

ЧТО ЖЕ дает нам привычка курения? Чем расплачиваемся и, главное, кому платим за сомнительное удовольствие?

Я, как бывший курильщик, оглядываясь назад, прихожу к выводу, что это добровольное рабство. Ведь именно раб делает все, что говорит ему господин, независимо от того, нравится это ему или нет, и каковы будут последствия.

Первый удар от сигареты принимают на себя зубы. Курильщик поочередно наполняет свой рот то горячим дымом, то холодным воздухом, в результате чего зубная эмаль испытывает резкие перепады температур, на ней появляются микротрещины. Чтобы было понятнее, приведем простой пример из истории: наши предки в древние времена большие камни на полях убирали таким способом — они раскаляли камень, разведя вокруг него костры, а потом обливали его холодной водой. Камень от резкого перепада температур трескался. То же самое происходит и с зубами, на которых образуются микротрещины, в которые начинают проникать микроорганизмы и откладываться табачный деготь. От этого процесса зубы приобретают желтый цвет, и полость рта начинает издавать неприятный запах. Далее этот яд попадает в легкие человека, на которые возложена функция снабжения кислородом всего организма. При попадании его в легкие они забиваются табачным дегтем и токсинами. В результате канцерогены и токсины накапливаются и разрушают клетки легких, что приводит к раку. Есть такой термин «лицо курильщика». Его характеризует желтоватый цвет кожи, ломкие тусклые волосы, дряблость кожи. Под влиянием никотина и других соединений происходит спазм сосудов, мелкие капилляры, питающие кожу, забиваются. Клетки испытывают кислородное голодание, кожа приобретает желтоватый оттенок, нарушается доставка витаминов и минералов к волосам, они слабеют. Выкуривание одной сигареты сужает сосуды на полтора часа, это значит, что человек, курящий с интервалом в полтора часа, создает в коже постоянное кислородное голодание. Курение уменьшает количество коллагена, кожа теряет эластичность, упругость, становится дряблой.

Вы не находите, что гораздо проще женщине бросить курить, чем создавать иллюзию красоты большим количеством косметики, а неприятный запах, идущий изо рта, перебивать обильной порцией парфюмерии?

Но ведь все это обман, процессов, идущих внутри организма, не спрятать.

Вот еще один пример из множества: никотин вызывает сильные спазмы сосудов, клетки стенок испытывают кислородное голодание, возникают локальные некрозы тканей и отмирание клеток. Для закрытия таких дыр внутри сосудов возникают наросты (бляшки). Со временем они увеличиваются, что приводит к частичной или полной их закупорке. Наступает атеросклероз, что является причиной инфарктов и инсультов, облитерирующей атеросклероз — мерзнут и болят конечности, в отдельных случаях заканчивается гангреной. По статистике каждый седьмой курильщик болен облитерирующей нижней конечности.

В табачном дыме существует более 50 токсичных соединений, вызывающих мутации. Токсины скапливаются в организме, в том числе в яичниках у женщин и в семенниках у мужчин. У женщин эти клетки, если повреждаются токсинами, то уже никогда не восстанавливаются, а это — бесплодие или рождение больных детей. У мужчин повреждается геном половых клеток, и число по-

ЖИТЬ ИЛИ КУРИТЬ — ВЫБИРАЙТЕ САМИ...

«Сигарета — с одной стороны уголёк, с другой дурак» (Бернард Шоу)

врежденных только растет, так как новые клетки появляются только делением существующих. Как наглядный пример возьмем город Рязань, в 2012 году он был на пике рождаемости — 20 579 человек. Но вот здоровых из них родилось 1,4%, а число детей-инвалидов за три года увеличилось на 11%.

Ко всему этому не надо забывать о **вреде пассивного курения**. Любое окружение курящего человека страдает гораздо больше, чем сам курильщик. 85% дыма от си-

в ярких пачках. Привлекательный дизайн создан для иллюзии того, что курение является модным атрибутом современной жизни.

На упаковке любого товара вы найдете описание его состава, кроме сигарет. 4000 химических соединений, среди которых



гареты является невидимым для глаз. И при курении значительная его часть попадает в окружающую среду, где его вдыхают пассивные курильщики. Дым, исходящий от тления сигареты, гораздо вреднее дыма, создающегося при затяжке. К примеру, в нем в 3 раза больше бензопирена, сильнейшего ракообразующего соединения, и в 50 раз больше никотина.

Если вы курите в семье, то это не только ваша проблема, но и проблема ваших детей. Если ребенок живет в семье, где один из ее членов выкуривает пачку сигарет в день, количество никотина в его организме соответствует тому, что попадает в организм при выкуривании 2-3 сигарет. В разы увеличивается риск недоразвития легких, дети чаще болеют инфекционными заболеваниями. 30% астмы у маленьких детей — результат принудительного курения. Ежедневно 80 млн человек подвергаются такому курению, в первую очередь это женщины и дети.

Нам постоянно хотят навязать иллюзию безопасности, цинично убивая и отравляя нас, обманывают за наши же деньги. Например, такая иллюзия как сигаретный фильтр, легкие сигареты и суперлегкие. Это всего лишь рекламный ход табачных компаний. Прежде всего, эта политика рассчитана, чтобы втянуть в курение подростков, молодежь, девушек и женщин. Курильщик, вместо того чтобы бросить курить, начинает курить якобы более безопасные сигареты. Однако исследование мировых институтов показало, что количество смертей и заболеваний не изменилось при массовом переходе на такие сигареты.

Еще один ход табачных компаний для увеличения дохода лично мне напоминает рыбачий магазин с различными красивыми крючками и яркими перышками на них. Это создание тонких сигарет

сероводород, аммиак, полоний, калий, радий и свинец, заменяются словом «смола». Еще один из интересных фактов, который от нас усиленно скрывают: в состав абсолютно всех сигарет добавляются одно вещество, которое усиливает действие никотина. Это мочевины. Ей пропитывают табак, так как с помощью нее никотин гораздо быстрее всасывается в кровь и усваивается.

По данным Минздрава России ежегодно 400 000 человек умирают по причине курения. Это более 1 000 смертей в день, 3 полка в день, за год — 40 дивизий без бомб и патронов. Россия — самая курящая страна в мире. А что мы имеем с этого, кроме смертей и болезни? По данным Минздрава России за 2012 год убытки от табака составили 1 200 000 000 рублей. Это в 10 раз больше, чем прибыль с акциза, то есть бюджет получает рубль, а теряет десять. В 90-е годы при приватизации были скуплены все алкогольные и табачные марки. 97% табачного производства в России принадлежит иностранному капиталу. Для примера, «LD», «Петр I», «Русский стиль», «Наша прима», «Беломорканал» — хозяевами этих табачных компаний является Япония, одна из самых некурящих стран. К 2040 году они планируют полностью запретить курение.

Что дает нам эта смертельная привычка, пусть каждый решает для себя сам. Остается только пожелать: берегите себя и своих близких!

Г. Дьячков, г. Лесной

P.S. С января 2016 года в городском храме святого праведного Симеона Верхотурского проходят занятия на тему «Как справиться с привычкой к алкоголю?». Обращаться в храм или по телефону 8-908-908-37-36.

При неполучении органами ПФР данных о доходах от налоговых органов, специалисты Фонда в соответствии с законодательством будут вынуждены рассчитать взносы на обязательное пенсионное страхование из максимально возможного к уплате за 2015 год размера — 148 886,40 руб. Данное положение распространяется и на тех предпринимателей, которые не представили налоговые декларации за предыдущий 2014 год. По ним за 2014 год будет взыскана максимальная сумма, рассчитанная исходя из восьмикратного МРОТ — 138 627,84 рублей.

Данный порядок распространяется и на предпринимателей, которые намереваются прекратить или прекратили свою деятельность в текущем году. Им также следует подать налоговую декларацию за 2016 год. В случае непредставления налоговой декларации Пенсионный фонд РФ будет вынужден предъявить таким предпринимателям к уплате сумму взносов, исчисленную в максимальном размере.

Управление Пенсионного фонда РФ по Нижней Туре

Для обеспечения безопасности свердловчан

СВЕРДЛОВСКАЯ область остается наиболее безопасной территорией УрФО. Об этом на совещании у губернатора заявил руководитель регионального главка МВД В. РОМАНЮК.

По его словам, в прошлом году полиции удалось сдержать рост преступности и повысить раскрываемость правонарушений. Этому способствовало внедрение аппаратно-программного комплекса «Безопасный город». Сейчас, в условиях непростой экономической ситуации, опасность проявлений экстремизма становится более чем реальной. И главная задача правоохранителей — обеспечить безопасность граждан, предотвратить рост уличных правонарушений, межнациональных конфликтов и подростковой преступности.

Губернатор Е. КУЙВАШЕВ подчеркнул, что 2016 год — знаковый в судьбе области. Впереди несколько масштабных мероприятий, в том числе и международного уровня. Кроме того, впереди — большая избирательная кампания. И от того, как органы правопорядка сумеют организовать защиту граждан от противоправных действий, зависит стабильность и социально-экономическое благополучие региона.

В поддержку россиян

С 1 ФЕВРАЛЯ в России на 7% проиндексированы социальные выплаты федерального уровня, в том числе и детские пособия. При этом страховые пенсии неработающих пенсионеров увеличились на 4%.

Также на 4% проиндексируют страховые пенсии и пособия по государственному пенсионному обеспечению. Повышение страховых пенсий коснется только неработающих пенсионеров. Следующая индексация произойдет 1 апреля, еще на 4%. И тогда увеличение выплат затронет всех пенсионеров, независимо от того, работают они или нет.

На покупку школьной формы

В ОБЛАСТНОЙ закон «О социальной поддержке многодетных семей» внесены изменения. Они касаются компенсаций приобретение школьной формы.

До сих пор многодетным семьям с доходом ниже прожиточного минимума выдавались готовые комплекты одежды. Сбор заявок от нуждающихся и пошив самой школьной формы занимал слишком много времени. Для того чтобы упростить процесс, правительство решило выплачивать многодетным семьям компенсации.

Раз в два года родители смогут получить выплаты в пределах 2 тысяч рублей на приобретение школьной формы. На основании заявлений от граждан субсидии будут предоставлять Управления социальной политики на местах. За получением выплат также можно будет обращаться в филиалы многофункционального центра.

ФМС: новые правила

С 1 ЯНВАРЯ 2016 года иммигранты из стран СНГ, которые получили российское гражданство и не уведомили территориальный орган Федеральной миграционной службы России об обладании гражданством другого государства, будут привлечены к уголовной ответственности. Предусмотрена довольно жесткая санкция, а именно: штраф в размере 200 тысяч рублей или 400 часов неоплачиваемой работы.

4 августа 2014 года вступил в силу федеральный закон, согласно которому российские граждане обязаны представлять в региональные представительства Федеральной миграционной службы письменное уведомление о наличии второго гражданства, либо вида на жительство или иного действительного документа, подтверждающего право на временное или постоянное проживание в иностранном государстве. Уведомление должно быть представлено в течение 60 дней с момента получения иного гражданства или упомянутых выше разрешений. Российские граждане, проживающие за границей и не имеющие места жительства на российской территории, должны уведомить территориальный орган ФМС о вышеуказанном не позднее 30 дней от даты въезда на территорию Российской Федерации. Кроме того, для российских граждан, которые на 4 августа 2014 года обладали гражданством Республики Беларусь, Армении, Азербайджана, Молдовы, Узбекистана, Казахстана, Кыргызстана, Таджикистана и Туркменистана, срок представления уведомления был продлен до 01.01.2016. В соответствии с правилами, установленными законодательством, не нужно представлять уведомление, если лицо получило гражданство Российской Федерации после 4 августа 2014 года.

По инф. СМИ

Рассмотрено и окончено производством

НИЖНЕТУРИНСКИМ городским судом за 12 месяцев 2015 года рассмотрено и окончено производством:

- 533 гражданских дела (аналогичный период прошлого года — 547), из них с вынесением решения — 448 (АППГ — 475);
- 162 уголовных дела (АППГ — 142), из них с вынесением приговора — 137 (АППГ — 116);
- 52 административных дела (АППГ — 51), по которым 51 лицо (АППГ — 50 лиц) подвергнуто административному наказанию;
- за допущенные нарушения федерального законодательства в адрес руководителей предприятий и учреждений судом 1-й инстанции по уголовным и гражданским делам внесено 11 частных (АППГ — 18) определений (постановлений).

Ю. ШИЛЬЦЕВ, председатель Нижнетуринского городского суда

ОБ УПЛАТЕ СТРАХОВЫХ ВЗНОСОВ ЗА 2015 ГОД

ПРЕДПРИНИМАТЕЛИ, у которых в 2015 году доход превысил 300 тыс. рублей, должны дополнительно уплатить в Пенсионный фонд РФ не позднее 1 апреля 2016 года страховые взносы в размере 1% от суммы фактически полученного дохода.

Напомним, что с 2014 года самозанятое население (индивидуальные предприниматели, адвокаты, частные нотариусы и иные лица, занимающиеся частной практикой) уплачивают страховые взносы на обязательное пенсионное страхование в зависимости от уровня доходов.

Не позднее 1 апреля 2016 года индивидуальные предприниматели должны дополнительно уплатить страховые взносы на обязательное пенсионное стра-

хование в размере 1% от суммы дохода за 2015 год, превышающего 300 000 руб., но не более 148 886,40 руб.

Распечатать квитанции на уплату можно в «Кабинете плательщика» — электронном сервисе на интернет-странице Отделения ПФР по Свердловской области (<http://sverdlov.lkp.pfrf.ru>).

В случае неуплаты или неполной уплаты страховых взносов в установленный срок начисляются пени.

Сведения о полученных в текущем году доходах самозанятым плательщикам представлять в органы ПФР не нужно, т.к. данные сведения органы ПФР получают от налоговых органов. Индивидуальным предпринимателям надо представить налоговые декларации, в т.ч. нулевые, в налоговые органы.