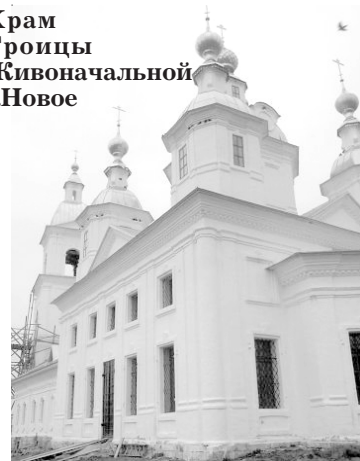


ГАЗЕТА БОЛЬШЕСЕЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

БОЛЬШЕСЕЛЬСКИЕ ВЕСТИ

СРЕДА
24 февраля 2016 года
№ 15 (1941)
Подписной индекс издания 54950

Храм
Троицы
Живоначальной
с.Новое



О ТЕХ, КТО РЯДОМ

У ВЕТЕРАНА ВОВ ЮБИЛЕЙ - ЕМУ 90

21 февраля единственному ныне здравствующему участнику Великой Отечественной войны, проживающему в д. Высоково, Николаю Августовичу НЕДО исполнилось 90 лет. Это большая и важная дата в жизни фронтовика.

Родился Николай Августович на хуторе Лобаново Косораменского с/совета Большесельского района в большой семье. Мать – Ольга Михайловна, отец Август Яковлевич и шесть детей – 2 дочери и 4 сына, жили небогато, но дружно, все работали. Дети всегда помогали родителям и рано научились, и пахать, и косить, и выполнять любую работу по хозяйству.

Николай окончил Косораменскую начальную школу. Учиться дальше не пришлось, так как в 1937 году по ложному доносу отца арестовали и увезли сначала на Байкал, а потом в Азербайджан. В своём письме отец писал, что под угрозой смерти пришлось признаться в том, чего не совершал. Подпись под таким признанием давала возможность переписываться с родными.

В 1939 году, посылаемые отцу посылки стали возвращаться обратно. Семья узнала, что он умер. И лишь в 1959 году Недо Август Яковлевич был реабилитирован.

Летом 1937 года семья переехала на хутор Кордон, где Николай жил с матерью и сёстрами до 1943 года. Летом пас скот, а зимой плел корзины. Помогал семье как мог.

Когда началась война, Коле было 15 лет. И он до сих пор отчётливо помнит тот день 22 июня 1941 года. Как всегда, рано утром он ушёл на работу – пасти деревенский скот, а вернувшись, домой в обеденный перерыв, узнал страшную новость – началась война. Мать плакала и причитала, ведь старший сын Федор был в армии.

В лихие военные годы жизнь в деревне всё же шла своим чередом: много работали, отправляли хлеб на фронт. Зимой мать и сестры вязали много шерстяных вещей: носки, шарфы, перчатки.

С фронта, хотя и нечасто, приходили письма. Их читали всей деревней, ждали каждую весточку.

А 10 ноября 1943 года пришла в семью повестка. Николая призывали в армию. Было ему в то время всего 17 лет. 11 ноября Большесельский военкомат дал направление в Свердловскую область, разъезд Еланский. Там по прибытии всех мальчишек-подростков направили на работу в лес. Работать приходилось до изнеможения. На себе носили за 20 километров бревна для строительства бараков. Не было у них тогда ни лошадей, ни техники, ни другой

вспомогательной силы. Только неокрепшие руки мальчишек. На работах в лесу получил травму колена и на 4 месяца попал в госпиталь. После лечения отправили Николая на Ленинградский фронт. Военная часть дислоцировалась в селе Красное. Там прошёл военную подготовку и был направлен на Чудское озеро, где грузили снаряды на катера и отправляли на фронт. Потом снова переподготовка и по личной просьбе был направлен в Краснознамённый гвардейский полк, где служил старший брат Федор и двоюродный брат Иван Густович Кейф. Полк находился под г. Тарту в Эстонии. Служил в звании рядового по специальности связист миномётной роты. В задачу входила своевременная передача команд и сообщений роте. Работал в паре со своим двоюродным братом Иваном Кейфом. Иван с наблюдательного пункта передавал координаты фашистских расположений, а Николай Недо уже по телефону передавал команду своей 82 минометной роте. С боями полк освобождал населённые пункты, железную дорогу Прибалтики.

В роте жили дружно, в казармах был порядок. Кормили нормально, не голодали, – вспоминал Николай Августович. – И, конечно, всегда с нетерпением ждали весточек из дома. Родные писали часто, сообщали о жизни в деревне, здоровье, на кого пришли похоронки. Интересовало всё, хотя сам писал домой мало и неохотно.

На войне случалось всякое. В одном из боёв был тяжело ранен брат Фёдор Недо и его с поля боя вынес Иван Кейф. А через некоторое время ранение получил Иван и уже Николай Недо отправлял его в госпиталь. Во время тяжёлых испытаний всегда остро чувствуется поддержка и взаимовыручка родных и близких людей.

5 мая 1945 года сообщили, что война идёт к концу. А весть о Великой Победе услышал в госпитале в Таллине, куда попал по причине защемления грыжи. После лечения ещё год служил срочную службу. Но травма колена, полученная на лесозаготовках, не прошла бесследно. В 1946 году сделала повторную операцию на колене, и по заключению военно-врачебной комиссии Н.А.Недо был признан негодным к военной службе и комиссован по состоянию здоровья.

За отличное выполнение боевых задач, Н.А.Недо награждён: медалями «За боевые заслуги», «За Победу над Германией в Великой Отечественной войне», юбилейными медалями.

После войны возвратился родную деревню. Работал в колхозе кузнецом, кладовщиком, полеводом. В 1948 году женился. С супругой Евдокией Александровной они вырастили четверых детей – трех сыновей и дочь. Построили большой крепкий дом. Всё делал сам



вместе с женой и детьми. Держали большое хозяйство: коровы, телята, пчёлы, ухоженный сад, огород. Детям дали хорошее образование.

Со своей Евдокией он прожил 62 года. Когда она заболела, Николай Августович взял все заботы о жене и хозяйстве на себя. И дом содержал в порядке, и огород, и любую просьбу супруги выполнял. Но так случается, что близкие и самые любимые люди уходят. Оставшись один, Николай Августович старался занять себя работой. Он безотказный человек и мастер на все руки и к нему всегда тянулся народ: кому косу наладить, кому печь сложить, а иногда и просто, посоветоваться.

Сейчас Николай Августович живет со старшим сыном Владимиром и его женой, которые оставили город, чтобы ухаживать за отцом. И они все вместе живут всё в том же родительском доме, не бросают хозяйство, так любовно созданное родителями. А Николай Августович как всегда не может сидеть без дела, помогает сыну и снохе по дому, помогает внукам и правнукам.

С юбилеем, ветеран! Многие Вам лета!

Елена ЛЕБЕДЕВА,
библиотекарь
Высоковской библиотеки

ПРЕОДОЛЕНИЕ

ПОДАРОК МУЖЧИНАМ

На прошлой неделе Большесельским обществом инвалидов была организована поездка на хоккей в спорткомплекс «Арена 2000 «Локомотив» в город «Ярославль». Шесть билетов для большесельцев – людей с ограниченными возможностями, выделило областное общество инвалидов.



Решением правления постановили следующее – распределить билеты среди мужчин (колясочники и другие) – как подарок к 23 февраля, ассоциируя этот праздник для них как преодоление, волю к победе при любых жизненных ситуациях.

Выезд на большую арену, знакомство с новыми людьми, в том числе и со своими земляками для них стало большим стимулом. В силу своих возможностей им сложно часто общаться. Выражаем благодарность даже за то, что они согласились на нелегкий для них «подарок».

Транспорт для поездки любезно предоставила партия ЛДПР в лице руководителя Ярославского регионального отделения А.В.Потапова и Большесельского местного отделения Герасимова Н.Н.

В день поездки обильный снегопад засыпал все стежки-дорожки, ведущие к домам, где проживают инвалиды. С



трудом, в сложных погодных условиях, но с улыбками, шутками-прибаутками, колясочники, конечно, не без посторонней помощи, и все отъезжающие сели в автобус. Среди них: Старухин А.Н. (колясочник), Ченченков М.(колясочник), Зубков Е.Б., Мавричев М.Н., Здоров Ю.Н., Афанасьева И.В. (председатель ВОИ). С небольшим

опозданием, но благополучно добрались до «Локомотива» и поболели за ярославцев, которые принесли победу своей команде.

Домой возвращались уже около 12 часов ночи. С трудом добрались до заметенных снегом домов. Но хорошее настроение, заряд энергии и оптимизма перевесили все неудобства. *

ШКОЛА ФЕДОТОВА

ФЕВРАЛЬ ЗИМУ ЛОМАЕТ

Окончание. Начало в №№ 9, 10

Побелите яблони вовремя

Увы, пока не все садоводы знают, что наилучший срок побелки яблонь, груш, слив, вишен и других плодовых, а также некоторых декоративных деревьев (например, сирени) – не апрель-май, а именно конец февраля. Тем более, к сожалению, немногие этим занимаются на практике.

Да, на садовых участках пока неуютно, холодно. Даже подойти к деревьям порой непросто. Но белить надо обязательно! Без побелки стволы яблонь, груш и прочих перечисленных рано или поздно покроются трещинами. Малозаметными, потом расширяющимися, куда неизменно проникают возбудители опасных грибных болезней. Они нередко становятся основной причиной гибели той же яблони.

Не дожидайтесь этого и заранее подготовьте удобные проходы к деревьям, чтобы побелить их во время оттепели, в последней декаде февраля, накануне того времени, когда солнечные ожоги станут для них реальной угрозой.

Напомню: разрыв коры в нижней части стволов и на развилке основных, самых толстых ветвей у взрослых яблонь (от 6-8 лет и старше, молодым это не грозит) происходит из-за резких колебаний дневных и ночных температур в ранневесенние месяцы. Днем под воздействием ярких солнечных



лучей темные стволы тех же яблонь нагреваются до +15°C и выше, а ночью охлаждаются до -10-15°C. Поэтому неудивительно, что кора таких контрастов выдержать не в состоянии – разрывается.

Отсюда столь важно заняться заблаговременной защитой своих деревьев, выбрав наилучшим образом зарекомендовавшую себя побелку. Таковую, как «ФАС». Сам я с неизменным успехом использую ее вот уже больше 10 лет, поэтому солнечных ожогов теперь не случается.

Венедикт ДАДЫКИН, агроном, журналист

ВЫБОР СЕМЯН – КАРТОЧНАЯ ИГРА?

Удачный выбор семян любой культуры, а особенно помидоров, становится своего рода карточной игрой: как ни старайся, чаще проигрываешь. В прошлом сезоне, чтобы повысить шансы своей удачи, я приобрел и вырастил сразу 30 сортов с наилучшими характеристиками. Результат поучителен.

Собрать и вырастить богатую коллекцию томатов из трех десятков якобы «самых-самых» лучших сортов и гибридов на своем огороде, что в подмосковной деревне Полтево Балашихинского района, я решил в порядке эксперимента, вынужденного – «достал» фитофтороз! Самое распространенное и опасное заболевание томатов последних лет, когда буквально «на корню», перед самой уборкой урожая, загнивают плоды на засыхающих кустах.

Понятно, что климат наших широт – далеко не самый благоприятный для этой теплолюбивой, капризной, но любимой мною культуры. А в прошедший сезон, как известно, отличался дождливой и прохладной погодой в первые два месяца лета, когда ночами столбик термометра опускался значительно ниже той, что требуется выходцам из Южной Америки.

Впрочем, к прошлому сезону я подготовился особым образом: выбрал самый солнечный участок с учетом севооборота, а осени хорошенько перекопал грядки, заправил их удобрениями, вырастил рассаду наивысшего качества, снабдив буквально каждое растение этикеткой. А главное – в нескольких лучших магазинах приобрел семена таких сортов, которые расхваливают как раннеспелые, исключительно выносливые, холодостойкие и устойчивые – либо конкретно к фитофторозу, либо к комплексу основных заболеваний. Именно так сказано в характеристике сортов от нескольких агрофирм – и в солидных каталогах, и непосредственно на самих пакетиках.

Например, выбрал сорт с красноречивым названием Фитофторозоустойчивый, а также Драйв, Лайф, Симона, Катя, Иришка, Новичок, некогда популярные из-за устойчивости в непогоду Белый налив, Грунтовой Грибовский и многие другие, ныне рекламируемые.

Нет смысла перечислять все мои приобретения, поскольку одновременно почти все кусты вместе с завязями и уже налившимися плодами в моей «хваленной» коллекции почернели, загнивая раньше, чем всегда: в открытом грунте уже 5-го, а в новенькой теплице – 10-го августа. Уточню, что для чистоты эксперимента и точности проверки сортов на устойчивость никаких профилактических обработок, в том числе химических, я не проводил. А вот мои соседи, по иронии судьбы, со своих безымянных «дедушкиных» томатов неизвестной устойчивости, но трижды опрыснутых бордоской смесью, сняли несколько ведер успешных покраснеть плодов. Неужели без подобных обработок не обойтись?

Тем не менее, поиск помидоров, которые можно успешно выращивать без «химии», экологически чистым способом, вполне обоснован и только обостряет актуальность ответа на вопрос: в самом деле, существуют ли томаты с реальной невосприимчивостью к губительному фитофторозу? Причем, в той ситуации, когда бесконечные погодные аномалии становятся нормой, а наши огородные участки нередко расположены на неудобьях, в низинах, где застаивается холодный воздух?

Впрочем, мой эксперимент помог выявить единичные исключения из большинства. Уже при вспышке заболевания основная часть плодов осталась здоровой у двух из тридцати сортов: Взрыв и Гном. Случайно ли?

За разъяснением я обратился непосредственно к



авторам обеих новинок – Владимиру Ивановичу Козаку и Ирине Юрьевне Кондратеве, которых разыскал в двух разных государственных научных учреждениях Московской области – в Центре генофонда растений Всероссийского селекционно-технологического института и во ВНИИ селекции и семеноводства овощных культур.

Вот их ответы. Оказывается, результаты моего скромного эксперимента вовсе не случайны и, по сути, совпадают с теми, что после серьезных многолетних исследований получены самими учеными. Ежегодно на полях того и другого института испытываются – ради объективной оценки достоинств и недостатков – не три десятка, а сотни сортов! Из всех проверенных за несколько лет, в общей сложности, 2389 образцов, абсолютно устойчивых (иммунных), с полной невосприимчивостью к возбудителю фитофтороза, не выявлено не только у нас, но и нигде в мире ни единого. Кстати, подобные исследования проводят ученые ста стран.

Тем не менее, вполне экологически чистый урожай даже в открытом грунте Подмосковья можно получать с помощью сортов, созданных за последние годы в обоих названных институтах. Они – не с полной, но повышенной устойчивостью к этой болезни – с генной невосприимчивостью к одной из двух рас возбудителя. Таких уникалов оказалось 15% от всего проверенного томатного многообразия. Лидирует один-единственный – Грот. Немного уступают ему Гном, Дубрава, Патрис и Взрыв. Все они суперранние, у которых основная часть урожая реально успевает сформироваться до поражения вредоносным грибом.

Напротив, 5% всего сортимента так или иначе восприимчивы к фитофторозу. Степень заражения – средняя или сильная – зависит от условий сезона: чем он прохладнее и влажнее, тем она выше. А еще – от конкретного микроклимата вашего участка, да и ухода. В любом случае максимальная неустойчивость к фитофторозу характерна для основной массы сортов, включая такие известные, как Грунтовой Грибовский, Штамбовый Алпатьева, Талалихин, Отрадный, Новичок, Хурма, Янтарный, Желтая слива. Понятно, что многие огородники на основе и собственного печального опыта расширили бы этот антирейтинговый список «аутсайдеров» до нескольких сотен. За счет той «халтуры», которую иные фирмы предлагают нам сегодня в качестве комплексно устойчивых.

Наконец, поделью последней хорошей новостью по затронутой теме. По данным ученых ВНИИССОКа, независимыми экспертами сразу трех стран – Беларуси, Болгарии и Израиля – в качестве сортов с повышенной устойчивостью к грибным заболеваниям в экстремальных условиях – признаны, как минимум, два российских: Грот и Патрис. В чем-чем, а в объективности подобной международной оценки сомневаться не приходится!

Венедикт ДАДЫКИН, агроном, журналист

ЧИТАТЕЛЬ СПРАШИВАЕТ ТРАНСПОРТНАЯ КАРТА. ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Поехала в больницу областного центра, в общественном транспорте, как всегда делала раньше, предъявила пенсионное удостоверение и подала кондуктору на половину стоимости проездного билета. Но на меня повысили голос и сказали, что плати полностью, или давай транспортную карту. Пришлось произвести полную оплату проезда. Что это за документ такой – транспортная карта? – спрашивает читательница газеты.

– Согласно Постановлению Правительства «О порядке оформления, выдачи и использования персонализированных электронных транспортных карт на территории Ярославской области» проезд в городском транспорте льготных категорий населения производится действительно по транспортной карте.

Транспортная карта – это именная пластиковая карта, предназначенная для оплаты проезда в городском транспорте на территории всей Ярославской области граждан, имеющих право на получение льгот в соответствии с «Социальным кодексом Ярославской области».

Получить транспортную карту можно в филиале многофункционального центра «Мои документы», расположенного на ул. Сурикова д.51, МФЦ

Для пользования транспортной картой её необходимо пополнить. Сумма пополнения может быть любой. Пункты пополнения транспортных карт организованы: в киосках «Универсальная касса», в киосках «Роспечать»; на автовокзалах и автостанциях; в отделениях «Почты России», в расчётно-кассовых центрах.

Если вам предоставлена льгота в размере 100%, достаточно активировать карту в пункте выдачи, при этом вносить денежные средства не требуется.

При посадке в городской транспорт предъявите транспортную карту кондуктору. При помощи специального устройства он спишет с карты стоимость проезда в соответствии с размером льготы. Денежные средства, внесённые на карту, не сгорают.

ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ

НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАЗА ПРИВЕЛО К ОТРАВЛЕНИЮ СЕМИ ЖИТЕЛЕЙ ЯРОСЛАВЛЯ

В течение января 7 жителей Ярославля пострадали от отравления угарным газом из-за нарушения правил эксплуатации газовых приборов.

Первый инцидент, в результате которого отравление получили три человека, произошел 8 января в доме №9 по улице Гоголя. Специалисты аварийной газовой службы компании «Газпром газораспределение Ярославль» оперативно прибыли на место происшествия. По итогам предварительной проверки газового оборудования было установлено, что отсутствовали тяга в дымоходе и приток воздуха на горелке в необходимом объеме.

Аналогичный случай зафиксирован 12 января в одном из частных домовладений по улице Чапаева. В семье из 4-х человек один был госпитализирован. Сотрудники аварийной газовой службы провели осмотр газифицированного жилого дома, где произошло отравление. Было обнаружено отсутствие тяги в дымоходе из-за несоблюдения правил эксплуатации и требований мер безопасности, изложенных в паспорте завода-изготовителя газового оборудования при эксплуатации газового оборудования с отводом продуктов сгорания в дымоход.

«Пользователи газового оборудования не всегда проверяют тягу в дымоходе, оборудование эксплуатируют при недостаточном притоке воздуха в помещении. Вторая причина несчастных случаев – обогрев помещений при помощи газовых плит в период низкой температуры воздуха, что также недопустимо», – отметил заместитель генерального директора – главный инженер АО «Газпром газораспределение Ярославль» Юрий Селезнев.

Справка: Компания «Газпром газораспределение Ярославль» напоминает потребителям о необходимости строгого соблюдения правил использования газа в быту.

Нельзя использовать газ для отопления закрытого помещения. Необходимо постоянно проверять тягу в дымоходе при работающем газовом оборудовании. Форточка или фрамуга должны быть приоткрыты для обеспечения притока воздуха для горения газа. При отсутствии тяги или обратной тяге пользоваться газовой колонкой или котлом категорически запрещено. В случае обнаружения запаха газа необходимо незамедлительно звонить по телефону газовой службы – 04.

Администрация филиала АО «Газпром газораспределение Ярославль» в г.Мышкине

РЕКЛАМА, ОБЪЯВЛЕНИЯ
в газете
“Большесельские ВЕСТИ”
2-16-71

СТРАНИЧКА ЗДОРОВЬЯ

ИММУНИТЕТ: ЧТО ЭТО ТАКОЕ И С ЧЕМ ЕГО ЕДЯТ?



Прежде всего, что такое иммунитет?

Этот термин, который происходит от латинского слова «immunitas», то есть «освобождение, избавление от чего-либо», означает способность иммунной системы избавлять организм от генетически чужеродных объектов.

Надо отметить, что наша иммунная система распознаёт множество разнообразных возбудителей, от вирусов до паразитических червей, и, подавляя их, защищает организм от болезней.

Наибольшая нагрузка на иммунную систему приходится в зимние и весенние месяцы, когда активны вирусы гриппа и возбудители других простудных заболеваний.

Для борьбы с ними создана многоступенчатая защита.

Борьба с инфекциями начинается уже на поверхности тела. Кожа имеет специальную защитную кислотную, или гидролипидную, мантию, которая противодействует колонизации чужеродных бактерий. А слизистая носа или глотки – место обитания собственных бактерий, тут же вступающих в конфликт с «агрессором» и нейтрализующих его действие.

Однако многим возбудителям удаётся преодолеть первый этап обороны и проникнуть вглубь организма. И здесь в дело вступает полноценный «отряд» – так называемых иммунных клеток (макрофагов, лимфоцитов и др.), призванных защищать организм «изнутри».

При столкновении с чужеродным объектом (вирусом или бактерией) иммунные клетки нападают на них. При этом клетка-макрофаг, чьё название переводится как «большой пожиратель», действительно, попросту поглощает и переваривает болезнетворную бактерию, нейтрализуя её таким образом. Но победить всех возможных возбудителей макрофаги не в состоянии. Поэтому им на помощь приходят другие клетки – лимфоциты различных типов. Одни из них – В-лимфоциты – распознают чужеродные структуры и

вырабатывают специфические антитела, то есть белковые молекулы, направленные против конкретных «чужаков». Другие – Т-лимфоциты – регулируют функцию иммунитета: по необходимости стимулируют выработку антител или тормозят её. А третьи – NK-лимфоциты – контролируют качество клеток организма и способны разрушать клетки, заражённые вирусами.

После вторжения какого-либо возбудителя инфекции иммунной системе требуется некоторое время, чтобы собраться и организовать эффективное противодействие в виде достаточного количества антител. Как правило, этого времени достаточно, чтобы возбудители начали своё болезнетворное действие и привели к появлению симптомов инфекционного заболевания. Однако, если тот же самый возбудитель по-прежнему через некоторое время атаковать организм ещё раз, иммунная система будет заранее готова к отражению нападения. Это явление называется «памятью иммунитета». После каждого успешного отражения инфекции особые «клетки памяти» сохраняются в организме и при следующей атаке позволяют иммунитету немедленно отреагировать на возбудителя и

подавить болезнь на самом раннем этапе.

Работа иммунной системы зависит от многих факторов: уровня стресса, количества и качества сна, физического состояния человека. Но самый главный фактор – это питание. Витамины и микроэлементы, содержащиеся в пище, помогают поддерживать работоспособность иммунной системы на самом высоком уровне. Особенно важно об этом помнить зимой и ранней весной – в период дефицита витаминов и повышения активности инфекций.

Витамин А стимулирует образование лимфоцитов и продукцию антител. Много его в печени морских рыб и млекопитающих (в частности говяжьей), а также в яичном желтке, молоке, сливочном масле и других молочных продуктах. Один из главных его провитаминов, то есть биохимических предшественников, – бета-каротин – содержится в красных, оранжевых и жёлтых овощах и фруктах: моркови, болгарском перце, тыкве, яблоках и др.

Витамин С помогает формированию иммунокомпетентных клеток. Этого витамина много в капусте брокколи, цитрусовых, киви, клюкве, бруснике, смородине.

Витамин D стимулирует процессы деления клеток, отвечающих за иммунитет. Его можно получить из жирных сортов рыбы, сливочного масла, сыра и других жирных молочных продуктов, а также яиц и некоторых грибов (например, лисичек), выращенных при естественном свете.

Витамин Е улучшает кровообращение и стимулирует белковый обмен и образование антител. Он содержится в семенах подсолнечника, орехах.

Витамин В6 ускоряет созревание лимфоцитов, содержится в бобовых, бананах, авокадо.

Цинк и железо – эти

микроэлементы помогают образованию антител и поддерживают активность макрофагов. Источники железа – шпинат, цукини, красная капуста, цельнозерновой хлеб, мясо. Цинк поступает в организм вместе с семенами кунжута тыквы и подсолнуха, арахисом и кедровыми орехами, а также тёмным, розмарином, натуральным рисом.

Селен – улучшает подвижность лейкоцитов и блокирует опасные свободные радикалы. Его много в молоке, орехах, грибах.

В период повышенной заболеваемости гриппом и ОРВИ следуйте простым рекомендациям по рациону питания:

- съешьте 400–500 граммов овощей и фруктов ежедневно, часть из них – обязательно в сыром виде (салат из морковки с яблоком, овощи в качестве гарнира к мясным блюдам);

- используйте бобовые и грибы для приготовления супов и в качестве добавки к гарнирам;

- добавляйте в салат или съешьте на полдник горсть орехов (10 штук миндаля или фундука, 3 грецких ореха);

- ежедневно съешьте 2–3 кусочка цельнозернового хлеба: вашему организму это необходимо;

- возьмите за правило употреблять 2–3 порции молочных продуктов каждый день (150 граммов творога, стакан кефира, 30 граммов сыра);

- отдавайте приоритет нерафинированному растительному маслу;

- пейте не менее 1,5 литров чистой воды в день: это помогает нормализовать обмен веществ и вывести из организма накопившиеся токсины;

- обогащайте свой рацион витаминно-минеральными комплексами

Будьте здоровы!

Татьяна СЕЛЕЗНЕВА, врач
областного центра медицинской профилактики

НАСЕЛЕНИЮ О ТУБЕРКУЛЕЗЕ

Ежегодно 24 марта проводится Всемирный день борьбы с туберкулезом. Туберкулез известен с древнейших времен. На всех языках эту болезнь называли чахоткой от слова «чахнуть». Действительно, человек, заболевший туберкулезом, медленно угасал, иногда сгорал очень быстро. О причинах существования данной болезни ходили легенды, а действенных мер помощи не было. И лишь не многим более 100 лет тому назад было доказано, что туберкулез является инфекционным (заразным) заболеванием, вызываемым палочкой Коха. Микобактерия туберкулеза переносит холод, высушивание, не погибает под действием едких щелочей, кислот и спирта, остается живой до 6 месяцев на полу, стенах, предметах. Болеют туберкулезом люди, животные и птицы. Основной орган, который поражается болезнью – легкие. Бывает туберкулез глаз, кожи, костей, почек. В 2015 году в Большесельском районе выявлено 4 случая туберкулеза и все с поражением легких. Передается туберкулез от больного к здоровому воздушно-капельным путем, поэтому заразиться можно где угодно: в автобусе, в гостях, в магазине. Вероятность заболеть при контакте с туберкулезом повышается, если организм ослаблен. Стресс, плохое питание, отсутствие свежего воздуха и физических нагрузок, вредные привычки, нарушение сна, перенесенные заболевания – все это снижает защитные силы организма. Человек, заболевший туберкулезом, может жаловаться на:

- * Кашель с выделением мокроты;

- * Кровахарканье;

- * Одышку (при далеко зашедшем туберкулезе);

- * Боли в грудной клетке;

- * Отсутствие аппетита, похудание на 5–10 и более кг;

- * Слабость, разбитость, потливость по ночам, повышенную утомляемость, снижение работоспособности;

- * Лихорадку (повышение температуры в вечерние часы, при физической и эмоциональной нагрузке);

Все указанные симптомы могут быть и при других заболеваниях, но при сохранении любого из них в течение трех недель и более необходимо обратиться к участковому врачу и провести специальные исследования для подтверждения или исключения диагноза туберкулеза. Основные методы обследования:

- * Рентгенологическое обследование

- * Туберкулинодиагностика (проба Манту, Диаскинтест)

- * Бактериологическое обследование (анализ мокроты)

Туберкулез – тяжелое заболевание, его легче предупредить, чем лечить. Предупреждение туберкулеза начинается с детского возраста. Всем здоровым детям в родильном доме, а затем в 7 лет (при отрицательной пробе Манту) делают прививку БЦЖ. Вакцина БЦЖ создает иммунитет, повышает сопротивляемость организма к туберкулезу. При заражении вакцинированные дети или вовсе не заболеют туберкулезом, или он протекает в легкой форме!

Туберкулез является серьезной опасностью для населения. Подумайте о сохранении своего здоровья и окружающих Вас людей. Посещайте флюорографический кабинет не реже 1 раза в год.

Будьте здоровы!

Врач-фтизиатр ГУЗ ЯО

Большесельская ЦРБ

ГОТИШАН С.А.

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ В 2016 ГОДУ

Диспансеризация взрослого населения проводится в целях раннего выявления заболеваний, которые являются причиной инвалидности и преждевременной смертности населения.

Диспансеризация проводится в два этапа, бесплатно!

Принять участие в данном осмотре могут работающие и неработающие граждане, а так же обучающиеся в образовательных учреждениях по очной форме.

Согласно ст.24 ФЗ РФ № 323 от 21.11.2011 года «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» работодатели обязаны обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения. Диспансеризация проводится 1 раз в 3 года. Для того, чтобы определить подходите ли Вы для прохождения диспансеризации, необходимо количество лет, которое Вам исполнится в 2016 году разделить на цифру 3, если делится, то Вам можно пройти диспансеризацию, если не делится, то Вы подлежите медицинскому осмотру. Диспансеризация отличается от профилактического медицинского осмотра объемом обследования.

1 этап включает в себя:

- * опрос (анкетирование);

- * антропометрию (измерение роста стоя, массы тела, окружности талии), расчет индекса массы тела;

- * измерение артериального давления;

- * определение уровня общего холестерина и глюкозы в крови;

- * определение суммарного сердечно-сосудистого риска;

- * электрокардиографию;

- * осмотр фельдшером (акушеркой), включая взятие мазка (соскоба) с поверхности шейки матки и цервикального канала для женщин от 21 года до 69 лет включительно;

- * флюорографию легких;

- * маммографию молочных желез для женщин в возрасте от 39 лет до 75 лет);

- * клинический анализ крови;

- * клинический анализ крови развернутый (для граждан от 39 лет и старше с периодичностью 1 раз в 6 лет);

- * анализ крови биохимический (для граждан от 39 лет и старше с периодичностью 1 раз в 6 лет);

- * общий анализ мочи;

- * исследование кала на скрытую кровь (для граждан в возрасте от 48 до 75 лет);

- * ультразвуковое исследование органов брюшной полости и малого таза (для граждан от 39 лет и старше с периодичностью 1 раз в 6 лет);

- * измерение внутриглазного давления (для граждан от 39 лет и старше);

- * осмотр врача – терапевта.

Граждане, нуждающиеся по результатам первого этапа диспансеризации в дополнительном обследовании, направляются

врачом – терапевтом на второй этап диспансеризации.

2 этап включает в себя:

- * Дуплексное сканирование брахицефальных артерий;

- * Эзофагогастродуоденоскопию;

- * Осмотр (консультацию) врачом – неврологом;

- * Осмотр (консультацию) врачом – хирургом (урологом, колопроктологом);

- * Колоноскопию или ректороманоскопию;

- * Определение липидного спектра крови;

- * Спирометрию;

- * Осмотр (консультацию) врачом – акушером – гинекологом;

- * Тест на толерантность к глюкозе;

- * Осмотр (консультацию) врачом – оториноларингологом;

- * Анализ крови на уровень содержания ПСА (для мужчин);

- * Осмотр (консультацию) врачом – офтальмологом;

- * Профилактическое консультирование;

- * Осмотр врача – терапевта.

По результатам прохождения диспансеризации гражданину выдается Паспорт здоровья, в который вносятся основные выводы (заключения, рекомендации).

Практические советы по подготовке к обследованиям.

- * На первый визит в поликлинику надо обратиться утром, на голодный желудок, до выполнения физических нагрузок, в том числе утренней гимнастики.

- * Взять с собой утреннюю порцию мочи в объеме 100–150 мл, перед сбором которой произвести тщательный туалет половых органов. Для сбора мочи и кала используют специальные контейнеры, которые можно приобрести в аптеке. Для анализа мочи собрать среднюю порцию мочи.

- * Продукты (свекла, морковь), способные окрашивать мочу, не употреблять в течение суток до забора материала. Гражданам, которые принимают мочегонные препараты, прекратить их прием, поскольку эти препараты изменяют удельные вес, кислотность и количество выделяемой мочи.

- * Если Вам 48 лет и более, и Вам необходимо сдать анализ крови на скрытую кровь, то для того, чтобы результат анализа был правильным, в течение 3 дней до обследования откажитесь от пищи с высоким содержанием железа (мясо, яблоки, фасоль), слабительных средств и клизм, препаратов железа, аспирина и аскорбиновой кислоты (при отсутствии противопоказаний).

- * На контейнере с мочой и калом необходимо разместить наклейку со своей фамилией и инициалами.

- * Женщинам необходимо помнить, что забор мазков с шейки матки не проводится во время менструации. Для исключения ложных результатов анализа мазка необходимо исключить половые контакты в течение 2-х суток перед диспансеризацией, отменить любые вагинальные препараты, тампоны, спринцевания.

- * Удостоверьтесь, что Вы здоровы – пройдите диспансеризацию!

- * Это позволит сохранить активность и работоспособность на долгие годы!

ПОЗДРАВЛЕНИЯ

ЗАСУХИНУ СВЕЛАНУ

Поздравляем с Юбилеем!
(День рождения 23 февраля)

Пусть свет улыбок самых тёплых
И пожеланий самых добрых
Наполнит каждое мгновение
В чудесный этот День Рождения!
Пусть годы счастья ожидают,
Любовь и радость окрыляют.
Все, что в мечтах, что очень хочется —
Пусть обязательно исполнится!

Мама, семья Сайканен



КЛУБ ПЧЕЛОВОДОВ

приглашает на занятия по пчеловодству (бесплатно).
Занятия проводятся в РДК в 15.00 по субботам.
Т.: 8 (915) 984-28-89

ЗЕМЛЯ, НЕДВИЖИМОСТЬ

ПРОДАЕТСЯ ЗЕМЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК 33 сотки в д.Дуброво (рядом река, лес).
Т.: 8 (960) 542-88-01, Галина

ПРОДАЮТСЯ КВАРТИРЫ в п.Варегово в новом двухэтажном доме (все коммуникации). Охота, рыбалка. **Справки по тел.: 8(910)970-19-45**

ПРОДАЕТСЯ ОДНОКОМНАТНАЯ КВАРТИРА: 2-й этаж двухэтажного кирпичного дома в с.Дунилово. Площадь 36,8 кв.м., в хорошем состоянии.
Т.: 8 (915) 987-41-51, 8 (960) 528-68-86

ПРОДАЕТСЯ ОДНОКОМНАТНАЯ КВАРТИРА (Большое Село, ул.Сурикова, 47, второй этаж трехэтажного кирпичного дома). Индивидуальное отопление, застекленный балкон, двойные двери. Цена договорная. Т.: 8 (910) 976-23-05, 8 (980) 772-91-45, Владимир, Татьяна

№ 19

ТН ТВОЕ НЕБО

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
импортного производства: Бельгия, Германия
бесшовные от 350 руб.кв.м;
-Бесплатный замер.
-Качественные работы.
ТЕЛ.: 8-980-747-07-07

ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

ВЗАИМОПОНИМАНИЕ - ЕСТЬ

Целых два дня - двадцать восьмого и двадцать девятого января - в Большесельской школе проходила игра «Учимся понимать друг друга», участниками которой стали учащиеся 5-8 классов.



Ребята прошли по заранее подготовленным станциям, где показали слаженную работу, умение взаимодействовать в команде, а также спортивный дух. Команды попробовали свои силы в различных творческих, спортивных и даже интеллектуальных батальных, за что мы, организаторы игры, говорим им большое СПАСИБО!!! Самой сплоченной по мнению жюри была команда 8 «А» класса, но победа, к сожалению, им не досталась. В их возрастной группе победителем была признана команда 8 «Б» класса, а среди 5-6 классов неоспоримыми лидерами стали участники игры 5 «Б» класса.

«Большесельские вести»

Газета Большесельского муниципального района.

Издается с 1 марта 1935 года.
Первое название «Колхозное знамя»
1962 г. - 1965 г. Выходит под названием «Знамя Ильича» в городе Тутаев.
1965 г. - апрель. Переименована в «Красное знамя», вновь выходит в Большом Селе.
1992 г. - февраль. Выходит под названием «Юхотский край».
1997 г. - май. Переименована в «Большесельские вести».

Нашу дорогую и любимую

КАРМАКОВУ

МАРИЮ НИКОЛАЕВНУ

От всего сердца поздравляем с 85-летием!

Чудес на свете не бывает;
И юность не вернуть назад.
А годы, словно льдинки, тают.
Но стоит ли о них вздыхать?
С годами женщина мудрее,
И в ней другая красота
И поступь гордая, и статность
Очарования полна.
Чтоб дольше это сохранить,
Желаем счастливо прожить,
Не волноваться, не грустить,
А главное - здоровой быть.

Семьи Кармаковых, Чистяковых



ЗАВОД ГОТОВЫХ ТЕПЛИЦ
КОНСТРУИРОВАНИЕ - ПРОИЗВОДСТВО - УСТАНОВКА

ТЕПЛИЦЫ от 9499 руб.

ПАРНИК В ПОДАРОК*

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА*

8-910-973-52-44
8-910-973-52-43

*При покупке теплицы «Основа», «Капелька» или «Кремлевская ЗГТ». Подробнее на сайте и по телефону.
www.zavodteplic.ru

**ПРОДОЛЖАЕТСЯ
ДОСРОЧНАЯ
ПОДПИСКА**
на районную газету
«Большесельские
ВЕСТИ»

на 2 полугодие 2016 года

Оформить подписку на издание
можно во всех отделениях почтовой
связи, а также у почтальонов.

ОТДЕЛЕНИЕ ПЕНСИОННОГО ФОНДА ИНФОРМИРУЕТ

ДО 31 МАРТА МОЖНО ПОДАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ НА ЕДИНОВРЕМЕННУЮ ВЫПЛАТУ ИЗ СРЕДСТВ МАТЕРИНСКОГО КАПИТАЛА

У ярославцев и жителей области чуть больше месяца, чтобы подать заявление на единовременную выплату из средств материнского (семейного) капитала в размере до 20 тысяч рублей. Последний срок - 31 марта.

Напомним, что получить данную антикризисную выплату могут все семьи, проживающие на территории Российской Федерации, у которых право на государственный сертификат возникло по состоянию на 31 декабря 2015 года.

РАБОТА

В СПК «КОЛОС» ТРЕБУЮТСЯ
доярки, механизатор на Т-150К.
Тел.: 8(905)138-42-02

ФИРМА ПРОВОДИТ ОТБОР на конкурсной основе **МАСТЕРА-НАЛАДЧИКА СТАНКА** по производству оцилиндрованных бревен. Зарплата от 30000 руб., ГСМ и сотовая связь оплачивается, при необходимости предоставляется жилье.
Т.: 8 (920) 117-43-21, Алексей

РАЗНОЕ

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

Т 8 929 077 29 23

КУПЛЮ РОГА ЛОСЯ, ШКУРЫ КУНИЦЫ
8-920-369-60-49

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОИЗВОДИТ РАСПРОДАЖУ
СРУБА БАНИ от 50000 или выполним сруб любой бани по вашему проекту. При заказе бани - подарок - садовая мебель.
Т.: 8 (920) 117-43-21, Алексей

ПРОДАЮТСЯ ДРОВА КРУГЛЫЙ ГОД.
СТОЛБЫ. НАВОЗ
Тел.: 8-915-990-51-65; 8-920-127-04-57

КУПЛЮ ШВЕЛЛЕР ИЛИ ДВУХТАВРОВУЮ
БАЛКУ длиной от 4 метров. Т.: 8 (910) 818-55-73

РУБИМ БАНИ ПОД ЗАКАЗ.
РЕМОНТИРУЕМ СТАРЫЕ БАНИ И ПОДРУБАЕМ.
Т.: 8 (903) 691-51-55

ШИРОКИЙ ВЫБОР НА ЛЮБОЙ КАРМАН

Приходите к нам

Вы найдете все у нас: канцтовары, хозяйственные, игрушки, одежду и обувь.
Много товаров по прошлогодним ценам.
СКИДКИ НА МОДЕЛЬНЫЙ РЯД ОБУВИ до 50%.
Мы ждем вас по адресу: Большое село, ул.Мясникова, 36 (бывший магазин «Золотое кольцо»)

ВНИМАНИЮ НАСЕЛЕНИЯ!

28 февраля

Большое Село в 7:15 у рынка; Новое село в 7:30 у рынка
СОСТОИТСЯ ПРОДАЖА

молодняка кур яйценоских пород возраст от 4 до 10 месяцев
Хайсекс, Ломан Браун (белые и рыжие)
Цена от 300 до 400 рублей
При покупке 10 штук 11-ая бесплатно.
Птица привитая,
Ярославской птицефабрики
Т. 8-961-153-22-87



**Обновленная
система
КонсультантПлюс**

- возможность настроить стартовую страницу с новостями для бухгалтера
- показ фрагментов документов - сразу в результатах поиска



КонсультантПлюс
надежная правовая поддержка
(4855) 283-888

Присоединяйтесь [f](#) [v](#) [e](#) ConsultantPlus.Comp
ConsultantPlus.Mobile

стартовая страница
с новостями для бухгалтера

Адрес редакции и издателя: 152360, Ярославская область, с. Большое Село, ул. Челюскинцев, 4.
Тел./факс: (48542) 2-16-71. E-mail: bsv12@bk.ru. Газета набрана и сверстана в МАУ «Редакция районной газеты «Большесельские вести», с. Большое Село, ул. Челюскинцев, д.4; отпечатана в ОАО «Полиграфия»: Ярославль, Республиканская, 61 Тел.: (4852) 32-80-96
Подписано в печать 23.02.2016г. Время сдачи в печать по графику: до 12.00 фактически: 11.30
Тираж 1080 экз. Заказ № 271
Учредитель: Администрация Большесельского муниципального района Ярославской области
Верстка и дизайн: Анна Саватеева
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
Перепечатка без письменного разрешения издателя запрещена.
Редакция не всегда разделяет точку зрения авторов публикаций.
Авторы несут ответственность за достоверность предоставляемых материалов.
Публикации, обозначенные знаком *, рубриками «Партийные взгляды», печатаются на коммерческой основе, на правах рекламы. За их содержание редакция ответственности не несет.

Главный редактор

ОКУНЕВА

ГАЛИНА НИКОЛАЕВНА

Управление Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Ярославской области.

Регистрационный номер
ПИ № ТУ76-00076

цена свободная