



Наше здоровье  
– стр. 2

Как живёшь, моё село?  
– стр. 3

## Тема дня



Диспетчер Мария Вотова принимает от жителя района очередную заявку на приобретение лекарств и продуктов.

## Добровольцы спешат на помощь

С целью недопущения распространения новой коронавирусной инфекции волонтеры первичного отделения № 3 Упоровского местного отделения Тюменского регионального отделения ВПП «Единая Россия», совместно с работниками социальной сферы оказывают помощь гражданам пожилого возраста, инвалидам, участникам Великой Отечественной войны.

На сегодня уже обслужено 18 человек, проконсультировано по телефону о работе службы – 45.

Волонтеры доставляют людям, находящимся в группе риска, продукты первой необходимости и лекарства на дом. Для того чтобы получить помощь добровольцев, необходимо позвонить в диспетчерскую службу по телефону: 8 (34541) 3-16-95, которая направит специалиста по указанному адресу.

Доброволец приобретает продукты и лекарства по списку, сохраняя чеки. Затем специалист отвозит товары к обратившимся гражданам, которые находятся в режиме самоизоляции.

*Но не стоит забывать о том, что есть те, кто желает нажиться на доверчивости и беспомощности пожилых людей. Волонтеры носят маски, одноразовые перчатки и бейджи, на которых указаны данные сотрудника, название организации и занимаемая должность. Также стоит обратить внимание на то, что они приходят только после звонка в дежурную службу КЦСОН.*  
Регина ГАПОНОВА. Фото автора.

## Актуально!

### В Тюменской области ужесточили меры по борьбе с коронавирусом

Новые ограничительные меры введены в регионе для предотвращения распространения коронавирусной инфекции. Соответствующие изменения внесены в постановление губернатора Тюменской области от 30 марта 2020 года. Об этом Александр Моор сообщил в видеообращении к жителям региона.

«С 18 марта на территории Тюменской области введён режим повышенной готовности в связи с риском распространения новой коронавирусной инфекции. С 28 марта в нашем регионе введён режим обязательной самоизоляции для наших земляков старше 65 лет либо имеющих хронические заболевания. Помимо этого, обязательный режим двухнедельной самоизоляции должны соблюдать жители региона, которые прибыли из-за границы», – напомнил губернатор.

Кроме того, были введены дополнительные меры, связанные с ограничением работы крупных предприятий и учреждений, за исключением магазинов, которые торгуют товарами первой необходимости.

«Большинство наших земляков и предприятий выполняют все предписания. Но, к сожалению, не все. Сотрудники полиции и Роспотребнадзора фиксируют случаи нарушения режима самоизоляции тюменцами, которые прибыли из-за границы. Мы проанализировали использование транспортных карт людьми старше 65 лет, и увидели, что в субботу и воскресенье некоторые из них этими картами пользовались. Я говорил о том, что если мы такие факты зафиксируем, то предпримем более решительные действия», – отметил Александр Моор.

В регионе необходимо ввести дополнительные меры для предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции, заявил губернатор.

С 31 марта в Тюменской области заблокированы все льготные транспортные карты школьников, студентов и пенсионеров.

Запрещается посещение парков, скверов, набережных, детских и спортивных площадок и иных открытых мест массового отдыха.

Граждане обязаны соблюдать дистанцию между собой не менее полутора метров, в том числе в общественных местах и общественном транспорте.

Все предприятия и учреждения обязаны обеспечить нанесение соответствующей разметки.

«Все эти меры вводятся для того, чтобы минимизировать количество контактов наших земляков и снизить риск распространения новой коронавирусной инфекции. Мы будем внимательно следить за развитием событий и при необходимости вводить новые ограничительные меры», – подчеркнул губернатор.

Евгений БАБЕНКО,  
ИА «Тюменская линия».





# Осторожно, коронавиру́с!



Все остались дома.

## Упоровцы в режиме самоизоляции

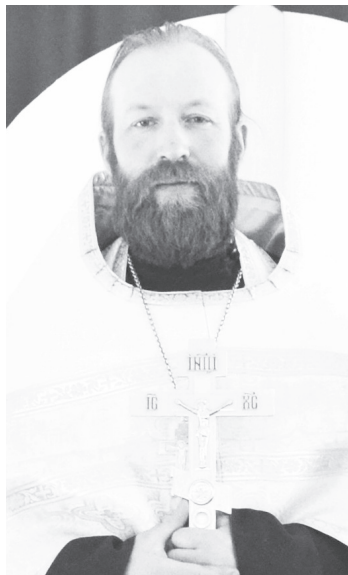
На улицах с. Упорово пусто. Редко встретишь прохожего, идущего в магазин за продуктами или в аптеку за лекарствами. Все торговые центры и магазины (кроме продуктовых и аптек) закрыты. Нечасто попадаются автомобили.

Фото Регины ГАПОНОВОЙ.

## Берегите себя и своих близких

Настоятель Свято-Никольского храма в Кизаке иерей Дмитрий ПАРАМУЗОВ:

— На время объявленного режима повышенной готовности все храмы района для посещения прихожан закрыты. По решению митрополита Тобольского и Тюменского Дмитрия, службы проводят священники и небольшой хор, записки о здравии и упокоении верующие передают мне по телефону или через соцсети. К сложившейся угрозе распространения заболевания необходимо отнестись серьёзно, ведь это, прежде всего, ответственность за здоровье близких. Молиться в эти дни советую прихожанам келейно, то есть у себя дома. Идёт великий пост — время ограничений, смирения, поэтому будет ли по-христиански нару-



шать меры по самоизоляции, которые введены для общего блага?

Надежда ВЕДЕРНИКОВА, учитель начальных классов, с. Скородум:

— Главное для каждого человека — его здоровье. Но мы должны думать не только о себе, но и о других людях. Ни в коем случае нельзя подвергать их опасности. Правильно советуют врачи — надо всем самоизолироваться, эту неделю обязательно пересидеть дома и при этом укреплять свой иммунитет. Моя семья придерживается всех рекомендаций, ведь мы не хотим болеть. Тем более, что коронавирус очень опасен для жизни человека. В таких случаях профилактика просто необходима. Не нужно пренебрегать советами специалистов. Нам в жизни часто приходится наблюдать, как страдают люди даже от обычной простуды. К тому же, простудные заболевания



порой дают трудноизлечимые осложнения. Поэтому будьте внимательны, берегите себя и своих близких.

## Самодисциплина поможет не заболеть

Весь мир, затаив дыхание, наблюдает за последними новостями. Главной темой на сегодня остаётся тема коронавируса. Напомним, что Всемирная организация здравоохранения признала его распространение чрезвычайной ситуацией общемирового значения, и ей был присвоен статус пандемии.

Противостоят инфекции, в первую очередь, медицинские работники. Как работает Упоровская больница в реалиях нынешнего времени, мы попросили рассказать заведующую поликлиникой Ольгу ПАНЬШИНУ.

— Ольга Николаевна, как избежать заражения коронавирусом инфекцией?

— Коронавирус относится к группе вирусно-капельных инфекций и имеет два основных пути передачи — аэрозольный и контактный. Первый реализуется через воздушно-капельный механизм: кашель, чихание, разговор. Во втором случае вирус попадает на слизистые полости рта, носа, глаз через грязные руки, полотенца. Отсюда вытекают основные меры профилактики: это ношение маски, плотно прилегающей к лицу и охватывающей нос и подбородок и ограничение контактов с окружающими (даже условно здоровыми). В этом случае оптимальным способом является режим самоизоляции. То есть, ограничение контакта не только с окружающими людьми, но и даже с самыми близкими. Это связано с тем, что коронавирусная инфекция имеет инкубационный период от 2 до 14 дней. В это время носитель инфекции способен заразить вокруг себя от 2 до 5 человек. В молодом, сильном организме развитие заболевания может и не случиться, но человек пожилого возраста, пациент с хроническими заболеваниями первым попадает в группу риска. Такая крайняя мера, как самоизоляция, является оправданной в данном случае и одним из оптимальных решений. Вынужденные «каникулы» — это не повод залечь на диване и набирать вес. Посильная физическая нагрузка дома и во дворе на свежем воздухе просто необходима. Предрасположенность к развитию острого респираторного заболевания зависит не только от того, заразился человек вирусом

или нет, но и от степени компенсации тех заболеваний, которые уже есть у человека. То есть уровень сахара крови (у пациентов с сахарным диабетом) должен быть в пределах допустимых значений, уровень артериального давления стабилен и т. д. Для этого пациенту необходимо приложить максимум усилий и выполнять все рекомендации врачей.

— В каком режиме работает Упоровская больница?

— Для того чтобы максимально приблизить оказание медицинской помощи к пациенту, все социальные службы, службы экстренного реагирования, в том числе здравоохранение работают в усиленном режиме. Экстренная и неотложная помощь осуществляется ежедневно, в то время как плановое оказание медицинской помощи приостановлено. Приостановлена и запись к узким специалистам в областные учреждения г. Тюмени, на плановые оперативные вмешательства в Упоровскую РБ и г. Тюмень. Исключение составляют пациенты, запланированные на оказание медицинской помощи по онкологии и сердечно-сосудистой патологии. Приостановлено оказание медицинской помощи в условиях поликлиники. Вся возможная медицинская помощь оказывается на дому. Исключение составляют травмы и другие состояния, диагностика которых требует инструментальных методов. В этом случае необходимо обращаться в поликлинику или приёмное отделение.

Время работы поликлиники удлинится. Бюро МСЭ также продолжает свою работу. Все вопросы, связанные с освидетельствованием и пересвидетельствованием на группу инвалидности можно будет задать по телефону регистратуры: 3-39-02.

Льготные лекарственные препараты, которые получает пациент в Упоровской поликлинике, будут доставляться пациенту на дом.

Сейчас рецепты на льготные лекарственные препараты будут выписываться на три месяца. Эта работа начата в полном объёме. Препараты доставят пациентам, не зависимо от того, записывался человек в поликлинику для их получения или нет. Поликлиника работает в тесном сотрудниче-



Ольга Панышина: «В группу риска, в первую очередь, попадают пожилые люди».

стве с Комплексным центром социального обслуживания населения, и доставка лекарств будет осуществляться нашими совместными усилиями.

При возникновении неизбежных вопросов, связанных с оказанием медицинской помощи, открыта и функционирует многоканальная горячая линия в Упоровской филиале ГБУЗ ТО ОБ №12: 3-39-60. По телефону горячей линии может быть оказана консультативная помощь фельдшера или врача. По-прежнему работают многоканальные телефоны регистратуры: 3-39-02; 3-24-60 (детская консультация). При возникновении спорных вопросов можно обратиться лично к заведующей поликлиникой или по телефону: 3-25-82.

— Что можете пожелать населению района?

— Всех граждан призываю к самодисциплине, а также сохранять спокойствие и не предаваться панике. Все социальные службы и здравоохранение работают в штатном режиме. Мы ради вас остались на работе, вы ради нас оставайтесь дома! Всем желаю здоровья и благополучия!

Спрашивала Людмила ИВЛЕВА.

## В Тюменской области проводится окружной конкурс сетевого контента #Пока дома

С 31 марта по 5 апреля его проводит по поручению полномочного представителя президента России в Уральском федеральном округе Николая Цуканова рабочая группа по созданию дополнительного образовательного и развивающего контента.

Участниками конкурса могут стать жители региона в возрасте от 7 до 13 лет, от 14 до 25 лет, от 25 до 50 лет, старше 50 лет.

Надо показать, как и что можно сделать, находясь дома, от клининга до приобретения новых навыков и освоения новых возможностей сетевых

коммуникаций. Это могут быть лайфхаки, творческие работы любого жанра или другие активности в рамках требований действующего законодательства России. Особый акцент — интересные и нестандартные по форме и по содержанию советы для жизни в условиях самоизоляции и социального дистанцирования.

Разместить свои посты и видео длительно до 90 секунд можно в аккаунтах ВКонтакте, Instagram или Tik-Tok. Сопроводить работы нужно хештегами #ПокаДома#оставайсядома#лучшедома.

Ссылки в сети по хештегу собирает рабочая группа аппарата

полпреда, лучшее выставляется на сайт.

Предоставляется возможность направлять ссылку непосредственно в аппарат полпреда на электронную почту: konkursurfo@yandex.ru

6 апреля подведут итоги зрительского голосования — работы, получившие наибольшее количество лайков.

Призёры в каждой возрастной группе поощряются подписками на лучшие видеопорталы, образовательные платформы, магазины электронных книг, а также возможностью сотрудничества с ведущими производителями медиа-контента.

Организаторы конкурса.



## Вниманию населения!

## Большинство услуг Пенсионного фонда можно получить через личный кабинет

В связи с введённым режимом повышенной готовности в Тюменской области Клиентская служба Пенсионного фонда в Упоровском районе рекомендует гражданам по возможности отказаться от посещения клиентских служб и обращаться за государственными услугами дистанционно через личный кабинет.

Обратиться практически за любой услугой ПФР сегодня можно через личный кабинет на сайте Фонда (<https://es.pfrf.ru/>) или портале Госуслуг (<https://www.gosuslugi.ru/>). Сервисы кабинета охватывают большинство направлений деятельности ПФР и предоставляемых гражданам выплат, поэтому использовать кабинет могут не только пенсионеры, но и те, кто только формирует пенсию или имеет право на другие социальные выплаты.

Пенсионеры и предпенсионеры могут получить необходимые справки, в том числе для дистанционного представления в другие организации. Работающим россиянам в кабинете доступна информация о пенсионных коэффициентах, накоплениях, стаже

и отчислениях работодателей на пенсию. Семьи с сертификатом материнского капитала найдут в кабинете информацию о расходовании средств и их актуальной сумме.

Электронный кабинет также позволяет обратиться за оформлением большинства выплат ПФР и управлять их предоставлением. Например, подать заявление об изменении способа доставки пенсии или замене социальной услуги на денежную компенсацию.

Через кабинет можно оформить выплаты по уходу за пенсионером, ребёнком-инвалидом или инвалидом с детства первой группы. Необходимые электронные заявления о назначении выплаты и о согласии на осуществление ухода реализованы в кабинете. Соответственно, в нём также есть возможность подать заявление от лица законного представителя: родителя, усыновителя, опекуна или попечителя.

В случае, если у граждан есть вопросы относительно назначенных выплат или другие по компетенции Пенсионного фонда, их можно направить через

онлайн-приёмную. С возникающими вопросами можно обратиться в онлайн-видео-приёмную в режиме реального времени с помощью программы Skype (логин Отделения в Skype: pfr\_72) с понедельника по пятницу с 14.00 до 16.00 часов.

Оперативная информация предоставляется по телефону горячей линии в с. Упорово: 8 (34541) 3-20-10. Контактную информацию о территориальных органах ПФР по Тюменской области можно найти в верхней части сайта ПФР в разделе «Контакты региона», предварительно выбрав субъект РФ.

Если всё же необходимо посетить территориальный офис Пенсионного фонда, лучше воспользоваться сервисом предварительной записи (<https://es.pfrf.ru/znp/>), чтобы прийти к назначенному времени и не ожидать приёма в очереди. Сервис также позволяет перенести или отменить запись.

Берегите себя, своих близких и будьте здоровы!

**Лариса ВОРОТНИКОВА,**  
руководитель  
Клиентской службы  
в Упоровском районе.

## Как живёшь, моё село?



## Скородумское поселение

### Проводятся профилактические мероприятия

Чтобы не заболеть коронавирусом, среди населения проводятся все предписанные мероприятия. Особое внимание уделяется пенсионерам, которые, по мнению учёных и врачей, больше всего подвержены заражению в связи с ослабленным из-за возраста иммунитетом. Социальный работник и волонтеры посетили пенсионеров на дому. Они рассказали о мерах предосторожности и действиях при первых симптомах обычных простудных заболеваний. Местные ФАПы работают в стабильном режиме. Всем, в первую очередь пенсионерам, рекомендовано выходить из дома только в случаях крайней необходимости.

### С любовью говорят о малой родине

В поселении живут работающие и творческие люди. Они любят свой родной край и стараются сделать его лучше. Об этом стихотворные строки одного из местных поэтов – Валерия Попова. *Вот село моё родное – сердцу милый Скородум. Над рекою, над Тоболом, расположено оно. В тихой заводи Тобола всяких рыб полным-полно... Здесь природа мне родная. И в осенние рассветы, Спелых ягод собирая, птицы мне поют сонеты. Здесь – фундамент, там – основа – строить собираются. Поселение станет новым, оно обновляется. Мы не будем прохлаждаться и не будем бить баклуши. С пользой делом заниматься – Скородум наш станет лучшим.*

### Вручили медали участникам трудового фронта

Юбилейные медали и памятные подарки получили жительницы поселения – Клавдия Георгиевна Агишева 14. 01.1926 г. р., Дина Ивановна Лескова 05. 06. 1930 г. р., Надежда Варламовна Розманова 01. 07. 1928 г. р.

Этим женщинам пришлось испытать все трудности военного и послевоенного времени. С детских лет на их плечи легла тяжёлая крестьянская работа на колхозных полях и фермах. И они наравне со взрослыми со всем справлялись. Эти славные труженицы достойны большого уважения. С особым почтением к ним относятся односельчане, а молодёжь берёт с них пример стойкости, трудолюбия и доброты.

### Отремонтировали памятники героям-землякам

С территории сельского поселения были призваны на фронт с 1941 по 1945 годы 198 человек. Из них: вернулись – 55, не вернулись – 143, в том числе 121 – пропали без вести. На территории поселения установлено два исторических памятника, где увековечена память погибших героев. Завершены все ремонтные работы по приведению их в порядок. На восстановление израсходовано 207 тыс. рублей.

Подготовила Лидия СОСНИНА.

### Безопасность

#### УВАЖАЕМЫЕ ГРАЖДАНЕ!

В связи с наступлением весенне-летнего пожароопасного периода управление по работе с территорией администрации Упоровского муниципального района обращается к вам с просьбой соблюдать меры безопасности при обращении с огнём в доме, на придомовой территории, в лесу!

Чтобы не допустить возникновения пожара, необходимо знать и соблюдать элементарные Правила пожарной безопасности:

- своевременно очищайте участок и прилегающую к нему территорию от горючих отходов, опавших листьев и травы;
- не сжигайте мусор вблизи строений;
- не загромождайте проезды улиц, ведущих к частным домам и садовым участкам, ветками деревьев и мусором, так как это препятствует проезду пожарных автомобилей;
- соблюдайте меры предосторожности при эксплуатации электрических сетей, электробытовых, газовых приборов;
- будьте осторожны при пользовании открытым огнём: свечами, керосиновыми и паяльными лампами, не оставляйте их без присмотра;
- не допускайте шалости детей с огнём.

В каждом жилом доме и на садовом участке необходимо иметь средства для тушения огня и противопожарный инвентарь: ёмкость (бочку) с водой или огнетушитель, кошму, ведро, лопату и приставную лестницу.

В соответствии с законодательством РФ за нарушение требований пожарной безопасности, граждане привлекаются к административной и уголовной ответственности.

Нарушение требований пожарной безопасности влечёт предупреждение или наложение административного штрафа (ст. 20.4 КоАП РФ).

Помните, неосторожное обращение с огнём может привести к необратимым последствиям!

Управление по работе с территорией администрации Упоровского муниципального района.

### 1 апреля – Международный день птиц



После долгой зимовки лебеди возвращаются домой.

## Живительная сила весны

Всегда с особым трепетом ждём их появления, спрашивая у знакомых: «Не прилетели ещё?». Везунчика, увидевшего

их первым, почитаем за героя, рассказывая всем, что он уже поприветствовал долгожданных гостей...

*Народная примета: если увидел скворца, значит весна у крыльца.*



И однажды ранним утром, у окна, происходит чудо: чёрный с беловатыми крапинками и фиолетово-зелёными переливами пера скворец будит нас знакомым с детства пошестом!

Скворцы прилетели! Эта новость вмиг облетает деревню. Все от мала до велика ликуют: свершилось, весна пришла!

...В голубых глубинах неба белыми парусниками проплывают лебеди. Мощные крылья упруго рассекают встречный ветер и сельские мальчишки, задрав головы, радостно кричат вслед небесным «корабликам» свои искренние приветствия.

И теперь уже не страшны ни житейские передраги, ни пресловутый коронавирус, ни обвал мировой экономики...

Всё переживём, с нами Бог и оживающая природа тому подтверждение!

**Александр АНТИПИН.**  
Фото автора.