

# ЗНАМЯ ТРУДА



Общественно-политическая  
газета Сорокинского района  
Тюменской области

№ 5 (10226)  
17 января  
2026 года

Издается  
с 1 сентября  
1931 года

Подписной  
индекс  
54349

Реклама,  
объявления:  
2-23-30, 2-19-56

**Новости района онлайн:**  
▶ Одноклассники: [ok.ru/soroka.rus](http://ok.ru/soroka.rus)  
▶ ВКонтакте: [vk.com/soroka\\_ru](http://vk.com/soroka_ru)  
▶ радио Сорокино **103,2 FM**

## По пути духовного возрождения

**Крупным планом.** Наставление о смысле праздника и подлинной христианской жизни дал настоятель храма

Главная тема

**"Ты чувствуешь, что ты сделал что-то полезное"**

Это слова военнослужащего с позывным «Апостол», техника по беспилотным летательным аппаратам.

Он защищает Родину с осени 2022 года и уже прошел долгий боевой путь. Сегодня вместе с товарищами он уничтожает вражескую технику с помощью дронов. "Работаем все вместе, сплоченно, у каждого есть свои задачи, и друг друга стараемся поддерживать и помогать. В общем, быть одной командой — это самое классное. Безусловно, это лучшая работа в мире", — делится боец. Напоминаем, в регионе можно подписать контракт с повышенной выплатой в Тюменской области и присоединиться к СВОим! Вы можете получить 3 000 000 рублей от региона и 400 000 рублей от федерального бюджета. В первый год службы их сумма достигает 6 000 000 рублей. Главное — заключить контракт через военкоматы Тюменской области или в пункте отбора в Тюмени.

Также вы можете заключить специальный контракт на службу в войска беспилотных систем, где ваша работа будет проходить вдали от линии фронта. После его окончания вы сможете уйти, если не планируете продолжать службу.

Сделай выбор уже сегодня, встань на защиту Отечества! Защити свое Отечество! Заключите контракт и получите 3 400 000 рублей сразу. Узнать больше о службе по контракту можно: — в сообщениях сообщества: [vk.me/povsktyumen](http://vk.me/povsktyumen) — на сайте: [vk.cc/cKFHDC](http://vk.cc/cKFHDC) — по телефону: +7 (3452) 53-47-91.

Соб. инф.



☒ Перед Крестным ходом у Церкви Введения во храм Пресвятой Богородицы/ ФОТО: АРХИВ

**Настоятель храма священник Владимир Сергеев**

**Дорогие братья и сестры, сегодня мы празднуем один самый почитаемых праздников Крещение Господне.**

Праздник Крещения Господа — событие особенное и важное. Оно призывает нас вспомнить собственное Крещение не просто как традицию, а именно как глубокое таинство нашего духовного возрождения и единения со Христом. Такое соединение с Ним не совершается момен-

тально, будто бы человек выходит из купели уже совершенно преображенным. Напротив, облачение во Христа представляет собой путь длиною в целую жизнь, сопровождаемый трудностями, испытаниями и внутренними усилиями, ведь принятие Христа означает постоянное противостояние греховным желаниям, ложным представлениям и многим другим вещам, отдаляющим нас от Бога. Этот духовный процесс продолжается непрерывно вплоть до последнего вздоха.

Только тогда наша вера станет

подлинной и активной, когда добрые дела станут совершаться свободно, добровольно, по искреннему движению души, а не по обязанности или внешнему принуждению, поскольку добродетель, совершаемая по приказу, утрачивает истинную ценность и становится простой обязанностью. Полноценная христианская жизнь возможна исключительно тогда, когда мы следуем ей естественным образом, по собственному сердечному порыву и внутренней потребности, исполняя заповеди Божьи искренне и радостно.

Пусть торжество Богоявления укрепит нашу решимость оставаться верными Тому, Кто принял нас в Своё сердце через святое Крещение, и пусть эта преданность сохраняется неизменно до последних дней нашей земной жизни. Сердечно поздравляю всех вас с праздником Крещения Господня!

В этот день мы всегда устремляемся в храм, чтобы набрать крещенской воды и как всегда, по уже сложившейся традиции, крещенскую воду в храме можно будет набрать до 30 января.

**Погода в районе**  
gismeteo.ru

СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
17 января	18 января	19 января	20 января
-15 -118	-14 -18	-17 -19	-23 -26

# Красота обряда и цена безрассудства

**Безопасность.** Экспертные рекомендации по крещенским купаниям дают специалисты

■ Крещение Господне - один из двенадцати главных христианских праздников, который православный мир отмечает 19 января. Ежегодно празднование Крещения сопровождается массовое купание в проруби.

Региональные и федеральные ведомства информируют о том, где будут оборудованы купели и как будет обеспечена безопасность участвующих в мероприятии людей. Празднование Крещения часто совпадает с морозами, которые потому и стали называть «крещенскими». Морозы в разные годы приходят раньше или позже в зависимости от формирования циклонов и антициклонов, а холода с датой праздника Крещения связывают лишь народная примета и особенности климата на большей части страны. На самом деле бывает, что 18-19 января, наоборот, случается оттепель.

В ночь с 18 на 19 января, а также в течение трёх следующих дней все желающие могут окунуться в ледяную воду. При этом церковный устав не регламентирует купание на крещение, то есть не обязывает верующих совершать данный ритуал.

При интенсивном контакте с ледяной водой организм испытывает шок, когда скорость охлаждения тела выше, чем скорость выработки им тепла. Под влиянием этого процесса сосуды резко сужаются, выделяется гормон адреналин, который организм продуцирует в ситуации стресса. Это проявляется в резком учащении пульса



☉ К Крещенским купаниям нужно тщательно подготовиться/ ФОТО: АРХИВ

и скачке артериального давления, может начаться приступ судорожного дыхания.

Затем начинается расслабление сосудов, усиливается кровоток, человек чувствует расслабление, подъём сил.

Решать, погружаться ли в купель на Крещение, только вам, однако прежде чем принять решение, взвесьте все за и против, но врачи же сходятся во мнении: без опыта или предварительной подготовки погружаться в прорубь не стоит.

Если вы уверены, что погружение в прорубь вам не навредит, необходимо правильно подготовиться, а также соблюдать ряд рекомендаций.

-за час до планируемого погружения поешьте, чтобы у организма был запас энергии;

-не употребляйте перед купа-

нием алкоголь;

-сделайте небольшую разминку: несколько приседаний и наклонов, махи руками. Тело должно быть разогретым;

-подходите к проруби медленно, в удобной нескользящей обуви - подойдут пляжные резиновые тапочки. В них же лучше заходить в воду, чтобы не травмировать ноги и не потерять чувствительность;

-когда настанет ваша очередь окунуться, заходите в воду резко, не раздумывая долго, но не ныряйте в прорубь, тем более с головой — это, увеличит потерю тепла и усилит холодовой шок;

-перед погружением задержите дыхание, чтобы его не перехватило;

-находиться в проруби нужно не более минуты, а если вы по-

гружаетесь впервые, то достаточно 15-20 секунд;

-выйдя из воды, обсушите тело полотенцем, оденьте сухую и теплую одежду, надевайте одежду, сохраняющую тепло, свободную, не стесняющую движений и не сдавливающую тело.

-выпейте горячий безалкогольный напиток.

Кому нельзя окунуться в ледяную воду?

Не рекомендуется погружаться в прорубь беременным и кормящим женщинам, людям старше 65 лет. Также есть ряд диагнозов, при которых нырять в прорубь категорически нельзя, в противном случае последствия для здоровья могут оказаться печальными, также врачи не одобряют купание в проруби детей, особенно в возрасте до 7 лет, поскольку их организм имеет несовершенную систему терморегуляции. Переохлаждение может спровоцировать респираторные заболевания и даже воспаление лёгких, а также мгновенные негативные реакции - задержку дыхания, паническую атаку, остановку сердца.

Таким образом, соблюдение этих простых правил позволит избежать обморожения и причинение вреда здоровью. Уважаемые участники крещенских купаний! Убедительно просим вас соблюдать правила поведения на водоёме в период проведения крещенских купаний!

Будьте бдительны и аккуратны! О происшествиях сообщайте по номерам телефонов 101, 112.

**Сектор ГО и ЧС Сорокинского муниципального округа**

## Второй шанс на добрую службу

**Актуально.** Как правильно сдать новогоднее дерево на утилизацию и помочь сделать село чище

Ксения Березина

■ Подошли к концу новогодние праздники — время ярких огней, праздничного настроения и уютной лесной гостии в каждом доме.

Теперь перед жителями встаёт привычный вопрос: куда отнести отслужившую своё ёлку?

Администрация округа предлагает простое и полезное решение: не выбрасывать дерево в мусорный бак, а сдать его на утилизацию. В этом году пункт сбора открыт в селе Большое Сорокино по адресу: ул. Мира, 101Б (гаражи администрации).

Принять ёлку у вас готовы с 15 по 31 января — только по рабочим дням. Перед сдачей не забудьте снять с ветвей все украшения: мишуру, гирлянды, игрушки и прочие элементы праздничного декора.

Такая забота о природе помогает сделать наше село чище и даёт дереву вторую жизнь: утилизированные ёлки превращаются в полезное сырьё. Присоединяйтесь к экологической инициативе — вместе мы сохраним уют и порядок в родном крае!

По всем вопросам можно обратиться по телефону: 8-982-946-33-26.



☉ Утилизируйте новогоднюю красавицу по правилам/ ФОТО: АРХИВ

### В области

**В регионе в мессенджере МАХ запущен чат-бот по вопросам контрактной службы**

**Теперь жители региона могут сразу получать ответы в удобном формате, не выходя из дома. Цифровой помощник можно найти по ссылке.**

Чем может помочь чат-бот:

- расскажет об условиях и преимуществах контрактной службы;

- поможет направить заявку;

- ответит на вопросы по процедуре и требованиям.

- Заместитель губернатора Тюменской области, директор департамента информатизации Тюменской области Станислав Логинов:

"Цифровые помощники становятся частью нашей повседневной жизни и современной инфраструктуры для взаимодействия в регионе. Данный сервис позволяет человеку получить нужные разъяснения без лишних ожиданий и ограничений. Мы одни из первых запустили такие сервисы на национальной платформе МАХ".

Также узнать больше о службе по контракту можно:

- в сообщениях сообщества во ВКонтакте;

- на сайте;

- по единому номеру 117.

В Тюменской области одна из самых высоких в стране

выплат при заключении контракта. 3 400 000 выплачивается тем, кто заключит контракт с Минобороны РФ именно в военкоматах Тюменской области или в пункте отбора на военную службу по контракту в Тюмени (ул. Республики, 2/1).

Культура

**Программу «Мы помним Ленинград» подготовят работники культуры**

27 января в Центре культурного развития имени И. Т. Гейко пройдёт памятная программа, посвящённая подвигу блокадного Ленинграда. Гостей ждут тематические площадки: поэзия о блокаде, истории детей Ленинграда, документальная выставка «125 граммов» и мемориальное искусство. Завершится программа литературно-музыкальной композицией о силе человеческого духа. Возрастное ограничение — 12+.

Соб. инф.

QR- для под газет о



Еще б инф на наш sorokin



Бол нов в на груп соц

Бол фот нашен