

# Заводоуковские ВЕСТИ

суббота, 23 января 2016 года, № 5 (9801), www.tyumedia.ru, https://vk.com/zavestochka, http://ok.ru/zavestochka

Общественно-политическая газета. Основана 11 марта 1935 года. Цена 8 руб. 84 коп.

6+

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

## Импортозамещение по-заводоуковски

Сельхозпроизводители нашего округа в 2015 году увеличили выпуск свиного мяса.

ООО «Согласие», «МСК» и ЗАО «Падунское» сообща увеличили поголовье свиней на 10 866 голов (против 2014 года) и свиноматок на 493 головы. Вырос и приплод: в «Согласии» на 11 154, в «МСК» на 8 756, а в «Падунском» на 443 головы.

Выход поросят от одной свиноматки в среднем увеличился

на 1,2 головы, производство мяса на одну свиноматку подросло на 16 килограммов. А вот расход кормов при этом, по словам Михаила Старостина, начальника отдела животноводства комитета по сельскому хозяйству и продовольствию, практически остался на уровне 2014 года.

Александр ПОНОМАРЁВ

## Плюс девять

В прошлом году в Заводоуковском городском округе рождаемость превысила смертность.

Как сообщили сотрудники загса, в 2015-м на свет появилось 689 малышей. Свидетельств о смерти выдано 680. Свадебный вальс станцевали 346 влюблённых пар. При этом брак расторгли 230 семей. О перемене имени заявили 25 заводоуковцев.

Новорождённым чаще всего родители выбрали имена Артём, Александр, Дмитрий, Матвей, Анастасия, Мария, Дарья и Виктория. Также в городском округе на свет появились Назарий, Эрик, Стефания, Эмма, Эльза и Юлиана.

Ольга МЯСНИКОВА

## Снова вторые

Заводоуковский комитет по делам ГО и ликвидации ЧС по итогам работы в 2015 году занял второе место в области.

Областная комиссия отметила работу по обеспечению пожарной безопасности и безопасности людей на водных объектах, подготовке населения к защите от ЧС, обеспечению готовности систем управления, связи и оповещению в муниципальном образовании.

Баллы также начислялись за

создание и содержание запаса материально-технических, продовольственных, медицинских и иных средств, обучение населения защите от опасностей, возникающих при ведении военных действий, и за поддержание сил гражданской обороны в постоянной готовности.

Александр ПОНОМАРЁВ

## Подайте голос!

Лучшие школьные хоры городского округа участвуют в региональном этапе Всероссийского фестиваля «Поют дети России».

Заводоуковск представляют победители муниципального тура – хоры «Счастливое детство» и «Поющие голоса» из первой и второй городских школ и хор юношей «Ярило» из Новой Заимки.

В советском прошлом хор был в каждом образовательном учреждении. Как отметили в комитете

образования округа, сейчас в школах возрождают эту традицию.

Фестиваль проходит заочно. Жюри просматривает видеозаписи концертных выступлений школьных хоров. Победителей регионального тура объявят в конце февраля.

Ольга МЯСНИКОВА

## Кто тут доверчивый?

Мошенники всё чаще используют соцсети и сайты продаж для отъёма денег у населения. В прошлом году в округе зарегистрировано 13 таких случаев. Обманным путём злоумышленники перевели на свои счета более 400 тысяч рублей.

Буквально на днях мужчина в поисках съёмного жилья увидел подходящее объявление в социальной сети. Созвонился с хозяйкой, договорился о встрече. Новое жильё полностью устроило квартиросъёмщика, и он заплатил девушке три тысячи рублей. Через день после заселения в квартиру пришёл настоящий хо-

зяин, который потребовал деньги. Оказалось, что девушка сама снимала жильё, а на днях срок аренды закончился.

Полицейские в считанные часы разыскали мошенницу, свою вину она не стала отрицать. За совершённое преступление ей грозит до пяти лет лишения свободы.

Алла ЕГОРЫЧЕВА

## Прогноз синоптиков

|       | t °С в 4.00 | t °С в 16.00 | Атм. давление | Осадки |
|-------|-------------|--------------|---------------|--------|
| 23/01 | -18         | -15          | 780           | ☀      |
| 24/01 | -16         | -14          | 773           | ☀☀     |
| 25/01 | -16         | -12          | 767           | ☀☀     |

25 ЯНВАРЯ – ДЕНЬ СТУДЕНТОВ

## МОЛОДО НЕ ЗЕЛЕНО



• От сессии до сессии... Третьекурсники агропромышленного техникума готовятся к Дню студента.

Нынче в Заводоуковском агропромышленном техникуме заочно и очно обучаются свыше восьмисот студентов. Ежегодно около 150 человек выпускаются с дипломами специалистов разных профилей.

Помимо заводоуковских ребят, в техникуме получают образование тюменцы, тоболяки и курганцы. Учатся на третьем курсе студенты с юго-востока Украины – из Донецка и Луганска. Осваивают специальность механизатора и ребята из соседнего Казахстана. В прошлом году диплом слесаря-ремонтника получил житель Ханты-Мансийского автономного округа.

Сегодня в состав Заводоуковского агропромышленного техникума входят Юргинское, Омутинское и Армизонское профессиональные училища. С нового учебного года, помимо профессий штукатур-маляра, механизатора, повара, электромонтёра, водителя, плотника и менеджера, здесь можно будет освоить и специальность мастера жилищно-коммунального хозяйства.

В ноябре техникум в четвёртый раз участвовал в традиционной областной сельскохозяйственной выставке «Золотая осень-2015».

– Не скрою, в последнее время жители области проявляют к нам всё больший интерес, – рассказывает директор техникума Надежда Потенихина. – Так, за время выставки свыше десятка человек взяли наши рекламные проспекты, пообещав изучить их со своими детьми, заканчивающими нынче 11 класс.

Помимо этого студенты ежегодно выезжают в школы соседних районов с концертной программой, где в непринуждённой обстановке рассказывают старшеклассникам об учёбе в техникуме, о специальностях, которые они приобретают, и о том, чем живут во внеучебное время. Этот год не будет исключением – до конца марта «гастрольный» тур студенческих активистов учебного заведения уже расписан.

Более половины студентов тренируются в спортивных секциях, занимаются в музыкальных, вокальных и других творческих объединениях. Особо активные готовятся к окружным играм КВН и «Что? Где? Когда?». Юноши заняты допризывной военной подготовкой. Есть в техникуме и волонтёры. Так, в декабре ребята вычистили от снега с десятков дворов, а девочки отмыли окна в нескольких квартирах одиноких пожилых заводоуковцев.

– Делают это ребята по доброй воле, – рассказывает заместитель директора по внеучебной работе Наталья Берсенёва. – Но этим они не ограничиваются. Как только сойдёт снег, наши волонтёры отправятся восстанавливать памятник павшим во время Гражданской войны воинам 253 стрелкового полка «Красных орлов», что на улице Свободы в городе. Ребята уже разработали проект его восстановления.

Студенты с удовольствием и небезуспешно участвуют в окружных и областных конкурсах профессионального мастерства. Одним словом, жизнь студенческая бьёт ключом! Вот и сегодня в актовом зале техникума уже шумно и весело – вовсю идут репетиции концерта, который намечен на Татьянин день.

Андрей КОРОСТЕЛЁВ  
Фото автора



• А студентам-выпускникам сегодня не до песен: у них горячая экзаменационная пора.



СВОЯ КОЛЕЯ

## СЕСТРИЧКА В БЕЛОМ ХАЛАТЕ



• Светлана Потенихина к каждому жителю интерната имеет свой подход.

**Стать медиком Светлана Потенихина решила ещё в школе и вот уже три десятка лет работает медсестрой в Щучинском психоневрологическом интернате.**

В Щучье она приехала по распределению после Ялуторовского медучилища и почти три года жителям интерната измеряла температуру и давление, раздавала таблетки, ставила уколы. А потом её назначили старшей медсестрой. На хрупкие плечи молодого специалиста легли большие нагрузки и ответственность. На протяжении 30 лет она с ними успешно справлялась.

Два года назад Светлана Валерьевна оформилась на льготную пенсию, но работу не оставила, лишь отказалась от руководящей должности и вновь вернулась к шприцам и таблеткам, став рядовой медсестрой. Сегодня она трудится в первом корпусе учреждения, где проживает 155 человек. Кроме чёткого выполнения всех предписаний врачей, она нежно заботится о каждом подопечном интерната.

— Любимой из них нуждается во внимании. Если есть возможность — поговорю с ними, а если времени совсем нет, то хотя бы просто улыбнусь. Даже от доброго взгляда у людей поднимается настроение, — делится Светлана Валерьевна. — И я чувствую их уважительное отношение ко мне. А как они радуются, когда возвращаешься из отпуска! Обязательно приятный сюрприз подготовят.

Младшая дочь С. Потенихиной пошла по её стопам. Она также окончила Ялуторовский медколледж и сегодня трудится в Тюмени на станции «Скорой помощи».

Как призналась Светлана Валерьевна, она не жалеет, что в далёком 1985 году отправилась работать в сельскую глубинку. Именно здесь её жизнь сложилась так, как когда-то в молодости она мечтала.

**Алла ЕГОРЫЧЕВА**  
Фото автора

НОВОСТИ РОССИИ

**К концу января – началу февраля Минздрав РФ предполагает пик заболеваемости гриппом по стране.**

По словам министра здравоохранения РФ Вероники Скворцовой, в этом году вирус пришёл не только из юго-восточной Азии, как бывало ранее, но и с Украины. Там, по её мнению, уже острая эпидемия.

Всего, по словам Скворцовой, в России привиты более 40 миллионов человек, а грипп, который надвигается на страну, «соответствует по своим штаммам, заложённым в вакцинальный препарат».

**Размер страховых пенсий с 1 февраля станет больше.**

Неработающие пенсионеры получат прибавку к своим пенсиям в объёме четырёх процентов. Об этом сообщил министр труда Максим Топилин.

По его словам, эта мера обусловлена тем, что пожилой части населения необходимо компенсировать инфляционные издержки. А будет сделано это именно увеличением размера страховой пенсии и фиксированной выплаты к страховой пенсии. Из-за того, что работающие пенсионеры имеют источник покрытия этих инфляционных издержек (с помощью своей заработной платы), то для них пока индексации не предусмотрено.

Территориальные органы ПФР будут принимать решение об индексации пенсий с 1 февраля 2016 года на основании сведений, которые поступили от работодателей по состоянию на 30 сентября 2015 года. Если же пенсионер прекратил работать в период с 1 октября 2015 года по 31 марта 2016 года, то он сможет сам уведомить об этом местный территориальный орган ПФР, предоставить туда подтверждающие документы и подать заявление.

**Выпускников медвузов обяжут поработать в госклиниках.**

Молодые врачи после получения диплома не смогут сразу же уходить в коммерческие клиники. Сначала им придётся поднабраться опыта, отработав в государственном медучреждении.

Каким будет срок этой отработки, ещё обсуждается.

До сих пор по инициативе министерства существовал целевой набор из регионов: студенты обучаются бесплатно, но по договору должны вернуться на работу в родные места. С 2011 года медвузам разрешено принимать до 50% «целевых» студентов. Таким образом, в минздраве решают вопрос нехватки врачей в госучреждениях.

**В России создаётся федеральный реестр турагентств. Планируется, что вести его будет объединение туроператоров в сфере выездного туризма – ассоциация «Турпомощь». Ну а декларируемая цель создания реестра – защита туристов.**

По сути, реестр создаётся для того, чтобы туристы и знали о добропорядочных игроках рынка. Если фирма в реестре, ей можно верить, в общих чертах обрисовал идею директор ассоциации Александр Осаулenco.

В задачи «Турпомощи» входит ведение федерального реестра туроператоров и эвакуация туристов на родину в случае форс-мажора. При этом деньги на возвращение туристов домой «Турпомощь» получает за счёт ежегодных отчислений операторов.

Всего по экспертным оценкам в России насчитывается 20–25 тысяч турагентств. По материалам «Российской газеты»

БЛАГОУСТРОЙСТВО

## Жить по средствам

**Горожанин Сергей Кулешов вынужден в прямом смысле сопровождать внука-школьника на пути к знаниям.**

От улицы Комарова до школы № 4, что на улице Щорса, расстояние небольшое и преодолеть его самостоятельно вполне по силам даже первокласснику, если бы не ....

На данном участке нет освещения, отсутствует тротуар, поэтому идти приходится только по проезжей части улицы. А ещё, считает горожанин, здесь необходим пешеходный переход от школы в сторону мебельного магазина, ведь некоторые ученики идут в заливную часть из центра города через железнодорожную магистраль по натоптанному в снегу тропинкам.

О проблеме в администрации округа знают. Как сказал Игорь Денисов, заместитель главы городского округа, к сожалению, в Заводоуковске ещё очень мно-

го улиц, на которых нет тротуаров и пешеходных переходов. Да и проблема точечной установки светильников до конца пока не снята, хотя в целом по уровню освещённости город в норматив укладывается.

Одновременно построить пешеходные дорожки везде невозможно – рухнет любой бюджет. Да и на уже имеющиеся (а их достаточно много) тротуары требуется немало сил и средств, чтобы своевременно чистить их от снега. В прошлом году дорожную инфраструктуру улицы Щорса от Полугорной до Декабристов (тротуары, пешеходные переходы, места стоянок автомобилей, дорожные знаки и т. д.) отремонтировали. Следующим этапом напрашивается такой же комплексный подход к оставшейся части улицы Щорса. Но всё это будет возможно при наличии финансирования.

**Александр ПОНОМАРЁВ**

СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

## Скучают турники и горки

**В городском микрорайоне Сокольники на новеньких спортивной и детской площадках не резвятся местные ребятишки. Снег засыпал и площадки, и подходы к ним.**

А кто же должен расчищать снег? Этот вопрос заводоуковцы задали журналистам газеты. В поисках ответа на него мы обратились к народному избраннику Сергею Хохлову, ведь именно он в прошлом году координировал строительство площадок в Сокольниках.

Сергей Александрович пояснил, что после того как качели, песочница, скамейки, шведская стенка и турники были установлены, спортивная, а через время и детская площадки были переданы на баланс муниципалитета, который за содержание игровых зон сегодня и отвечает.

— Действительно, игровые площадки у нас на балансе, —

говорит директор Единого расчётного центра Анастасия Клёвина. — Но в бюджете городского округа не заложены деньги на содержание детских площадок в зимнее время. К сожалению, ни одну игровую площадку мы не расчищаем от снега.

Ну а что родители? Помнится, во время торжественной сдачи спортивной площадки в эксплуатацию жители микрорайона не скрывали радости и говорили, что хорошей игровой зоны для детей они ждали много лет и обещали следить за порядком. Так что есть хороший повод взять лопаты в руки и расчистить снег на площадках для своих же ребятишек.

**Алла ЕГОРЫЧЕВА**

БЛИЦ-ОПРОС

## Куда бы вы хотели съездить?

**Олег К., водитель, г. Заводоуковск:**

— Давно хочу съездить на Алтай, а конкретно — в Белокуриху. По словам друзей и знакомых, побывавших и отдохнувших на этом курорте, там всё замечательно: горный воздух, великолепные пейзажи, знаменитые родниковые источники, мёд.

**Анна Худякова, безработная, д. Новоазимская:**

— Посмотреть на мир, хотя бы в масштабах России, хотелось бы. Но пока не позволяют обстоятельства: маленькие дети и отсутствие работы. По неотложным делам выбираюсь в Заводоуковск и Тюмень. Пока все желания ограничены скромными финансами.

**Наталья Иванова, продавец, г. Заводоуковск:**

— Давно хочу побывать на Красном море. К сожалению, пока моё желание так и остаётся мечтой. Перед боем курантов в Новый год всегда выбираю, загадать ли дальнюю поездку для себя или благополучие близким. Но в последний момент о себе в который раз забываю!

**Вячеслав Раков, менеджер, г. Заводоуковск:**

— Хочу побывать в Пекине. Не отказался бы посетить и столицу Таиланда — Бангкок. Мне очень интересна культура этих азиатских стран. В нашей стране хотел бы побывать на Байкале и в Крыму. Да и вообще, на мой взгляд, любые путешествия, даже

в соседние города или сёла, по своему интересны и необычны.

**Александр Каландадзе, служащий, г. Заводоуковск:**

— Я — бывший военный. По стране и миру поколесил немало. Служил на Дальнем Востоке, потом в Забайкалье, бывал в Европе, Китае и Индии, но с удовольствием бы съездил на родину в Тбилиси. Там живут мои дядя и тётя, племянники, там остались друзья детства.

**Татьяна Воеводина, научный сотрудник музея, г. Заводоуковск:**

— Хочу побывать в древнем городе Иерусалиме — месте, где переплелись разные культурные и религиозные традиции. Ещё бы вернулась на Крит, куда съезди-

ла два года назад. Там тоже всё дышит историей.

**Наталья С., пенсионерка, с. Шестаково:**

— Я живу реальностью: моей пенсии кое-как хватает на продукты и лекарства, на какие средства разъезжать по городам и странам? Да и здоровье никуда дышнее. Я родилась и выросла в Шестаково. Всю жизнь проработала дояркой. Так сложилось, что дальше Тюмени нигде не бывала и, видимо, нигде уже не побываю.

**Роман Федотов, рабочий, с. Новая Заимка:**

— Ой, были бы средства — объехал бы весь земной шар! А вообще я очень хочу на море, поэтому на лето запланировал поездку

в Анапу. Ну, а если с деньгами будет совсем уж туго, то ограничусь курортами соседнего Казахстана.

**Ольга Агафонова, служащая, г. Заводоуковск:**

— В пик упрочившемуся мнению, что по России путешествуют только дураки или богатые, с дочерью побывали уже в Питере, в прошлом году были на Алтае. Думаем поехать нынче в Крым, да вот прочитали в газете, что там отдых подорожал на 30%. Поневоле соглашусь с высказыванием россиян.

**Григорий Евдокимов, водитель, г. Заводоуковск:**

— Устал от безделья за новогодние каникулы! Скорей бы в хорошую командировку. Не бывал только за озером Байкал и в Закавказье.





# Субботний вечер



ДОЛГАЯ ЖИЗНЬ

## СТО ЛЕТ В ОБЕД



• Фелисада Васильевна с сыном Александром.

В свой сотый день рождения она ждёт поздравлений от внуков и правнуков.

**В понедельник, 25 января, вековой юбилей отпразднует горожанка Фелисада Емельянова. Необычное и редкое имя согласно церковному календарю ей дали при крещении. В переводе с латинского Фелисада означает «счастливая».**

— Да кабы я об этом знала! — восклицает долгожительница и, тяжело вздохнув, заключает, что не случилось её женское счастье:

— Замуж выскочила 19-летней девочкой за видного парня, ходившего в начальниках пожарной охраны. Родился сын Коленка. И всё было у нас хорошо, но вдруг молодой супруг скоропостижно помер. Второй раз попытала судьбу в 1941-м, а тут война проклятая... Забрали моего ненаглядного на фронт. Осталась я одна уже с двумя маленькими ребятами. Муж с войны вернулся весь израненный. Но, видно, долгой была разлука — не сложилось у нас семьи. Старшего сына схоронила. Вот и всё моё счастье...

Так уж случилось, что и сёстрам Фелисады Васильевны, Анне и Марии, с замужеством не повезло. В тяжёлое послевоенное время решили они держаться все вместе и жили в одном доме на улице Совхозной в Завоудковске. Этакое бабье царство образовалось. Детей растили, хозяйство большое держали да работали без устали.

— Может, оттого и я живу так долго, что трудилась не покладая рук, — говорит Фелисада Емельянова. — Весь век мой прошёл с лопатой в руках да в фуфайке!

Рассказывает, что учиться ей было некогда — с ранних лет она помогала родителям по хозяйству. Потом устроилась разнорабочей в зерносовхоз, затем — на эвакуированный из Воронежа авиазавод № 499. После войны трудилась на механическом заводе. Тогда предприятие активно строило объекты соцкультбыта — Дом культуры, контору, детский сад, жилые дома для рабочих. К их возведению Фелисада Васильевна так или иначе была причастна: подносила глину, цементный раствор, кирпичи, доски... На пенсию труженица тыла ушла с «Тюменьсельмаша» в 1971 году.

Говорит, что добра не нажила, что всё её богатство в одном сундуке уместилось... К слову, с этим предметом мебели, вероятнее всего доставшимся от родителей и давно вышедшим из моды, моя собеседница расставаться не хочет. Очень дорог он ей, как и домотканые половики, и шерстяные ковры ручной работы...

Сегодня за долгожительницей ухаживают сестра Анна и сын Александр. До недавнего времени они не могли удерживать Фелисаду Васильевну на месте. Не привыкла она сидеть сложа руки: ещё позапрошлой осенью убирала картошку с поля, зимой рвалась чистить снег во дворе. А нынче, по словам моей героини, и ноги не слушаются, и глаза не глядят. Одна отрада — телевизор. А ещё газеты, которые Фелисаде Васильевне читает вслух сын. Ей и в 100 лет интересно, что в мире делается...

**Ольга МЯСНИКОВА**  
Фото автора

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

## Как почистить дублёнку?

**Натуральную дублёнку можно почистить различными способами — отдать в химчистку или использовать домашние средства.**

Категорически запрещается стирать такую верхнюю одежду руками или в стиральной машинке. После стирки дублёнка может утратить свою эластичность, станет жёсткой и будет иметь весьма неприглядный внешний вид.

Пожалуй, самым элементарным средством для очистки дублёнки является обычная мыльная пена. Только излишнего намочения нужно избегать. Если внешняя

сторона одежды утратила блеск, её можно обработать глицерином. Но этот совет относится только к кожаным изделиям.

Естественно в процессе носки не получится избежать образования пятен. Несложные пятна могут быть устранены обычным ластиком или корочкой белого хлеба, как ни странно это звучит.

Не помешает периодически обрабатывать дублёнку с помощью специальных отпаривателей для уничтожения вредных насекомых и облегчения удаления пятен ластиком. Нередко для домашней чистки изделия используют специальную щётку с натуральным ворсом.

**ГОД РОССИЙСКОГО КИНО 2016**

**Интересные факты в истории российского кино**

Добавить немного красок в отечественное чёрно-белое полотно впервые решил легендарный Сергей Эйзенштейн. Во время создания знаменитой ленты «Броненосец Потёмкин» режиссёр собственноручно раскрасил в красный цвет флаг на киноплёнке. Именно его поднимали над судном восставшие матросы. Фильм с единственным цветным кадром вышел на отечественные экраны в 1925 году.

Первой же полностью красочной лентой стал кинофильм о параде Победы 1945 года. Его сняли на многослойную цветную плёнку.

РЕЦЕПТИК

## Курица в кефире

**Что нужно:** куриную грудку, 250 миллилитров 1%-ного кефира, три зубчика чеснока, соль и специи по вкусу.

**Что делать:** грудку разрежьте на средние кусочки. Чеснок нарежьте тоненько поперёк. Добавьте в грудку кефир, специи, соль и чеснок, хорошо перемешайте. Поставьте в холодильник на час-полтора. Затем в предварительно нагретой до 190 градусов духовке запекайте 40 минут.

РЕКОМЕНДУЕМ

## Лучшая поза для сна

При проблемах с позвоночником нужно спать на животе, подложив подушку под его нижнюю часть (так распрямляются межпозвоночные хрящи). Легковозбудимым людям лучше спать на спине, сердечникам — на правом боку (это уменьшает нагрузку на сердце), на левом боку — при болезнях печени и правой почки, сахарном диабете.

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

## Рисунок в пакете

Вам понадобится пакет с zip-застёжкой, скотч, пальчиковые краски. Возьмите пакет и положите в него по чайной ложке красок разных цветов. Лучше не смешивать в одном пакете больше двух цветов. Плотно закройте замок на пакете. Теперь с помощью скотча приклейте пакет с краской на оконное стекло, можно также приклеить на дверь или на стол.

Ребёнок получит огромное удовольствие от надавливания на пакет пальчиками и попыток смешать краски. Чтобы рисование этим способом стало ещё интересней, можно добавить в пакет с краской несколько капель растительного масла и всыпать немного блёсток. Масло будет препятствовать смешению цветов, краски будут словно разбегаться друг от друга.

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

## День рождения русской водки

31 января 1865 года в Петербурге Дмитрий Иванович Менделеев защитил свою знаменитую докторскую диссертацию «О соединении спирта с водою», над которой работал в 1863-1864 годах. Диссертация хранится в музее великого учёного — в Санкт-Петербургском государственном университете.

Целью работы было изучение удельного веса растворов спирт+вода, в зависимости от концентрации этих растворов и температуры.

Некоторые источники сообщают, что белое хлебное вино привезли в Россию из Скандинавии в XVI веке; другие — что на 100 лет раньше, из Генуи. Имеются сведения и о том, что на Руси крепкие напитки употребляли уже в XI-XII веках. Кстати, крепость водки в нашей стране никогда не была догмой. Традиционно выпускали разные сорта — 38, 45 и даже 56 градусов. Сейчас, как известно, есть и более крепкие сорта.

Но всё же, отмечая день рождения этого известного напитка, следует помнить, что алкоголь наносит вред здоровью. Это подтверждено множеством научных исследований и исковерканными судьбами не только злоупотреблявших алкоголем, но и их близких.

Не случайно в 1985 году Всемирная организация здравоохранения признала алкоголь и табак наркотическими веществами. А в книге Фёдора Углова «Правда о разрежённых наркотиках» отмечается, что 45 граммов спирта, вне зависимости от культуры употребленного, однозначно убьют 1000 нейронов головного мозга. У кого они лишние?

ЗДОРОВЬЕ

## Грипп не страшен, если...

**Количество заболевших ОРВИ и гриппом в регионе увеличивается.**

Врачи советуют, как уберечь себя и близких от острого респираторного вирусного заболевания, акцентируя внимание на «свином» гриппе А(Н1N1)2009.

— Чаше мойте руки с мылом, чистите и обеззараживайте поверхности столов, дверных ручек, используя бытовые моющие средства, чтобы уничтожить микробы.

— Избегайте близкого контакта с больными. Находитесь от них на расстоянии не менее одного метра. Постарайтесь не ездить в общественном транспорте и не бывать в людных местах. Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания. Прикрывайте рот и нос платком, а лучше одноразовыми салфетками при кашле или чихании. Не трогайте руками лицо.

— Ведите здоровый образ жизни. Правильный режим, полноценный сон, физическая активность, употребление пищи, богатой белками, витаминами и минеральными веществами, повышают сопротивляемость организма к инфекции.

— Медики просят обратить особое внимание на самые распространённые симптомы гриппа А(Н1N1)2009. Это почти всегда высокая температура тела и кашель. В половине случаев — насморк, боль в горле и головная боль. У 41% заболевших наблюдается учащённое дыхание, у 35% — боли в мышцах. Изредка возможно конъюнктивит. В некоторых случаях отмечались симптомы желудочно-кишечных расстройств, не характерные для сезонного гриппа: тошнота, рвота (18%), диарея (12%).

**Особенность гриппа А(Н1N1)2009** — раннее появление осложнений. Если при сезонном гриппе осложнения возникают, как правило, на пятый-седьмой день и позже, то при «свином» гриппе — уже на второй и третий день болезни. Среди них лидирует первичная вирусная пневмония, ухудшение состояния при которой идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение первых суток развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких. Быстро начатое лечение облегчит тяжесть болезни.

Если всё-таки вирус атаковал, оставайтесь дома и срочно вызывайте врача! Следуйте его предписаниям, оставайтесь в постели и пейте как можно больше жидкости.

«Тюменские известия»