



Как уберечься
от вируса? – стр. 2

«Серебряные» волонтеры
помогают людям – стр. 3

Как избежать стрессовых
ситуаций? – стр. 6

25 июля – День работника торговли

Уважаемые представители сферы торговли
и ветераны отрасли!

Поздравляю вас с профессиональным праздником! Невозможно представить жизнь современного человека без предприятий торговли. Мы сталкиваемся с вашей работой ежедневно. От вашего профессионализма, качества предоставляемых услуг, душевного тепла и терпения во многом зависят настроение людей, быт и условия жизни.

Очень приятно осознавать, что ваша работа постоянно со-

вершенствуется, вы не стоите на месте, движетесь вперёд, изучая спрос и потребности современного покупателя, формируя уникальные торговые предложения и создавая дополнительные удобства для своих клиентов.

Искренне благодарю вас за нелёгкий, но очень необходимый труд. От всей души желаю крепкого здоровья, неиссякаемой энергии, благодарных улыбок покупателей и новых успехов в работе на благо социально-экономического развития нашего района.

Леонид САУКОВ, глава района.



Екатерина Костенко внимательна к своему персоналу и посетителям.

Уверенно ведёт свой бизнес

В России и мире каждое четвёртое воскресенье июля отмечается День работников торговли. В этой сфере задействовано большое количество людей, и по данным Росстата – около половины малых предприятий в стране. Их цель – удовлетворить потребности населения в товарах и услугах.

В Упоровском районе на 1 апреля 2020 года зарегистрировано 233 предприятия в сфере торговли. Ещё несколько готовятся начать свою деятельность.

Екатерина Костенко из села Ингалинского открыла своё дело не так давно. Магазин «Радуга» начал обслуживать покупателей чуть больше двух лет назад. Даже после регистрации в качестве инди-

видуального предпринимателя девушка работала за прилавком своего магазина. И сейчас бывает такое.

«Я вышла замуж и переехала из села Упорово. Немного обустроившись, начала искать работу, но подходящей не нашла. Тогда я подумала о том, что можно начать собственное дело.

Посоветовавшись с супругом, открыла магазин смешанных товаров в Ингалинском. Через год решила на расширение бизнеса. Тогда появился второй зал в Суерке. Особых трудностей не возникло, так как у меня есть опыт в этой сфере», – рассказала Екатерина Александровна.

По её словам, предпринимателю необходимо быть разносторонним человеком. Он должен обладать знаниями в

налоговом учёте, в вопросах пенсионного обеспечения, социального страхования, чтобы организовать работу качественно и в соответствии с требованиями законодательства.

Следует отметить, что Екатерина самостоятельно развивает свой бизнес, не пользуясь государственной поддержкой.

«Сейчас я считаю, что всё получилось как нельзя лучше. Со всеми задачами справляюсь. Но если будет возможность и необходимость, конечно, обращусь за помощью. Ведь жизнь не стоит на месте, и каждый предприниматель должен ставить перед собой цели по расширению своего дела», – заключила бизнес-леди.

Регина ГАПОНОВА.
Фото автора.

Коротко о разном

Взаимодействуют дистанционно

Несмотря на особую ситуацию, связанную с ограничениями, пенсионеры находят способы, чтобы поддерживать связь и продолжать свою работу. Районный совет ветеранов активно взаимодействует с председателями первичных организаций в дистанционных формах. Теперь работа президиума проводится в телефонном режиме. А подробная информация направляется по электронной почте и вайберу, где создана группа руководителей первичек.

Как сообщил председатель райсовета Леонид Кормин, на одном из последних «заседаний» был рассмотрен вопрос о работе суерских ветеранов. Председатель Вера Архипова подробно рассказала об активном участии пенсионеров в разных мероприятиях, в том числе по благоустройству села. Многие из того, что происходит в поселении, инициировано активистами ветеранского движения.

Помогли семьям

«Серебряные» волонтеры из Липихи провели большую работу по программе «Диалог поколений». По информации специалиста по социальной работе Ирины Гармановой, ещё год назад на территории поселения на учёте состояло 4 семьи, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации. В них воспитывалось 8 детей. Некоторыми из них были допущены противоправные действия. Им было уделено особое внимание со стороны волонтеров. 9 активистов часто встречались с родителями и детьми, нуждающимися в помощи, проводили беседы, вместе с подростками участвовали в разных мероприятиях. С марта перешли на общение по телефону и через социальные сети. Благодаря совместной работе в настоящее время готовится к снятию с учёта последняя семья.

Ребята пели на «Фабрике звёзд»

Прошла уже почти неделя как Чернаковский Дом культуры встретил ребят, пришедших на первую летнюю досуговую площадку в этом году. «Калейдоскоп творчества» позволяет детям проводить время с пользой и под присмотром взрослых. 22 июля был объявлен «Звёздным днём». Ребята приняли активное участие в инсценировании детских песен как в «Фабрике звёзд». Они показали свои способности в оригинальных танцевальных номерах, вокальном и хоровом пении и художественном слове. Получился интересный концерт. В нём прозвучали патриотические песни о Великой Отечественной войне, о России, о лете и детстве, стихотворения о дружбе, был исполнен современный танец.

Проявили смекалку

На летней досуговой площадке при Емуртлинском СДК прошла военно-патриотическая игра «Зарница». Перед её началом вожатые провели с ребятами небольшой инструктаж о профилактике вирусных заболеваний. Затем рассказали школьникам правила игры. Детвора разделилась на две команды и выбрала капитанов. Каждому отряду была поставлена своя задача, а вот цель одна – победа! Дети с большим интересом включились в игру.

Участники «Зарницы» проявили смекалку в разведке и связной работе, показали свою ловкость на полосе препятствий («болоте», «минном поле», «мотокроссе»). По результатам каждого этапа ребятам выдавалась часть шифра. Когда все отрезки были собраны вместе, они смогли сказать правильный ответ. Призёром в соревновании стала команда «Красная звезда». Её игроки одержали победу благодаря сплочённости коллектива.

Подготовила Марина МЕДВЕДЕВА.

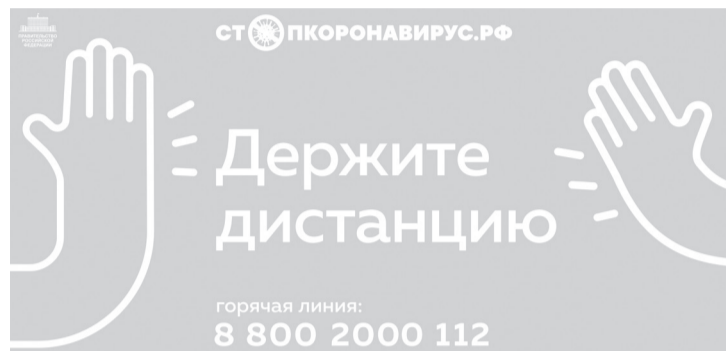


Осторожно, коронавирус!

Соблюдать правила необходимо

За последние сутки в России выявлено 5 811 новых случаев коронавируса в 84 регионах. Из них 25,4 процента не имели клинических проявлений болезни. Зафиксировано 154 летальных исхода, полностью выздоровели 8 444 человека. Всего за период пандемии выявлено 800 849 больных в 85 регионах, зафиксировано 13 046 летальных исходов.

В Тюменской области на 24 июля число заболевших новой инфекцией увеличилось на 100 и составило 5 190 человек. 152 – выздоровели (за весь период – 3 687), 22 находятся на ИВЛ (из общего числа болеющих), 1 167 остаются под медицинским наблюдением. За весь период пандемии в регионе умерли 24 пациента с коронавирусом. У всех имелись сопутствующие хронические заболевания.



Ограничения действуют

В последнее время многие граждане забыли о рекомендациях, направленных на профилактику коронавируса. Стали нарушать обязательный масочный режим и самоизоляцию для группы риска. Напомним, что в нашем регионе режим повышенной готовности продлён до 16 августа.

Всё чаще на улицах, в магазинах встречаются люди без средств индивидуальной защиты, что недопустимо. К сожалению, не все жители соблюдают необходимую социальную дистанцию. Думаю, все мы видели примеры такого поведения. Поэтому хочу ещё раз обратиться к жителям района – не стоит недооценивать опасность. Рекомендуемые меры – это действенный способ избежать инфекции. Вирус невидим, и

может казаться, что и мы, и окружающие нас люди – здоровы. Однако около половины подтверждённых больных даже не знали о том, что они заражены. Не стоит пренебрегать мерами профилактики, необходимо обязательно надевать маску, отправляясь в магазин и на работу.

Очень важно по-прежнему ограничить общение только узким семейным кругом. На стадионе, спортплощадке и в любом другом месте, где мы занимаемся спортом, требуется соблюдать дистанцию в пять метров. Помните, чем дальше вы от других людей, даже не имеющих признаков заболевания, тем надёжнее обезопасите себя и своих близких.

Полина МУСАЕВА,
врач-инфекционист
Упоровской районной больницы.



Как правильно носить медицинскую маску

1. Маска должна закрывать рот, нос и подбородок.
2. Пластичное крепление нужно подогнать пальцами к спинке носа, складки на маске нужно развернуть, придавая ей более удобную форму и обеспечивая лучшее прилегание.
3. Трогать маску руками во время ношения не рекомендуется.
4. Сдвигать маску на подбородок или класть в карман, а потом снова использовать, нельзя.
5. Влажную и загрязнённую маску требуется утилизировать незамедлительно.
6. Снимая маску, не стоит прикасаться к защитному слою, на котором скопились возбудители инфекции, лучше стягивать её с лица за петли.

Наши интервью

Идут по следу преступника

Свой профессиональный праздник 25 июля отмечают сотрудники органов следствия Российской Федерации. Эти люди ежедневно контролируют соблюдение законодательства. Совместно с коллегами помогают сделать нашу жизнь безопаснее. О том, как работают следователи в Упоровском районе, нам рассказал руководитель Заводоуковского межрайонного следственного отдела Александр ШКОРУПИНСКИЙ.

– Александр Станиславович, в чём заключается работа следователей?

– Следователи выезжают на места происшествия, расследуют преступления, проводят профилактические мероприятия, направленные на предупреждение правонарушений. Основные задачи – это, конечно, противодействие экстремизму, коррупции, защита здоровья, жизни и прав граждан.

– Многих упоровцев интересует коррупционная статистика. Какова она?

– Структура преступности в этом году представлена преступлениями общеуголовной направленности (преступления против личности, собственности и конституционных прав граждан). Всего на территории Упоровского района органами следственного комитета Российской Федерации зарегистрировано 16 преступлений. Коррупционных преступлений в первом полугодии 2020 года, равно как и в аналогичный период прошлого года, не выявлено.

– Как можете оценить работу своих подчинённых?

– Работа у нас непростая, как и профессия в целом. Зачастую приходится жертвовать личным временем и отдыхом, выезжая на срочные вызовы. Если говорить о продуктивности, то динамика раскрываемости преступлений в истекшем периоде



Александр Шкурупинский считает работу следователя очень важной.

текущего года в целом положительная. В связи с праздником, желаю своим коллегам упорства и терпения для достижения высоких результатов в профессиональной деятельности. А ещё побольше свободного времени, чтобы по возможности посвящать его своим родным и близким.

Наталья КОЛЯЧЕНКОВА.

Фото из личного архива ШКОРУПИНСКОГО.

Безопасность

Введён запрет на посещение лесов

На территории Тюменской области зарегистрирован повышенный класс пожарной опасности в лесах (по условиям погоды степень пожарной опасности достигла 4 класса). С целью недопущения ухудшения пожароопасной обстановки в лесах в результате неблагоприятных климатических условий (сухая, жаркая, ветреная погода) в соответствии с постановлением правительства Тюменской области от 23 июля 2020 года «О внесении изменения в постановление от 17 апреля 2020 года № 195-п «О введении особого противопожарного режима», с 24 июля по 13 августа 2020 года введён запрет на посещение лесов.

Запрет не распространяется

на граждан, трудовая деятельность которых связана с пребыванием в лесах; граждан, осуществляющих использование лесов в установленном законом порядке; граждан, пребывающих на лесных участках, предоставленных для осуществления рекреационной деятельности.

Также, в соответствии с особым противопожарным режимом, на территории лесов запрещено разводить костры и выжигать сухую растительность, готовить пищу на открытом огне, углях, в том числе с использованием устройств для приготовления пищи на углях, за исключением приготовления и приёма пищи в специально отведённых зонах, предусмотренных на территориях

поселений и городских округов, садоводческих и огороднических некоммерческих товариществ. Организациям независимо от организационно-правовой формы запрещено проводить пожароопасные работы, в том числе проведение сельскохозяйственных палов, сжигание мусора, стерни, пожнивных остатков и разведение костров на полях.

За нарушение Правил пожарной безопасности предусмотрена административная и уголовная ответственность в случае, если нарушение станет причиной лесного пожара и нанесёт ущерб лесному фонду.

Департамент лесного комплекса Тюменской области.

Оставайтесь с нами

Находит время для «Знаменки»

Во всех отделениях «Почты России» до 31 августа идёт досрочная подписка на периодические печатные издания.

Районная газета «Знамя правды» участвует в досрочной подписной кампании.

Читатели газеты могут оформить подписку на 1 полугодие 2021 года по действующим сегодня ценам. Напомним, что выбрать издания периодической печати и оформить подписку можно на сайте «Почта России» и в мобильном приложении.

Надежда КОПТЯЕВА, с. Скородум:

– Выписываю нашу «районку» я уже около сорока лет. Мне всегда интересно читать о своём селе и односельчанах. Никогда не пропускаю новостную колонку. Из неё узнаю, что происходит в районе. Не менее познавательны статьи о хороших людях, тружениках, учителях, молодёжи. Сейчас лето, мы все заняты садами-огородами, но я всё равно нахожу время для любимой газеты.



26 июля – День Военно-Морского Флота России

Уважаемые ветераны и моряки!

В День Военно-Морского Флота, в день памяти и славы морских побед России, мы отдаём дань уважения мужеству и чести российских моряков. Эти герои защищали границы нашей страны в годы войны, а сегодня всё так же стоят на страже рубежей Родины.

Среди жителей Тюменской области немало людей, жизнь которых связана с обеспечением боеготовности кораблей и частей Военно-Морского Флота, служащих флотских предприятий и ветеранов.

Дорогие друзья! Поздравляю вас с замечательным праздником во славу Морского Флота России!

Желаю бережно сохранять и достойно продолжать главные традиции предшественников, как самый ценный дар передавать ваши знания и опыт молодым военнослужащим. Благодаря вашей службе слава великой морской державы России сохраняется и приумножается веками.

Счастья и здоровья, удачи и успехов во всех делах, верности принципам и готовности защищать идеалы российских моряков! С праздником, друзья! С Днём Военно-Морского Флота России!

Александр МООР,
губернатор Тюменской области.

Обеспечивал безопасность страны на Балтике

Армия – это нелёгкий труд. Но удел настоящих мужчин, сильных телом и духом, конечно, морфлот. Тот, кто служил в этих войсках, испытал на себе все прелести и капризы морской стихии, обязательно получает особую закалку на всю жизнь.

Многие пацаны мечтают служить на флоте. Владимиру Юсту из Упорово повезло. Он прошёл главные критерии отбора (высокий интеллект, крепкое здоровье и психологическая устойчивость) и в 1969 году для прохождения срочной службы был призван именно в ВМФ. Семьёй молодого парня на 3 года стало морское братство Дважды Краснознамённого Балтийского флота. А дома – сторожевой большой противолодочный корабль (БПК) «Бодрый» с бортовым номером «945», который в составе других судов надёжно обеспечивал военную безопасность страны. Он был самым

подготовленным боевым кораблём для несения службы в море-океане в то время. В его корпусе находилась современная энергетическая установка, мощнейший комплекс гидроакустики, общая система управления противозащитной обороной судна.

Наш земляк достойно нёс службу, обеспечивая боеготовность корабля, в команде которого было более двухсот человек. Не раз драил палубу. Часто стоял в карауле. Дослужился до звания старшего матроса. В 1970 году награждён юбилейной медалью «За воинскую доблесть».

Армия многому научила. Появилось стремление к новому, личностному росту. Вернувшись на родину, поступил в Ялуторовский совхоз-техникум. Там же познакомился с будущей женой. Получив среднее профессиональное образование, стал работать механиком в Упоровской ПМК «Водстрой».

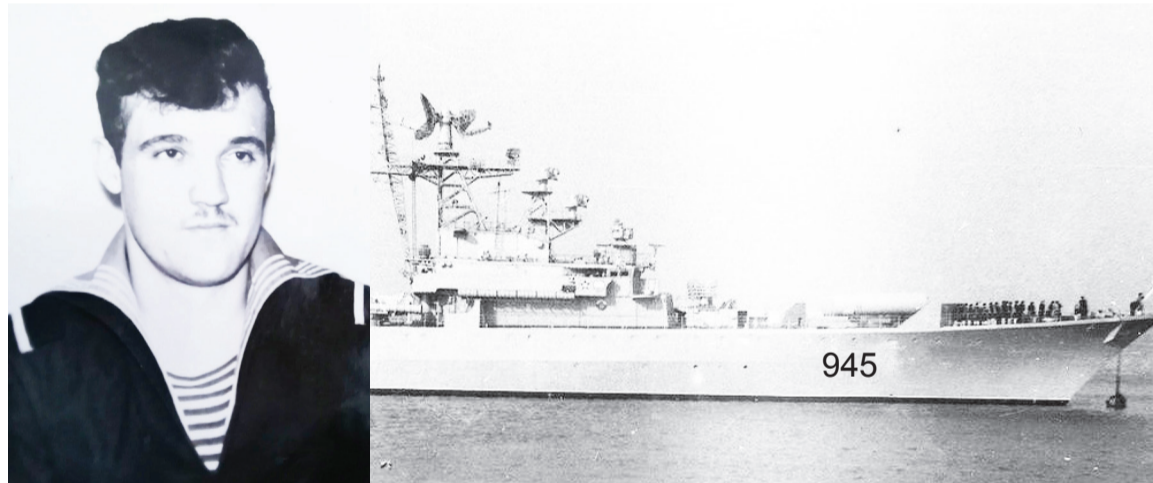
Последние 20 лет до выхода

на пенсию трудился водителем, а затем старшим водителем в Упоровской пожарной части. Как опытный механик отвечал за техническое состояние транспорта. В 2010 году был признан лучшим работником пожарной охраны с вручением знака отличия МЧС России.

Часто листает ветеран свой «дембельский» альбом, вспоминает своих сослуживцев. «Много чего повидал. Ходили по странам зарубежья. Был и во Франции. До сих пор храню привезённые из-за границы сувениры», – говорит Владимир Давыдович.

С тех пор прошло уже больше 50 лет. С Галиной Изотьевной прожили почти столько же. Воспитали двух прекрасных дочерей. Теперь внуки уже большие. Девочки – умницы и красавицы. А 14-летний Константин, слушая рассказы деда, тоже мечтает стать моряком.

Лидия АЛЕКСАНДРОВА.
Фото из семейного архива ЮСТ.



Владимир Юст – старший матрос Балтийского флота.

Старшее поколение

Быть отзывчивой – нетрудно

Благодаря национальному проекту «Демография» и федеральному – «Старшее поколение» среди людей пожилого возраста развивается добровольческое движение «Серебряный волонтер».

По информации руководителя отдела помощи и ухода на дому АУ «КЦСОН» Ирины Корминой, на территории Упоровского района в рядах «серебряных» волонтеров состоит 78 человек. Трудятся они по направлениям: социальному, патриотическому, экологическому и культурно-досуговому. Добровольцы оказывают помощь многодетным семьям, пожилым и одиноким людям, проводят патриотические мероприятия и акции. Среди постоянных их дел участие в субботниках – побелка и ремонт памятников, озеленение поселений и уход за захоронениями ветеранов Великой Отечественной войны.

Емуртлинская добровольческая организация насчитывает восемнадцать человек. Александра Андриянова – одна из самых активных в её рядах.

Она почти пять лет как избрана председателем совета ветеранов. До введения режима самоизоляции состояла в творческом объединении «Ветеран», посещала группу «Здоровье», где вместе с односельчанами занималась лечебной физкультурой под руководством инструктора. В волонтерскую деятельность женщина вовлекает и своих коллег.

С напарницей Валентиной Бирюковой показывала мастер-классы и проводила патриотические часы для школьников. Сейчас с супругом помогает его одинокому старшему брату по хозяйству. Ведь без их поддержки пожилому 84-летнему мужчине приходится нелегко. Александра Григорьевна готовит обеды и ужины, Василий Васильевич окашивает территорию. Если нужно, то проводит небольшие ремонтные работы.

В период самоизоляции оба пенсионера находятся дома. Александра Григорьевна увлекается растениеводством. У неё большое количество домашних и уличных цветов. Вокруг беседки во дворе вьётся дикий вино-

град. В свободное время женщина любит рукодельничать. В любое начинание она вкладывает душу, будь это новое сувенирное изделие, плетёные из бумажных трубочек корзинки или носочки для внуков. Её так приучили родители. «У мамы с папой было восемь детей, но для каждого они находили время. Всем привили любовь к труду, научили ценить семью. Я хочу, чтобы мои внуки выросли трудолюбивыми, добрыми и отзывчивыми», – поделилась Александра Андриянова. Она учит их этому личным примером. Свои поделки волонтер раздаривает друзьям и знакомым.

Даже в настоящее время, когда из-за коронавируса ограничены все контакты, Александра Григорьевна не забывает о своей добровольческой деятельности. Она ухаживает за цветами, участвует в онлайн-акциях, поддерживает связь с другими пенсионерами, чтобы им не было одиноко.

Марина МЕДВЕДЕВА.
Фото автора.

Наше здоровье

Пиво вредит

Многие люди считают, что не стоит волноваться по поводу употребления пива. Количество ценителей этого напитка растёт с каждым годом.

О том насколько опасно это заблуждение нам рассказал врач-нарколог Упоровской больницы Василий ТОМИЛОВ:



Василий Томилов советует беречь здоровье смолоду.

– Василий Михайлович, что такое «пивной алкоголизм»?

– Этот термин известен давно. Он означает болезненное пристрастие к пенному напитку. Удивляет, когда вечером после трудного рабочего дня кто-то из супругов выпивает 1-2 бутылочки пива. Странно, когда встреча друзей обмывается подобным возлиянием. Но больше всего шокирует картина, когда группа подростков, не стесняясь общественного мнения, спокойно распивает пиво на улице. Примеров можно привести массу, всё это мы наблюдаем очень часто.

– Чем опасно чрезмерное употребление пива?

– Минздрав давно бьёт тревогу: страшные последствия этой зависимости становятся причиной серьёзных заболеваний. Многим только кажется, что слабоалкогольный напиток не принесёт никакого вреда. Это такой же алкогольный напиток, как и другие.

Особенность пивного алкоголизма заключается в том, что его развитие наступает быстро и незаметно.

Употребление более 1 литра пива в день приводит к злости и раздражительности. Кроме того, пивные алкоголики не могут расслабиться. Их настроение восстанавливается лишь после очередной порции напитка. Они перестают заниматься воспитанием детей, домашними делами, круг их интересов сужается. Их преследуют головные боли, бессонница ночью и сонливость днём. Если мужчины употребляют пиво, то у них фитозащитные вещества, которые содержатся в пиве, в желудке превращаются в эстрадиол – женский половой гормон. Женщины более восприимчивы к алкоголю, поэтому для них подобные злоупотребления особенно опасны.

Подготовила
Лидия СОСНИНА.



Александра Андриянова свои плетёные корзинки использует для разных целей в быту.