

■ **Растим патриотов**

Двенадцать школьников-активистов получили паспорта граждан России из рук главы района Анатолия Иглового.

Впереди новые возможности

В Упоровском районе ежегодно в День Конституции России учащимся школ в рамках акции «Мы – граждане России» вручают первые государственные документы – паспорта. На этой неделе их получили 12 ребят.

В малом зале администрации района 12 декабря собрались учащиеся 7-8 классов, которым исполнилось 14 лет.

Принимая на себя почётное звание гражданина России, ребята своими делами, успехами в учёбе и труде укрепляют авторитет и доброе имя не только страны, но и родного края.

– Вы – наше будущее. Сегодня молодёжь растёт инициативной, прогрессивной. Не стесняйтесь высказывать учителям и советникам по воспитательной работе свои идеи по развитию всего Упоровского района, – сказал руководитель муниципалитета Анатолий Иглово, приветствуя участников мероприятия.

Анатолий Валерьевич в торжественной обстановке вручил паспорта ученикам Масальской школы Елизавете Коноваловой, Ксении Григорьевой и Дмитрию Павлову. Главный документ получили учащиеся школы райцентра Елизавета Невидимова, Дарья Бобкова, Виктория

Гертд, Юлия Томилова, Анна Шестакова, Данил Коркин, Максим Зингер и Никита Тимофеев, а также Анастасия Краснопёрова из Буньковской школы.

Уже второй год традиционную акцию «Мы – граждане России» реализует Российское движение детей и молодёжи «Движение Первых», оно стремится сделать вручение паспорта значимым и запоминающимся событием, воспитывающим чувство патриотизма. С основным документом гражданина страны школьникам передали Конституцию России, значок и обложку на паспорт с символикой Движения Первых.

С поздравлениями к подросткам обратились начальник миграционного пункта отдела полиции (дислокация с. Упорово) МО МВД России «Заводоуковский» Марина Егоренко и председатель районного совета ветеранов Леонид Кормин.

Добавим, что паспорт из рук губернатора Тюменской области Александра Моора накануне Дня Конституции РФ получила ученица Ингалинской школы Светлана Евсютина.

Регина ГАПОНОВА
Фото автора

■ **Новости страны и региона****Вошли в совет**

Десять участников первого потока президентской программы «Время героев» вошли в состав совета партии «Единая Россия».

Из них шесть человек – в Высший совет, четыре – в Генеральный совет «Единой России», сообщает информационный центр правительства региона.

«Время героев» – программа подготовки высококвалифицированных, компетентных руководителей из числа участников СВО для последующей работы в органах государственной власти и местного самоуправления, а также в государственных компаниях и корпорациях.

Написали диктант

В Большом этнографическом диктанте приняли участие 35 325 тюменцев, сообщает региональный комитет по делам национальностей.

Акция состоялась одновременно во всех субъектах России, а также в 170 странах, где свои знания об истории, традициях и культуре народов России проверили 3 574 000 человек.

Средняя оценка за ЭтноДиктант среди всех участников составила 69,6 балла, а в Тюменской области – 73,4 балла. Правильные ответы с исторической справкой уже опубликованы на официальном сайте акции, там же можно скачать сертификат участника.

Изменили программу

Правительство России скорректировало госпрограмму развития сельского хозяйства с учётом ключевых задач на 2025 год и поручений президента. Он отмечал необходимость использования мер поддержки бизнеса, которые способны дать максимальный эффект для увеличения выпуска товаров и услуг.

Как сообщается в ТГ-канале правительства, подготовлено постановление, уточняющее порядок софинансирования региональных расходов, в том числе на приоритетные направления в АПК. Изменения вступят в силу 1 января.

Проводят рейды

В регионе стартовала традиционная акция по охране деревьев от незаконной вырубке.

Во всех лесничествах региона усилено патрулирование хвойных молодняков. Рейды проводят специалисты лесной охраны совместно с сотрудниками полиции и инспекторами ГИБДД. По информации ТК «Тюменское время», для выявления нарушений используют беспилотники. Они позволяют значительно расширить территорию наблюдения, а при обнаружении нарушителей, зафиксировать их действия на видео.

Подготовила Рина МИНИБАЕВА



Авторов трёх лучших ёлочных игрушек наградили на юбилейной Никольской ярмарке в посёлке Кизаке.

Подробности на стр. 2.

■ Спорт

В спорте после 35

Упоровцы привезли награды с соревнований в зачёт Спартакиады ветеранов спорта Тюменской области. С 5 по 8 декабря в г. Тобольске проходили состязания по волейболу, где наша женская сборная одолела команды Тобольска (2:0), Увата (2:1), Казанского района (2:0), Ишима (2:0) и завоевала первое место. Всего в турнире участвовали 10 команд. Соревнования по лыжным гонкам в эти же дни состоялись в центре «Сосновый бор» в Заводоуковске. Сборная Упоровского района заняла 8-е место. Высоких результатов в личном зачёте в первый соревновательный день добились Наталья Старинчикова, показавшая лучшее время в гонке коньковым стилем; Людмила Тумашова и Валерий Махт, занявшие вторые места в своих возрастных категориях. Во второй день соревнований Наталья Старинчикова и Людмила Тумашова снова оказались на второй позиции.

Настольные игры

12 декабря в спортивном комплексе «Ладья» прошёл турнир Упоровского муниципального района по многоборью настольных спортивных игр для инвалидов. 40 участников соревновались командами из четырёх человек в шести дисциплинах. В итоге в командном зачёте победителем стала команда «Стрелки» в составе Николая Токмина, Юрия Мартынова, Валерия Просекова и Андрея Бина. На втором месте – команда «Буньковское сельское поселение», в состав которой вошли Галина Романенкова, Галина Рязанова, Алма Базбалинова и Роза Нургулиева. Третьи – «Упорные». В их команде Марина Махорина, Анна Сидельникова, Галина Юст и Татьяна Ивлева.

Лидеры дзюдо

14 декабря в центре дзюдо в Скородуме прошёл III Открытый кубок АНО «Сильные люди», организованный при поддержке главы Упоровского района Анатолия Игловикова. На соревнования приехали девять команд из Тюменской и Курганской областей. Юноши и девочки были разделены на группы по весам от 26 до 90 килограммов. Хозяева турнира получили целую массу личных наград, и в общекомандном зачёте упоровские борцы завоевали первое место.

Новогодний турнир

С 14 по 15 декабря в д. Тютриной состоялся Новогодний турнир по городкам, организованный Упоровской спортивной школой. В нём участвовали ребята из Упоровского, Ярковского и Аромашевского районов. В группе спортсменов 2007 года рождения и старше выступили шесть человек. 1-е место занял Антон Бауэр, 2-е – Андрей Воеводов, 3-е – Степан Моялов. В группе ребят 2008-2009 годов рождения из троих участников победу одержал наш Андрей Исаков. Среди атлетов 2010-2011 годов рождения «золото» завоевал Максим Хмельёв, «серебро» – Константин Никитин. В группе ребят 11-12 лет первое место из пяти участников занял Матвей Никитин.

Приглашают болельщиков

21-22 декабря АУ «Физкультура и спорт» проведёт вторые соревнования в зимнем цикле городошников. В Тютрину приедут ветераны спорта юга Тюменской области. В конце января на этой же площадке снова поборются за призы юные спортсмены, а в феврале здесь состоится турнир для взрослых, приуроченный к Дню защитника Отечества. Инструкторы по городошному спорту отмечают, что высокие результаты представителей Упоровского района – итог регулярных занятий на круглогодичной тренировочной базе в Тютриной.

Вера ЛИПУХИНА

■ Праздник

Десятая Никольская**В Кизаке определили лучших матрёшек и быстрых спортсменов**

Десятая, юбилейная Никольская ярмарка прошла в посёлке Кизаке 14 декабря. На площади у Свято-Никольского храма в этот день собрались жители Упоровского, Мокроусовского районов и гости из города Тюмени.

Погода в этом году располагала к длительной и неспешной прогулке по традиционной ярмарке. Неторопливо гости праздника осматривали товары местных мастеров, приобретали понравившиеся вещицы для себя или в подарок близким. Детвора с восторженными криками каталась с горки и с интересом осматривала творения участников конкурса «Снежные избушки», которые были изготовлены неделю назад. Ребятишки также крутились у резиденции Деда Мороза, ожидая появления доброго волшебника. Но до этого момента всех собрали на импровизированной сцене – праздничная программа началась.

Первым гостей ярмарки приветствовал глава Упоровского района Анатолий Игловиков. Он поблагодарил главу сельского поселения Людмилу Тумашову за организацию мероприятия, а всех присутствующих – за участие в десятой ярмарке.

– Хочется всем пожелать доброго, хорошего настроения, чтобы мы обрели здесь новых друзей, приобрели что-то полезное и нужное домой. А самое главное сегодня – наше единство. Возможность согреть друг друга теплом сердца и души, – подчеркнул настоятель Свято-Никольского храма отец Димитрий.

Тут же наградили авторов лучших

игрушек Никольской ёлки. Третье место занял Иван Боханов (учащийся Коркинской школы), второе – Глеб Белов (учащийся Пятковской школы), первое – воспитанник детского сада райцентра Платон Журавлёв.

Затем стартовала крестьянская эстафета, в которой соревновались 11 команд сельских поселений. Спортсмены показывали сноровку в запряжении и распряжении лошади, распиловке и колке дров, скорость в беге на охотничьих лыжах. Как и в прошлом году, здесь лучший результат показали видоновцы, прошедшие полосу испытаний всего за шесть с половиной минут! Примечательно, что победители улучшили свой прошлогодний результат на целую минуту. Второе место заняли ингалинцы, уступившие победителям двадцать секунд. Тройку лидеров замкнули упоровцы. Они преодолели испытания за семь минут и три секунды.

В это же время на «центральной» сцене ярмарки развернулся творческий конкурс, в котором выбирали лучшую семью матрёшек. Три призовых места разделили пять конкурсантов: третьими стали Сихвордт (Видоновское с/п) и Басовы (Крашенинское с/п), вторыми – Елфимовы (Буньковское с/п) и Медведевы (Коркинское с/п), а победителем признана семья Вахрушевых (Пятковское с/п). Кроме того, были определены обладатели специальных призов. От Деда Мороза подарок получила Алина Часовщикова (Ингалинское с/п), а приз зрительских симпатий присудили команде Чернаковского поселения.

В конкурсе «избушек», у которых сфотографировался, наверное, каждый, Парамузовы, Шапировы и Алфёровы разделили второе призовое место. Безоговорочным победителем среди авторов снежного домостроения была признана семья Смагуловых, которая получила главный приз – семейную поездку в аквапарк «ЛетоЛето» – от спонсора Андрея Лоцицкого, директора «ТюмБИТа». Также Андрей Вячеславович, как капитан бизнеса Упоровского района, награждал более тридцати ремесленников, участвовавших в ярмарке, и автора снежных Деда Мороза и Снегурочки – Максима Анিকেева и его сыновей, которые помогли главе семейства в украшении ярмарочной площади.

– Спасибо огромное, вы – большие молодцы! В наше нелёгкое время такие праздники сплачивают людей, дарят им добро и здоровье, веселье и любовь. Ура! – резюмировал Андрей Лоцицкий.

Регина ГАПОНОВА
Фото автора

Больше фотографий с Никольской ярмарки вы можете посмотреть в наших сообществах в социальных сетях и на сайте по QR-коду:



Семья Смагуловых смастерила избушку Бабы Яги.



Андрей Лоцицкий вручил подарки упоровским ремесленникам.



Младшая группа танцевального коллектива «Сибирь» Пятковского СДК стала победителем конкурса матрёшек.

■ Безопасность

Мошенники не дремлют

Тема мошенничества сегодня актуальна как никогда. Аферисты придумывают всё новые и новые схемы отъёма денег у граждан. О том, что надо быть бдительными и не поддаваться на уловки злоумышленников, сегодня рассказывает врио начальника ОП (дислокация с. Упорово), подполковник полиции Сергей ЧЕРНЯЕВ.

– Сергей Владимирович, в последнее время население стало часто пользоваться онлайн-покупками. Всегда ли это безопасно?

– Да, такая форма приобретения товаров стала очень популярной. Сегодня практически у каждой торговой марки есть официальные сайты, которые выполняют функцию интернет-магазина.

Как правило, в них можно приобрести товар по более привлекательной цене. Но, к сожалению, этим активно пользуются не только потребители, но и мошенники!

– Как не стать жертвой их обмана?

– К примеру, вы решили купить современный сотовый телефон. Так как в магазинах он стоит достаточно дорого, планируете совершить покупку в Сети. В поисковом сервисе набираете название товара с припиской «купить онлайн» или «заказать через интернет». Поиск выведёт вам ссылки на страницы различных торговых площадок. В поиске выгодной цены вы заходите на каждую из них и... Вот он – желаемый товар по цене значительно ниже магазинной! Долго не раздумывая, нажимаете кнопку «купить». Помня о том, что вокруг вовсю орудуют мошенники, вы предусмотрительно выбираете доставку почтой и оплату наложенным платежом, то есть при получении посылки. В ответ вам приходит «трек» для отслеживания отправления.

Через некоторое время ваша посылка прибыла в почтовое отделение. На почте вы оплачиваете её, вскрываете и... вместо телефона там, в лучшем случае, другой товар, например, наручные часы,



в худшем – пустые пакеты и картон.

Чтобы не стать жертвой обмана – запомните!

Перед тем как оформить заказ на каком-либо сайте, убедитесь, что он не создан мошенниками. Для этого скопируйте название сайта из адресной строки и вставьте в строку поиска на любом поисковом сервисе. По предложенным ссылкам читайте отзывы о сайте, но ни в коем случае не верьте отзывам, которые написаны на самом сайте. Это могут сделать мошенники.

У официального сайта в адресной строке будет значок замка. Это означает, что он безопасен и на нём можно заключать сделки. Помните, что даже визуально знакомые вам онлайн-сервисы могут оказаться сайтами-двойниками, созданными аферистами.

Избегайте заказывать товар в интернет-магазинах, в которые вы попали по всплывающей рекламе. Как правило, она размещена на страницах социальных сетей. Оформляйте заказ на данном сайте только в том случае, если кто-то из ваших знакомых уже заказывал здесь товар и в результате остался доволен.

Лучше совершать покупки в реальных магазинах. Так вы сможете своими глазами увидеть тот товар, который вас интересует. А в случае необходимости вернуть покупку без проблем.

– Ещё один вид мошенничества – телефонный. Вымогатели продолжают получать несанкционированный доступ к личным кабинетам граждан на портале «Госуслуги». Как этого избежать?

– С начала 2024 года в Заводоуковский отдел полиции с подобными заявлениями обратились 29 граждан. Теперь злоумышленники звонят и представляются сотрудниками сотовых компаний и говорят о том, что необходимо продлить договор по сим-карте, иначе услуги связи будут приостановлены. И просят назвать числовой код, который поступит в смс-сообщении. После чего аферисты получают доступ к личному кабинету на Едином портале государственных услуг.

– Что надо и что не надо делать?

– Старайтесь не брать трубки с незнакомых номеров, особенно если звонки поступают через мессенджеры.

Никому и ни под какими предлогами не передавайте информацию посредством телефонной связи, помните о том, что сейчас никто не решает вопросы по телефону.

Если подозреваете, что кто-то мог получить доступ к вашему личному кабинету на сайте «Госуслуги», то на этом же портале закажите свою кредитную историю.

Если в списке кредитных договоров вы обнаружили договор, который не заключали, то в этом случае необходимо обратиться в отдел полиции с заявлением. В остальных случаях достаточно сменить логин и пароль доступа.

Убедитесь, что ваш пароль от личного кабинета на портале «Госуслуги» действительно надёжный. При его создании не используйте даты рождений ваших близких, а также их имена. Создайте несколько паролей и старайтесь менять их каждый месяц.

Будьте бдительны и не забудьте поделиться полученной информацией с близкими и родными!

Спрашивала
Людмила ИВЛЕВА

■ Наше здоровье

Надо обследоваться



Диспансеризация – первая ступень к сохранению здоровья, считает заведующий отделением медицинской профилактики филиала Упоровской районной больницы Областной больницы № 12 (г. Заводоуковск) Сергей ШУТОВ.

Нормой в современном мире стали стресс, неправильное питание и малоподвижный образ жизни. Поэтому забота о здоровье на фоне этого становится особенно важной. Одним из эффективных инструментов для его поддержания и профилактики заболеваний является диспансеризация. Эта процедура представляет собой комплексное медицинское обследование, позволяющее выявить возможные недуги на ранних стадиях и предотвратить их развитие. Она включает в себя ряд обязательных медицинских осмотров, анализов и исследований, которые проводятся в определённые сроки. Основная цель – выявление факторов риска и заболеваний на ранних стадиях, что позволяет своевременно начать лечение и снизить вероятность осложнений.

Сергей Викторович в своей работе всегда рассказывает пациентам о том, что многие болезни на начальных стадиях протекают незаметно. И регулярные обследования помогают медработникам выявить

их до появления серьёзных симптомов.

– Диспансеризация включает в себя не только диагностику, но и рекомендации по изменению образа жизни. Для людей с хроническими заболеваниями она позволяет контролировать состояние здоровья и корректировать лечение. Мы обучаем пациентов основам здорового образа жизни, что способствует формированию правильных привычек, – говорит Сергей ШУТОВ.

В диспансеризацию входит первичный осмотр, на котором врач или фельдшер собирает анамнез, проводит анкетирование, общий осмотр и определяет необходимость дополнительных исследований. Далее назначаются лабораторные анализы крови, мочи и другие тесты для оценки состояния здоровья. В зависимости от возраста и пола пациента могут быть назначены УЗИ, рентгенография, ЭКГ и другие исследования.

По итогам диспансеризации врач предоставляет рекомендации по дальнейшим действиям, включая возможные изменения в образе жизни или необходимость лечения. Пациента могут направить к узким специалистам (кардиологу, эндокринологу и т. д.).

Диспансеризация рекомендована всем взрослым людям, а особенно тем, кто относится к группе риска по сердечно-сосудистым заболеваниям, сахарному диабету, ожирению и другим. Также важно проходить диспансеризацию в определённые возрастные периоды (например, в 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет. В 40 и старше – ежегодно).

Диспансеризация – это, прежде всего, путь к сохранению здоровья. Забота о нём должна стать приоритетом для каждого человека. Не забывайте: лучшее лечение – это профилактика! А долголетие должно быть здоровым, – подытожил Сергей Викторович.

Пресс-служба
областной больницы № 12

■ Социальная служба

Помогут восстановиться

В Автономном учреждении Упоровского муниципального района «Комплексный центр социального обслуживания населения» с июля 2019 года введена и реализуется технология «Реабилитационный центр на дому».

Она направлена на проведение реабилитационных мероприятий в домашних условиях для граждан после острых состояний (инсульты, инфаркты, кардио, травмы) по направлению через больницу, а также для граждан, имеющих группу инвалидности с первой степенью ограничения к передвижению по индивидуальной программе реабилитации (ИПР).

Реабилитационная работа проводится с выездом к гражданину на дом в течение 12 рабочих дней. Услуги оказываются в зависимости от потребности гражданина. В случае, если он имеет группу инвалидности, – на основании ИПР.

За период с июля 2019 года

по декабрь 2024-го специалистами службы социализации и реабилитации было обслужено более 180 человек с разными диагнозами. По большей части после реабилитационных мероприятий у граждан наблюдается положительная динамика.

Хочется остановиться на одном из направлений в нашей восстановительной работе – это граждане, перенёвшие инсульт. Данное заболевание всё чаще встречается в современном обществе, но насколько тяжела эта болезнь, начинаешь понимать, только столкнувшись с ней лицом к лицу. Для людей этой категории жизнь меняется на «до» и «после». Это касается не только самих пострадавших, но и их близких. В данном случае специалисты по реабилитации ведут работу и с жертвами инсульта, и с их родственниками. В течение курса реабилитации ведётся восстановление утраченных навыков самообслуживания, проводятся занятия по АФК (адаптивная физическая

культура), где гражданин обучается выполнять физические упражнения для восстановления пострадавших физических функций конечностей. При этом обучаются и те, кто находится рядом с больным, для дальнейшего контроля и правильности выполнения упражнений. Человеку оказывается психологическая помощь – очень важный элемент восстановления, проводится работа по улучшению мелкой моторики и когнитивных функций.

Хочется отметить, что процесс восстановления может занять длительное время, всё зависит от тяжести перенесённого инсульта и желания самого гражданина пройти этот сложный путь и не опустить руки. Более подробную информацию о работе данной технологии можно получить по телефону: 3-16-95, или при личном обращении по адресу: с. Упорово, ул. Рабочая, 17.

Тамара ГОПП,
специалист по реабилитации
Фото из архива КЦСОН



Специалист по АФК Елизавета Буславьева помогает Валентине Алексеевне Неделько восстановиться после инсульта.