



Знамя Правды

№55 (10224)

четверг
12
июля

2018

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

ИЗДАЁТСЯ с 1 АВГУСТА 1931 года

znamjapravdi@mail.ru

УПОРОВСКОГО РАЙОНА ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

6+

Заготовка кормов

Пришло время люцерны



Для Владимира Бородина в жаркие дни перерыв – непозволительная роскошь.

Аграрии района приступили к заготовке кормов. Последние дни июня и первые июля порадовали осадками и теплом, так что у трав было время набрать силу. На полях Ингалинского отделения ООО «МСК» сейчас в стадии бутонизации и цветения люцерна. В это время в растениях наибольшая концентрация питательных веществ, а значит, пришло время закладывать её на сенаж.

В жаркие дни скошенная трава на поле быстро подвяливается, что позволяет оперативно её сенажировать. В валках на поле она пролежит не более четырёх часов, а затем, опрысканная комбайнами водным раствором с ферментами и измельчённая, отправится в яму.

Первыми в Ингалинском уби-

рались участки в непосредственной близости к селу. Наполненные доверху КамАЗы и тракторы за рейс отвозили с поля по 8-10 тонн зелёной массы.

Владимир Бородин как опытный производственник замечает, что первый укос дал сравнительно небольшое количество зелёной массы.

Агроном ООО «МСК» Владимир Артюгин рассказывает, что работа движется, но темп меняется в зависимости от погодных условий. «Заготовку кормов сейчас ведём в фазе бутонизации до начала цветения. В ближайших планах – заполнить яму в три тысячи тонн за 4-5 дней. Предпосылки для этого есть: масса у растений достаточная, погода позволяет, техника имеется, специалисты настроены на ударный труд. Ду-

маю, всё получится», – говорит Владимир Ефросинович.

Работу комбайнерам и механизаторам на подборе и отвозе обеспечивает трактор «Джон Дир» с косилкой. Новый агрегат с шириной захвата восемь метров предприятие приобрело в этом году в замен старого «Челенджера». На надёжность новой техники можно положиться, как и на опыт её хозяина Алексея Кондратьева.

Сейчас он работает весь световой день, чтобы коллеги на пятки не наступали.

Дел впереди много, растениеводам нужно обеспечить кормами третье в районе стадо – 800 голов дойных коров, 200-300 телят и нетелей. Планируется заготовить для их нужд порядка 10 тысяч тонн сенажа, девять тысяч тонн силоса и 2-3 тысячи тонн сена.

Полевые работы



Алексей Артемьев успевает делать больше благодаря использованию нового опрыскивателя.

Будет урожай, будет и зарплата

В июле аграрии Упоровского района завершают обработку зерновых культур от болезней, химическую прополку, а хозяйства, выращивающие картофель, – окучивание. В ООО «Агрокомплекс «Манайский», под сельскохозяйственными культурами находятся третьи по величине площади в районе. Здесь также приступили к интенсивным работам с посевами.

Именно на картофель в этом году сделали ставку аграрии «Манайского», а объясняют это тем, что даже рапс не отличается такой рентабельностью. Купили минимальный набор оборудования и начали трудиться.

Часть участка в 40 гектаров близ села Киселёво специалисты отвели под семенной участок. Здесь окучивание было проведено в первую очередь, поэтому теперь растения хорошо раскустились, а рядки с равномерными всходами радуют глаз. А вот около Нижнеманая картофелеводы приступили к гребнеобразованию совсем недавно. На этих работах трудится опытный землепашец Эдуард Ческидов на новом тракторе с четырёхрядным орудием. Он механизатор со стажем, но для работы с новой культурой в севообороте нужно было набить руку. «Сам сажал, окучиваю и копать мне. По началу было непривычно, теперь, кажется, справляемся», – говорит Эдуард Юрьевич. – В поле выходим в четыре утра и трудимся, пока не стемнеет. Работать стараемся, ведь если будет хороший урожай, будет и хорошая зарплата.

Специалисты предприятия отмечают, что земля здесь совсем не пропускает воду, после дождя проехать невозможно. Вот и сажать «второй хлеб» приходилось в грязь, техника застревала, поэтому завершили посевную только в середине июня.

Да и сегодня работать на этой тяжёлой почве, пустовавшей несколько лет, нелегко. Сотрудникам МТМ уже не раз приходи-

лось оперативно менять сломанные карданы тракторов. Тем не менее растениеводы идут вперёд и проводят все запланированные технологические операции.

По словам директора по производству Сергея Качанова, в данный момент в «Манайском», хоть и с опозданием, завершается окучивание картофеля и проводится химпрополка всех сельскохозяйственных культур. Работы осталось всего на несколько дней.

Кроме картофеля, здесь есть рапс, который перерабатывается на собственном заводе, однолетние травы, идущие на корм скоту, овёс, ячмень и горох, а также пшеница, под которую отведена самая большая площадь – более, чем три тысячи гектаров.

На полях с яровой пшеницей сейчас работает опрыскиватель. Совсем скоро осота и других сорняков здесь не станет, и хлеб будет расти без помех.

На обработке сейчас занят тракторист Алексей Артемьев. На своём МТЗ он тянет 24-метровые крылья распыляющего агрегата. Видно, что иногда работают только несколько форсунок опрыскивателя. Всё дело в том, что приобретённые в этом году четыре установки «Торнадо» оборудованы системой навигации «Агронавигатор+» с возможностью отключения форсунок при прохождении узких необработанных участков. Эти опрыскиватели достаточно производительны и способны распылять химикаты на площади до 150 га за смену, так что обработку земледельцы планируют закончить вовремя. Уже сегодня из более 11 000 гектаров всходы протравлены на пяти тысячах.

Начата подготовка парка комбайнов. К уже имеющимся трём степным кораблям фирмы «KLAAS», девяти «Донам» и «Джон Диру» приобрели три новых «Полесья». Линейка тракторов в этом году стала больше на два «Кировца» и четыре МТЗ, скоро к этому количеству прибавится ещё два тяжёлых трактора.

Юбилеи

Своё 90-летие 6 июля отметила А. И. Еперина, 12 июля 90 лет исполняется А. Г. Белогорцевой и П. И. Лиханову, а 15-го – В. Ф. Волосниковой.

Уважаемые Агриппина Иосифовна, Амалия Готфридовна, Павел Иванович и Валентина Фёдоровна!

Примите самые искренние поздравления с 90-летним юбилеем!

90 лет – очень важное и значимое событие, это повод вновь оглянуться назад, с душевным трепетом вспомнить самые важные события прошедших лет и по достоинству оценить всё достигнутое на жизненном пути.

Ваша молодость пришлась на самую жестокую из войн, вы самоотверженно работали в тылу, приближая Победу, а в послевоенные годы восстанавливали разрушенное хозяйство страны.

Примите искреннюю благодарность и глубочайшую признательность за тяжелейший, добросовестный труд и бесценный жизненный опыт, за вклад, который вы внесли в развитие нашего района.

От всей души желаю вам крепкого здоровья, долгих лет жизни, счастья, мира и благополучия. И пусть рядом с вами в этот момент будут дорогие и близкие люди, которые согреют вас душевным теплом и сердечной добротой.

Леонид САУКОВ, глава Упоровского района.

Им всем сегодня 90



Агриппина Иосифовна Еперина родилась в селе Слободчики. У родителей тогда уже подрастал сын. Когда девочке было пять лет, семья решила переехать в Красноярск. По дороге мама простыла, сильно

заболела и вскоре умерла. Забота о двух детях полностью легла на плечи главы семьи.

С началом войны отец и брат ушли на фронт и пропали без вести. Агриппина жила у чужих людей в няньках. Работу выполняла разную, часто таскала воду, за что и прозвали маленькую хрупкую девочку «водовозом».

Голод и отсутствие тёплой одежды позволили девочке окончить только четыре класса школы, но каждую свободную минутку она читала книги.

Позже Агриппина решила вернуться домой в Слободчики, чтобы ухаживать за больным дедушкой. Работала тогда в колхозе свинаркой и дояркой.

В двадцать лет девушка вышла замуж, но семейная жизнь не



Амалия Готфридовна Белогорцева родилась в Волгоградской области в семье Екатерины Яковлевны и Готфрида Яковлевича Винтер.

Осенью 1941 года была эвакуирована с мамой и двумя сёстрами с линии фронта в Сорокинский район, затем семья переехала в Салехард. Там прожили пятнадцать лет.

В годы войны сначала работала в совхозе имени Ленина. Потом направили в училище учиться на рыбака. После его окончания стала трудиться на рыбозаводе. Пенсионерка вспоминает: «Голодали. В суточный паёк входило немного крупы и 450 граммов хлеба. Если работали «на воде», принимали рыбу у хантов, то добавлялось ещё 300 граммов».

О победе Амалия Готфридовна узнала, когда была на Обской губе, на рыбалке от завода.



Павел Иванович Лиханов родился в д. Коклягиной. Военное и послевоенное время было очень тяжёлое. Павлу приходилось работать и на быках, и на колёсном тракторе. Занимался и

ремонт обуви. «Материала не было, подошью валенки сырой кожей, поставят их сушить на печку, кожу стянет, снова несут. Питались лебедой, лепёшками из жабрея. Наедемся, ноги отнимаются, – говорит пенсионер. – Осенью приходилось на комбайне работать, и на лошадях от комбайнов хлеб возить на зерноток. Мешки наполняли и бросали на поле, едешь и собираешь, а силы положить их на телегу нет».

После войны женился, отслужил в армии. Вскоре супруги переехали жить в Суерку. Был плотником, принимал участие в возведении новой школы. Поработал некоторое время и учителем труда в школе. На заслуженный отдых ушёл в 1988



Валентина Фёдоровна Волосникова родом из города Кирова. В Упоровский район в деревню Дробинину семья приехала на заработки, когда Валя была ещё совсем

маленькой. Сначала снимали квартиру, а потом купили домик. Родители очень были трудолюбивые, мать работала в колхозе «Будённовец» бригадиром, а отец был знатным мастером-обувщиком.

Пенсионерка вспоминает: «Сначала работала с матерью. Пахали, бороили поля, запрягали свою корову, мама ведёт, а я подгоняю. Потом трудились самостоятельно, без взрослых. Выматывала жара, надоедали паузы. Но с поля уходить нельзя. Если убежит бык, могли и наказать, несмотря на юный возраст. Ответственность воспитывалась с детства».

Валентина Фёдоровна яв-

лялась, единственную дочь она воспитывала одна.

У Агриппины Иосифовны есть свой небольшой домик в Пятково. Жить одной с возрастом стало трудно, поэтому дочь Елизавета Ивановна забрала маму к себе в Тюмень. Она окружила её заботой и вниманием так, что юбилар, участник трудового фронта, имеющая награды, снова начала заниматься любимым делом – чтением книг.

Поздравляя добрую и отзывчивую Агриппину Иосифовну с юбилеем, желаем ей здоровья, заботы, любви и понимания близких людей!

Нина НОВИКОВА,
участковый специалист
по социальной работе
Пятковского с/п.

Общего трудового стажа у неё более сорока пяти лет, из них тридцать отдала парикмахерскому делу, трудилась в Доме быта (КБО) в Упорово. Награждена медалью «За доблестный труд в Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.», имеются и юбилейные медали. Является участником трудового фронта и реабилитированной.

Амалия Готфридовна достойно воспитала троих сыновей, у неё пять внуков и три правнука. Поздравляем Амалию Готфридовну с 90-летним юбилеем! Желаем здоровья и благополучия.

Ирина КОРМИНА,
заведующая ОСО на дому.

году из детского сада, где был сантехником.

Неоднократно за добросовестный труд награждался почётными грамотами, благодарственными письмами и ценными подарками. Имеет звание «Ветеран труда», награждён медалью «За доблестный труд в годы Великой Отечественной войны 1941–1945 гг.», есть юбилейные медали.

Павел Иванович, примите слова искренней благодарности за прожитые в постоянном труде годы, за отзывчивость и добросердечие. С юбилеем вас!

Антонина КОЛЯСНИКОВА,
участковый специалист
по социальной работе
Суерского с/п.

ляется участником трудового фронта, имеет медаль «За доблестный труд в годы Великой Отечественной войны 1941–1945 гг.», бережно ею хранятся и юбилейные медали.

С мужем, Фёдором Тимофеевичем, прожили около сорока лет. Воспитали единственную дочь, которая сейчас помогает маме во всех домашних делах. Радуют своим посещением бабушку внуки и правнуки.

Поздравляем Валентину Фёдоровну с достойным юбилеем. Желаем ей и её близким здоровья, уюта, тепла, благополучия.

Ирина КОРМИНА,
заведующая ОСО на дому.

Наши интервью

Детский отдых. Условия все созданы

Лето – одна из лучших историй детства, когда каждый новый день – отдельная глава, когда всё самое интересное и захватывающее может произойти в родной школе. 13 пришкольных лагерей в первый сезон и 8 во второй работали и работают на базе образовательных учреждений Упоровского района. Методист комитета по образованию Сергей ЗЯТЬКОВ рассказал нам, как организован детский отдых на территории района.

– 1 278 мальчишек и девочек за первую смену и 623 за вторую набрались сил и зарядились жизнерадостным настроением в пришкольных лагерях нашего района. Большинство ребят получили бесплатную путёвку, среди них школьники, с которыми проводится индивидуальная профилактическая работа.

– Когда родители отправляют ребёнка в лагерь, должны ли они беспокоиться о качестве питания?

– Питание в пришкольных лагерях дневного пребывания детей организовано в соответствии с разработанным и утверждённым Центром технологического контроля меню. В приоритете овощи, фрукты, другие полезные продукты питания. Впервые в рационе детей национальные блюда. В течение работы первой смены лагерей замечаний по организации питания в ходе проверок Роспотребнадзором практически не выявлено.

– Что интересного предлагается в лагерях?

– Перед началом первого сезона в пяти базовых школах разработаны программы организации и проведения летнего отдыха детей. В Буньковской и Суерской она называется «Дорогою добра», в Емуртлинской – «Наследники», в Пятковской – «Закулисье», в Упоровской – «Школа волшебства». Они получили экспертную оценку в областном институте развития образования (ТОГИРРО). В соответствии с этими программами реализуются

планы мероприятий. Расписан каждый час нахождения детей и подростков на оздоровительных площадках. Досуг ребят в лагере разнообразный, проводятся спортивные, творческо-познавательные, патриотические, экологические мероприятия.

По решению межведомственной комиссии по организации отдыха, оздоровления населения и занятости несовершеннолетних и по поручению департамента образования и науки Тюменской области, второй год реализуются образовательные маршруты по различным направлениям, которые являются неотъемлемой частью программ летних пришкольных лагерей. Все участники смены за это время успели узнать много нового и интересного о своём родном крае.

Ежедневно проводится мониторинг качества работы оздоровительных площадок с оценкой настроения. Дети выбирают красные или синие «ладошки». Красные «ладошки» (позитивное настроение) – лидируют.

– Что ещё является приоритетным в этой теме?

– Безопасность детского отдыха. Для её обеспечения сделано очень много. В первую очередь, все пришкольные лагеря с дневным пребыванием детей оборудованы системой видеонаблюдения в круглосуточном режиме, записанная информация хранится определённое время. Во всех учреждениях организован пропускной режим и установлены кнопки экстренного вызова с выводом на пульт вневедомственной охраны войск национальной гвардии. Оформлены уголки безопасности с информацией, предостерегающей детей от опасности, и воспитания навыков поведения в нештатной ситуации. Всё игровое и спортивное оборудование прошло экспертизу на безопасность, оформлены соответствующие документы. Надеемся, что лето пройдёт без происшествий, дети смогут полноценно отдохнуть и набраться сил.

Беседовала
Мила ШАБАНОВА.

Наше здоровье

Уважаемые жители района!

На территории Упоровского района будет работать передвижная флюорографическая установка. График работы приведён в таблице. Дополнительную информацию можно узнать через фельдшеров ФАПов, регистратуру.

Населённый пункт	Дата исследования
с. Ингалинское, д. Лыково, д. Нифаки	14.07.2018 (суббота)
с. Липиха, д. Старая Шадрина	15.07.2018 (воскресенье)
с. Суерка (д. Тютрина, д. Губина, д. Коклягина)	16.07.2018 (понедельник)
с. Суерка (д. Тютрина, д. Губина, д. Коклягина)	17.07.2018 (вторник до 11 часов)
с. Бызово, д. Карагулёва, д. Пушкарёва	17.07.2018 (вторник с 12 часов)
д. Чёрная, д. Шашова, д. Чашина, д. Кокуй	18.07.2018 (среда)
с. Упорово	19.07.2018 (четверг)
с. Упорово	20.07.2018 (пятница)
п. Механизаторов, д. Осеева, д. Короткова, д. Петропавловка	21.07.2018 (суббота)
д. Тюменцева, с. Коркино, с. Одино, д. Боровушка, д. Дробинина	22.07.2018 (воскресенье)
с. Емуртла, п. Емуртлинский, с. Бердюгино, д. Кашаир, д. Старая Нерпа	23.07.2018 (понедельник)
с. Слободчики, п. Октябрьский, п. Первомайский	24.07.2018 (вторник)
с. Масали	25.07.2018 (среда) 26.07.2018 (четверг)
д. Видонова, п. Кизак, п. Дубровинский, д. Маркова	27.07.2018 (пятница)
с. Пятково	28.07.2018 (четверг)
с. Нижнеманай, с. Крашенинино, д. Пантелеевка	29.07.2019 (пятница)

Администрация ГБУЗ ТО «Областная больница № 12» (г. Заводоуковск) филиал Упоровская районная больница.

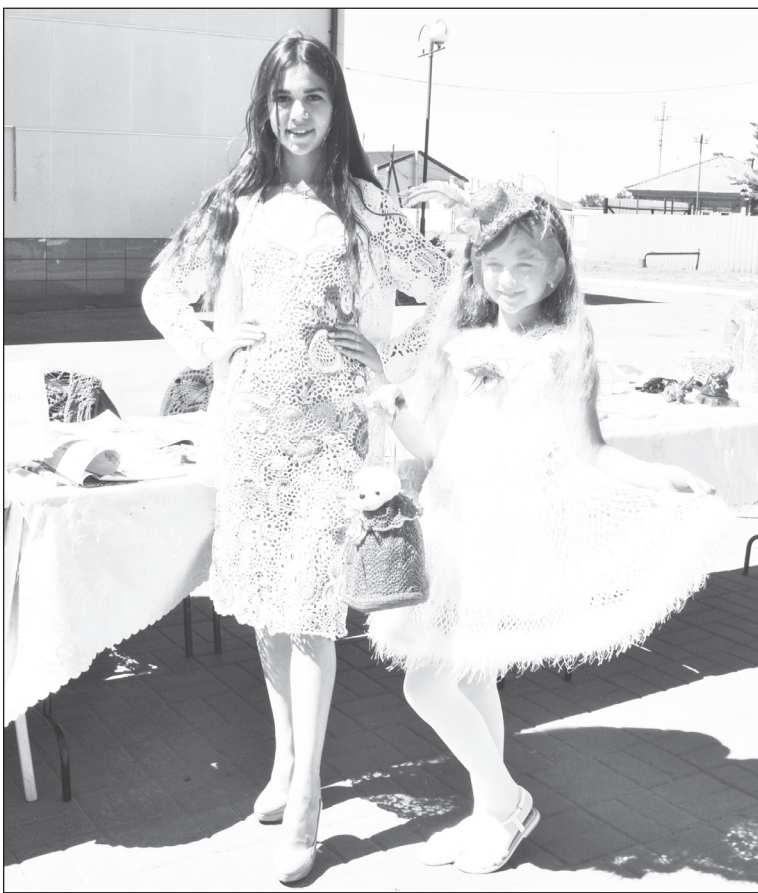
Мир твоих увлечений

Фантазии полёт и рук творенье...

На площади РДК возле летней эстрады прошла районная выставка декоративно-прикладного искусства и народного творчества людей старшего возраста «Творчество души».

В ней приняли участие 46 народных умельцев в семи номинациях.

Открыла выставку начальник отдела социальной защиты населения Упоровского района Л. В. Зоммер. Затем жюри, в состав которого вошли Л. Р. Сатюкова, Н. А. Баннова, Е. А. Мотова, начало просмотр творческих работ. Хочется отметить, что изделия декоративно-прикладного искусства все были очень хороши, и задача – выбрать лучшие – у комиссии оказалась не из лёгких. Тем не менее судьи сделали свой выбор. По итогам выставки Любовь Витальевна вручила дипломы. Первое место в номинации «Ювелирные изыски» (изделия из бисера) получила Фаина Агишева, представлявшая Бызовское поселение, в номинации «Деревянная сказка» победу присудили Сергею Архипову (Емуртлинское поселение), «Шедевры на канве» (вышитое изделие) – Галине Басиной (Суерское поселение), «Авторская кукла» – Людмиле Чирятьевой (Упоровское поселение, «Кружевоплетение» – Галине Бородиной (Емуртлинское поселение), «Семейные фантазии» (работы, выполненные совместно с детьми) – Екатерине Бабановой (Буньковское поселение), «Радужная нить» (вязаное изделие) – Любови Уляшевой (Коркинское поселение). Отмечу, что всю одежду, связанную



Кружевные наряды Любови Уляшевой демонстрируют модели.

крючком, Любовь Борисовна придумывает сама, её модели печатают в журналах.

Благодарственные письма за активную общественную деятельность председателям первичных ветеранских организаций Валентине Захаровой (Пятковское поселение) и Александре Андрияновой (Емуртлинское поселение) вручила председатель совета ветеранов Упоровского района Н. А. Золотухина.

Надо сказать, что Галина Басина была удостоена ещё двух дипломов, которые она получила за вторые места в номинациях «Кружевоплетение» и «Авторская кукла». Двумя дипломами наградили и Любовь Елесину за второе место в номинации «Семейные фантазии» и третьё – «Кружевоплетение».

Марина МЕДВЕДЕВА.
Фото автора.

Официально

РЕШЕНИЕ

11 июля 2018 года № 42

О приёме предложений по кандидатурам для дополнительного зачисления в резерв составов участковых избирательных комиссий Упоровского района Тюменской области

Руководствуясь статьёй 27 Федерального закона от 12.06.2002 № 67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», постановлением Центральной избирательной комиссии Российской Федерации от 05.12.2012 № 152/1137-6 (ред. от 01.11.2017) «О порядке формирования резерва составов участковых комиссий и назначения нового члена участковой комиссии из резерва составов участковых комиссий», решением Избирательной комиссии Тюменской области от 07.12.2017 № 23/120-6 «О формировании резерва составов участковых избирательных комиссий в Тюменской области территориальными избирательными комиссиями», в связи с проведением избирательной кампании по выборам губернатора Тюменской области (единый день голосования 9 сентября 2018 года), территориальная избирательная комиссия Упоровского района Тюменской области решила:

1. Объявить приём предложений по кандидатурам для дополнительного зачисления в резерв составов всех участковых избирательных комиссий Упоровского района Тюменской области в период с 20 июля по 09 августа 2018 года в рабочие дни (понедельник – пятница) с 08.00 до 16.00 часов.

2. Определить, что документы по кандидатурам для дополнительного зачисления в резерв составов участковых избирательных комиссий Упоровского района Тюменской области принимаются по адресу: с. Упорово, ул. Володарского, д. 45, каб. 402.

3. Перечень и образцы документов, представляемых в территориальную избирательную комиссию Упоровского района Тюменской области по кандидатурам для дополнительного зачисления в резерв составов участковых комиссий Упоровского района Тюменской области, а также требования к кандидатурам установлены Порядком формирования резерва составов участковых комиссий и назначения нового члена участковой комиссии из резерва составов участковых комиссий, утверждённым постановлением Центральной избирательной комиссии Российской Федерации от 05.12.2012 № 152/1137-6 (ред. от 01.11.2017) «О порядке формирования резерва составов участковых комиссий и назначения нового члена участковой комиссии из резерва составов участковых комиссий», а также Методическими рекомендациями о порядке формирования территориальных избирательных комиссий муниципальных образований, окружных и участковых избирательных комиссий, утверждёнными постановлением Центральной избирательной комиссии Российской Федерации от 17.02.2010 № 192/1337-5 (ред. от 23.03.2016).

4. Провести заседание территориальной избирательной комиссии Упоровского района Тюменской области для принятия решения о дополнительном зачислении в резерв составов участковых избирательных комиссий 16 августа 2018 года.

5. Направить настоящее решение в Избирательную комиссию Тюменской области.

6. Опубликовать настоящее решение в газете «Знамя правды».

Председатель
комиссии В. Д. Заусайлов.
Секретарь комиссии
О. А. Леонова.

Отечество

Встретились на родной земле

Почти 100 человек собрались на прошлой неделе в Губиной Суерского сельского поселения. Здесь шумно, весело и с ностальгией встретили праздник родной деревни те, кто через много лет пронёс любовь к малой родине, кого взрастила эта земля и для кого стала родным домом.

Встречу активисты при поддержке главы Ларисы Гольцман организовали всего за несколько дней. На празднике под аккомпанемент артистов Худяковых выходцы этой стороны обни-

мались, вспоминали прошлое, глядя на старые фотографии, узнавали в детях черты родителей и знакомились вновь, иногда после десятилетий разлуки. Лариса Васильевна отметила: даже годы не смогли прервать связь бывших жителей с этим местом и друг с другом.

Сегодня в Губиной в 16 домовладениях проживают 20 человек, а раньше деревня была большой и зажиточной. Здесь имелись магазин и начальная школа, в больших семьях на 80 дворах проживали более 200 жителей. Люди держали

хозяйство, работали на полях и ферме.

Надежда Перминова переехала из Губиной всего несколько лет назад, но и сегодня приезжает, чтобы навестить родную деревушку: «Я здесь прожила много лет. С земляками у нас всегда были очень тёплые отношения, мы никогда не ругались, все жили дружно, а ещё мы, губинцы, очень любим наши лес и Тобол».

Совсем недавно жителем деревни стал приехавший сюда со своей семьёй Игорь Протопопов. Он говорит, что поддался новой тенденции в обществе, когда люди оставляют города и переселяются в сельскую местность: «Можно сказать, что сегодня в моде натуральные продукты и общение с природой. Сам могу заверить, что в таких отдалённых населённых пунктах жить даже лучше, но это не объяснить, это надо попробовать». Сейчас новосёлы живут, как и их соседи, с личным подсобным хозяйством и верой в светлое будущее.

В числе местных жителей, встречавших гостей, был Андрей Тропин. Несколько лет назад в поисках новой жизни он приехал сюда и остался навсегда. Теперь именно на пятке возле его дома собралась дружная и шумная семья губинцев. Здесь земляки поставили широкие столы с угощениями и варили шурпу.

Андрей признаётся, что это тихое спокойное место в непосредственной близости к цивилизации, с его просторами, красивой рекой и рыбацкими местами не могут не нравиться. В ходе праздника Лариса Голь-



На фотографиях что ни сосед, то родственник.

цман вручила благодарственные письма самым уважаемым выходцам деревни, а её уроженец и автор брошюры с воспоминаниями о губинской начальной школе Фёдор Поляков, от лица собравшихся вручил благодарность главе поселения за тёплый приём и внимание к истории малых населённых пунктов.

Организаторы праздника рассчитывали, что встретиться с земляками захотят около 30 человек, но уже в начале мероприятия в гостевую книгу записались 80 уроженцев деревни. Здесь читали стихи, вспомнили историю создания населённого пункта, трудовые заслуги работников полей и ферм, прогуливались по тихим улочкам и живописным тропинкам, ведущим к Тоболу. Люди, давно уехавшие из деревни, те кто бывает здесь регулярно, и жители отмечают, что деревня с годами не меня-

ется. Она сохранила всю свою красоту и очарование.

Вера ЛИПУХИНА.
Фото автора.

Губина нам родная,
Здесь начиналась жизнь.
Мама с отцом молодые
Не раз по тебе пролились.
Залиты солнцем дорожки,
Кузнечики стрекохнут в траве,
Мелькают быстрые ножки –
Тропинка ведёт к реке.
Дышит речная прохлада,
Снимает усталость дня.
Плыть по воде – отрада,
Тобол освежит меня.
Воздух, звеняще тихий,
Кукушки далёкий крик.
Пахнет цветами с луга –
Лета короткий миг.
Родиной надышаться,
Впитать в себя «соль земли»,
Над суетой подняться,
Смыслом наполнить дни.

Елена ХАЛАЕВА.





АнтиСтресс

Советы специалиста

Чтобы жара была комфортной и безопасной

Вот и наступило долгожданное лето! На улице жарко, влажно и душно. И не всем такая погода в радость. Речь о людях, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями. О том, как избежать ухудшения самочувствия в такое время, мы попросили рассказать врача-кардиолога Упоровской больницы Татьяну ИВАНОВУ.

— Летом закономерно растёт статистика сосудистых катастроф. В Упоровском районе за последние два с половиной месяца случилось несколько инсультов, инфаркт миокарда, 15 случаев нестабильной стенокардии. От инсульта умерли два человека, тромбозов сосудов, несовместимых с жизнью, — один. Кто же находится в группе риска? Во-первых, лица с хроническими инфекционными заболеваниями, т. е. лица с ишемической болезнью сердца, с нарушением ритма сердца, артериальной гипертензией, заболеванием сосудов конечностей. Во-вторых, мужчины трудоспособного возраста с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, а также и те, кто никогда не обращался по этому поводу за медицинской помощью. Почему же мужчины — крепкие, сильные и работающие — первые попадают под удар? Не говоря уже о людях пожилого возраста, которые задолго до изменения погоды

могут чувствовать ухудшение самочувствия. В большинстве случаев у мужчин в сельской местности тяжёлые условия труда, они подвергаются воздействию высоких температур в кабинах транспортных средств, на лесозаготовках, при других физических нагрузках. И стоит сказать, что у мужского населения больше вредных привычек и меньше контроля за своим здоровьем. А ведь эта добрая половина человечества — опора государства.

— Как же сделать жару комфортной и безопасной? Какие общие рекомендации можно дать всем, независимо от возраста?

— Во-первых, наладить водно-питьевой режим. Ведь основная причина сосудистых катастроф в жару — это сгущение крови. Но и здесь важно придерживаться золотой середины. Нужно ориентироваться на возраст и наличие сопутствующей патологии. Большой объём жидкости ведёт к подъёму артериального давления или может усугубить сердечную недостаточность. Особенно это касается пожилых людей. В таком случае пить нужно простую охлаждённую воду до 2-х литров в сутки. При вынужденной работе в жарких условиях, особенно в закрытом пространстве (кабинах тракторов, кузницах, горячих цехах и проч.), потребность в воде

возрастает (более 2 литров). В этом случае, кроме простой воды, нужно пить минеральную без газов. Не стоит переходить только на минеральную воду, т. к. избыток солей может спровоцировать мочекаменную болезнь. Употребление же простой воды, в объёме более трёх литров, выводит соли из организма, что приведёт к слабости и потере трудоспособности. Нельзя забывать, что в закрытом пространстве можно подвергнуться тепловому удару, например, в кабине того же трактора. В этом случае нужно не только пить воду, но и обливаться ею. Что касается детей, то их можно не ограничивать в приёме воды, так как они выпьют столько, сколько необходимо их организму.

Второй совет: ограничить пребывание на солнце. Минимизировать физическую нагрузку. Работу в огороде перенести на утренние или вечерние часы. Отложить длительные прогулки на солнце.

Уменьшить потребление жирной, острой и солёной пищи. Избыток соли приводит к задержке жидкостей и формированию отёков. А мороженое в жару может навредить. Оно усиливает жажду и может явиться причиной острого фарингита и тонзиллита.

Кондиционеры — благо цивилизации, использование которого должно быть в разумных

пределах и с оптимальными температурами. Его влажная среда — это почва для размножения легионеллы — микроба-возбудителя пневмонии. Да и резкие перепады температур становятся причиной ангин, бронхитов, синуситов.

Категорически не рекомендуется чрезмерное употребление алкогольных напитков, так как продукты их распада приводят к нарушению ритма сердца, особенно на фоне повышенного водно-солевого обмена. А курение сигарет провоцирует сосудистый спазм.

Те пациенты, которые уже несут груз заболеваний сердечно-сосудистой системы, конечно, должны принимать препараты, назначенные врачом (гипотензивные, антиаритмические и разжижающие кровь).

Одно из важнейших мероприятий, которое необходимо ввести в распорядок своего дня тем людям, которые страдают повышенным артериальным давлением, — это регулярный его контроль. Необходимо знать: с какими цифрами АД вы ложитесь спать, с какими просыпаетесь, и какое бывает в течение дня.

Ещё один небольшой совет. В доме должна быть аптечка для оказания первой помощи. Набор препаратов для неё можно определить с медицинским работником (фельдшером, врачом). Как показывает практика, некоторые

пациенты, страдающие ишемической болезнью сердца, артериальной гипертензией, не знают, какими препаратами пользоваться в экстренной ситуации.

— Что нужно делать при первых симптомах нестабильного самочувствия?

— Во-первых, успокоиться, и, по возможности, сесть удобнее. Постарайтесь понять, что именно ухудшает ваше самочувствие (сердцебиение, одышка, головная боль, нарушение речи и др.), измерьте артериальное давление. Если это состояние произошло впервые в вашей жизни, то вызывайте скорую. Если такая ситуация повторяется, и вы догадываетесь о её причине, то подумайте, чем вы можете себе помочь. Для этих целей в вашей домашней аптечке должны быть препараты, которые используются для оказания неотложной помощи. Если состояние не стабилизировалось, то обращайтесь за медицинской помощью в этот же день (вызывайте бригаду СМП). В такие дни лучше отложить посещение поликлиники и вызвать медицинского работника (фельдшера или врача) на дом. Если вы всё же решили обратиться за медицинской помощью самостоятельно, то экстренная и неотложная помощь оказывается в день обращения.

Будьте здоровы, внимательны к себе и берегите своих близких!

Спрашивала
Людмила ИВЛЕВА.

Встречи с природой



Утренние трели камышовки.

Садовая чародейка

Всё реже и реже радуют нас своими чудесными голосами малые птицы. Оно и понятно: птички заняты выкармливанием потомства, не до песенок им уже. Забот полон рот — носят в своих клювиках червячков и различных насекомых своим птенчикам. А те птицы, что уже поставили малышей на крыло (скворцы, например), объединились в стайки и кочуют по кормным местам, приучая слётков к взрослой жизни.

Весной и в начале лета в сельских садах, в зарослях кустарников можно услышать приятный голосок маленькой и довольно скрытной птички — садовой камышовки.

Особенно азартно птичка пела на утренних и вечерних зорях, но и днём она одаривала нас незатейливыми мелодиями.

Конечно, пичужке этой не по силам тягаться с прославленным мастером соловьём. И даже голос коноплянки или дубровника приятнее будет для слуха. Но сила самовыражения настолько подчёркивала индивидуальность исполнения, что каждое утро заставляла нас просыпаться пораньше, чтобы послушать поселившуюся в саду чародейку.

Александр АНТИПИН. Фото автора.

Во саду ли, в огороде

Секреты хорошего урожая

Июнь не задался... количество выпавших осадков в виде дождя в два раза превысило обычную норму, температура же наоборот, не достигала до средне-месячной. Высаженная овощная рассада не радовала буйством роста и цветом будущих плодов. Отчаявшись дожидаться урожая на своём огороде в это лето, за советом мы направились к известному в нашем районе агроному-овощеводу Лидии ФИЛАТОВОЙ.

— Что делать, Лидия Вениаминовна, не растёт, не цветёт, не завязывается ничего...

— Отчего же ничего, траве хорошо, солнца и тепла ей хватает. А всему остальному помочь надо вырасти. В прохладные дни овощные культуры замедляют рост, в результате чего откладывается цветение, урожая можно и не дожидаться. Огурцы, например, они из Индии к нам пришли, любят тепло и влажность. Сибирским холодным летом растение страдает, снижается иммунитет, оно становится подвержено инфекциям. Что можно сделать? Мульчировать, чтобы удержать тепло в почве. Если из-за переохлаждения листья и плоды начали желтеть, требуется укрепить иммунитет растений, например, опрыскать их раствором молочной сыворотки (1 литр на 5 литров воды), можно полить раствором соды (столовая ложка на ведро тёплой воды), лить под корень. С корневой гнилью лучше всего бороться раствором любого из этих препаратов: триходермина, глиокладина или фитоспорина, которым следует полить растение. Хорошо бы огурцы, высаженные в открытый грунт, укрыть нетканым материалом, чтобы создать комфортный микроклимат.

Томатам, растущим в теплицах из поликарбоната, тоже не сладко: ночами холодно, днём слишком жарко, а при температуре выше 30-35 градусов их пыльца становится стерильной. Что делать? Утром, когда



У Лидии Вениаминовны растёт 110 видов и 240 сортов растений.

температура в теплице не перевалила 30-градусной отметки, следует слегка простучать все растения, чтобы пыльца выпала на пестик и произошло оплодотворение. В теплице следует провести ряд мероприятий для понижения дневной температуры: побелить её верхнюю часть, обтянуть изнутри акрилом или с южной стороны посадить солнцелюбивые растения. Если же томаты высажены в открытом грунте, то овощеводам следует знать, что при температуре +12 градусов бутоны не закладываются и при ниже +16 не раскрываются.

Для усиления роста кабачков, тыкв, капусты предлагаю воспользоваться бело-красным двойным спанбондом для одновременного мульчирования почвы и сохранения в ней тепла. Применение укрывного материала улучшает температурный режим в корневой зоне, что приводит к усилению роста овощей.

Ещё советую использовать для всех овощных культур антидепрессанты, ведь резкие перепады дневной и ночной температур являются для них постоянным стрессом. Препараты «Эпин», «Циркон» и ряд других специально созданы для регулирования образования корней, роста, цветения и плодоношения. Ценность этих средств в том, что они стимулируют собственные силы растений. Хорошего всем урожая.

Мила ШАБАНОВА.
Фото автора.