

# Советское село

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ВАРНЕНСКОГО РАЙОНА

ВСЕ НОВОСТИ РАЙОНА: [WWW.SOVSELO.RU](http://WWW.SOVSELO.RU)

## Раковый, не значит роковой

**ЗДОРОВЬЕ.** Рак является одной из ведущих причин смертности во всём мире. Варненские врачи рассказали, как обезопасить себя от страшного диагноза →6



Коротко

### Широкая масленица

На площади ТЦ «Солнечный» 18 февраля в 11:00 состоится открытие масленичной недели. Приглашаются все желающие.

В программе: конкурс «Варненские пельмени», лучший чайный стол, ярмарка-распродажа, концерт. Конкурс для всех желающих «Наши сани едут сами» — привези ребёнка на оригинально украшенных санях.

### Пожар в Александровке

В ночь на 11 февраля произошёл пожар в двухквартирном доме села Александровка.

Нанесён значительный материальный ущерб — уничтожена кровля дома, на большой площади повреждены стены, перегородки, пол. Причина — нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации печи.

### Бессрочная приватизация

Утверждена поправка к закону, позволяющая приватизировать жилые помещения бессрочно и бесплатно.

На заседании Госдумы 8 февраля соответствующая инициатива была удовлетворена. По функционировавшему до этого законодательству, приватизация жилых помещений с 1 марта должна была стать платной.



## В интересах общества

**Поручение.** В регионах формируются общественные палаты для осуществления взаимодействия граждан с органами государственной и местной власти →2

Погода  
в Варне

- ТЕМПЕРАТУРА
- ОСАДКИ
- ВЕТЕР
- ВОСХОД
- ЗАХОД

ИСТОЧНИКИ:  
GISMETEO.RU  
RP5.RU

Суббота 18 февраля			
ночь	днем	ночь	днем
ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА
-23	-10	-23	-10
ВЕТЕР	ВЕТЕР	ВЕТЕР	ВЕТЕР
3 м/с	5 м/с	3 м/с	5 м/с
ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ
ВОСХОД	ВОСХОД	ВОСХОД	ВОСХОД
08:06	18:13	08:06	18:13

Воскресенье 19 февраля			
ночь	днем	ночь	днем
ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА
-18	-7	-18	-7
ВЕТЕР	ВЕТЕР	ВЕТЕР	ВЕТЕР
5 м/с	7 м/с	5 м/с	7 м/с
ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ
ВОСХОД	ВОСХОД	ВОСХОД	ВОСХОД
08:04	18:15	08:04	18:15

Понедельник 20 февраля			
ночь	днем	ночь	днем
ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА	ТЕМПЕРАТУРА
-11	-4	-11	-4
ВЕТЕР	ВЕТЕР	ВЕТЕР	ВЕТЕР
6 м/с	9 м/с	6 м/с	9 м/с
ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ	ЮГО-ЗАПАДНЫЙ
ВОСХОД	ВОСХОД	ВОСХОД	ВОСХОД
08:02	18:17	08:02	18:17

## Статистика недели

ИСТОЧНИК: ОТДЕЛ ЗАГС АДМИНИСТРАЦИИ ВАРНЕНСКОГО РАЙОНА

РОДИЛОСЬ 11 УМЕРЛО 5 СВАДЬБЫ 2 РАЗВОДЫ 1



# В интересах общества

**Поручение.** По поручению Президента РФ Владимира Путина в регионах формируются общественные палаты для осуществления взаимодействия граждан с органами государственной власти и местного самоуправления.

НАТАЛЬЯ МОЧАЛКИНА

«В таких вопросах, как помощь пожилым людям и инвалидам, поддержка семей и детей, нужно больше доверять и гражданскому обществу, некоммерческим организациям. Они часто работают эффективнее, качественнее, с искренней заботой о людях, меньше бюрократизма в их работе», — отметил Президент Владимир Владимирович Путин в Послании Федеральному Собранию в декабре 2016 года. Общественная палата — авторитетный институт гражданского общества, и именно ей предстоит работать в авангарде этих процессов.

По поручению Президента РФ **В. В. Путина** в регионах формируются общественные палаты. Цель их деятельности: осуществлять взаимодействие граждан с органами государственной власти и местного самоуправления с учетом потребностей и интересов граждан, защиты их прав и свобод при формировании и реализации государственной политики, а также в целях осуществления общественного контроля над деятельностью органов власти.

Постановлением администрации от 5 декабря 2016 года было утверждено Положение об общественной палате Вар-



Общественная палата призвана обеспечить защиту прав и свобод граждан. ФОТО СЕРГЕЯ ВЧЕРАШНЕГО.

ненского муниципального района, был создан совет, в который вошли 19 наиболее инициативных жителей района. 10 февраля состоялось первое заседание Общественной палаты Варненского района. Организовано оно было главой района **К. Ю. Моисеевым**.

**Константин Моисеев** поприветствовал участников заседания и доложил об итогах социально-экономического раз-

вития Варненского муниципального района в 2016 году. Затем члены общественной палаты приступили к работе, согласно повестке. Первоочередная задача этого заседания была избрать актив, а также создать экспертные комиссии.

Заместитель главы района по социальным вопросам **Светлана Макайкина** рассказала о принципах работы Общественной палаты, ее назначе-

нии, структуре. Общественная палата призвана обеспечить согласование общественно значимых интересов граждан, некоммерческих организаций и органов местного самоуправления для решения наиболее важных вопросов экономического и социального развития муниципального района, защиты прав и свобод граждан. Общественная палата сформирована на основе добровольного

участия граждан и представителей некоммерческих организаций. Особенностью ОП является независимость от федеральных органов государственной власти, органов государственной власти Челябинской области и органов местного самоуправления Варненского муниципального района. В то же время общественные палаты не обладают правом законодательной инициативы, их полномочия — экспертная функция и общественный контроль.

Затем участники заседания избрали актив Общественной палаты: председателем — **Гульфию Чернакову**, заместителем председателя — **Любовь Иващенко**, секретарём — **Марину Мирончик**. При Общественной палате созданы три комиссии. Комиссию по социальной политике, правам человека и развитию местного самоуправления возглавил **Геннадий Завалищин**; по экономическому развитию района, поддержке предпринимательства и жилищной политике — **Татьяна Кандабарова**; по промышленности, сельскому хозяйству и экологической безопасности — **Николай Колмычев**.

В соответствии с Положением, избранный состав Общественной палаты будет действовать в течение трех лет, до 10 февраля 2020 года.

## ДЕЖУРНАЯ ЧАСТЬ. Водителю ограничили свободу за ДТП с тремя пострадавшими жителями Варненского района

За прошедший период с **9 по 15 февраля** в дежурную часть полиции по Варненскому району поступило **35** заявлений и сообщений о преступлениях и происшествиях. Из них: краж — 2, прочих — 3.

### Возбуждены уголовные дела:

**12 января** около восьми часов вечера 31-летний житель с. Городище, проникнув в сарай пос. Нововладимировка, похитил 7 кур, причинив хозяйке ущерб 3150 рублей.

**3 февраля** около одиннадцати часов вечера, житель с. Ка-

зановка (1974 г. р.), двигаясь по дороге Варна—Александровка, управлял автомашиной в состоянии алкогольного опьянения, ранее лишенный права управления.

На территории района за прошедший период зарегистрировано **7** дорожно-транспортных происшествий.

Инспекторами ГИБДД зарегистрировано **58** нарушений правил дорожного движения, из них **8** — пешеходами. Выявлено **2** водителя, которые управляли транспортным средством в состоянии алкогольного опьянения, материалы направлены в мировой суд; **2** водителя — за управление транспортным

средством без водительского удостоверения, за нарушение правил перевозки детей составлено **6** протоколов, **7** — за неплату штрафа в установленный законом срок.

Сотрудниками полиции выявлено **11** правонарушений, совершенных жителями района, на всех нарушителей составлены административные протоколы.

Напоминаем «телефон доверия» ОМВД — 2-12-70 (секретариат).

### В ДТП остались инвалидами

**Житель Карталинского района осужден за ДТП, в резуль-**

**тате которого пострадали три человека, двое из которых стали инвалидами.**

Карталинский горсуд признал 28-летнего местного жителя виновным по части 1 статьи 264 УК РФ — «Нарушение лицом, управляющим автомобилем, правил дорожного движения, повлекшее по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью».

Мужчине ограничили свободу сроком на два года и ещё на столько же лишили права заниматься деятельностью, связанной с управлением транспортными средствами. Судом также удовлетворены

исковые требования потерпевших на общую сумму свыше 1,1 млн рублей в счет возмещения морального вреда и более 800 тыс. — материального ущерба.

Дорожно-транспортное происшествие случилось в ноябре 2015 года. Водитель Chevrolet Cruze, обгоняя транспортное средство на дороге Чернооречье — Бреды, выехал на встречную полосу и совершил столкновение с ВАЗ-21063. Водителю и двум пассажирам ВАЗа, жителям Варненского района, были причинены тяжкие телесные повреждения, двое из них стали инвалидами.





## Выставка популярного живописца современности

**Популярный живописец Никас Сафронов вновь привез в Челябинск свои картины. Выставка откроется 16 февраля на этот раз в музее искусств, сообщает министерство культуры.** В экспозиции будет представлено 102 работы известного автора. Публика увидит картины, выполненные в разных жанрах: классического портрета, пейзажа, сюжетных композиций в стиле символизма, а также полотен в авторском стиле DreamVision. Это уже вторая выставка Сафронова в Челябинске, первая состоялась три года назад, в 2013-м году, и вызвала большой интерес у публики.



### СТАНЬ АВТОРОМ ГАЗЕТЫ

Мы ждем ваши сообщения и фотографии с новостями о событиях в районе и районном центре, свидетелями которых вы стали: Для снимков подойдут даже камеры ваших мобильных телефонов:

Адрес для отправки новостей:  
[sovselo@mail.ru](mailto:sovselo@mail.ru)

# А ВЫ ЧТО ДУМАЕТЕ?

ФОТО СЕРГЕЯ ВЧЕРАШНЕГО

**Глас народа.** Корреспонденты «Советского села» задали вопрос варненцам: «С 1 февраля начался третий этап реализации закона о «дальневосточном гектаре», теперь каждый россиянин может выбрать участок земли в любом регионе Дальнего Востока. Готовы ли вы отправиться на Крайний Север?»



**Сергей МОЧАЛКИН,**  
предприниматель:

«Закон о «дальневосточном гектаре» необходим для людей, которые любят землю, понимают её ценность, и он должен принести свои положительные результаты. Но мне кажется, что у этого благого дела проявятся и другие стороны. Не думаю, что жители Москвы, других крупных городов, которые проявляют наибольшую активность в получении земельного участка, готовы к этому. Сам, конечно, никуда не поеду: если есть желание работать на земле, надо здесь село поднимать, а не ехать за бесплатным гектаром».



**Евгения АКИНЬШИНА,**  
домохозяйка:

«Выделение бесплатных земельных участков на Дальнем Востоке само по себе не решит проблему оттока местного населения. Я слышала, что около 30 миллионов россиян готовы переехать на Дальний Восток в случае бесплатного предоставления земли. Эта цифра действительно впечатляет, но мою семью всё устраивает и здесь, в Варне. А поэтому столь длительный переезд для нас неприемлем. Но я с интересом буду наблюдать за реализацией этой программы».



**Николай НОВИКОВ,**  
водитель:

«Нет, на Дальний Восток я, конечно же, не поеду. Хотя хорошо отношусь к этой инициативе правительства и понимаю, для чего это делается. На Дальнем Востоке много земли и мало людей, так почему бы не стимулировать переезд населения в те края. И льготы, насколько я знаю, будут предоставляться неплохие. Здесь крайне важно, чтобы поддержка оказывалась в достаточной мере, чтобы люди, рискнувшие туда переехать, не были разочарованы».



**Алсу ГИББЕ,**  
работник ЖКХ:

«Да, я знаю о реализации этой программы. Участки будут выделяться по упрощенному порядку образования без проведения кадастровых работ. Но всё равно для меня переезд на Дальний Восток — что-то из области фантастики, даже несмотря на красоту тамошней природы. А вообще для более объективной оценки ситуации, нужно провести опрос среди тех, кто уже туда переехал. Может быть, мои дети когда-нибудь и надумают туда переселиться, а я точно не поеду».



**Максим СТАРЖИНСКИЙ,**  
работник администрации:

«Я горжусь своей малой родиной — Варной. И хотел бы принести как можно больше пользы именно своему району. Переезд за тысячи километров считаю авантюрой. В этом отношении я сторонник народной мудрости «Где родился, там и пригодился». С другой стороны, я понимаю тех, кто стремится на Дальний Восток, наверняка, основная заинтересованность получения земли — возможность сменить нынешнее место проживания. Каждый человек сам для себя решит, нужно ли ему это».

# Рождаемся? Женимся? Умираем?

**Статистика.** В отдел ЗАГС Варненского района стекается масса информации, на основании которой можно сделать заключение о том, как меняется жизнь в муниципалитете, и даже составить представление о нравственности нашего общества. Подведём итоги 2016 года, проанализируем, развивается район или гасает.

НАТАЛЬЯ СВЕТЛОВА

**По данным отдела ЗАГС администрации Варненского района, в 2016 году в муниципалитете родился 301 ребёнок (в 2015 году — 299): 155 мальчиков и 144 девочки.**

В четырёх семьях родился не один, а сразу два ребёнка. Самыми популярными именами для девочек стали: Екатерина, Полина, Ксения, Дарья, Анна, Юлия, Виктория, Арина. У мальчиков: Артём, Александр, Максим, Андрей, Кирилл, Иван, Егор, Роман, Владислав, Владимир. Среди родивших женщин 83 — одинокие матери.

Что касается смертности, в 2016-м году зарегистрирован

## ЦИФРА

# на 90

человек смертность превысила рождаемость в районе в 2016 году

391 акт о смерти (в 2015 — 380). Большее количество умерших приходится на возрастную группу от 71 до 99 лет (мужчин — 67, женщин — 129). В возрасте до 17 лет умерло четыре человека. По-прежнему смертность мужчин превышает женскую: 205 против 186. Средний возраст умерших мужчин составил 67 лет, женщин — 74 года.

Следующий показатель — браки и разводы. В прошедшем году

было зарегистрировано 103 брака. Для сравнения: в 2015-м брак заключили 161 пара. Видимо, на решение молодожёнов связать себя узами брака високосный 2016 год всё-таки повлиял. Для 73-х представительниц прекрасной половины и 75-ти сильной половины человечества церемония бракосочетания произошла в их жизни впервые; повторно вступили в брак 30 женщин и 28 мужчин. А вот распалось в 2016-м году 92 семьи (против 95-ти в 2015). В 55-ти из них есть несовершеннолетние дети (всего 69).

Также в 2016 году было зарегистрировано 63 установления отцовства, два усыновления и десять перемен имени. Здесь показатели остались практически на прежнем уровне.

ФОТО АРХИВ РЕДАКЦИИ





# Раковый, не значит роковой

**Здоровье.** Рак является одной из ведущих причин смерти во всем мире. В странах Европейского региона ВОЗ смертность от онкологических заболеваний стоит на втором месте после смертности от сердечно-сосудистых бо-

Наталья МОЧАЛКИНА

**Обеспокоенность ситуацией в онкологии и повышенное внимание к ней обусловлены устойчивым ростом онкологической заболеваемости во всем мире, которая и в обозримом будущем продолжит нарастать.**

Ежегодно, начиная с 2005 года, в мире отмечается Всемирный День борьбы против рака под эгидой Международного Союза против рака (UICC). Цель проведения этого Дня — акцентирование внимания общественности на глобальных проблемах, связанных с онкологическими заболеваниями, повышение осведомленности населения о подходах к профилактике, раннему выявлению и лечению. В 2017 году Всемирный день борьбы против рака проводится под девизом: «Мы можем. Я могу», призывая осмыслить то, что каждый из нас может сделать в борьбе против этой болезни и какой вклад внести в кампанию против рака.

В структуре смертности лидируют новообразования предстательной железы, легких, молочной железы, рак желудка. Пожалуй, ни одна болезнь не вызывает в человеке столько страха и ощущения беспомощности, как рак. Для многих это слово звучит как приговор. Как не довести болезнь до запущенной формы и возможно ли защитить себя и своих близких от этой болезни — об этом мы попросили рассказать наших экспертов.

**Заведующая поликлиникой Варненской ЦРБ Нина Александровна АЛЁШИНА:**

— Вопрос этот очень актуален. В мире каждые две минуты от рака умирает человек. В России более двух с половиной миллионов больных онкологическими заболеваниями, более 150 тысяч из них имеют группу инвалидности. Это означает, что эти люди выбывают из активной жизни, а ведь во многих случаях болезнь можно было предотвратить, если бы мы были более внимательны к себе.

Выявление онкологиче-

ских заболеваний на ранних стадиях даёт возможность раннего начала лечения, что, в свою очередь, даст хорошие результаты и увеличит шансы на выздоровление. В рамках программы государственных гарантий оказания гражданам бесплатной медицинской помощи в нашем районе проводится диспансеризация определенных групп взрослого населения и профилактические медицинские осмотры. К большому сожалению, наши граждане под любым предлогом стараются их избежать, что и приводит, порой, уже к необратимым процессам.

Рак может развиваться в организме человека годами, на протяжении 5-10 лет, а не за месяц-два. Развиваясь, он может протекать бессимптомно, без болей. А на хроническое недомогание, упадок сил, потерю аппетита человек просто не обращает внимание. Когда же обращается за помощью, бывает слишком поздно. Врачи не боги и не волшебники. Надо понимать ценность здоровья и научиться его

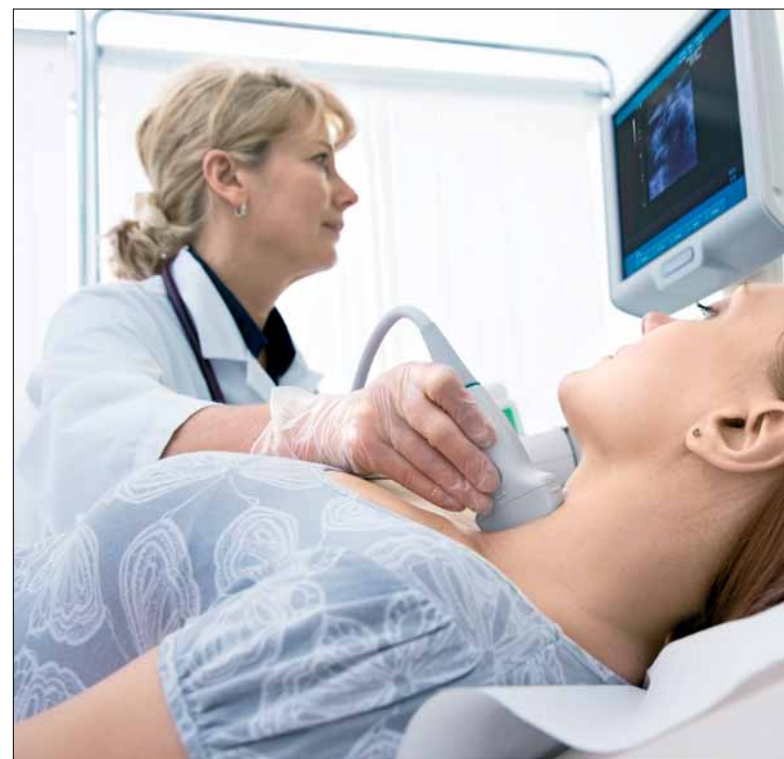
беречь, когда это ещё возможно.

Справиться с этим опасным заболеванием очень сложно, а зачастую невозможно. Борьба с онкозаболеваниями предполагает, в первую очередь, профилактику. В чём она заключается? В настоящее время учеными проведено множество исследований и выявлены основные причины этой страшной болезни, устранив которые можно значительно снизить риск заболевания. Первоочередной задачей является активизация работы по повышению мотивации населения на ведение здорового образа жизни, повышение уровня информированности на предмет онконастороженности, факторов риска развития онкологических заболеваний и их коррекции, методов профилактики развития рака и важности регулярного прохождения скрининговых обследований.

В районной больнице на сегодняшний день имеются все доступные методы исследования. Кроме того, 90 процентов онкологических заболеваний — это видимые раки, которые врач может увидеть, нащупать, почувствовать. Надо только прийти к нему и обследоваться, но мы не идём, ждём, когда болезнь приобретёт запущенную форму, и тогда начинаем обвинять всех, кроме себя. Хотя в большей степени виноват только один человек, и этот человек Я. Надо признать себе в том, что, начиная с молодости, ел, пил, властвовал, курил лошадиными дозами, свободное время любил проводить на диване, а не в спортзале, что был зол на весь мир и не любил бывать у доктора. Я и только Я запустил свой организм.

Я бы хотела, чтобы, прочитав эти строки, люди перевернули сознание, и по-другому взглянули на свою жизнь. Лозунг «Ваше здоровье в ваших руках» не потерял своей актуальности, и даже, наоборот, стал более актуальным, нежели в советские времена. Надо начать с себя, а молодым людям научить своих детей относиться к своему здоровью, как к самому дорогому, что у тебя есть.

**Специалист кабинета медпрофилактики, муж-**



**ского смотрового кабинета Любовь Викторовна КАНДАУРОВА:**

— Очень часто можно услышать: «Не люблю я эту больницу». А её и не надо любить. Любить надо себя и заботиться о себе любимом. Причём заботиться вовремя, а не тогда, когда всё уже запущено. Многие говорят, что в больнице лет десять не были. Гордиться этим не стоит, потому что это не достижение, а упущение, ведь время идёт, и вернуть его назад, начать жизнь сначала невозможно.

Среди мужчин широко распространено мнение о том, что мужские болезни — удел мужчин старшего возраста. Действительно, вероятность появления аденомы или рака простаты с возрастом значительно увеличивается, но эти заболевания также выявляют и у мужчин среднего возраста, а воспалительные заболевания половых органов встречаются у мужчин всех без исключения возрастных групп.

Для чего необходимо проходить ежегодный профилактический осмотр у специалиста в мужском смотровом кабинете? При необходимости — у андролога или уролога. Невнимательность и халатное отношение к собственному здоровью может дорого обойтись как в прямом, так и в переносном смысле, а своевременно назначенное компетентным специалистом лечение позволит сохранить мужское здоровье,

а нередко и саму жизнь.

Цифры статистики говорят сами за себя. У тридцати процентов больных рак выявляется на четвёртой стадии заболевания. А это, как все понимают, стадия, когда лечение положительной динамики не даст. Поэтому, что можно сказать? Смотровые кабинеты — это одно из звеньев онкологической службы. Их роль велика в раннем выявлении рака. Именно здесь, при осмотре, специалист проводит необходимые процедуры, которые помогают определить и выявить проблему, увидеть даже малозаметные признаки рака и направить пациента на консультацию или обследование к доктору.

В 2009 году в районной поликлинике такой кабинет был открыт и для мужчин. К сожалению, в силу особенностей менталитета и воспитания, многие мужчины не склонны обращаться к докторам, особенно когда речь идёт о такой интимной области, как мужское здоровье. Для того, чтобы избежать появления запущенных заболеваний мочеполовой сферы и их осложнений, каждому мужчине, достигшему возраста 40 лет, следует позаботиться о собственном мужском здоровье. Уважаемые мужчины, надо отбросить все предрассудки и ввести за правило: один раз в год посещать смотровой кабинет! Здоровья вам и вашим близким!

## КАКИЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ ПРОЙТИ, ЧТОБЫ ВОВРЕМЯ «ПОЙМАТЬ» БОЛЕЗНЬ

На ранних стадиях излечивается до 90% случаев рака, уверяют врачи-онкологи.



### МУЖЧИНЫ

**18,9%** Среди онкодиагнозов на **первом месте** — рак лёгкого. *Превентивная диагностика: флюорография — раз в год, диспансеризация.*

**12%** На **втором месте** по распространённости — рак предстательной железы. *Превентивная диагностика — тест на ПСА (простат-специфический антиген).*

**11,5%** **Третье место** — рак кожи. *Превентивная диагностика: обследование у дерматолога при появлении новых родинок и других новообразований.*

### ЖЕНЩИНЫ

**21%** На **первом месте** по распространённости — рак груди. *Превентивная диагностика: с 25 лет 1 раз в 2 года — УЗИ груди. С 40 лет — маммография и УЗИ 1 раз в 1,5 года.*

**16,5%** На **втором месте** — меланома и другие новообразования кожи. *Превентивная диагностика: обследование у дерматолога при появлении новых родинок и других новообразований.*

**13%** **Третье место** — рак матки. *Превентивная диагностика: осмотр гинеколога, влагалищный мазок 1 раз в год.*



# ОЙ

(включая Россию)  
болезней.



**Самое трагичное — из-за несвоевременной диагностики у большинства пациентов диагноз ставится на последней стадии**

## Профилактика рака. ЧЕТЫРЕ ФАКТОРА ЗАЩИТЫ

### 1. ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ.

Ежедневное употребление овощей и фруктов снижает риск заболеваемости раком на 20%. Взрослому человеку в сутки нужно употреблять около 450 граммов овощей и 220 граммов фруктов. В свежих овощах и фруктах содержатся очень сильные антиоксиданты, которые защищают клетки и молекулы от разрушения.

Большое количество антиоксиданта бета-каротина находится в моркови, капусте, особенно в брокколи и белокачанной. Сильными антиоксидантными свойствами обладают лук и чеснок. Еще одним полезным овощем в профилактике рака является помидор. Усилить антиканцерогенную активность овощей поможет петрушка, укроп, сельдерей, фенхель, репа и салат.

Сильными антиоксидантными свойствами обладают также фрукты и ягоды. Первое место принадлежит гранату, полезен цитрусовый сок, виноградный, зеленый чай. Из ягод наиболее полезными являются черника, клюква, клубника, земляника и малина. Из круп самая полезная — это гречка. Следует ограничить употребление баранины, говядины и других мясных продуктов. Они провоцируют развитие рака молочной железы, толстой кишки, простаты.

### 2. ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ.

Во время активных движений и стараний спортом увеличивается потребление клетками кислорода и повышается противостояние организма токсическому воздействию окружающей среды, что очень важно для профилактики рака.

### 3. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ НАСТРОЙ.

Стрессы, психологические травмы, негативные мысли, уныние, мысли о болезни — всё это снижает защитные силы организма и приводит к развитию многих заболеваний, в том числе и рака. Старайтесь искать позитивное во всем, что вас окружает, и не поддавайтесь мрачному настроению.

### 4. ДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО ЖИДКОСТИ В ОРГАНИЗМЕ.

Всем известно, что организм человека состоит из воды. Вода очищает организм от шлаков и токсинов и приносит питательные вещества до каждой клеточки. При недостатке воды клетки не получают всех питательных веществ и в них накапливаются вредные вещества, что способствует их опухолевому перерождению.

# За чашкой чая

**Встреча.** 13 февраля в Управлении образования состоялась встреча главы Варненского муниципального района Константина Моисеева с молодыми специалистами: учителями, врачами, работниками культуры. ФОТО СЕРГЕЯ ВЧЕРАШНЕГО.

Али БЕЛЬЖАНОВ

**Встреча прошла в тёплой и непринуждённой обстановке за чашкой чая.**

Открыла мероприятие, озвучила его цели и задачи заместитель главы района по социальным вопросам **С.А. Макайкина**. Она, в частности, пожелала молодым специалистам реализоваться в выбранной профессии, достичь определённых успехов. Далее **Константин Моисеев** поприветствовал собравшихся и рассказал о социально-экономическом положении района, главных достижениях, актуальных проблемах. Молодые специалисты смогли задать главе района волнующие вопросы. На торжественный приём Константин Юрьевич прибыл со своей командой, в которую вошли заместитель главы района по социальным вопросам **С.А. Макайкина**, заместитель главы района по вопросам образования **Л. Ю. Яруш**, главный врач ЦРБ **Е. Н. Слиникин**, начальник МКУ «Управление культуры» **Е.К. Чернаков**, специалист отдела охраны труда **Ю. Г. Панасенко**. Организация встречи была инициирована Управлением образования и районным комитетом профсоюза работников образования в лице его председателя **И. П. Чирковой**.

Стоит отметить, что неофициальный формат встречи спо-



собствовал созданию дружественной обстановки, молодые специалисты района сумели задать интересные вопросы и получить ответы лично из уст главы района. Прежде всего, собравшихся интересовали вопросы получения жилья и улучшения жилищных условий. Специалист отдела охраны труда **Ю. Г. Панасенко** объяснил условия участия в федерально-целевой программе и привёл статистические данные по этому вопросу. Работников сферы культуры волновали темы организации досуга молодёжи в вечернее время, прозвучал вопрос о возможности возобновления школьных дискотек. Кроме того, были подняты вопросы и более масштабного характе-

ра: строительство перехода через железнодорожные пути, ремонт дорог, наведение порядка со свалками и многое другое.

Варненский район является одним из передовых на Южном Урале, всё это результат многолетней и кропотливой работы каждого жителя. Отрадно, что молодым специалистам небезразлична судьба родного края, они готовы не только указывать на недостатки, но и делать всё возможное для их устранения. Подобные встречи способствуют благоприятному диалогу власти и граждан. Администрация в свою очередь делает всё возможное для создания благоприятных условий молодым специалистам, прибывшим в Варненский район.

## Меньше слов, больше дела

**Осудить, отвернуться, забыть, ответить злом на зло — проще.**

Но есть такие понятия, как чувство долга, сочувствие другому. Написать в газету меня побудило желание высказаться и быть услышанной. И, может быть, это вам поможет понять, что делает человека счастливым.

9 февраля — день моего рождения — выдался снежным и морозным. Шквалистый северный ветер буквально сбивал с ног, занятия в школах отменили по 11 класс. И именно в этот день у меня отключился свет. Конечно же, первым делом я позвонила технику, в ответ ощутила доброжелательность человека на том конце провода. Галина Харисовна Усманова терпеливо меня выслушала, поздравила с днем рождения и пообещала помочь. Она сказала, что из-за погодных условий по Варне много вызовов: провода, кабе-

ли не выдерживают нагрузки.

Говорят, главное на свете — память добра. Можно многое забыть из того, что было в этот день, но то, что сделала для меня бригада электриков в составе Артёма Юхнина, Сергея Черныха, Евгения Кутепова в свой обеденный перерыв, я никогда не забуду. Я им всем очень благодарна. Особенно меня поразил Артём. Несмотря на холод и ветер, он взобрался на скользкую железную крышу дома, встал во весь рост, дотянулся до гусака и исправил поломку.

Меня переполняло чувство благодарности, я не могла выразить его. Начала говорить, что Артём, стройный молодой человек, стоящий на крыше моего дома в морозный, ветреный день, был похож на Павку Корчагина на строительстве узкоколейки или на героя Леонида Филатова из фильма «Экипаж». Может, эти пафосные слова вызовут у вас сейчас улыбку, но

ведь многие герои классических произведений тоже были когда-то обычными людьми. Не зря говорится, что в жизни всегда есть место подвигу.

Сидишь и думаешь, только экстремальные условия позволяют в полной мере человеку проявить свои способности, своё отношение к другим людям. Все три дня, в которые ввергли Варну и район сильные морозы и обильные снегопады с ветром, на порыв, совершая свой маленький подвиг, выезжали Павел Сыпалов, Игорь Музилов, Игорь Деметьев.

Я желаю работникам ООО «АЭС Инвест» Варненского участка под руководством Алексея Юрьевича Кочурова, чтобы всё, к чему они прикасаются, превращалось в добро. Пусть они останутся верны принципу, по которому они работают: меньше слов, а больше дела.

**НИНА БОЛЬШЕКОВА,**  
ПОТРЕБИТЕЛЬ ЭНЕРГИИ

## Письмо

### Будем жить

**23 февраля наш казановский самодеятельный коллектив отметит годовщину своего создания.**

Ровно год назад женщины поселка Казановка собрались, чтобы поздравить мужчин с праздником — Днём защитника Отечества. Тогда мы вместе организовали концерт, разнообразили концертную программу и порадовали казановцев своим выступлением, а главное — вниманием. Это первое совместное мероприятие послужило толчком к общению, желанию и дальше быть вместе, организовывать и проводить другие мероприятия.

Так, незаметно для себя, мы сплотились в небольшой, но дружный коллектив — коллектив художественной самодеятельности. Первыми его участниками были Зоя Музычук, Елена Козюменская. К ним присоединились Валентина Егоровна Бычкова, Лидия Васильевна Ядренцева, Нина Федоровна Дрюк, Альфия Валеева, Валентина Старикова, Кляш Хасанова, Наталья Жданова, Надежда Грибак, Алма Хасанова, Лариса Знайко.

Мы все разные, между нами большая разница в возрасте, но нас объединяет атмосфера, создаваемая в коллективе. Мы стали друзьями. По словам наших женщин, они приходят в Дом культуры, чтобы отдохнуть душой, отвлечься от забот и проблем. Все вместе мы поём, танцуем, шьём костюмы, участвуем во всех праздниках и концертах, проходящих в нашем небольшом сельском клубе, и просто поднимаем настроение себе и жителям поселка. Это большое дело. Хочу поздравить коллектив с этой первой датой нашего рождения и сказать огромное спасибо за то, что наши самодеятельные артисты, наши женщины своим энтузиазмом поддерживают культуру нашего села. Я безмерно благодарна и нашим маленьким артистам, подрастающей смене: Раисе и Екатерине Бикназаровым, Александру и Наталье Радченко, Татьяне Болсун, Яне Кодылевой, Виолетте Поповой, Антону Сергееву и всем, кто когда-либо участвовал в наших мероприятиях. Верю и надеюсь, что коллективу нашему жить и жить.

**ЕЛЕНА ПРОКОПЕНКО,**  
ДИРЕКТОР КАЗАНОВСКОГО СДК





У нашей коллеги  
**Надежды Михайловны КРЕСЛОВОЙ** — юбилей!  
От всего коллектива поздравляем Вас  
с юбилеем! Желаем крепкого здоровья, достатка,  
успехов в работе, радости, удачи, счастья, любви.  
Пусть жизнь бьёт ключом, пусть люди уважают,  
а дом будет наполнен теплом и уютом.

Преподаватели школы искусств пос. Новый Урал

**Салиму Абдеганаровну АЙТМУКАНОВУ**  
15 февраля поздравляем с юбилеем!

*Пусть станут 40 лет началом  
Удач невиданных во всём,  
Чтоб радость солнышком сияло*

*Всё ярче с каждым новым днём!  
И чтоб в делах, в любви и дружбе  
Всё удавалось без помех,  
Сложилось так, как сердцу нужно  
Для счастья полного - навек!*

Коллектив детского сада с. Бородиновка

**Гальнур Валетовну ТУБУЛБАЕВУ**  
19 февраля поздравляем с юбилеем!

*Полсотни лет - хороший срок,  
И нет нужды печалиться.  
Пусть ещё полста пройдёт,*

*Не надо только стариться.  
В счастливый этот светлый день  
Тебя мы поздравляем,  
Здоровья, счастья и добра  
От всей души желаем!*

Коллектив детского сада с. Бородиновка

Администрация Казановского  
сельского поселения  
Сердечно поздравляет с днём рождения  
всех пенсионеров, ветеранов труда,  
тружеников тыла, участников боевых действий,  
родившихся в феврале:

**Алексея Ивановича БОЛСУН,  
Ахата Загиртиновича САБИТОВА,  
Валентину Ивановну ГРОБОВУЮ,  
Нину Степановну КОЛОМЫЦЕВУ,  
Надежду Николаевну ВОРОНКОВУ,  
Бахатжамал Успановну НУРМУХАМБЕТОВУ,  
Анну Яковлевну НЕКРАСОВУ.**

*Сегодня праздник долгожданный,  
Он раз в году стучится в дом,*

*Он самый красочный и главный,  
И все родные за столом,*

*И пускай блещут поздравления,  
Здоровья, счастья, и любви,*

*И дорогого вдохновения,  
Надежды, радости, мечты!*

Администрация Казановского сельского поселения

**А вы не забыли поздравить  
своих родных,  
друзей и любимых?  
ЗВОНИТЕ  
по телефону: 3-01-56**

17 февраля у нашего дорого сына, брата и дяди  
**Вячеслава Хурматовича ШАФЕЕВА** — юбилей!  
Желаем крепкого здоровья и долгих лет жизни!

*Желаю, сыночек, тебе в день рождения  
Здоровья побольше и только добра,*

*Пусть тебя ждут лишь одни достижения,  
Чтоб жил еще лучше, чем жил ты вчера!*

*Пусть будет много прекрасных событий,  
В карьере, в семье, в кругу близких друзей,*

*Желаю тебе много новых открытий  
И только счастливых и радостных дней!*

МАМА, БРАТЯ **АНДРЕЙ, ВАДИМ,**  
СНОХА **ЛАРИСА,** ПЛЕМЯНИЦА **НАСТЯ**

Районный Совет ветеранов сердечно поздравляет  
с днём рождения родившихся в феврале  
всех пенсионеров, ветеранов труда,  
ветеранов войны, тружеников тыла, участников  
боевых действий, участников ВОВ:

**Семёна Федоровича БАТУЕВА.**

Председателей и членов первичных  
ветеранских организаций:

**Нину Александровну БОЛЬШЕКОВУ,  
Римму Фёдоровну НУРГАЛЕЕВУ,  
Неллю Махсудовну АКБЕРДИНУ.**

*День рожденья — хорошая дата,  
Но немножко грустно всегда,  
Потому что летят незаметно  
Наши лучшие в жизни года.  
Пусть в день рождения вашего,  
Тепло семьи Вас согревает,  
Желаем просто от души:  
Здоровья, счастья, доброты,  
Не забудьте горя и бед,  
Живите счастливо до 100 лет!*

Дорогие наши мужчины, ветераны — участники  
войн, поздравляем вас с Днём защитника Отечества  
и вывода войск из Афганистана. Примите наши  
искренние пожелания. Старшему поколению хо-  
чется пожелать крепкого, душевного и физического  
здоровья, быть добрыми наставниками младших, на  
своём примере показывать, что значит любить  
и ценить свою семью и свою Родину.

*Есть для праздника причина,  
Радуемся мы не зря —  
Поздравляем вас, мужчины,  
С 23 февраля!*

*Вы, мужчины, наша гордость,  
С вами не страшна беда.  
Пусть отвага, сила, бодрость  
Помогают вам всегда.*

*Вы надежная защита,  
Вам знакомо слово «честь».  
В безопасности Отчизна,  
Раз в стране такие есть!*

*В душе так много рваных ран  
За воинов святых...  
Хранит страна Афганистан  
Бессмертный подвиг их.*

*И, как же больно, что у нас  
Героев тех времён  
В год вспоминают только раз,  
Под поминальный звон...*

*Пламенные речи, свечи, слёзы,  
Битв воспоминанья и потерь.  
Возлагают к памятникам розы  
Павшим те, кто жив ещё теперь...*

*Вы скрепите сердце, добрый воин,  
Горькой водки выпейте стакан.  
Каждый быть святым в веках достоин,  
Кто в боях прошёл Афганистан.*

**Г. Г. ЧЕРНАКОВА, ПРЕДСЕДАТЕЛЬ РАЙОННОГО СОВЕТА ВЕТЕРАНОВ**

### Извещение о согласовании проекта межевания земельных участков

В соответствии со ст. 13.1 ФЗ «Об обороте земель с/х назначения» приглашаются участники общей долевой собственности, кадастровый номер 74:05:0000000:37, для согласования площади и местоположения земельных участков, выделяемых в счет земельной доли из исходного с кадастровым номером 74:05:0000000:37, расположенного: Челябинская область, Варненский район, северо-восточная часть Варненского района (в границах Алексеевского сельсовета).

Кадастровым инженером Ляшенко Николаем Юрьевичем, адрес: 457200, Челябинская область, с. Варна, ул. Октябрьская, д. 152, тел. 8 (351-42) 3-00-70, e-mail: Varna-555@mail.ru, выполняются кадастровые работы в отношении земельного участка, площадью 15,96 га, расположенного по адресу: Челябинская область, Варненский район, в 7767 м на запад от ориентира: с. Алексеевка, ул. Набережная, д. 6, кв. 1. **Заказчик Анохина Любовь Ивановна**, адрес: Челябинская область, г. Магнитогорск, ул. Октябрьская, д. 15, кв. 131, тел. 8 932 014-38-41.

С проектом межевания можно ознакомиться по адресу: Челябинская область, с. Варна, ул. Октябрьская, д. 152, в течение 30 дней со дня опубликования.

Возражения относительно площади и местоположения выделяемого земельного участка принимаются в течение 30 дней после опубликования объявления по адресу: Челябинская область, с. Варна, ул. Октябрьская, д. 152.

При проведении согласования местоположения границ земельного участка при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

### Извещение о согласовании проекта межевания земельных участков

В соответствии со ст. 13.1 ФЗ «Об обороте земель с/х назначения» приглашаются участники общей долевой собственности, кадастровый номер 74:05:0000000:39, для согласования площади и местоположения земельных участков, выделяемых в счет земельной доли из исходного с кадастровым номером 74:05:0000000:39, расположенного: Челябинская область, Варненский район, в границах Лейпцигского сельсовета.

Кадастровым инженером Умертаевой Любовью Ермагамбетовной, адрес: 457200, Челябинская область, с. Варна, ул. Октябрьская, д. 152, тел. 8 (351-42) 3-00-70, e-mail: Varna-555@mail.ru выполняются кадастровые работы в отношении земельных участков:

1-й участок, площадью 12,33 га, расположенный: Челябинская область, Варненский район, в 3 092 м на восток от ориентира: ст. Саламат, ул. Привокзальная, д. 1, кв. 1. **Заказчик кадастровых работ Валеев Сергей Шарифович**, адрес: Челябинская область, Варненский район, с. Лейпциг, ул. Советская, д. 85, тел. 8 932 011-93-48;

2-й участок, площадью 12,33 га, расположенный: Челябинская область, Варненский район, в 3 028 м на восток от ориентира: ст. Саламат, ул. Привокзальная, д. 1, кв. 1. **Заказчик кадастровых работ Валеева Марина Петровна**, адрес: Челябинская область, Варненский район, с. Лейпциг, ул. Советская, д. 85, тел. 8 932 011-93-48;

3-й участок, площадью 12,33 га, расположенный: Челябинская область, Варненский район, в 2 951 м на восток от ориентира: ст. Саламат, ул. Привокзальная, д. 1, кв. 1. **Заказчик кадастровых работ Михайлов Владимир Петрович**, адрес: Челябинская область, г. Челябинск, ул. Кавказская, д. 31, кв. 143 тел. 8 932 011-93-48;

4-й участок, площадью 12,33 га, расположенный: Челябинская область, Варненский район, в 2 939 м на восток от ориентира: ст. Саламат, ул. Привокзальная, д. 1, кв. 1. **Заказчик кадастровых работ Фисенков Алексей Александрович**, адрес: Челябинская область, Варненский район, с. Бородиновка, ул. Школьная, д. 76, тел. 8 932 011-93-48;

5-й участок, площадью 12,33 га, расположенный: Челябинская область, Варненский район, в 2 952 м на восток от ориентира: ст. Саламат, ул. Привокзальная, д. 1, кв. 1. **Заказчик кадастровых работ Фисенкова Антонина Петровна**, адрес: Челябинская область, Варненский район, с. Бородиновка, ул. Школьная, д. 76, тел. 8 932 011-93-48;

6-й участок, площадью 12,33 га, расположенный: Челябинская область, Варненский район, в 2 815 м на восток от ориентира: ст. Саламат, ул. Привокзальная, д. 1, кв. 1. **Заказчик кадастровых работ Лебедева Любовь Геннадьевна**, адрес: Челябинская область, Варненский район, с. Варна, ул. Зеленая, д. 10, кв. 1, тел. 8 932 011-93-48.

С проектом межевания можно ознакомиться по адресу: Челябинская область, с. Варна, ул. Октябрьская, д. 152, в течение 30 дней со дня опубликования.

Возражения относительно площади и местоположения выделяемого земельного участка принимаются в течение 30 дней после опубликования объявления по адресу: Челябинская область, с. Варна, ул. Октябрьская, д. 152.

При проведении согласования местоположения границ земельного участка при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.