



1 сентября – День знаний

# Снова школьный звонит звонок

Сегодня в учебных заведениях стартует новый учебный год



В семье Долгих 1 сентября – двойной праздник: в этом году Захар идёт в первый класс, а его сестра Милана – в пятый

Больше всего первоклассников (97 человек) будет учиться в Казанской школе. Для них выделено четыре класса. В Новоселёвскую школу придут 62 новоиспечённых ученика, в Ильинскую – 23, в Дубын-

скую – 19, в Большеярковскую – 16. В остальные школы – 10 и менее человек. Все ребята будут учиться в первую смену. Во второй половине дня в каждой школе планируется внеучебная и кружковая дея-

тельность.

В связи с режимом повышенной готовности торжественные линей-

ки, посвящённые началу учебного года, в этом году будут не у всех школьников, а только у тех, кто пойд-

**1 сентября в районе за парты сядут 2785 учеников, из них впервые переступят порог школы 285 детей.**

## Вакцинация – надёжное средство защиты от COVID-19

**Записаться на прививку от коронавирусной инфекции можно:**

- по телефону горячей линии 122,
- на портале «Госуслуги»,
- по телефону колл-центра 4-15-56,
- при личном посещении поликлиники.

**Берегите здоровье своё и своих близких!**

дёт в первый и выпускной классы – девятый и одиннадцатый. Но во всех классах занятия начнутся с урока знаний, который будет посвящён достижениям науки и новым технологиям.

В учебных учреждениях средства для дезинфекции и измерения температуры имеются в достаточном количестве, проработаны вопросы антитеррористической и пожарной безопасности.

В этом году в школах введена новая должность – советник директора по воспитательной работе.

**Светлана СУРОВЦЕВА**  
Фото автора

## Поздравления

**Дорогие школьники, студенты и педагоги Тюменской области! Уважаемые родители!**

Поздравляю вас с началом нового учебного года!

Наш мир быстро меняется. Идёт бурное и непрерывное развитие техники, технологий, возникают новые инновационные направления. Всё это требует фундаментальных компетенций, которые должны давать современные школы, колледжи, вузы. И от того, насколько качественные эти знания, зависит дальнейшее развитие региона, страны, а значит, и будущее каждого из нас. Этот «багаж» могут и готовы вам дать наши высококвалифицированные, любящие свою профессию школьные учителя и работники учреждений дополнительного образования, преподаватели средних и высших учебных заведений.

Впереди – новый учебный год, пора насыщенных школьных дней, открытий, знакомств, возможностей и достижений для более 200 тысяч юных тюменцев и более 22 тысяч педагогов. Здоровья, творческих сил и замечательных учеников – преподавателям, мудрости, терпения и веры в своих детей – родителям. Отличных оценок, верных друзей и ярких побед, вам, дорогие ребята!

**Александр МООР,**  
губернатор Тюменской области

(Оплачено из средств избирательного фонда Тюменского регионального отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия»)

**Дорогие школьники! Уважаемые учителя и родители!**

Поздравляю вас с Днём знаний!

Школьные годы – не только прекрасная, но и очень важная пора в жизни каждого человека. Это время, когда вы получаете свои основные, фундаментальные знания. Сегодня образование – один из главных ресурсов человека.

В День знаний особые слова хочется сказать в адрес первокурсников! Вы в самом начале удивительного путешествия. Учитесь с удовольствием, получайте новые знания и помогайте друг другу!

Это особый день и для родителей, вместе с вашими детьми вы будете шаг за шагом идти по школьной дорожке, вместе открывать страничку за страничкой в увлекательной книге знаний. Желаю вам мудрости и терпения, которые помогут детям обрести себя в современном мире.

С особым чувством признательности поздравляю с Днём знаний учителей. Ваша целеустремлённость, верность выбранной профессии, ваш талант и профессионализм помогут нашему образованию выйти на новый уровень.

Желаю учителям крепкого здоровья, плодотворной работы, счастья и благополучия, родителям – мудрости, душевного равновесия и терпения, а ученикам – любознательности и усердия, творческих удач, новых открытий, успехов и побед.

**Татьяна БОГДАНОВА,**  
глава района

Погода в Казанском

02.09  
четверг

+19 ☀

скорость ветра  
6 – 12 м/с, Ю

+9 ☾

03.09  
пятница

+24 ☀

скорость ветра  
3 – 11 м/с, Ю

+13 ☾

04.09  
суббота

+25 ☀

скорость ветра  
7 – 14 м/с, Ю/В

+15 ☾

ВЫБОРЫ-2021

## С Днём знаний!

**Уважаемые учителя и родители, дорогие школьники, учащиеся, студенты!**

От депутатов думы Казанского района и от себя лично поздравляю вас с Днём знаний!

Этот праздник – один из самых торжественных и волнующих, он дорог всем поколениям, праздник, который открывает двери в новый мир открытий и возможностей. Светлые воспоминания об этом дне всю жизнь согревают нас, вдохновляют на добрые дела, поддерживают в трудные минуты жизни.

Особенно волнующим он будет для первоклассников, перед которыми двери в страну знаний откроются впервые. Пусть для них он станет началом новой интересной жизни, подарит знакомства с мудрыми наставниками и верными друзьями.

Для старшеклассников этот учебный год станет решающим в выборе профессии. Желаю им успехов в овладении знаниями и верных планов по выбору жизненного пути. Студентам желаю стать не только высококлассными специалистами, но и выработать активную

гражданскую позицию, осознать ответственность за будущее нашего родного Казанского района, области, всей России.

Учителям желаю настойчивости в достижении намеченных целей и новых профессиональных достижений, а родителям – мудрости и терпения.

Пусть учебный год станет успешным для всех, а День знаний наполнится счастливыми улыбками, радостью добрых встреч и верой в собственные возможности!

**Ольга СОБЯНИНА,**  
председатель думы

**Дорогие друзья!**

Поздравляю вас с Днём знаний! Качественное образование – приоритет нашей страны. В регионах строятся новые школы и научные лаборатории, совершенствуются образовательные программы и системы профориентации. Школьники и студенты достойно представляют регионы на престижных конкурсах по математике, физике, робототехнике, истории и другим дисциплинам. Молодые специалисты побеждают на соревнованиях профессионального мастерства.

Многие из наших молодых людей достойно представляют страну на международных конкурсах.

Эти успехи были бы невозможны без чутких наставников – учителей, которые не только передают знания ученикам, но и закладывают нравственные ориентиры, дают основу, с которой ребёнок пойдёт во взрослую жизнь. Наравне с семьёй педагоги учат ребёнка строить отношения с коллективом, дружить, отстаивать позицию, слушать и слышать других. Отрадно, что в этом году, несмотря на пандемию и ограничения, дети смогут отпраздновать День знаний в стенах любимой школы, встретиться с одноклассниками, поздравить педагогов. Ничто не заменит живого общения!

Дорогие ребята, родители, педагоги! Пусть новый учебный год будет насыщенным и интересным! Пусть он подарит новые открытия!

**Владимир ЯКУШЕВ,**  
полномочный представитель  
Президента России  
в Уральском федеральном округе

(Оплачено из средств избирательного фонда Тюменского регионального отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия»)

**ХОРОШАЯ НОВОСТЬ**

### Заявки на догазификацию

В Тюменской области идёт приём предварительных заявок на догазификацию которые принимают

ся во всех клиентских центрах предприятия, а также через сайт единого оператора газификации. Для удоб-

ства будущих потребителей природного газа начал работу и мобильный офис по приёму заявлений. От жителей региона уже поступило более 500 заявок.

**ИА «Тюменская линия»**

**К 90-ЛЕТИЮ РАЙОННОЙ ГАЗЕТЫ**

## В ногу со временем

На протяжении многих лет районка является летописцем всех важных событий

Ученица Казанской школы Яна Медведева провела исследование на тему «Становление и развитие районной газеты», которая была основана в год образования района. Интерес к данной теме возник у девушки после беседы с бабушкой, которая рассказала ей о своей маме Варваре Максимовне Конищевой, 27 лет проработавшей в редакции ответственным секретарём. Школьница познакомилась с архивными материалами и попыталась выяснить, какую роль играла районная газета в жизни земляков в разные периоды времени.

Газета 30-х – 40-х годов прошлого столетия (тогда она называлась «Заря коммунизма») прославляет героический труд земляков, рассказывает о становлении новой жизни, даёт наглядное представление о достижениях района, росте экономики, о преобразованиях в деревне. В газете печатались документы съездов партии и комсомольских конференций, разоблачались «враги народа», кулаки и подкулачники. Высмеивались лодыри, бракоделы, пьяницы. За похищение хлеба люди строго наказывались. Например, в газете за 1 ноября 1945 года напечатано такое сообщение: «Колхозник ... Сазонов М.А. за хищение зерна приговорён к расстрелу».

Характерной деталью газет того времени было прославление И.В. Сталина.

В 60-е – 70-е годы в газете «Заря



Корреспондент районной газеты «Заря коммунизма» Борис Терехов (крайний справа) берёт в поле интервью у руководителей совхоза «Яровской». 1970-е годы

коммунизма» печатались репортажи, зарисовки, статьи. Появились фотографии, письма читателей, литературные опыты: стихи, рассказы, юморески. Публиковались сказки Ивана Ермакова.

По-прежнему много призывов, но исчезли подозрительность, на-

гнетание страха, разжигание вражды. Газета стала более человеческой, разноплановой. Много рассказывалось о развитии сельского хозяйства, ударном труде, передовиках производства.

С января 1991 года газета выходит под новым названием – «Наша

жизнь». Формировали газету тех лет журналисты С.В. Бессмельцева, Н.В. Никулина, О.А. Дребезгов, Л.П. Андреев, А.Е. Панкрушев, Ю.С. Клюев, Н.А. Яркова, В.М. Третьяков и другие.

В январе 2000 года редакция газеты преобразуется в информационно-издательский центр «Наша жизнь», директором и главным редактором которого назначается С.В. Бессмельцева, а редактором газеты – Н.В. Никулина. В 2006 – 2007 гг. произведена реконструкция здания редакции. Приоб-

районка продолжает стимулировать гражданскую активность населения и является выразителем его интересов, а также выполняет функцию рупора местных властей.

Все газетные статьи разделяются по темам – рубрикам, в их числе: «Дела аграрные», «Семейные ценности», «Воспитание патриотов», «Школа: грани развития», «Ваш вопрос – наш ответ», «За здоровый образ жизни», «Это нашей истории строки», «Знай наших!», «Информирует ПФР» и другие.

Я пришла к выводу, что издание

**В районной газете работали неординарные личности: Василий Аржиловский, Владислав Алтухов, Василий Широков, Анатолий Савельев, Иван Кнапик, Олег Дребезгов, Леонид Андреев, увы, слишком рано ушедшие из жизни, а также ныне здравствующие Борис Терехов и Николай Ольков.**

**В настоящее время обозревателями газеты работают Светлана Суровцева, Надежда Доготарь, Андрей Задорных. Ответственным секретарём печатного издания является Нина Ростовщикова, верстальщиком – Ольга Кравченко. Возглавляет коллектив работников редакции Олеся Руф.**

ретено самое современное оборудование, компьютеры, обновлён автопарк.

В настоящее время районная газета выходит два раза в неделю: в среду и субботу. Печатается она в ООО «Ишимская типография» (печать офсетная). Газета перешла на компьютерную верстку: стала набираться и верстаться при помощи компьютеров, что улучшило качество печати. Изменились дизайн и содержание газеты. Районную газету «Наша жизнь» выпускает в свет небольшой, но мобильный и творческий коллектив. Помогают им в этом нештатные корреспонденты.

«Наша жизнь» остаётся популярной у подписчиков и имеет самый высокий тираж среди районных газет юга области.

эволюционировало в соответствии с запросами времени. Современная районная газета – универсальное конкурентноспособное локальное издание, сохраняющее значение и влияние на своей территории. Её преимущество – географическая близость к читателю, знание и понимание его потребностей. Основные задачи – предоставление всесторонней информации местного и регионального значения, выполнение роли трибуны общественности, сплочение местного сообщества и формирование общественного мнения, выполнение роли проводника политики местной власти.

**Яна МЕДВЕДЕВА,**  
учащаяся 9 «Г» класса  
Казанской школы

**Фото Анатолия ЗВОНАРЁВА**

**ПОБЕДИМ КОРОНАВИРУС**

## Оперативные данные по ситуации с COVID-19 на 31 августа



# В центре внимания – здоровье

Тематическая страница

## Горький сахарный диабет

Сахарный диабет – одно из самых часто встречающихся заболеваний. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), им болеет около 500 млн. человек во всём мире. Но эта болезнь – не приговор. Тот, кто страдает подобным недугом, может нормально жить, работать, заниматься спортом, так как современная медицина обладает необходимым инструментарием для того, чтобы сделать жизнь больного ничем не отличающейся от жизни здоровых людей. Однако для этого необходимо своевременно выявлять заболевание, постоянно следить за уровнем сахара в крови и выполнять все назначения лечащего врача. О том, как предотвратить эту болезнь и что делать при появлении первых симптомов, обозреватель газеты Ирина Медведева расспросила врача-эндокринолога областной больницы № 14 (с. Казанское) Веру ТЕНЬКОВСКУЮ.



Лучшая профилактика многих болезней – диспансеризация

– Вера Валентиновна, скажите, что такое диабет? И чем опасно это заболевание?

– Сахарный диабет (СД) – это группа обменных (метаболических) заболеваний, характеризующихся хроническим повышением глюкозы в крови в результате нарушения секреции инсулина, действия инсулина или обоих этих факторов. Это заболевание опасно своими осложнениями, связанными с поражением сосудов сердца, головного мозга, почек, глаз, нижних конечностей.

Существует несколько типов и подтипов диабета, основные из которых – сахарный диабет первого и второго типов.

– Кто находится в группе риска по заболеванию диабетом первого типа?

– Первый тип СД (СД1) – это диабет детей, подростков, молодых людей до 30 лет, возникающий из-за гибели клеток, вырабатывающих инсулин в поджелудочной же-

ской помощью, так как при СД1 тяжёлое состояние (вплоть до комы) может развиваться очень быстро: иногда в течение 5 – 7 дней или даже 1 – 2 суток.

– Кто рискует заболеть диабетом второго типа?

– Сахарный диабет второго типа (СД2) – это диабет взрослых (в возрасте от 45 лет и старше), хотя в последнее десятилетие этот СД2 значительно «помолодел», и диагноз «сахарный диабет 2 типа» встречается у людей до 40 лет, более того, его можно встретить и у подростков.

Давно определены факторы риска развития СД2, их более 10.

Назовём основные. Во-первых, избыточная масса тела или ожирение: чем больше степень ожирения, тем больше риск. Например, при ожирении третьей степени риск развития СД2 возрастает в 8 – 9 раз. Во-вторых, возраст старше 45 лет, наследственность (если

и малоподвижность. Нужно правильно и рационально питаться, заниматься спортом. Физические нагрузки должны быть выбраны в соответствии с возрастом и состоянием здоровья, например, подойдёт быстрая ходьба по 30 минут (ежедневно или через день), плавание, езда на велосипеде, танцы, мягкий фитнес.

Стоит уменьшить присутствие в рационе жиров (особенно животного происхождения), простых сахаров (сладости, кондитерские изделия, сдобная выпечка, сладкие газированные напитки), ограничить употребление крахмалосодержащих продуктов, таких как крупы, картофель, хлеб, макаронные изделия, бобовые, увеличить потребление овощей и зелени до 300 – 400 г в сутки. Важна также регулярность питания: не менее 3 – 4 раз в день, исключая вечерние и ночные перекусы.

Правильное питание и физические нагрузки – это и есть основа понятия «здоровый образ жизни». Безусловно, нужно отказаться от вредных привычек (курение, алкоголь), соблюдать режим сна и бодрствования, снизить уровень стресса.

Очень важно лечение артериальной гипертонии, сердечно-сосудистых заболеваний, снижение уровня холестерина в крови.

– Когда человек должен пойти к врачу? Какие симптомы могут свидетельствовать о заболевании?

– Чтобы выявить болезнь на ранней стадии, существует диспансеризация, а правильно подобрать лечение поможет врач-терапевт. Важно следить за своим здоровьем ещё потому, что некоторые болезни протекают бессимптомно, например, СД2 выявляется только тогда, когда показатели глюкозы в крови уже достаточно высокие и у человека появляются следующие симптомы: жажда, частое мочеиспускание, кожный зуд, слабость, утомляемость, гнойничковые поражения кожи, плохое заживление ран, прогрессирование кариеса, снижение иммунитета.

– Вера Валентиновна, какой совет Вы можете дать нашим читателям?

– СД2 в последние десятилетия называют неинфекционной эпидемией, количество больных удваивается каждые 10 лет, каждый девятый человек в мире страдает СД2.

Этот тип сахарного диабета может развиваться у человека из-за хронического и прогрессирующего многолетнего ожирения, к которому нужно относиться как к болезни и лечить его как любое хроническое заболевание всю жизнь. Помочь в профилактике сахарного диабета может только осознание человеком существующих проблем со здоровьем или предрасположенности, желание изменить свой образ жизни, а также помощь медицинских работников.

## Подари вещи вторую жизнь

У каждого из нас дома есть вещи, которые мы по каким-то причинам не хотим надевать. Конечно, те, которые потеряли свой внешний вид, находят своё место на помойке либо становятся униформой для работы на приусадебном участке. Но не выбрасывать же одежду, которая отлично выглядит и просто разонравилась или стала немного мала (или, наоборот, велика). Кому-то она вполне может пригодиться. Кроме того, это позволит позаботиться об окружающей среде, сократить количество мусора. Ведь далеко не каждая вещь подлежит вторичной переработке.

Отнесите вещи в социальную службу: так предметы гардероба, которые потеряли для вас интерес,

обретут нового владельца. Как рассказывает Елена Дергачёва, специалист по социальной работе комплексного центра социального обслуживания населения, сюда приносят не только одежду и обувь, но и игрушки, детские кроватки. Люди стараются подарить хорошей вещи вторую жизнь, передать её тем, кто действительно в ней нуждается. Особым спросом пользуется обувь, её всегда не хватает.

Принести вещи можно в службу сопровождения по месту жительства, которая находится по адресу: ул. Ленина, 10, 1 этаж, 1 кабинет. Человек, которому необходима одежда или обувь, может прийти по этому же адресу. Ему непременно подберут вещи по размеру.



В службу сопровождения по месту жительства неравнодушные люди приносят одежду и обувь, а доброжелательные и вежливые сотрудники следят за тем, чтобы каждая вещь непременно нашла своего хозяина

## Стоит ли перерабатывать?

Служба исследований hh.ru, крупнейшей российской онлайн-платформы по поиску работы и сотрудников, и СК «Росгосстрах жизнь» провели опрос среди трудоустроенного населения и выяснили, с чем россияне сталкиваются из-за переработок.

73 % респондентов рассказали, что у них случаются переработки, причём в каждом третьем случае – чаще чем раз в неделю. При этом каждый второй сообщил, что переработки никогда не оплачиваются.

57 % опрошенных, столкнувшихся с переработками, отмечают, что это влияет на их физическое здоровье. Самая распространённая проблема – боли в спине, на это жалуются 37 % респондентов. 30 % отмечают, что из-за переработок у них ухудшилось зрение, у 29 % начались или усилились головные боли. 20 % набрали лишний вес, столько же говорят о боли в ногах.

Кроме того, у 13 % появились или усугубились «профессиональные» заболевания, у 11 % – гипертония, 9 % пожаловались на варикоз. 8 % посоветовали на двойной подбородок, который образовался от неправильно организованного рабочего места. 6 % из-за неурочной работы сильно похудели.

Таким образом, нужно помнить, что сидячая работа может негатив-



но сказаться на вашем здоровье. Хорошо, если в течение рабочего дня вам удастся пройтись, сделать лёгкую и быструю зарядку. А пешие прогулки перед сном позволят не только отвлечься от повседневных проблем, но и провести время с близкими людьми.

Пресс-служба  
HeadHunter Урал

**Пройти диспансеризацию может любой желающий. Так, с 21 года обследоваться необходимо каждые три года, а с 40 лет – ежегодно.**

**Для того, чтобы пройти плановый осмотр, вам нужно обратиться в кабинет профилактики. Там вам выпишут нужные направления, а по результатам анализов терапевт даст соответствующие рекомендации.**

лезе. Причины этого до сих пор не ясны, существует несколько теорий: вирусная, генетическая, аутоиммунная. Поскольку причина заболевания точно не установлена, не существует и мер профилактики СД1. Конечно, есть наследственная предрасположенность: если один из родителей болен СД1, то вероятность заболевания их ребёнка составляет 3 – 5%, если больны оба родителя (что бывает всё-таки редко) – эта вероятность достигает 30%. В остальном приходится надеяться на внимательное отношение к своему здоровью и здоровью детей, и при появлении симптомов заболевания, таких как жажда, обильное мочеиспускание, быстрая потеря веса, вялость, я рекомендую немедленно обращаться за медицин-

даже один из родителей болен СД2, риск заболеть у детей 50 – 60%, а по последним данным и 100%. Также факторами риска СД2 являются: малоподвижный образ жизни, артериальная гипертония, повышенный уровень холестерина, наличие сердечно-сосудистых заболеваний, у женщины – рождение ребёнка весом более 4 кг.

– Какую роль в профилактике диабета играет правильный образ жизни? Какая диета поможет предотвратить развитие этого заболевания?

– Из всего перечисленного есть факторы риска, на которые повлиять невозможно: возраст, наследственность. Значит, остаётся обратить внимание на все остальные и, в первую очередь, на избыток веса