



№ 63 (11091)
ПЯТНИЦА,
7 августа 2026 года

ДЕРБЕНТСКИЕ ИЗВЕСТИЯ

РАЙОННАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

12+



ГОД ЕДИНСТВА
НАРОДОВ РОССИИ

УЧРЕДИТЕЛЬ: администрация МР «Дербентский район» Республики Дагестан

ЗАСЕДАНИЕ ОПЕРАТИВНОГО ШТАБА

Магомед Рамазанов:

**«Обратная связь с жителями —
один из главных показателей эффективности власти»**

Под руководством Председателя Правительства Республики Дагестан Магомеда Рамазанова прошло заседание Оперативного штаба, посвященное ключевым вопросам социально-экономического развития региона.



В центре внимания: реагирование органов государственной власти и местного самоуправления на обращения граждан; реализация мероприятий по повышению капитализации территории Республики Дагестан в рамках указа Президента России; создание ресурсоснабжающих организаций в муниципалитетах, утверждение тарифов на водоснабжение, а также разработка и утверждение схем водоснабжения и водоотведения; ход внесения реестров разрешений на строительство в ГИС обеспечения градостроительной деятельности Республики Дагестан; обеспеченность муниципальных образований контейнерами и контейнерными площадками для твердых коммунальных отходов.

Магомед Рамазанов уделил особое внимание качеству организации работы с обращениями граждан в органах государственной власти и местного самоуправления.

ГЛАВА кабинета министров поручил усилить контроль за своевременным рассмотрением обращений, повысить качество обратной связи с жителями и обеспечить неукоснительное соблюдение исполнительской дисциплины на всех уровнях. По словам премьер-министра, не все органы власти проводят эту работу на должном уровне:

«Обратная связь с жителями — один из главных показателей эффективности органов власти. Для человека не имеет значения, какое ведомство отвечает за решение его вопроса. Он ждет конкретного результата. Поэтому скорость реакции, качество обратной связи и исполнительская дисциплина должны быть безусловным стандартом в работе каждого органа власти», — подчеркнул Магомед Рамазанов.

БОЛЕЕ 12 тысяч обращений дагестанцев поступило в июле в адрес органов власти и РСО. Руководитель администрации главы и Правительства РД Махач Омаров доложил о результатах мониторинга обращений граждан и реагировании органов государственной власти РД и местного самоуправления. По его словам, в июле общее количество обращений, зарегистрированных Центром управления

регионом в системе «Инцидент-менеджмент», составило 12 222, что на 17% больше показателя предыдущего периода:

электроснабжение — 3014 обращений;
состояние дорожного полотна — 1671 (снижение на 30%);
водоснабжение — 792. В органы исполнительной власти направлено 3287 обращений или 27%, в муниципальных образования — 6 590 или 54% обращений, в адрес различных ресурсоснабжающих организаций — 2 345 обращений или 19%. Отдельно Махач Омаров проинформировал о работе чат-бота обратной связи главы Республики Дагестан, который начал работу 9 июля. За июль через сервис поступило 1 818 обращений. В настоящее время по 1 046 обращениям (58%) работа завершена, 772 обращения (42%) находятся в работе.

По итогам доклада Махач Омаров обратил внимание на необходимость усиления контроля за рассмотрением обращений граждан, назначения ответственных сотрудников за работу с чат-ботом в органах исполнительной власти и муниципальных образованиях, а также обеспечения оперативного реагирования на сообщения, требующие безотлагательного решения.

НА ЗАСЕДАНИИ Оперативного штаба также обсудили вопросы исполнения указа Президента РФ о повышении капитализации территории.

Как отметил Магомед Рамазанов, ключевая задача — обеспечить эффективное использование земельных и имущественных ресурсов республики, актуализировать сведения о недвижимости, вовлечь неиспользуемые земельные участки в хозяйственный оборот и тем самым укреплять доходный потенциал муниципальных образований. Особое значение в этой работе имеет проведение государственной кадастровой оценки с использованием современных цифровых инструментов, подчеркнул премьер-министр. «Все предусмотренные указанием Президента мероприятия должны быть выполнены в установленные сроки и обеспечить достижение конкретных результатов. Здесь недопустим формальный подход. Каждый ответственный орган власти должен

понимать свою зону ответственности и обеспечить безусловное выполнение поставленных задач», — указал Магомед Рамазанов.

Врио заместителя Председателя Правительства РД — министра по земельным и имущественным отношениям Заур Эминов доложил, что для субъектов Российской Федерации определены пять инструментов по повышению капитализации их территорий.

ОДНИМ из значимых направлений является внесение до 1 января 2027 года в ЕГРН сведений о границах муниципальных образований, населенных пунктов и территориальных зон. На сегодня в ЕГРН внесены сведения о границах 1454 населенных пунктов из 1566 (или 92,7 %).

Заур Эминов отдельно доложил о том, на сколько увеличилось количество объектов недвижимости с правами и с границами с 1 января 2023 года в рамках мероприятий по НСПД (национальная система пространственных данных). «Это те объекты недвижимости, которые прошли процедуру постановки на государственный учет. Почти на 300 тысяч увеличилось объектов недвижимости с зарегистрированными правами, имея вид и земли, и здания, и помещения. Определили границы более 240 тысяч земель и более 118 тысяч зданий. Это позволило превратить эти объекты в полноценные объекты налогообложения. Теперь каждое такое имущество имеет официальный правовой статус», — сообщил Эминов.

В 28 РАЙОНАХ Дагестана созданы ресурсоснабжающие организации по водоснабжению. Об этом в рамках заседания Оперштаба по обеспечению устойчивости развития экономики рассказал врио министра строительства, архитектуры и ЖКХ РД Анвар Шамилов, докладывая Председателю Правительства РД Магомеду Рамазанову про создание ресурсоснабжающих организаций, утверждение тарифов на водоснабжение и водоотведение. Руководитель Минстроя Дагестана сообщил, что по состоянию на 1 августа ресурсоснабжающие организации созданы и функционируют, а тарифы утверждены в 28 из 42 муниципальных районов. Еще в 14 муниципалитетах эта работа остается незавершенной.

В настоящее время в 7 из 10 городов и 298 из 672 сельских поселений утверждены и разработаны схемы водоснабжения и водоотведения. Основной причиной отставания муниципалитетов остается недостаток финансовых средств.

Для повышения эффективности эксплуатации объектов коммунальной инфраструктуры Минстрой Дагестана предложил сформировать график консолидации муниципального имущества с передачей функций ресурсоснабжения Единому региональному оператору.

РИА «Дагестан»

<http://izwestia-derbent.ru/>

ВЫБОРЫ-2026

Подготовка к единому дню голосования

В актовом зале администрации Дербентского района состоялся семинар-совещание, посвященный вопросам подготовки и проведения выборов, назначенных на единый день голосования 20 сентября 2026 года.

В мероприятии приняли участие глава Дербентского района Эльман Аллахвердиев, председатель Территориальной избирательной комиссии (ТИК) Дербентского района Адил Тагиров, представители ФСБ, ОМВД, МЧС, а также координаторы и обходчики проекта «ИнформУИК».

бых чрезвычайных и нештатных ситуаций», — подчеркнул Эльман Аллахвердиев.

В ходе совещания представители ФСБ, ОМВД и МЧС подробно разъяснили меры по обеспечению общественной безопасности и правопорядка в период избирательной кампании. Особое внимание было



Открывая совещание, глава муниципалитета Эльман Аллахвердиев напомнил о приоритетных задачах, поставленных руководством республики. Он отметил, что 21 июля 2026 года врио главы Дагестана Фёдор Шукин провел заседание Координационного совещания по обеспечению правопорядка, где ключевыми темами стали безопас-

уделено взаимодействию силовых структур с членами избирательных комиссий.

Вторая часть мероприятия была посвящена практической подготовке персонала: для координаторов и обходчиков проекта «ИнформУИК» проведен детальный инструктаж. Специалисты обсудили порядок адресного информирова-



ность в период подготовки к Дню знаний и предстоящим выборам.

«Фёдор Шукин подчеркнул, что образовательные организации к началу учебного года должны быть в полной мере оснащены средствами антитеррористической защищенности и пожарной безопасности, а также обеспечены физической охраной. На Координационном совещании также были рассмотрены вопросы проведения совместных обучающих занятий с членами участковых избирательных комиссий при участии сотрудников специальных служб и правоохранительных органов. Наша общая цель — выработать четкий алгоритм действий при возникновении лю-

ния граждан, правила коммуникации и соблюдение регламентов при работе на избирательных участках.

Подводя итоги семинара, председатель ТИК Дербентского района Адил Тагиров поблагодарил участников за конструктивную работу и подчеркнул важность ответственного подхода к выполнению поставленных задач. Он отметил, что слаженная работа всех ведомств и членов комиссий является залогом проведения выборов на высоком организационном уровне, в строгом соответствии с законодательством Российской Федерации.

Информационный центр
Дербентского района

«КАСПИЙСКИЙ ПРИБРЕЖНЫЙ КЛАСТЕР»

Курорт сможет принять гостей уже в 2029 году

В Министерстве по туризму и народным художественным промыслам Дагестана состоялось рабочее совещание, посвященное развитию всесезонного рекреационного комплекса «Каспийский прибрежный кластер».

Встреча прошла под председательством временно исполняющего обязанности министра Эмина Мерданова при участии исполнительного директора АО «Кавказ.РФ» Хасана Тимижева и представителей АО «Сфера Групп» — якорного инвестора масштабного проекта.

мо четко увязать с подведением инженерно-коммунальной и обеспечивающей инфраструктуры, за создание которой отвечает управляющая компания АО «Кавказ.РФ».

«АО „Сфера Групп“ является якорным инвестором нашего флагманского туристического про-



Главной темой обсуждения стал ход реализации девяти инвестиционных проектов по строительству современной гостиничной инфраструктуры, за которые отвечает АО «Сфера Групп». Участники встречи детализировали графики проектирования и возведения средств размещения, а также согласовали сроки начала строительно-монтажных работ на первых приоритетных площадках.

Особое внимание на совещании уделили синхронизации процессов. Чтобы избежать задержек, графики строительства отелей и курортных комплексов необходи-

екта, формируя основу будущего курорта и задавая темпы развития туристской инфраструктуры на территории Каспийского прибрежного кластера. Важно обеспечить эффективное взаимодействие всех участников проекта, чтобы синхронизировать реализацию объектов инфраструктуры и гостиничных комплексов. Рассчитываем, что уже в 2029 году первые объекты курорта смогут принять гостей, а пляжная территория станет доступной для посетителей», — подвел итоги встречи Эмин Мерданов.

РИА «Дагестан»

РЕСПУБЛИКА ДАГЕСТАН
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
«ДЕРБЕНТСКИЙ РАЙОН»
ПОСТАНОВЛЕНИЕ
31 июля 2026 г. № 148

О предоставлении разрешения на условно разрешенный вид использования «магазины» в отношении земельных участков с кадастровыми номерами 05:07:000090:3014 и 05:07:000016:1254

В соответствии со статьями 5.1 и 39 Градостроительного кодекса Российской Федерации, Земельным кодексом Российской Федерации, Федеральным законом от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», Правилами землепользования и застройки сельского поселения «сельсовет Хазарский», утвержденными решением Собрания депутатов муниципального района «Дербентский район» от 27.07.2021 № 41/5 и Правилами землепользования и застройки сельского поселения «село Падар», утвержденными решением Собрания депутатов муниципального района «Дербентский район» от 22.06.2021 № 40/16, руководствуясь Уставом муниципального образования «Дербентский район», на основании заявления Гаджихмедова У.А. от 15.06.2026 № 1050-з «О даче разрешения на условно разрешенный вид использования «магазины» в отношении земельного участка с кадастровым номером 05:07:000090:3014» и заявления Исрафиловой Г.Ш. от 01.06.2026 № 915-з «О даче разрешения на условно разрешенный вид использования «магазины» в отношении земельного участка с кадастровым номером 05:07:000016:1254» и заключением комиссии по землепользованию Дербентского района о результатах публичных слушаний от 27.07.2026, постановляю:

1. Предоставить разрешение на условно разрешенный вид использования земельного участка «магазины», установленный Правилами землепользования и застройки сельского поселения «сельсовет

Хазарский» для территориальной зоны Ж-1 «Зона застройки индивидуальными жилыми домами», в отношении земельного участка с кадастровым номером 05:07:000090:3014, площадью 609 кв.м, расположенного по адресу: Республика Дагестан, Дербентский район, сельское поселение «сельсовет Хазарский», село Нижний Джалган.

2. Предоставить разрешение на условно разрешенный вид использования земельного участка «магазины», установленный Правилами землепользования и застройки сельского поселения «село Падар» для территориальной зоны Ж-1 «Зона индивидуальной жилой застройки», в отношении земельного участка с кадастровым номером 05:07:000016:1254, площадью 800 кв.м, расположенного по адресу: Республика Дагестан, Дербентский район, сельское поселение «село Падар», село Падар.

3. Направить настоящее постановление в Управление Росреестра по Республике Дагестан для внесения изменения в единый государственный реестр недвижимости.

4. Настоящее постановление опубликовать в газете «Дербентские известия» и разместить в сети «Интернет» на официальном сайте администрации Дербентского района (<https://derbrayon.ru>).

5. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на заместителя главы администрации Дербентского района Ахмедова Р.Т.

Глава муниципального района «Дербентский район»
Э. АЛЛАХВЕРДИЕВ

ТУРИЗМ

На пороге туристического бума

Марьям МУСАИДОВА

Дербентский район — это место, где время течет иначе. Здесь не просто сохранились памятники старины, здесь сама земля пропитана историей, а воздух — радушием. У этого края есть все основания, чтобы перестать быть «скрытой жемчужиной» и занять достойное место на туристической карте мира.

Главное сокровище района — это ощущение сопричастности к великому прошлому. Дербент, сердце района, помнит шаги римских легионеров, арабских халифов и русских императоров. Но история здесь не заперта в витринах. Цитадель Нарын-Кала, величественно взирающая на город с высоты, — это не просто объект ЮНЕСКО. Это место, где можно прикоснуться к кладке возрастом в полторы тысячи лет, постоять у стен древнейшей на территории России Джума-мечети и представить себе шум восточного базара на месте ныне тихих улочек магелов.

Уникальность в том, что старый город — не мертвая декорация. В его узких лабиринтах до сих пор кипит жизнь, создавая неповторимый симбиоз прошлого и настоящего. А крепость-стена Даг-Бары, уходящая в горы, древние святыни и аулы района ждут своих исследователей. То, что превращает осмотр достопримечательностей в путешествие длиной в жизнь — это люди.

В Дербентском районе традиции куначества не просто слова, а нерушимый кодекс чести, передаваемый из поколения в поколение. Здесь гостя не встретят дежурной улыбкой администратора. Его встретят как долгожданного путника: усадят за стол, на котором обязательно появится ароматный горный чай с чабрецом, домашний сыр и свежеспеченный хлеб. Вас не просто накормят — вам расскажут семейную легенду, покажут старый бабушкин браслет и объяснят, почему этот клочок земли — лучший в мире.

Именно эта искренность, это неподдельное желание разделить тепло своего очага и есть главный капитал района. В эпоху впечатлений, когда турист ищет аутентичности, такое отношение дороже пятизвездочных отелей.

Дербентский район обладает уникальной комбинацией факторов, востребованных сегодня. За один день здесь можно искупаться в Каспийском море, побродить по средневековым кварталам и подняться в горы, чтобы увидеть вековые леса. Местная кухня с ее разнообразием азербайджанских, лезгинских, табасаранских и даргинских традиций — это отдельный вид удовольствия. От нежнейшего шашлыка до пирогов с сезонной зеленью — каждое блюдо здесь — открытие. Праздники, подобные фестивалю граната или традиционным свадьбам, которые гуляют целыми кварталами, могут стать магнитом для событийного туризма, давая возможность гостю не

просто наблюдать, а участвовать.

Район уже сейчас стоит на пороге туристического бума. Прокладываются новые маршруты, появляются гостевые дома, где быт продуман до мелочей, но при этом сохранен национальный колорит. Дербентский район имеет все шансы стать эталоном того самого «туризма с душой», за которым гонятся искушенные путешественники. Ведь истинное богатство этого края — не только седая древность, но и горячие сердца людей, которые готовы эту древность подарить каждому, кто придет с миром.

Живая история Каспийского побережья в Дербентском районе уверенно приобретает статус современной курортной территории федерального значения. Масштабный проект «Каспийский прибрежный кластер» определит развитие туризма в регионе на ближайшие десятилетия, а Дербентский район станет одной из главных жемчужин туристической карты России.

Не так давно состоялся важный визит, подтвердивший высокий интерес к региону со стороны представителей ближнего зарубежья. Временно исполняющий обязанности министра по туризму и народным художественным промыслам Республики Дагестан Эмин Мерданов совместно с директором Национального агентства

туризма. Глава Дербентского района Эльман Аллахвердиев лично сопровождал гостей, демонстрируя масштаб преобразований на территории муниципалитета. Проект, получивший поддержку Президента РФ, предусматривает создание современного всесезонного курорта. Согласно плану, здесь будут возведены гостиницы, санатории и общежития общей вместимостью 7,2 тыс. номеров, рассчитанных на размещение 14,5 тыс. человек. Реализация этого масштабного проекта позволит создать не менее 8 тыс. новых рабочих мест, что станет мощным импульсом для развития экономики всего района.

Эмин Мерданов подчеркнул, что сегодня приоритет отдается созданию современных гостиничных номеров высокого уровня. «Создаваемый фонд обеспечит комфортное размещение гостей согласно стандартам индустрии гостеприимства и уже в ближайшие годы повысит привлекательность региона для туристов», — отметил министр.

На территории кластера в Дербентском районе развернется полноценная курортная жизнь. Проектом предусмотрено создание современной туристической инфраструктуры: торговых и общественно-деловых пространств, ресторанов и кафе, объектов торговли и бытового обслуживания. Особое внимание уделяется комфорту и активному отдыху гостей. Здесь появятся многоуровневые гостевые парковки, благоустроенные парковые зоны, пешеходные,

велосипедные и беговые маршруты. Любителей водных развлечений порадуют аквапарки, а для занятий спортом будут построены крытый спортивный зал и многофункциональный спортивный комплекс.

Стоит отметить, что развитие туризма является одним из приоритетных направлений работы администрации Дербентского района. Глава муниципалитета Эльман Аллахвердиев уделяет вопросам создания туристической инфраструктуры особое внимание, регулярно проводя совещания и лично контролируя ход реализации ключевых проектов.



по туризму Республики Беларусь Кириллом Машарским и главой Дербентского района Эльманом Аллахвердиевым посетили особую экономическую зону туристско-рекреационного типа «Каспийский прибрежный кластер». В ходе рабочего визита делегация осмотрела строящиеся объекты многофункционального центра на территории сельсовета «Первомайский», который рассматривается как один из ключевых элементов формирующейся туристической инфраструктуры побережья.

Этот визит стал очередным шагом в укреплении международного сотрудничества в сфере ту-

ЕСТЬ ТАКАЯ РАБОТА - РАБОТАЕМ, РОДИНУ ЗАЩИЩАТЬ БРАТ!

от 3600000 до 4100000 РУБЛЕЙ СРАЗУ

— САМАЯ БОЛЬШАЯ ВЫПЛАТА В РОССИИ

от 6 500 000 РУБЛЕЙ ЗА ГОД



<http://izwestia-derbent.ru/>

КУЛЬТУРА

Театр как мост между поколениями и культурами

Для подопечных отделения дневного пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов Территориального центра социального обслуживания Дербента и Дербентского района визит в Азербайджанский государственный музыкально-драматический театр стал по-настоящему особенным событием. Их вниманию была представлена бессмертная комедия Мирзы Фатали Ахундова — основоположника азербайджанской драматургии — «Мусье Жордан и дервиш Мастали-шах».

Для зрителей это стало не просто театральным вечером, а живым прикосновением к богатейшей культуре азербайджанского народа.

Зрители с неподдельным интересом следили за перипетиями сюжета, искренне смеялись и сопереживали героям. Атмосфера оказалась тёплой, познавательной и душевной — именно такой,

каким и должно быть настоящее искусство.

И это лишь начало! Комплексный центр планирует сделать такие выезды доброй традицией. Ведь театр не просто развлекает — он объединяет, вдохновляет, дарит опору и радость в любом возрасте.

ТКЦСОН г. Дербента и Дербентского района



АНТИТЕРРОР

Профилактика терроризма: что нужно знать

Терроризм и экстремизм — угрозы, которые остаются реальной опасностью для национальной безопасности.

ЧТО СЧИТАЕТСЯ ЭКСТРЕМИСТИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ?
призывы к насильственным действиям, терроризму или их оправдание;

публикации, возбуждающие ненависть по признаку религии, расы,

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОСТУПИЛО ПОДОЗРИТЕЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ?

не отвечайте на сообщения, блокируйте отправителя; не пересылайте полученную информацию;

ТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ ИДЕОЛОГИЯ В ИНТЕРНЕТЕ — ОПАСНОСТЬ ДЛЯ НАШИХ ДЕТЕЙ



национальности или социального положения;

пропаганда превосходства одной группы людей над другой; демонстрация нацистской символики или сходной с ней;

призывы к нарушению территориальной целостности РФ.

КАК РАСПОЗНАТЬ ВЕРБОВКУ В ИНТЕРНЕТЕ?

Вербовщики активно используют социальные сети и мессенджеры. Особенно уязвимы дети и подростки, поэтому родителям важно знать тревожные сигналы:

резкая смена поведения, круга общения, интересов ребёнка;

интерес к запрещённой символике или материалам;

замкнутость, агрессия, участие в подозрительных группах.

сохраните переписку как доказательство;

расскажите о случившемся взрослым или обратитесь в правоохранительные органы.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ?

будьте критичны к информации в интернете, проверяйте источники; не вступайте в подозрительные группы, пропагандирующие насилие или агрессию;

не поддавайтесь на провокации в сети и в реальной жизни;

не распространяйте экстремистские материалы — даже репост может повлечь ответственность.

Помните: профилактика терроризма — это общая задача, требующая участия не только правоохранительных органов, но и каждого из нас.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Рафинированные = бесполезные

Рафинирование пищевых продуктов, как результат развития технологий переработки пищи, используют с целью увеличения их срока годности, улучшения вкусовых качеств и придания хо- рошего товарного вида. То есть это такой маркетинговый ход.

Но дело в том, что лишь натуральные необработанные продукты, богатые клетчаткой, витаминами и микроэлементами, по-настоящему полезны для нашего организма. Поэтому в процессе рафинирования полезные продукты превращаются в бесполезные и даже вредные. Рафинируют муку, рис, сахар и растительные масла.

Итак, рафинированная мука высших сортов, макаронные изделия и вся выпечка из нее. После рафинирования в такой муке не остается никакой питательной ценности исходных зерен, т.к. они потеряли 24 питательных вещества, которые технологи незаслуженно обозвали «балластными веществами». Самая ценная из этих потерь — клетчатка, без нее невозможно обеспечение нормального пищеварения. Обычный хлеб из рафинированной муки почти полностью лишен ингредиентов, необходимых для нормального обмена веществ. С точки зрения питательных свойств он бесполезен, хотя углеводы, содержащиеся в нем в виде крахмала, дают нашему организму некоторое количество энергии.

Цельный хлеб (хлеб из цельнозерновой муки), хлеб из муки грубого помола, обдирной ржаной муки или с добавлением отрубей более приемлем, поскольку содержит клетчатку. То есть чем выше сорт муки, тем он менее полезен. Помните это при выборе хлеба. Если вы готовите блины, в пшеничную муку добавляйте гречневую, кукурузную, ячменную. Для домашней выпечки очень хорошо несладкое овсяное печенье.

Рафинированный (шлифованный) рис, как и рафинированная мука, лишенный самого ценного — зародыша и зерновой оболочки, по сути дела является легкоусвояемым чистым углеводом. Вместо такого риса лучше употреблять коричневый/бурый или дикий рис.

Рафинированный сахар — опасный продукт, особенно для людей группы риска. Лишенный своей жизненной силы, витаминов и минералов, он является чистым рафинированным углеводом. Можно заменить его мёдом, коричневым/нерафинированным сахаром, сладкими фруктами. Для тех, кто не может жить без сладкого, отличная альтернатива сахару — стевия, признанная не только самым безопасным сахарозаменителем, но и обладающая лечебными свойствами.

Рафинированные растительные масла, из которых в процессе жесткой очистки удаляются все полезные вещества, биологически неактивны. Они не имеют ценности для нашего здоровья и годятся лишь для смазки зарядивших механизмов. Самыми полезными являются нерафинированные растительные масла холодного отжима. В них сохранены витамины, антиоксиданты и другие питательные вещества, содержащиеся в исходном продукте. Их не используют при жарке, а используют для заправки салатов и других готовых блюд. Чтобы не было дисбаланса по ненасыщенным жирным кислотам Омега-3, Омега-6 и Омега-9, растительные масла надо употреблять в ассортименте. На-

<http://izwestia-derbent.ru/>

пример, к оливковому и подсолнечному обязательно добавлять льняное.

Обезжиренные продукты

Мода на обезжиренные продукты пришла к нам из США. После того как в 1950-х годах было доказано, что жирная пища повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний (что, кстати, чистая правда), йогурты и творожки с пометкой «лайт» заполнили прилавки супермаркетов. Однако в 2000-х диетологи начали бить тревогу: регулярное употребление обезжиренных продуктов приводит к нарушению обмена веществ.

Лучшие мировые диетологи настоятельно рекомендуют проходить мимо полок с обезжиренными молочными продуктами. И на это есть ряд достаточно серьезных причин:

при недостаточном количестве жиров в рационе наш организм начинает «откладывать про запас» все липиды, поступающие с пищей, а это прямой путь к лишнему весу;

доказано, что присутствие обезжиренных продуктов в ежедневном рационе нарушает обмен веществ;

чрезмерная любовь к йогуртам жирностью 1% может стать причиной депрессии и чрезмерной раздражительности;

жиры являются основным «строительным материалом» в организме: именно они защищают клетки от механических повреждений, ответственны за теплоизоляцию и поддержание иммунитета;

для усвоения кальция необходимы жиры, белки и витамин D. В 100 г творога содержится примерно 95 мг кальция, для его усвоения нужно 9,5 мг жира. Если сделать нехитрые математические подсчеты, получается, что идеальная жирность для творога — 9 %. Однако если вы любите добавлять в него мед, сметану, йогурт или даже орехи, приобретайте 5-процентный продукт;

обезжиренные продукты не отличаются хорошим вкусом, производители компенсируют это добавлением сахара и других не самых полезных веществ.

Диетологи говорят, что во всем должна быть мера. Безусловно, следить за количеством жиров в рационе нужно, но при этом не стоит забывать о соблюдении соотношения КБЖУ (калории, белки, жиры, углеводы).

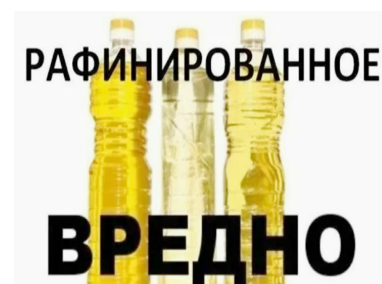
Обезжиренные продукты можно назвать здоровыми и диетическими с большой натяжкой. Удаляя жир из кисломолочных продуктов, его необходимо чем-то заменять. В противном случае пострадают их консистенция и вкус. Чем обычно заменяют жир? Либо рафинированным сахаром, который дает дополнительную калорийность, либо сахарозаменителем, «обманывающим» нашу эндокринную систему и увеличивающим тягу к простым углеводам.

И еще один нюанс: обезжиренные продукты часто реализуются в больших упаковках — не по 100 г, а, к примеру, по 200. Поэтому присутствует риск съесть ударную дозу сахарозаменителя, консервантов, красителей и других пищевых добавок, которыми богаты йогурты, творожки и другие молочные продукты.

Советуем приобретать сметану жирностью 10-15 %, творог — 5 %, молоко и кефир — 1,5-2,5%.

Школьное и дошкольное питание

Современная эпоха, характеризующаяся глобальным экологическим кризисом, гиподинамией, снижением потребления незаменимых пищевых веществ — витаминов и микроэлементов, повышением потребления рафинированных продуктов, обусловила необходимость новых



подходов в организации здорового рационального питания населения, способствующего сохранению здоровья и увеличению продолжительности жизни. В первую очередь в этой связи требуются разработка и широкое использование принципиально новых, сбалансированных по составу функциональных продуктов питания, обогащенных функциональными ингредиентами.

Большинство привычных нашему рациону питания фруктов и овощей обладают богатым химическим составом, содержат биологически активные вещества, которые оказывают на макроорганизм положительный эффект, выражающийся, в том числе, в коррекции и регуляции состава и функции микрофлоры пищеварительного тракта.

В России в настоящий момент широко обсуждается проблема необходимости изменения подходов к организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Анализ их меню показывает преобладание в нем ультраобработанных продуктов, недостаток растительного белка, рыбы. Исследования рационов питания детей дошкольного возраста и школьников, проводимые Институтом гигиены питания, как правило, выявляют в них нехватку таких компонентов, как флавоноиды, фосфолипиды и пищевые волокна, но значительное превышение по содержанию углеводов (сахара).

Норма сахара по СанПиН в РФ составляет 30 г, тогда как мировое сообщество по охране здоровья детей рекомендует до 20 г в сутки. Однако в реальности меню детских садов содержит 60-70 г сахара (дети употребляют в 3-3,5 раза больше рекомендованного). Норма рекомендуемой калорийности для детей от 3 до 7 лет у нас составляет 1800 ккал/сутки (ВОЗ рекомендует 1545-1715 ккал), при этом дети едят и вне детского сада и чаще всего сладости. Такой регулярный дисбаланс со временем может привести к развитию ожирения, диабета, к сердечно-сосудистым и другим заболеваниям.

Для оптимизации рациона питания специалисты рекомендуют сократить в первую очередь использование добавленного сахара, взамен обогащая его овощами и фруктами, содержащими свой собственный сахар.

Л. ИБРАГИМОВА,
к.т.н., доцент кафедры
ДГТУ

НОВОСТИ ВЕДОМСТВ

Детский телефон доверия

Минтруд РД системно работает с семьями, возвращёнными из зон вооружённых конфликтов, и занимается профилактикой деструктивных явлений среди подростков.

В системе Министерства труда и социального развития Республики Дагестан функционирует разветвлённая сеть специализированных учреждений, обеспечивающих социальную поддержку и реабилитацию уязвимых категорий граждан. В их числе — 5 социально-реабилитационных центров для несовершеннолетних (в Хасавюрте, Кизилюрте, Дербенте, Махачкале и Хасавюртовском районе), а также Республиканский центр социальной помощи семье и детям в Махачкале. Кроме того, при комплексных центрах социального обслуживания населения действуют профильные отделения.

Особое внимание уделяется детям, возвращённым из Сирийской Арабской Республики и Республики Ирак, а также семьям, их принимающим. Для обеспечения единого подхода к организации социального сопровождения Министерством труда РД утверждена модельная программа социального сопровождения таких семей (приказ от 16 апреля 2021 года № 04/1-193). Для каждой семьи разрабатывается индивидуальный план, утверждён алгоритм работы и перечень ключевых мероприятий. За каждым несовершеннолетним и его семьёй закреплены специалисты учреждений социального обслуживания.

Важнейшее направление де-

ятельности учреждений — профилактика идеологии терроризма и наркомании. Специалисты регулярно проводят беседы с родителями и детьми, организуют лекции и круглые столы, посвящённые вопросам воспитания, психического здоровья, последствиям употребления психоактивных веществ и уголовной ответственности.

Результаты работы за первое полугодие 2026 года:

- проведено более 130 круглых столов с участием 1100 человек (в том числе 930 несовершеннолетних);

- организовано свыше 600 лекций, которые посетили 15 880 человек (из них 15 200 — дети и подростки);

- проведено более 1600 индивидуальных профилактических бесед.

Экстренную психологическую помощь детям оказывают два учреждения — Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних г. Махачкалы и Республиканский центр социальной помощи семье и детям г. Махачкалы — через детский телефон доверия по единому номеру 8-800-2000-122 (короткий номер 124). Конфиденциальность разговоров позволяет детям открыто обсуждать любые проблемы — от школьных конфликтов до семейных трудностей.

За первое полугодие 2026



года на линию поступило 6738 обращений: 4908 — от детей и подростков, 161 — от родителей, 1669 — от иных граждан.

В Республиканском центре социальной помощи семье и детям ежегодно работает летняя площадка для детей, не охваченных организованным отдыхом. За шесть месяцев 2026 года её посетили более 55 подростков в возрасте от 8 до 17 лет — в основном, из неполных и приёмных семей, находящихся в трудной жизненной ситуации. С ребятами ежедневно занимались специалисты различных профилей, проводились культурно-досуговые и познавательные мероприятия.

Таким образом, в Дагестане выстроена комплексная система социального сопровождения семей с детьми, оказавшимися в сложной жизненной ситуации, включая психологическую, профилактическую и реабилитационную помощь на всех уровнях.

Пресс-служба Министерства труда и соцразвития РД

РОСГВАРДИЯ

«СВОих не бросаем!»

Заместитель командира ОМОН «Горец» Управления Росгвардии по Республике Дагестан по политической работе полковник полиции Шамиль Юсупкадиев встретился с представителями мастерской «СВОих не бросаем» при Совете ветеранов войны, труда, Вооружённых сил и правоохранительных органов.



Мастерская «СВОих не бросаем» стала центром притяжения для неравнодушных людей в регионе. Труженицы мастерской своими руками плетут маскировочные сети, которые необходимы бойцам в зоне специальной военной операции. Как призналась руководитель мастерской Зарема Абсаламова, в свою работу женщины вкладывают не просто материалы, а частичку души и искреннее желание поддержать ребят, выполняющих сложные задачи в зоне СВО.

Полковник полиции Ша-

миль Юсупкадиев от лица всего личного состава отряда поблагодарил мастериц за помощь и самоотверженность. Офицер подчеркнул, что такая поддержка из тыла придает бойцам сил и уверенности, напоминая, что дома их ждут и верят в победу. В знак признательности волонтерам были вручены благодарственные письма.

Управление Федеральной службы войск национальной гвардии Российской Федерации по Республике Дагестан

РОСПОТРЕБНАДЗОР РАЗЪЯСНЯЕТ:

Как уберечься в жару

Повышенная температура воздуха, как на открытой местности, так и в помещениях может негативно отражаться на состоянии здоровья людей, в первую очередь, пожилых и детей. Это может приводить к обострению хронических заболеваний, а в ряде случаев — к перегреву организма и резкому ухудшению здоровья. Во избежание указанных последствий рекомендуется соблюдение ряда простых, но эффективных профилактических мер.

Памятка по профилактике перегрева

1. Ограничить пребывание на улице, снизить физические нагрузки до минимума.

2. При нахождении в помещении необходимо обеспечить их проветривание — приоткрыть форточки, окна, по возможности дополнительно включить вентиляторы (напольные, настольные).

3. При выходе на улицу рекомендуется надевать легкую одежду из натуральных тканей светлой расцветки, желательно, чтобы ворот одежды был не тугим, на улице обязательно пользоваться головным убором (летняя шляпа, панамы, платок и т.п.), солнцезащитными очками, зонтиками.

4. Потребность в энергии в жаркую погоду снижается, в связи с чем, организму летом нужна менее калорийная пища. В жаркий период времени необходимо отказаться от жирной пищи, а потребление мяса свести к минимуму, лучше всего

его заменить рыбой или морепродуктами. Необходимо предусмотреть снижение количества копченых, жареных, и скоропортящихся продуктов питания. Приемы пищи желательно исключить в самое жаркое время дня и перенести их на утро и вечер. Необходимо особо строго соблюдать гигиенические и технологические требования приготовления блюд и хранения пищи.

5. В целях профилактики обезвоживания организма рекомендуется употреблять большое количество жидкости: чая, минеральной воды, морса, кисломолочных напитков с низким содержанием жира, отваров из сухофруктов, витаминизированных напитков. Необходимо избегать употребления газированных напитков и жидкостей с повышенным содержанием сахара, энергетических и алкогольных напитков.

Для соблюдения питьевого режима необходимо выпивать до 1,5 литров жидкости в сутки.



Вместе с тем важно помнить, что увеличивать количество потребления воды не стоит людям с заболеваниями почек и сердечно-сосудистой системы.

6. Для поддержания иммунитета рекомендуется употребление фруктов и овощей, тщательно вымытых перед употреблением водой гарантированного качества.

7. В течение дня рекомендуется по возможности принять прохладный душ.

8. Поездки на личном и общественном транспорте следует ограничить или планировать их в утреннее или вечернее время, когда жара спадает.

9. При посещении магазинов и других объектов массового скопления граждан, необходимо отдавать предпочтение тем из них, где обеспечивается оптимальный температурный режим воздуха.

ОВМ ОМВД РОССИИ ПО Г. ДЕРБЕНТУ

«Нелегальный мигрант»

В период с 11 по 20 августа 2026 г. на территории Республики Дагестан будет проходить оперативно-профилактическое мероприятие «Нелегальный мигрант», целью которого является стабилизация миграционной ситуации, выявление и пресечение каналов незаконной миграции, а также иных противоправных деяний, связанных с незаконной миграцией, на территории Республики Дагестан.

Совместными силами участников уполномоченных полиции сотрудниками уголовного розыска и сотрудниками отделения по вопросам миграции будут проверены места пребывания (проживания) иностранных граждан с целью выявления иностранных граждан, незаконно находящихся на обслуживаемой территории, незаконно осуществляющих трудовую деятельность.

Цель мероприятия — усиление контроля за пребыванием и проживанием иностранных граждан, осуществлением ими трудовой деятельности, а также выявление и перекрытие каналов незаконной миграции, пресечение деятельности лидеров и участников организованных преступных групп и сообществ, занимающихся нелегальной миграцией.

Некоторые задачи ОПМ «Нелегальный мигрант»:

- предупреждение и пресечение незаконной миграции;
- выявление и раскрытие преступлений, связанных с фиктивной регистрацией и постановкой на учёт по месту жительства (пребывания) иностранных граждан и лиц без гражданства;
- выявление иностранных граждан, незаконно осуществляющих трудовую деятельность на территории России;
- выявление административных правонарушений миграционного законодательства России;
- выявление фактов использования поддельных миграционных документов;
- выявление противоправной деятельности организованных преступных групп в миграционной сфере.

Газета зарегистрирована Южным окружным межрегиональным территориальным управлением министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовой информации.
ПИ №10-4795
от 24 июля 2002 г.

Авторы материалов несут ответственность за точность приведенных фактов. За содержание рекламы и объявлений редакция ответственности не несет. Точка зрения редакции не обязательно совпадает с мнением авторов.

Адрес редакции: 368601, г. Дербент, ул. С.Курбанова, 35.
Адрес издателя: 368600, г. Дербент, ул. Гагарина, 23.
Подписной индекс газеты 51339.
Телефон редакции: 8 (7240) 4-83-91.

Адрес сайта: <http://izwestia-derbent.ru/>
E-mail газеты: derbentskieizwestia@rambler.ru

Газета выходит с 1918 г. Реклама публикуется по договорным ценам. Газета отпечатана в ООО «Типография-М»
Адрес типографии: 368600, г. Дербент, ул. С.Курбанова, 25.
По вопросам качества печати обращаться в ООО «Типография-М»

Главный редактор А.Р. МАМЕДОВ
Газета выходит 104 раза в год по вторникам и пятницам.
Подписано в печать в 14 часов.
Цена в розницу — свободная.
Тираж 1100
Заказ №