифровыми рублями, соответствующих признакам перевода денежных средств без добровольного согласия клиента. Кроме того, за счет цифровых рублей сможет производиться взыскание на имущество должника по исполнительным документам. Сведения о счете цифрового рубля необходимо будет указывать в заявлении должника о банкротстве.

## Право на земельную долю

Лицо, чья земельная доля признана невостребованной, утратит право собственности на нее, а орган местного самоуправления приобретет право муниципальной собственности на такую долю.

## Оформление участков онлайн

Упрощается процедура оказания государственных и муниципальных услуг в сфере земельных отношений. Подготовить необходимые документы (например, схему расположения земельного участка) можно онлайн с помощью сервиса «Земля просто».

## Ужесточение ответственности

### за продажу детям вейпов

За неоднократную продажу детям сигарет, кальянов и вейпов устанавливается уголовная ответственность. Наказание – штраф до 80 тысяч рублей или исправительные работы сроком до года с возможным запретом на определенную деятельность до трех лет.

## Наказание за вовлечение детей в преступления

Усиливается уголовная ответственность (вплоть до лишения свободы на девять лет) за вовлечение в совершение преступления лица, не достигшего 14 лет. За вовлечение несовершеннолетнего в преступную группу или в совершение тяжкого или особо тяжкого преступления, преступления по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти предусматривается лишение свободы на срок до 10 лет.

## Оформление дарения недвижимости

Договор дарения недвижимости необходимо будет заверять у нотариусов. Механизм направлен на защиту участников сделок с недвижимым имуществом и поможет избежать заблуждений дарителя относительно характера сделки.

## Борьба с фиктивными браками, отцовством и материнством мигрантов

Получить разрешение на временное проживание в РФ вне квоты или вид на жительство будет возможно не ранее трех лет со вступления в брак с постоянно проживающим в стране гражданином России. Разрешение на временное проживание или вид на жительство аннулируется, если брак будет признан судом недействительным или расторгнут. То же касается отмены усыновления ребенка.

По материалам сайта Госдумы РФ.

# ИТОГИ ГОРОДСКИХ ОЛИМПИАД

В декабре 2024 года в нашем городе успешно завершился муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников. Это одно из самых значимых мероприятий в образовательной сфере, которое ежегодно привлекает талантливых и увлечённых учащихся 7-11 классов.

Олимпиада охватила 22 учебных предмета, включая математику, физику, литературу, историю, биологию, иностранные языки, химию и другие. Для каждого из них были подготовлены задания, требующие от участников не только глубоких знаний, но и аналитического мышления, креативного подхода и способности решать нестандартные задачи.

Представляем вам победителей и призеров олимпиад по всем дисциплинам.

## РУССКИЙ ЯЗЫК

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Шальнова Елизавета Олеговна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гамидова Зарина Зубайруевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Гасанова Нурьяна Рустамовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Абакаргаджиева Асият Алиевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Османова Зурият Казбековна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Ильясова Динара Ильясовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Расулова Шуанна Исрапиловна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Хидирбеков Хидирбек Муратович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Панич Диана Юрьевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Дубровская Алина Евгеньевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Билалова Арина Амировна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Юсупова Ясмينا Муратовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Сулейманов Мутай Исаевич	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Шамхалова Марьям Усмановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Бабаева Сумайя Эльдаровна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Ибрагимов Камил Муратович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Зубайруева Ханума Джамалудиновна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Абдуллаева Альбина Абдулкадыровна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Панич Аиша Юрьевна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Алибекова Амина Руслановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Амирханова Джаният Абдулгамидовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Юсупова Хамис Муратовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8

## ЛИТЕРАТУРА

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Муртазаева Джамия Магомедовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Мутуева Марьям Джамаловна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гамидова Зарина Зубайруевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Магомедова Марина Магомедовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Абакаргаджиева Асият Алиевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Джалилова Амина Давудовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Магомедова Разият Зурабовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Муртузалиева Патимат Муртузалиевна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магдиева Зубалжат Магомедатаевна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Исмиева Айханум Алимановна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Панич Диана Юрьевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Муртузалиева Патимат Муртузалиевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Ахмедова Баху Ахмедовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Юсупова Ясмينا Муратовна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 8
Магомедшапиева Хазинат Зубайруевна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 10
Шихалиева Ханум Муратовна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 2
Абакарова Марина Гасайниевна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 10
Шапигаджиева Сабина Омаровна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 1
Махачева Фатима Мусаевна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 12
Абдуллаева Альбина Абдулкадыровна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 2
Магомедова Раисат Мирзаевна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 10
Зубайруева Ханума Джамалудиновна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 10
Джамалова Бурлият Муратовна	8	Призёр	МКОУ СОШ № 1
Алибекова Амина Руслановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Амирханова Джаният Абдулгамидовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 3

## ИСТОРИЯ

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Амирханова Джаният Абдулгамидовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Сулейманова Убайдат Магомедтагировна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Магомедова Сафия Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Курбанов Магомед Курбанович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магомедова Хадижа Магомедмуратовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Гаджиева Умужат Рустамовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Аскендеров Амин Муратович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Гаджибабаев Рамазан Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Магомедова Муминат Шамильевна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Курбанисмаилова Амалия Магомедтагировна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Байжиев Магомед Муратович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Темирханова Дженнет Темирхановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Абдуллаева Альбина Абдулкадыровна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Исаев Абдулла Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Исаев Михаил Исаевич	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Манапов Иса Расулович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Султанахмедова Амина Казбековна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магомедова Муслимат Ильясовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гаджиев Багомма Гаджиевич	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Азизов Батыр Русланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Рабданова Маликат Абдулмаликовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Мутуева Марьям Джамаловна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Магомедова Марина Магомедовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 12



## МАТЕМАТИКА

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Дагирова Хадижат Абдуллаевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Гулагаев Булат Аликович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Мурзаев Ислам Нажмутдинович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Курбанисмаилова Амалия Магомедтагировна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Гаджиев Шахбан Магомедович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Курбанова Замира Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12

## ГЕОГРАФИЯ

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Курбанов Магомед Курбанович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Рабзанова Милана Гасановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Алипханова Камилла Болатовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Юсупова Ясмينا Муратовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Гаджибабаев Рамазан Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Телеева Джамия Умаровна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магомедов Далгат Асланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Азизов Батыр Русланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Умалатова Муслимат Магомедрасуловна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Магомедова Разият Руслановна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 3

## ЭКОЛОГИЯ

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Гулагаева Наиля Шамильевна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Ахмедова Патимат Альбертовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Мирзаханов Магомедрасул Гаджимуратович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Сулейманов Мутай Исаевич	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Алиева Разият Аргуровна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Гусейнова Зулейха Минатуллаевна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Темирханова Дженнет Темирхановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магомедов Магомедали Арсланович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Азизов Батыр Русланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Багандова Асият Магомедовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Дубровская Кристина Евгеньевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1

## ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Ахмедбекова Аида Саидовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магомедов Омарасхаб Заурович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Амирханова Джаният Абдулгамидовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Багадзиева Нарият Назировна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Абдулжалилов Назар Муратович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Магомедов Джамал Заурович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Аскендеров Амин Муратович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Курбанова Салихат Магомедовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Джамалова Бурлият Муратовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Курбанов Ренат Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Шахшабекова Амрия Асланбековна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Темирханова Дженнет Темирхановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Исаев Абдулла Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Умарова Фатима Хабибовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Панич Диана Юрьевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Манапов Иса Расулович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Курбанова Альбина Гамидовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Расулов Гусейн Шамильевич	9	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Мутаева Салимат Омаровна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Алиризаева Халима Акимовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Халилов Аманат Запирович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Савченко Степан Александрович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Омаров Салам Муратович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Магомедова Муслимат Ильясовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Магомедов Далгат Асланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Джавадова Наиля Арсеновна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Гаджиев Багомма Гаджиевич	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Азизов Батыр Русланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Гаджиарсланова Алина Гаджимуратовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Чамсутдинов Чамсутдин Арсенович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магомедова Луиза Магомедалиевна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Абукарова Фатима Расимовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магомедова Марина Магомедовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Бабаева Виктория Давидовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Изапов Джалил Рашидович	11	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Абдуллаева Патимат Арсеновна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2

**ИТОГИ ГОРОДСКИХ ОЛИМПИАД****АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Асхабова Асият Сулайбановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Асхабова Фатима Рамазановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Бабаева Сумайя Эльдаровна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Аскендеров Амин Мурадovich	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Телеева Джамиля Умаровна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Панич Диана Юрьевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Бутушева Мариям Шамилевна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Султанахмедова Амина Казбековна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Шамилова Нелли Тимуровна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 8

**НЕМЕЦКИЙ ЯЗЫК**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Панич Диана Юрьевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Раджабова Мариям Джабраиловна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Гаджибалаев Рамазан Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Шабанов Башир Сундарович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Магомедова Сакинат Магомедовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3

**ФРАНЦУЗСКИЙ ЯЗЫК**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Панич Диана Юрьевна	9	Призёр	МКОУ СОШ № 8

**АСТРОНОМИЯ**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Курбанова Джамиля Шарапутдиновна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Сулейманов Мутай Исаевич	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Халилов Аманат Запирович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Исаев Михаил Исаевич	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гамзабекова Мюшбат Рустамовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Нухова Эльмира Алиевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 3

**ФИЗИКА**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Хазрова Джамиля Тимуровна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МБОУ СОШ № 12
Аскендеров Амин Мурадovich	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Гаджиева Умжугат Рустамовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Халилов Аманат Запирович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Омаров Микаэль Рафикович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Гаджиева Наида Тимуровна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Дагирова Хадиджат Абдуллаевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1

**БИОЛОГИЯ**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Алиева Халимат Ахмеджановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Хизриев Амир Арсенович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Раджабова Роза Ренатовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Ахмедова Патимат Альбертовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Магомедова Сакинат Магомедовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Гусейнова Амина Руслановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Курбанов Ренат Магомедович	8	Победитель	МБОУ СОШ № 12
Абдуллаева Альбина Абдулкадыровна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Раджабова Мариям Джабраиловна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Телеева Джамиля Умаровна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Ахмедова Лейла Ахмедовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Мусаев Саид Омар-Асхабович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Бутушева Мариям Шамилевна	10	Победитель	МБОУ СОШ № 11
Хасаева Аминат Хасбулатовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Абдулгамидова Заира Шамилевна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Азизов Батыр Русланович	10	Победитель	МБОУ СОШ № 12
Никитин Тимур Мурадovich	10	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Махиев Талех Бахадур-Оглы	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Магомедова Разият Руслановна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Умалатова Муслимат Магомедрасуловна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Абдуллаев Осман Рамазанович	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11

**ХИМИЯ**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Шихалиева Ханум Мурадovна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гаджиева Умжугат Рустамовна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Абакарова Аминат Абдулжалиловна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Шабанов Микдад Мусалавич	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Сулейманов Мутай Исаевич	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Джамалова Бурлият Мурадovна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магомедов Магомедали Арсаналиевич	9	Призёр	МКОУ СОШ № 2
Исаев Михаил Исаевич	9	Призёр	МКОУ СОШ № 2
Хасаева Аминат Хасбулатовна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 3
Магдиева Зубалжат Магомедатаевна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 12
Сулейманов Мустафа Арсенович	10	Призёр	МКОУ СОШ № 2
Чанкурбагандова Мариям Мусаевна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 3
Алиева Наида Мухтаровна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 12
Никитин Тимур Мурадovich	10	Призёр	МКОУ СОШ № 2
Сеидов Магомед Арафатович	10	Призёр	МКОУ СОШ № 1
Ильяслова Динара Ильясовна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 12
Багандова Асият Магомедовна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 11
Шайхова Патинат Чангуевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11

**ИСКУССТВО (МИРОВАЯ ХУДОЖЕСТВЕННАЯ КУЛЬТУРА)**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Абдулгаирова Патимат Руслановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магдиев Магомедата Магомедатаевич	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Зубайруева Ханума Джамалудиновна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Курбанов Ренат Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Савченко Степан Александрович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Идиева Айша Камилевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Исматулаева Абидат Мехтиевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Телеева Джамиля Умаровна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Алиризаева Хадижа Акимовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Джалилова Амина Давудовна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 8
Абдулгалимова Аминат Магомедрасуловна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 1
Азизов Батыр Русланович	10	Призёр	МКОУ СОШ № 12
Гасанбекова Хадиджа Камилевна	10	Призёр	МКОУ СОШ № 1
Курбанов Шамиль Расулович	11	Призёр	МКОУ СОШ № 12
Колесникова Софья Олеговна	11	Призёр	МКОУ СОШ № 11
Агаев Магомед Арсланович	11	Призёр	МКОУ СОШ № 12

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (мальчики)**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Бабаев Ибрагим Бахрузович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Металимов Денис Юсуфович	7	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Краснов Руслан Шамильевич	7	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Рабданов Мурад Шамильевич	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Магомедов Газали Заурович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Махачев Махач Тимурович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Омаров Абдулла Омарович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Багамаев Ибрагим Магомедзагирович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Амаров Гамид Гасамитдинович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Рабданов Муса Магомедович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гаджиев Мурад Рамазанович	8	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Ахмедов Далгат Алиевич	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Курбанов Дауд Омарович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Магомедов Магомед Закарьяевич	9	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Муртузалиев Гусейн Ахмедович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Ибрагимов Магомедхабиб Магомедсаламович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Муртузалиев Муртузали Исамагомедович	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Даудов Шарапутдин Шарапутдинович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Халимбейкадиев Амир Алибулатович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Муртузалиев Магомед Русланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Муслимов Зайнутин Ибрагимович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Омаров Магомедсаид Гасбуллаевич	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Исаев Заур Русланович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Гаджиев Багомма Гаджиевич	10	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Шамхалов Султан Темирханович	10	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Умаров Муслим Магомедович	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магомедов Муса Мурадovich	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Алиев Магомед Габбуллаевич	11	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Абидов Рамазан Шамильевич	11	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Алиев Амиран Халимбекович	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Шарипов Багаудин Исамагомедович	11	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Савченко Анатолий Александрович	11	Победитель	МКОУ СОШ № 10

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (девочки)**

Фамилия Имя Отчество ребёнка	Класс	Статус	Школа
Курбанова Залина Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Алиева Маймунат Телеевна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Курбанмагомедова Ульяна Узаировна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Османова Камила Руслановна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Гасанханова Аминат Саидовна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Исмаилова Аминат Расуловна	7	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Алибекова Самира Рамазановна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Алибекова Хадижа Зубайруевна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Омарова Саният Камилевна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Казалиева Фатима Арсеновна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Гереева Джамиля Мурадovна	8	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Алиева Шахришат Казимагомедовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Гаджиалиева Альвина Гусеновна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Исаева Аминат Магомедсаламовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магомедова Ашура Исламовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Гаммаева Лейла Шамилевна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Абдурахманова Патимат Алибулатовна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Магомедова Рукия Абсалутдиновна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Сурхаева Муминат Исахановна	9	Победитель	МКОУ СОШ № 2
Ахмедова Руслана Зайпулаевна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Магомедова Ханумчакар Магомедрасуловна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Байрамова Наиля Тофиковна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 10
Муртазалиева Барият Абакаровна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Ильясова Саида Ильясовна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Абдулжалилова Асият Мурадovна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Муидова Халимат Мурадovна	10	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Рамазанова Фатима Руслановна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 1
Абасова Заира Бернардовна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11
Умалатова Муслимат Магомедрасуловна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 3
Адамова Гольсалим Салиховна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 12
Халимбекова Алина Гаджимурадovна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 8
Мусаева Лейла Камилевна	11	Победитель	МКОУ СОШ № 11

(Продолжение итогов городских олимпиад смотрите в следующем номере газеты).

## ДЖИУ-ДЖИТСУ

## ЕДИНОБОРЦАМ ИЗБЕРБАША СНОВА НЕТ РАВНЫХ

Ученики спортивного клуба «Универсальные бойцы» под руководством старшего тренера Атая Атаева выступили на первенстве и чемпионате мира по бразильскому джиу-джитсу (ACBJJ WORLD OPEN CHAMPIONSHIP GI & NO 2024), которые проходили в Москве в самом конце ушедшего года. В соревнованиях приняли участие свыше 4600 спортсменов, представлявшие 124 сборные разных стран планеты.



В нашей команде в двух дисциплинах единоборств – «в кимоно» и «без кимоно» чемпионами стали Джабраил Гасанов и Гамид Амаров. При этом Джабраил одержал досрочные победы во всех поединках.

Золотую и бронзовую медали соответственно в кимоно и без кимоно завоевал Руслан Магомедов. В соревнованиях без кимоно второе место занял Ислам Махмудов.



Самый титулованный наш спортсмен Руслан Раджабханов победил в турнире взрослых среди коричневых поясов (без кимоно).

После возвращения наших ребят домой спонсоры команды – владелец хозяйственного магазина «Араба – Наш ремонт» Ахмед Ибрагимов и АЗС «Октан» – выделили для нашей команды 60 тыс. рублей, которые были распределены среди победителей чемпионата и первенства мира. Тренер клуба «Универсальные бойцы» Атай Атаев выражает благодарность спонсорам за постоянную помощь и внимание к нашим спортсменам.

## БАСКЕТБОЛ

## ДЕВОЧКИ ВЗЯЛИ БРОНЗУ, А МАЛЬЧИКИ ВНЕ ПРИЗОВОЙ ТРОЙКИ

В последнем месяце ушедшего года в Махачкале проходил региональный финал Всероссийских соревнований по баскетболу «Локобаскет – школьная лига». На турнире собрались сильнейшие команды со всей республики – победители муниципальных состязаний.

Избербаш на республиканских соревнованиях представляли команды юношей СОШ № 11 и девушек СОШ № 12. К сожалению, наши мальчики не смогли пройти групповой этап и не попали в призеры.

А вот команда девочек из СОШ № 12 (учитель физкультуры Сабир Ризаев) выступила успешнее, заняв в своей подгруппе второе место. Следующим соперником наших девочек стала команда СОШ 12 г. Махачкалы. Победив махачкалинок, команда девочек Избербаша заняла почетное третье место.

Победительницами в турнире девочек стали представительницы столичного лицея № 52, которые представят Дагестан на зональном этапе – соревнованиях СКФО.

Второе место у девочек тоже заняли махачкалинки из СОШ № 10.

Все победители и призеры были награждены кубками, медалями и дипломами соответствующих степеней, а также ценными подарками.



## ДЛФЛ КАСПИЙ

## ДЮСШ ИЗБЕРБАШ – ПОБЕДИТЕЛЬ ОТКРЫТОГО КУБКА ДЛФЛ КАСПИЙ

В самом конце минувшего года на поле «Развитие Арена» состоялся финальный матч открытого Кубка детской любительской футбольной лиги Каспий в дивизионе «U-14». В решающем поединке ДЮСШ Избербаш под руководством главного тренера Арсена Сулейманова сыграл против команды «Юлдуз» из Бабаюртовского района. На пути к финалу наши ребята переиграли «Бахру Када» – 4:1, а «Юлдуз» взял верх над «Сотовиком» со счетом 2:1.

В первом тайме финальной встречи зрители голов не увидели. Команды осмотрительно играли у своих ворот, понимая, что одна ошибка в таких матчах может обернуться поражением. Было много борьбы в центре поля, много навесных передач, но они успеха ни той, ни другой команде не принесли. Счет был открыт в середине второй половины игры, единственный гол в матче, эффектно уйдя от опеки защитников, забил игрок ДЮСШ Ибрагим Бабаев.



После окончания поединка состоялась церемония награждения победителей и призеров соревнований. Награды ребятам вручили начальник отдела спорта, туризма и молодежной политики администрации города Шахша Шахшаев и директор ДЮСШ ИВ Исамагомед Гамидов.

Свой вклад в успех нашей команды в Открытом Кубке внесли воспитанники ДЮСШ ИВ, а также директор спортшколы Исамагомед Гамидов, завуч и тренеры-преподаватели по футболу

По итогам турнира сразу четыре игрока ДЮСШ Избербаш – Шамиль Алиев, Ахмад Сулейманов, Ибрагим Бабаев, Эльдар Биладов и Магомедсалам Шапиев – вошли в итоговую сборную Открытого Кубка ДЛФЛ.

Ибрагим ВАГАБОВ.

## ВETERАНЫ

## В КРАСИВОЙ И БЕСКОМПРОМИССНОЙ ИГРЕ

Завершился Республиканский турнир по футболу среди ветеранов 40+. Давно не было такого напряженного турнира. Практически все команды были равны по силе, мастерству, никто не хотел уступать.

В полуфинале играли Акуша и Дербент, со счетом 4:1 выиграла дербентская команда и вышла в финал. В другом полуфинале Избербаш переиграл Каспийск – 6:2.

В матче за третье место акушинцы победили каспийчан по пенальти – 3:2.

В финале Избербаш при упорнейшем сопротивлении дербентской команды выиграл с минимальным счетом 1:0 и стал победителем, завоевав Кубок и медали.

Лучшим вратарем был признан Руслан Самлалиев из Дербента, лучшим защитником – Мухтар Омаров (Акуша), лучшим нападающим – Руслан Мугутдинов (Каспийск), лучшим игроком турнира стал Абдулла Зулпукаров из Избербаша.

От имени Федерации футбола ветеранов Республики Дагестан хочу выразить всем участникам турнира огромную благодарность за красивую и бескомпромиссную игру.

Также за активное участие в проведении республиканских турниров и за участие в этих соревнованиях были награждены грамотами Федерации футбола ветеранов РД: Марсель Маммаев (Каспийск), Ислам Алхажиев (Хасавюрт), Сейфудин Ярахмедов (Дербент) и Ислам Арсланов (Избербаш). С чем их ещё раз поздравляю!

М. МУРТУЗАЛИЕВ,  
президент Федерации футбола ветеранов РД.



# ЖИРОВОЙ ГЕПАТОЗ ПЕЧЕНИ – ПРОБЛЕМА ВЕКА

**Ожирение у женщин, мужчин и детей по всему миру превратилось в глобальную проблему человечества, вызвало настоящий кризис в здравоохранении.**

НАЖБП, МАЖБП, «жировой гепатоз», стеатоз – все это названия одного и того же процесса, происходящего в печени на фоне метаболических изменений, затрагивающих весь организм, в основном из-за избыточной массы тела. Распространенность – примерно 30 % всего населения планеты, по статистике чаще встречается у мужчин (40 % против 26 % у женщин). И с каждым годом частота возникновения МАЖБП только растет.

Зачастую, как и многие другие болезни печени, МАЖБП протекает без каких-либо симптомов: человек ощущает себя здоровым и полным сил. На самом же деле для того, чтобы заподозрить МАЖБП, не нужно дожидаться каких-либо ее проявлений, тем более у большинства их никогда и не будет.

Вместо этого человек может столкнуться с повышением артериального давления или, например, глюкозы крови, могут проявиться признаки атеросклероза сосудов вплоть до развития инфарктов или инсультов. Поэтому, несмотря на то, что очевидных симптомов поражения печени у человека не будет, при подозрении на МАЖБП обследование обязательно должно включать и оценку факторов риска сердечно-сосудистых проблем.

Если сказать обобщенно, то обычно стеатоз печени – это лишь одно из звеньев длинной цепи метаболических нарушений, которое само по себе вряд ли приведет человека к неблагоприятному исходу. Но это звоночек, причем достаточно громкий, к тому, что фокус внимания и пациента, и доктора обязательно должен быть направлен на обследование у кардиолога или эндокринолога.

Реже человек может пожаловаться на усталость или боли справа. Еще реже мы можем столкнуться со значительным поражением печени и развитием цирроза – то есть, замещением нормальной ткани печени на соединительную. Для этого чаще всего потребуются сочетание генетических факторов и образа жизни.

**Как понять, нужно ли конкретно вам пройти скрининг на МАЖБП?**

**Оценить свои факторы риска:**

– **Есть ли у вас избыточная масса тела или ожирение?**

Рассчитать свой индекс массы тела легко: для этого разделить свой вес в килограммах на рост в метрах квадратных, результат более 25 кг/м<sup>2</sup> может свидетельствовать об избытке массы

тела, более 30 – об ожирении.

– **Есть ли у вас избыток жировой ткани в области талии (так называемое висцеральное или абдоминальное ожирение)?**

Не стоит забывать, что все мы разные, и у кого-то может преобладать мышечная масса, поэтому альтернативой индексу массы тела для оценки фактора риска МАЖБП является измерение объема талии по уровню пупка – именно такой вариант измерений является единственно правильным. Окружность талии более 102 см у мужчин и 88 см у женщин говорит о висцеральном ожирении – ещё одном факторе риска МАЖБП и сердечно-сосудистых болезней (P.S. А некоторые сообщества предъявляют ещё более строгие требования к объёму талии – 94 см у мужчин и 80 см у женщин)

– **Отмечали ли вы повышение артериального давления выше 140 и 90 мм рт. ст.**

– **При контроле анализов замечали ли вы повышение общего холестерина, липопротеидов низкой плотности (ЛПНП) или триглицеридов?**

– **Есть ли у вас повышение уровня глюкозы крови или стоит диагноз «сахарный диабет»?**

Если хотя бы на один вопрос вы ответили «да», то рекомендуем сдать минимальный набор лабораторных показателей крови: клинический анализ, АЛТ, АСТ, общий билирубин, ГГТ, щелочную фосфатазу, глюкозу, креатинин, липидограмму и общий белок, а также выполнить УЗИ органов брюшной полости. Дальнейший объём обследования будет зависеть от результатов анализов и УЗИ. Оптимально не забывать о ежегодных профилактических чек-апах – любую болезнь легче профилактировать, чем лечить. Особенно это касается МАЖБП. Контролировать можно все те же показатели, что и при первичном обследовании. Кроме этого, не лишним будет и измерение артериального давления в течение 1-2 недель ежедневно. Это позволит выявить бессимптомное повышение давления, которое может не замечаться в повседневной жизни.

**Что делать, если мне поставили диагноз МАЖБП?**

Если диагноз МАЖБП уже установлен, то для профилактики прогрессирования заболевания необходимо минимизировать все риски: добиться нормализации ферментов печени (АЛТ и АСТ), скорректировать уровень артериального давления, холестерина и глюкозы, если до этого с ними были какие-либо проблемы. Оптимально проходить ежегодные плановые обследования у гепатолога, кардиолога и, при необходимости, эндокринолога. Если на момент постановки диагноза в печени подозревался фиброз (или цирроз), то тогда посещать гепатолога нужно чуть чаще – 1 раз в 3-6 месяцев. То же самое касается и других специалистов – если у вас были эпизоды нарушения мозгового кровообращения (так называемый инсульт) или инфаркт, либо выявлен сахарный диабет – встречаться с врачом нужно будет чаще.

К сожалению, если не устранить факторы риска, такие как избыток массы тела или висцеральное ожирение, не нормализовать давление, глюкозу и холестерин, то болезнь будет прогрессировать и, в конечном итоге, может привести к сердечно-сосудистым болезням (чаще), либо к значимому поражению печени (реже).

Обычно наблюдение за МАЖБП включает в себя все те же анализы крови и УЗИ, опционально доктор может попросить измерить плотность печени на специальном приборе, чтобы не пропустить развитие фиброза или цирроза печени. Иногда мо-

жет потребоваться биопсия печени.

**Как лечится МАЖБП и почему врач вместо назначения лекарств сказал худеть?**

Основа лечения МАЖБП – это модификация образа жизни. Сочетание диеты и физической активности – это и есть самый мощный гепатопротектор для печени. Я не рекомендую прием препаратов-гепатопротекторов, так как очистить печень от избытка жировой ткани они не смогут при всем желании, но помимо этого могут создать у человека ложное ощущение «лечения», сместив тем самым акцент с изменения пищевых привычек и добавления физической активности на прием лекарств, которые, к сожалению, не доказали свою эффективность.

Учитывая распространенность МАЖБП среди населения, сотни умов работают над созданием идеального лекарства. Пока его не существует. Поэтому основной терапией МАЖБП является снижение массы тела путем изменения диеты и добавления физических упражнений. Оптимальной скоростью является потеря от 5-7 до 10 % от исходной массы тела за 6 месяцев работы.

Темпы снижения веса не должны быть быстрыми, стремиться к 0,5-1 кг в неделю. Если за 6 месяцев работы нам не удается достичь поставленных результатов, может подключаться медикаментозная терапия, направленная на снижение массы тела. Иногда приходится прибегать к хирургическому лечению ожирения.

Для тех пациентов, у которых по биопсии мы подтверждаем активное воспаление в печени, помимо диеты подключается лекарственная терапия, направленная на уменьшение воспаления (например, витамин Е, агонисты ГПП-1, агонисты рецептора бета-тиреоидного гормона). Гепатопротекторы, активно рекламирующиеся и продающиеся, к ним, к сожалению, не относятся. Многие пациенты тут могут со мной не согласиться, возразив, что у них на фоне приема гепатопротекторов снижаются лабораторные показатели крови, например, АЛТ и АСТ. Но, к сожалению, цель терапии МАЖБП заключается не в лечении анализов, а в снижении рисков прогрессии воспаления до фиброза и цирроза (уровень АЛТ и АСТ вообще не отражает выраженность воспаления в печени!) и в снижении сердечно-сосудистых рисков конкретного пациента. Препараты, представленные на рынке и позиционирующиеся как гепатопротекторы, этого, увы, не делают. Поэтому единственный по-настоящему работающий гепатопротектор, он же – самый сложный этап лечения, это модификация образа жизни!

**И завершая тему М(Н)АЖБП – может ли эта болезнь встречаться у пациентов без избыточного веса?**

Да, может! По разным оценкам это от 5 до 20 % всех пациентов с МАЖБП. Диагностика при подозрении на МАЖБП у таких пациентов будет ровно такой же, как и у людей с избытком массы тела или ожирением.

По сравнению со здоровыми лицами, люди без избытка массы тела с МАЖБП имеют повышенный риск инсулинорезистентности, сопутствующие метаболические заболевания, висцеральное ожирение и сниженную мышечную массу. Чаще такой вариант встречается у пациентов латиноамериканского или азиатского происхождения.

Софья Бакаева, врач-гепатолог, гастроэнтеролог клиники DocMed, г. Москва.

## СКОРБИМ ВМЕСТЕ С ВАМИ

Коллектив редакции газеты «Наш Избербаш» выражает искреннее соболезнование мировому судье г. Избербаша Гамзаеву Исламутдину Магомедовичу по поводу смерти брата Ильмутдина и разделяет с родными и близкими горечь невозможной утраты.

Коллектив редакции газеты «Наш Избербаш» приносит глубокое соболезнование редактору отдела экономики и спорта Вагабову Ибрагимову, всем его родным и близким по случаю смерти любимой тётки Халимат Айгумовны.

Городская общественно-политическая газета  
2025 год.  
Выходит по четвергам.  
Цена в розницу - 9 руб.

# НАШ ИЗБЕРБАШ

Учредитель:  
Администрация городского округа «город Избербаш»

Главный редактор	М. КАСУМОВА
Редактор отдела муниципального развития	А. МАЗГАРОВА
Редактор отдела экономики и спорта	И. ВАГАБОВ
Редактор отдела социальной и молодежной политики	А. БАЙРАМБЕКОВ
Редактор отдела информации	С. АРСЛАНБЕКОВ
Верстка, дизайн	А. АСЛАМБЕКОВ

Газета набрана и сверстана на компьютерной базе газеты «Наш Избербаш».

ГАЗЕТА ОСНОВАНА  
в 1951 году

Выходит 52 раза в год.  
Индекс 51332.  
Тираж 1100 экз.

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по РД.  
Регистрационный ПИ № ТУ 5-0030

Адрес редакции и издателя: 368501, г. Избербаш, ул. Чапаева, 15, МБУ «Дом печати»;  
тел. 8 (87245) 2-55-86; E-mail: nash-izberbash@yandex.ru  
Сайт газеты: nash-izberbash.ru.

Адрес типографии: 367018, г. Махачкала, проспект Петра I, 61.  
ООО «Издательство «Лотос»

Заказ № \_\_\_\_\_ Срок подписания в печать 15 января в 17.00 ч.  
Подписано в 17.00 ч.

## МЕТАПНЕВМОВИРУС: ЧТО ЭТО И СТОИТ ЛИ ПАНИКОВАТЬ

Последние годы какие только вирусы не называют смертельными и «новым ковидом, который снова закроет всех по домам».

Вот и в январе СМИ активно мусолят вспышку метапневмовируса (hMPV) в Китае. Название-то какое страшное! Но давайте разберёмся, что это за вирус, кому стоит быть осторожнее и как защитить себя и близких.

Метапневмовирус – один из возбудителей острых респираторных заболеваний. Его открыли в 2001 году, и с тех пор он регулярно терроризирует разные страны.

Симптомы похожи на типичное ОРВИ:

- кашель, насморк;
- повышение температуры;
- одышка, осиплость голоса;
- иногда жидкий стул и рвота.

Сейчас вирус активизировался в северных провинциях Китая, особенно среди детей. На фоне общего роста заболеваемости ОРВИ он выделился как один из ключевых возбудителей.

Но так ли он опасен?

С одной стороны, метапневмовирус – это не что-то принципиально новое. В России он давно известен и фиксируется

среди прочих возбудителей ОРВИ. Например, в декабре 2024 года его доля составила всего 0,1 % от общего числа случаев насморка и чихов.

С другой, в группах риска: маленькие дети, пожилые, люди с хроническими заболеваниями. У них он действительно может вызвать тяжелое течение болезни. Поэтому важно знать меры предосторожности.

Как защититься?

Профилактика метапневмовируса та же, что и для других респираторных вирусов:

– Мойте руки с мылом после улицы, перед едой, после контакта с поверхностями.

– Проветривайте помещения и проводите влажную уборку.

– Избегайте контакта с больными, если возможно.

– Носите маску, особенно в людных местах или при подозрении на болезнь.

– Соблюдайте «кашлевой этикет» – кашляйте в салфетку или локоть.

Если вы были в Китае или других странах с высокой заболеваемостью, сообщите об этом врачу при появлении симптомов.

В день для профилактики принимаем:

- цинк, 50 мг
- витамин D, 5000 МЕ
- омега 3, 2000 мг

И восстанавливаем свои дефициты: железо, витамины B12, B9, белок

Что делать, если появились симптомы?

Лучше остаться дома и проконсультироваться с врачом. Лечение метапневмовируса симптоматическое: жаропонижающие при высокой температуре, увлажнение воздуха и покой. Специфических препаратов против вируса пока нет.

Стоит ли бояться?

Паниковать точно не надо. Метапневмовирус не обладает высокой смертностью для большинства населения и не является новой угрозой. Но игнорировать профилактические меры тоже нельзя, особенно если у вас или ваших близких есть факторы риска.

Берегите себя и своих близких, соблюдайте базовые меры гигиены и будьте здоровы!

И поменьше читайте новости. А то будет страшно даже из дома выходить.

Олег Абакумов,  
врач-терапевт, пульмонолог.