Врач-психотерапевт патĕнче

Ёмёр ахаль те кёске

Çуллахи лăпкă кун. Ăшă çилпе чечексем тем çинчен пăшăлтатаççĕ. Сар хĕвелĕн шевлисем вара хурăн çулçисемпе пытанмалла выляççĕ тейĕн.

Таçтан амакран хура пĕлĕтсем капланса килчĕç. Шăпăр-шăпăр çумăр çума пуçларĕ. Унăн шерпечĕпе чӳхеннĕ йывăç-курăк çăмăллăн сывласа ячĕ.

Этем пурнăçĕнче те çавнашкалах. Чипер çĕртенех хуйхă-суйхă йăтăнса анать. Ăна çĕнтернĕ хыççăн килекен савăнăçпа лăш сывласа яратпăр кайран. Шел пулин те, хăшĕсем çак чун ыратăвне чăтаймасăр черетлĕ телейпе савăнăç çитиччен хăрушă утăм тăваççĕ. Телейлĕ кунсем пулаççех.

– Шанчăка çухатмалла мар çеç,- тет районти тĕп больницăри Л.М. Иванова психотерапевт.

– Мĕнле асăрханмалла çак йăнăш утăмран?

– Суицид – шухăшласа тăвакан пулăм. Çавăнпа та унран мĕнле асăрханмалли çинчен калаçиччен маларах çав утăма мĕншĕн тунин сăлтавĕсем çинчен чарăнни вырăнлăрах.

Хăшĕсем çак хăрушă инкек патне пыракан утăма çемьери йĕркеллех мар хутшăнусене, уйрăлнине, вăл е ку чире е намăса пула тăваççĕ. Йăлари йывăрлăхсем, ĕçри хирĕçтăрусем тата ытти сăлтавсем те вĕсен шутнех кĕреççĕ.

– Çак хăрушă утăма тума пултаракан теветкеллĕ ушкăна камсем кĕреççĕ?

– Шанчăка çухатнă çынсем. Вĕсем суицид тĕслĕхне пĕртен-пĕр çăлăнăç тесе шутлаççĕ. Çак теветкеллĕ ушкăна çавăн пекех психика чирĕпе чирлекен, личноç арканакан, психоактивлă веществосемпе усă куракансем те кĕреççĕ.

Теветкеллĕ тепĕр фактор вăл – малтан та çакăн пек хăрушă утăм тума хăтланни, çавăн пекех тăвансенчен хăйсем çине хăйсем алă хунă тĕслĕх пулни. Çакна курса вĕсем те çав хăрушă утăма тума пултарни. Ку ушкăна çавăн пекех пĕччен çынсем, тус-юлташ, çывăх çынсем çуккисем кĕреççĕ: юнашар çывăх çын пулни çав шанчăксăрлăха сирсе яма пулăшнă пулĕччĕ.

– Халăхра, тет, текен каларăш пур. Ăна ĕненес пулсан, психика тĕлĕшĕнчен сывах мар çынсем тăваççĕ йăнăш утăма? Ку тĕлĕшпе специалист шухăшне пĕлес килет.

– Ку тĕрĕс мар. Суицида тунисенчен 80-85 проценчĕ сывă çынсем.

Хăйсемех хăйсем çине алă хурассине сирсе яма çук тени те тĕрĕс мар. Çав кризис вăхăчĕ вăл – вăхăтлăх. Çав вăхăтра çынна чун ăшши, пулăшупа ăнлану кирлĕ. Çавна туйсан, вăл хăрушă шухăшне пурнăçа кĕртмест.

– Хак хăрушă утăма тăвакан çынсен типĕ пур теççĕ?

– Ăпла мар. Ку вăл ларутăруран çеç мар, личноç ăна епле хакланинчен те килет.

– Çын хăй çине алă хурас йышăнăва хатĕрленмесĕр, кĕтмен çĕртен тăвать, теççĕ.

– Анализ çакна кăтартса парать. Суицид кризисĕ темиçе эрне, уйăх та тăсăлма пултарать.

– Çак хăрушă утăма тăвиччен малтан çакăн пирки ыттисене пĕлтерет, анчах юнашаррисем çакна шӳт вырăнне хурса йышăнаççĕ, теççĕ.

– Нумай тĕслĕхе илес пулсан, çак хăрушă утăма шутламасан, çакăн пек шухăшсем пулни паллă. Урăхла каласан, çын яланах юнашар пурăнакансене хăйĕн çак утăмĕ пирки каланă.

– Çак хăрушă утăма тума йышăннине ниепле те пĕлме çук, теççĕ.

– Çын хăйĕн çине алă хуриччен хăйне ăнланмалла мар тытма пуçлать. Хăйне ытти çынсемпе сыв пуллашнă пек тытать.

– Пĕрре çак хăрушă утăма тума хăтланнисем урăх ун пек хăтланмаççĕ, тени тĕрĕс-и?

– Тĕрĕссипе вара çын çак хăрушă пулăма пĕр хутчен пурнăçа кĕртме хăтланнă пулсан, çак утăма тепре тума пултарас хăрушлăх пысăк. Уйрăмах малтанхи 1-2 уйăхра 60-80 процент чухлĕ.

– Хăйне хăй вĕлерес килни ăруран ăрăва куçать, теççĕ...

– Кăна никам та çирĕплетсе паман.

– Çын, ĕç нумай пулсан, çак усал шухăша пурнăçламасть, теççĕ?

– Ку тĕрĕс мар.

– Хаçат вулакансене мĕн сĕннĕ пулăттăр?

– Чи малтанах çакна калам. Çын çак хăрушă утăма шутлани çинчен кама та пулин сăмах майăн пĕлтеретех. Çакна шӳт вырăнне хурса йышăнмалла мар. Унпа калаçмалла, калаçтармалла, чун ыратăвĕ пирки каласа патăр вăл сире. Ăна çак вăхăтра ăнланулăх, йывăрлăхран тухма пулăшакан сĕнӳ кирлĕ.

Пурнăç йывăрлăхсемсĕр мар. Чуна йывăр чухне пĕччен юлмалла мар, хăвăра хумхантаракан япала пирки юлташсене, шанчăклă çынсене каласа памалла. Çавăн чухнехи пĕр пĕчĕк сĕнӳ те сире çав самантра татса параймалла мар шутланнă проблемăна пĕтермелли çула тупма пулăшать.

Çакна асра тытмалла. Пурнăçра ялан хура кунсем пулмаççĕ. Хыççăн савăнăçлă, телейлĕ кунсем пулаççех. Ун чухне вара малтан пĕр шанăççăр шутланнă лару-тăру та нимĕн те мар пек туйăнать.

Тепĕр хут калатăп. Чуна йывăр чухне çав йывăрлăхпа куçа-куçăн юлмалла мар çеç. Хăвăрăн вăрттăнлăхăра никама та уçас килмесен, психотерапевт патне килĕр. Мĕн хумхантарнине каласа парăр специалиста. Вăл сире хумхантаракан йывăр шухăшсене ытти çынсене каласа памасть. Тĕрĕс сĕнӳ вара йывăрлăхран тухмалли çул-йĕре тупма пулăшĕ, çакна валли вăй хушĕ.

Шанăç телефонĕ те ĕçлет районта: 2-13-97. Çавăнпа та хăвăра йывăр чухне, вăл е ку сăлтава пула канăça çухатрăр пулсан, шăнкăравлăр. Хăвăр ятăра та, адреса та каламасан та пултаратăр. Специалистăн ырă сĕнĕвĕ сире пурнăçри пулăмсем çине урăхларах пăхма пулăшĕ.

– Тавах, Лариса Меркурьевна, калаçушăн.

Аса илер-ха пурнăçăрти пĕр-пĕр йывăр саманта. Халĕ ун çине урăхларах пăхатăр вĕт. Апла пулсан, йывăрлăх иртет. Çакна шанмалла. Йăнăш утăмран сыхланмалла. Ёмёр ахаль те кёске. Хамăрах кёскетес марччĕ ăна.

Л. ПАВЛОВА.

Спорт

Чи лайăх техникăшăн

Муркаш Ене ял хуçалăх районĕ тенипе пĕрлех спорт аталанăвĕн тăрăхĕ тесен те пысăк йăнăшах пулас çук. Тĕрлĕ дистанцисене чупассипе тата спортăн йĕлтĕр енне аталантарнипе пĕрлех юлашки вунă çулта Сергей Васильевич Черкашин йĕркелесе ертсе пынипе районти çамрăксем хушшинче бокс вăй илме пуçларĕ. "Çамрăксене çĕршыв хӳтĕлевçисен ретне тăма хатĕрлекен спорт енĕ",– тесе хаклать хăйĕн действительнăй çар службине Афганистан Республикинче сывлăш-çар десантĕнче ирттернĕ тренер. Хăйĕн ĕçне чунпа парăннă учителĕн ĕçĕ ăнăçусăр та мар. Акă, Шупашкарти Олимп резервĕсен училищинче 2-мĕш курсра вĕренекен Александр Никитинăн **(сăн ӳкерчĕкре)** юлашки ăнăçăвне пăхар-ха.

Майăн 25 – 31-мĕшĕсенче Абхазири Пицунда хулинче бокс спорчĕпе пĕтĕм тĕнчери турнир иртрĕ. Унта Чăваш Республикине пирĕн ентеш пĕччен хӳтĕлерĕ. Хӳтĕлерĕ те ята ямарĕ, хăйĕн виçе категорийĕнче пĕрремĕш вырăн çĕнсе илчĕ. Пĕрре мар район чемпионĕ ята тивĕçнĕ, Пĕтĕм Раççейри турнирсенче тата "Раççей çамрăклăхĕ" ăмăртура пĕрре мар çĕнтернĕ, пĕтĕм тĕнчери виçĕ тĕл пулăва хутшăнса кашниченех çĕнтерӳпе тухнă А. Никитин маларах асăннă турнирта пĕрремĕш вырăн йышăннипе пĕрлех "Чи лайăх техникăшăн" медале те илме пултарнă.

С. Черкашин шкулĕнче бокс енĕпе пуçламăш утăмсем тунă пирĕн ентеш-боксерсем спорт картлашкипе çултанçул çӳлелле хăпараççĕ. Акă, хальхи вăхăтра Андрей Тимофеев Раççейĕн пĕрлештернĕ командинче тренировкăсем ирттерет. С. Черкашин вара июнĕн 25-мĕшĕнче Беларуçре иртекен пĕтĕм тĕнчери турнира хатĕрленет. Мĕнех, ăнăçу пултăр пурне те.

А. БЕЛОВ.

Футбол

Хуçалăхсен, предприятисен, учрежденисен командисем хушшинче футболла выляса районта мала тухассишĕн пĕрремĕш çаврăмри ăмăртусем пуçланнă.

Июнĕн 16-мĕшĕнчи вăйăсен результачĕсем çапла: "Моргаушрайбыт" - "Моргаушская" МСО 1 : 1,
Ильич яч. хис. – "Оринино" 5 : 0,
Шуйцев яч. хис. клуб – "Никита" ИП 0 : 5.

Хăвăрт утассипе

Иртнĕ эрнере Олимп чемпионки В.Егорова ячĕпе хисепленекен спорт шкулĕн спортсменĕсем республикăра шкул ачисем хушшинче хăвăрт утассипе ирттернĕ виççĕмĕш тапхăрти ăмăртусене хутшăнчĕç. Старта ачасем Шупашкар хулинче тухрĕç.

Пирĕн спортсменсем аван ăмăртрĕç. Чуманкасси шкулĕнчи Ирина Портнова 1-мĕш вырăна, Олеся Иванова 2-мĕш вырăна, Оринин шкулĕнчи Евгений Казамбаев 1-мĕш вырăна, Сергей Павлов 2-мĕш вырăна тухрĕç.

Çак çитĕнӳсем ячĕпе А.В. Васильев тата И.В. Воробьев тренер-преподавательсене саламлатпăр. Тăваттăмĕш тапхăрта та ăнăçлă ăмăртма сунатпăр.

Спорт шкулĕн коллективĕ ăмăртусене хутшăнма майсем туса панăшăн "Моргаушрайбыт" директорне А.П. Давыдова тав тăвать.

М. СТОЛБОВА,
Муркашри спорт шкулĕн директорĕн çумĕ.

Вулаканпа калаçатпăр

Шывпа усă курнăшăн тӳлесси пирки

Редакцие Чуманкасси ял тăрăхĕнчи Çĕньял Апаш ялĕнчи В.Е. Васильевран шывпа усă курнăшăн тӳлемелли йĕркене ăнлантарса пама ыйтса çыру килчĕ. Ăна тĕрĕслеме, тивĕçлĕ мерăсем йышăнма район администрацийĕн капиталлă строительство, архитектура тата çурт-йĕрпе коммуналлă хуçалăх управленине ярса патăмăр.

Управлени ертӳçин çумĕ **Н.В. ЛЮБИМОВ** редакцие çапла хуравларĕ: **"Çырăва вырăна Чапаев ячĕпе хисепленекен хуçалăха тухса, шывпа усă курнăшăн тӳлемелли йĕркене тĕрĕсленĕ.**

2004 çулта В.Е. Васильева шывпа усă курнăшăн тӳлеме 1187 тенкĕ те 67 пус çырса панă. Укçине куçарман. 2005 çулта 1238 тенкĕ те 10 пуслăх счет тăратнă. В.Е. Васильев 2515 тенкĕ тӳленĕ. 2006 çул пуçламăшне сальдо (ытлашши тӳлени) 96 тенкĕ те 21 пус пулнă.

Шывпа усă курнăшăн тӳлеттерессине депутатсен районти Пухăвĕ йышăннă нормативсемпе килĕшӳллĕн тунă.

Пăрăх хунăшăн укçа пуçтарнине тупса палăртман"

Повар пулас тесен

Редакцие 9-мĕш класра вĕреннĕ Денисран (вăл хушамачĕпе ял ятне кăтартма ыйтман) çыру килчĕ. Вăл повар профессине алла илесшĕн.

Район администрацийĕн вĕрентӳ пайĕнчен редакцие çапла хуравларĕç:

"Хисеплĕ Денис!

Повар специальноçне эсир 9 класс хыççăн çак вĕренӳ заведенийĕсенче алла илме пултаратăр:

Етĕрне хулинчи 25№ профессиллĕ лицейре, вăл çак хулари Октябре 50 çул урамри 71Т çуртра вырнаçнă. Кунта повар-кондитерсем хатĕрлеççĕ, 2 çул кăнтăрлахи формăпа вĕренмелле.

Шупашкарти 31№ професси училищинче, çак хулари Гагарин урамĕнчи 15А çуртра вырнаçнă. Кунта сутуçăсене, контролер-кассирсене хатĕрлеççĕ, 3 çул вĕренмелле.

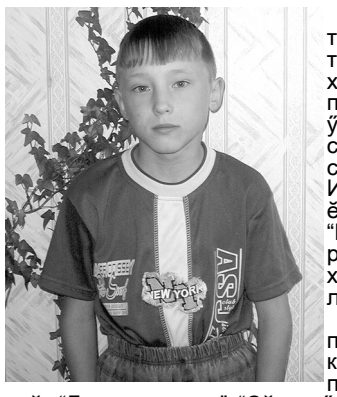
Çĕнĕ Шупашкарти 14№ професси училищинче, çак хулари Коммунистическая урамри 37 çуртра вырнаçнă. Кунта повар-кондитерсене хатĕрлеççĕ, 2 çул кăнтăрлахи формăпа вĕренмелле.

Шупашкарти 20№ професси училищинче, "Олимпийский" стадиона хирĕç вырнаçнă".

Денис, сана малашнехи пурнăçра ăнăçусем сунатпăр!

Пултарулăх

10 çулта – 10 пин тенкĕ



Шуркасси шкулĕнче питĕ маттур ачасем вĕренеççĕ. Акă кăçал тăваттăмĕш класран вĕренсе тухакан ачасенех илер: Саша Степановпа Алеша Михайлов вĕренӳре те, спортра та чи маттурисем. Настьăпа Денис Троицкийсем те вĕсенчен юлмаççĕ. Коля Ивановпа Топалэ Руслан вара ĕçре пит маттур. Вĕсен девизĕ те "Пурте – пĕриншĕн, пĕри – пуриншĕн". Çак туслă ачасем хуйхине те, савăнăçне те пĕрле пайлаççĕ.

Акă пирĕн класс ачисен тепĕр пысăк савăнăç. Саша Степанов кĕнекепе те, хаçат-журналпа та питĕ туслă. Чи юратнă хаçачĕсем унăн "Детская газета", "Çĕнтерӳ ялавĕ". Яланах унти конкурссене хутшăнать. Пуш уйăхĕн 20-мĕшĕнче Минск хулинче пичетленсе тухакан "Детская газета" хаçатра "Город 25 века" художествăлла конкурс ирттерни çинчен пĕлтернĕччĕ. Эпир те, 4-мĕш класс ачисем, çак конкурса хутшăнас терĕмĕр. Ачасем пурте питĕ тăрăшса ĕçлерĕç. Класри ачасене Сашăн ӳкерчĕкĕ питĕ килĕшрĕ. Çавăнпа та ачасен класс етрӳçи ăна çак конкурса хăйĕн ĕçне ярса пама сĕнчĕ.

Акă питĕ пысăк савăнăç. Çу уйăхĕн 5-мĕшĕнче Чăваш Республикин Муркаш районĕнчи Шуркасси шкулĕнче тăваттăмĕш класра вĕренекен Сашăн ĕçĕ пĕрремĕш вырăн çĕнсе илнине тата ăна 10.000 тенкĕ парса хавхалантарнине пĕлтĕмĕр. Пĕрле вĕренекенсемпе ашшĕ-амăшĕсем тата Сашăн пĕрремĕш вĕрентекенĕ уншăн питĕ савăнтăмăр. Маттур, Саша!

4-мĕш класра вĕренекенсем тата вĕсен класс етрӳçи Роза Ивановна Иванова.

Пĕлтерӳсем. Объявления

Доставка кирпича (силикат, керамблок) до дома. Цена доставки договорная.
Телефоны: 60-706, 8-906-134-16-47. 1-3.

ООО «Моргаушрайбыт» приглашает на постоянную работу швей, школьников во время летних каникул в швейные цеха:
– Моргаушский Дом быта;
– Юськасинский Дом быта.
Телефоны для справок: 2-18-40 (приемная), 2-15-44 (бухгалтерия).

СХПК «Передовик» требуются строительная бригада и комбайнеры на уборочные работы.
Оплата по договору. Тел.: 34-2-49, 2-10-30, 34-2-23.

Продается трактор МТЗ-80 1987 г. в. и комбайн СК-5М «Нива» 1989 г. в.
Телефоны: 2-10-79, 33-2-48. 2-3.

Августра пăруламалли ĕне сутатпăр. 5 пăруланă, хĕрлĕ тĕслĕ.
Телефонĕ: 60-3-41 (каçхине 20-00 сех.). 1-2.

ГУП ЧР "Моргаушский издательский дом"
Моргаушская районная газета
"ÇĔНТЕРӲ ЯЛАВĔ"
УЧРЕДИТЕЛИ:
Министерство культуры, по делам национальностей, информационной политики и архивного дела Чувашской Республики.
Государственное унитарное предприятие Чувашской Республики "Моргаушский издательский дом".
Директор-гл. редактор
А.И. ТИХОНОВ.

АДРЕС: 429530, Чувашская Республика, село Моргауши, улица Мира, дом 9.
ТЕЛЕФОНЫ: директор-главный редактор - 2-11-36, заместитель главного редактора - 2-12-82, бухгалтерия - 2-11-35, отделы: общественно-политической жизни, социальной жизни - 2-12-82, сельского хозяйства - 2-11-38.
E-mail: morpress@cbx.ru

Газета зарегистрирована управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Приволжскому федеральному округу. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС 18-2329 от 15 августа 2005 года.

Газета выходит на чувашском языке по средам, субботам.
Печать офсетная, объем 1,0 п. листа.
Тираж 3530.
Время подписания в печать в 17 час. 20 мин., подписано - в 17 час. 20.06.2006 г.
Заказ 1483
Дежурный по номеру БЕЛОВ А.П.
ИНДЕКС ИЗДАНИЯ: 54822.

Номер набран и сверстан в ГУП "Моргаушский издательский дом", отпечатан в типографии ГУП "ИПК "Чувашия": 428019 г. Чебоксары, пр. И. Яковлева,13. Качество печати соответствует оттискам, предоставленным редакцией.