

# Свобода от вредных привычек

Известно, что навыки, усвоенные в детском и подростковом возрасте, самые прочные. К сожалению, это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам. Чем раньше юноши и девушки знакомятся с сигаретой и спиртными напитками, тем быстрее привыкают к ним.

Чтобы научить детей самостоятельно, эффективно и ответственно строить свою жизнь, родителям самим нужно стать для них примером.

Вредные привычки зажигают зеленый свет многим недугам, только у детей они начинаются намного быстрее и протекают тяжелее, чем у взрослых. Заболевания эти самые различные, начиная от инфекций, возникающих из-за снижения защитных сил организма, и заканчивая тяжелыми поражениями центральной нервной системы, сердца, печени, почек, развитием различных злокачественных новообразований.

Молодость беспечна. Многие подростки считают, что вред, нанесенный курением и выпивкой, обойдет их стороной. Это заблуждение. Рано или поздно за мнимые удовольствия приходится платить ценой собственного здоровья. Поэтому так важно воспитывать в себе и детях чувство самоконтроля и самоанализа. Не стесняйтесь показывать ребенку последствия вредных привычек. Объясните, почему человек становится бомжом, по каким причинам тетя валается в грязи и т.д. Расскажите о том, что спиртные напитки кратковременно вызывают приподнятое настроение, а при регулярном их употреблении воля слабеет, человек постепенно деградирует. Появляются разлады в семье, люди теряют работу...

Спиртное отрицательно влияет на потомство — об этом знали еще в глубокой древности. В греческой мифологии богиня Юнона родила от опьяневшего Юпитера хромого Вулкана. Недаром правитель Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков.

Народная пословица гласит: «Скажи, кто твой друг, и я скажу, кто ты». Научите детей выбирать себе друзей. В их окружении не должно быть людей, не представляющих себе удовольствий без рюмки, сигарет и наркотиков. Научите противостоять тем, кто пытается склонить к вредным привычкам. Такие качества, как мужество, твердость характера и здравый смысл, помогут детям вовремя сказать «нет». Пусть ребенок, столкнувшись с трудностями, попав в конфликтную обстановку или стрессовую ситуацию, знает, что можно всегда рассчитывать на помощь родителей.

Напомню известную народную поговорку «Все пороки от безделья». Если дети заняты — посещают различные кружки, секции, спортивные клубы, музыкальные школы, то активный образ жизни не позволит вредной привычке проникнуть в ваш дом, в вашу семью.

**Вячеслав ИГНАТЬЕВ,**  
психиатр-нарколог  
республиканского  
наркологического  
диспансера.

Работу участкового легкой никак не назовешь. Тот, кто ищет сплошную романтику, в этой службе вряд ли ее найдет.



АКТУАЛЬНО

## Первый помощник в микрорайоне

Самогонщики, семейные дебоширы, меломаны, донимающие соседей громкой музыкой в три часа ночи, и прочие возмутители общественного спокойствия — вот основной круг «клиентов» лейтенанта Алексея Исаева, работающего в Московском РОВД города Чебоксары. За недолгое время работы (парень окончил школу милиции всего 2 года назад) навидаться в своем околотке довелось всякого. Однако о выбранной стезе Алексей ничуть не жалеет. Идя в анискины, знал, что больших денег и всенародной славы на этом поприще вряд ли сыщешь. Службу выбрал, потому что убежден: именно этот, самый первый рубеж на фронте борьбы с правонарушениями является самым важным. К кому идут за подмогой или советом? К участковому. У него ищут защиту от мужа-алкоголика, просят разобраться с соседями, устроившими кабацкий притон, приструнить нерадивых работников ЖКХ, оставивших му-

сор во дворе, утихомирить распоясавшихся подростков, захвативших детскую площадку... Хорошая профилактическая работа участкового способна пресечь в корне многие преступления, предотвратить как людские жертвы, так и экономический ущерб.

Приходится порой иметь дело и со случаями, выходящими за рамки бытовых конфликтов. Так, в мае Алексей и его напарник вычислили и вступили в неравную схватку с тремя уличными грабителями. А недавно во время ночного дежурства он вместе с другим сослуживцем выявил двух лиц, находящихся в федеральном розыске. Так что работы хватает, и непильной ее не назовешь. Но несмотря на это, по-прежнему со своей службой молодой лейтенант не намерен.

Сказать по правде, такие «убежденные» участковые, как Алексей, наперечет. Не стремится пока, к сожалению, на эту службу молодежь. По словам Станислава Наумова,

начальника отдела организации деятельности участковых уполномоченных милиции и подразделений по делам несовершеннолетних МВД по Чувашии, ежегодно по республике увольняются или переходят на другую службу около 70 человек. Большинство из них не удовлетворено материальным содержанием, отсутствием жилья.

Отток шел и по другой причине — многие сетовали на неустроенность рабочих мест, на недостаточную техническую оснащенность. В столице, правда, ситуация в последнее время заметно изменилась. Так, в большинстве участковых пунктов (всего их в Чебоксарах 32) благодаря усилиям городских властей проведен капремонт. Завезена новая мебель (в 2006 году муниципалитет столицы выделил на эти цели миллион рублей), установлены световые табло. И компьютеры уже для участковых не диковинка, а рабочий инструмент.

Большие надежды участковые возлагают на Указ Президента Чувашии № 100 от 16 ноября 2007 года «О мерах по укреплению службы участковых уполномоченных милиции». Предполагается, к примеру, не только стопроцентное оснащение всех пунктов милиции современными техническими средствами, приобретение транспорта. Но и предоставление участковым жилья по договорам социального найма из муниципального фонда и установление дополнительных денежных надбавок. Глядишь, и служба участкового уполномоченного милиции станет престижной.

Активную поддержку участковым призваны оказывать набирающие силу ТОСы. Вместе сподручной поддерживать порядок в микрорайонах.

Леонид МАКСИМОВ.



КОНКУРС

## Школьная столовая

Всем известно, что здоровье во многом зависит от того, что мы едим. А основы закладываются в детском возрасте. Вот почему так важно улучшать работу школьных столовых, обеспечить качественным горячим питанием максимальное количество ребят, повышать профессиональное мастерство тех, кто кормит наших детей.

В Чебоксарах по распоряжению главы города объявляется конкурс «Лучшая школьная столовая 2007-2008 учебного года». В нем могут участвовать организации общественного питания, осуществляющие организацию питания учащихся общеобразовательных учреждений, независимо от форм собственности. Предусмотрено 16 критериев оценки: процент охвата учащихся горячим питанием, соблюдение технологии приготовления пищи, отсутствие жалоб, оформление обеденного

зала, внедрение нового оборудования, витаминизация блюд, взаимодействие с педагогическими советами, родительскими комитетами и т.д.

Конкурс продлится до 27 декабря. Ежедневно с 10 декабря специальная комиссия по представленным на участие в конкурсе заявкам будет с выездом на место осматривать школьные столовые, претендующие на звание лучших. Победителей ждут награды и право участвовать в республиканском состязании.

Светлана НИКОЛАЕВА.