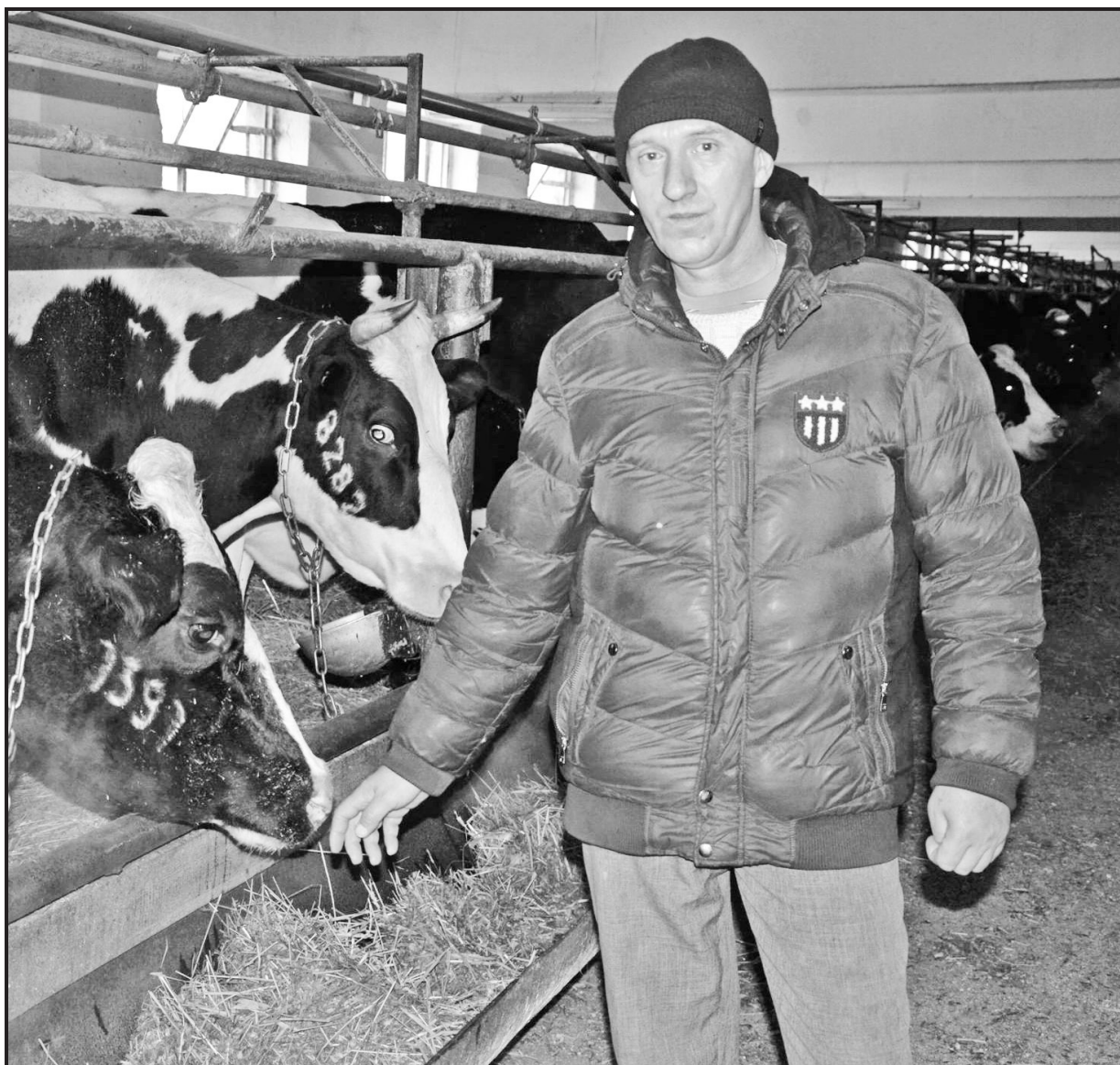


ЧЕЛОВЕК НА СВОЁМ МЕСТЕ

АКТУАЛЬНО

## Вывел ферму в передовые



Леонид Иванович ПЕТРУНИН в «Маяке» работает давно. Можно сказать, старожил. Пришёл в начале января 1999 года простым рабочим в подразделение агрокомплекса «Маяк – Песчаное». Проработал несколько лет и был переведён на должность заместителя начальника Шагаловского молочно-товарного комплекса, потом начальником МТК. И вот уже несколько лет (начиная с 2011 года) Леонид Иванович Петрунин работает бригадиром животноводства подразделения «Маяк – Песчаное». Понятное дело, что должность эта требует большого профессионализма, опыта, знания всех тонкостей животноводческого дела. Л.И. Петрунин руководит одной из передовых ферм «Маяка».

За 2016 год песчановские животноводы добились хороших показателей: надоено семь с половиной тысяч килограммов молока от фуражной коровы. На Песчановской ферме нет такого заболевания, как лейкоз крупного рогатого скота.

Леонид Иванович Петрунин, по мнению коллег, – серьёзный ответственный человек, требовательный руководитель. Это подтверждают и его награды. Он неоднократно поощрялся администрацией ЗАО «Агрокомплекс «Маяк» почётными грамотами и денежными премиями, а в 2008 году Леонид Иванович награждён Почётной грамотой Тюменской областной Думы.

Тамара НОСКОВА  
Фото автора

В НЕСКОЛЬКО СТРОК ОБО ВСЁМ

### Осторожно: мошенники!

Сотрудниками полиции Казанского района совместно с волонтерами Ильинской средней общеобразовательной школы около пограничного пункта пропуска возле села Ельцово была проведена профилактическая акция «Трасса без ДТП» для водителей, пересекающих границу. В ходе акции стражи правопорядка также рассказали присутствующим о мобильном и других видах мошенничества, о схемах, с помощью которых мошенники пытаются обмануть добросовестных граждан. Зафиксированы случаи, когда преступники под видом работников какой-либо социальной службы приходят в дома к пожилым людям и обменивают крупные купюры на банкноты якобы нового образца. Полицейские также разъяснили меры предосторожности при покупках через Интернет.

### Борьба с мусором

Весной 2017 года на территории Тюменской области начнётся строительство мусоросортировочных заводов. Как рассказал начальник регионального управления водных ресурсов и мониторинга департамента недропользования и экологии Александр Рейн, под возведение четырёх объектов сформированы земельные участки в Тюмени, Тобольске, Ишиме и Ялуторовске. «Проектная документация прошла все стадии экспертизы, в том числе государственной экологической, и весной текущего года будет начато строительство данных объектов», – заверил Александр Рейн. Также известно, что в регионе построят электрическую газотурбинную станцию, которая поможет утилизировать попутный газ и сократить выбросы загрязняющих веществ.

### Молодёжный рейтинг

Тюменская область заняла третье место в рейтинге регионов в сфере эффективности реализации молодёжной политики за 2016 год. Рейтинг подготовило Федеральное агентство по делам молодёжи.

Список возглавили Санкт-Петербург (84 балла), Ленинградская область (82 балла), следом идут Тюменская область и Красноярский край (по 81 баллу). По словам начальника управления молодёжных и профилактических программ Оксаны Савиновой, использование самых разнообразных, востребованных и воспринимаемых молодёжью форм работы, технологий социального партнёрства с молодёжными сообществами в реализации ключевых проектов позволило региону выйти в лидеры рейтинга.

Информации подготовил  
Артём ТАГИЛЬЦЕВ

## Ожидается большой паводок

Губернатор призвал земляков готовиться к большой воде

Дополнительные меры защиты населённых пунктов от паводка примет правительство Тюменской области весной 2017 года. Об этом на пресс-конференции сообщил губернатор Тюменской области Владимир Якушев.

Однако он подчеркнул, что оградить дамбами каждый населённый пункт невозможно. По словам губернатора, в правительстве Тюменской области в курсе, где находятся зоны подтопления, в каких местах необходимо в первую очередь возвести защитные сооружения. Главной задачей региональные власти видят обеспечение продуктами и медикаментами населённых пунктов, которые окажутся в зоне подтопления, а также доставку детей в школы. «По возможности люди должны сами заботиться о том, как защитить свои жилища. К этому надо готовиться», – сказал губернатор.

Добавим, что [паводок в Тюменской области в 2017 году может оказаться более существенным, чем годом ранее](#). Об этом свидетельствуют гидрогеологические исследования, проведённые в регионе. Анализ проводился на пяти наблюдательных полигонах государственного мониторинга подземных вод – Тура-Тавдинском, Тобольском, Ишимском, Демьянском и Речкинском. С 2014 года на большей части изучаемой территории намечился очередной многолетний цикл подъёма уровня подземных вод, который продлится, по прогнозным данным, в течение 11 лет.

В 2016 году паводок в Тюмени [стал третьим по силе с момента наблюдений](#). Но больше всего в регионе от большой воды [пострадал Ишим](#).

Вслух.ру

## Горячие линии

Консультационный пункт по защите прав потребителей филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области» в г. Ишиме, Ишимском, Абатском, Викуловском, Сорокинском районах в рамках мероприятий, посвящённых Всемирному дню защиты прав потребителей, в 2017 году проводит тематические горячие линии:

20 и 21 февраля – для потребителей транспортных услуг;

28 февраля – 1 марта – для потребителей услуг ЖКХ;

2 и 3 марта – для потребителей туристических услуг;

9 и 10 марта – для потребителей финансовых услуг.

Справки по телефону 8(34551) 2-32-84, посредством электронной почты [konscgishim@mail.ru](mailto:konscgishim@mail.ru) либо по адресу: г. Ишим, ул. Ленина, д. 28, 3 этаж.

В. ПЛЕСОВСКИХ,

юрисконсульт филиала центра гигиены и эпидемиологии в г. Ишиме

АНОНС

## Вниманию избирателей

**21 февраля в 13 часов** в здании районной администрации начнётся приём граждан по рассмотрению обращений, предложений и пожеланий избирателей к депутату Тюменской областной Думы В.И. Ульянову. Предварительно записаться можно по телефону 4-11-72. Приём ведёт помощник депутата Тюменской областной Думы Андрей Анатольевич Горбунов.

Соб. инф.

## Врачи из Тюмени

**28 февраля** в здании поликлиники областной больницы № 14 (село Казанское) будет работать бригада специалистов из Тюменского государственного медицинского университета в составе следующих врачей: пульмонолог, ревматолог, гастроэнтеролог, эндокринолог и два кардиолога. Предварительная запись производится в регистратуре поликлиники. Приём будет вестись с **11 до 19 часов**. Обеденный перерыв с 12 до 13 часов.

Соб. инф.

ВАШ ВОПРОС – НАШ ОТВЕТ

## Почему начислили меньше?

– В районной газете «Наша жизнь» за 15 февраля (№13) была опубликована заметка «Доплата к пенсии». В ней говорилось о том, что неработающим пенсионерам, чей совокупный доход ниже 8540 рублей, будет выплачиваться федеральная социальная доплата к пенсии в размере 2118,12 рубля. Почему-то мне начислили меньше.

В.К.

с. Казанское

На вопрос отвечает начальник управления Пенсионного фонда в Казанском районе **Ирина Николаевна ЛЫСЕНКО**:

– Федеральная социальная доплата к пенсии не является фиксированной суммой. В среднем по области она составит 2118,12 рубля, но может быть и меньше. Величина доплаты будет зависеть от размера назначенной пенсии. При подсчёте общей суммы материального обеспечения пенсионера учитываются суммы назначенной пенсии, ежемесячной денежной выплаты (с учётом стоимости набора социальных услуг), дополнительного материального обеспечения, а также иных мер социальной поддержки (помощи), установленных законодательством Тюменской области, в денежном выражении.



## ДЕЛА КРЕСТЬЯНСКИЕ

# Свои кадры надёжнее

В машинно-тракторной мастерской агрофирмы «Новоселёзно» с утра до вечера слышится стук по железу. Сразу после новогодних каникул здесь активно стартовала подготовка техники к весенне-полевые работы: идёт ремонт сеялок, борон, тракторов и автомобилей. В начале рабочего дня бригадир хозяйства Юрий Зайко даёт разнарядку механизаторам: кого-то отправляет кормить скот на ферму, кого-то — в бригадный гараж, а кого-то — в мастерскую, чтобы отремонтировать технику. За каждым механизатором закреплён трактор, на котором он выедет весной в поле. 60 единиц технического парка агрофирмы (МТЗ, К-700, Т-25, комбайны и прицепной инвентарь) обслуживают 30 постоянных работников. Есть опытные товарищи, которые всегда готовы помочь словом и делом, — это такие, как Олег Петунин и Анатолий Санников, есть совсем молодые парни.

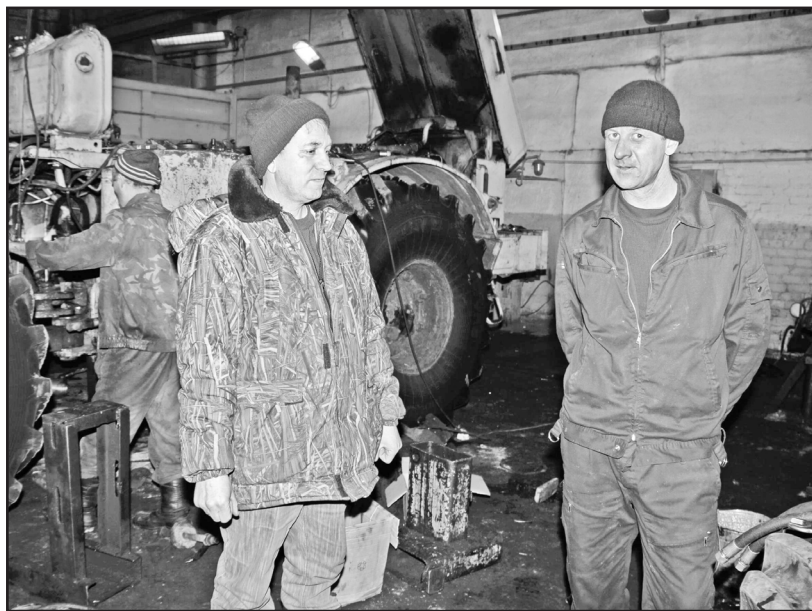
— С кадрами проблема существует, — сетует Юрий, — наше транспортное отделение укомплектовано лишь на 70 процентов. Да и начинающие сотрудники не те, что раньше — многому приходится обучать. Только притрутся, чему-то научатся — бегут в более хлебное место. А так к нам приходят работать отовсюду: из Новоселёзно, Казанского, Яровского. Задерживаются единицы — те, у кого рядом родители, дом, семья.

Ю.В. Зайко в должности бригадира недавно, работу свою знает с азов, так сказать, с болтика. В 1992 году Юрий окончил местное профессионально-техническое училище по специальности «тракторист-машинист». На тот момент у него уже был небольшой опыт ремонтных и полевых работ в колхозе имени Ленина, отделении №2. Тогда практика в хозяй-

стве была за правило и, беря механизатора в штат, у бригадира уже имелось представление, на что он способен. Первые шаги в профессии Юрий совершал в мастерской: взял старенький трактор ЮМЗ-6, довёл его до рабочего состояния и стал выполнять на нём мелкие поручения — привезти сено, солому. За 5 лет он вырос до классного мастера своего дела. В 2001 году поднаревший в технике Зайко сел на свой первый комбайн «Енисей-1200» и участвовал в своей первой убороч-

пока не получил ещё более современный уборочный агрегат — «Агрос-530».

За годы, пока он тянул лямку механизатора, произошло много перемен: сменился общественно-политический строй, колхоз имени Ленина реорганизовался в агрофирму «Новоселёзно». Сам Юрий за это время освоил все виды работ на самых разнообразных видах сельскохозяйственных машин: боронил, сеял, косил, молотил. За свой нелёгкий труд в 2006 году он был на-



В ремонтном цехе агрофирмы «Новоселёзно» идёт подготовка техники к весенне-полевым работам

ной страде. Этот момент с улыбкой вспоминает управляющий В.В. Гейденрейх: «В тот день у меня было трое учеников: Ельцов, Куроптев и Зайко. Времени в обрез — уборочная. С каждым сажусь в комбайн, показываю, где что находится, прохожу по 2 метра — дальше сам». В 2005-м «Енисей» сменил новенький «Дон-1500», на нём механизатор Ю.В. Зайко молотил до 2011 года,

граждён почётной грамотой главы региона. В мае 2016 года руководство агрофирмы доверило Юрию Викторовичу весь технопарк, назначив бригадиром тракторной бригады. Теперь он отвечает за состояние всей техники хозяйства и работу доверенных ему людей, сам учит начинающих механизаторов, помогает советом и более опытным товарищам. «Мастер-универсал — зо-



Юрий Зайко вместе с супругой Натальей

лотые руки», — хвалит его управляющий.

По словам управляющего агрофирмы «Новоселёзно» В.В. Гейденрейха, в то время, когда он сам начинал с должности бригадира, в колхозе имени Ленина было три отделения: №1 «Зимиха», №2 «Селёзно» и №3 «Шадринка». В каждом отделении — свой бригадир, бухгалтер и управляющий. Сейчас всё по-другому. Механизаторов в разы меньше, чем тогда, хотя техники столько же.

— На период весенних и осенних полевых работ нам приходится набирать людей со стороны, — рассказывает Валерий Вальдемарович, печальась по поводу нехватки кадров. — Нагрузка на каждого работника громадная. Если зимой я ещё могу дать сменщика, летом о выходном и мечтать нечего.

Большинство работников агрофирмы — выпускники здешнего училища. Кто-то приходит на время, кто-то закрепляется на десятилетия. В прошлом году окончил училище приёмный сын Юрия Алексей Тюриков. Алексей пополнил ряды механизаторов родного хозяйства.

В сельхозпредприятии Юрий Зайко с 17 лет, здесь вырос как личность. В родном селе и семьёй обзавёлся. С супругой Натальей он знаком с детства, их дома «дружили» огородами. Молодые люди долго не обращали внимания друг на друга, присмотрелись на ферме, работая бок о бок. Наталья — передовая доярка агрофирмы. Кроме сына Алексея, в семье Зайко растут две дочки-красавицы Диана и Полина. Полина учится в первом классе, Диана — в восьмом. Диана увлекается лыжами. Юная лыжница уже имеет медали, завоеванные на районных и областных соревнованиях. Трудовые традиции закладываются в семье. Отчим Юрия Николай Иванович Первухин всю жизнь проработал трактористом в селёзновском колхозе. Мать Татьяна Устиновна Зайко была телятницей. Так что можно говорить о трудовой династии, работающей на благо агрофирмы «Новоселёзно». Больше бы таких своих мастеров широкого профиля!

Людмила НИКИФОРОВА  
Фото автора

## 17 ФЕВРАЛЯ — ДЕНЬ РОССИЙСКИХ СТУДЕНЧЕСКИХ ОТРЯДОВ

## Школа жизни и время романтики

Студенческое строительное движение в нашем регионе началось в далёком 1965 году. На стройки Западной Сибири впервые приехали отряды из Москвы, Ленинграда, Киева, а на следующий год к ним присоединились студенты тюменских вузов.

Несколько десятков лет стройотряды возводили в регионе жилые дома и детские сады, строили дороги и автомагистрали. Студенческая молодёжь стала одним из активных участников освоения нефтегазовых месторождений области.

Юрий Константинович Барабанщиков дважды был участником студенческого строительного отряда. Он учился в Тюменском индустриально-строительном институте (ТИСИ) с 1977 по 1981 годы.

В 1978 году их отряд «Зодчий», состоящий из трёх десятков студентов института, выехал в город Сургут. Отряд на 90 процентов состоял из парней. Девушек было мало, брали их в основном поварами. Два месяца молодёжь занималась обустройством компрессорной станции. Жили в палатках.

Второй раз это случилось в 1980 году. Тогда четверокурсникам необходимо было пройти практику. Для этого каждый набирал бригаду из ребят, обучающихся в других институтах. Юрию Барабанщикову достались студенты нефтегазового института. Вместе с ними он отправился в Нефтеюганск, теперь уже в качестве мастера. В течение меся-



Ю.К. Барабанщиков с ностальгией вспоминает студенческие годы

ца студенческий отряд трудился на различных строительных работах, а жили студотрядовцы в школьном спортзале.

В трудные 90-е годы студенческие строительные отряды, внесшие огромный вклад в создание нефтегазового комплекса, прекратили своё существование, но в 1999 году в Тюменской области началось их возрождение.

Сегодня студенты тюменских вузов трудятся вожатыми и воспитателями в детских оздоровительных лагерях России, работают проводниками поездов, офици-

антами и барменами в тюменских ресторанах, занимаются оцифровкой редких печатных изданий в информационно-библиотечном центре Тюменского государственного университета, пробуют себя в бухгалтерии, консалтинге, отделе регистрации и отделе аудита, а также трудятся на строительстве дорог и новых железнодорожных веток в северных районах области.

Илья Бабин — выпускник Казанской школы 2012 года, студент 5 курса Ишимского педагогического института. Прошлым летом он в составе студенческого строительного отряда «Рекорд» трудился на строительстве дорог на Бованенковском месторождении (Ямал). Отряд насчитывал сотню человек и был сформирован из студентов Ишимского пединститута и Тюменского лесотехнического техникума. Командиром отряда был студент спортфака Ишимского пединститута Алдияр Таракисев.

Как рассказал Илья, автобусами ребята добрались до Уфы, а уже оттуда самолётом — к месту назначения. В Уфе молодые люди прошли медосмотр и инструктаж. Их снабдили всем необходимым и выдали униформу. Каждый получил по два комплекта летней рабочей одежды и один комплект зимней, ведь погода на Севере даже летом неустойчива. Жили студотрядовцы в общежитиях для вахтовых рабочих. Ребята укладывали тротуарную плитку на территории завода. За два меся-



Илья БАБИН, студент пятого курса Ишимского педагогического института:

— Я считаю, что в годы учёбы в вузе каждый имеет возможность лучше узнать себя и немного подзаработать, записавшись в студенческий строительный отряд. Физический труд в условиях Крайнего Севера позволяет почувствовать себя самостоятельным и ответственным. К тому же это отличный повод испытать себя и физически, и морально.

Я рад, что не упустил свой шанс. За два месяца я приобрёл огромный опыт, узнал много нового из общения с людьми, посмотрел мир.

ца — июль и август — они выполнили достаточно большой объём работ.

Светлана ЗВОРЫГИНА  
Фото автора и из архива И. БАБИНА

## РЕФОРМА ЖКХ

## Вопросы модернизации

В Совете Федерации состоялось расширенное заседание комитета по федеративному устройству, региональной политике, местному самоуправлению и делам Севера на тему «Актуальные вопросы государственной жилищной политики и модернизации жилищно-коммунального комплекса в Тюменской области».

С основным докладом выступил заместитель губернатора Тюменской области Вячеслав Вахрин.

В ходе дискуссии представители региона выступили с инициативой брать штрафы за перепланировку помещений не только с физических, но и с юридических лиц. Как отметил заместитель губернатора Тюменской области Вячеслав Вахрин, необходимо внести соответствующие изменения в Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.

«Мы не просто предлагаем это сделать, а подготовили конкретный проект закона, согласно которому юридические лица должны будут платить штраф за перепланировку без соответствующих разрешений любых помещений, не относящихся к общему имуществу собственников помещений многоквартирного дома», — сказал представитель субъекта.

По итогам заседания члены Комитета СФ приняли решение рекомендовать Министерству строительства и жилищного-коммунального хозяйства РФ подготовить изменения в законодательство, направленные, в частности, на совершенствование системы предоставления услуг ЖКХ в субъектах Федерации.

www.nashgorod.ru





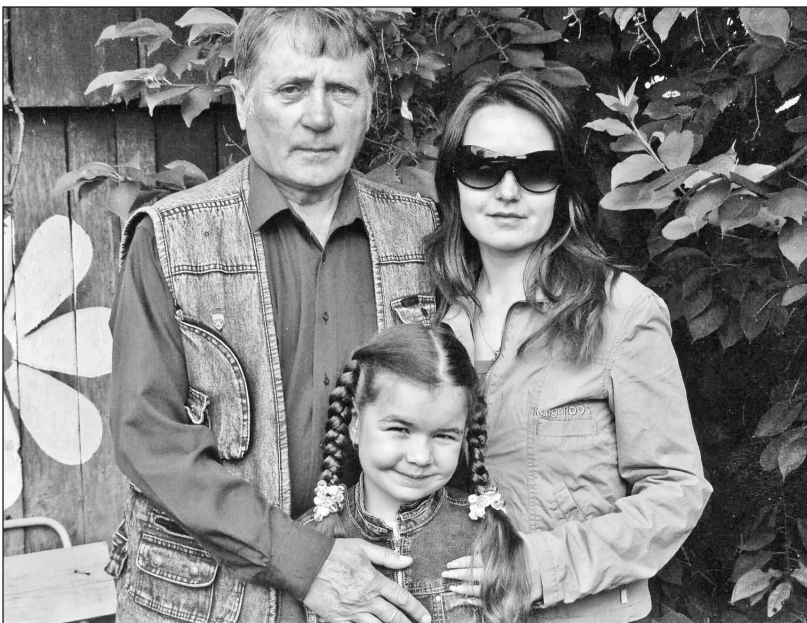


## ЮБИЛЕИ-ЮБИЛЯРЫ

# Старость его дома не застанет

Глядя на этого стройного подвижного человека, сложно поверить, что 19 февраля ему исполняется 70 лет. Жизнерадостный, коммуникабельный, ответственный, беспокойный, отзывчивый, доверчивый, доброжелательный, гостеприимный. Все эти качества присущи Анатолию Михайловичу Ведищеву. Со стороны кажется, что в жизни у него нет никаких проблем, всё у него легко и просто. И мало кто знает, что у этого человека далеко не простая судьба. Несмотря на все её превратности, он стал таким, каким мы его знаем.

Так уж случилось, что не знал Анатолий в своей жизни ни материнской любви и ласки, ни родительской заботы и тепла. Свою маму Марию Михайловну Ведищеву он знает только по фотографиям, которые бережно хранит в своём альбоме. Когда Толику (так звали его в детстве) было 7 месяцев, мама трагически погибла на железной дороге в г. Петропавловске, а отец Михаил Сергеевич Крючков вскоре обзавёлся новой семьёй. Воспитанием Толика занялись бабушка и дедушка (родители мамы). До десяти лет он жил с ними в д. Лебедево, где закончил 4 класса. В пятый класс школы он пошёл в г. Ишиме, куда переехал с бабушкой, дядей и его женой. Жили в одной тесной комнатенке в деревянном продуваемом бараке. Спать ему приходилось на холодном полу. Жили бедно, одежду донашивал после взрослых мужчин, поэтому в школе на мальчонку сразу обратили внимание. Директор школы как-то поинтересовался у Толика о житье-бытье и предло-



Анатолий Ведищев с дочерью Марией и внучкой Светланой

жил ему пожить в детском доме. В детском доме Толику понравилось: здесь у него была своя кровать, хорошо кормили, хорошо одевали. А ещё в детском доме никто никого не обижал. В школе детдомовские ребята горой стояли друг за друга. После окончания восьмого класса Толя, как и его сверстники, поступил в Ишимское профессиональное училище, получил специальность каменщика и даже успел поработать на строительстве жилого дома. В 1966 году был призван на службу в армию, где прослужил 3 года. После демобилизации, немного поработав на Омском телевизионном заводе, уехал с друзьями на работу в Магаданскую область, посёлок Отрожный. Там он обрёл новых дру-

зей, семью. Там же родились двое его замечательных детей – сын Максим и дочь Мария. 28 лет отработал Анатолий Михайлович в золотодобывающей промышленности. Трудился в должности съёмщика металла, впоследствии приходилось выполнять и другие работы в этих сложных, суровых условиях севера. И не случайно люди, проработавшие в особых условиях Крайнего Севера, знают цену дружбе, взаимопомощи, сплочённости, доброте и дорожат этими качествами на протяжении всей жизни. Случайные люди там не приживались – уезжали. В 80-е годы прииск, где работали золотодобытчики, стал перспективным, и рабочие стали разъезжаться по всему белу свету.

По ряду причин распался брак Ведищевых. Анатолий Михайлович почти 9 лет прожил один, а в 1997 году приехал в гости к родным в Казанское, где его познакомили с Людмилой Николаевной. Пригласилась Михайловичу эта неугомонная женщина, пришлось под стать ему. И вот уже 19 лет они вместе: ведут совместное хозяйство, занимаются огородничеством и садоводством. Летом двери их дома не закрываются: приезжают сын Максим с семьёй из Анадыря, дочь Маша из Курска, внуки и дочь Людмилы Николаевны Лиля из Тюмени, многочисленные родственники из Петропавловска, друзья.

Самым надёжным и верным другом в Казанском Анатолий Михайлович считает Владимира Долгушина, с которым они и машину починят, и на рыбалку съездят, и на солёном озере грязью полечатся.

А однажды произошёл такой судьбоносный для Анатолия случай. Поехали они с Владимиром в Новоселезнёво к одному мужику за горбунами, чтобы было с чем на рыбалку ехать. Приехали, познакомились, разговорились. Фамилия у Виктора (так звали нового знакомого) – Крючков, как у отца Анатолия. В ходе дальнейшего разговора выяснилось, что и отчества у них одинаковые – Михайловичи. Когда разобрались, стало ясно, что Виктор Михайлович Крючков и Анатолий Михайлович Ведищев – родные братья по отцу. Вот так жили два брата практически в одном селе и не подозревали о существовании друг друга. Теперь они по-родственному общаются, ездят в

гости, обмениваются телефонными звонками, справляются о здоровье.

Благодаря социальным сетям, нашлись и его детдомовские друзья. Сейчас они не только общаются по телефону или по скайпу, но и навещают друг друга. В этом их поддерживают мудрые жёны. Нашлись и те друзья, с которыми он работал на Чукотке. Куда только их не забросила судьба. Один живёт в Канаде, другой – в Израиле, третий – в Абхазии, четвёртый – на Украине. Ведищеву звонят из Иркутска и Хабаровска, Самары и Новгорода, Ростова и Новосибирска. Звонят с разных уголков ближнего и дальнего зарубежья. Он всем рад, дорожит их дружбой.

Много ещё у Анатолия Михайловича жизненной энергии. Раскидать ему некогда: он председатель первичной ветеранской организации, а это тоже ответственная работа. Надо поздравить ветеранов с днём рождения, принять участие в различных мероприятиях. Не отказывает он в помощи и одиноким соседкам, которые просят траву скосить, за продуктами свозить. Заботится и о своей тёте Лидии Михайловне Долгушиной, родной сестре его мамы. А с приходом весны не даёт ему покоя любимая жена: то грядку надо вскопать, то цветник разбить, то уличную беседку обустроить, в общем, скучать Анатолию не приходится. Уважает Михаила вся многочисленная родня, соседи.

Свой 70-летний юбилей Анатолий Михайлович отметит в городе Курске в кругу семьи дочери Марии. Но, немного погостив там, поспешит вернуться в родной Казанский район.

**Вера САМУЛЕНКО**  
Фото из семейного архива ВЕДИЩЕВЫХ

## ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

## Укрепляем здоровье, весело отдыхаем

Наша группа «Здоровье» организовалась по инициативе Валентины Васильевны Зениной. Она договорилась с инструктором по лечебной физкультуре Натальей Михайловной Шапталой о проведении занятий с пенсионерами, и эта молодая женщина по доброй воле безвозмездно стала с нами заниматься. Валентина Васильевна приглашала в группу женщин, желающих заниматься физическими упражнениями для поддержания своего здоровья. Давно известно, что физическая активность важна для человека в любом возрасте. Спортивные нагрузки помогают держать себя в форме и не болеть. Со временем наша спортивная группа окончательно сформировалась из людей, не равнодушных к спорту и своему здоровью.

И вот уже девятый год мы с желанием занимаемся лечебной физкультурой. За эти годы мы сдружились и стали одной большой семьёй.

Обычно наши занятия начинаются с измерения артериального давления. Это нужно для того, чтобы инструктор определил, какую нагрузку дать, какие упражнения выбрать каждому. Наталья Михайловна внимательно следит за этим. На каждом занятии мы стараемся правильно выполнять упражнения для шейного, грудного, поясничного отделов позвоночника, суставов, учимся правильно дышать и следить за своей осанкой, так как от всего этого зависит работа внутренних органов. После занятия снова измеряется артериальное давление. Потом мы с удовольствием пьём травяной чай, способствующий оздоровлению организма. Собираемся мы один раз в неделю. В остальные дни организовываем прогулки



Свежий воздух, красивая природа, доброжелательное окружение, посильные физические нагрузки – всё это поднимает настроение и улучшает самочувствие

на свежем воздухе.

Одно из наших достижений – это участие в презентации «Мы – за здоровый образ жизни», которая проходила в городе Тюме-

ни. Нашу делегацию возглавляла старшая медсестра районной больницы Ирина Викторовна Янминкуль и инструктор по лечебной физкультуре Наталья Михайловна

Шаптала. В данную презентацию скандинавской ходьбы они вложили много труда и выдумки, поэтому мы выглядели неплохо, и организаторы нас похвалили. Под ру-

ководством Натальи Михайловны наша группа участвовала во всероссийской зарядке, а также в акции поддержки паралимпийцев, которые выступали в Сочи. В зимнее время в лесной зоне мы охотно занимаемся скандинавской ходьбой. Для нас проводят беседы врачи и психологи.

В качестве награды за нашу активность главный врач областной больницы №14 (с. Казанское) отправила всю группу в Ильинскую больницу для профилактического лечения. Мы благодарны Ольге Ивановне Юровой за заботу о нас, пенсионерах. Пребывание в Ильинской больнице оставило у нас только положительные впечатления. Там мы получали лечение и занимались в тренажёрном зале. За квалифицированную помощь и внимание мы благодарны всему персоналу больницы.

В настоящее время мы занимаемся в зале отремонтированного терапевтического отделения. Здесь светло, тепло и уютно. Есть разные тренажёры для восстановления двигательных функций. Чувствуем себя комфортно, так как нас встречает всегда доброжелательная, приветливая и улыбающаяся Наталья Михайловна. Хорошо к нашей группе относится и медперсонал терапевтического отделения, за что мы всем тоже благодарны.

Мы не только занимаемся физическими упражнениями, но и находим время, чтобы поздравить друг друга с днём рождения, сходить в кафе, приготовить праздничное мероприятие к Новому году, Женскому дню и другим датам. Общение в группе даёт хороший настрой на всю неделю.

**Г. ТРЕТЬЯКОВА**  
с. Казанское  
Фото И. ЯНМИНКУЛЬ