

АКЦИЯ

Идеальный день участкового

— Часто в свой выходной, когда я иду по улице с семьей — вдруг открывается окно и мне кричат: «Здравствуйте! Не зайдете ли в гости?», — рассказывает старший лейтенант полиции, участковый уполномоченный Максим Сафронов.

На своем участке в Новоенисейске он работает уже 5 лет. А в полиции с 2008 года.

Сегодня в рамках акции «Один день с участковым» мы приоткроем завесу для наших читателей и расскажем, как складывается обычный день участкового. И так. С утра, как обычно, Максим Владимирович отправляется в Отдел МВД на ежедневную планерку. Там узнает оперативную обстановку по городу, другую важную для работы информацию, а потом от непосредственного руководства получает указания, что нужно выполнить в течение недели и конкретного дня.

Определившись с примерным планом работы, Максим Владимирович приступает к самым неотложным делам. (Но не факт, что все пойдет, как намечено). В тот день, когда в гости заглянул корреспондент «Зари Енисея», старший лейтенант полиции Сафронов с самого утра занимался документами, уделяя особое внимание тем, которые надо решить не позднее, чем сегодня. А таких набралось аж девять.

— После принятия решения нужно каждое из них набрать на компьютере. На это уйдет часа три, если не отвле-

каться, — во время разговора собеседник продолжает заниматься документами, потому что надо успеть доделать. — Бывает, что сталкиваешься с такими проблемами, которые сразу и не знаешь, как решить. Мало моих двух специальностей и высшего образования, приходится постоянно повышать уровень знаний в самых разных областях — по пожарной части, по строительству, по содержанию животных, по линии госавтоинспекции и так далее. Много читаю, занимаюсь самообразованием.

По статистике, участковыми или при их содействии раскрывается каждое пятое преступление в стране.

Обращения от граждан к участковым поступают по очень разным вопросам и проблемам, зачастую и не относящимся к их компетенции. Они должны принять заявление от человека, проработать его, разъяснить, куда им следует обратиться. Поэтому участковые сами себя называют универсальными солдатами, и это совершенно правильно.

Вот, например, одно из сегодняшних дел. Обратился гражданин К. с заявлением: помогите вернуть собаку, которую он оставил на несколько дней у знакомого. Тот ее потерял, собаку нашли и не возвращают. В этой ситуации надо обратиться в суд, а не к участковому уполномоченному. Но тем не менее необходимо найти и опросить всех людей, кто имеет отношение к этой истории. Решить вопрос с этим происшеств-

ием, порекомендовать, какие дальнейшие действия принимать.

Еще надо иметь в виду, что Новоенисейск, как и Стрелка — это удаленные от основного Отдела районы, поэтому населению сложно обратиться в дежурную часть, люди видят в лице участковых главных представителей закона и правопорядка. Поэтому и идут к ним с любой проблемой, и их выслушают, примут меры, направят в нужные инстанции.

— Участковый — это первое связующее

звено между жителем и полицией. И по инструкции мы обязаны любое сообщение зарегистрировать, даже смешное или нелепое. Например, в этом году заявили, что нападают космические роботы... Все равно берешь показания, вникаешь, а потом принимаешь соответствующее решение — усматривается в этом обращении правонарушение или нет.

Часто приходится заниматься работой, которая вроде и не входит в обязанности, но Сафронов по натуре такой человек — он не может пройти мимо, если видит неполюженное. (Наверно, поэтому и стал одним из лучших сотрудников лесосибирского отдела). Он показывает целую пачку документов: три года занимался проблемой и добился, чтобы провели освещение от улицы Калинина, 18 до гаражного кооператива «Северный». А освещение в темное время — это одна из действенных мер профилактики преступлений.

Ему до всего есть дело — и если собаки бездомные бегают, и если ямы на дорогах его участка, или мусор, или отсутствие освещения. Побольше бы таких участковых, да и других граждан. Мир бы стал еще лучше!

И вот мы отправляемся на запланированный профилактический осмотр участка. Обходим квартиры, и везде нашего героя встречают доброжелательно, величают по имени-отчеству.

На обратном пути заглядываем в контору ООО «Сибжилком». С этой организацией, как и со всеми ведомствами своего участка, он дружит, то есть налажен взаимное сотрудничество.

— У нас есть сотовый телефон Максима Владимировича, и, если возник-



■ Старший лейтенант полиции, участковый уполномоченный Максим Сафронов обсуждает текущие дела с инспектором отдела кадров Надеждой Грачевой

ает нестандартная ситуация, мы можем в любое время ему позвонить и получить компетентный ответ, — инспектор отдела кадров Надежда Грачева приветливо улыбается. — Он нам помог уже много раз. Мы, как управляющая организация, взаимодействуем с населением, порой возникают сложности, с которыми нам самим справиться трудно. Например, в одном из многоквартирных домов собака жильца гадил в подъезде, и никак не могли подействовать на того человека. Написали официальное обращение участковому, Максим Владимирович переговорил с тем гражданином, и с тех пор жалоб нет. Если ему надо срочно попасть в подъезд какого-нибудь дома, он приходит к нам, и мы даем ключ. Друг другу помогаем всегда. Если он видит, что где-то, например, сосульки весной нависают, сразу нам звонит, чтобы убрали. Мы благодарны за такие подсказки.

Закончив обход, возвращаемся на опорный пункт. Максим Владимирович начинает готовиться к ответственному мероприятию в школе. Кстати, практически каждую неделю участковые задействованы в различных операциях. Например, совместно с ПДН это операция «Подросток»; по выходным — «Быт», по профилактике бытовых правонарушений; совместно с постом лесохра-

ны на выезде из города участвуют по графику в операции «Лес»; и вместе с коллегами из ГИБДД проводят рейды и акции. Посещают школы, рассказывают детям и их родителям о правилах безопасности.

— А какой рабочий день был бы для вас идеальным?

— Если бы я не получил ни одного сообщения о происшествии на моем участке или жалобы. Значит, у людей все нормально или спокойно, и во вмешательстве полиции они не нуждаются. И мне можно больше времени уделить профилактической работе с гражданами.

В этот же день с трех дня до полуночи Максим Сафронов находился на дежурстве. В целом все прошло спокойно. Принял сообщение в полицию от М. о том, что ей на сотовый телефон поступают звонки из коллекторского агентства. А поздним вечером сотрудники службы безопасности Новоенисейского ЛХК задержали нарушителя, причём в состоянии алкогольного опьянения, последний передан сотрудникам полиции для дальнейшего разбирательства и принятия мер.

А следующий день — суббота. Но для Сафронова он не выходной. Полицейский проводит прием граждан на участковом пункте.

Зульфия КИРИЛЛОВСКАЯ



■ Профилактическая беседа с подопечным С. проводится каждые три дня

ЗДОРОВЬЕ

Сбалансированность калия и натрия в питании

Микронутриенты оказывают действие на организм человека в основном опосредованно, изменяя деятельность ферментов, гормонов, белков и других биологически активных веществ. Практически ни один процесс в организме человека не протекает без их участия.

— Физиологические функции микронутриентов очень разнообразны, — рассказывает Сергей Кондрашкин, ведущий специалист-эксперт территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в городе Лесосибирске. — Причем лечебно-профилактические эффекты пищи — это не просто сумма биологических эффектов отдельных микронутриентов, а результат комплексного взаимодействия между ними. Здоровое питание предусматривает поступление с пищей всего спектра эссенциальных микронутриентов в определенных количествах и соотношениях.

Например, при заболеваниях сердечно-сосудистой системы некоторые микронутриенты имеют первостепенное значение в силу повышенной потребности в них организма. Так, в питании больных ишемической болезнью сердца и артериальной гипертензией важна сбалансированность калия и натрия.

Эти макроэлементы имеют конкурентные взаимоотношения в организме, регулируют вне- и внутриклеточное давление, обеспечивают постоянство объема жидкости, при этом ионы натрия вызывают задержку жидкости, а ионы калия — ее выведение. Дисбаланс калия и натрия



■ Соя, зерновые, отруби пшеничные, томаты, картофель, абрикосы, грибы, чернослив, капуста, орехи (грецкие и миндаль) — источники калия

сопровождается не только нарушением функций различных органов и систем, но и изменением гемодинамики.

Для обеспечения физиологических

потребностей организма в натрии достаточно того количества, которое содержится в натуральных продуктах питания (2–3 г/сут). Лицам с повышенной

чувствительностью к поваренной соли рекомендуется ограничение натрия до 1,2 г, что соответствует 3 г поваренной соли в день. Потребность в калии при заболеваниях сердечно-сосудистой системы составляет 5–6 г/сут.

Включайте в рацион картофель, крупы, овощи, фрукты и сухофрукты, молоко, мясо, рыбу и морепродукты, это способствует обеспечению организма калием.

Чем выше отношение калия к натрию в продукте, тем большую ценность он представляет как источник калия. К таким продуктам относят сою, зерновые, отруби пшеничные, томаты, картофель, абрикосы, грибы, чернослив, капусту, орехи (грецкие и миндаль) и некоторые другие.

Подготовила
Юлия ВЛАДИМИРСКАЯ
(АП)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА