



Осторожно, коронавирус!  
– стр. 2

Тематическая страница  
по ГТО – стр. 3

Программа  
телепередач – стр. 4, 5

## Тема дня



Добровольцы патрулируют улицы Суерки.

## Дружинники контролируют соблюдение режима самоизоляции

Эпидемиологическая обстановка в нашей стране и в мире продолжает оставаться напряжённой. Мы не можем, как раньше, свободно покинуть свой дом. Просто так выйти погулять, посетить с ребёнком детскую площадку, сходить на дискотеку.

Любой выход можно сделать только по веским причинам. При этом, находясь вне дома, необходимо ещё и соблюдать социальную дистанцию. Местные власти, медицинские работники призывают всех граждан, независимо от возраста и сферы занятости, ответственно отнестись к рекомендациям и ограничительным мерам. Но, к сожалению, не все граждане объективно оценивают сложность и опасность сложившейся обстановки в нашей стране. Есть такие люди, которые

надеются на русское «авось», не отказывают себе в прогулках и посещениях людных мест. Поэтому и в нашем регионе введён режим самоизоляции, который контролируют сотрудники полиции. Но иногда их сил недостаточно! И тут на помощь приходят добровольные народные дружины, призванные помогать в охране общественного порядка. Такая дружина имеется и в Суерском сельском поселении. Добровольцы ежедневно совместно с педагогами школы по разработанному графику проверяют исполнение этого режима жителями села. Сначала проблематично было с молодёжью. Вечерами она собиралась небольшими группами около Дома культуры, на автобусных остановках, в парке. Сразу же на месте с юношами и девушками проводились беседы. Иногда приходилось звонить

родителям с вопросом: «А ваш ребёнок дома?», зная при этом, что он прогуливается в компании подростков. Сообщали о его местонахождении, напоминали законным представителям о контроле над своими детьми, призывали быть более бдительными. Сложнее обстояли дела с молодыми людьми, которые разъезжали на своих авто с грохочущей из салона музыкой. Обратились за помощью в ГИБДД. Сотрудники полиции откликнулись на просьбу и помогли уладить и этот вопрос. Сейчас на территории Суерского сельского поселения тихо и спокойно. И это благодаря слаженной работе всех структур. Ведь только совместная работа может дать положительный результат!

**Анна ГОЛЬЦМАН, командир ДНД Суерского сельского поселения.**

## Вниманию населения!



### Уважаемые жители Упоровского района!

На период карантина в связи с коронавирусом и в дальнейшем объявлении, реклама, поздравления в газету «Знамя правды», на сайт Упоровоонлайн, телеканал «Упоровское время», радиоканал «Бригантина» принимаются по электронной почте [uporovo2012@mail.ru](mailto:uporovo2012@mail.ru).

По электронной почте можно оформить и подписку на районную газету. После завершения карантинных мероприятий ждём вас в редакции, как и прежде. Справки по телефону: 3-16-44.

Редакция.

## Коротко о разном

### Президент продлил режим самоизоляции

Нерабочий период в России продлён до 30 апреля 2020 с сохранением заработной платы. В ряде регионов могут быть введены более жёсткие ограничения. При этом структуры жизнеобеспечения продолжают работать. Возможно сокращение срока нерабочего периода, если положение будет улучшаться. Такая установка была дана президентом России Владимиром Путиным.

### Они всегда придут на помощь

Добровольцами КЦСОН Упоровского района уже обслужено 30 пожилых людей, которые находятся на самоизоляции. Диспетчерами о работе службы проконсультировано 25 человек. Волонтеры доставляют людям, находящимся в группе риска, продукты первой необходимости и лекарства. Чтобы получить помощь, необходимо позвонить в диспетчерскую службу по телефону: 3-16-95, которая направит специалиста по указанному адресу.

### Клещи активизировались

В Упоровском районе обнаружена активность клещей. 3 пострадавших, в том числе один ребёнок, обратились в районную больницу. Всем оказали экстренную помощь: удалили насекомое, ввели противоклещевую иммуноглобулин и дали рекомендации по самонаблюдению.

Фельдшер прививочного кабинета Елена Глазова посоветовала по приходу домой из леса внимательно осматривать себя, выбирать светлую одежду, завязывать косынку или надевать капюшон и пользоваться специальными репеллентами.

### Не забываем о пожарной безопасности

«В Упоровском районе на сегодня лесных пожаров не зарегистрировано», – сообщил начальник 143 Пожарной части Вадим Мамычев. Также он напомнил простые правила пожарной безопасности: не жечь сухую траву и мусор, не оставлять детей без присмотра.

### Отдел ЗАГС переносит регистрацию браков и разводов

Постановление, подписанное губернатором области Александром Моором о приостановке регистрации браков и разводов в органах ЗАГС по всей Тюменской области, вступило в силу с 1 апреля. Ограничения будут сделаны только для тех случаев, когда изменить дату свадьбы невозможно – тогда бракосочетание проведут исключительно в присутствии будущих супругов. Данные меры приняты для уменьшения количества инфицированных людей.

Ранее были введены количественные ограничения: на торжественной регистрации брака могли присутствовать всего 10 человек, включая работников отдела ЗАГС. «Заявления на регистрацию подаются через портал Госуслуг. Регистрация и выдача свидетельств о рождении или о смерти – только при личном обращении», – рассказала руководитель отдела ЗАГС администрации Упоровского муниципального района Светлана Шолдышева.

### Уровень воды в Тоболе продолжает повышаться

В селе Коркино имеется пункт по наблюдению за уровнем воды в Тоболе. Техник-гидролог Иван Паньшин сообщил, что за последние сутки уровень повысился на 10 сантиметров и составляет 263 см.

Подготовила  
Регина ГАПОНОВА.





# Самоизоляция продолжается

## Фотофакт



## Посещать детские и спортивные площадки запрещено

По постановлению, принятому правительством Тюменской области, с 31 марта детские и спортивные площадки и парки региона закрыты для посещения.

Сотрудниками полиции и общественными патрулями будет пресекаться любая попытка попасть на огражденную или обозначенную запретным аншлагом территорию. Также это действие будет сочтено за нарушение особого режима, который действует в области.

Регина ГАПОНОВА.  
Фото автора.

## Официально

### ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 166-п от 2 апреля 2020 г. г. Тюмень О внесении изменений в постановление от 17.03.2020 № 120-п

В постановление Правительства Тюменской области от 17.03.2020 № 120-п «О введении режима повышенной готовности» внести следующие изменения:

пункт 10 изложить в следующей редакции:

«10. Обязать граждан:

10.1. соблюдать дистанцию до других граждан не менее 1,5 м (социальное дистанцирование), в том числе в общественных местах и общественном транспорте, за исключением случаев оказания услуг по перевозке пассажиров и багажа легковым такси;

10.2. начиная с 00.00 часов по местному времени 3 апреля 2020 года и до отмены указанного ограничения не покидать места проживания (пребывания), за исключением случаев обращения за экстренной (неотложной) медицинской помощью и случаев иной прямой угрозы жизни и здоровью, случаев следования к месту (от места) осуществления деятельности (работы), которая не приостановлена в соответствии с настоящим постановлением и действующими нормативными правовыми актами, случаев передвижения, непосредственно связанного с осуществлением деятельности (работы), которая не приостановлена в соответствии с настоящим постановлением и

действующими нормативными правовыми актами (в том числе с оказанием транспортных услуг и услуг доставки), а также следования к ближайшему месту приобретения товаров, работ, услуг, реализация которых не ограничена в соответствии с настоящим постановлением, выгула домашних животных на расстоянии, не превышающем 100 метров от места проживания (пребывания), выноса отходов до ближайшего места накопления отходов.

Передвижение граждан в случае их следования к месту (от места) осуществления деятельности (работы), которая не приостановлена в соответствии с настоящим постановлением и действующими нормативными правовыми актами, а также в случае если такое передвижение непосредственно связано с осуществлением деятельности (работы), которая не приостановлена в соответствии с настоящим постановлением и действующими нормативными правовыми актами (в том числе с оказанием транспортных услуг и услуг доставки), осуществляется на основании специальных разрешений, выдаваемых в порядке и сроки, установленные постановлением Правительства Тюменской области (в случае принятия такого постановления).

Ограничения, установленные настоящим подпунктом, не распространяются на случаи оказания медицинской помощи, иные случаи, непосредственно направленные на защиту жизни, здоровья и иных прав и свобод граждан.»

Губернатор области Александр МООР.

## Говорят упоровцы

## Берегите себя и своих близких



Галина ПЛЯСОВСКИХ, пенсионерка, с. Упорово:

– Начиная с 28 марта я придерживаю режим самоизоляции, даже за пределами участка не бываю. Необходимые продукты запасаю заранее, а свежий хлеб привозят сын и дочь.

Дома, конечно, усидеть тяжело. Лично я пошла бы, как всегда, на репетицию в ДК, но здоровье превыше всего. С возрастом хронических заболеваний становится больше, поэтому старшему поколению нужно побережиться. Дома можно найти много интересных занятий. Я, например, после всех дел сажусь за вышивку, вязание или работаю с бисером. В общем, скучать не приходится.



Альберт ГАПОНОВ, индивидуальный предприниматель, с. Упорово:

– Обстановка по коронавирусу в мире стремительно меняется, но остаётся напряжённой. Во втором обращении к нации 2 апреля президент объявил о продлении карантинного режима до 30 апреля включительно с предоставлением региональным властям дополнительных полномочий. Губернатор Александр Моор подписал постановление, по которому жителям Тюменской области с 3 апреля разрешается выходить на улицу только до ближайшего магазина либо аптеки и для выгула собак. Я считаю, что принятые меры нужны для обеспечения безопасности граждан. Всем нужно побережиться и не подвергать риску свою семью, лишняя раз выходя на улицу.

## Экология

## #НеСидимДомаРадиВас



В это тревожное для всех время наша задача остаётся прежней – беречь экологию, обеспечить уют и комфорт жителей Тюменской области, помочь в условиях вынужденной изоляции посвятить своё время семье и близким, а не беспокоиться о бытовых нуждах. Сегодня, как никогда, каждый житель нашего региона хочет быть уверенным, что мусор будет вывозиться, свет гореть, вода течь, дома отапливаться.

Каждый день сотни человек, задействованных в системе обращения с отходами, выходят на работу, оставляя свою семью для того, чтобы улицы нашего региона не превратились в неконтролируемые свалки, отходы вывозились и обрабатывались, полигоны – содержались надлежащим образом. Мы не можем остановиться и переждать тяжёлые времена на карантине, потому что мы отвечаем за вашу безопасность. Мы будем вывозить мусор со всех площадок, не приостанавливая свою деятельность.

Сегодня все должны быть едины в желании победить опасный вирус и не пустить его на наш порог. «Тюменское экологическое объединение» желает жителям области здоровья и призывает: #ОставайтесьДома.

Мы все оказались в непростой ситуации. Поэтому давайте позаботимся друг о друге. Здоровье многих из нас зависит от наших осознанных действий. Пожалуйста, выбрасывайте правильно отходы. Берегите себя и своих близких, будьте здоровы!

Пресс-служба ООО «Тюменское экологическое объединение».



Готов к труду и обороне

## Движение возобновилось шесть лет назад

С шестилетием возрождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО россияне поздравил министр спорта России Олег Матыцин. По его словам, с развитием комплекса ГТО среди населения у людей формируется понимание необходимости регулярно заниматься спортом и вести здоровый образ жизни.



**Олег Матыцин:** «С момента возрождения комплекса ГТО он превратился в один из наиболее значимых механизмов развития массового физкультурно-спортивного движения в России».

Министерство спорта создаёт все необходимые условия. Благодаря федеральному проекту «Спорт – норма жизни» в 2019 году в регионах России было построено 908 спортивных площадок, которые подходят и для выполнения нормативов ГТО. «До 2024 года планируется ввести в эксплуатацию ещё 500 таких спортивных объектов во всех регионах страны. Будут подготовлены более 45 тысяч специалистов и инструкторов, которые помогут с организацией бесплатных тренировок в городских парках и скверах, зарядок на крупных предприятиях», – сказал министр.

На сегодня в физкультурно-спортивном движении участвуют 13 миллионов человек, из них 3,4 миллиона россиян выполнили требования комплекса, соответствующие знакам отличия ГТО. В возрождении и внедрении комплекса участвовали 125 тысяч организаторов мероприятий и 42 тысячи судей по спорту, которые оценивали уровень физической подготовки граждан в более 2 500 центрах тестирования по всей России.

По материалам официального сайта ВФСК ГТО.

Для сдачи норм ГТО в Упоровском районе есть спортивные объекты и компетентные наставники.



Участники фестиваля показали хороший уровень подготовленности к ГТО.

## Физическая активность присуща многим жителям района

В начале марта, ещё до введения режима повышенной готовности с целью профилактики коронавируса, в Упоровском СК «Ладья» состоялся весенний районный фестиваль ВФСК ГТО. В нём приняли участие более 85 представителей девяти организаций и предприятий районного центра.

Программа фестиваля в рамках областного Дня здоровья включала ряд нормативов: наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье, подтягивание на высокой и низкой перекладине, рывок гири 16 кг, подъём туловища из положения лёжа на спине, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, прыжок в длину.

В итоге первого места удостоилась команда «КРИММА». Многие сотрудники агрофирмы – постоянные участники сельских и районных соревнований в разных видах спорта и активисты движения ГТО. Как рассказал прораб строительного отдела Андрей Махт, на предприятии работает много людей, так что среди них можно выбрать сильных участников. «Сдавать нормативы комплекса решили более 20 человек. У нас работают в основном молодые люди, для которых участвовать в соревнованиях естественно. Многие занимаются спортом с детских лет. Хороший пример активности и заботы о здоровье

демонстрирует наш генеральный директор. Всё это и стало основой хорошего выступления», – сказал он.

На втором месте в общем зачёте – пожарная часть. В наших структурах МЧС самое большое число значкистов к общему количеству сотрудников. Хорошая физическая форма нужна спасателям для выполнения профессиональных задач.

Коллектив Упоровской больницы на фестивале занял третье общекомандное место. Медики, конечно, знают о положительном влиянии на здоровье физической активности. Именно поэтому многие из них с удовольствием занимаются физкультурой и спортом. От их работоспособности зависят жизни и здоровье людей.

Специалист центра тестирования комплекса ГТО в Упорово Максим Шефер говорит, что и остальные трудовые коллективы, участвовавшие в фестивале ГТО, остались в выигрыше. «Сотрудники полиции, кооператива «Усадьба», Упоровской школы, детского сада, Комплексного центра социального обслуживания населения и совета ветеранов хорошо провели время, получили награды за успехи в личном зачёте и сделали очередные шаги на пути к здоровью», – подчеркнул Максим.

Весенний районный фестиваль ВФСК ГТО организаторы посвятили 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.

## Наши семьи дружат со спортом

Среди семейных дружин районный фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» провели в СК «Ладья» райцентра. За победу боролись пять команд из Упоровского, Пятковского, Емуртинского, Буньковского сельских поселений. Первое место заняла семья Кайсиных из Упорово.

В состав их команды вошли глава семьи Сергей, мама Юлия и десятилетний сын Тимофей. Каждый из них искренне любит спорт и не боится пробовать себя в испытаниях ГТО. Сергей Николаевич каждое утро начинает с зарядки, а по вечерам устраивает небольшие тренировки: отжимается, подтягивается на турнике, качает пресс. В составе команды Упоровского района участвует в областных чемпионатах по хоккею, также выходит на лёд в составе ветеранской сборной. Любовь к спорту настоящих мужчин передалась и сыну Тимофею, который уже три года занимается в Упоровской детско-юношеской спортивной школе.

От мужчин не отстаёт и Юлия. Она всегда следила за своим здоровьем и в качестве средства поддержания физического тонуса выбрала занятия по шейпингу и йоге в Упоровском РДК.

Интересно и то, что Сергей и Юлия заразили своим примером и других сотрудников ЖЗСПК «Усадьба», где они вместе работают. По итогам последнего фестиваля физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди трудовых коллективов сотрудники «Усадьбы» показали отличные результаты: Сергей и Юлия заняли первые места в своих группах, Максим Шепелев и Ирина Екимова стали вторыми по результатам испытаний, Анна Зверева – пятой среди участниц своей ступени.

Фото со страницы ВК «ГТО в Упорово».



На пьедестале сильнейшие семейные команды района.

Страницу подготовила Вера ЛИПУХИНА.