



### Поздравления

12 ИЮНЯ – ДЕНЬ РОССИИ

### Поздравления

#### Уважаемые земляки!

Поздравляю вас с Днём России! Этот общенациональный праздник объединяет все народы нашей страны. Именно в многонациональном единстве и дружбе, обогащении культур и традиций – сила России! Это подтверждается тысячелетней историей нашего государства.

На протяжении веков люди разных национальностей живут рядом, уважая обычаи и религию друг друга, вместе радуясь и отмечая праздники, помогая друг другу, а если приходят трудные времена, сообща их преодолевают.

В период пандемии и в сегодняшней переломный момент мы ещё больше осознали важность единения общества, почувствовали внутреннюю силу и сопричастность ко всем событиям, влияющим на настоящее и будущее Родины.

Непобедимая сила России – в наших поступках и делах, беззаветной любви к Отчизне и труде для её процветания и благополучия.

Дорогие земляки! Сплочённость, взаимная поддержка и консолидация усилий поможет нам справиться со всеми вызовами времени и задачами любой сложности.

Пусть любовь к Родине, вера в счастливое будущее, профессионализм, ответственность и самоотдача помогают вам твёрдо идти к поставленным целям и достигать успеха, вдохновляют на новые свершения и победы на благо Тюменской области и России!

**Александр МООР,**  
губернатор  
Тюменской области

#### Уважаемые земляки!

Поздравляю вас с государственным праздником – с Днём России!

Каждый из нас мечтает видеть свою страну сильной и независимой державой, поэтому наши дела, старания и усилия должны быть результативными, направленными на эффективное социально-экономическое развитие России и благополучие её жителей.

Современная Россия – сильное и независимое государство, твёрдо стоящее на страже своих национальных интересов и год от года укрепляющее статус могучей державы.

В последние годы наша страна динамично развивается, всё больше укрепляет свои позиции на международной арене и уверенно шагает в будущее.

Сегодня благодаря политике Президента России, сплочённости всех граждан нашего государства мы с уверенностью можем смотреть в будущее нашей страны, которое складывается из сознательности каждого из нас, нашей гражданской позиции и ответственности.

Желаю вам крепкого сибирского здоровья, мирного неба над головой и уверенности в собственных силах и веры в нашу страну!

**Владимир УЛЬЯНОВ,**  
депутат Тюменской  
областной думы,  
член фракции  
«Единая Россия»

# Наш дом – Россия



Дети из пришкольного лагеря Казанской школы приняли участие в акции «В единстве наша сила», которую провели новоселёвские кадеты из класса «Монолит»

12 июня в селе Казанском состоится большая торжественная программа, посвящённая Дню России. Этот праздник – символ национального единения и общей ответственности за настоящее и будущее

нашего отечества.

В центральном парке будут проходить гала-концерт «Голос моей Родины», тематические выставки, интерактивные площадки, мастер-классы, конкурсы. Творческие кол-

лективы районного дома культуры порадуют зрителей зажигательными танцами и красивыми песнями.

Начало праздника в 11 часов.  
**Надежда ДОГОТАРЬ**  
Фото автора

#### Уважаемые земляки!

Примите поздравления с замечательным праздником – Днём образования Казанского района!

Этот праздник объединяет все поколения казанцев, всех жителей нашего гостеприимного и радушного края.

В нашем районе бережно сохраняются и приумножаются заложенные десятилетиями традиции.

Много замечательных людей вписали свои имена в летопись района, они принесли нашему краю почёт и уважение, прославили его подвигами на полях сражений и своим трудом.

Всё, чем богат наш родной край, чем мы привыкли гордиться, – это заслуга многих поколений наших земляков. И сейчас мы возлагаем большие надежды на молодёжь, которая способна приумножить лучшие начинания.

От каждого жителя района зависит то, в каких условиях мы живём и будем жить дальше. Чтобы наш общий дом был комфортным, уютным и благоустроенным, нам необходимо проявлять взаимное уважение, поддерживать друг друга, трудиться не только для себя, но и совершать благие дела для своих земляков. Важно воспитывать у детей чувство патриотизма и любви к родному краю. Только тогда мы можем быть уверены в будущем.

Спасибо вам, дорогие земляки, за ваш труд и заботу о благополучии нашей земли. Искренне желаю Казанскому району счастливого будущего, стабильности и процветания, а всем жителям – крепкого здоровья, добрых событий, благополучия и уверенности в завтрашнем дне!

**Татьяна БОГДАНОВА,**  
глава района

#### Уважаемые жители Казанского района!

От имени депутатов думы примите искренние поздравления с Днём рождения района!

Сегодня мы отмечаем наш общий праздник. В Казанском районе дружно живут представители многих национальностей. И какими бы разными не были наши традиции, всех нас объединяет любовь к общему дому, родной земле.

Мы по праву гордимся историей нашего района, его жителями, нашими общими достижениями, и верим в лучшее будущее.

Казанский район – это территория трудолюбивых и талантливых людей, которые готовы вкладывать свои знания, умения в процветание нашего дома.

Примите самые тёплые, искренние пожелания здоровья, успехов во всех начинаниях, стабильности и уверенности в завтрашнем дне, мира и благополучия каждому дому, каждой семье! Пусть наш район всегда остаётся красивым и уютным. С праздником, дорогие земляки!

**Ольга СОБЯНИНА,**  
председатель думы

### Погода в Казанском



11.06  
воскресенье

+28



скорость ветра  
3 – 5 м/с, Ю/З

+13



12.06  
понедельник

+19



скорость ветра  
2 – 3 м/с, С/З

+12



13.06  
вторник

+22



скорость ветра  
3 – 4 м/с, С/З

+9



14.06  
среда

+26



скорость ветра  
3 – 4 м/с, З

+10



ГОД ПЕДАГОГА И НАСТАВНИКА

## Дорога, ведущая к успеху

В конце апреля во Дворце творчества и спорта «Пионер» состоялся очный этап областного конкурса профессионального мастерства работников сферы дополнительного образования «Сердце отдаю детям», в котором приняла участие педагог дополнительного образования из Казанского района Галина Долгушина.

Ряд конкурсных материалов: видеоролики «Визитная карточка» и «Моё образовательное решение глобальным вызовом» предоставили 37 конкурсантов из 18 муниципальных районов Тюменской области. После тщательного отбора в очный этап прошёл 21 работник сферы дополнительного образования.

Первый этап конкурса – «Проектирование дополнительного образовательного пространства для развития способностей и талантов детей». Конкурсанты методом жеребьёвки поделились на несколько команд, вместе создали новый проект и представили его на суд жюри.

Второй – «Высшая лига дополнительного образования детей». Каждому конкурсанту в ходе профессионального диалога и обсуж-

дения представилась возможность обосновать и выразить свою профессиональную позицию и систему взглядов на тему «Наставничество: модный тренд или осознанная необходимость».

По итогам всех выступлений и подсчётов голов Галина Долгушина заняла третье место в номинации «Педагог дополнительного образования по технической направленности».

– Конкурс был сложным, но интересным и познавательным. Не ожидала, что войду в тройку лидеров, потому что соревновались сильные конкурсанты. Я очень довольна! – делится она впечатлениями.

Галина Александровна работает в центре развития детей тре-

тий год. Ребята с удовольствием посещают её кружки «В мире 3D-моделирования», «ТехноАрт», «Изобретариум». Педагога радует, что её воспитанники, участвуя в различных конкурсах, занимают призовые места.

– Педагог должен быть в первую очередь другом, а уже потом наставником. Мне нравится наблюдать, как ребята меняются в атмосфере творчества, дружелюбия и взаимопонимания, – говорит Галина Долгушина.

Галина Александровна, увлечённый в свою профессию человек, знает, как заинтересовать ребёнка. Ребята, посещая её кружки, учатся любить прекрасное. Она считает, что, если ребёнок стремится разобрать каждую игруш-



Галина Долгушина постоянно совершенствуется в педагогической деятельности

ку, а потом собрать из её деталей что-нибудь новое, не нужно его ругать, а лучше привести в центр развития детей в кружок технической направленности. Здесь он обязательно найдёт то, что его

по-настоящему заинтересует, и, возможно, он вырастет великим конструктором или талантливым инженером.

Надежда ДОГОТАРЬ  
Фото автора

ПОДПИСКА-2023

### Последние дни декады!

Уважаемые читатели, кто ещё не выписал районную газету «Наша жизнь» по сниженной цене, поспешите, так как Всероссийская декада подписки заканчивается **15 июня**.

Напоминаем, стоимость полугодового комплекта районки в период декады составляет 661 руб. 68 коп., для участников ВОВ и инвалидов первой и второй группы – 568 руб. 62 коп. Оформить подписку можно во всех отделениях почтовой связи района, а также у почтальонов.

Редакция

СТИХАМ ВСЕ ВОЗРАСТЫ  
ПОКОРНЫ!

### Великая наша Россия

Россию на колени не поставят,  
Россию не заставят замолчать,  
Мы сильная, могучая держава,  
И не по силам никому её

Уж сколько раз пытались  
нас унижить,  
Мечтали сапогами в грязь

Но поднималась  
матушка-Россия,  
Врагам её упорства не понять!  
И пусть не точат зубы

Здесь русским духом все  
закалены,  
Будить не надо русского

Чтоб доходило дело до войны,  
Не надо нас пугать из-за забора,  
Мы в сорок пятом Родину

Фашисты, никогда не знавшие  
отпора,  
Спасая шкуру, еле ноги унесли!  
Мы за Отечество своё стоять

У нас, у русских, знайте:  
Отчизну не дадим в обиду мы  
злодеям

И на агрессию сумеем дать  
ответ!

Сломить Россию даже  
не пытайтесь!  
Не поработить великий наш

народ!  
Запомните: кто к нам с мечом  
приходит,  
Тот от меча на месте и умрёт!

**Зоя САВЧЕНКО**  
с. Смирное

## Хранитель времени

В Ильинском музее появилась новая экспозиция, посвящённая казахской культуре

Площади сельского музея невелики – всего два зала, но в них компактно разместились несколько экспозиций, которые ёмко и правдиво рассказывают о жизни людей Ильинского края, отражая разные

исторические вехи. Подлинные предметы быта, в настоящее время вышедшие из обихода, вызывают неподдельный интерес посетителей: и детей, и взрослых.

В начале XX века на территории села проживали несколько купцов, которые вели бойкую торговлю в округе. Сохранилась даже фамильная печать одного из них. Часть музея посвящена этим людям и оформлена как купеческий дом и купеческая лавка. Рядом оформлен уголок в стиле русской крестьянской избы. Не так давно появилась выставка, воссоздающая бытовые условия жизни советских людей. В 70 – 80-е годы прошлого столетия предметами интереса почти в каждой сельской и городской семье были сервант, комод, этажерка, проигрыватель, массивный телевизор. Всё это и многое другое нашло место в стенах Ильинского музея.

Главное достоинство территории – люди, проживающие здесь, которые своим трудом, творчеством и достижениями прославляют родной край, делают жизнь ярче и комфортнее.

В музее хранится много фотографий, отражающих события, происходившие в разные годы. Они рассортированы по темам и вывешены на стендах или оформлены в альбомах. Много фотодокументов посвящено совхозу «Ильинский» и его труженикам.

– Люди любят рассматривать фото прошлых лет, – рассказывает специалист по музейно-образовательной деятельности Людмила Викторовна Инозенева, – с юбилеев, с уборочной страды. Многих односельчан уже нет в живых, а фотографии хранят память о тружениках полей. Есть и уникальные снимки. Например, на одном из них бывший губернатор Сергей Семёнович Собянин вручает награду нашему земляку Леониду Александровичу Карпуцину.

В музее постоянно оформляются выставки, посвящённые истории школы, Ильинской больницы, воинам-защитникам, участвовавшим в Великой Отечественной, афганской и чеченской войнах. В прошлом году экспозиция пополнилась



Жители деревни Благодатное под руководством Куляем Бекимовой (вторая слева) показывают обряд гостеприимства в Ильинском музее

информацией о специальной военной операции, начавшейся на Украине в феврале 2022 года. Среди участников операции – Герой России Жумабай Раизов. В музее хранится его военная форма, личный дневник с записями, папка с фотографиями и биографическими данными.

Казанский район – многонациональный. Вторую по численности группу населения составляют казахи. Больше всего их проживает на территории Ильинского сельского поселения. Поэтому было принято решение посвятить одну из экспозиций местного музея культуре

этого народа.

– В Ильинском музее получился отличный уголок, отражающий казахский быт, напоминающий национальную юрту. Большинство предметов прикладного творчества и бытового назначения – личные вещи нашей семьи, – рассказала председатель автономии казахов Казанского района Куляем Сакибжановна Бекимова. – С Людмилой Викторовной мы обсудили, как лучше использовать тематический уголок в работе с посетителями.

Обычаи казахского гостеприимства, свадебные национальные игры, обряды, связанные с рожде-

нием ребёнка, семейный уклад и многие другие традиции казахов можно узнать, побывав в Ильинском музее.

С началом работы летних школьных площадок и лагерей дневного пребывания детей у многих ребят появится возможность посетить филиал районного музея и ознакомиться с его новыми выставками и экспозициями. Для любителей истории и краеведения музей открыт все дни недели с 10 до 13 часов и с 15 до 17 часов, кроме субботы и понедельника.

**Светлана СУРОВЦЕВА**  
Фото автора

ЭТО НАШЕЙ ИСТОРИИ СТРОКИ

# Библиотека – территория творчества

«Библионочь» – ежегодный фестиваль чтения, который проходит по всей России. В этом году Всероссийская акция под девизом «Читаем вместе» в рамках Года педагога и наставника состоялась в 12-й раз

Сотрудники центральной районной библиотеки имени И.М. Ермакова 26 мая пригласили юных читателей принять участие в акции «Библиосумерки».

Началось детское приключение со знакомства с учительницей всех земных наук Зинаидой Почитаевой Знайкиной. Сначала все вместе играли в викторину: с удовольствием отгадывали известные произведения и сказочных героев. Затем ребята окунулись в мир волшебных наук в виде интересных площадок. Здесь каждый нашёл для себя что-то новое и увлекательное.

Любителей рисования привлекла площадка «Песчаные фантазии», где дети с удовольствием фантазировали и рисовали песком на световых столах. Сотворить шедевр под чутким руководством настоящего художника Анны Хахахиной участники акции могли на творческой площадке «Волшебная акварель».

В игровом зале прошла занимательная игра «Фифти-фифти». Не-

сколько команд соревновались в эрудиции, смекалке. Захватывающей была настольная игра «Мемори 72», в ходе которой ребята узнали много интересного из истории Тюменской области.

На площадке «Увлекательные опыты» желающие смогли при помощи химического состава сделать разноцветных полимерных червячков. Незаметно пролетело время у ребят на площадках «Подделки из пушистой проволоки» и бисероплетения «Фенечка».

Акция «Библиосумерки» получи-

лась познавательной и интересной. Дети уходили домой в хорошем настроении и с огромным желанием вновь вернуться в библиотеку.

Далее «Библионочь» продолжилась для взрослых читателей. Было много сюрпризов и приятных встреч. Библиотекари подготовили обширную двухчасовую программу викторины об интересных книгах и известных писателях. За каждый правильный ответ гости получали жетоны, а в конце мероприятия по жетонам определили победителя.

Присутствующим показали видеофильм «7 чудес России» о самых красивейших местах нашей страны. Затем ведущие Анастасия Ляпунова и Вера Шмидт предложили участникам акции совершить путешествие по старой Москве. Просмотрев кинофильмы «Женидьба Бальзамина» и «Банкрот», они познакомились с самобытной историей и многочисленными достопримечательностями столицы. Продолжилось путешествие по одной из старинных улиц Москвы – Арбату.

В этот вечер гости послушали романс из кинофильма «Ася» по повести Ивана Тургенева, удивительную мелодию «Лунная соната» Людвига Бетховена. Музыка Игоря Корнелюка прозвучала в одноимённом фильме Михаила Булгакова «Мастер и Маргарита», который знаком практически каждому посетителю. Песня «Нет, не любил он» в исполнении Ларисы Гузеевой из фильма «Жестокий романс» никого не оставила равнодушным.



Каждая творческая площадка интересная и уникальная

Вечером в библиотеке прошли шуточные игры с воздушными шарами и теннисными мячами, многих заинтересовала площадка со световыми столиками.

Организаторы удивили посетителей необычным сценарием, подвижными конкурсами и музыкальным движением.

По итогам «Библионочи» по количеству набранных жетонов победителем стала Алёна Мазина, активный читатель библиотеки.

Все участники «Библионочи-2023» получили массу ярких впечатлений. Гости праздника тепло отзывались о состоявшемся вечере.

Галина Клюева: «Очень довольна. Было весело, душевно, красочно, позитивно и просто уютно».

Сара Мамбетова: «Каждый год охотно принимаю участие в этом мероприятии. Спасибо организаторам за оригинальные идеи, конкурсы, игры. С нетерпением буду ждать следующей «Библионочи».

Алёна Мазина: «Большое спасибо. В этот вечер мы с дочерью отдохнули от души. Я с удовольствием посмотрела старые фильмы о Москве, послушала красивые романсы».

Надежда ДОГОТАРЬ  
Фото автора



Участники мероприятия получили заряд хорошего настроения

В четырёх километрах от села Вильинки находится большое и богатое рыбой озеро Убиенное. Вода в нём в меру солёная и, как говорили старожилы, обладает целебными свойствами. Кто, когда и почему дал этому озеру такое странное название – неизвестно. По преданиям и легендам много людей было там убито и утоплено. Предпоследние жертвы – переселенцы из европейской части, которые по царскому указу шли в Сибирь для освоения новых земель. Местные мужики не хотели делиться с ними этой землей. Они их убивали и топили в озере. Во времена революции и гражданской войны озеро также забрало немало жизней. В 2013 году по инициативе местного казака Андрея Сазонова был изготовлен шестиметровый поклонный железный крест. По согласованию с администрацией села в присутствии священника его поставили на высоком северном берегу озера. На закреплённой табличке написано, что православный крест установлен в память невинно убиенным людям на берегах озера.

Вторая тайна озера – наличие трёх высоких насыпных курганов. Пятьдесят лет назад эти курганы были в полной сохранности и возвышались на берегу озера. Но ежегодное распахивание и боронование привели к тому, что два кургана практически исчезли. Нетронутым остался только один, на вершине которого была когда-то установлена железная геодезическая вышка. Кто, когда и зачем насыпал данные курганы – остаётся загадкой. Местные мужики не раз ходили с лопатами к их подножию, копали глубокие ямы, пытались познать неразгаданное. Но, видимо, то, что спрячено или захоронено в недрах курганов, находится на большой глубине.

## Тайны озера Убиенное

Третья ещё более загадочная и не совсем понятная тайна, про которую мне удалось узнать случайно, находится на западном берегу озера.

Долгими зимними вечерами мне нравится работать в Интернете, изучать разные конструкции, делать экскурсии в древнюю историю и географию. Ради интереса в поисковой строке я обозначил вопрос о древних поселениях юга Тюменской области. Открылось всего три места: Ингалинская долина в Исетском районе, озеро Мерген в Ишиме и западный берег озера Убиенное в Казанском районе, которое в народе с западной стороны водоёма называют Куроптевским бугром. Когда-то, работая на комбайне, мне приходилось убирать хлеб на этом бугре. Я даже предположить не мог, что нахожусь на территории древнего поселения. Чтобы убедиться, жили ли там когда-то люди, я приехал туда с металлоискателем. Первыми признаками было наличие на пашне очень старых почерневших от времени черепков от разбитой глиняной посуды. Включённый прибор начал подавать сигнал о присутствии в земле железа. И то, что я достал из земли, по первому осмотру являлось увесистым оплавленным камнем величиною с ладонь. Был он темно-зелёного цвета с белыми прожилками. За короткий промежуток времени я насобирал больше десятка таких камней разной величины и формы. Вместе с зелёными камнями мне попались несколько блестящих оплавленных слитков серебристого цвета. Первое впечатление – я нашёл слитки серебра, но прибор показывал, что это железо. Дома найденные камни прове-



Металлоискатель и лопата – верные помощники в исследованиях Алексея Петровича Полукева

рил на наличие магнитных свойств. Зелёные камни на магнит реагировали. Это значит, что в их составе есть железо. Серебристые слитки не магнитились.

Описание и фотографии в Интернете железных метеоритов, которые прилетают на Землю из космоса, практически полностью совпадали с найденными мною камнями. Чтобы конкретно узнать их происхождение, мы с сыном созвонились с Московским институтом геологии, послали туда почтой несколько зелёных камней и пару серебристых слитков. К сожалению, официального ответа из этого института не получили, но когда сын повторно по-

звонил туда, то профессор геологии конкретно нам разъяснил, что серебристые слитки – готовая нержавеющая сталь, а зелёные камни – отходы производства, которые образуются при выплавке нержавеющей стали. И ещё он добавил, что там, где в земле она встречается, жили когда-то люди и занимались её производством. Вот так совершенно случайно открылась ещё одна тайна нашего озера. Только вот в связи с этим возникает много вопросов. Ведь получение нержавеющей стали – очень сложный технологический процесс, нужны знания, производственные цеха, высокотемпературные плавильные печи. Необходимы сопутствую-

щие компоненты: хром, никель, медь, марганец. А главное – нужно иметь под рукой железо или хотя бы железную руду. Где всё это брали древние люди в наших местах – не понятно.

Остаётся только предполагать, что железо прилетело к нам из космоса в виде огромного железного метеорита. В результате его падения образовалось озеро. Данную версию подтверждают высокие холмистые берега.

Хлебные поля, которые тянутся вокруг озера, находятся в глубоких низинах. Это особенно заметно, если смотреть с северной и западной сторон, а вот с восточной никаких холмов и низин не наблюдается. Получается, что тысячи, а может, и миллионы лет тому назад огромный огненный шар прибыл с восточной стороны, с большой силой ударился о землю, раскидав её далеко по сторонам, и по инерции вылетел на западную сторону, где впоследствии найден и переработан в нержавеющую сталь древними людьми. Конечно, это всего лишь гипотеза, но, может быть, в ней есть доля правды.

Сейчас трудно представить, что, вероятно, на Куроптевском бугре был город, стояли производственные цеха и дымили трубы плавильных печей. Согласно истории, секрет получения нержавеющей стали открыл в 1913 году английский инженер Гарри Брирли. За это нужное в быту и для оружейников открытие он был награждён золотой медалью. Только вот получается не права в данном случае история. Наши сибирские сталевары знали тайну много столетий тому назад и унесли её секрет на глубину озера Убиенное.

Алексей ПОЛУКЕЕВ  
с. Илькинка  
Фото Андрея ЗАДОРЖНЫХ

МЫСЛИ ВСЛУХ

ИЗ ПИСЕМ В РЕДАКЦИЮ

## Родина моя

Для меня слово «Россия» наполнено особенным глубоким смыслом. За что я её люблю? Россия – моя Родина. Великая и обширная наша страна: неиссякаемы и полноводны реки, могучи зелёные леса, широки знойные степи, необъятны урожайные поля, непроходима глухая сибирская тай-

га. Высокие горы блистают вечными ледниками, а свет яркого солнца отражается в их снеговых вершинах. Города многолюдны и многочисленны в нашей необъятной России-матушке. На многих языках говорят люди, заселяющие эту величественную страну, чудесны песни, которые они поют. Я люблю

Россию за красоту природы, за гордый характер российских людей, хлебосольных и работающих.

Уважаемые земляки, любите свою страну, изучайте историю, передавайте свои знания подрастающему поколению. Пусть на земле всегда будет мир, солнце, голубое небо.

С Днём России!

Татьяна ПАНИНА  
д. Большие Ярки

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

## Пять полезных привычек для защиты лёгких

Сохранение здоровья лёгких – важная задача для любого человека. Именно благодаря этому органу обеспечивается потребность организма человека в кислороде. Здоровье лёгких – очень важное условие для полноценной жизни.

О важности сохранения здоровья лёгких рассказал главный врач ГБУЗ ТО «Центр профилактики и борьбы со СПИД» Владимир Викторович Романов.

Существует несколько факторов в значительной степени влияющих на здоровье лёгких. Один из них – отказ от курения. Курение значительно повышает риск развития таких серьёзных заболеваний как рак лёгких, бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь лёгких и так далее. Каждый раз, выкуривая сигарету, курящий человек и тот, кто вынужденно находится в этот момент рядом, вдыхает в лёгкие сотни химических веществ, включая никотин, окись углерода, табачные смолы. Эти химические вещества могут изменить клетки лёгких из нормальных в злокачественные. Однако если человек бросит курить, то в течение одного года здоровье лёгких восстановится. Органы дыхания постепенно очищаются и восстанавливают свои функции за год. Так что даже у куривших много лет после отказа от вредной привычки есть шанс вернуть лёгким чистоту. Чем раньше человек избавится от такой вредной привычки, тем выше шансы сохранить здоровье.

Кроме отказа от сигарет, необходимо выполнять регулярные физические упражнения. Тренировки не только улучшают фигуру человека, но и поддерживают форму лёгких. Во время тренировок сердце бьётся быстрее, а лёгкие работают интен-

сивнее. Организму человека нужно больше кислорода, чтобы подпитывать мышцы. Во время упражнений частота дыхания увеличивается с 15 до 40 – 60 раз в минуту. Аэробные упражнения обеспечивают лучшую тренировку для лёгких. Чем больше человек тренируется, тем эффективнее становятся его лёгкие.

Конечно, нельзя не сказать о предотвращении инфекционных заболеваний лёгких. Одним из самых опасных инфекционных заболеваний можно считать туберкулёз – инфекционное заболевание, возбудителем которого является микобактерия туберкулёза (раньше её называли палочкой Коха по имени учёного, её открывшего). Характеризуется туберкулёз в основном поражением лёгких, однако возможно поражение и всех других органов человека.

Туберкулёз очень заразен и опасен. В отличие от многих других инфекций он имеет хроническое течение, что повышает число заразившихся многократно. Заболевание, как правило, наступает не сразу: от заражения до проявления может пройти от нескольких дней до нескольких лет.

– Профилактика туберкулёза – одно из важнейших направлений профилактики заболеваний у людей, живущих с ВИЧ. Если человеку,

свободному от ВИЧ-инфекции, необходимо проходить флюорографическое исследование лёгких один раз в год, то ВИЧ-положительному необходимо делать это каждые полгода. Туберкулёз может развиваться на любой стадии ВИЧ-инфекции, однако риск увеличивается при снижении иммунитета. Поэтому так важно человеку, живущему с ВИЧ, соблюдать все рекомендации врачей, режим приёма, дозировку антиретровирусных препаратов, которые не только снижают количество вирусов в организме человека до минимума, но и защищают иммунную систему, позволяя ей полноценно защищать организм. Всем жителям Тюменской области я рекомендую внедрить в свою жизнь пять полезных привычек для защиты лёгких: не курить, регулярно заниматься спортом, снизить воздействие загрязняющих веществ (пассивное курение, выхлопные газы, бытовая химия), дышать полной грудью и обязательно выделить время для профилактических исследований лёгких. Сосредоточив немного своей энергии на этих задачах, вы сможете поддерживать оптимальную работу лёгких на всю жизнь, – отметил Владимир Романов.

Пресс-служба ГБУЗ ТО  
«Центр профилактики и борьбы со СПИД»

БЕЗОПАСНОСТЬ

## Задержаны три иностранных гражданина

Пограничным управлением подведены итоги оперативно-профилактического мероприятия (ОПМ) с условным наименованием «Южный рубеж – 2023», проводимого с применением сил и средств межведомственных мобильных групп из числа региональных подразделений органов внутренних дел, Росгвардии, Тюменской таможни, Россельхознадзора, Роспотребнадзора и руководителей органов местного самоуправления приграничных районов.

В ходе оперативно-профилактических мероприятий (ОПМ) в период с 25 мая по 3 июня реализован комплекс оперативных, войсковых, режимно-пропускных и профилактических мероприятий, направленных на поддержание установленных на государственной границе административно-правовых режимов, противодействие преступным группам, осуществляющим противоправную деятельность через государственную границу.

Во взаимодействии с сотрудниками органов внутренних дел, представителями органов местного самоуправления на приграничной территории в районах активной хозяйственной деятельности проведены рейды по контролю за соблюдением пограничного и миграционного законодательства, проверены места ведения хозяйственной деятельности.

Совместно с участковыми полномочными полицией, членами добровольных народных дружин проведена разъяснительная работа по соблюдению правовых режимов на приграничной территории с лицами, прибывшими в пограничную зону для постоянного (временного) проживания, путём посещения мест проживания указанной категории граждан.

В период ОПМ задержано 19 граждан за нарушение режима границы и пограничного режима, нарушители привлечены к административной ответственности.

Возбуждено два уголовных дела по признакам преступления, предусмотренным ч. 2 ст. 322 УК РФ.

Так, на территории Петуховского муниципального округа задержаны три иностранных гражданина на дальнего зарубежья, предпри-

нявших попытку незаконного въезда на территорию России без действительных документов на право пересечения границы. Задержанные лица привлечены к административной ответственности и выдворены на территорию сопредельного государства.

Результаты оперативно-профилактических мероприятий способствуют повышению навыков совместных действий взаимодействующих структур по пресечению преступлений и правонарушений на государственной границе и приграничной территории, а также устранению причин и условий, способствующих их совершению.

Пресс-служба Пограничного  
управления ФСБ России  
по Курганской и Тюменской  
областям

## Протезы по электронному сертификату

С июня расширен перечень технических средств реабилитации (ТСР), которые можно приобрести по электронному сертификату. Теперь в нём предусмотрено 26 новых позиций, включая протезы верхних и нижних конечностей. Всего в перечне около 270 различных средств реабилитации.

Начиная с июня месяца, люди с инвалидностью могут приобретать протезы верхних и нижних конечностей по электронному сертификату. До сих пор получить такие средства реабилитации можно было двумя способами. Первый – это подать заявку в Социальный фонд и дождаться выдачи изделия. Второй – самостоятельно купить протез, затем получить компенсацию расходов в Социальном фонде. Теперь доступна ещё и опция с электронным сертификатом.

Практика показывает, что получение ТСР по сертификату набирает популярность. К настоящему времени в Тюменской области уже вы-

пущено более 3 тыс. сертификатов на 178 млн. рублей.

Возможности этого способа приобрести средство реабилитации постепенно расширяются. Если на первом этапе сертификат позволял купить только серийные ТСР, теперь это ещё и индивидуальные изделия, сделанные на заказ. Это позволяет подобрать именно то изделие, которое подойдет для комфортной реабилитации и социализации с учётом необходимых функциональных характеристик и особенностей здоровья.

Пресс-служба ОСФР  
по Тюменской области

КОНКУРС

## Гармони Тюмени играют

В День России всех нас объединит самый народный инструмент – гармонь!

12 июня в 17 часов на площади 400-летия Тюмени состоится масштабное открытие II областного фестиваля-конкурса гармонистов «ГАРМОНИЯ»!

В рамках программы впервые в Тюменской области пройдёт яркий флешмоб гармонистов.

Маленьких зрителей обязательно порадуют гигантские мишки – символы фестиваля! А активных тюменцев наградят подарочными билетами на гала-концерт фестиваля-конкурса.

На главной сценической площадке в битве гармонистов сойдутся три команды музыкантов-виртуозов Тюменской области: победители, лауреаты и дипломанты I областного фестиваля-конкурса «ГАРМОНИЯ».

Тюменское концертно-театральное объединение приглашает

всех желающих присоединиться к флешмобу 12 июня в 17 часов на площади 400-летия Тюмени.

Праздничный день завершится выступлением музыканта-виртуоза, лауреата международных премий Павла Уханова и группы «ГармоньDrive» (солистка – Наталья Николаева). Артисты исполнят любимые народные и военные песни, русские инструментальные наигрыши в современной обработке.

Фестиваль проходит при поддержке губернатора Тюменской области Александра Викторовича Мора и Тюменского регионального отделения партии «Единая Россия».

Соб. инф.

ЭКОЛОГИЯ

## «Деревья добра» появятся на улицах города Ишима

Несколько арт-объектов в форме дерева для сбора пластиковых крышек установят на самых проходных улицах и в популярных местах Ишима. Впоследствии средства от сдачи их в переработку пойдут на покупку корма для животных из городского приюта.

Директор автономной некоммерческой организации «Добро.ру» Ирина Орлова давно изучает проблемы экологии, прививает экокультуру своим воспитанникам в детском саду, где работает воспитателем. Она учит их сортировке мусора и объясняет, почему нужно сдавать отходы на вторичную переработку.

Идея реализовать социально-экологический проект «Экодеревья» возникла у Ирины, когда подобные контейнеры для сбора крышек она увидела в Тюмени. Решила, что в Ишиме тоже нужно привлекать внимание людей к вопросам экологии. Но начинать эковоспитание нужно с раннего возраста, поэтому участниками проекта станут дети от 5 лет и подростки до 18.

«Во Всемирный день окружающей среды, как никогда своевременно, нужно напомнить жителям Тюменской области, что проблема загрязнения существует. Большин-

ство людей хотели бы видеть свой город чистым и приятным для отдыха. И мы сможем сделать его таким, если постараемся», – подчеркнула Ирина Орлова.

Просветительские мероприятия эконаправленности охватят более 200 участников, добавила она. И это только начало.

Итогом проекта станет сдача собранных крышек, а на средства от их реализации питомцам ишимского приюта закупят корм.

По итогам конкурса грантов губернатора Тюменской области на развитие гражданского общества в 2023 году программа получила поддержку в размере 145 тыс. рублей. Всего же некоммерческие организации региона реализуют 114 проектов. Общая сумма поддержки с софинансированием Фонда президентских грантов составит более 85,2 млн. рублей.

ИА «Тюменская линия»