

Жизнь района - на страницах нашей газеты

АВАНГАРД

Общественно-политическая газета Обливского и Советского районов.

№ 5
(12.088)

6 февраля 2026 г., пятница.

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

внутри
"Сундучок советов"
с программой



16+
Выходит
с 1931 года.

УЧИТЕЛЬ ГОДА

Названы лучшие педагоги Обливского района



Финал муниципального этапа конкурса «Учитель года Дона» прошел в актовом зале Обливской СОШ №1. Были определены победители в трех номинациях: «Учитель года», «Воспитатель года» и «Учитель здоровья». Всего в муниципальном этапе конкурса, который включал очные и заочные испытания, участвовали шесть педагогов района. После проведения заключительного этапа, жюри подвело общие итоги.

Лучшими педагогами года стали: в номинации «Учитель года» - Александр Викторович Сысоев, учитель географии Обливской СОШ №2; в номинации «Воспитатель года» - Татьяна Михайловна Пронина, воспитатель детского сада «Тополек», в номинации «Учитель здоровья» - Елена Ивановна Рагель, учитель начальных классов Каштановской СОШ. Награды победителям конкурса вручила первый заместитель главы администрации Обливского района Е.Ю.Черноморова. Также в награждении конкурсантов приняли участие: заведующий отделом образования администрации Обливского района Н.А.Малахова и председатель профсоюза педагогов района Е.П.Пилущенко.

Подробнее о конкурсе читайте на 2-й странице выпуска.

А.АВСЕЦИН, фото автора.

В СТРАНЕ

Утверждены сроки оказания медпомощи при подозрении на онкологию

Консультация врача при подозрении на онкологию у пациента должна быть проведена в течение трех рабочих дней. Об этом говорится в программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам РФ медицинской помощи на 2026 год и на плановый период 2027 и 2028 годов.

Что же касается проведения диагностических или лабораторных исследований, то на них должно уходить не более семи рабочих дней с момента назначения специалистом.

Также установлены сроки ожидания специализированной медпомощи. Они не должны превышать 14 дней со дня выдачи направления на госпитализацию, для пациентов с онкозаболеваниями - не более семи рабочих дней с момента верификации новообразования.

Такие же сроки - трехдневный для консультаций и семидневный для исследований и выдачи направления на госпитализацию - были указаны и в программе госгарантий бесплатного оказания медпомощи на 2025 год.

Также главный онколог Минздрава РФ Андрей Каприн рассказал, что за последние десять лет средний возраст больных раком пациентов вырос примерно на год - с 64 до 65 лет. Что же касается гендерного соотношения, то оно за этот же период изменилось в пределах погрешности: 53,9% (женщины) и 46,1% (мужчины).

В ОБЛАСТИ

В реализации нацпроекта "Семья" принимают участие 40 учреждений культуры

В Ростовской области продолжается реализация регионального проекта «Семейные ценности и инфраструктура культуры» нацпроекта «Семья».

Объем предусмотренных средств на эти цели в 2026 году составляет 480 млн рублей, из них 469 млн рублей - это средства федерального бюджета.

В решении задач нацпроекта принимают участие 40 учреждений сферы культуры Дона.

Будет организована работа по модернизации объектов культуры, включая капитальный ремонт и оснащение. Запланировано включение новых мероприятий, в том числе по созданию детских культурно-просветительских центров, поощрению библиотек и домов культуры по итогам проведения профильных всероссийских конкурсов, цель которых - выявление лучших практик.

- В настоящее время ведется работа по заключению соглашений с муниципальными образованиями области и государственными учреждениями, - уточнила министр культуры региона А.А.Дмитриева. - Модернизация и укрепление материально-технической базы учреждений культуры, создание новых культурных пространств позволит создать комфортные условия для дончан, а коллективы получат дополнительные возможности для реализации новых творческих проектов.

В РАЙОНЕ

"Во славу Отечества" : прошли состязания юных патриотов

В Обливском районе в рамках месячника военно-патриотического воспитания детей и молодежи состоялась военно-спортивная игра «Во славу Отечества».

В соревнованиях приняли участие команды шести школ Обливского района: Обливской СОШ №1, Обливской СОШ №2, Алексеевской СОШ, Каштановской СОШ, Ковыленской ООШ и Солонецкой СОШ.

В качестве почетного гостя и главного судьи на военно-спортивной игре присутствовала специалист отдела образования администрации Обливского района А.А.Болдырева.

Программа игры состояла из шести этапов: стрельба из пневматической винтовки; сгибание рук в локтях из упора лежа; разбор автомата; поднятие туловища из положения лежа; прыжки в длину; викторина по воинским званиям ВС РФ.

По результатам состязаний победу одержала команда Обливской СОШ №2; второе место заняла команда Ковыленской ООШ; также в тройку призеров вошла команда Обливской СОШ №1.

УЧИТЕЛЬ ГОДА

Названы лучшие педагоги Обливского района

В Обливском районе финальным выступлением участников завершился муниципальный этап областного конкурса «Учитель года Дона», который проводился по трем номинациям: «Учитель года», «Воспитатель года» и «Учитель здоровья». Муниципальный этап конкурса включал очные и заочные конкурсные испытания. В этом году в муниципальном этапе «Учитель года Дона» приняли участие шесть педагогов района: Александр Викторович Сысоев, учитель географии МБОУ «Обливская СОШ №2», Татьяна Сергеевна Камышанова, учитель иностранного языка МБОУ «Обливская СОШ №1 им. Героя Советского Союза Синькова С.М.», Елена Ивановна Рагель, учитель начальных классов МБОУ «Каштановская СОШ им. Героя Советского Союза Воликова С.А.», Ольга Ивановна Мустафаева, учитель Карачевской ООШ – филиала МБОУ Солонецкой СОШ им. Героя Российской Федерации Шаймуратова М.М., Татьяна Михайловна Пронина, воспитатель МБДОУ «Детский сад «Тополек», Татьяна Викторовна Новожилова, воспитатель МБДОУ «Детский сад «Сказка».

Всероссийский конкурс «Учитель года» является ежегодным мероприятием, проводимым среди педагогических работников. Цель конкурса – выявление и поддержка талантливых учителей, обобщение и распространение передового педагогического опыта, содей-

ствие внедрению инновационных технологий в организацию образовательного процесса, а также утверждение приоритетной роли образования в обществе.

Основным испытанием для участников всех номинаций стали открытые уроки и занятия, проведенные в незнакомых классах и группах. Финальный этап конкурса в номинациях «Учитель года» и «Воспитатель года» проводился в форме мастер-класса — особого вида учебного занятия, в рамках которого педагог осуществлял работу в импровизированном классе с участием коллег и гостей, демонстрируя эффективные приемы и методы взаимодействия с



обучающимися и воспитанниками. Все конкурсанты успешно выполнили конкурсные задания, продемонстрировав высокий уровень педагогического

мастерства, профессиональной компетентности и творческий подход к организации образовательного процесса. По итогам проведения конкурсных испытаний признаны победителями: А.В.Сысоев – в номинации «Учитель года», Т.М.Пронина – в номинации «Воспитатель года», Е.И.Рагель – в номинации «Учитель здоровья». Остальные участники получили звания лауреатов.

В рамках торжественной церемонии первый заместитель главы администрации Обливского района Е.Ю.Черноморова вручила победителям конкурса «Учитель года Дона» почетные грамоты главы администрации Обливского

района и сертификаты на денежное вознаграждение. В своем выступлении она поздравила участников с завершением муниципального этапа конкурса, выразила благодарность за достойные выступления и высокий уровень профессионального мастерства, пожелала всем дальнейшего профессионального роста, а победителям — успешно выступить на областном этапе конкурса. Заведующий отделом образования администрации района Н.А.Малахова вручила лауреатам конкурса благодарственные письма отдела. В своем обращении она отметила, что конкурс профессионального мастерства является значимой возможностью для педагогов Обливского района поделиться опытом, обменяться успешными практиками и получить новые идеи,

способствующие достижению высоких результатов в профессиональной деятельности. Председатель районной организации Профсоюза работников образования и науки Е.П.Пилушенко, наградив участников конкурса денежными призами, в поздравительном обращении отметила, что конкурс стал не только формой признания и поощрения педагогических работников, но и важной возможностью подчеркнуть значимость и ценность профессии педагога. Также Е.Ю.Черноморова вручила почетную награду заместителю директора Обливского Дома детского творчества Н.И.Тацилиной, которая стала победителем областного конкурса «За успехи в воспитании» и была удостоена премии губернатора Ростовской области.

Информация
отдела образования
администрации
Обливского района.
Фото А.АВСЕЦИНА.



МЫ ВМЕСТЕ

Очередной гуманитарный конвой отправлен из Обливской в зону СВО

В преддверии Дня разгрома немецко-фашистских войск в Сталинградской битве станицу Обливскую посетили бойцы отряда

«БАРС 18», с помощью которых доставлен очередной гуманитарный конвой участникам СВО.

Нашим волонтерским

движением было собрано и передано для военнослужащих: маскировочные сети – 800 кв. м, шины для автомобиля УАЗ, генера-

тор, бензопила, носилки тактические, дизельное топливо – 1200 л., вода питьевая – 2000 л., медикаменты, инвалидная коляска, а

также необходимые средства для раненых ребят в Луганский госпиталь.

Благодарим всех, кто принял участие в сборе помощи: волонтерские группы «ЗАНАШИХ», «УЗЕЛКИ ДОБРА» (ст.Обливская), «ТЕПЛО РОДНОГО ДОМА» (х.Лобачев), «СВОих не бросаем» (х. Алексеевский), «ДОБРЫЕ СЕРДЦА» (х.Карачев), «ПОМОЩЬ СВО» (х.Машинский), ИП Писаренкова П.А. Также большое спасибо прихожанам Свято-Никольского храма ст.Обливской, церкви Покрова Пресвятой Богородицы и, конечно, нашей братской группе из г.Суровикино «ПОМОЩЬ ФРОНТУ 34» и ее руководителю Елене Туиковой. Огромная благодарность А.С.Лукбанову, Н.Н.Черноморову, Ю.А.Джулай, А.В.Полупанову, В.Максимову, которые помогли с дизельным топливом.

В очередной раз большую помощь оказали организации станицы Обливской: ЦСО Обливского рай-

она, социально-реабилитационное отделение Обливского ЦСО, Обливский ОСЗН, а также неравнодушные жители станицы Обливской, хуторов: Алексеевский, Машинский, Карачев, Лобачев, Нестеркин. Активное участие в загрузке КАМАЗа приняли наши юные помощники – ученики Обливской СОШ №2. Также хочется от всего сердца поблагодарить волонтеров из х.Лобакина Суровикинского района, Людмилу Анциферову и ее супруга, которые собрали и привезли большое количество необходимого для Луганского госпиталя. Благодаря слаженности нашего волонтерского движения и неравнодушию жителей все было собрано в короткие сроки.

Наша работа продолжается. Помощь можно оказать, обратившись в Обливский краеведческий музей.

А.КРАМАРЕНКО,
руководитель группы
«ЗАНАШИХ».



ОФИЦИАЛЬНО

Итоги исполнения народной программы в Обливском районе подвели в местном отделении «Единой России» в начале 2026 года. Документ был сформирован на основе предложений самих жителей. Как пояснил секретарь местного отделения А.А. Деревянко, при формировании бюджета, местных программ и проектов развития очень важно опираться на мнение жителей района.

С учетом мнения людей: в Обливском районе подвели итоги народной программы

«Реализация программы началась несколько лет назад. Предложения в нее вносили жители нашего муниципалитета. В результате был сформирован документ, объединивший самые разные направления, требующие внима-

ния: социальная сфера, благоустройство, коммунальная инфраструктура. Также в народную программу вошли конкретные объекты, которые надо было отремонтировать или построить с нуля – их тоже предложили люди», – рассказал А.А. Деревянко.

В Обливском районе при поддержке народной программы и на основе предложений жителей, в частности, была капитально отремонтирована МБОУ «Обливская СОШ №2». В ходе работ (2023-2025 гг.) были заменены все коммуникации, обновлен фасад здания, кровля, окна, а также благоустроен школьный двор. Школьники Западного микрорайона ст. Обливской получили возможность обучаться в светлых просторных классах с использованием на уроках современного интерактивного оборудования. Обустраивались и другие значимые объекты. Так, в 2025 году проведен капитальный ремонт кровли и фасада здания Солонецкой СОШ, капитальный ремонт спортивного зала Каштановской СОШ, выделена и освоена субсидия на оснащение муниципального образовательного учреждения - Обливской СОШ №2 - после завершения ка-

питального ремонта.

«Исполнение народной программы позволяет решать местные вопросы, волнующие людей», – подчеркнул секретарь местного отделения «Единой России».

Единороссы Обливского района также пригласили активистов партии, общественников, жителей к сбору предложений для возможного включения в новую народную программу. Такие обсуждения пройдут по всему району в течение февраля, инициативы с мест направят в региональное отделение партии. О старте работы над новой редакцией программного документа сообщил в конце декабря прошлого года секретарь Генсовета партии В.В. Якушев.

Информация предоставлена Обливским местным отделением партии «Единая Россия».



ИТОГИ РОЗЫГРЫША

Подписчики «Авангарда» получили призы

Очередной розыгрыш подарков от «Авангарда», который прошел 15 января, назвал победителей лотерей, в которой участвовали наши подписчики. За прошедшее с момента розыгрыша время многие уже получили свои выигрыши. Счастливые победители лотерей охотно поделились с работниками редакции своими впечатлениями.

Ранса Максимовна Овчинникова, хутор Машинский, приз – электромясорубка:

«Авангард» выписываю уже четыре десятка лет! Читаю газету, что называется, от корки до корки, ведь она пишет о людях нашего района и их делах. Стараюсь участвовать в общественной жизни, являюсь волонтером группы «Своих не бросаем». Что касается выигрыша – чувства непередаваемые: ведь я в первый раз заполнила купон для участия в лотерее и не думала, что повезет сразу выиграть главный приз! Очень рада этому и благодарна «Авангарду» за проведение розыгрыша!



Любовь Михайловна Воронова, ст. Обливская, приз – набор шампуров:

Много лет выписываю нашу районную газету, читаю все материалы – все интересно. Уже участвовала в розыгрыше призов, а выиграла в первый раз! Призом довольна – на шампурах можно приготовить шашлык или другое вкусное блюдо. Мне в этом поможет сын Алексей.



Тамара Ивановна Акулиничева, ст. Обливская, выигрыш – блендерный набор. Приз получил сын Иван, он отметил:



– Мама – постоянная подписчица «Авангарда», интересуется всеми новостями района и области. В лотерее участвовала несколько раз, были и выигрыши. Рад, что маме снова повезло! Спасибо районной газете!

Анна Николаевна, Антонова, хутор Рябовский, приз – электрический чайник:

Участвовала в розыгрыше впервые. Решила попробовать, когда увидела, что подписчики выигрывают хорошие призы, которые нужны для дома. И вот – с первого раза мне повезло, да еще такой замечательный подарок! Я искренне рада и благодарна «Авангарду»!



Анатолий Александрович Пшеничкин, станица Обливская, выигрыш – чайник заварочный:

Газету выписываю много лет, в первую очередь читаю новости района. В розыгрыше «Авангарда» участвую каждое полугодие, выигрываю не впервые. Рад, что снова повезло, приз хороший, ведь чай нужен практически каждый день.



Валентина Кирилловна Митрофанова, ст. Обливская, выигрыш – электроутюг:

Выписываю районную газету уже лет 40! Люблю читать местные новости и материалы о земляках. Считаю лотерею «Авангарда» хорошим делом, участвую в ней каждое полугодие. Уже выигрывала мелочь для специй. Нынешним призом очень довольна, спасибо родной газете!



ВЛАСТЬ И ОБЩЕСТВО

В приемной «Единой России» выслушали запросы жителей



В Обливском районе, в Общественной приемной партии «Единая Россия», состоялся прием граждан с участием депутата, заместителя председателя Законодательного собрания Ростовской области В.Н. Василенко.

Вместе с ним прием жителей Обливского района провели глава администрации Обливского района, секретарь местного «Единой России» А.А. Деревянко и руководитель приемной В.В. Потапов.

На прием обратились двое граждан. Поступила просьба помочь с улучшением ситуации с подвозом учеников 5-11 классов из поселка Средний Чир в школу. Заявитель рассказала, что детям приходится очень долго ждать школьный автобус, и для того, чтобы их дорога в школу и обратно стала удобнее и безопаснее, нужен еще один автобус на этот маршрут. Вопрос взят на контроль. Администрация Обливского района уже направила запрос в министерство образования Ростовской области на предоставление нового школьного автобуса.

Вопрос второй жительницы станицы Обливской касался оказания содействия в заключении социального контракта на получение ею финансовой поддержки для осуществления индивидуальной предпринимательской деятельности. Этот вопрос удалось решить на месте. Заключение контракта запланировано на февраль этого года.

ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

Я б в полицию пошел

Ученики 6А класса Обливской СОШ 2 вместе со своим классным руководителем О.М.Спицак побывали в МО МВД России "Обливский" на увлекательной экскурсии, кото-

рую организовал для ребят заместитель начальника отдела С.А.Кошенков.

С текущего учебного года 6А является полицейским классом, и это мероприятие стало для школьников

настоящим погружением в мир правоохранительных органов. Ребята с интересом слушали о задачах, стоящих перед полицией, о порядке работы и о тех качествах, которыми должен

обладать настоящий страж порядка.

Самым запоминающимся моментом встречи стала демонстрация средств защиты и вооружения, где были показаны бронежилеты, шлемы и, конечно же, оружие. Ребята с восторгом всё рассматривали, задавали вопросы и фотографировались на память.



Уроки финансовой грамотности

Стартовала весенняя сессия онлайн-уроков по финансовой грамотности просветительского проекта банка РФ.

С первого дня учащиеся МБОУ «Каштановская

СОШ им. Героя Советского Союза Воликова С.А.» являются участниками этого проекта. Уроки охватывают все темы финансовой грамотности: от истории денег до инвес-

тирования. Каждый урок уникален, со своими героями, миссиями и артефактами.

Такие онлайн-занятия являются отличным дополнением к школьной

программе, стимулируя детей к дальнейшему изучению вопросов финансовой грамотности, способствуя развитию необходимых компетенций и навыков.

КАДРЫ РЕШАЮТ ВСЁ



Фраза «Кадры решают все», произнесенная Иосифом Сталиным в середине 30-х годов прошлого столетия и давно ставшая «крылатой», не теряет своей актуальности и сегодня, ведь именно люди, профессионалы своего дела, их опыт и достижения составляют основу экономики страны, обеспечивают успех любого предприятия. О важности выбора профессии и роли труда в жизни человека расскажет наш новый тематический проект.

ИЗ ИСТОРИИ

Как появились профессии:

Библиотекарь

Библиотекарь — очень древняя профессия, ей уже больше четырех с половиной тысяч лет!



Профессия возникла у древних шумеров, где впервые появились глиняные каталоги, возникла необходимость хранить в одном месте архивные документы, свитки, а позже и книги. При этом библиотекарь часто занимался и переписыванием манускриптов.

Доступ к книгам при этом был лишь у немногих посвященных.

В период Средневековья основные книгохранилища находились при монастырях, а функции по учету и хранению книг выполняли монахи. И только в эпоху Возрождения библиотекари стали отдельной категорией специалистов, заведующих царскими архивами и книгохранилищами, то есть превратились в сугубо светских специалистов.

В России библиотеки имели свои особенности. С момента своего возникновения они были универсальными и хранили абсолютно любую литературу: церковную, художественную, научную и т.д. При этом очень долго попасть туда могли лишь избранные — в основном люди дворянских сословий.

В XX веке библиотеки стали общедоступным местом для всех категорий населения, а само библиотечное дело пережило стремительный рост. Практически в каждом селе и деревне после Октябрьской революции появилась своя библиотека и одновременно — учебный класс, а библиотекарь стал чуть ли не главным специалистом.

Курьер

Работа курьера известна человечеству с незапамятных времен. Еще в старину курьеры доставляли важные послания, письма и посылки. Правда, называли их гонцами.

На Руси курьерская функция долгое время исполнялась княжескими гонцами. Но настоящий системный прорыв произошёл в XVII веке с основанием регулярной Ямской гоньбы. Ямщики на своих тройках перевозили указы царя, донесения воевод, дипломатическую почту, а с развитием сети — и частные письма.

17 декабря 1796 года российский император Павел I своим указом учредил в России специальную курьерскую службу для доставки важных государственных документов — фельдъегерский корпус. С тех пор эта дата считается Днём российской фельдъегерской связи, и поэтому День курьера также отмечается 17 декабря.

В XXI веке настоящую популярность и социальную значимость профессия курьера обрела лишь с началом пандемии COVID-19. В период самоизоляции, когда большинство людей оставались дома, курьеры стали настоящими героями повседневности — обеспечивая доставку еды, лекарств и товаров первой необходимости.

ЧЕЛОВЕК И ЕГО ДЕЛО

Стала стоматологом по примеру мамы

9 февраля будет отмечаться Международный день стоматолога.

Врач-стоматолог Обливской ЦРБ Светлана Анатольевна Чалык родилась в станице Обливской, затем семья переехала в город Суровикино. Профессию стоматолога после окончания школы Светлана выбрала по примеру своей мамы, которая работала зубным техником. Окончив Волгоградский медуниверситет, Светлана осталась в областном центре, где жила и трудилась около 20 лет. В Обливскую С.А.Чалык пригласила работавшая тогда главным врачом И.А.Матвеева, Светлана Анатольевна согласилась, стала участницей государственной программы «Земский доктор». По словам С.А.Чалык, приехав работать на малую родину, она почувствовала преимущества сельской жизни по сравнению с го-



родской: более спокойный ритм, благоприятная экологическая обстановка. Живет Светлана Анатольевна в Суровикино. Не-

смотря на то, что нужно ездить в Обливскую, С.А.Чалык рада, что трудится в Обливской ЦРБ: «С момента приезда сюда несколько

лет назад, я ощущаю доброжелательное отношение коллектива больницы и коллег по отделению стоматологии, — рассказывает врач. — Отделение размещено сейчас в хорошем здании на территории ЦРБ, мы работаем на новом оборудовании. Важно, что есть понимание со стороны главного врача А.А.Фетюхина: к нему можно обратиться с любым рабочим вопросом и он обязательно поможет!» Работая много лет стоматологом-терапевтом, Светлана Анатольевна освоила также ортопедическую стоматологию. В профессиональной деятельности для нее главное — соблюдать правило, усвоенное в годы учебы в университете: «Миссия врача — помочь пациенту, облегчить боль».

А.АВСЕЦИН,
фото автора.

(Клуб потребителя) Хлебное расследование: какой хлеб выбрать?

Белый, черный, мультизерновой, с семечками и даже сухофруктами - полки магазинов пестрят от хлебного разнообразия.

Соответственно, чем "сложнее" и "полезнее" хлеб, тем он дороже. Но стоит ли переплачивать? На какой хлеб обратить внимание людям с диабетом или тем, кто на диете? В этом материале мы рассмотрим наиболее популярные виды хлеба (белый, черный, с отрубями, мультизерновой) с трех точек зрения: углеводы и их скорость усвоения; калорийность; витаминно-минеральный состав.

Белый хлеб

Изготавливается из пшеничной муки высшего сорта.

Углеводы: около 48 грамм на 100 грамм продукта.

Скорость усвоения углеводов: высокая.

Калорийность: 260 ккал.

Витаминно-минеральный состав: скудный, так как хлеб изготовлен из рафинированной (высокоочищенной) муки. Тем не менее даже в таком хлебе есть витамины группы В, никотиновая кислота (РР), а также немного селена, кальция, цинка, марганца.



Чёрный хлеб

Если вы посмотрите состав черного хлеба, то увидите, что он также изготовлен на основе пшеничной муки. В добавок к ней идет мука ржаная и специальная ферментированная закваска, солод.

Углеводы: около 40 грамм на 100 грамм продукта

Скорость усвоения углеводов: средне-высокая.

Калорийность: 220 ккал.

Витаминно-минеральный состав: разнообразнее, так как черный хлеб более многокомпонентный продукт, нежели белый. Содержит витамины группы В, никотиновую кислоту, витамин К, калий, кальций, магний, цинк, селен, марганец. Примерно на 6% состоит из клетчатки (6 грамм клетчатки на 100 грамм продукта).

Хлеб с отрубями

Состав идентичный составу белого хлеба + отруби.

Углеводы: примерно 45 грамм на 100 грамм продукта.

Скорость усвоения углеводов: средне-высокая.

Калорийность: 250 ккал.

Витаминно-минеральный состав: примерно тот же самый, что и у белого хлеба, но в чуть больших концентрациях.

Мультизерновой хлеб с добавками

Изготавливается из двух и более видов муки (пшеничная, ржаная, цельнозерновая, овсяная). Часто производители добавляют в такой хлеб семена подсолнечника, тыквы, льна, кунжута и т.д.

Углеводы: примерно 40 грамм на 100 грамм продукта.

Скорость усвоения углеводов: средне-низкая.

Калорийность: 290 ккал и более (зависит от наличия семечек. Семечки - источник жиров и дополнительных ккал).

Витаминно-минеральный состав: богатый за счет обилия ингредиентов, это витамины группы В, РР, а также витамины А, Е, Н, калий, кальций, цинк, селен, хром, магний.

Можно ли совсем отказаться от хлеба?

Хлеб является важным источником питательных веществ для организма: углеводов, пищевых волокон, витаминов, в том числе витаминов группы В, микро- и макроэлементов, таких как магний, селен, железо. Поэтому полный отказ от хлеба может привести к дефициту важных питательных веществ, особенно если хлеб был важным источником клетчатки, витаминов группы В и минералов в рационе. То есть недостаток этих компонентов может отрицательно сказаться на состоянии здоровья, уровне энергии и функционировании пищеварительной системы.

Если вы жить не можете без хлеба, то просто не злоупотребляйте им. Идеальное применение для хлеба - основа для сложных многокомпонентных сэндвичей и бу-

тербродов на завтрак. А вот от употребления этого продукта вприкуску к гарниру или супу действительно лучше отказаться.



(Сам себе доктор) «Сердечная» конфета

Яблочный уксус от болей в суставах

Способы использования яблочного уксуса при боли в суставах:

1. **Ванночки.** Смешайте 1 ст. яблочного уксуса с 6 ст. воды и замочите руки или ноги в этой ванночке. Если беспокоят боли в шее или другой части тела, приложите к очагу боли компресс.

2. **Растирания.** Смешайте 2 ст. л. яблочного уксуса с 1 ст. л. оливкового масла, тщательно перемешайте и втирайте эту смесь в больные суставы. Регулярные растирания эффективно помогут облегчить боль.

3. **Целебный напиток.** Разведите 3 ст. л. яблочного уксуса в 300 г воды или любым фруктовом соке. Употребляйте этот напиток 3 раза в день перед приемом пищи.



Эти сладкие шарики помогают справиться с аритмией, тахикардией и другими нарушениями работы сердца.

Рецепт на одну суточную порцию:

семена льна — 1 ст. ложка

семена кунжута — 1 ст. ложка

семена мака — 1 ст. ложка
куркума — 1/2 чайной ложки
мёд — 2 ст. ложки (не больше)

Измельчите все семена, добавьте куркуму и смешайте с мёдом.

Ешьте по одной конфете утром, желательно натощак или за 30 минут до еды.

Еда как лекарство

Если у вас:

Слабые кости — молоко и кисломолочные продукты помогают восполнять кальций.

Акне и воспаления — чеснок обладает природными антибактериальными свойствами.

Упадок сил — бананы дают быструю энергию и поддерживают нервную систему.

Простуда и грипп — имбирный чай согревает и помогает организму бороться с вирусами.

Анемия — шпинат богат железом и фолиевой кислотой.

Боли в желудке — йогурт поддерживает здоровую микрофлору.

Головные боли — арбуз помогает восполнить нехватку жидкости.

Слабый иммунитет — апельсины - источник витамина С.

Стресс — тёмный шоколад улучшает настроение.

Проблемы со сном — киви способствует расслаблению.

Запоры — чернослив мягко поддерживает пищеварение.

Неприятный запах изо рта — петрушка

как освежает дыхание.

Боли в суставах — куркума обладает противовоспалительным действием.

Конечно, еда — не замена лечению, но мощная поддержка для организма.

Начните с простого: прислушивайтесь к себе и наполняйте тарелку полезными продуктами каждый день.

Чем полезна кожура мандарина?

Всего лишь 6 грамм цедры мандарина в сушеном виде на 14 % удовлетворяют суточную потребность человека в витамине С.

За счет содержания бета-каротина кожура мандарина полезна для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Содержащийся в ней флавоноид гесперидин защищает организм от вирусов, воспалений, имеет антиаллергические свойства.

Техника физиотерапии: встаньте босиком на соль

Встаньте босиком на соль на 10 минут — и через час почувствуете себя так, будто побывали в отпуске.

Что происходит в теле:

Соль вытягивает лишнюю влагу, уходит отечность не только из ног, но и из спины, лица, пальцев. Мышцы отпускает, кровообращение улучшается.

Почему эффект такой сильный? Физиотерапевты объясняют:

- стопы — карта нервной системы
- соль массирует зоны
- снимает отеки
- расслабляет мышцы



Аромат эфирного масла, получаемого из кожуры спелых плодов, снимает переутомление, гасит раздражительность, стимулирует нервную систему, успокаивает, снимает чувство страха. Эфирное масло мандарина также улучшает цвет кожи, тонизирует, освежает, разглаживает морщины, помогает при жирной и комбинированной коже и высыпаниях.

По материалам Интернет-изданий.

Скатерть-самобранка

Чизкейк без выпечки за 20 минут

Печенье "Юбилейное" - 250 гр
Сливочное масло - 80 гр
Сливки - 300 мл
Творожный сыр - 300 гр
Желатин - 20 гр
Вода - 100 мл
Сахар - 150 гр

Растопите сливочное масло, печенье измельчите с помощью скалки или блендера. Все перемешайте и утрамбуйте в основу. Желатин замочите в холодной воде на минут 10.

С помощью миксера взбейте сливки до мягких пиков; добавьте сыр, перемешайте; добавьте сахар, все ещё раз взбейте миксером.

Желатин вместе с водой растопите на медленном огне, постоянно помешивая



(если желатин листовой, без воды).

Влейте жидкость тонкой струйкой в сливочно-творожную смесь, при этом взбивая её миксером. Вылейте смесь в форму и оставьте в холодильнике на ночь.

Жюльен в картофельных тартелетках

Куриное филе
Репчатый лук
Шампиньоны
Сметана
Соль, перец, паприка
Картофель
Яйцо
Сыр

На растительном масле обжариваем лук до золотистого цвета, добавляем куриное филе. Грибы можно пожарить отдельно или вместе с курицей. Добавляем соль, перец, паприку, сметану.

Картофель натираем на крупной тёрке. К картофелю добавляем соль, перец, яйцо, перемешиваем и выкладываем в



форму для маффинов. Ложкой формируем тартелетки и отправляем в духовку на 10-15 минут при t 180°.

Тартелетки заполняем курицей и грибами, сверху посыпав натёртый сыр и опять отправляем в духовку на 5-7 минут.

Лепешки на кефире с начинкой "пицца"

Мука - 400 гр
Колбаса
Зелень
Сыр твёрдых сортов - 150 гр
Соль - 1 ч.л
Сода - 1/2 ч.л
Кефир - 200 гр

Колбасу нарезать мелким кубиком, нарезать зелень, сыр натереть на тёрке. Муку просеять, все сухие ингредиенты смешать и замесить тесто на кефире. Пропорции кефира указываются примерные, если видите, что тесто слишком жидкое - присыпьте чуть муки, если наоборот, выходит слишком тугое - чуток кефира можете добавить. Даем тесту отдохнуть минут 10-20 и делим на колобочки.

Формируем скалкой или руками лепешки



и жарим на сухой сковороде с двух сторон, под крышкой, по 10 минут с каждой стороны.

Готовые лепешки по желанию можно смазать сливочным маслом.

Куручка с макаронами в сливочном соусе

Куриное филе - 400 г
Масло раст. - 1ст.л
Чеснок - 2-3 зуб.
Сливки 20% - 450 г
Макарон - 130 г
Сыр - 50 г

Соль, специи (мускатный орех, копченая паприка, смесь перцев)

Нарезаем куриное филе маленькими кусочками, смешиваем его в ёмкости со специями, чесноком, маслом и оставляем мариноваться минут на 20.

Далее выкладываем на разогретую сковороду (смазать маслом) и готовим на среднем огне, периодически помешивая, до готовности мяса.

Вливаем сливки, всыпаем сухие макаро-



ны, готовим на малом огне 20-25 минут, под крышкой, периодически помешивая. Далее добавляем натёртый сыр, перемешиваем, готовим ещё пару минут.

Испланетный транспорт	Курильная трубка	Амфора по сути	Захребетная выпуклость		Рыба-«оплеуха»	Место соединения	Факал в черноте ночи	Спортивный город Японии
Патрис из Конго	Титул князей в Индии	Немой актер	Лечебный корень		Восточный «завгар»	Огородные плоды	Осечка бильярдиста	
Судья в шарикате		Израильский автомат	Двойной орган		Форма рельефа в горах	Смехотворная «посме-суха»	Аника-...	
	«Раскатыная» морская рыба	Кот из русских народных сказок			Автор романа «Орас»	Спортивный балл		
		Металл, Ва	Предел в математике	Детская прививка		Певец-говорун	Остролист	Писатель Семенов
	Палестинец	Игра Валерия из мстителей			Голос курильщика			Деликатес от осетра
			Всевидающее			Слепо подражает вуссам	Семья у монголов	
	Актриса Тышкевич	«Барбадосская вода»						
						Задристая придирчивость	Боевой вопль радости	
	Район Москвы	Латинская буква						

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ Я ХРАНЮ

В моем архиве - 70 номеров

В прошлом номере мы объявили о конкурсе, посвященном 95-летию газеты «Авангард». И вот первый отклик.



Увидела в «Авангарде» заметку о конкурсе «Газета, которую я храню» и решила рассказать о своем скромном архиве нашей районки, в котором около 70 номеров. Начну с того, что мне 63 года, сколько себя помню, «Авангард» всегда присутствовал в моей жизни. Сначала родители выписывали, а потом и мы, когда стали жить самостоятельно, газету получали всегда.

Почему я их храню? Да много причин! Самому «пожилому» номеру 45 лет – ровно столько, сколько жи-

вем в браке с моим мужем Владимиром Николаевичем Петровым. А газету храню с его фото и статьей, когда он ударно работал тогда еще в райсельхозтехнике. И еще несколько газет – все о нем. Вот номер с юбилеем районки – 85 лет, это 2016 год. Есть газета, где сынок с другом – «казахата» (1990 год – ему 6 лет, а сейчас уже 42). Потом в «Авангарде» пошивушки, одна с опилком окончила музыкальную школу, и есть фотографии и заметки об их концертах и конкурсах. Другая внучка – в фотоконкурсе «По-

делись улыбкою своей». Как же эти выпуски не сохранить! Есть газета – Бессмертный полк «Авангарда». Храню потому, что там фото наших земляков, а также номер «Защитники отечества», где тоже фото наших ребят, к сожалению, некоторых нет в живых (Максим Абрисимов, погиб на СВО). Много газет с фотографиями многодетных семей нашего хутора, воспитывающих 3, 4 и 5 детей. Горкавиченко – наши соседи – 5 сыновей у них; Какичевы – это племянница мужа – там мы видим двоих детей, но они взяли еще одного и теперь у них трое – приемных.

Про свое фото и забыла, но оно тоже попало на глаза в «Сундучке советов» в рубрике Наши земляки, было опубликовано в 2017 году к Международному дню сельских женщин. Но самый трогательный номер – с статьей о хуторе Попове и его жительнице (2016 год). Это родина моего мужа, а жительница – это моя свекровь Павлина Алексеевна Петрова, прожившая там 80 лет, причем очень много лет, действительно, одна. Ее не стало в октябре 2017 года, с тех пор не стало и хутора, никого там нет. Не буду описывать все 70 номеров. Где-то родственники, друзья, знакомые, земляки – потому и храню!

Людмила Ивановна ПЕТРОВА,
х. Лобачев.

О доблестях,
о подвигах,
о славе



Проект «О доблестях, о подвигах, о славе» — это летопись малой родины, бережно сохраненная на страницах местной газеты. Этот проект — дань уважения и памяти боевому и трудовому подвигу наших земляков — жителей Обливского и Советского районов, чьи дела и слава нашли свое отражение в публикациях районки.

ЛИЦА РОДИНЫ В ОБЪЕКТИВЕ РАЙОНКИ

Профессиональные праздники и достижения в работе

Рассказывая о людях района, наша газета старается не пропускать профессиональные праздники, чтобы поздравить земляков и написать об их достижениях в работе. Традиция эта сохраняется уже много лет. Так, на страницах районки 1980-х годов к профессиональным праздникам публиковались заметки о лучших работниках и трудовых коллективах соответствующей отрасли, сопровождавшиеся фотопортретами.

«С хорошим настроением встречают свой профессиональный праздник учителя Обливской средней школы №1 В.А. Черныш, Ф.В. Лойко и Ф.К. Шаповалова», — сообщал «Авангард» от 3 октября 1987 года. Заметка, в которой отмечалось, что педагоги владеют передовыми методами и внедряют новые формы работы с учащимися, проиллюстрирована коллажем из портретов.



ЭКСКУРСИИ В ПРОШЛОЕ

Приглашаем читателей перелистать страницы районной газеты прошлых лет и вспомнить (или узнать), как жили раньше наши земляки.

1958 год

ДЛЯ РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ

В кружках Дома пионеров, открывшегося год назад, занимается около 150 человек. К услугам ребят – драматический, хореографический, кружки художественной самодеятельности, театр кукол. Учатся ребята также авиамоделированию, приобретают трудовые навыки в кружке «Умелые руки».

В средней школе создан струнный оркестр из 15 учащихся младших классов.

НАВСТРЕЧУ ПЕРВОМАЮ

Райком КПСС и исполком Райсовета разработали план проведения митингов в день 1 Мая.

В этот день намечено провести митинги в Обливской, в хуторах – Солонецком, Красном селе (Алексеевский), Зерносовхозе (Каштановский). Также были организованы спортивно-физкультурные соревнования, выступления коллективов художественной самодеятельности, массовые гуляния трудящихся.

ВЫРАЩИВАЛИ РИС

В колхозе «Вперед к коммунизму» решили сеять рис. В х. Артемовке на месте старой плантации на берегу Чира подобрана подходящая площадка для посева, приобретены насосы, трубы, семена.

А в колхозе Жданова, где рис уже выращивают, получен его хороший урожай – 31 центнер с гектара.

ТОВАРЫ ДЛЯ КОЛХОЗНИКОВ

С началом жатвы практикуются выезды в поле работников прилавка Обливского сельпо с товарами первой необходимости. В продаже были: колбаса, сахар, мыло, спички, табачные изделия и т.д. Товары подвозились к каждой жатке и комбайну.

ОНИ СТАЛИ ГРАМОТНЫМИ

Учительница Секретевской начальной школы А.А. Скороходова в течение учебного года занималась с неграмотными колхозниками. Четыре человека научились писать и читать и были переведены в категорию малограмотных.

ПРОВОДЫ В СОВЕТСКУЮ АРМИЮ

Члены сельхозартеля имени Жданова провожали для выполнения своего почетного гражданского долга по охране Родины тракториста Анатолия Секретева.

На собрании, посвященном этому событию, секретарь комсомольской организации рассказал о Секретеве как о воспитаннике комсомола, примерном труженике. Новобранец получил напутствия от демобилизованных воинов. Председатель колхоза вручил подарки А. Секретеву и дал наказ возвратиться после службы в родной колхоз.

ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ

К торговле книгами в районе привлечено 12 сельмагов. По окончании строительства магазинов в хуторах Кировском и Опорном пункте в них также будут организованы отделы книг. Хорошо налажена торговля книгами в

Обливском книжном магазине. БУДЕТ 40 ГЕКТАРОВ САДА

На четырех гектарах сада в колхозе им. Жданова раскинулся плодоносящий сад. В текущем году было получено по три центнера яблок с гектара. На площади полтора гектара плодоносит виноград. Осенью площадь сада будет увеличена до 10 гектаров, а в перспективных планах – до 40 гектаров.

СЧАСТЛИВОЕ МАТЕРИНСТВО

Радостное событие произошло в большой семье Братчиковых, колхозников сельхозартеля «Завет Ильича». Евдокии Ивановне вручен орден «Материнская слава» I степени. Она вырастила 9 детей.

ОТКОРМИТЬ В 1959 ГОДУ ПОЛМИЛЛИОНА УТОК И КУР

Такое обязательство взяли на себя колхозники и рабочие совхоза района. Рабочие коллективы взяли поддержать это обязательство. Каждый член коллектива решил откормить до месячного возраста по 20 утят. Предложение поддержали коллективы РТС, нефтебазы, работники райкома партии, отделения Госбанка, а также работники типографии районной газеты.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

8-9-10-11 августа в Доме культуры и летнем кинотеатре (!) будет демонстрироваться новый художественный кинофильм «Тихий Дон» (3 серия).

Принимаются коллективные заявки на продажу билетов от совхозов, колхозов, учреждений и предприятий. Для колхозов организованы сверхплановые сеансы в любое время суток.

В июне 1988 года медики Обливской ЦРБ к профессиональному празднику устроили между собой соревнования по сдаче норм ГТО. Об этом интересном событии подробно рассказала районная газета в выпуске от 18 июня. После подведения итогов по всем видам соревнований – подтягиванию, жиму, бегу и плаванию – первое место было присуждено инфекционному отделению. Работникам отделения был вручен переходящий спортивный кубок (на снимке).



Переходящий кубок у коллектива инфекционного отделения.

Одна из полос «Авангарда» за 1 июля 1989 года была посвящена Международному Дню кооперации. На групповой фотографии – работники потребительской кооперации района: заведующая отделом «Ткани» коопунивермага А.Н. Пискова, заведующая комиссионным магазином Советского ТП О.Р. Рябоконь, заведующая продмагом Обливского ТП О.И. Безверхова, заведующая магазином хутора Сеньшина В.В. Пчельникова, заведующая магазином Паршинского кооппредприятия Н.К. Голубович.



ИНТЕРЕСЫ ПОКУПАТЕЛЕЙ — ПРЕЖДЕ ВСЕГО

АКЦИЯ

Подготовили поздравления
для защитников

Первичное отделение Движения Первых детского сада «Сказка» приняло активное участие во Всероссийской акции «Письмо солдату», приуроченной ко Дню защитника Отечества. В своих посланиях военнослужащим, участникам специальной военной операции, активисты старшей группы Движения Первых со своими наставниками, «Родными-любимыми» и команда ЮПИД «3Д» передают слова поддержки и благодарности за нелегкую военную службу, героизм и мужество в защите нашей Родины. В письмах-открытках они тепло и красиво поздравляют наших дорогих бойцов с приближающимся праздником 23 Февраля и желают им скорейшего возвращения с Победой домой.

Наши дошкольники понимают, насколько важна поддержка для наших бойцов, которые находятся сейчас в непростой ситуации, в тяжелых условиях.

Уже в ближайшее время письма будут отправлены участникам специальной военной операции через волонтеров. Ребята и педагоги-наставники надеются, что к 23 февраля наши земляки, герои и защитники получат сердечные весточки.

Пусть эти письма из разных концов нашей необъятной Родины придадут сил воинам, вселят уверенность в них и подарят надежду на скорейшее возвращение домой.

МБ ДОУ «Детский сад «Сказка».



ДАТА

Реконструкцию военных событий
посвятили Сталинградской битве

В День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве, 2 февраля, на территории Обливского СОШ №1 состоялась реконструкция, посвященная этой победе.

В реконструкции, традиционно организованной военно-патриотическим клубом, приняли участие 25 школьников. Зрителями стали учащиеся 5,9 и 11 классов, а также гости, всего около 200 человек. Реконструкцию посетил глава администрации Обливского района А.А. Деревянко.

Показывая эпизод Великой Отечественной войны, участники реконструкции использовали обмундирование и снаряжение, а также охолощенное оружие того времени. Организовал мероприятие руководитель военно-патриотического клуба В. А. Михайлов.

ЖИВАЯ ПАМЯТЬ

Судьба и Родина едины

Продолжение. Начало в №3 от 23.01.2026 г.

В сапожной мастерской на заказ шили яловые и хромовые сапоги, но основной её продукцией были различные чирки.

В швейной мастерской, которая располагалась в дощатом доме с резными наличниками по улице Почтовой (там, на ул. Гагарина, располагалась стоматологическая поликлиника) шили на заказ платья, костюмы и пальто (моему отцу даже сшили драповое пальто на основе овчинного полушубка как своеобразной подкладки).

Кирпичный завод располагался на берегу Чира, слева, метрах в ста от моста. Кроме кирпича на заводе изготавливали черепицу – обожжённые желобчатые пластины красно-оранжевого цвета. Ею была покрыта до 1960 года средняя школа, получившая поэтому название «красной». Белёную восьмилетнюю школу, которая до войны была средней, стали называть «белой». На 50-летие «красной» школы в 1996 году ей придали новое значение – красная, значит красивая.

Завод объединял и производство горшков. Гончары работали как отшельники-колдуны в двух просторных землянках пещерного типа. О них сейчас напоминают выходящие к Чире овражистые впадины. Гончары ногами с помощью махового колеса вращали

гончарный круг, на котором руками сотворяли чудо – вытягивали из массы поливаемой водой глины горшки. Для молока изготавливались кринки с широким горлом, которые для повышения водонепроницаемости покрывали солевой глазурью; для варки пищи – широкие горшки с узким дном; для засолки овощей – одно- и двухведёрные кубаны с расширяющимися кверху стенками, такие же большие горшки – корчаги – для разных хозяйственных надобностей; для цветов – горшки с отверстием для стока воды; а детские горшки и «ночные вазы» – с ручкой. Сырые изделия сушили и обжигали в гончарном горне, где пластичная глина каменила, превращаясь в керамику.

Промкомбинат объединял фотоателье, часовую и другие мастерские. Перевоз грузов осуществлялся как на маневренных двухколесках, так и на одно- и пароконных четырёхколёсных повозках – подводах, телегах, бричках и арбах, «трудилась» в промкомбинате и потрепанная на военных дорогах полуторка. Её водил добродушный, с закрученными пшеничного цвета усами шофёр-фронтвик. Тележки-вагонетки на кирпичном заводе толкались по рельсам парами женщин. В промкомбинате Пётр Сидорович проработал почти 10 лет. Потом перешел в торговлю, уволился при достижении пенсионного возраста, за-



тем возобновил работу заведующим и продавцом хозмага, где проработал с сыном Александром до обострения его болезни.

Пётр Сидорович избирался депутатом в сельсовет в 1955-57 годах и членом ревизионной комиссии потребительского общества в 1959-65 годах. В ноябре 1967 года на торжественном заседании, посвящённом 50-летию Великой Октябрьской социалистической революции, которое состоялось в построенном к этой дате широкоформатном кинотеатре «Юбилейный», председатель райисполкома В.И. Дейнеко вручил ему орден «Красной Звезды» как активному участнику гражданской войны. Это ему и другим обливчанам – участникам борьбы

за установление Советской власти в 1917-22 годах – на привокзальной площади сооружён памятник, созданный обливским художником и скульптором Г.Г. Мельниковым.

Упокоился Пётр Сидорович в 1975 году на обливском кладбище. Александр Петрович Роценко, 1926 года рождения, после окончания школы-семилетки в 1942 году и освобождения станицы Обливской от немецко-фашистских захватчиков вместе с другом по футбольной команде Алексеем Стукопиным и другими ребятами (о них ранее сообщал «Авангард») записался добровольцем в Красную армию в 1943 году. Ребята (кому исполнилось, а кому ещё шёл 16-й год), будучи рослыми, особенно Александр, приписали себе год (поэтому в архиве Министерства обороны у него указано два года рождения: 1926 и 1927). В военкомате ребятам поверили «на слово», а может, захотели поверить, так как юношей 1927 года рождения призывали в Красную армию лишь в 1945 году и то только тех, кому исполнилось 18 лет в первом полугодии.

Александр мечтал повоевать, но был зачислен в запасные войска и учился военному делу. В марте 1945 года, когда ему пошёл 18-й год, он добился перевода в действующую армию – на фронт. Победу Александр встретил в звании

Гвардии младшего сержанта 417 миномётного полка 24 артиллерийской дивизии. В документах о награждении его медалями «За боевые заслуги» и «За освобождение Праги» записано: «Будучи старшим телефонистом управления 1-го дивизиона, он за время боёв с 10 марта по 6 апреля 1945 года под огнём артиллерии противника устранил 32 порыва телефонной связи, а 6 апреля на левом берегу реки Одер, участвуя в отражении контратаки противника, выстрелами в упор из винтовки уничтожил 4 немца».

Награждён Александр и медалью «За победу над Германией в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.». После войны он проходил срочную службу на Украине: сначала во Львове, при штабе Прикарпатского военного округа, потом, окончив курсы писарей, в Ужгороде и Житомире, где познакомился с «гарной дивчиной», на которой после демобилизации и женился. Трудовую деятельность начал продавцом в хуторе Нестёркине, потом жил и работал близ Херсона, тяжело заболел и возвратился в родительский дом, работал продавцом в обливском хозмаге. Ушёл из жизни в 37 лет, и его покой охраняет вечно зелёная пирамидальная туя, которую с болью в сердце посадил отец.

Внук и племянник
Ю.И. РЯБУХИН.