

Заводоуковские ВЕСТИ

суббота, 3 октября 2015 года, № 79 (9771), www.tyumedia.ru

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

6+



Среди миров, в мерцании светил
Одной Звезды я повторяю имя...
Не потому, чтоб я Её любил,
А потому, что я томлюсь с другими.
И если мне сомненье тяжело,
Я у Неё одной ищу ответа,
Не потому, что от Неё светло,
А потому, что с Неё не надо света.
Иннокентий Анненский

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

Поля почти опустели

Полеводы округа близки к завершению жатвы. К сегодняшнему дню они убрали зерновые на площади 51,9 тысяч гектаров (93% плана).

В закрома засыпано 168 тысяч тонн овса, ячменя и пшеницы. Высокие темпы обмолота набраны в ЗАО «Центральное», «Тобол», ООО «Шестаковское», однако и они отстали от лидеров. Комбайнеры ООО «Возрожде-

ние», «Гилёвское», ЗАО «Лесной» и механизаторы крестьянско-фермерских хозяйств первого октября завершили уборку зерновых при средней урожайности 32 центнера зерна с гектара.
Борис СОКОЛОВ

... И проводку проверьте!

С начала года в городском округе произошло 44 пожара, 30 из них в частном секторе. Основная причина возгораний – аварийный режим работы электроприборов.

Сегодня сотрудники пожарного надзора по домам заводоуковцев с целью напомнить о недопустимости использования неисправных электроприборов. Также инспекторы обращают внимание на отопительные печи, хранение и эксплуатацию газовых

баллонов. С начала года пожарные проверили уже более шести тысяч домов, побеседовали с 15 тысячами жителей округа, всем им вручили памятки с правилами и требованиями пожарной безопасности в жилых домах.
Алла ЕГОРИЧЕВА

Помощь всегда кстати

Современные тимуровцы из Сосновки в минувшую пятницу навели порядок во дворе Нины Карпович.

Восемь школьников вместе с педагогом Марией Юшковой прибрали двор 70-летней односельчанки, инвалида второй группы. Нина Васильевна с трудом передвигается даже в пределах своего двора, а старая

трава является серьёзным препятствием при ходьбе с ходунками. После того, как ребята убрали траву и сорняки, пенсионерке прогуливаться теперь куда проще, да и глазу стало приятнее.
Александр ПОНОМАРЁВ

Папа, мама и я

Во всероссийской спартакиаде трудовых коллективов, посвящённой 70-й годовщине Победы, приняла участие и семья Мельниковых из Лебедёвки.

Состязания прошли в сентябре в Пензе. Делегация Тюменской области была довольно внушительной – 41 человек.

Как рассказала Людмила Иванова, председатель комитета по спорту и молодёжной политике администрации округа, право представлять область в семейных стартах на российском уровне Мельниковы Олег, Александр и их сын Костя заслужи-

ли не сразу. На протяжении пяти лет семья из Лебедёвки была постоянным участником областных соревнований «Папа, мама и я – спортивная семья». В их активе и 2, и 1, и 3 места в региональных состязаниях, а вот уровень России – впервые. В общекомандном девятом месте сборной Тюменской области есть вклад и семьи Мельниковых.
Александр ПОНОМАРЁВ

ООО «УралФинанс», св-во ФСФР № 0000565 от 25.10.11 г.



ЗАЙМЫ

- за 15 минут
- только паспорт

Тел. 8-800-200-44-64 (звонок бесплатный)
г. Заводоуковск, пер. Ворошилова, 8.

Реклама

Прогноз синоптиков

	t°C в 4.00	t°C в 16.00	Атм. давление	Осадки
3/10	+8	+11	737	☁
4/10	+8	+8	735	☁☁
5/10	+4	+5	752	☁☁

5 ОКТЯБРЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ УЧИТЕЛЯ

ТАКАЯ ВОТ ИСТОРИЯ

В профессиональный праздник Почётные грамоты и Благодарственные письма за успехи на педагогическом поприще получают порядка двух десятков заводоуковских учителей.

Поздравления в этот день будет принимать и Елена Шивакова, историк первой городской школы и победитель педагогического конкурса «Лучшие учителя России».

Вот уже девять лет подряд этот конкурс проходит в рамках государственной программы «Развитие образования». За это время обладателями солидных денежных премий стали свыше 500 тюменских учителей. Нынче в финал конкурса вышли 12 преподавателей юга области. – За что давали главный приз? За увесистую папку с моей собственной методической разработкой уроков, – улыбается Елена Шивакова.

Жюри также заочно ознакомилось с планами её воспитательной работы и оценило, насколько ученики Елены Владимировны преуспели в прошлом году по истории.

– Денежная премия – это, конечно, хорошо, но признание твоего профессионального мастерства на российском уровне важнее, – говорит преподаватель. – Всё же не зря я с детства мечтала стать учительницей и во всём походить на свою маму – педагога-словесника. Школе Елена Владимировна



• Призёр районного конкурса «Учитель года» Елена Шивакова вошла в число лучших учителей России. Её ждёт денежный грант в 200 тысяч рублей.

отдала 20 лет. Не скрывает, что изменяла своей профессии, но возвращалась в неё снова, пока окончательно не убедилась, что школьная атмосфера – это точно её жизнь. Нововведения, которые в последнее время просто-таки захлестнули школу, не пугают Е. Ши-

вакову. Несмотря на довольно приличный педагогический стаж, она готова самосовершенствоваться и учиться, чтобы уроки были интересными и неповторимыми и ученики на них не скучали.

Ольга МЯСНИКОВА
Фото Аллы Егоричевой

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

УВАЖАЕМЫЕ УЧИТЕЛЯ И ВETERАНЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ТРУДА!

Поздравляю вас с профессиональным праздником!

Этот день дорог для каждого из нас. Все мы когда-то приходили в классы, отвечали у школьной доски, внимательно слушали своих наставников. Сегодня мы доверяем вам самое дорогое, что у нас есть, наших детей и внуков.

Ваш труд – благородный и ответственный. Вы выполняете очень важную миссию – помогаете каждому ученику стать полноценной и всесторонне развитой личностью, передаёте ему нужные знания, прививаете истинные нравственные ценности.

Ваша энергия, талант, неравнодушие делают тюменскую школу современной, открытой для

самых смелых инициатив и новых проектов. Вы умело сочетаете лучшие традиции сибирского учительства и передовые подходы и технологии.

В этот день особые слова признательности адресую ветеранам, тем, кто закладывал прочный фундамент образования Тюменской области. Вы многое сделали для успешного развития нашего региона. Важно, чтобы теперь молодые коллеги перенимали ваш бесценный опыт.

Спасибо вам, дорогие педагоги, за верность призванию, за огромное терпение и доброту! Желаю вам здоровья, счастья и благополучия!

Владимир ЯКУШЕВ,
губернатор области

УВАЖАЕМЫЕ ПЕДАГОГИ!

Ваша профессия очень многогранна. Вы даёте знания, учите юное поколение самым разным наукам. Во многом благодаря, вашим усилиям сохраняется в образовании преемственность поколений, традиции. Наконец, вы просто ведёте нас по жизни как мудрые наставники, строгие и добрые одновременно.

Заводоуковскому округу повезло: у нас очень много по-настоящему увлечённых своим делом учителей, чей талант и профессиональные успехи являются общепризнанными. Но всё же главным остаётся пример и мастерство учителя, его

целенаправленность, энергия и, конечно же, любовь к детям, к своей профессии.

Искренне желаю вам, дорогие учителя, успехов в вашем благородном деле. Умных, пытливых и смелых учеников! Пусть ваш труд приносит вам как можно больше радости и удовлетворения. И пусть он будет по достоинству оценён. Здоровья вам, счастья, благополучия в семье, нескончаемой энергии и оптимизма!

Александр АНОХИН,
глава городского округа

УВАЖАЕМЫЕ УЧИТЕЛЯ И ВETERАНЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ТРУДА!

От имени депутатов думы городского округа поздравляю вас с Днём учителя!

Искреннюю любовь и уважение к своим учителям каждый из нас пронесёт через всю жизнь. С вашей помощью наши дети открывают для себя удивительный мир знаний, познают секреты наук,

обретают бесценный опыт жизни. Примите пожелания доброго здоровья, благополучия, неиссякаемой энергии и профессиональных успехов в благородном труде!

Николай ПЛОСКОВ,
председатель думы городского округа

НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

Жизнь – непрерывное движение

Москва, Уфа, Барнаул, Челябинск, Бийск, Екатеринбург... Почти всю страну объехал Александр Вайсбек, а вот до Байкала, где побывать всегда мечтал, так и не добрался. Возможно, кто-то подумает, что он путешественник, а нет, он – водитель на Заводоуковском элеваторе.



• До заслуженного отдыха Александру Вайсбеку осталась ещё добрая пятилетка. Он твёрдо намерен отработать эти годы на элеваторе.

У А. Вайсбека расписана каждая минута рабочего времени. Александр Иосифович только что привёз из Тюмени муку для пекарни элеватора. Пока идёт разгрузка, соглашается побеседовать.
– Сейчас парни разгрузят машину, и я опять поеду, теперь уж

по району, – говорит водитель. – Люди ждут своего заказа, и я его должен быстро выполнить.
Под «заказом» Александр Иосифович имеет в виду полу и мучку, которые сегодня у заводоуковцев очень востребованы. Жители округа используют их как удобрение для ого-

рода и корм для крупнорогатого скота. А ещё водитель Вайсбек возит зерно из элеваторного склада, где его просушили и подработали, на подъёмники, откуда уже отправляют на хранение.

На элеватор Александр Иосифович пришёл в далёком 1982 году. Первые четыре года работал на тракторе, возил строительные материалы (тогда предприятие строило себе новую сушилку), пахал огороды коллегам. Потом его пересадили за баранку старенького ЗИЛа.

– Достался он мне в рабочем состоянии, но всё же требовал ремонта. Я его сгонял в мастерскую, поменял кабину. У ЗИЛ-555 рама и кузов короткие, много груза зараз не привезти. Но я на нём полстраны исколесил, и ни разу он не подвёл, – вспоминает А. Вайсбек. – Сегодня у меня ЗИЛ-45065, четвёртая по счёту машина за три десятка лет работы. У него большая, а главное тёплая кабина и обзор хороший. В прошлую уборочную часто приходилось ночью возить зерно, так я установил на кабину дополнительные фары и ездил будто днём – всё видно.

Александра Вайсбека всегда отличала особая ответственность к делу. Он не закончит рабочий день, пока не выполнит доведённый мастером план. За это, в первую очередь, его ценят в коллективе. А в трудовой книжке у него всего одна запись – о приёме на работу на Заводоуковский элеватор. Вот это и есть преданность делу и предпринятию.

Алла ЕГОРЫЧЕВА
Фото автора

ЕСТЬ ПРОБЛЕМА

Тепло, ты где?

Нет отопления в квартирах. С такой жалобой в редакцию газеты обратились горожане, проживающие на улице Шоссейной, в домах №№ 175, 176, 177, 179 и 181.

Надежда Пономарёва из второй квартиры дома № 181 пишет, что «с 15 по 30 сентября в моей квартире не предоставляется коммунальная услуга по отоплению. Данный факт подтверждён жалобами в ДЭЗ ЖКХ». Она также обращается к директору Заводоуковского жилищно-коммунального хозяйства Александру Матвееву с просьбой включить отопление во избежание последствий, так как вместе с ней проживает шестимесячный ребёнок. А в доме сыро и холодно.

В завершение Надежда Владимировна отмечает, что в случае неудовлетворения требования оставляет за собой право обратиться в суд, а также в вышестоящие органы.

С претензией Н. Пономарёвой полностью согласны и её соседи. В подтверждение тому подписи под письмом: В. Трубина, Т. Жилякова, В. Перевозчиков, В. Ольшко, В. Сабанин – всего их 19.

От редакции: Как выяснилось, большинство из подписавшихся – люди пенсионного возраста. Они устали ждать тепла, устали мёрзнуть в своих квартирах, устали от бездействия коммунальных служб... Заводоуковцы просто недоумевают, почему для их домов отопительный сезон в этом году задержался уже больше чем на две недели.

НОВОСТИ РОССИИ

Больше 12 миллионов россиян могут получить 50-процентную скидку при оплате капитального ремонта. Речь идёт об инвалидах и семьях с детьми-инвалидами. В Госдуму внесён законопроект с таким предложением.

Сейчас эту льготу вправе устанавливать только региональные власти, авторы же идеи предлагают сделать её обязательной на всей территории России. Документ предлагает изменить Закон «О социальной защите инвалидов в РФ» – в список коммунальных и жилищных услуг, при оплате которых инвалиды имеют право на 50-процентную скидку (наём и содержание жилого помещения, вода, свет, газ и так далее), предлагается включить пункт о взносах за капитальный ремонт.

С первого октября любой россиянин, который не может расплатиться с долгами по кредитам, вправе признать себя банкротом.

Об этом говорится в изменениях в Федеральном законе «О несостоятельности (банкротстве)». Они должны были вступить в силу 1 июля 2015 года, но отложены до 1 октября.

Теперь, если просрочка по долгам будет превышать три месяца, а сам долг составлять от 500 тысяч рублей, гражданина можно признать банкротом. Всё необходимое для жизни имущество заёмщика (как и минимальный доход) останется у него. Остальное – будет продано, а вырученные деньги пойдут в счёт уплаты долга.

Минтруд предлагает повысить требования к претендентам на получение звания «Ветеран труда».

По словам министра труда и социальной защиты Максима Топилина, в последние годы звание «Ветеран труда» девальвировалось. Стала также массовым явлением выдача ведомственных наград. Ежегодно их получают около 600 тысяч человек.

В связи с этим Минтруд предлагает изменить порядок выдачи таких наград и его должно определять правительство. Кроме того, по мнению Максима Топилина, стоит рассмотреть вопрос о введении квот по их выдаче.

В следующем году россияне смогут отдохнуть два отпуска – к обычному отдыху от работы добавляются 30 праздничных дней.

10 дней составят новогодние каникулы, с 1 по 10 января. Оставшиеся 20 сгруппируются по три-четыре выходных дня подряд в честь праздников.

Подписано постановление правительства о переносе праздничных дней в 2016 году. В нём обозначено, что выходные дни 2 и 3 января (суббота и воскресенье) переносятся на 3 мая и 7 марта соответственно, а день отдыха с субботы 20 февраля – на понедельник 22 февраля.

В итоге на День защитника Отечества будем отдыхать три дня – с воскресенья 21 февраля по вторник 23 февраля, накануне отработав субботу 20 февраля. На Международный женский день – 4 дня, с субботы 5 марта по вторник 8 марта. Далее последуют майские каникулы: с субботы 30 апреля по 3 мая включительно и на День Победы с субботы 7 мая по понедельник 9 мая.

Летом будет возможность отдохнуть три дня на День России – с субботы 11 июня по понедельник 13 июня. А потом ещё раз в ноябре на День народного единства – с пятницы 4 ноября по воскресенье 6 ноября.

По материалам «Российской газеты»

СОВЕТ ВЕТЕРАНОВ

В заботах возраста не видно

Всегда с нетерпением ждут встречи активисты районного совета ветеранов. На своих заседаниях они не только подводят итоги работы, но и обсуждают накопившиеся проблемы и делятся опытом.

Сентябрьское заседание райсовета было выездным и проходило в селе Сосновка. Собрало оно председателей Новоазимской, Шестаковской и Боровинской первичных ветеранских организаций. Сначала участники встречи возложили цветы к памятнику жителям Сосновской территории, павшим в годы Великой Отечественной войны (более 250 сосновцев ушли на фронт, а вернулись чуть более сотни).

Затем ветеранский актив в своём кабинете радушно встретила председатель

местной первички Валентина Крутикова. Собравшиеся делились опытом работы с документацией, без которой не обходится любая организация.

Далее гости перешли в Дом культуры, где была организована выставка прикладного творчества местных мастеров. Участники встречи рассмотрели и вышитые бисером картины Сергея Подкорытова, и вазы Татьяны Ануфриевой, оформленные в стиле трэш-арт (с использованием лама и старых предметов), и вязаные филёнчатые скатерти сельских мастериц.

После сосновцы отчитались о работе за год. Глава сельской администрации Надежда Забоева поблагодарила собравшихся за активное участие в патриотическом воспитании подрастающего поколения.

Отличным продолжением заседания президиума стал небольшой концерт, подготовленный работниками ДК и сельской библиотеки. Завершилась встреча вручением основкам благодарственных писем районного совета ветеранов – библиотекарю Алёне Зыряновой, культурного работника ДК Елене Тумановой, активистке ветеранской первички Фриде Скрыник и благотворителю Дмитрию Довнару. Диплом имени Героя Советского Союза Петра Фёдоровича получила руководитель школьной краеведческой комнаты Маргарита Скорикова.

Валентине Крутиковой, председателю первички, районный совет ветеранов подарил фотоаппарат, чтобы летопись сельской общественной организации была проиллюстрирована фотографиями.

Алла ЕГОРЫЧЕВА

БЛИЦ-ОПРОС

Вспомним своих учителей

Выпускники 2005 года школы № 1, г. Заводоуковск:

– В нашем становлении сложно, наверное, выделить кого-то одного из педагогов. Назовём Надежду Антоновну Попкову, Татьяну Викторовну Кондратьеву, Надежду Ильиничну Гертер, Наталью Александровну Черкашину, Антонину Николаевну Тимофееву, Наталью Анатольевну Трутневу, Виктора Николаевича Можегова и многих других, кто дал нам прочные знания и готовил к самостоятельной жизни. Всех учителей с предстоящим профессиональным праздником! Здоровья, радости, творческих открытий!

Елена Воротникова, служащая, г. Заводоуковск:

– Запомнились уроки Галины Афанасьевны Каревой – математика из первой городской школы. Сейчас она уже на пенсии. Благодаря ей, формулы сокращён-

ного умножения я помню до сих пор! Галина Афанасьевна была не только хорошим учителем, но и талантливым организатором: одно время она вела группу продлённого дня и постоянно устраивала для нас, ребяташек, тематические вечера.

Алексей Родионов, служащий, г. Заводоуковск:

– Мои школьные годы прошли в небольшом городке Красноярского края. Мы всем классом обожали свою классную руководительницу Галину Магеновну. Больше всего нам нравилось то, что свой урок – немецкий – она часенёк превращала в классный час. Признаюсь, немецкий я так и не выучил.

Галина Фрицлер, служащая, с. Горюново:

– Отвечу строкой из песни – учительница первая моя. Для меня она стала второй мамой. Помню,

как она оставалась с нашим классом после уроков. Мне сложно было привыкнуть к школе, я ведь в детсад не ходила. Александра Степановна, так её звали, научила меня писать, считать, мастерить разные поделки, шить...

Дмитрий Антонов, инженер, г. Заводоуковск:

– Иван Матвеев, директор школы, преподававший математику. В застойное советское время на каждом уроке он раздавал задания из 5-6 задач, после решения которых можно было выходить из класса и оставшуюся часть урока провести, например, в спортзале или на стадионе. Не случайно многие его выпускники побеждали в межрайонных и областных олимпиадах, учились в Новосибирской математической школе.

Елена Амеличева, служащая, г. Заводоуковск:

– Два учителя, которых, к со-

жалению, уже нет. Физик Сергей Фролов, очень похожий на Эйнштейна, и историк директор школы Нина Громова. Сергея Алексеевича любили и физики, и лирики. С первыми он занимался наукой на равных, гуманитариев же не терзал, понимая, что в лучшем случае лампочку в плафоне они поменять смогут. Нина Алексеевна была строгой и демократичной одновременно. Знала наизусть всего «Евгения Онегина» и не только. Она учила рассуждать, спорить, не соглашаться с ней, но доказывать свою точку зрения и не терпела тупого пересказа параграфов.

Выпускники 1998 года школы № 1, г. Заводоуковск:

– Мы уже папы и мамы и привели в школу своих детей. И с позиции зрелости оценили душевность, доброту, материнскую заботу, внимание, терпение своей

первой учительницы Зои Лукиничны Переладовой. Всего наилучшего ей и с Днём учителя!

Наталья Вальдемарт, гостя г. Заводоуковска:

– Я помню всех своих учителей, но особенно математика и словесника. Я всегда хотела быть на них похожей. Они сыграли главную роль в выборе моей профессии: я тоже стала учителем. Теперь, как и мой языковед, в начале урока провожу речевую разминку, а у доски я стою и мел в руке держу, как математик.

Марина Теплякова, специалист единого расчётного центра, г. Заводоуковск:

– Больше всего тёплых воспоминаний о первой учительнице – Галине Алексеевне Сурагиной, которая научила писать, читать, считать. Она, можно сказать, дала мне дорогу в жизнь и привила тягу к знаниям.



Субботний вечер



УВЛЕЧЕНИЕ

Казбек, твой царственный шатёр сияет вечными лучами!



• Флаг Заводоуковского городского округа на Казбеке подняли заводоуковец Сергей Шабалин (справа) и председатель Тюменской региональной федерации альпинизма Тимур Гайнуллин.

Над одной из самых высоких и красивых вершин Кавказских гор – Казбеке – гордо развевается флаг нашего городского округа. Его поднял туда заводоуковский предприниматель Сергей Шабалин.

За три с небольшим года он побывал на Килиманджаро, Памире и гималайском Калапатаре. На пятидесятник Казбек взойшёл в нынешнем сентябре. Не в одиночку, конечно, – в составе команды Тюменской региональной федерации альпинизма. Покорителей вершин из Сибири тепло встретили в Тбилиси. Без экскурсии по древнему городу и дегустации грузинских вин не обошлось...

Далее – недельное восхождение на вершину. Казбек очень популярен у альпинистов и туристов всех стран, ведь где, как ни здесь, можно почувствовать дух Грузии!

День первый – высота 2 200 метров, день второй – 3 600 метров. Здесь Казбек, выглядевший поначалу смиренным, начал показывать свой характер: он то и дело сыпал на альпинистов камни и чертил под ногами трещины в леднике... Наконец, высота 4 000 метров. Акклиматизация. Ещё немного, и вот она – заветная вершина!

– С высоты 5 033 метров весь Кавказский хребет как на ладони! Вдалеке – Эльбрус, а у подножия с российской стороны раскинулся Владикавказ, – Сергей Шабалин вновь переживает своё восхождение. – Замечу, что Казбек покорился не всем участникам нашей группы: из десяти человек нелёгкий путь преодолели только семеро...

Ольга МЯСНИКОВА
Фото из личного архива Сергея Шабалина

ГОД ЛИТЕРАТУРЫ

Я ль виноват, что я поэт...



Сегодня исполняется 120 лет со дня рождения русского поэта Сергея Есенина.

Его творчество вобрало в себя краски и музыку родной природы, образ русского человека в его противоречиях и душев-

ной красоте, глубокое чувство исторического прошлого России и прозорливый взгляд в будущее.

Есенин прожил недолгую жизнь – его не стало в 30 лет, но за это время он успел создать немало прекрасных стихотворений.



Я ль виноват, что я поэт

Я ль виноват, что я поэт
Тяжёлых мук и горькой доли,
Не по своей же стал я воле –
Таким уж родился на свет.

Я ль виноват, что жизнь мне не мила,
И что я всех люблю и вместе ненавижу,
И знаю о себе, чего ещё не вижу,
Ведь этот дар мне муза принесла.

Я знаю – в жизни счастья нет,
Она есть бред, мечта души больной,
И знаю – скучен всем напев унылый мой,
Но я не виноват – такой уж я поэт.

РЕЦЕПТИК

Капуста с морковью и тмином

Что нужно (на четыре-пять литров): килограмм белокочанной капусты, три морковки, столовую ложку тмина (или семян укропа), столовую ложку соли, чайную ложку сахара.

Что делать: капусту тонко нашинкуйте, добавьте соль, сахар и хорошо перетрите руками. Морковь натрите на средней тёрке. Соедините морковь, капусту и тмин, перемешайте и плотно заполните банку. Оставьте банку при комнатной температуре на три дня. Каждый день протыкайте капусту деревянной палочкой до самого дна, чтобы выходил газ. Пену удаляйте. Затем банку с капустой закройте пластмассовой крышкой и уберите на хранение в холодильник.

НА ЗАМЕТКУ

Полезные корочки

– Кожуру от картофеля можно применять как средство от седины. Для его изготовления прокипятите картофельные очистки в течение получаса и полученным остывшим отваром ополосните волосы. Через несколько таких процедур они станут заметно темнее.

– Корочку от дыни можно прикладывать к синякам, чтобы они быстрее рассасывались. А чтобы мясо стало мягким при варке, дынную корочку можно бросить в кастрюлю.

– Кожурой лимона можно полировать изделия из меди, латуни и прочих цветных металлов.

– Кожура бананов позволяет скорее заживлять мелкие царапины, а также избавляет от зуда при комариных укусах. Если настаивать кожуру бананов на водке, а потом протирать полученной настойкой больные суставы и мышцы, боль будет проходить. А ещё банановой кожурой можно полировать кожаную обувь.

ХОЗЯЮШКЕ

Стираем полотенца

Смешайте в ведре кипящей воды две столовых ложки подсолнечного масла, две столовых ложки отбеливателя и неполный стакан стирального порошка. В приготовленный горячий раствор поместите сухие грязные полотенца и оставьте их там до полного остывания. После этого остаётся только прополоскать. Пятна от чая, кофе, жира исчезнут, а кухонные полотенца вновь будут как новые.

УЛЫБНИТЕСЬ

– Назовите свои сильные стороны.
– Подхалимство.
– Но ведь... Ладно, мы свяжемся с вами. Спасибо за собеседование.
– Нет, вам спасибо большое за то, что вы есть.

Пасечник догадался, что жена нашла заначку, когда увидел её с опухшим лицом, но в новом платье.

Молодая, красивая, стройная, нежная, с прекрасными глазами, хорошо готовлю, голова не болит... Никого не ищу... Так... Хвастаюсь...

Большие даты великой России

3 октября 1895 год. Родился Сергей Есенин, русский поэт.

4 октября 1853 год. Русский адмирал Г. Невельский поднял на Сахалине российский флаг.

5 октября 1991 год. СССР подписал первое соглашение о сотрудничестве с Международным валютным фондом.

6 октября 1977 год. Состоялся первый полёт истребителя МиГ-29.

7 октября 1931 год. В Магнитогорске закончилась кладка первой домны.

8 октября 1961 год. Открыт памятник в честь 300-летия воссоединения Украины с Россией.

9 октября 1989 год. На Центральном телевидении проходит первый сеанс здоровья врача-психотерапевта Анатолия Кашпировского.



ЗДОРОВЬЕ

Ранняя диагностика рака

Рак – заболевание с плохим прогнозом. Без своевременного лечения злокачественные опухоли прогрессируют и приводят к смерти.

Выявление и лечение опухоли на ранних стадиях, до её распространения, является наиболее эффективным путём к снижению смертности от злокачественных новообразований даже по сравнению с разработкой новых и дорогостоящих методов лечения. Однако на ранних стадиях рак, как правило, протекает бессимптомно.

Скрининг – проведение массовых обследований на предмет выявления того или иного злокачественного новообразования у пациентов без симптомов этого заболевания.

Скрининг необходимо отличать от ранней диагностики, потому как последнее означает выявление заболевания у людей, которые самостоятельно обратились за медицинской помощью с жалобами и симптомами. Скрининг человек может и должен проходить, не имея вообще никаких жалоб.

Доказана эффективность скрининга злокачественных новообразований: молочной железы (маммография), шейки матки (мазок на онкоцитологию), кишки (кал на скрытую кровь), предстательной железы (анализ крови на простатспецифический антиген).

Рак груди. Женщины должны проходить обследование груди в клинике каждые три года с 20 до 40 лет. А после сорокалетнего возраста – каждые один-два года.

Рак шейки матки. Необходимо сдавать мазок шейки матки спустя три года после начала активной половой жизни или не позднее 21-летнего возраста. Сдавать анализ нужно каждые один-два года.

Рак толстой и прямой кишки. После 50 лет ежегодно нужно делать анализы скрытой крови в кале, а также каждые пять лет проводить ректороманоскопию и каждые десять лет – колоноскопию.

Рак простаты. Ежегодно после 50 лет рекомендуется проводить пальцевое исследование прямой кишки и сдавать анализ крови на простатспецифический антиген.

Остальные злокачественные новообразования в настоящее время принято выявлять, основываясь на симптомах. И здесь главное – вовремя обратиться к врачу, а он в свою очередь отправит вас на комплексное обследование.

Мадина МЫРИНОВА,
врач-онколог