



# Наша жизнь

6+

Издаётся с 20 ноября 1931 года

Выходит 2 раза в неделю: среда, пятница

10 декабря  
2025 года  
СРЕДА  
№ 99 (11236)

Цена 15 руб. 36 коп.



<http://www.ourlife72.ru>



<https://ok.ru/kazankanews>



<https://vk.com/kazankanews>



Семейная команда Астафьевых и Токаревых стала полуфиналистом всероссийского конкурса

ЗНАЙ НАШИХ!

## Семья – главное богатство

Сборная команда, состоящая из представителей родственных семей Астафьевых и Токаревых из посёлка Новоселезнёво, вышла в полуфинал конкурса «Это у нас семейное» Президентской платформы «Россия – страна возможностей».

Конкурсное мероприятие состоялось в конце ноября в Екатеринбурге. После отборочного тура, в котором приняли участие 200 тысяч команд со всей России, осталось только 155 – а это 835 человек. Интересно, что самому маленькому участнику исполнилось 5 лет, а самому стар-

шему конкурсанту – 94 года.

Виктор и Светлана Астафьевы, Александра Токарева и двое её детей – второклассница Новоселезнёвской школы Дарьяна и четвероклассница Велина – представляли Казанский округ.

Им нужно было выполнить 48

заданий, в ходе которых требовалось представить семейную команду: рассказать о семье, преемственности поколений, семейном досуге. Наши земляки успешно это осуществили и набрали необходимые баллы, чтобы выйти в полуфинал.

– На подготовку заданий у

нас ушло много времени. Мы делали видеоролики, в которых рассказывали о семейном музее, проводили видеоЭкскурсию по округу, готовили блюдо, делали зарядку, составляли семейное дерево, – рассказывают члены команды. – Всё выполняли сообща.

В Екатеринбурге была подготовлена большая досуговая программа. В масштабном хороводе приняли участие все конкурсанты, одетые в национальные костюмы. В первый день партнёры конкурса – компании X5 Group и ООО «СберОбразование» – провели серию лекций, посвящённых здоровому образу жизни, полезному питанию и функциональной грамотности. Была организована выставка лучших работ участников конкурса «Это у нас семейное», посвящённая 180-летию с момента основания Русского географического общества. Во второй день полуфиналисты проходили испытания – интеллектуальные, творческие и спортивные. Значительную часть из них посвятили культурному коду России.

– Мы не знали, какими будут задания, заранее о них не сообщалось, – рассказывает Светлана Астафьева. – При их выполнении нельзя было пользоваться ни интернетом, ни книгами.

На третий день полуфиналисты посещали лекции, мастер-классы, встречи с известными людьми и экскурсии.

Имена победителей полуфинала стали известны 29 ноября. Новоселезнёвцы в финал пока не прошли, но им дали возможность выполнить ещё несколько заданий, и если они с ними справятся, то выход в финал им обеспечен.

– Конкурс принёс нам массу ярких впечатлений, несмотря на то, что было нелегко. Каждый этап состязания стал проверкой сплочённости и выдержки нашей семейной команды. Но благодаря этому атмосфера была наполнена соревновательным духом, искренними эмоциями и неподдельной радостью. Этот конкурс снова подтвердил, что семья – это главное богатство каждого из нас, – рассказывает Александра Токарева.

Тамара НОСКОВА  
Фото из архива участников

В НЕСКОЛЬКО СТРОК  
ОБО ВСЁМ

## Сертификаты на продукцию

Торгово-промышленная палата Тюменской области вступила в союз торгово-промышленных палат РФ, уполномоченных осуществлять экспертизу промышленной продукции. В соответствии с Постановлением Правительства РФ от 30 августа 2025 года № 1341 «О дополнительных мерах по реализации Указа Президента РФ от 8 марта 2022 г. № 100», торгово-промышленным палатам России предоставлены полномочия на осуществление новой функции по выдаче сертификатов о происхождении товара, ввозимого на территорию РФ. За выдачей сертификатов на ввозимые товары, которая началась с 6 октября, предприниматели могут обратиться в Торгово-промышленную палату Тюменской области. Тел.: 8 (3452) 689-359, 8 (919) 948-64-35, e-mail: [centr-tpp@yandex.ru](mailto:centr-tpp@yandex.ru).

## Пушкинская карта

С января 2026 года банком-оператором программы «Пушкинская карта» становится ВТБ. Выпускать и обслуживать карты он начнёт с 1 января 2026 года, с 15 часов по московскому времени. Пушкинская карта Почта-Банка будет действовать до 15 часов 31 декабря 2025 года. Чтобы сохранить доступ к программе, нужно до 28 декабря (включительно) подать заявление на выпуск виртуальной Пушкинской карты ВТБ. Для этого в мобильном приложении «Госуслуги культуры» нужно отсканировать QR-код и, если карта уже есть, на всплывающем окне нажать кнопку «Подать заявление» или перейти в профиль «Пушкинская карта» и подать заявление, затем подтвердить оформление новой карты. Если её нет, то для начала необходимо скачать приложение «Госуслуги культуры», затем войти в него по подтверждённой учётной записи «Госуслуг». Давая согласие на выпуск карты, вы автоматически подаёте заявление на выпуск её в ВТБ.

Информации подготовила  
Светлана СУРОВЦЕВА

ПОДПИСКА-2026

## До 13 декабря

Скоро завершится Всероссийская декада подписки. В период с 3 по 13 декабря во всех отделениях Почты России можно выписать периодические издания на 1 полугодие 2026 года со скидкой. Стоимость подписки на полугодовой комплект районной газеты «Наша жизнь» во время декады составляет 751 рубль 62 копейки, для ветеранов ВОВ и инвалидов 1-2 групп – 640 рублей 62 копейки.

Редакция

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

## Выплата – до конца декабря

Повышенная выплата для граждан, заключивших контракт с Минобороны РФ в Тюменской области, действует до конца декабря 2025 года.

Размер региональной выплаты составляет 3 миллиона рублей, федеральной – 400 тысяч рублей. Чтобы получить выплату, контракт необходимо заключить через военкоматы Тюменской области или в пункте отбора на военную службу по



Соб. инф.  
Фото Е. ШУЛЬЦА

Погода в Казанском

Gismeteo  
прогноз погоды

11.12  
четверг

скорость ветра  
9 – 11 м/с, Ю/З

12.12  
пятница

скорость ветра  
5 – 7 м/с, Ю

13.12  
суббота

скорость ветра  
4 – 6 м/с, Ю

-9

-13

-9

-11

-6

-11

**ПАМЯТЬ**  
**Слава солдатам**

Первого декабря в Казанском округе простились с участником специальной военной операции Жилиным Сергеем Александровичем.



Родился он 8 февраля 1980 года в селе Казанском, проживал в селе Огнёво. Контракт на военную службу заключил 3 февраля 2024 года в военном комиссариате по Казанскому и Сладковскому районам.

Службу проходил в должности наводчика штурмового отделения штурмового взвода штурмовой роты. Погиб при выполнении боевых задач в ходе специальной военной операции на территории ДНР, ЛНР и Украины 2 мая 2025 года.

Похоронен на кладбище в с. Огнёво

Шестого декабря в Казанском округе простились с участником специальной военной операции Мальгажаровым Сериком Жаксылыковичем.



Родился он 1 апреля 1984 года в селе Юргинском Юргинского района, проживал в селе Смирном.

Военную службу проходил в должности пулемётчика мотострелкового отделения мотострелкового взвода мотострелковой роты.

Погиб при выполнении боевых задач в ходе специальной военной операции на территории ДНР, ЛНР и Украины 6 ноября 2025 года.

Похоронен на мусульманском кладбище в с. Гагарье.

Светлана ПЕТРОВА

**ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ**  
**Помощь в переселении**

На территории Казанского муниципального округа продолжается реализация государственной программы по оказанию содействия добровольному переселению в Российскую Федерацию соотечественников, проживающих за рубежом.

Принять участие в государственной программе могут соотечественники – женщины в возрасте от 18 до 60 лет и мужчины от 18 до 65 лет, постоянно или временно проживающие на законных основаниях на территории РФ (имеющие разрешение на временное проживание или вид на жительство).

Одним из преимуществ участия в государственной программе является возможность приобретения гражданства Российской Федерации в упрощённом порядке. С памяткой по участию в программе можно ознакомиться на сайте администрации муниципалитета. Телефон уполномоченного органа территории вселения для получения справочной информации: 8 (34553) 4-28-53.

Соб. инф.

**КАК ЖИВЁШЬ, ВЕТЕРАН?**  
**Увидеть своими глазами**

Руководство округа организовало людям старшего возраста поездку по социально значимым объектам муниципалитета

Инициатором мероприятия стал актив Казанской первичной ветеранской организации во главе с Ниной Ананиной.

– Мы обратились к главе округа Татьяне Богдановой с просьбой показать, как идёт жизнь у нас на территории, – пояснила цель обращения Валентина Шутова. – Нам интересно, что нового произошло за последние десять – пятнадцать лет.

На просьбу земляков местная власть откликнулась охотно, и 18 ноября для ветеранов было организовано «турне» по Казанскому округу с остановками на социально значимых объектах.

Первым пунктом посещения стало предприятие по производству сельскохозяйственных опрыскивателей ООО «Авагро». Ветераны выражают признательность начальнику производственного участка Евгению Кульбизкому за ёмкий рассказ о предприятии и экскурсию по цехам мини-завода.

– Мы приятно удивлены, что у нас существует такое замечательное производство, – делится впечатлениями Валентина Николаевна. – Кругом современное оборудование, станки, для людей созданы прекрасные условия труда: тепло, есть душевая, столовая. Мы все остались под большим впечатлением.

После этого экскурсионная группа посетила ООО «АгроСервис», – сельхозпредприятие, которое специализируется на выращивании зерновых и зернобобовых культур, их первичной подработке, а также хранении. Его руководитель Леонид Прощенко рассказал, что буквально за пять лет была создана мощная производственная база, которая позволяет пропускать через себя большие объёмы продукции растениеводства.

– Оказывается, на территории бывшего «Феникса» за короткий срок вырос современный сушильно-сортировальный комплекс, построены ангары под зерно, появилось много современной техники, – описывает увиденное Тамара Мильченко. – Чувствуется масштаб вложений.

– Мы узнали, что в хозяйстве выращивают различные культуры: горох, пшеницу, овёс, ячмень, лён, при этом достигнута самая высокая урожайность в округе – 40 центнеров с гектара, – дополняет Екатерина Барabanщикова.

Далее ветеранский «десант» высадился на территории села Смирного. Здесь они посетили школу, дом культуры, библиотеку.

– В школе сделан качественный ремонт, светло, чисто и тепло, – даёт оценку Нина Ананина, – учреждение укомплектовано современным оборудованием. В общем, для детей и педагогов созданы все условия для работы и обучения.

– В местном клубе тоже сделан добротный ремонт, – добавляет Тамара Мильченко. – Местные жители занимаются художественной самодеятельностью и волонтёрской деятельностью. Вяжут сети, изготавливают сухой душ, шьют на-



Ветераны осматривают цеха ООО «Авагро»

**Валентина ШУТОВА:**

– Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. В поездке мы увидели в работе часть социально значимых сельских объектов, от посещения которых остались самые хорошие впечатления.

\*\*\*

**Екатерина БАРАБАНЩИКОВА:**

– Сегодня казанские аграрии получают урожаи, которые раньше, казалось, были недостижимыми. Отрадно, что у нас на территории работает такой мини-завод, как «Авагро». Хочется, чтобы подобных высокотехнологичных предприятий было больше.

\*\*\*

**Нина АНАНИНА:**

– Ещё десять лет назад мы и мечтать не могли о таком современном оборудовании в школах, клубах и библиотеках. Компьютеры, интерактивные доски и цифровые технологии прочно внедрились в учебный процесс и творческую деятельность.

\*\*\*

**Тамара МИЛЬЧЕНКО:**

– Мы часто не замечаем, что происходит вокруг нас. Радуемся чужим успехам и достижениям. Оказывается, и в Казанском округе есть, что посмотреть, чем гордиться и чему радоваться.

\*\*\*

шлемники, в общем, делают всё для фронта и для победы.

В Чирках, где тоже сделали остановку, экскурсанты отметили уютную обстановку образовательного учреждения, в котором комфортно уживаются и малыши, посещающие детский сад, и школьники.

В Больших Ярках ветераны побывали в обновлённом фельдшерско-акушерском пункте.

– Я была свидетелем того, как экс-председатель местного предприятия Владимир Иванович Терентьев, который многое сделал для этой территории, завещал отдать свой дом под медпункт, – приводит исторический факт Валентина Шутова. – Сегодня мы увидели, что здание не просто отдано медикам, оно радует взор селян и служит на благо жителей. Здесь провели ре-

монт, смонтировали современное оборудование. Теперь большеярковцы проходят диспансеризацию и необходимые процедуры на месте.

Пенсионеры выразили благодарность главному врачу областной больницы № 14 Дмитрию Суворову и фельдшеру Большеярковского ФАП Ирине Тупиковой.

Следующая остановка была сделана в Ильинской школе.

– Чувствуется, что ильинцы бережно хранят и чтят память о своих земляках, – замечает Валентина Шутова. – Заходишь на территорию школы и видишь бюст Героя России Жумабая Раизова, стенды с лицами Героев Советского Союза, Аллею Памяти.

– Удобные актовый зал и столовая, спортзал со складом, красочные стенды с фотографиями лучших учеников – за всё это можно назвать учебное заведение образцово-показательным, – добавляет Тамара Александровна.

За проведённую экскурсию ветераны благодарны директору Новоселезнёвской школы Елене Дубыниной и заведующей Ильинской школы Татьяне Беловой.

Последним пунктом поездки стало село Афонькино. Здесь экскурсанты побывали в обновлённом доме культуры, где их с хлебом-солью встретили заведующая Екатерина Межецкая и знаменитый ансамбль ложкарей.

– Афонькинский дом культуры сегодня просто не узнать, – говорит Нина Ананина. – В нём тепло, светло и уютно.

– Нам рассказали, что местная библиотека – постоянный участник и победитель областных конкурсов, – вторит ей Тамара Мильченко.

– Прекрасно поставлена работа у заведующей Елены Горловой.

Такие учреждения, в которых создана

располагающая к общению атмосфера, хочется посещать и взрослым, и детям.

Ветеранский актив выражает благодарность главе Казанского округа Татьяне Богдановой и её команде за положительные преобразования, которые произошли на территории муниципалитета в последние годы.

Андрей ЗАДОРОЖНЫХ  
Фото Н. АНАНИНОЙ

**БЕЗОПАСНОСТЬ**

**Нужен в каждом доме**



АДПИ – эффективный прибор для предупреждения и обнаружения возгораний.

Автономный дымовой пожарный извещатель (сокращённо его называют АДПИ) – это специальное устройство, реагирующее на определённый уровень концентрации аэрозольных продуктов горения веществ и материалов. В его корпусе конструктивно объединены автономный источник питания и все компоненты, необходимые для обнаружения пожара и непосредственного оповещения о нём.

На сегодняшний день такой извещатель является одним из наиболее эффективных средств по предупреждению гибели людей на пожарах. АДПИ может реагировать на дым на ранней стадии возгорания и звуковым сигналом своевременно предупреждать жителей об угрозе пожара. Громкость и частота звука извещателя способны разбудить даже крепко спящего человека.

Установка прибора на потолке и стенах не требует прокладки специальных линий пожарной сигнализации и применения дополнительного оборудования. Нужно лишь не реже одного раза в год менять батарейки и периодически продувать пылесосом камеру с оптико-электронным датчиком. Стоимость АДПИ невелика – от 500 рублей, он есть в продаже в различных торговых точках, в том числе на маркетплейсах Wildberries и Ozon. Правила эксплуатации пожарных извещателей достаточно просты, а их стоимость неизменно ниже, чем ущерб даже от самого небольшого возгорания. Установив такой прибор в своём жилье, вы обезопасите не только имущество, но и, самое главное, свою жизнь.

Сотрудники надзорной деятельности и профилактической работы по Казанскому муниципальному району рекомендуют гражданам обеспечить помещения внутри своего дома автономными пожарными извещателями.

Тем не менее, даже при их наличии важно соблюдать правила пожарной безопасности, чтобы не подвергать себя лишнему риску. Будьте внимательны при отоплении своих жилищ, не перегружайте электросеть большим количеством электроприборов, держите подальше от детей взрывоопасные и легко воспламеняющиеся предметы. При обнаружении пожара незамедлительно вызывайте пожарную охрану по телефону «01», с мобильного телефона «101», «112». Ваша безопасность – в ваших руках. Берегите себя и своих близких!

А. НИКУЛИН,  
начальник ОНДиПР  
по Казанскому  
муниципальному району  
Иллюстрация  
предоставлена автором

СООБЩАЕТ ГАИ

## Чтобы вас заметили

В Казанском округе прошли профилактические акции, направленные на обеспечение безопасности пешеходов на дороге.

Ученики начального звена Казанской основной школы приняли активное участие в акции «Засветись и стань заметным». В рамках этого профилактического мероприятия сотрудники Госавтоинспекции провели ознакомительную экскурсию для ребят с ограниченными возможностями здоровья.

Дорожные полицейские рассказали детям, что такое светоотражатель, объяснили принцип его работы, подчеркнув, что светящиеся элементы позволяют водителям транспортных средств заметить пешехода на дальнем расстоянии.

Автоинспекторы провели

ребят по безопасному маршруту вблизи образовательного учреждения, напомнив, что переходить дорогу необходимо по пешеходному переходу и лишь после того, как все машины остановятся. В условиях реального времени присутствующие разобрали различные ситуации, возможные на проезжей части.

Сотрудники Госавтоинспекции вручили юным участникам экскурсии светоотражатели и призвали всегда соблюдать правила безопасности на дороге.

Также автоинспекторы совместно с педагогами и волонтерами центра развития детей организовали акцию «Меня видно» на улицах села Казанского.



Обезопасить юных пешеходов – цель акций Госавтоинспекции

Сотрудники ГАИ и волонтеры напомнили прохожим о необходимости иметь светоотражатели, которые в условиях плохой видимости позволяют пешеходам быть заметными для водителей издалека. Пешим участникам дорожного движения вручили све-

тоотражатели и пожелали безопасных дорог.

**Т. РЫБОЛОВА,**  
инспектор по пропаганде  
безопасности дорожного дви-  
жения ГАИ ОМВД России по  
Казанскому району

Фото автора

## ГЕРОЕВ ВСПОМНИМ ПОИМЁННО

# Поиски увенчались успехом

Родственники участника Великой Отечественной войны, уроженца Казанского района Сафонова Кузьмы Афанасьевича, останки которого были подняты поисковиками почти четверть века назад, нашлись в Ишиме и Московской области.

В 2007 году на адрес Пешнёвской сельской администрации пришло письмо из Великого Новгорода. Новгородская областная общественная организация «Поисковая экспедиция «Долина» извещала главу администрации о том, что в ходе поисковых работ на местах боевых действий периода Великой Отечественной войны в районе деревни Рамушево Старорусского района Новгородской области найдены останки военнослужащего. Вместе с ними был обнаружен медальон с такой информацией: «ФИО: Сафонов Кузьма Афанасьевич; год рождения – 1901; звание: красноармеец; уроженец: Омская обл., Казанский р-н, Пешнёвский с/с., д. Копотилово. Адрес семьи: том же, Сафонова Анна. Призван Казанским РВК».

В письме было указано, что останки погибшего захоронены на братском кладбище в г. Старая Русса Новгородской области, также в нём содержалась просьба о содействии в поиске родных с целью извещения их о месте гибели и захоронения бойца.

Бывший в то время главой администрации Владимир Иванович Мурашевич попросил меня поискать какие-либо сведения об этом человеке. Я побеседовала со всеми жителями деревни Копотилово, носящими фамилию Сафонов, со старожилами, но, к сожалению, никто Кузьму не помнил.

Спустя некоторое время мне удалось найти небольшую зацепку. В Казанском районном архиве, просматривая похозяйственные книги Пешнёвского сельского совета за 1935 год, я обнаружила сведения о семье Кузьмы Сафонова. Оказалось, что он переехал из Копотилово в Пешнёво. В документе, кроме Кузьмы Афанасьевича и его жены Анны (отчество не указано), записаны имена их четырех детей: это Фёкла (1924 г.р.), Ефим (1927 г.р.), Иван (1930 г.р.), Мария (1933 г.р.).

Запросив похозяйственные книги за более поздний период

Анна Сафонова:

  
— Я заинтересовалась историей своей семьи, решила составить генеалогическое древо, пообщалась с родственниками и начала поиски. Всё, что мне потребовалось, чтобы найти информацию, это вбить в поисковую строку «Сафонов Кузьма, Казанский район». Благодаря поисковикам, которые всё выложили в интернет, у меня появилась нужная информация. Спасибо им, они делают важную и нужную работу, чтобы наши предки не были забыты.

Всё, что мне потребовалось, чтобы найти информацию, это вбить в поисковую строку «Сафонов Кузьма, Казанский район». Благодаря поисковикам, которые всё выложили в интернет, у меня появилась нужная информация. Спасибо им, они делают важную и нужную работу, чтобы наши предки не были забыты.

Ей сообщили, что Кузьма Афанасьевич Сафонов, 1901 г.р., красноармеец 384-й стрелковой дивизии, уроженец деревни Копотилово Казанского района Омской области, был убит 15.04.1942 г. и оставлен на поле боя. Найден поисковым отрядом группы «Поиск» города Ярославля 20.08.2001 г. в Старорусском районе Новгородской области, захоронен 26.08.2001 г. в городе Старая Русса.

После этого значимого для Анны события у неё возникло желание обязательно побывать на родине прадеда. Она стала искать в соцсетях информацию о Копотилово, Пешнёво и вышла на библиотекаря Анну Александровну Мураенко. Та дала ей мой номер. Мы поговорили с правнучкой нашего земляка по телефону, а затем решили встретиться. От неё я узнала, что жена Кузьмы Анна Васильевна (девичья фамилия Чварова) была родом из Пешнёво. Её родителей в период коллективизации раскулачили. Анна пережила мужа всего на два года. Вскоре после его гибели она была осуждена за то, что, работая в МТС, унесла домой немного промасленной ветоши для растопки печи. Женщина умерла в заключении в

1944 году.

Без родителей остались четверо детей (дочь Мария умерла ещё в пятилетнем возрасте от малярии). Сын Ефим после призыва в РККА был направлен на Дальний Восток, принимал участие в военных действиях против Японии. После демобилизации жил в Талице Свердловской области, воспитал троих детей. Фёкла, Иван и Фёдор в 1948 году уехали в г. Ишим и больше в Пешнёво не приезжали, так как родственников здесь у них не было. Иван и Фёдор некоторое время жили в детском доме, Фёкла работала. Впоследствии уехала в Ханты-Мансийск а затем — в Киев, там вышла замуж, воспитала троих детей. Умерла в 2017 году. Иван после Ишима тоже жил в Ханты-Мансийске, женился, в браке родились двое детей. Затем уезжал в Казахстан, Узбекистан, вернулся в Ишим, построил дом в Стрехино, умер в 2010 году. Сейчас в доме живёт его сын Константин Сафонов.

Фёдор всю жизнь прожил в Ишиме, воспитал двоих детей, умер в 2012 году. Дети Кузьмы Афанасьевича выросли порядочными трудолюбивыми людьми, отец мог бы гордиться своими детьми и внуками.

Анна в октябре этого года приезжала в Пешнёво. Она побывала в Копотилово — ей хотелось увидеть село, в котором родился её прадед, побывала у памятника погибшим, где есть его фамилия. На кладбище Анна сфотографировала все надгробия с фамилией Сафонов, в Пешнёво прошла той дорогой, которой её прадед ходил на работу в МТС, посетила место, где стоял дом Сафоновых.

Сейчас в планах Анны съездить в Старую Руссу, на место захоронения прадеда Кузьмы. Также она хочет выяснить, где отбывала заключение её прабабушка, где похоронена, изучить свою родословную и найти родственников по линии Сафоновых. Пока она ничего не знает о родителях Кузьмы Афанасьевича, его братьях и сёстрах.

**С. АРЖИЛОВСКАЯ**  
с. Пешнёво  
Фото предоставлено автором

## ЗАМЕТКИ САДОВОДА

### Зимний сад

В декабре в саду необходимо устроить снегозадержание (если снег уже есть): набросать его на пристольные круги молодых деревьев, грядки с зимующими культурами (чеснок, многолетники), клумбы с розами и гортензиями. Это убережёт их от подмерзания.

Для защиты от грызунов требуется сделать обвязку стволов деревьев. Молодые плодовые деревца можно обмотать старыми капроновыми чулками. Снег вокруг деревьев необходимо утоптать — мыши не пролезут под плотной коркой. Если стоит тёплая погода, — установить мышеловки.

Самое время починить и засточить инструмент (секаторы, лопаты, тяпки), смазать металлические части машинным маслом, составить список необходимых к новому сезону семян, развесить кормушки для птиц. Пернатые останутся зимовать и весной почистят сад от вредителей.

В декабре можно посадить зелень на подоконнике: лук на перо, кресс-салат, рукколу, микрозелень. Свежие витамины зимой порадуют.

Сейчас можно заготовить чечевицу — нарезать однолетние побеги яблони, груши, винограда для весенней прививки. Хранить их лучше в погребе, во влажном песке.

В декабрьскую оттепель не стоит паниковать — растения спят и не тронутся в рост. Не нужно снимать укрытия — заморозки ещё впереди.

Светлана СУРОВЦЕВА

## СОВЕТУЕТ СПЕЦИАЛИСТ ВИЧ – не приговор

Современная антиретровирусная терапия (АРВТ) — это высокоэффективное и обычно хорошо переносимое лечение. Оно помогает контролировать вирус, сохранять иммунитет и улучшать качество жизни. Главная цель АРВТ — подавить размножение вируса в крови до неопределенного уровня. Это значит, что современные анализы не могут его обнаружить. Такое состояние не равно полностью излечению, но вирус больше не вредит организму.

«Когда вирус под контролем, иммунная система восстанавливается. Уровень CD4-клеток, которые защищают организм, нормализуется. Под контролем АРВТ ВИЧ-инфекция не переходит в СПИД», — отмечает врач-инфекционист областной больницы №14 (с. Казанское) Ирина Менщикова. Как показывает практика, человек с неопределенной вирусной нагрузкой и регулярной терапией чувствует себя хорошо, может работать, создавать семью, заниматься спортом и путешествовать.

Начинайте лечение как можно раньше. Не ждите, пока иммунитет будет сильно повреждён. Придерживайтесь лечения регулярно, без пропусков. Это важно для вашего здоровья и ваших близких.

ВИЧ — хроническое заболевание, как гипертония или диабет. Лечите его, как и другие хронические болезни.

**Ж. СТРИЖАК,**  
пресс-секретарь ОБ № 14  
(с. Казанское)