



Растим патриотов
– стр. 2

Интервью
с эндокринологом – стр. 3

Развитие АПК



Почётную грамоту главы Упоровского района Владимир Кумылин получил из рук Леонида Саукова.

Путь в 90 лет

От совхоза до современного предприятия

Коллектив СПК «Емуртлинский» отпраздновал 90-летие со дня образования предприятия. Крупнейшее в Тюменской области хозяйство входит в ТОП-100 лучших в Российской Федерации по 11 ключевым показателям. Этого удалось достичь благодаря сохранению производственных традиций, ответственному отношению к земле, эффективному применению передовых технологий, активному обновлению материально-технической базы.

Юбилейное торжество состоялось в Доме культуры посёлка Емуртлинский 9 ноября. Яркими номерами культуротников и самодеятельных ансамблей сменялись экскурсии в историю кооператива, поздравления ветеранов и награждение передовиков. Благодарностей губернатора Тюменской области за многолетний добросовестный труд удостоены председатель кооператива Владимир Кумылин и механизатор спецотряда Михаил Ершов. Награды им вручил заместитель губернатора Тюменской области Владимир Чейметов. Ряд работников получили почётные грамоты областного департамента АПК, Тюменской областной думы. Со словами поздравлений к собравшимся обратился и глава Упоровского района Леонид Сауков. «СПК «Емуртлинский» является не только градообразующим предприятием сельского поселения, но и всего Упоровского района. На его долю приходится производство 42 процентов молока, 21 процента зерна от районного объёма. Здесь самое

крупное стадо КРС, наивысшие продуктивность коров и урожайность сельскохозяйственных культур. Кооператив лучший в финансово-экономической деятельности. Несколько лет подряд все полевые работы проводятся только на собственные средства без использования заёмных. Думаю, это уникальный опыт. «Емуртлинский» имеет прекрасное технологическое оснащение, его материальная база обновлена на 100 процентов. В кооперативе есть три фактора, которые необходимы для успешного развития: работоспособная команда, правильно поставленная задача и желание двигаться вперёд», – сказал он.

Глава района пожелал емуртлинцам новых перспективных проектов и вручил благодарственные письма.

Присутствующие на мероприятии высокие гости отмечали умение коллектива и ветеранов производства работать с полной отдачей, высокий профессионализм специалистов всех уровней, грамотную управленческую деятельность председателя кооператива Владимира Кумылина.

Всё это позволяет хозяйству стабильно быть в числе лучших в региональном рейтинге.

В этом году СПК «Емуртлинский» получили диплом III степени и премию по итогам соревнования среди хозяйств области, занимающихся семеноводством.

В районном соперничестве последние три года СПК становится призёром среди хозяйств как в растениеводстве, так и в животноводстве.

Председатель кооператива Владимир Кумылин сказал, что

на работников лежит огромная ответственность за судьбу и развитие предприятия, где трудились деды и бабушки, отцы и матери, у многих работают дети. «Времена, конечно, были разными: коллективизация, военное время, период восстановления, расцвет в 70–80-е годы, переход на рыночные отношения. Но все испытания для руководителей и коллектива стали объединяющим фактором. Для нас всегда был важен коллективный труд. Благодаря консолидации усилий сейчас у нас получается сложная, но результативная работа и мы продолжаем строить далеко идущие планы», – заключил он.

История сельскохозяйственного производственного кооператива началась 29 октября 1929 года, когда был создан одноимённый совхоз. Труженики предприятия всегда работали на совесть, именно в этом залог их успеха. В советские годы здесь хозяйственным способом строили основные производственные помещения и интенсивно укрепляли техническую базу. В 1971 году совхоз «Емуртлинский» за успехи в развитии сельскохозяйственного производства был награждён орденом «Знак Почёта». Ещё получил памятные знаки ЦК КПСС, Совета Министров СССР, ВЦСПС и ЦК ВЛКСМ. Хозяйство было занесено на Всесоюзную Доску Почёта ВДНХ.

Специалисты не просто применяли лучшие разработки, здесь создавали совершенно новые технологии, продуманные и продиктованные глубоким пониманием всего производственного процесса.

► 2 страница.

Спрашивали-отвечаем

Проблема решена

В редакцию газеты пришло письмо от жителей ул. Павлова с. Упорово (под ним более 30 подписей), в котором они просили помочь разрешить проблему, связанную с отсутствием прохода по их улице на ул. Механизаторов:

«Глухим забором был перекрыт выход с нашей улицы в больницу, к аптеке, продуктовому магазину и в центр села. Сейчас, чтобы выйти с улицы Павлова, надо идти в обход по пер. Павлова и ул. Восточной, у которых узкая проезжая часть с интенсивным автомобильным движением, и отсутствуют пешеходные переходы. Учитывая, что на нашей улице в основном проживают пенсионеры и инвалиды, такой маршрут весьма затруднителен. Активно нашей улицей пользуются также жители Восточной, Чкалова, Заречной, Каратаева. По ней идут на работу в «КРиММ», в больницу, дети – в школу, верующие – в храм».

Мы направили это письмо в администрацию района. На него ответил глава района Леонид Сауков:

«Для решения этого вопроса проведены переговоры с администрацией больницы на предмет внесения изменений в конструкцию ограждения со стороны улицы Павлова».

В результате переговоров принято решение о переносе одного углового пролёта ограждения на 1 метр в сторону больницы, что позволит проложить пешеходную дорожку вдоль нового бокового забора с выходом к главному входу медучреждения, к аптеке и продуктовому магазину.

В дальнейшем эту пешеходную зону планируется благоустроить (убрать сорную растительность и кустарники, положить асфальт). В настоящее время работы по переносу пролёта ограждения выполнены. Жители улицы Павлова имеют возможность прямого выхода к центральным улицам села без необходимости совершать обход через улицу Восточную».

Подготовила к печати Людмила ИВЛЕВА.

Вниманию населения!

15 ноября 2019 г. будет проводиться перенастройка сети телевизионного вещания.

Изменения параметров может вызвать сброс настроек на некоторых моделях приставок.

Их владельцам 15 ноября 2019 г. нужно запустить перенастройку телеканалов автоматически или вручную.

Телефоны «горячей линии»:

региональной 8 800 234 35 22
федеральной 8 800 220 20 02



С 29 ноября 2019 г. смотрите популярные программы регионального телеканала «Тюменское время» в пакете цифровых каналов на 9 кнопке «Общественного телевидения России»

УТРОМ с 6-00 до 9-00
ВЕЧЕРОМ с 17-00 до 19-00

Оставайтесь с нами

Дорогие читатели!

Во всех отделениях почтовой связи продолжается подписная кампания на I полугодие 2020 года.

Чтобы получать газету «Знамя правды» с начала следующего года, надо заплатить за шесть месяцев 588 рублей 90 копеек, за три – 294 рубля 45 копеек и за месяц – 98 рублей 15 копеек.

Для льготной категории граждан – ветеранов ВОВ, инвалидов I и II групп – стоимость комплекта на шесть месяцев 2020 года составит 511 рублей 92 копейки, на три месяца – 255 рублей 96 копеек, на один месяц – 85 рублей 32 копейки при предъявлении документа, подтверждающего льготу.

Редакция.

Развитие АПК

Путь в 90 лет

От совхоза до современного предприятия

◀1 страница.

Никогда не сотрётся в памяти аграриев имя Анатолия Дмитриевича Нохрина, при котором сконструированы первые в Сибири сушилки для зерна. К памятнику рационализатору, патриоту, человеку блестящего таланта местные жители возлагают цветы до сих пор.

Сегодня СПК «Емуртлинский» элитное семеноводческое хозяйство. Он производит высококачественные семена всех шести выращиваемых культур. Продукция идёт на областной рынок, в регионы России и Казахстан. Ежегодно предприятие реализует до шести тысяч тонн семян высоких репродукций. Готовить их правильно помогают шесть новых производительных зерносушильных линий мощностью 1 400 тонн в сутки.

В кооперативе поэтапно строят зернохранилища. Теперь даже в самые хлебоборные годы весь урожай можно разместить в собственных складах.

Валовое производство зерна ежегодно превышает 30 тысяч тонн при урожайности зерновых и зернобобовых культур более 30 ц/га. Поля вокруг Емуртлы ровные и чистые. Растениеводы привыкли заниматься культурой земледелия, чётко выполняют все технологические операции.

Собрать хлеб с поля без потерь, работать от зари до заката, без выходных и перерывов по плечу только им – потомственным хлеборобам.

Вместе с полеводством развивается и животноводческий сектор предприятия. Фермы,

расположенные в нескольких населённых пунктах, – гарантия получения стабильного дохода круглый год. В 2006-м на общем собрании членов кооператива было решено построить мегаферму на 1 200 коров. На открытии первой очереди в 2007 году присутствовали руководители областного правительства. Губернатор Владимир Якушев говорил о необходимости развития животноводства. Он тогда подчеркнул, что ещё накормим сибиряков, если не они сами.

Владимир Кумылин, которого избрали на пост председателя СПК в конце 2000 года, во главу угла ставит улучшение условий работы людей и повышение их материального достатка.

Высокоудойных коров голштино-фризской породы на новый комплекс привезли из-за границы. Скот долго привыкал к сибирским условиям. Зоветспециалисты прилагали максимум усилий, чтобы они были здоровыми. Со временем доярки начали получать от иностранок свыше шести тысяч литров в год. Внедрённая на мегаферме автоматизация процесса дойки и компьютеризированный контроль продуктивности каждого животного актуальны и сегодня. СПК «Емуртлинский» производит почти половину районного объёма молока. Животноводы получают по 7 824 килограмма от каждой из 1 625 фуражных коров. За год кооператив отправляет на переработку свыше 12 тыс. тонн молока.

С 2010 года СПК «Емуртлинский» имеет статус племенного

репродуктора и может реализовывать до 100 голов племенных нетелей ежегодно.

Для нужд ферм и откормочных площадок заготавливается 12 000 тонн силоса, 2 600 тонн сена и столько же соломы. Кроме того, на зиму запасают около 18 тысяч тонн сенажа. Так обеспечиваются качественными кормами 4 552 головы крупного рогатого скота. Улучшать производственные показатели в животноводстве можно только сообща, считают специалисты. Командная работа – сильная сторона емуртлинских животноводов.

Руководство кооператива сегодня целенаправленно продолжает курс на модернизацию материально-технической базы хозяйства. Обустраиваются подъездные пути к производственным площадкам, возведены высокопроизводительные зернокомплексы, современные фермы и телятники, закуплено импортное автоматизированное оборудование. На обновление основных средств хозяйства направляется не менее 130 миллионов рублей ежегодно. В 2017 году возвели коровник в Бердюгино, строится новый телятник на 250 голов в Октябрьском. В Слободчиках за последние два года введены в эксплуатацию сразу два коровника на 400 голов.

Во все времена особое внимание предприятие уделяло поддержке социальной сферы.

В 2017 году в СПК «Емуртлинский» открыта новая пекарня, выпускающая 80 тонн хлеба и хлебобулочных изделий в год. Кооперативная столовая помогает обеспечивать горячим питанием работников полей в посевную и уборочную кампании. Начал работу цех по переработке мяса, который удовлетворяет потребности работников кооператива, сельских магазинов и даже школ и детских садов Упоровского района.

Своим трудом емуртлинцы доказывают, что Тюменская область не только нефтегазовый и нефтеперерабатывающий край, что основа её экономики – сельское хозяйство. Рабочие и специалисты «Емуртлинского» становятся лучшими на областных первенствах. Они переняли наработки советской школы, применяют новые технологии и постоянно совершенствуются, продолжая славу своих трудолюбивых, передовых предшественников.

Вера ХАЛАЕВА.
Фото Владимира ИВАНОВА
и Сергея НОВИКОВА.

О достижениях СПК «Емуртлинский» говорят:



Владимир Чейметов, заместитель губернатора Тюменской области, директор

департамента АПК: «На упорской земле немало крепких сельхозпредприятий, но по-особенному выделяется «Емуртлинский». Встречаясь с руководящим составом кооператива, в том числе на турнирах памяти Нохрина по волейболу, мы каждый раз узнаём о позитивных изменениях в СПК. Большое спасибо работникам за любовь к родной земле и труду в сельском хозяйстве».



Владимир Ульянов, депутат Тюменской областной думы: «Нет ещё такого сельхозпредприятия в Тюменской области, которое может похвастаться богатой 90-летней историей. Емуртлинцам удалось сохранить советские традиции, при этом очень умно адаптироваться к рыночной экономике. Поэтому желаю хлеборобам, животноводам, управленцам дальнейшего движения вверх».



Виктор Иванов, ветеран производства: «Команде Нохрина удалось создать условия не только для производства, но и для культурного досуга, ведь не

хлебом единым жив человек. Благодаря строительству жилья улучшались условия жизни. Модернизация производства делала хозяйство прибыльным, повышалась трудовая дисциплина. Построенный с большой дальновидностью мегакомплекс позволил продолжить традиции прошлого. Большая заслуга в этом нынешнего руководителя Владимира Кумылина. Желаю, чтобы наше предприятие продолжало оставаться на вершине мастерства в сельхозпроизводстве».



Дарья Андриянова, школьница, с. Емуртла: «В СПК «Емуртлинский» много лет работает мой отец и ежегодно становится передовиком. Наше хозяйство производит основные продовольственные продукты, даёт людям работу, благодаря чему в поселении есть жизнь. Дом культуры и спортзал построены совхозом, и сегодня этими объектами с удовольствием пользуются дети».

Клавдия Кравченко (слева) отработала на производстве 35 лет, а Феоктиста Эльзенбах – 33 года.



Растим патриотов

Новые направления в воспитании подростков

В Упоровском районе патриотическому воспитанию отведена особая роль. На протяжении многих лет работают специализированные группы добровольной подготовки к военной службе (СГ ДПВС), развита юнармейское движение. Наставники и специалисты Центра реализации молодёжных программ прививают ребятам любовь к Родине, учат их рационально и грамотно мыслить, принимать правильные решения, улучшают физическую подготовку.

6 ноября в спорткомплексе «Ладья» для воспитанников классов добровольной подготовки к военной службе состоялось ознакомительное мероприятие по ведению лучного боя «Archery Tag», маневрированию радиоуправляемыми

танками «Стальная гвардия». Его провели специалисты Центра патриотического воспитания

СГ ДПВС «Витязь» самоотверженно сражается на «поле брани».



«Достойный выбор». В нём участвовали ученики Упоровской, Суерской, Масальской, Буньков-

ской, Пятковской, Липихинской и Ингалинской школ. В ходе состязаний ребята закрепили навыки по сбору и разбору автомата Калашникова.

Перед соревнованиями подростков поприветствовал руководитель Тюменского Центра семейных и молодёжных инициатив «База героев» Николай Петренко. Он рассказал о правилах игры и проинструктировал по технике безопасности.

Уже в 2020 году в Тюменской области проект по лучному бою начнёт реализовываться. Ребята будут бороться за звание лучших. Наградой для победителей станет экскурсионная поездка на базу Черноморского флота в г. Севастополь или Балтийского – в г. Калининград.

Своим мнением о мероприятии поделилась заведующий

сектором по делам культуры, спорта и молодёжной политике Ксения Шолдышева: «Патриотическое воспитание необходимо подрастающему поколению. Только так мы сможем взрастить ответственных и активных молодых людей. Замечательно, что сегодня к нам приехали специалисты Центра патриотического воспитания «Достойный выбор». Надеемся, что мы и дальше будем с ними тесно сотрудничать и воплощать новые идеи и направления».

«Мне было очень интересно участвовать в состязаниях. Я разбираю и собираю автомат, управляла танком, болела за парней из нашего отряда, которые играли в «Archery Tag», – поведала курсант СГ ДПВС «Беркут» Ольга Москалёва.

Марина МЕДВЕДЕВА.
Фото автора.

Праздники



Светлана Ожгибесова вручила грамоту Евгению Бурдо.

Отметили лучших

Празднование Дня сотрудника органов внутренних дел РФ состоялось в районном Доме культуры. На торжество были приглашены те, кто ежедневно выполняют особо сложные и важные задачи по защите жизни, здоровья, прав и свобод граждан.

С приветственным словом перед собравшимися выступила заместитель главы Упоровского муниципального района С. Л. Ожгибесова. Она отметила, что сотрудники полиции с честью выполняют доверенную им почётную и ответственную миссию по охране законности и правопорядка.

За безупречное выполнение служебного долга группа работников отдела получила почётные грамоты, благодарности, нагрудные знаки и медали МВД России.

На празднике немало тёплых слов было сказано в адрес сотрудников, которые несли и несут службу на территории Северо-Кавказского региона Российской Федерации, выполняли и выполняют свой долг по обеспечению общественной безопасности.

Собравшиеся почтили минутой молчания память коллег, отдавших свои жизни за Отчизну, за служение народу. «Мы всегда будем помнить лейтенанта милиции Леонида Кунгурова, начальника ИВС Упоровского РОВД, старшего сержанта милиции Алексея Обогрелова, инспектора дорожно-патрульной службы ГИБДД. Преклоняемся перед их родными. Выражаем глубокое уважение родителям и семьям погибших при исполнении служебных обязанностей героев – Виктору и Людмиле Обогреловым, Галине Кунгуровой», – так выразили свою признательность участники встречи.

Самыми добрыми словами приветствовали ветерана Андрея Артюгина, прапорщика милиции в отставке, бывшего старшего конвоя ОВД Упоровского района.

С сердечной благодарностью провожали в отставку начальника отделения участковых уполномоченных полиции и по делам несовершеннолетних, майора полиции Олега Бородулина.

На мероприятии были отмечены самые активные члены добровольных народных дружин.

Особо было сказано о преемственности поколений, о важности подготовки молодых профессионалов. В связи с этим официально со сцены было объявлено о возрождении общественного движения «Юный друг полиции». Участникам встречи представили командиров школьных отрядов – первых юных добровольцев. В торжественной обстановке из рук начальника отдела полиции ребята получили свидетельства о создании общественных формирований в школах Упоровского района.

Собравшихся порадовали концертными номерами артисты Упоровского Дома культуры и детской школы искусств.

Лидия СОСНИНА. Фото автора.

Безопасность

Внимание, тонкий лёд!

С наступлением холодов на водоёмах наблюдается становление ледового покрова. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лёд, подвергая свою жизнь смертельной опасности. Во избежание трагических случаев:

1. Соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным он считается при толщине не менее 12 см.

2. Запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоём ручьёв и рек.

3. Ни в коем случае нельзя допускать выхода на лёд детей.



4. Не следует ходить рядом с трещинами или по участку льда, отделённому от основного массива несколькими трещинами.

5. Не собирайтесь группами на отдельных участках льда.

При возникновении чрезвычайной ситуации звоните по телефонам: 01, 112.

Наше здоровье

Сахарный диабет – не приговор

14 ноября – Всемирный день борьбы с диабетом. Он учреждён в 1991 году Международной Федерацией Диабета (МФД) и Всемирной Организацией Здравоохранения (ВОЗ). С 2007 года отмечается под эгидой ООН. Дата связана с днём рождения канадского врача, физиолога Фредерика Бантинга, который в 1922 году совместно с Джоном Маклеодом и Чарлзом Бестом сыграл решающую роль в открытии инсулина (гормона, регулирующего содержание сахара в крови).

В преддверии этой даты мы пообщались на эту тему с врачом-эндокринологом Упоровской больницы Людмилей ЕМЕЛЬЯНОВОЙ.

– Этот день – важное напоминание всему человечеству о том, что количество людей с таким диагнозом неуклонно возрастает. Всего в Упоровском районе на диспансерном учёте с сахарным диабетом состоит 627 взрослых и трое детей. Из них: 1 типа 27 человек; 2-го – 515; смешанный тип – 88. В Упоровском филиале ГБУЗ ТО ОБ №12 планируется проведение выездных школ здоровья по сельским поселениям. Уже сейчас два специалиста из Отделения медицинской профилактики проходят обучение, позже на учёбу будут отправлены ещё два человека.

– Так что же такое сахарный диабет?

– Если поджелудочная железа не вырабатывает достаточно инсулина или когда организм не может эффективно использовать вырабатываемый им инсулин, развивается это заболевание. Как результат – гипергликемия, или повышенный уровень содержания сахара в крови. Со временем повреждаются многие системы организма, особенно нервы и кровеносные сосуды.

При недостаточной выработке инсулина (диабет 1 типа, его ещё называют инсулинозависимый, юношеский или детский, так как чаще всего это заболевание развивается в раннем возрасте) необходимо ежедневное его введение. Симптомы 1 типа: потеря веса, полиурия (чрезмерное мочеотделение), полидипсия (жажда), постоянное чувство голода, потеря зрения, усталость. Таким больным рекомендовано строгое соблюдение режима питания.

Диабет 2 типа (именуемый инсулиннезависимым или взрослым) развивается в результате неэффективного использования инсулина организмом. В большинстве случаев это результат лишнего веса и малоподвижного образа жизни. Симптомы могут быть сходными с симптомами диабета 1 типа, но часто являются менее выраженными. Поэтому болезнь может выявиться не сразу, а только после

возникновения осложнений. До недавнего времени диабет этого типа наблюдался лишь среди взрослых людей, но в настоящее время он поражает и детей. Предположительно, решающую роль в этом играет огромный рост показателей детского ожирения и физической инертности.

Существует ещё один тип диабета – гестационный. Он развивается или впервые выявляется во время беременности. У таких женщин повышенный риск осложнений во время беременности и родов, а также есть риск заболевания диабетом 2-го типа позднее. Чаще всего этот диабет диагностируется во время пренатального (дородового) скрининга, направленного на выявление группы риска по развитию пороков плода.

– Каковы общие последствия сахарного диабета?

– У таких пациентов риск развития инфаркта и инсульта в 2-3 раза выше, чем без диабета.

Из-за снижения кровотока, невропатии (повреждение нервов) нижних конечностей повышается вероятность появления на ногах язв, инфицирования. Часто это приводит к ампутации конечностей.

Диабетическая ретинопатия (поражение сетчатки глаза) может привести к слепоте.

Диабет входит в число основных причин почечной недостаточности.

Общий риск смерти среди людей с диабетом, как минимум, в 2 раза превышает риск смерти среди людей того же возраста, у которых нет диабета.

– Что нужно делать, чтоб не заболеть диабетом? Или, если уже поставили этот страшный диагноз, как не допустить ухудшения состояния?

– До 70 процентов случаев диабета 2 типа можно предотвратить или отсрочить, если вести здоровый образ жизни. Необходимо сбросить лишний вес и поддерживать его.

Ежедневно заниматься физкультурой, больше двигаться. Отказаться от сигарет, так как курение повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Питание должно быть здоровым. Уменьшить потребление сахара и насыщенных жиров.

– Каковы основные правила здорового питания?

– Необходимо увеличить количество потребления овощей и фруктов. Регулярно использовать продукты из цельного зерна. Как можно меньше в рационе должно быть трансжиров и насыщенных жиров (маргарин, животные жиры, нутряной, белый жир на мясе, сыр, молочное, пальмовое, кокосовое масла). Их следует заменить на моно- и полиненасыщенные жиры (содержатся в орехах, авокадо, оливковом, ореховом,



Людмила Аркадьевна Емельянова.

кунжутном, подсолнечном, соевом, кукурузном маслах, в лососе, семенах подсолнечника, кунжута, льна). Не употребляйте сладкие газированные напитки. Стоит отказаться от белого хлеба и сладких хлебобулочных изделий, свинины, маринадов.

– Что можете пожелать нашим читателям, страдающим диабетом?

– По статистике от 40 до 80 процентов лиц с диагнозом «сахарный диабет» не осознают серьёзность своего заболевания и зачастую не получают адекватного лечения, препятствующего развитию необратимых осложнений. Скрининг является важной составной частью эффективного управления этой болезнью для сохранения качества жизни. При любом типе сахарного диабета людям необходимо более строго контролировать своё здоровье. Для определения сахара в крови следует приобрести глюкометр. Сахар достаточно измерять один раз в сутки, но в разное время (8.00, 13.00, 17.00, 21.00). Его уровень в крови должен быть 5–10 м/моль на литр в течение дня. Нужно следить за артериальным давлением, его необходимо поддерживать в пределах 120/80 мм ртутного столба. Обязательно посещать терапевта не реже одного раза в три месяца. Один раз в год проходить осмотр у окулиста (проверить глазное дно), невролога, хирурга, проводить общеклиническое обследование (общий анализ крови, мочи, биохимический анализ крови – липидный спектр, показатели почечной функции).

Проверить уровень сахара можно в отделении профилактики без предварительной записи в часы работы нашей поликлиники. Нужно помнить, что выполнение изложенных рекомендаций позволит избежать осложнений сахарного диабета, жить активной и полноценной жизнью, заниматься любимым делом, работать!

Спрашивала Людмила ИВЛЕВА. Фото автора.

Акция

Сообщи, где торгуют смертью

Под таким названием с 11 по 22 ноября в Тюменской области проходит всероссийская антинаркотическая акция.

Главной её целью является привлечение внимания к проблеме наркомании и незаконного оборота наркотиков, объедине-

ние усилий общества и правоохранительных органов в деле пресечения фактов реализации психоактивных веществ.

Любую информацию, связанную с совершением преступлений в сфере незаконного оборота наркотиков, можно круглосуточно сообщить по единому номеру:

102 или оставить интернет-обращение на официальном сайте УМВД России по Тюменской области 72.мвд.рф. Анонимность гарантируется.

Управление по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Тюменской области.