

Мы идем к вам на встречу!

Дорогие друзья!

Редакция газеты «Авангард» приглашает вас в субботу, 27 ноября, на День подписчика, который традиционно пройдет на рынке ст.Обливской. Приходите, подписывайтесь на «Авангард» и получайте полезные подарки для дома и семьи.

Спешите выписать районку, ведь до окончания подписки остаётся всего 1 месяц!

Жизнь района - на страницах нашей газеты

АВАНГАРД

Общественно-политическая газета Обливского и Советского районов.



№ 47
(11.868)

26 ноября 2021 г., пятница.

Наш адрес в интернете: <http://avangard-os.ru/>

внутри
"Сундучок советов"
с программой



16+
Выходит
с 1931 года.

28 НОЯБРЯ - ДЕНЬ МАТЕРИ В РОССИИ

ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ

УВАЖАЕМЫЕ ЗЕМЛЯЧКИ!

Поздравляем вас с Днём матери!

Образ матери во все времена олицетворяет заботу, чуткость и доброту. Она первый и главный наставник, мудрый советчик, самый преданный друг, хранительница устоев семьи. Её любовь согревает каждого из нас с первых минут и на протяжении всей жизни.

Социальная политика государства направлена на укрепление традиций семейных ценностей. Охрана материнства и детства, создание условий для самореализации женщин в любых сферах деятельности, поддержка многодетных родителей – это задачи, от эффективного решения которых во многом зависит дальнейшее успешное развитие нашего региона, всей страны.

Дорогие женщины Дона!

Крепкой семьей можно гордиться. В ее создание и укрепление вложено много вашего труда, надежд, эмоций, тепла и душевной щедрости. Благодарим вас за воспитание достойного подрастающего поколения, за активную жизненную позицию.

Желаем вам и вашим семьям счастья и радости, здоровья и любви!

В.Ю. ГОЛУБЕВ,
губернатор Ростовской области.
А.В. ИЩЕНКО,
председатель Законодательного
Собрания Ростовской области.



ДОРОГИЕ ЖЕНЩИНЫ!

Поздравляю вас с одним из теплых и душевных праздников - Днем матери!

Для каждого из нас мать - источник любви и доброты. Именно вы, наши мамы, воспитываете в нас человеческие качества, напоминаете нам об истинных ценностях жизни.

Пусть для вас, дорогие наши мамы, не только в этот день звучат добрые пожелания и теплые слова, выражающие благодарность за ваш неустанный труд, пусть всегда радуют своими достижениями дети, дарят заботу и нежность!

Крепкого вам здоровья, семейного благополучия, счастья и любви!

А.А. ДЕРЕВЯНКО,
глава администрации Обливского района.



УВАЖАЕМЫЕ ЖЕНЩИНЫ СОВЕТСКОГО РАЙОНА!

От всей души поздравляю вас с Днем матери!

Мама – это самое святое, что есть у каждого человека. Мы обязаны своим матерям главным священным даром – жизнью.

Особые слова благодарности в этот день хочется сказать многодетным мамам и женщинам, ставшим вторыми матерями детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей.

От всей души желаю всем мамам – совсем молодым и тем, кто уже воспитывает внуков и правнуков, – здоровья, любви и внимания близких, тепла домашнего очага и огромного женского счастья!

Е.С. ЩЕПЕЛЕВ,
глава администрации Советского района.



Семья продолжается в детях



У многодетной мамы **Марии Витальевны Гришиной** - трое дочерей: Ира, Лена и Таня. Старшей, Ире, - 13 лет, она учится в 7-м классе Обливской СОШ №1, 11-летняя Лена - ученица 6-го класса этой же школы, Тане - 5 лет, она ходит в детский сад «Тополек». Мария Витальевна гордится детьми, вместе с супругом Алексеем Владимировичем воспитывает в них любовь и уважение к своей семье. Заниматься домашними делами и проводить свободное время Гришины стараются все вместе. Мария Витальевна и Алексей Владимирович работают в Обливской «первой» школе. Они познакомились и создали семью, когда учились в Волгоградском педагогическом университете. Для многих школьников Мария Витальевна - учитель географии и технологии, а для своих дочерей - любящая мама, которая всегда поможет, все поймет, найдет самое нужное и своевременное слово для каждой из девочек. У дочерей есть свои увлечения, и мама их поддерживает, а сами девочки стараются радовать её отличной учебой, помощью в домашних делах, заботой друг о друге. Вместе с мамой Ира, Лена и Таня любят играть в настольные игры, возиться с домашними питомцами, а особенно - ходить за покупками в магазин. Участвуют дети и в более серьезных мероприятиях, например, в отделке строящегося дома, который станет новым уютным жильем для семьи.

«Быть многодетной мамой - большое счастье, - говорит Мария Витальевна. - Но самое главное для меня, - чтобы были здоровы и счастливы дети!».

А. АВСЕЦИН.

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

Инициативы получают поддержку

Три проекта инициативного бюджетирования из Обливского района вошли в число победителей конкурсного отбора и получают финансовую поддержку из областного бюджета для реализации в 2022 году.

19 ноября 2021 года в Правительстве Ростовской области состоялось заседание областной комиссии по проведению конкурсного отбора инициативных проектов, выдвигаемых для получения финансовой поддержки за счет субсидий из областного бюджета.

Для участия в конкурсе в 2021 году от Обливского района было подано шесть заявок, содержащих инициативные проекты. По результатам оценки и конкурсного отбора проектов, выдвигаемых для получения финансовой поддержки за счет субсидий из областного бюджета для реализации в 2022 году, три инициативных проекта от Обливского района признаны победителями конкурсного отбора. Это максимальное количество проектов, которые могут быть признаны победителями от муниципалитетов с численностью населения до 20 000 человек, к которым относится наш район.



■ Центр пропаганды здорового питания Обливской СОШ №1.

Победителями от Обливского района стали следующие инициативные проекты:

1. **Приобретение мебели и оборудования** для создания центра пропаганды здорового питания на базе МБОУ Обливская средняя общеобразовательная школа № 1;

2. «На частоте культуры» - **приобретение автобуса** малого класса ГАЗель NEXT – А65R23 (на 14 мест) для МБУК «Обливский районный Дом культуры» в целях обеспечения поселений, входящих в состав Обливского района, услугами в сфере культуры и досуга;

3. **Приобретение мебели, компьютерного оборудования и оргтехники** для создания центра оказания методических и методологических рекомендаций в сфере социального проектирования на базе МБУ ДО Обливский ДДТ, как обязательного структурного элемента многофункционального молодежного центра на территории Обливского района.

Администрация Обливского района поздравляет организации, ставшие победителями конкурсного отбора, и желает успехов в реализации проектов!

Преображается станичный центр

В ст. Обливской, в рамках нацпроекта «Жилье и городская среда», продолжается благоустройство центральной площади.

В настоящее время на территории идет установка малых архитектурных форм. На площади появились качели и детская площадка. В процессе - монтаж сцены и укладка плиточного покрытия. Сделана отсыпка клумб и высажены деревья. Также ведутся работы по установке систем видеонаблюдения, электроснабжения и наружного освещения. Завершить объект планируется к концу этого года.



■ Новые аттракционы на площади.

ПРИМИТЕ УЧАСТИЕ

Акция "Поделись урожаем"

В преддверии Дня инвалидов Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов Обливского района МБУ ЦСО Обливского района организовало благотворительную акцию «Поделись урожаем».

На протяжении недели, с 25 ноября по 3 декабря 2021 года специалистами Центра будут приниматься благотворительные взносы от неравнодушных граждан в виде свежих овощей, фруктов, консервированных заготовок, круп и т.д.

Желающие поделиться урожаем могут позвонить по телефону: 8(86396) 21-5-13 или 89662060882, или сразу доставить продукты по адресу: ст. Обливская, ул. Ленина, 17а, 2-й этаж, кабинет заведующих.

ВАКЦИНАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ

Мы сделали прививку. А вы?

Нина Анатольевна КУЛИКОВА, директор МБОУ Чирская СОШ, х. Осиновский:

- Я работаю директором школы и стараюсь, чтобы коллектив был дружным и сплоченным. Я сделала прививку от коронавируса одной из первых. Если мы вакцинированы, то защищаем не только себя, но и родных, коллег, знакомых. Глядя на меня, коллектив школы в полном составе вакцинировался. И даже после вакцинации мы все должны помнить об ответственности за окружающих нас людей и продолжать носить маски там, где наиболее высока вероятность заразиться коронавирусной инфекцией.



Виктор Анатольевич ПОНОМАРЧЕНКО, глава администрации Каштановского сельского поселения, ст. Обливская:

-Уже ни у кого не возникает сомнений, что коронавирус - очень опасная инфекция, которая может поразить любого человека. Для того, чтобы максимально защититься от заражения, я сделал прививку. Считаю, что каждый должен пройти вакцинацию для формирования коллективного иммунитета против ковида.

МБУЗ «ЦРБ» Обливского района напоминает, что вакцинация против новой коронавирусной инфекции проводится в прививочном кабинете № 4 ежедневно, без выходных: с понедельника по пятницу - с 8.00 до 18.00, в субботу и воскресенье - с 8.00 до 14.00, при себе ОБЯЗАТЕЛЬНО иметь паспорт и СНИЛС. Записаться на прививку можно по телефону регистратуры 21-1-75.

АКТУАЛЬНО

Ремонты школ будут контролироваться депутатами и родители

По инициативе «Единой России» и поручению Президента были проработаны вопросы упрощения экспертизы школ для участия в программе капремонта, а также оснащения отремонтированных помещений мебелью и новым учебным оборудованием. Об этом сообщил министр просвещения **Сергей Кравцов** на совещании с Президентом.

«Предусмотрели встречные обязательства регионов — переподготовка учителей, обеспечение антитеррористической защищенности учреждений, привлечение учащихся, педагогов и родителей к комплексному подходу к организации нового эффективного школьного пространства. Конечно, мы будем жестко контролировать расходование средств. Строгость и объективность нам помогут обеспечить «Единая Россия», Народный фронт и родительские комитеты, которые будут участвовать в приемке зданий школ. Программа находит большой отклик у людей, они ждут реальных результатов ее выполнения. Цель — создать качественную современную инфраструктуру для обучения нескольких поколений наших детей и комфортные условия для работы школьных учителей», - сказал министр.

Президент подчеркнул, что к обсуждению капремонта школ нужно привлекать родителей уже на стадии проектов. «Я просил привлекать активнее родительские комитеты к этому процессу реконструкции, капремонтов. Но давайте все-таки не на конечном даже этапе, а на более ранней стадии, при подготовке соответствующих проектных решений. Мне кажется, эффективнее будет и с большей пользой пойдет работа», — сказал **Владимир Путин**.

Напомним, создать программу капремонта школ на ближайшие пять лет Президент поручил на съезде «Единой России» 19 июня. Строительство новых объектов и капремонт действующих закрепили в народной программе партии. В ходе заседания Президиума Госсовета Владимир Путин сообщил, что по предложению руководителя образовательного центра «Сириус» **Елены Шмелевой**, программу капремонта школ решено сделать комплексной — не только ремонт зданий и помещений, но и их внутреннее оснащение и обеспечение современным оборудованием. В конце июля «Единая Россия» передала руководству Минпросвещения реестр из 7200 школ, нуждающихся в капремонте. Все этапы работ — от проекта до приемки в регионах — будут отслеживать рабочие группы, созданные отделениями партии совместно с министерством и родительским сообществом.

ЧИТАТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

Декада приемов граждан

Дата	Тематика	Партнеры/участники
1 декабря	Прием граждан секретарем Обливского местного отделения партии «Единая Россия».	А.А Деревянко, глава администрации Обливского района.
2 декабря	День приемов граждан по социально значимым вопросам.	Е.Ю. Черноморова, заместитель главы администрации Обливского района по социальным вопросам
3 декабря	День приемов граждан по вопросам организации системы здравоохранения.	А.А. Фетохин, главный врач МБУЗ ЦРБ Обливского района.
6 декабря	День приемов граждан по вопросам ЖКХ.	А.П. Герасимов, заместитель главы администрации Обливского района по вопросам ЖКХ, строительства.
7 декабря	День приемов граждан по вопросам старшего поколения.	Е.В. Крамаренко, начальник отдела защиты населения администрации Обливского района.
8 декабря	День приемов граждан по вопросам дошкольного и школьного образования.	Н.А. Малахова, зав. отделом образования администрации Обливского района.
9 декабря	День приемов по юридическим вопросам.	А.В. Антонов, главный специалист по юридическим вопросам администрации Обливского района.
10 декабря	День приемов по трудовым вопросам.	И.Н. Попова, ведущий специалист по трудовым вопросам администрации Обливского района.

Время приема граждан с 8.00 до 12.00.

Информация предоставлена Обливским местным отделением партии «Единая Россия».

28 НОЯБРЯ - ДЕНЬ МАТЕРИ В РОССИИ

Ежегодно в последнее воскресенье ноября в России отмечается один из самых светлых праздников — День матери. В этот день мы поздравляем своих дорогих и любимых мам. Многие из них — просто профессионалы в семейном деле. Ведь представьте, каково это — вырастить и воспитать не одного и даже не двоих, а троих, четверых, пятерых!? Многодетных семей у нас с каждым годом становится все больше: по официальным данным сейчас в России проживают более двух миллионов многодетных семей, в которых воспитываются 6,6 миллиона детей.

В преддверии праздника мы поздравляем всех женщин, кто носит гордое имя «Мама», с Днем матери! Пусть на ваших лицах всегда светятся улыбки, а ваши дети дарят вам любовь, заботу и ласку!

В сегодняшнем выпуске мы расскажем нашим читателям о многодетных семьях из Обливского и Советского районов.



Праздник самых любимых

“Быть мамой - не просто мечта”



О каждом из своих троих детей **Анна Николаевна Яндина** рассказывает с любовью и гордостью, перечисляя успехи сына и двух дочерей. Дети действительно радуют маму. Данилу - 17 лет, он ученик 11 класса Обливской СОШ № 1, учится хорошо, планирует поступать в известный ростовский вуз - ДГТУ. Сейчас усиленно готовится к ЕГЭ. Обучаясь в музыкальной школе, Данил окончил ее с двумя красными дипломами: в 2019-м году - по классу фортепиано, в 2021-м - по классу гитары. Юноша - активист школьной жизни, участник районного волонтерского движения, всегда стремится помочь другим, чем может. Кажется, что о своем первенце мама говорит с особой любовью, но вот уже она описывает способности и увлечения средней дочери, потом младшей, и это ощущение появляется опять. Да так оно и есть: каждый ребенок для Анны Николаевны, как и для любой мамы, - самый замечательный, и все переживания, связанные с детьми, их победами и проблемами, - остаются в материнской памяти навсегда.

Старшая дочь Полина, которой 10 лет - ученица 4-го класса, тоже ходит в «музыкалку», в обеих школах учится на «отлично». Играет на фортепиано, увлекается танцами, любит рисовать. Светлана - младшая дочь - воспитанница детского сада «Тополек». В музыкальную школу еще не ходит, но уже поет дома с микрофоном, видно, что обладает артистизмом, желанием выступать перед зрителями. «Имя дочери очень подходит, - говорит Анна Николаевна, - она, как лучик солнца: яркая и светящаяся». Свою семью А.Н. Яндина считает сбывшейся мечтой: встреча с будущим мужем Александром Васильевичем, свадьба, рождение сына, потом дочерей - все эти события стали важнейшими в ее жизни. Семье и дому посвящает Анна Николаевна все свое время. «Мне дома нескучно, - отмечает Анна Николаевна. - Я не сижу без дела. Считаю, что быть мамой - это особая миссия, она требует всего времени и внимания». Семья - это и работа, и счастье, и ежедневные заботы и волнение о близких - детях и муже. В Интернете А.Н. Яндина увидела стихотворение, которое ей очень понравилось:

*«Быть мамой – не просто работа,
Быть мамой – не просто мечта...
Стать самой родной для кого-то
Доверил мне Бог неспроста».*

«С рождением каждого ребенка я как-будто переживала все заново, и в то же время все было по-другому, - делится Анна Николаевна. - Старшую с первых лет понимать детей, развивать их таланты, направлять их энергию в нужное русло». Все успевать, уделяя внимание каждому ребенку, постоянно переживать за детей и мужа, вместе проводить время дома или на природе, - все это и есть семейное счастье, - считает Анна Николаевна.

Семья Яндиных живет в собственном доме, который в свое время Александр Васильевич получил как молодой специалист лесного хозяйства. Анна Николаевна любит цветы, обустроила дом и двор так, чтобы все вокруг было уютно и красиво. А главное, что делает семью счастливой, по мнению А.Н. Яндиной, это взаимная любовь, уважение, терпение, понимание, и конечно, дети.



“

Только у мамы самые ласковые руки, самая нежная улыбка и самое любящее сердце...

Два сыночка и лапочка-дочка



Светлана Валерьевна Максаева – мама троих детей. Вместе с супругом Игорем Сергеевичем они растят дочь Мирославу и двоих сыновей-двойняшек – Артура и Назара. Все дети Максаевых – дошколята. Мирославе – шесть лет, она ходит в детский сад, а Артуру и Назару в декабре исполнится по два года, они пока на домашнем воспитании. Кстати, огромную помощь в воспитании детей оказывают бабушки малышей – Елена Викторовна Трехсвоикова и Валентина Михайловна Максаева. Именно они - главные няньки и воспитатели, ведь оба супруга работают в райцентре, а проживает семья в п. Чирском. Игорь – водитель отдела образования администрации Советского района, а Светлана – ведущий специалист администрации Советского сельского поселения.

«Каждое утро у нас ранний подъем, - рассказывает Светлана Валерьевна, - управляемся с подсобным хозяйством, готовим завтрак, собираем дочь в детский сад, сами собираемся и уезжаем на работу, а с малышами остаются наши мамы – самые дорогие и незаменимые помощницы. Просто не представляем, чтобы мы без них делали. Помню, когда мы ждали второго ребенка, мне на УЗИ объявили, что будет двойня. Первое время у меня была паника. Старшая дочь была беспокойным младенцем, а здесь сразу двое... Но меня поддержали муж и мамы. Они сказали: «Не переживай, справимся!» Очень интересной была реакция Мирославы, когда она узнала, что у нее будет сразу два братика: «О, нет, нет, нет...», - произнесла она. Мы до сих пор смеемся, вспоминая, как она это сказала. Зато сейчас дочь ни на минуту не отходит от мальчиков, присматривает за ними, играет, помогает одеться. Между нашими детьми очень тесная связь. Глядя, как трепетно и с любовью они относятся друг к другу, испытываешь огромную материнскую радость».

Ни для кого не секрет, что быть родителями непросто, а быть многодетными родителями, да еще совсем маленьких детей, особенно сложно.

«Каково быть многодетной мамой?» - поинтересовались мы у Светланы Валерьевны. «Многодетными родителями мы стали неожиданно для себя, хотели второго ребенка, а получилась двойня. Быть родителями – это большой труд. Но когда возвращаешься с работы, а тебя ждут, встречают и обнимают сразу три пары любимых маленьких рук, понимаешь насколько это большое счастье быть мамой».



Это мамочка моя!

Как и обещали, публикуем фотографии, поступившие на конкурс, посвященный одному из самых теплых и душевных праздников - Дню матери в России.



Наталья Васильевна Акулиничева, ст.Обливская.



Светлана Ивановна Царева, ст. Обливская.



Кристина,Кирилл,Сергей,Владимир Умыва-
кины. х.Солонецкий.



Татьяна Алексеевна Лотошникова,
Ростовская область, Шолоховский район,
х. Антиповский.



Ирина Визерук, ст. Обливская.



Елена Владимировна Демидова с мамой
Марией Васильевной Власовой, ст. Обливская.



Мария Швец с дочерьми Валерией и Анастасией,
пос.Средний Чир.



Ирина Алексеевна Черкесова, ст. Обливская.



Татьяна Иголина, ст. Обливская.



Светлана Кара, ст. Обливская.



Ирина Геннадьевна Трусова, ст. Обливская.



Елена Николаевна Реуцкая,
ст. Советская.



Ангелина Сيوخина, ст. Обливская.



Светлана Хорошилова, х. Ковыленский.



Екатерина Щепелева,
сл. Калач-Куртлак.



Патимат Ситникова, ст. Обливская.



Екатерина Леонидовна Иванова,
ст. Обливская.



Галина Юрьевна Бутенко, ст. Обливская.



Погода на выходные

27 ноября:
 днем +2... +4,
 ночью +3...+5,
 пасмурно.

28 ноября:
 днем +7... +10,
 ночью +7... +8,
 пасмурно, небольшой дождь.

Неблагоприятный день недели: 29 ноября.

**КАК ВЫБРАТЬ
ЗИМНЮЮ ОБУВЬ**

Клуб потребителя

Как выбрать зимнюю обувь, которая прослужит три-пять сезонов? Рекомендуем в первую очередь оценить ее с точки зрения важных критериев: комфорта, безопасности, способности сохранять тепло, морозо- и влагостойкости.

УТЕПЛИТЕЛЬ

Теплая зимняя обувь шьют с использованием натурального меха или высокотехнологичного материала. В некоторых сапогах для «европейской зимы» мех расположен только в области стопы, а выше – подкладка из натуральной кожи. Если используется настоящая овчина, она хорошо согревает и долго служит, не сваливаясь и не скатываясь от частого ношения.



ФУРНИТУРА

Надежная молния, которая легко застегивается и расстегивается, прочные шнурки, умеренно массивные пряжки – все это признаки качественной обуви. Следите, чтобы они были надежно пришиты, а на металлических элементах отсутствовали проплешины и сколы. У «правильной» молнии звенья расположены строго параллельно друг другу, а сама она находится на 1,5 см или выше от края подошвы – так меньше шансов, что в обувь попадет влага.

МАТЕРИАЛ ВЕРХА

Оптимальный выбор для зимы – натуральные материалы. В них комфортно ногам, они не создают «парниковый эффект» и служат минимум три-пять лет. Натуральная кожа обеспечивает естественный воздухообмен и легко поддается во время носки, принимая точные очертания стопы. Поэтому если сапоги или ботинки слегка сжимают по бокам (но не коротки!) – не беспокойтесь, через несколько дней обувь будет идеально соответствовать форме стопы. Хорошая альтернатива коже – замша и нубук.

Отправляйтесь на примерку обуви утром, максимум в обед – так на выбор не повлияют отеки за день ноги. Вечерние покупки считаются неудачными, так как стопа и голень «наливаются» и, соответственно, меняются их объем и форма. Подошва зимней обуви и колодка должны быть такой, чтобы нога не «уезжала» вперед, а пятка надежно фиксировалась по всей высоте. Ни носок, ни задник не должны быть мягкими и гибкими. В любое время года это делает обувь неудобной, а зимой – еще и травмоопасной. Позаботьтесь, чтобы для холодного сезона было приготовлено минимум две разных пары обуви. Например, для походов на работу – сапоги (для женщин можно выбрать модель на каблучке или платформе), а для длительных прогулок – ботинки. Чередуя эти две пары, вы дадите им возможность просыхать после каждого «выхода в свет» и тем самым продлите срок эксплуатации.

ЦВЕТ

Хорошая обувь покрашена равномерно, если иное не предусмотрено дизайном. Осмотрите всю поверхность сапога и ботинка на предмет разводов и участков, плохо обработанных краской. Если внут-

ри есть кожаная подкладка, проведите по ней влажной салфеткой. Следы на ней выдадут обувь, которая линяет и окрашивает носки или колготы.

ПОДОШВА

Толщина подошвы в женских моделях для зимы составляет минимум 7 мм, в мужских – 10 мм и более. Популярные материалы для изготовления подошвы – ПВХ, термоэластопласт и полиуретан. Если нужна нескользкая зимняя обувь, выбирайте ее среди моделей с рифленой умеренно гибкой подошвой. Чем глубже и рельефнее протекторы, тем лучше сцепление ботинок или сапог со скользкой поверхностью. Внимательно осмотрите область соединения подошвы и материала верха: при сгибании они не должны расклеиваться.

КАБЛУК

Рекомендуемая для зимы высота каблука в женских моделях составляет 4-6 см. Помимо высоты важна ширина: важно, чтобы он был устойчивым. Смущают широкие каблуки – покупайте те модели, где они декорированы и являются важными элементами дизайна. А если нужно выбрать зимнюю обувь модельного вида, позаботьтесь о том, чтобы наиболее опасные участки пути вы смогли преодолеть на автомобиле.



РАЗМЕР

Подходящий размер зимней обуви всегда немного больше того, который вы привыкли носить летом. Например, если вы покупаете босоножки 39-го размера, для сапог и ботинок на меху эта цифра должна подрасти до 40-го. Чтобы пальцы не страдали от холода, им нужно немало дополнительного пространства.

Сам себе доктор

**РЕЦЕПТ
ОМОЛОЖЕНИЯ
ОРГАНИЗМА**

4/5 стакана льняного масла, 4 лимона размером с крупное яйцо, 3 головки чеснока такого же размера, 1 кг меда. Измельчить на мясорубке очищенный чеснок, 2 лимона с кожурой и 2 – без кожуры. Эту массу смешать с маслом и медом и хранить смесь в плотно закрытой стеклянной банке в холодильнике. Есть по 1 столовой ложке 3 раза в день за полчаса до еды. Принимать чудо-смесь постоянно, делая перерывы между приемами по 1 неделе.

Льняное масло – растительный гормон, растворяет холестериновые бляшки, чистит вместе с лимоном желчные протоки печени. А ведь печень – наш главный генератор молодости. Витамин С из лимона – прекрасный антиоксидант, усилитель иммунитета, укрепляет стенки сосудов, чеснок чистит сосуды, ну а мед доносит по этим сосудам питание – микроэлементы, которые восстанавливают и омолаживают организм.

**ПРОСТОЙ СПОСОБ
ТРЕНИРОВКИ ЛЕГКИХ**

Нам понадобится обычная трубочка для напитков (соломка). Наливаем в кружку воду (половину кружки) и дуем в соломку. Все очень просто, но необходимо знать несколько нюансов. Нужно вдыхать носом, выдыхать соответственно ртом. Также нужно следить, чтобы воздух не выходил через края губ, а полностью шёл в трубочку. Первые пару дней, скорее всего, у вас будут сильные брызги, поэтому лучше дуть в воду над раковиной. Через 2-3 занятия вы сможете дуть так, чтобы пузырьки были небольшие и равномерные, то есть сможете дольше выпускать воздух. Ещё через несколько занятий дуть таким образом покажется совсем

просто. Тогда нужно будет немного усложнить задачу. Для этого возьмите отрезок медицинской трубки (для капельниц) и 1,5-2 - литровую пластиковую бутылку. Принцип упражнения такой же. Сначала наберите немного воды в бутылку, примерно те же полкружки. За счёт того, что используете медицинскую трубку, дуть будет сложнее. Каждые несколько дней, по мере ваших возможностей, увеличивайте объём воды в бутылке. В любом случае упражняться следует не более 5-7 минут в день. Через месяц таких тренировок вы почувствуете, что объём легких стал больше, а одышка при физических нагрузках уменьшилась.

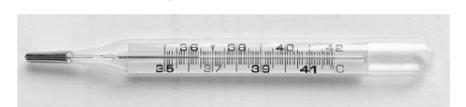
ИМБИРНО - КЛЮКВЕННЫЙ МЕД

Имбирь обладает противовирусным свойством, восстанавливает защитные силы организма, укрепляет иммунитет. **Корень имбиря - 200 г;** **лимоны - 2 шт.;** **инжир - 100 г;** **курага - 100 г;** **клюква - 1 стакан;** **мед - 1 стакан.**

Очистите и измельчите корень имбиря, добавьте неочищенные измельченные лимоны, туда же добавьте измельченные клюкву, курагу и инжир. Все перемешать и залить медом, опять хорошо перемешать. Принимать по 1 чайной ложке в день. Это не только очень полезно, но и вкусно. Хранить имбирный мед нужно в холодильнике.

**РТУТНЫЙ,
ЭЛЕКТРОННЫЙ
ИЛИ
ИНФРАКРАСНЫЙ?**

1. Ртутный градусник (классический). Из плюсов классического варианта можно выделить точность измерения, надёжность и сравнительно низкую цену (от 150 рублей). **Минусы:** нельзя купить в аптеке (из-за недавно вышедшего закона), опасность для здоровья в случае разбития и длительность измерения (7-10 минут). **2. Электронный градусник.** Плюсы: безопасность для здоровья при разбитии, быстрота измерения (2-3 минуты), сравнительно невысокая цена (от 300 рублей). Из минусов можно выделить неточность измерения некоторых брендов. **3. Инфракрасный (бесконтактный) градусник.** Плюсы: идеален для маленьких детей, измерение происходит за считанные секунды. Минусы: высокая цена (от 1000 рублей), легко произвести неточное измерение, так как нужно навести точно на нужные точки на голове.



Для развития молодежной политики

Обливский район с рабочим визитом посетил исполняющий обязанности председателя комитета по молодежной политике

Ростовской области **А.С. Никиточкин**. Он провел совещание с главой администрации Обливского района **А.А. Деревянко**, первым заместителем главы администрации Обливского района **Е. Ю. Черноморовой** и главным специалистом по молодежной политике

местителем главы администрации Обливского района **Е. Ю. Черноморовой** и главным специалистом по молодежной политике

Н.Е. Ивахненко, обсудив вопросы реализации государственной молодежной политики в муниципалитете. В ходе визита **А.С. Никиточкин** также посетил недавно созданные центры молодежной политики (центр гражданско-патриотического воспитания молодежи, центр социального проектирования, центр развития добровольчества, многофункциональный молодежный центр).

С руководителями центров он обсудил дальнейшее развитие их материально-технической базы, возможность участия молодежи в региональных, всероссийских проектах и мероприятиях.



Конкурс юных виртуозов



В Обливской детской музыкальной школе, в фортепианном отделе прошел ставший уже традиционным «Конкурс юных виртуозов» на лучшее исполнение этюда.

Главными задачами конкурса являются повышение уровня исполнительского мастерства, интереса обучающихся к изучению произведений технического характера, выявление и самореализация одаренных детей. В конкурсе участвовали ученики 2-7-х классов. Благодаря упорной подготовке, целеустремленности и грамотной педагогической работе, жюри конкурса присудило призовые места следующим обучающимся:

I место – Веронике Лагутиной, 2 класс; **Елизавете Болдиной**, 4 класс; **Тимуру Гарашину**, 4 класс;

II место – Арсению Вожжову, 3 класс; **Анне Сысоевой**, 4 класс.

III место – Милане Крючковой, 4 класс; **Виктории Ермаковой**, 6 класс.

Желаем ребятам дальнейших творческих побед!

Хлеб – символ жизни, здоровья и благополучия человека. С ним мы встречаемся каждый день, без него не обходят-

Акция для будущих призывников



15 ноября отмечается Всероссийский день призывника. Творческий коллектив Обливского РДК провел информационно-патриотическую акцию «Армия – доблесть России».

Сотрудники РДК подготовили и вручили юношам информационные буклеты, в которых допризывники узнали об истории возникновения праздника, а также о том, как подготовиться к армии.

Все участники акции отметили, что служба в армии и защита Родины являются священным долгом и обязанностью гражданина Российской Федерации. И главная задача каждого призывника –

с честью отслужив в армии, вернуться домой, приобрести дополнительную военную специальность. Организаторы акции пожелали всем будущим призывникам здоровья, благополучия, честно выполнить свой гражданский и патриотический долг, верно и преданно служить России!

День призывника – культурное мероприятие, которое помогает значительно поднять престиж службы в армии и имеет свою неоспоримую эффективность. Такие праздники поднимают моральный дух будущих призывников, увеличивают их готовность выполнять свой конституционный долг перед Отечеством.

“Хлеб всему голова”

ся ни скромный завтрак, ни будничные обеды, ни праздничный стол. Тема о хлебе всегда актуальна в работе с детьми дошкольного возраста. В средней группе МБДОУ «Детский сад «Ивушка»» «Ягодки – цветочки» педагоги: **Т.А. Гаврилова**, **Е.В. Лебедева**, **О.В. Винникова** и музыкальный руководитель **Н.А. Енова** провели праздник «Хлеб всему голова». Родители детей украсили праздничный стол разными хлебобулочными изделиями: пирож-

ками, пышками, бубликами, печеньем, хлебом и булочками. С пышным круглым караваем в гости к детям пришла Хозяйюшка, она рассказала, как выращивался хлеб в старину и как выращивается сейчас, показала презентацию «Хвала рукам, что пахнут хлебом», провела с детьми игру «Испеки нам пироги», спела прибаутку «Бай качи, качи, качи», станцевала «Танец с колосьями». Дети в стихотворной форме рассказали гостюшке, как приходит хлеб на наш стол, о профессиях людей, занятых в производстве хлеба, показали сценку «Тесто». Затем все дружно позвали на праздник Осень и продолжили с ней веселиться. Спели песню «Что нам осень принесет», станцевали танец «У меня, у тебя», прочитали стихи про осень. Благодаря празднику у детей сформировалось представление о ценности хлеба; обогатились знания о том, что хлеб – это итог большой работы многих людей.



“Я выбираю спорт”



С 25 октября по 10 ноября 2021 года среди учащихся общеобразовательных учреждений Обливского района прошёл муниципальный конкурс видеороликов «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам».

Данное мероприятие является традиционным и проводится в рамках реализации муниципальной программы «Развитие образования». Из-за действующих ограничений конкурс проводился в дистанционном формате по двум номинациям «Мой любимый вид спорта» и «Творческая работа».

Всего в конкурсе приняли участие пять общеобразовательных учреждений Обливского района: МБОУ Обливская СОШ № 1; МБОУ «Обливская СОШ № 2»; Ковыленская ООШ- филиал МБОУ Алексеевская СОШ; МБОУ Солонецкая СОШ; Караичевская ООШ- филиал МБОУ Солонецкая СОШ.

Итоги конкурса выглядят следующим образом:

Номинация «Мой любимый вид спорта»:

I место заняли **Вероника** и **Анжелика Мишакины** (Ковыленская ООШ- филиал МБОУ Алексеевская СОШ);

II место - у **Сергея Кузьмина** (МБОУ Обливская СОШ № 1);

III место - у **Кирилла Черноморова** (МБОУ Обливская СОШ № 1).

Номинация «Творческая работа»:

I место досталось **Татьяне Кошечкой** (МБОУ Солонецкая СОШ);

II место заняли **Виктория Вергунова**, **Кира Плешинец**, **Андрей Мустафаев** (Караичевская ООШ- филиал МБОУ Солонецкая СОШ);

III место - у **Ильи Сероштанова** (МБОУ «Обливская СОШ № 2»).

Победители конкурса будут награждены грамотами отдела образования администрации Обливского района и сувенирами.

ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Защитите свой дом от огня

Ежегодно около 80% всех пожаров происходит в жилых домах. Имуществу граждан причиняется невосполнимый ущерб. Нередко пожары приводят к гибели людей. Так, на территории Обливского района с начала текущего года зарегистрировано 22 пожара, в которых погибло 3 человека.

Пожарная обстановка в Обливском районе продолжает оставаться довольно напряженной. С наступлением осеннего похолодания и началом отопительного сезона резко возросла опасность возникновения пожаров в жилых домах, в основном по причинам, связанным с нарушением правил устройства и эксплуатации печей, работающих на твердом и газовом топливе, а также из-за нарушения правил пользования бытовыми электронагревательными приборами (электрическими нагревателями, масляными радиаторами отопления и другими).

Всегда следует задумываться над тем, что необходимо сделать, чтобы эта трагедия не вошла в ваш дом, не унесла жизни близких людей и знакомых.

Помните, что простая аккуратность и бытовая культура жителей могут защитить любой дом от пожаров лучше, чем 100 пожарных команд. Сотрудники ОНД и ПР по Обливскому району совместно с работниками МЧС и ВДПО в беседах с жителями района напоминают им традиционные, известные не первый год рекомендации и советы пожарных:

- никогда не курить в постели;
- научить детей обращаться с огнем (например, зажигать газ), а если нет уверенности в их навыках, исключить возможность попадания спичек в детские руки;
- не захламлять чердаки, подвалы, пути эвакуации, не хранить на балконах горючие вещества;

- следить за безопасностью не только своей квартиры, но и дома, двора;

- чердаки и подвалы должны быть закрыты для случайных людей;
- следует приобрести огнетушитель, который должен стать обязательной частью современного интерьера частного дома, квартиры;
- с наступлением отопительного сезона необходимо проверить целостность и работоспособность отопительного оборудования как печей на твердом топливе, так и газового оборудования.

Причиной пожара также нередко становится шалость детей с огнем, которая приводит к тяжелым последствиям. Не оставляйте малолетних детей в квартире одних, не храните в доступных местах спички, зажигалки и другие огнеопасные предметы. Объясните им последствия игр с огнем. Научите действовать в случае ЧС с самого маленького возраста. Только так вы сможете уберечь жизни дорогих вам людей.

Еще одним способом защиты вашей жизни может стать установка автономного пожарного извещателя (АПИ). О существовании автономных пожарных извещателей сегодня знает каждый. Однако многие люди пока не очень четко понимают важность данного прибора. Обнаружение пожара на ранней стадии позволяет снизить возможный ущерб, а в некоторых случаях и вовсе свести его к минимальным последствиям. Именно для этого предназначен АПИ, который с помощью чувствительных элементов реагирует на возникшее задымление и подает мощный звуковой сигнал.

Практика показывает, что в домо-владениях (квартирах), оборудованных автономными пожарными извещателями, во много раз повышается уровень безопасности проживающих в них людей.

При возникновении пожара немедленно сообщите в пожарную охрану по телефонам 01 или 112, по мобильному телефону - 101. Вызывая пожарных, нужно четко сообщить название населенного пункта, улицы, номер дома, этаж, где произошел пожар; также объяснить, что горит: жилой дом, квартира, чердак, подвал, коридор, склад или что-то другое; имеется ли опасность жизни и здоровью людей; сказать, кто звонит, назвать номер своего телефона и фамилию. Принять меры к спасению людей и материальных ценностей.

Служба МЧС принимает все меры для того, чтобы уменьшить количество пожаров и предотвратить гибель в них людей. Однако, несмотря на многократные обращения и проводимую профилактическую и разъяснительную работу, многие граждане предпочитают учиться не на чужих, а на собственных ошибках. Пока человек не поймет, какой опасности подвергает себя и своих близких, пренебрегая правилами безопасности, не осознает всю серьезность и глубину проблемы, финал будет все также трагически предсказуем и неизбежен, и никакие предупреждения не помогут изменить ситуацию, при которой происходят огненные ЧС.

Хотелось бы выразить уверенность в том, что совместными усилиями и на основе взаимопонимания, взаимопомощи и четкого взаимодействия мы сделаем всё необходимое для предупреждения чрезвычайных ситуаций, связанных с пожарами в жилом секторе.

Е.ПЛИСКЕВИЧ,
начальник ОНД и ПР
по Обливскому району.
Д.ПУТИНЦЕВ,
председатель
ВДПО Обливского района
Ростовской области.

СПЕЦИАЛИСТЫ НАПОМИНАЮТ

Мышь малая, а вред большой

Специалисты филиала ФГБУ «Россельхозцентр» по Ростовской области регулярно проводят мониторинг присутствия мышевидных грызунов на сельскохозяйственных землях региона. Особое внимание этому уделяется в осенний период, когда мышевидные вредители могут нанести большой вред озимым сельхозкультурам. С начала сентября в области обследовано 325,5 тысячи гектаров, из которых мышевидные грызуны выявлены на 19,4 тысячи гектаров. Средневзвешенная численность на сельскохозяйственных угодьях составляет 7,1 жилых нор на гектар, что пока говорит о низкой степени заселенности.

Однако сельхозпроизводителям важно не терять бдительность, так как основная часть присутствия мышевидных вредителей наблюдается на посевах озимых зерновых колосовых культур. Из обследованных почти 279 тысяч гектаров осенних посевов заселенными оказались 15 тысяч. Больше всего в Заветинском, Пролетарском, Зимовниковском, Дубовском, Ремонтненском, Весёловском районах, - рассказали в отделе защиты растений филиала Россельхозцентра.

Лесополосы обследованы на площади 1,4 тысячи гектаров, заселение не выявлено. Из обследованных 3,5 тысячи гектаров пастбищ заселено 0,5 тысячи, больше всего в Ремонтненском, Заветинском, Мартыновском районах.

- Численность на сельскохозяй-



ственных угодьях в настоящее время относительно низкая. Миграции на поля, занятые озимыми зерновыми культурами, прогнозируются после наступления устойчивого похолодания и истощения кормовой базы в местах круглогодичного обитания грызунов. Для снижения численности мышевидных грызунов на полях рекомендуется чередование родентицидов с различными действующими веществами. Использование микробиологических родентицидов наиболее эффективно при среднесуточных температурах воздуха от 0 °С до +10 °С, - пояснил начальник отдела защиты растений **Евгений Бондарев**.

Также аграриям важно учитывать, что на начальной стадии заселения посевов и в начале повторной миграции на площадях, прошедших обработку, эффективно проведение краевых обработок, захватывающих лесные полосы, обочины и пастбища, прилегающие к посевам, то есть те места, на которых постоянно сохраняется популяция грызунов.

Обливский межрайонный отдел филиала ФГБУ «Россельхозцентр» по Ростовской области.

ЗАКОН И ПОРЯДОК

Операция "Дети России"

На территории Обливского и Советского районов Ростовской области с 15 по 24 ноября 2021 года проводилась межведомственная комплексная оперативно-профилактическая операция «Дети России - 2021», цель которой - предупреждение распространения наркомании среди несовершеннолетних и молодежи, выявление и пресечение фактов их вовлечения в преступную деятельность, связанную с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов или прекурсоров и новых потенциально опасных психоактивных веществ, а также повышение уровня осведомленности населения о последствиях потребления наркотиков и об ответственности за участие в их незаконном обороте.

Уважаемые родители!

Знаете ли вы, где, с кем и что делает ваш сын или ваша дочь сегодня вечером? Проявите ответственность и наблюдайте за своим ребенком, поговорите с ним. Может быть, всего лишь час вашего времени и внимания поможет предотвратить трагедию в семье и спасти жизнь и здоровье вашего чада.

Возможные причины первой пробы наркотиков:

- воздействие через интернет-ресурсы (социальные сети «Инстаграмм», «ВКонтакте», «Одноклассники» и т. д., мессенджеры «WhatsApp», «Telegramm», «Viber» и т.д.);
- любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!» и т.п.);
- желание быть похожим на «круто-

го парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т.д.;

- желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания;

- безделье, отсутствие каких-либо полезных увлечений, либо обязанностей, в результате - эксперименты от скуки.

Несколько правил, позволяющих предотвратить потребление наркотиков вашим ребенком:**1. Общайтесь друг с другом.**

Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.

2. Выслушивайте друг друга:

- будьте внимательными к ребенку;
- выслушивайте его точку зрения;
- уделяйте внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним;

3. Ставьте себя на его место

Если вам удастся стать своему ребенку другом, вы будете самым счастливым родителем!

4. Проводите время вместе.

Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

5. Дружите с его друзьями.

Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с тол-



пой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но, в первую очередь, - своему ребенку.

6. Помните, что ваш ребенок уникален.

Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков.

7. Подавайте положительный пример.

Важен родительский пример. Для ребёнка важен психологический климат в семье.

Если такой климат становится непереносимым для ребенка, деваться ему некуда: не уедешь, родителей не сменишь... Хрупкая неустойчивая психика ребенка не выдерживает: он срывается в депрессию, уличную тусовку, алкоголь, наркотики.

Таким образом, чтобы ваш ребенок не начал употреблять наркотики (не связался с дурной компанией, не со-

вершал роковых ошибок и т.д.), необходимо с самого детства воспитывать его самостоятельным, ответственным человеком, способным предвидеть последствия своих поступков и отвечать за них.

Симптомы употребления подростками наркотических веществ.

Определить, употребляет ваш ребенок наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И все же стоит насторожиться, если проявляются:

Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- трудности в сосредоточении на чем-то конкретном;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;

- снижение успеваемости в школе;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;

• самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;

• частое вранье, изворотливость, лживость;

• уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небывшие;

• неопрятность внешнего вида.

Очевидные признаки:

- следы от укусов (особенно на венах), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;

• пакки лекарств снотворного или успокоительного действия;

• папиросы в пачках из-под сигарет.

Напоминаем, что сообщить о преступлении, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, можно по электронной почте **oblivmvd61@mvd.ru**, по телефону **8-863-240-60-70**, ДЧ МО МВД России «Обливский» - круглосуточно: **8-863-96-21-4-40**, отделения уголовного розыска МО МВД России «Обливский» - круглосуточно: **8-928-161-26-36**.

А. БЕРЕЗОВ,
начальник МО МВД России
«Обливский».