



«Будем рады помочь всем нуждающимся»

Центр гуманитарной помощи гонимой команды Карякина проводит День открытых дверей

Он состоится в эту субботу, 24 декабря. Время проведения – с 10 до 15 часов. – Приглашаем всех желающих, особенно нуждающихся, малоимущих, многодетных и пенсионеров за вещевой помощью, – говорят организаторы проекта. – У нас много детской, взрослой одежды и обуви. Все вещи в день открытых дверей можно получить совершенно бесплатно. Будем рады помочь всем

нуждающимся.

Центр гуманитарной помощи находится на территории Арамилского городского рынка, напротив Администрации, павильон №19. Работает он всего несколько месяцев, а уже получилось скопить достаточное количество вещей: их приносят неравнодушные горожане. Центр создан, чтобы помогать малоимущим гражданам, инвалидам, временным переселенцам, одиноким матерям и ветеранам, а также бездомным. Эти категории граждан могут получить не только одежду и обувь, но также продукты питания.



Врачи рекомендуют употреблять как минимум 400 грамм фруктов и овощей каждый день.

Регулярное употребление фруктов и овощей способствует снижению уровня сердечно-сосудистых заболеваний и профилактике рака.

Самыми полезными считаются те фрукты и овощи, которые выращены в вашем регионе.

Фрукты и овощи можно употреблять как сырыми, так и правильно приготовленными (на пару, вареными, печеными).

Обо всем самом вкусном и полезном можно узнать на сайте www.profilaktica.ru

УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ: PROFILAKTICA.RU

Полезны для всех

Неделя популяризации потребления овощей и фруктов

Овощи и фрукты занимают достаточно важное место в рационе: они являются ценным источником витаминов, углеводов, органических кислот и минеральных веществ. Польза плодовоовощной продукции неоспорима, поэтому они должны быть основой рациона человека для обеспечения нормального функционирования организма. Согласно последним рекомендациям ВОЗ, необходимо потреблять не менее 400 граммов овощей и фруктов в день. Оптимальное количество зависит от целого ряда факторов, включая возраст, пол и уровень физической активнос-

сти человека.

Потребление овощей и фруктов в достаточном (и даже выше рекомендуемого) количестве приносит многоплановую пользу: способствует росту и развитию детей; увеличивает продолжительность жизни; способствует сохранению психического здоровья; обеспечивает здоровье сердца; снижает риск онкологических заболеваний; снижает риск ожирения; снижает риск диабета; улучшает состояние кишечника; улучшает иммунитет.

Администрация АГО

Пожаров не было, а ДТП – много

Мониторинг происшествий в Арамилском городском округе за прошедшую неделю – с 12 по 18 декабря

Пожарная безопасность на территории округа находилась в норме.

За минувшие семь дней в АГО произошло пять дорожно-транспортных происшествий (без пострадавших): на перекрестке улиц Карла Маркса и Советская, а также еще два – на Карла Маркса, 1 Мая и Космонавтов.

Системы ЖКХ на прошлой неделе работали в штатном режиме. В подаче электроснабжения произошло два плановых отключения (на

три часа – «поселок АЗПМ», и на два – в целом в городе Арамил), а также два аварийных (в Гарнизоне – в связи с выходом из строя трансформатора, а также в микрорайоне «Южная горка» – по причине того, что грузовой автомобиль «Камаз» задел электрические провода). В последнем случае аварийно-восстановительной бригадой АО «Облкоммунэнерго» были проведены ремонтные работы: электроснабжение было восстановлено через три с половиной часа. В зоне отключения при этом находилось 15 частных домов. Кроме того, случилось еще одно технологическое отключение «света» – буквально на 15 минут – в минувшую суббо-

ту в многоквартирном доме по Красноармейской в районе СХТ. А на 5 часов без холодной воды остались в середине недели жители трех домов по улице Мира в центре Арамил.

На системах отопления и ГВС, а также газоснабжения и системах КНС сообщений не поступало, как и заявок по неисправностям светофоров и уличного освещения.

Силами сотрудников МКУ на прошлой неделе были проведены работы по благоустройству: уборка мусора и чистка дорог, обработка противогололедной смесью, а также сбор и вывоз мусора.

ЕДДС города Арамил

