

Пусть и дальше счастье будет рядом!

Больше полувека назад, седьмого сентября 1961 года, Фёдор Семёнович и Анна Степановна ЧЕЗЫБАЕВЫ стали мужем и женой. В честь бриллиантового юбилея 21 сентября и.о. начальника отдела департамента ЗАГС по Орджоникидзевскому району Т.А. Ворошиловой почтенной семейной паре с наилучшими пожеланиями был вручен поздравительный адрес от Правительства Республики Хакасия и Главы Республики Хакасия – Председателя Правительства Республики Хакасия В.О. Коновалова и Благодарственное письмо от Отдела департамента ЗАГС по Орджоникидзевскому району. От имени главы Орджоникидзевского района А.И. Тайченачева и от себя лично юбиляров тепло поздравила первый заместитель главы Администрации района О.К.Тихонова. По традиции Фёдор Семёнович и Анна Степановна расписались в Книге почёта Зала бракосочетаний Орджоникидзевского района.

Окончив в 1957 году Абаканское педагогическое училище, Анна Степановна по направлению приехала работать в Конгаровскую начальную школу. Это была родная деревня Фёдора Семёновича. Здесь он родился и вырос, здесь встретил свою вторую половинку – приезжую молоденькую учительницу.

Вся трудовая деятельность этой супружеской пары до выхода на заслуженный отдых была связана с этой деревенькой. Фёдор Семёнович ещё подростком начал трудиться в колхозе «Ир-гиус». Позже продолжил работать в совхозе «Чулымский», сначала механизатором, затем механиком, управляющим отделением. За многолетний и добросовестный труд был награждён бронзовой медалью ВДНХ СССР «За успехи в развитии народного хозяйства», орденом



Трудового Красного Знамени, а также удостоен таких наград, как медали «За освоение целинных земель», «За трудовое отличие», «Ветеран труда», знак «Ударник девятой пятилетки».

Трудовая жизнь Анны Степановны была связана с деревенской школой. В копилке её наград – медали «Ветеран труда», «За доблестный труд». Она имеет звания «Отличник народного просвещения» и «Заслуженный учитель РСФСР».

Многие годы супруги трудились на благо родной деревни и района.

Они достойно воспитали двух дочерей, которые ни дня

не оставляют без внимания и заботы своих дорогих родителей. У них четверо внуков и трое правнуков, которым они своим примером показывают ценность семейных уз для человека. В их семье чтят обычаи и традиции своего народа.

В жизни супругов важна каждая годовщина совместной жизни, но бриллиантовая, которая ознаменовывает 60-летний союз, имеет особое значение. Супруги уже не молоды, а значит, за их плечами богатый жизненный опыт. Ими пройден долгий жизненный путь. Их семейные узы, их любовь оказались крепкими и прочными,

как символ этого юбилея бриллиант. Их глаза до сих пор излучают тепло при взгляде друг на друга, несмотря на прожитые годы. Они признаются, что счастливы. А чтобы испытывать такое счастье на протяжении стольких лет и не растерять его, нужно обоюдное стремление сохранить семью и оберегать друг друга. Это их совет молодым семьям.

А для наших юбиляров – пожелания крепкого здоровья, ещё долгих лет совместной жизни, счастливых и радостных дней.

Татьяна АХМАДЕЕВА.
Фото автора

Зерновые ушли под снег

Последствия прошедшего в ночь на 27 сентября затяжного снегопада для большинства малых и крупных сельхозпредприятий Орджоникидзевского района весьма и весьма плачевны: мокрый снег толстенной шапкой, как катком, придавил к земле хлеба. Под снег ушло около 50% (более 10 000 га) ещё не убранных площадей.

В районе введён режим ЧС. Установившийся на полях снежный покров в некоторых местах превышает 20 см. Он не даёт возможности технике выйти на поля. А тем временем прогноз погоды и на ближайшую перспективу неутешителен: ожидаются осадки в виде дождя и мокрого снега, суточная температура будет существенно колебаться – от -3 ночью до +10-12 градусов днём. Удастся ли при такой неустойчивой погоде хоть как-то продвинуться на полях и хоть что-то ещё собрать – хотя бы на корм скоту – пока совершенно не ясно.

- Но ясно другое, - комментирует руководитель райсельхозуправления В.В. Браун, - практически один в один повторилась

ситуация пятилетней давности, когда 24 сентября 2017 года поля также резко завалило толстым слоем мокрого снега. Выходит, уже позабыли этот «урок». Конечно, тот сентябрь с самого начала был дождливым, не давал толком вести уборочную. Но в этом году конец августа – первая декада сентября порадовали отменной сухой и даже жаркой погодой, так надо было максимально использовать данный природой шанс, грамотно сгруппировав технические и людские ресурсы, активно, без раскачек вести обмолот хлебов. Кто так поступает, у того и процент неубранных площадей невелик, да и те – серые хлеба, не пшеница. Все ведь опытные земледельцы, значит, нужно помнить горькие уроки прошлых лет, делать правильные выводы и выстраивать работу соответствующим образом - так, чтобы зачастившие «сюрпризы погоды», становящиеся нормой, всякий раз не заставляли врасплох.

Геннадий СПИРИДОНОВ



1 октября –
Международный
день пожилых
людей

Уважаемые жители Орджоникидзевского района!

От всей души поздравляем наше старшее поколение с Днём пожилого человека!

Это праздник человеческой мудрости и гражданской зрелости, душевной щедрости и качеств, которыми наделены люди, прошедшие войны и пережившие экономические потрясения. В этот день нам хочется вас особо поддержать, поблагодарить за вашу жизнестойкость и сказать, что вы нам очень дороги, мы ценим всё, что вы сделали для будущих поколений.

Желаем вам реализации всех ваших планов, пусть не покинут вас энергия и активность, пусть вас окружают только благодарные и любящие вас люди! Счастья, удачи и крепкого здоровья на долгие годы!

С праздником!

Глава
Орджоникидзевского района
А.И. ТАЙЧЕНАЧЕВ

Председатель
Совета депутатов
Орджоникидзевского района
Е.Г. ВОХМИНА

5 октября –
День учителя

Уважаемые учителя, преподаватели, ветераны педагогического труда!

От всего сердца поздравляем вас с Днём учителя!

Одна из самых важных и мирных профессий - воспитание человека. Объектом вашего труда является самое ценное, самое дорогое, что есть в жизни - человек. От вас и вашего таланта, педагогического мастерства и умения, мудрости зависят его здоровье, гражданская позиция и в конечном итоге - его место в жизни, его счастье.

Своим примером вы ведёте за собой учеников. Вы доносите до них такие простые истины, как дружба, взаимопонимание, честность и порядочность.

Дорогие педагоги! От всей души желаем вам новых творческих замыслов, достижений, вдохновения для работы, успешного воплощения в жизнь своих идей и планов.

Низкий вам поклон за ваше терпение и нелёгкий каждодневный труд!

Глава
Орджоникидзевского района
А.И. ТАЙЧЕНАЧЕВ

Председатель
Совета депутатов
Орджоникидзевского района
Е.Г. ВОХМИНА

Другие
поздравления
и материалы,
посвящённые
Дню учителя, читайте
на 2-3 стр.,
Дню пожилых людей -
на 4, 11, 12 стр.

Правительство и Верховный Совет Республики Хакасия поздравляют учителей, работников сферы образования и ветеранов педагогического труда с профессиональным праздником — Днём учителя!

Работа учителя - сложный и крайне ответственный труд. Вы открываете детям дорогу к знаниям, помогаете им раскрыть способности и таланты, учите ребят самостоятельно мыслить и принимать решения, делитесь с ними ценным опытом, знакомите их с понятиями добра, чести и справедливости. На плечи учителей возложена важная миссия - воспитать образованную и духовно развитую молодёжь, которая в будущем будет определять судьбу нашей республики и страны.

В этот день мы искренне благодарим вас за то, что вы посвятили свою жизнь непросто и благородному делу - преподавательскому труду. Вклад, который вы вносите в развитие нашего общества, бесценен.

Дорогие наши педагоги! Желаем вам профессиональных успехов, благодарных учеников, крепкого здоровья и благополучия!

**Глава Республики Хакасия –
Председатель Правительства
Республики Хакасия
В.О. КОНОВАЛОВ**

**Председатель
Верховного Совета
Республики Хакасия
В.Н. ШТЫГАШЕВ**

Уважаемые педагоги, работники образовательных учреждений, ветераны педагогического труда!

От всей души поздравляем вас с профессиональным праздником!

Каждый год в начале октября мы чествуем тех, кто выбрал своим призванием одну из самых важных и нужных профессий на земле - профессию учителя! Своей мудростью, душевной щедростью, талантом вы даёте путёвку в жизнь нашим детям, учите их преодолевать трудности на пути и строить будущее, верить в собственные силы, беречь красоту родной земли и делать всё для её процветания.

Мы гордимся нашими учителями, кото-
**Е.В. ДАНИЛОВА,
руководитель Управления образования
Администрации
Орджоникидзевского района**

рые успешно осваивают современные технологии, смело внедряют их в школьную практику, постоянно совершенствуются в профессии, подтверждая своё высокое мастерство и профессионализм. Вы помогаете детям познать себя и поверить в свои силы, вкладываете в них свои знания и душу. Учитесь самостоятельно мыслить и принимать решения, а самое главное - учите добру, милосердию и патриотизму, без чего не вырастет порядочный человек.

С праздником вас, дорогие коллеги! Мира и благополучия, терпения и вдохновения, любви и простого человеческого счастья! Здоровья вам и вашим близким!

**А.М. СКОК,
председатель
Орджоникидзевской районной организации
Общероссийского Профсоюза образования**



**Новые
классные:
В.А. Мурашев,
К.В. Коновалов,
И.В. Вохмин**

В новом учебном году произошло событие редкое и интересное – во всех 5-х классах Копьёвской СОШ классное руководство возглавили только мужчины.

Такое не грех и отметить, допустим, статьёй в районной газете ко Дню учителя. В школе, как в школе – вопросы и ответы, но не ученики в этот раз отвечают на уроке, а новые классные руководители в кабинете у директора. Собрать всех вместе удалось только на большой перемене: занятия по своим предметам никто не отменял.

Директор школы Евгений Николаевич Таровых представил своих коллег:

- Игорь Викторович Вохмин, учитель технологии, дал своё согласие стать классным руководителем в 5А ещё в июле. Перед самым началом учебного года я буквально уговорил учителя физкультуры Константина Викторовича Коновалова на 5Б, а следом и Владимира Анатольевича Мурашева, учителя географии, на 5В.

Такой мужской состав в одной параллели в нашей школе подошёл впервые. Один классный руководитель-мужчина – не редкость, два – счастливый случай, но уже было. А вот три, могу сказать, – хорошая сенсация местного масштаба. Превратится ли такой расклад в традицию, пока сложно сказать. Надеюсь, что мужчины восприняли новое назначение с воодушевлением, тем более что опыт классного руководства есть у всех.

Ответом был дружный смех, и далее продолжил самый опытный педагог – Владимир Анатольевич Мурашев:

- У меня уже было классное руководство, затем его передали супруге Евгении Николаевне. Потом были коррекционные классы. А нынче Евгений Николаевич уговорил взять большой класс – 5В, здесь 27 учеников. Классы все большие: по 27-28 человек.

- Наверное, это самые большие классы за последние годы?

- Бывало и больше.

- В дальнейшем количество учеников, видимо, будет снижаться?

Снова ответил директор:

- Ну почему же, дети приезжают. В нашей школе сейчас четыре 3-х класса – А, Б, В, Г, и через год будет головоломка по подбору классных руководителей.

Права и обязанности

Обязанности классного руководителя в школе для многих до сих пор очень расплывчаты: он, вроде, проводит классные часы, родительские собрания и возит детей на экскурсии.

Как официально ответил директор Копьёвской СОШ Евгений Николаевич Таровых:

- Полный перечень того, что должен делать классный руководитель в школе, прописан в приказе Министерства образования и науки. В каждом учебном заведении обязанности классного руководителя могут отличаться. Они прописаны в «Положении о классном руководстве», «Функциональных обязанностях классного руководителя» и Уставе каждой школы.

Для классного руководителя есть три «нельзя»:

- он не может собирать с учеников и родителей деньги, как по собственной инициативе, так и по распоряжению администрации школы;

- не имеет права раскрывать личную информацию об ученике, его семье и учителях посторонним лицам;

- не может выводить класс за пределы школы в одиночку и без приказа директора.

По собственному же опыту скажу, что классный руководитель должен делать всё, и даже немножечко больше: здесь и знание полной информации о ребёнке, и контроль за посещаемостью уроков, успеваемостью и соблюдением школьных правил. Обычно не реже двух раз в год классный руководитель проводит родительские собрания, график которых также утверждает директор. Он решает конфликты и спорные вопросы, которые возникают между учениками или между учениками и педагогами, родителями.

- Вызывает интерес вот такой ещё разрез – как встретили дети и их родители?

- Владимир Анатольевич Мурашев взял класс после молодого педагога: она решила, что ещё рано браться за классное руководство, что опыта пока не хватает. Другие учителя, с большим стажем работы, всё взвесив, решили, что может не хватить здоровья. Классный руководитель помимо часов своего предмета ведёт класс практически с утра до вечера. Такое «полное погружение» не каждому по силам. Владимир Анатольевич в себе такие силы нашёл, а опыт у него огромный.

- Да, первый мой класс выпустился в 1992 году в Устино-Копьёвской школе, - рассказал Владимир Анатольевич. - Супруги Етыгины, выпускники того года, там же работают уже много лет педагогами, и Наталья Владимировна Шевченко, их одноклассница, долгое время работала учителем технологии в Устинкино, теперь – в п. Копьёво. Евгения Ринатовна Ахметова работает в Доме детского творчества – все из моего первого выпуска.

Изначально слово «учитель» мужского рода, просто у нас годами, скорее всего, с Великой Отечественной войны, складывалась такая ситуация – везде были заняты женщины, тем более в школе. А встретили нас хорошо, главное, мне понравилась настрой родителей, отсюда и положительный настрой детей. Просто сила привычки ввиду того, что в школьных педагогических коллективах – большинство женщин. Хотя в вузах большинство преподавателей всё-таки мужчины.

- Причина такого положения ещё и в том, что выпускников педвузов-мужчин намного меньше. Когда учился, было так: сорок шесть девчат и один я, - дополнил И.В. Вохмин.

- У нас такой диспропорции не было, - продолжил В.А. Мурашев. - Но в 90-е годы уже прошлого века многие выпускники-педагоги или не дошли до школы, или сразу же ушли из-за того уровня зарплат. И получился провал.

- Нынче весной у меня выпустился 11А, все выпускники

изучали предметы на профильном уровне, то есть было не просто, но интересно. Правда, и класс выпускной был один, так как большинство учеников ушло после 9-го класса. Когда принял 5А, то, может, сначала и были у кого какие-то опасения, но, думаю, сейчас это прошло, - поделился Игорь Викторович Вохмин. - Некоторые спрашивали: три мужика взяли пятые классы, как так? А потом: ну, это же здорово!

- Да, в нашей семье средняя дочь – ученица 5А, и когда узнали про такую новость, то мама очень удивилась: как же это, мужчина – и классный руководитель, необычно. Но для меня, как для отца, это нормально.

- У меня уже был опыт классного руководства в 7Б, - вступил в разговор Константин Викторович Коновалов. - С ними я только набирался опыта и знаний, ведь тогда ещё учился заочно,

процесс: многие спортивные соревнования были отменены или перенесены, дети ограничены в перемещениях. Поддержание физической активности – задача теперь непростая, и надо следить, чтобы ученики на переменах не засиживались в гаджетах, а делали разминку.

Мурашев В.А.:
- География преподаётся с 5-го класса. При утверждении классным руководителем я сказал, что, видимо, это мой последний рывок в молодость. Среднее и старшее звено, вроде, знаю неплохо, а тут пятиклассники. Это надо до их уровня перестроиться и вместе с ними двигаться от 5-го до 11-го класса. Это стимулирует, тем более что они такие активные, шустрые. Самому надо быть таким. Как сейчас говорится, «быть в тренде». У детей свои слова, обозначения, приветствия – с маху и не поймёшь, что они обозначают. Тем более, когда очень развиты соцсети, откуда они много чего черпают. Сложно, но интересно.

Важный момент во всем учебном процессе – это постоянная связь с родителями.

Раньше большим событием был вызов родителя в школу – значит, ученик что-то натворил. Теперь у всех мобильные телефоны, созданы классные группы в Вайбере – можно решить массу вопросов. Правда, и у детей телефоны, что не всегда хорошо: отвлекают от учёбы, но это уже издержки.

- В города могут поиграть. Тоже изучение географии...

- И это есть. Я как классный руководитель ежедневно составляю на своём смартфоне краткий отчёт из столовой, который выкладываю в группе 5В. Здесь каждый родитель может увидеть, что его ребёнок поел, на какую сумму и так далее.

Единственно, на что можно посоветовать, так это на то, что с каждым годом возрастает количество разной отчётности – и бумажной, и электронной. Много это дело времени отнимает. Если сравнить, когда я был классным руководителем в 1992 году и сейчас, то бумаготворчество возросло в разы. План воспитательной работы, дневник классного руководителя, социальная карта класса, а ещё нужно электронный журнал заполнить и много всего прочего.

- В общем, решаете вопросы воспитания и питания?

- Да, - был общий ответ. - Всё это решает классный руководитель.

Есть рядом с дорогой на Подкамень, возле Тайдонова мостика, три камня.

По преданию, когда-то ехал мимо поздно вечером водитель, показалось, что люди стоят, он остановился и стал зазывать: «Мужики, что стоим? Поехали!». С той поры и пошло название – «Три мужика». И действительно, увидев их в сумерках, невольно притормаживаешь. Долго стоят эти камни.

Вот и трём мужикам-классным руководителям хочется пожелать, чтобы выстояли они с 5-го и до 11-го класса, и сомнений в этом нет.

**Беседовал
Дмитрий ТАРТАЧАКОВ.
Фото автора**

Где родился, там и пригодился

После того, как несколько лет назад в Гайдаровской школе сделали большой ремонт, она словно помолодела, повеселела, расцвела: чисто, красиво, светло! А главное – тепло, ведь до этого температурный режим в классных кабинетах в холодное время года не всегда располагал к постижению знаний.

И ещё главное в том, что здесь хватает учителей, несмотря на то, что посёлок отдалённый, рабочих мест мало.

«Секрет» - в известной поговорке «Где родился, там и пригодился»: большинство педагогов здесь, да и директор Татьяна Николаевна Бахилова, являются выпускниками этой школы.

Взять Любовь Николаевну Павлову. По её выражению, она стоит у школьной доски с двадцати лет. Уже дети её первых учеников привели к ней в класс своих детей!

Чуть меньше педагогический стаж у её коллеги, тоже учительницы начальных классов Татьяны Викторовны Даниловой. Она, в отличие от Любви Николаевны, после окончания Гайдаровской школы на несколько лет из посёлка уезжала, а вернувшись, стала работать здесь, заочно окончила Абаканский пединститут и учит ребятшек уже почти 25 лет.

15 лет преподаёт в школе физкультуру Александр Владимирович Рехлов – человек, увлечённый своим делом, тоже очень любящий свой посёлок, школу, детей.

И ещё в школе целая поросль молодых педагогов.

У Павла Владимировича Кольцова, по сравнению с другими, стаж посолднее - уже пять лет. Окончил Хакасский госуниверситет, преподаёт по полученной специальности физику и информатику, а ещё, пройдя переподготовку, - историю и обществознание. Плюс ведёт многочисленные занятия в качестве педагога дополнительного образования детей. В нынешнем учебном году к перечню дообразования добавилась интернет-журналистика: ею молодёжь сейчас очень интересуется.

Так получилось, что семья Павла Владимировича классически состоит из «физиков и лириков», потому что одно из главных увлечений его жены Натальи Николаевны – литература, которую она вдохновенно преподаёт гайдаровским ребятishкам, старается привить им любовь к чтению. По её признанию, Гайдаровскую школу не хотела бы променять ни на какую другую. Работает здесь пятый год, приехав из соседнего Ширинского



Н.Н. КОЛЬЦОВА:

- Именно в Гайдаровской школе я вижу свою миссию учителя, так как детей в маленькой школе, наряду с опытными, должны обучать молодые педагоги.



Л.Н. ПАВЛОВА:

- Мне никогда не хотелось побыстрее уехать из родительского дома после окончания школы. Уезжала из Гайдаровска только на время учёбы в Абаканском пединституте и в 20 лет вернулась в свою школу.



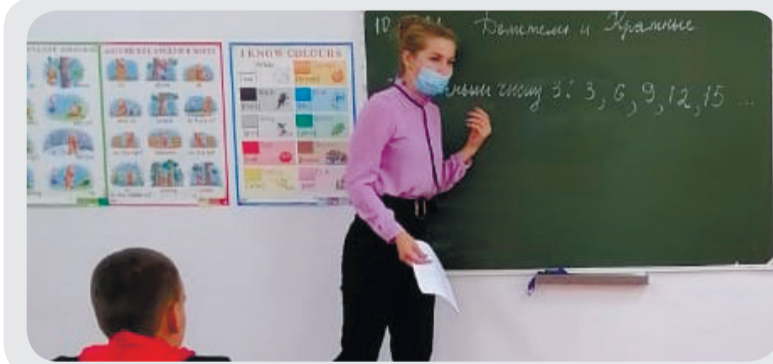
Т.В. ДАНИЛОВА:

- У меня три профессии: фармацевт, бухгалтер и учитель. Любимая, которой отдано почти 25 лет, - конечно же, последняя. Я учитель начальных классов – интересно работать с маленькими детьми!



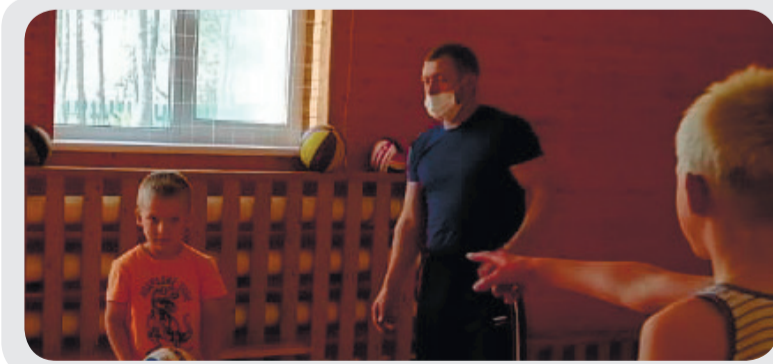
П.В. КОЛЬЦОВ:

- Родился в Гайдаровске, учился в этой школе, сейчас шестой год работаю здесь учителем. Постоянно с детьми, сам развиваюсь вместе с ними.



А.С. ПОТЕХИНА:

- Хочу, чтобы в Гайдаровской школе учились и мои дети, чтобы посёлок возрождался, чтобы как можно больше было здесь молодых специалистов.



А.В. РЕХЛОВ:

- Преподавать физкультуру – это здорово, особенно волейбол, лыжи. Жаль, мало у нас учащихся для волейбольных команд.



Т.Н. БАХИЛОВА:

- Когда в школе проводится День самоуправления, дети признаются: учителем быть очень трудно. Но многие её выпускники вернулись сюда именно в качестве учителей. Надеюсь, эта традиция будет продолжаться.

района. Наталья Николаевна окончила Красноярский государственный педагогический университет, образование у неё и юридическое, и педагогическое. Вопреки мнению, что в отдалённом посёлке скучно, предпочитает шумному городу жизнь в гармонии с природой. Что касается развлечений, считает, что их можно найти, съездив куда-нибудь. В нынешнем году, например, супруги Кольцовы побывали в Абхазии. Ещё одним доказательством тому, что постоянным местом жительства семья выбрала Гайдаровск, – строительство нового дома. А школа – второй дом для всего семейного состава Кольцовых: сюда они ходят уже вместе с трёхлетним сыном, которого водят в предшкольную группу.

Потехины – Александра Сергеевна и двое её детей – тоже по утрам спешат в школу втроём: Александра Сергеевна, как и её мама Людмила Александровна Воробина, преподаёт математику, а сын и дочка занимаются в «предшколе». После окончания Гайдаровской средней школы, где Саша Воробина была очень активной: занималась спортом, участвовала во всех мероприятиях, была президентом школы, она также получила образование и вернулась в родной посёлок.

Конечно, нельзя сказать, что в школе нет абсолютных никаких проблем. Мало компьютерной техники, не в каждом классе имеются видеопроекторы. Волнует и небольшое количество учащихся: сейчас их 32 плюс 13 в предшкольной группе, которую посещают дети в возрасте от трёх до семи лет. В этом учебном году выпускников девятого класса будет пять, в десятом и одиннадцатом обучающихся нет, а первоклассников только два. На будущий в первый класс придут пять детей, в последующие годы количество первоклассников снова ожидается меньше. Иначе, наверное, и не может быть в небольшом посёлке с населением в 220 человек. Но пример тех, кто выбрал его постоянным местом жительства, вселяет уверенность, что ребятшек, спешащих по гайдаровским улицам к окружённой высокими и стройными лиственными школами с годами будет прибавляться. Ведь значение поговорок «Где родился, там и пригодился» состоит в том, что человек может и должен делать всё зависящее от него, чтобы найти себе применение у себя на родине.

Нина ХМЕЛЁВА.
Фото автора

Своя их не пугает седина

В первый день октября мы чествуем людей старшего поколения, или как ещё говорят, людей элегантного возраста, и это выражение мне нравится больше. Это праздник наших мам и пап, бабушек и дедушек. Это праздник не только седины в волосах и морщинок на лице, в первую очередь – это день жизненной мудрости, житейского опыта и душевной щедрости. Этот день даёт нам возможность лишиться своей любви, внимания, заботы, уважение и благодарность тем, кто для нас и для нашей страны так много сделал.

Не каждому даровано судьбой испытать, что же такое быть человеком элегантного возраста. Но тем, кому дано, этого не избежать. И здесь уже зависит от самого человека, как он встретит и уйдет на заслуженный отдых, и свою старость. Кто-то и в 30 лет уже стар душой, а кто-то в свои 70 готов осуществлять мечты и планы, быть полным энтузиазма. Один ежеминутно сожалеет и страдает о том, что не нужно идти на работу, постоянно думает о своей прошлой молодости и болезнях, которые его преследуют, другой же, несмотря ни на что, ищет и находит в себе силы жить полноценной счастливой жизнью. Так истина, наверное, в том, что возраст – это всё-таки не количество прожитых лет, а состояние души, желание человека продлить счастливые годы своей жизни. А может быть, сделать их таковыми. Что может этому помешать? Ведь их дети выросли, карьера построена, и можно смело посвятить время себе, своим занятиям.

Что и делают некоторые мои собеседники, жители нашего посёлка, района, люди серебряного возраста, которые согласились поделиться с нашими читателями своими секретами, как им удаётся жить полноценной жизнью в их возрасте.

Сергей Васильевич МАРЬЯСОВ четыре года назад вышел на заслуженный отдых.

- На пенсии хорошо, если найдёшь для себя какое-нибудь занятие. Я с 1998 года занимаюсь пчёлами. Это очень кропотливый труд, отнимает много моего времени, поэтому скучать не приходится. Но когда всё-таки появляется свободное время, езжу на рыбалку, что, кстати, мог редко себе позволить, когда работал. Моя жена тоже не сидит



без дела: занимается выращиванием комнатных растений, а летом и на улице сажает много цветов, очень любит собирать клубнику. Любит пострелять что-нибудь вкусное. Выращиваем домашнюю птицу. Не хочется просто сидеть и ничего не делать, поэтому каждый день нахожусь себе занятию. У человека должен быть какой-то интерес в жизни, тогда всё будет хорошо, - делится он с нами.

- У меня сейчас очень мало свободного времени. На пенсии я уже десять лет, но не работаю только три года, - говорит **Елена Николаевна УСАНИНА**. - Помогаю детям, занимаюсь с внуками. У меня их 11: 6 внуков и 5 внуков. Встречаю внучку-второклассницу из школы. Когда внуки у меня, мы много рисуем, вырезаем для бумажных кукол платья, шьём из цветных лоскутков наряды настоящим куклам, мастерим поделки, внучек иногда учу вязать крючком. С внучкой Лерой поём песни, она очень любит петь. К 8 Марта выучили с ней песни «Оренбургский пуховый платок», «За тихой рекою», и она поздравляла ими маму. Мои внуки любят фаршированные блинчики, поэтому, когда они у меня в гостях, всегда их ими угощаю. Бывают дни, когда я одна, и становится грустно. Тогда я иду гулять по нашей ал-

лее или звоню детям по видеосвязи, благо, сейчас технологии позволяют. Но и дети меня не забывают. Звонят, интересуются моим здоровьем, забегают проведать. Вообще, на пенсии хорошо, времени для себя и семьи много. Несмотря на разные недомогания, жизнь прекрасна, - продолжила она.

Другая наша героиня, **Тамара Алексеевна РОСТОВЦЕВА**, на пенсии 21 год. Смотришь в глаза этой женщине, и кажется, что из них струится веселье, а вместе с ним и поток оптимизма. И, наверное, неспроста её отдушину – занятие художественной самодеятельностью.

- Десять лет я пела в нашем ансамбле «Берёзонька», сейчас пою в Златоруновском хоре. Пою дома – просто, чтобы голос не потерять, пою, когда мне грустно. Кажется, вот разбуди меня ночью, скажи, что нужно где-то выступить, и я, не обращая внимания на своё высокое давление, поеду или пойду выступать. Я этим живу, мне это очень нравится. Начинаю забывать про своё одиночество ещё и в то время, когда приезжает с вахты мой сын. Семейные заботы и хлопоты привносят в мою жизнь разнообразие, радость, - говорит Тамара Алексеевна.

Татьяна Николаевна ПАВЛОВА, жительница посёлка Гайдаровск, человек с активной жизненной позицией. С 1976 года она участница общественной жизни посёлка. В своё время была депутатом сельского Совета, председателем женсовета, председателем родительского комитета, пока учился в школе её сын. Была активным агитатором во время предвыборных кампаний, наблюдателем на выборах, и двадцать последних лет она является председателем Совета ветеранов своего родного посёлка.

С 2001 года она находится на инвалидной пенсии по зрению. Но судьбе оказалось мало испытать её этим: два года назад она сломала ногу. 76 дней ей пришлось находиться на лечении в республиканской больнице в отделении травматологии и ортопедии. Но, по её словам, ей было больно не столько физически, сколько от дефицита общения. И так как она к тому времени уже писала стихи, то это стало для неё способом выражения своих эмоций и чувств, способом черпать силы для дальнейшей жизни в эти непростые для неё дни, и это ей очень помогало.

- Стихи пишу с того времени, когда умер мой муж. В настоящее время у меня 141 написан-

ное мною стихотворение. Много у меня и стихов-посвящений: внуку, внучке, сыну, друзьям и подругам, людям в белых халатах.

Так как живу одна (у сына давно своя семья), то сейчас я заново учусь жить самостоятельно: всё, что приходится делать хозяйке по дому, стараюсь делать сама. И, несмотря на болезнь, стремлюсь жить позитивно. Конечно, я окружена вниманием и заботой сына, всех своих друзей, подруг. В этом плане я счастлива, - говорит Татьяна Николаевна, и продолжает:

- Людям пожилого возраста – таким же, как я, хочется сказать, что наши годы – это наша золотая осень. Да, мы уже не всё можем, не на всё хватает здоровья и сил, но не нужно окрашивать свою жизнь в серые краски. Нужно думать и верить, что сегодня лучше, чем вчера, а завтрашний день будет лучше, чем сегодня.

И к этим советам нужно прислушаться, ведь их говорит человек, на долю которого выпали немалые испытания, но она остаётся женщиной с оптимистичным взглядом на будущее и с несгибаемым желанием не просто жить, а жить счастливо.

Беседовала

Татьяна АХМАДЕЕВА.

Фото из открытых источников

1 октября – Международный день пожилых людей

Уважаемые ветераны и представители старшего поколения!
От имени Правительства и Верховного Совета Республики Хакасия от всей души поздравляем вас с праздником мудрости, опыта и долголетия!

Этот замечательный день – ещё один хороший повод выразить вам огромную благодарность за созидающие и трудолюбивые, за ваш личный весомый вклад в укрепление России и Хакасии.

Низкий поклон – представителям самого старшего поколения, участникам Великой Отечественной войны и свидетелям Великой Победы, всем, кто воспитал страну в послевоенные годы.

Ваш трудовой подвиг, который вы совершили в период крупнейших строек, всегда будет служить примером мужества, патриотизма и беззаветной любви к своей Родине.

Отдельная признательность всем землякам, вышедшим на заслуженный отдых, кто находит силы и время на общественную деятельность, кто передаёт свой бесценный опыт молодым, кто вносит важный вклад в воспитание внуков и правнуков.

Желаем вам крепкого здоровья, радостных событий, счастья, внимания, чтобы рядом всегда были родные и близкие вам люди!

**Глава Республики Хакасия –
Председатель Правительства
Республики Хакасия
В.О. КОНОВАЛОВ**

**Председатель
Верховного Совета
Республики Хакасия
В.Н. ШТЫГАШЕВ**

Поздравляем людей, которые очень много знают об этой жизни. Людей, чьи благородные седина означают не только возраст, но и безграничную мудрость, бесценный опыт и большие познания.

Желаем вам бесконечно долгих и счастливых лет, наполненных здоровьем, покоем, счастьем и заботой. Желаем вам, чтобы, несмотря на свой возраст, ваши души всегда оставались молодыми, энергичными. С Днём пожилого человека!

**Председатель
районного Совета ветеранов
Орджоникидзевского района
В.В. ПОЛЯНИН**

**Председатель
Союза
пенсионеров
Н.С. ДУБРОВИНА**

Поздравляем людей элегантного возраста с праздником!

Желаем крепкого здоровья, долголетия, всего самого доброго.

Совет ветеранов п. Копьево

Уважаемые пенсионеры, ветераны войны и труда!

Поздравляю вас с тёплым и сердечным праздником - Днём пожилых людей!

За вашими плечами долгая жизнь - своя судьба и разные жизненные обстоятельства, все вы пережили немало трудностей. Многие восстанавливали разрушенное войной хозяйство, самоотверженно трудились на благо родного района. И наш долг – обеспечить вам достойную жизнь, уверенность в завтрашнем дне и спокойную старость, помочь решить существующие проблемы.

Желаю вам крепкого сибирского здоровья, физических и душевных сил, благополучия и неугасающего интереса к жизни! Пусть ничто не омрачает ваших будней, всегда рядом с вами будут поддержка и понимание родных и близких!

**Начальник Отделения
ГКУ РХ «Управление социальной
поддержки населения» по
Орджоникидзевскому району
С.А. БАБУЧЕНКО**

Понедельник, 4 Октября

Первый

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.50 Жить здорово! 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+

СТС

06.00, 05.50 Ералаш 0+
06.15 М/с «Три кота» 0+

16+
17.00, 17.30 Т/с «Гранд» 16+
18.00, 19.00, 19.30 Т/с «Готовы на всё» 16+

НТВ

04.40 Т/с «Глаза в глаза» 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 07.55, 08.25 ТНТ. Gold 16+

03.10 Comedy Баттл-2016 16+
04.00, 04.50, 05.45 Открытый микрофон 16+

МАТЧ! Матч ТВ

10.00, 13.00, 16.00, 18.10, 21.00 Новости
10.05, 16.05, 19.15, 01.00, 03.45 Все на Матч! Прямой эфир

ПЯТЫЙ 5

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.15 Известия 16+

18.55 Т/с «Купчино» 16+
08.55 Возможно всё 0+

ДОМАШНИЙ

06.30, 06.15 6 кадров 16+
06.45, 01.30 Д/с «Реальная мистика» 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 08.30, 10.00, 15.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 12+

17.15 Д/с «Запечатленное время» 12+
17.45 Юбилей Гасо 12+

РТС

06.00 Утро Хакасии 16+
09.05 «Тема дня» на радио Комсомольская правда 105.3 FM 12+

дио Комсомольская правда 105.3 FM 12+
17.00 Патриот 16+
17.40 Бренды СССР 16+

Вторник, 5 Октября

Первый

05.00 «Вызов». Трансляция с Байконура
09.00, 13.00, 16.00, 03.00 Новости
09.10 Жить здорово! 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+

СТС

06.00, 05.50 Ералаш 0+
06.15 М/с «Три кота» 0+

17.00, 17.30 Т/с «Гранд» 16+
20.00 Х/ф «Люди в черном» 0+

НТВ

04.45 Т/с «Глаза в глаза» 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 07.55 ТНТ. Gold 16+

06.05, 06.30 ТНТ. Best 16+

МАТЧ! Матч ТВ

10.00, 12.55, 16.00, 21.00 Новости
10.05, 16.05, 22.55, 01.50 Все на Матч! Прямой эфир

ПЯТЫЙ 5

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.15 Известия 16+

19.25, 20.00, 20.40, 21.30, 22.20, 00.30 Т/с «След» 16+

ДОМАШНИЙ

06.30, 06.20 6 кадров 16+
06.45, 01.30 Д/с «Реальная мистика» 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 08.30, 10.00, 15.00, 19.30, 00.00 Новости культуры 12+

12+
14.15 Голливуд страны советом 12+

РТС

06.00 Утро Хакасии 16+
09.05 «Тема дня» на радио Комсомольская правда 105.3 FM 12+

16.30 Выборы 2021. Совместное агитационное мероприятие. Прямой эфир
17.30 Бренды СССР 16+

Пятница, 8 ОКТЯБРЯ

Первый

05.00, 09.15 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.50 Жить здорово! 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+

СТС

06.00, 05.50 Ералаш 0+
06.15 М/с «Три кота» 0+
07.00 М/с «Том и Джерри» 0+

08.00 Т/с «Готовы на всё» 16+
09.00 Т/с «Воронины» 16+
11.00 Уральские пельмени. СмехBook 16+

НТВ

04.45 Т/с «Глаза в глаза» 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.25, 10.25 X/ф «Морские дьяволы. Смерч» 16+

ТНТ

07.00, 07.30 ТНТ. Gold 16+
07.55, 08.25, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30 Т/с «СашаТаня» 16+

00.00 Такое кино! 16+
00.30, 01.30, 02.20 Импровизация 16+

МАТЧ! Матч ТВ

10.00, 12.55, 16.00, 18.10, 21.00 Новости
10.05, 16.05, 19.15, 01.00, 03.45 Все на Матч! Прямой эфир
13.00, 16.45 Специальный репортаж 12+

ПЯТЫЙ 5

05.00, 09.00, 13.00 Известия 16+
05.30, 06.15, 07.00, 07.55 Т/с «Группа Zeta» 16+

16.15 Т/с «Группа Zeta-2» 16+
17.05, 18.00, 18.50, 19.40, 20.25, 21.15, 22.05, 22.55 Т/с «След» 16+

ДОМАШНИЙ

06.30, 03.15 Д/с «Реальная мистика» 16+
07.25 По делам несовершеннолетних 16+
08.30 Давай разведёмся! 16+

РОССИЯ K

06.30, 07.00, 07.30, 08.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры 12+

до 80» 12+
15.05 Письма из Провинции 12+
15.35 Энигма. Сара уиллис 12+

РТС

06.00 Утро Хакасии 16+
09.05 «Тема дня» на радио Комсомольская правда 105.3 FM 12+

17.00 Патриот 16+
17.40 Бренды СССР 16+
17.45 Под счастливой звездой (с субтитрами) 16+

В программе возможны изменения

Суббота, 9 ОКТЯБРЯ

Первый

06.00 Доброе утро. Суббота
09.00 Умницы и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету 12+

СТС

06.00, 05.50 Ералаш 0+
06.05 М/с «М/с «Фиксики» 0+
06.25 М/ф «Самый маленький гном» 0+

08.25, 10.05 Шоу «Уральских пельменей» 16+
09.00, 09.30 ПроСто кухня 12+
10.00 Саша жарит наше 12+

НТВ

04.55 ЧП. Расследование 16+
05.25 X/ф «Спасатель» 16+
07.20 Смотр 0+

ТНТ

07.00, 07.30 ТНТ. Gold 16+
07.55, 08.30, 09.00, 09.30, 11.30, 12.00, 12.30 Т/с «СашаТаня» 16+

10.00 Бузова на кухне 16+
10.30 Звезды в Африке 16+
13.00 X/ф «Гренландия» 16+

МАТЧ! Матч ТВ

10.00 Профессиональный бокс. Альберт Батыргазиев против СибусисоЗинганге. Трансляция из Москвы 16+

МАТЧ! Матч ТВ

10.00 Профессиональный бокс. Альберт Батыргазиев против СибусисоЗинганге. Трансляция из Москвы 16+

07.00 Бокс. VaneKnuckle FC. Джо Риггс против Мелвина Гилларда. Прямая трансляция из США

ПЯТЫЙ 5

05.00, 05.35 Т/с «Свои» 16+
06.10, 06.45, 07.30, 08.15 Т/с «Свои-4» 16+

ДОМАШНИЙ

06.30 X/ф «Одиноким предостается общежитие» 16+

РОССИЯ K

06.30 Роберт Льюис стивенсон «Остров сокровищ» 12+

14.45 Д/ф «Судьба длиною в век» 12+

РТС

06.00 Утро Хакасии 16+
09.05 «Тема дня» на радио Комсомольская правда 105.3 FM 12+

грамма «7 дней» 16+
17.30 Территория 02 16+
17.40 Бренды СССР 16+

В программе возможны изменения

Улицы – дороги, кварталы – бурьяны

Благоустройство сёл и посёлков имеет много общего с благоустройством городов. Только тут трубы пониже и асфальт..., нет, не пониже – его просто меньше на сельских улицах. Впрочем, за последних года два-три на многих улицах райцентра, а также сёл Устинкино, Копьёво и Новомарьясово засверкало свежим асфальтом дорожное полотно. Новый же асфальт там, где его никогда не было, пока не частый гость, так как удовольствие это совсем не из дешёвых. Сейчас вот в селе Новомарьясово идёт асфальтирование целой улицы – Хакасской, но работы эти ведутся по госпрограмме «Развитие транспортной системы Республики Хакасия». На улицах и дорогах района ямочный ремонт производят силами Орджоникидзевского ДРСУ.

К основным видам работ по благоустройству территории относятся также ремонт тротуаров, содержание элементов внешнего благоустройства зданий и сооружений, объектов инфраструктуры: детских и спортивных площадок, парков, скверов и аллей.

За последний год в качестве элементов «фасадного декора» улиц (сначала в частном секторе посёлка Копьёво, а затем и в остальных сёлах) стали выступать контейнерные площадки для сбора отходов. И если дизайн таких площадок стандартен: п-образный забор из металла на бетонной основе, то содержимое может принимать самые причудливые формы – такие инсталляции из мусора порой накапливаются, куда там столичным выставкам авангардного искусства... Видимо поэтому региональный оператор выдвинул суровое условие – не складировать в мусорные баки разную там траву да ботву с огородов. Сразу же возникает резонный вопрос: это как же понимать? Деньги-то уплачены.

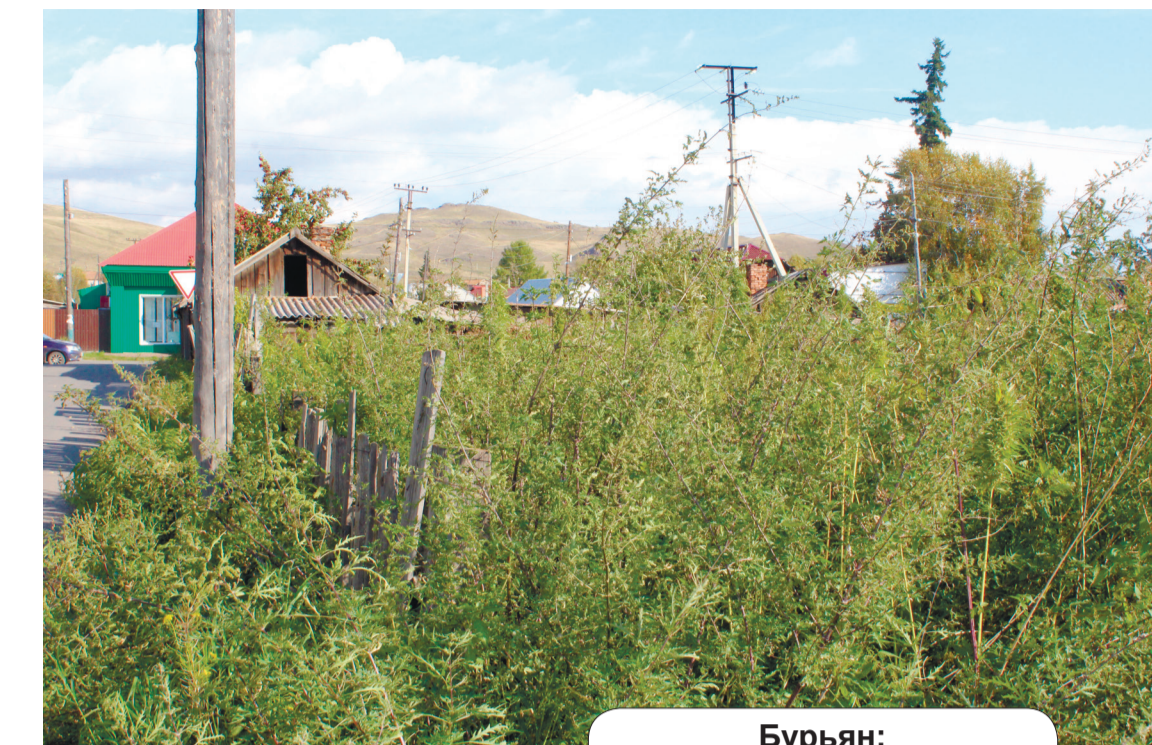
Ан нет, не так: куда подобное девать? Ну, «Аэросити» высоко, Черногорский мусорный полигон далеко, а выход нашли на местном уровне – с 10 сентября на три недели открыли временные площадки для складирования огородной ботвы да веток.

Регулярная уборка территории от мусора – самый наглядный элемент благоустройства. Чисто – значит, ухожено.

Кварталы бурьянов

Заброшенные же и заросшие бурьяном участки – большая проблема для любого посёлка или села. «Осень – пожароопасный период. Сухая трава, опадающая листва, ветреная погода – всё это становится благоприятными факторами для возникновения крупных пожаров», – это из Памятки пожарной безопасности в осенний период.

Иной раз потянет дымком по улице – ладно, если шашлык жарят, а то вдруг и жжёным мусором напахнёт, и люди сразу начинает беспокоиться: что где горит? Раньше такое было часто, когда всякую ботву-листву осенью сжигали на своих участках, и никого это не удив-



**Бурьян:
снег неожиданно скрыл
проблему, которая
не исчезла**



ляло. Но «большой пожар» шестилетней давности вроде бы всем нам должен был обострить обоняние и бдительность. Поэтому сейчас бывает удивительно видеть участки, заросшие бурьяном выше человеческого роста, зачастую по одним и тем же адресам. Везде: в Июсе и Устинкино, Копьёво и Горюново, Сарале и Костино. И ладно бы такие «плантации» были расположены отдельно, но они примыкают к другим, ухоженным усадьбам, где хозяева регулярно скашивают сорную траву.

Любой заросший земельный участок имеет своего собственника или собственников, которых можно разделить на две группы.

Первая – это когда жила одна старушка да занемогла, и свезли её родственники в город. За избушкой ухода нет, всё обветшало да заросло. Со временем получается, что дома-то и нет: торчит один скелет – балки да стропила, да кругом крапива. Жильцов нет, а на нет, вроде, и суда нет. Зато участок остался, и переходит он из рук в руки, только к уборке эти руки никак не прикладываются. В результате была хоть старая, но обихожная хатка, а появилась новая «чёрная дыра» на карте

поселения, и притягивает она к себе своими пустыми окнами разный мусор и хлам. Соседство с таким местом становится в тягость, да что там – в пожарную угрозу.

Вторая группа собственников многолетних зарослей – хозяева-«антикосильщики».

Свой участок прибрать могут, но не считают нужным, более того, живут согласно поговорке «Шляхтич в своём огороде всегда равен воеводе», и всякие жалобы и увещания им не указ. Отсюда и возникают трения между соседями, местами переходящие в затяжные «войны». Для иллюстрации можно привести рассказ жительницы посёлка Копьёво, она при этом просила данных своих не называть.

- Вроде раньше с соседкой нормально жили, она участок свой когда-то купила без документов, огород убирала, планировала что-то построить. Потом стала жильцов пускать всяких разных. Началась невротрёпка, но хоть вторую половину дома отапливали да огород худо-бедно занимали картошкой. А теперь соседка сказала, что, мол, от арендаторов одни убытки, пускать никого не будет, и участок заброшен. Зимой половина дома будет холодной, а сосед-

ский огород – как проходной двор: заборы рушатся, бурьян прёт. Что делать теперь? Только идти жаловаться.

Если участок заброшен и продать не могут, так может, его поссовет заберёт? Хотя бы обкашивать будут.

Реакция местных властей

Действительно, есть же Правила благоустройства территории сельского поселения, и за их соблюдением обязаны смотреть местные власти, от некоторых представителей из них были получены свежие ответы, несмотря на то, что проблема заброшенных участков многолетняя, постоянно на виду и на слуху, и борьба с ней тоже дело затяжное.

Глава Копьёвского сельсовета А.А. Коропов:

- Обкашиваем, делаем химвпрополку, если есть возможность. По договорённости с хозяевами заросших делян бульдозером срезаем бурьян, за эти услуги они платят определённую сумму. Штрафуем особо упёртых отказников.

Глава Новомарьясовского сельсовета В.В. Машков:

- Косим всё лето, выносим предупреждения и штрафы, взаимодействуем с органами внутренних дел, если на участ-

ке произрастает конопля. Полицейские выезжают быстро, обычно хватает предписания.

Глава Копьёвского поссовета И.А. Якушин:

- Любый огород, конечно, частная собственность, и просто так туда зайти мы не в праве, были уже случаи разных возражений. Дела со своевременной уборкой конопли и бурьяна не решаются годами, потому что многих не пугают штрафы в 500 – 1000 рублей, даже в 2000-3000 от поссовета. Теперь мы поменяли схему воздействия: у каждого земельного участка есть собственник, поэтому заказали из Росреестра выписки по адресам таких участков с целью установления владельцев.

В первой декаде сентября сотрудники поссовета провели рейд по проблемным адресам, в первую очередь там, где растёт конопля. Хозяевам усадеб под роспись были выданы предупреждения об уничтожении сорной растительности в пятидневный срок, а также произведена фото- и видеофиксация нарушений Правил благоустройства населённого пункта. Казалось бы, возможностей для решения данной проблемы имеется много: скосить самому хозяину или договориться с соседями или родственниками, имеющими косилки, нанять работника, обратиться в поссовет или сельсовет, если не хватает сил и средств – там помогут. Если заинтересован человек в решении проблемы, то он использует все эти возможности.

Некоторые владельцы частных подворий объясняли, что, мол, всё равно сухую траву с огорода в контейнеры не разрешают высыпать.

Только вот для таких целей поссовет специально открывал временную площадку хранения отходов именно с 10 сентября до 1 октября. Предварительно место свалки и окраину посёлка за улицей Южной обработали гербицидами сплошного действия против сорняков. Главное, чтобы туда не вывезли горячую золу, как это было весной.

Сейчас проводим контрольные рейды: кто-то внял предупреждению и скосил траву, но по отдельным участкам положительной реакции нет. В таких случаях вся информация будет передана на рассмотрение Административной комиссии, в полицию и противопожарный надзор для составления протоколов. Виды засыхающих сорняков разные, и степень возможного ущерба от них тоже.

Если растёт конопля, то полиция имеет полное право составить протокол, если же всё заросло бурьяном и крапивой, которые высохли и превратились в горючий материал, тогда это дело противопожарного надзора. И тогда суммы штрафов возрастают в несколько раз: предусмотрено же законодательством, что в случае ненадлежащего ухода за своим участком для хозяев наступает как гражданская ответственность, так и административная, вплоть до уголовной.

Рейды будут продолжаться регулярно.

**Подготовил
Дмитрий ТАРТАЧАКОВ.
Фото автора**

И бег, и слёзы, и медали - ну почему же всем не дали?



Первый класс
- первый кросс



24 сентября на территории Орджоникидзевского района состоялся «Кросс нации – 2021». Это мероприятие проводило Управление культуры, молодёжи и спорта районной администрации совместно со спортивной школой, общеобразовательными школами и культурно-досуговыми учреждениями. Участие приняли 859 человек.

В этом году из-за ограничений не было общего масс-старта, и кросс проходил раздельно на школьных стадионах.

Средняя школа посёлка Копьёво традиционно составляет наибольшее количество бегунов, нынче 400. Первый забег совершили первоклассники, они же и попали в кадр. Сначала учителя - «классные мамы» на баскетбольной площадке вы-

строили малышей по парам, для них всё было ново и интересно: смех, визг, веселье.

Но на соревнованиях всё по-взрослому. На дистанцию 200 метров бегового круга первыми вышли девочки, где «суровый» судья Сергей Павлович Ознобихин выстраивал юных спортсменов и объяснял условия:

- Встаём на линию ко мне лицом, за руки не держимся. Бежим только тогда, когда услышите: «На старт, внимание, марш!». Вторыми бегут мальчики, затем проводим награждение самых быстрых. Все всё поняли?

- Да-а-а, - был дружный ответ.

- На старт... - и побежала первая тройка бегуний - фальстарт.

- Ещё раз: на старт, внимание, марш! - и рванули девочки разноцветной стай-

кой: бежали, дышали и довольные, раскрасневшиеся примчались к финишу. Правда, многие «срезали» круг, на что судья был вынужден отреагировать:

- Бежали неправильно, поэтому будем делать второй забег, после мальчиков.

Парни, посмотрев на это дело, стартовали по правилам, на финиш первым прибежал Семён Шалюта, вторым - Илья Гаппель, а Ярослав Волков замкнул тройку лидеров.

У девочек после второго, «правильного» круга первой финишировала Аня Ганова,

Кучелаева Даша прибежала второй, и Даша Бышкина была третьей. Группы болельщиков в лице учителей, родителей, бабушек и дедушек поддерживали всех участников кросса.

И вот классы выстроили для церемонии награждения, пронесли яркие грамоты и блестящие медали. По рядам первоклашек прошёл восторженный шёпот: смотри, сколько медалей!

Довольные победители с наградами вернулись в строй, кросс для первых классов завершён, но у некоторых юных легкоатлетов на глазах выступили слёзы. Бабушка участливо

спросила одного:

- Ты, наверное, медаль хотел?

- Да.

- Ну, ничего, в спортивной секции будешь заниматься, подучишься и в будущем обязательно медаль завоюешь.

В этом случае, наверное, получился «Кросс нации. Начало большого старта».

ДМИТРИЙ ТАРТАЧАКОВ.
Фото автора

В Гайдаровске открыта спортплощадка

24 сентября в Гайдаровске был настоящий праздник: состоялось торжественное открытие спортивной площадки, сооружённой на Центральной улице посёлка благодаря участию муниципального образования в республиканском конкурсе на лучший социально значимый проект.

В апреле по итогам этого конкурса Гайдаровский сельсовет занял первое место, и вот в конце сентября объект уже готов, причём все работы выполнены своими силами, без привлечения подрядчика и дополнительных денежных средств: установкой спортивных снарядов, огораживанием территории площадки занимались учащиеся и работники школы, клуба и сельской администрации.

С открытием спортплощадки жителей посёлка тепло поздравили и пожелали им активных занятий на ней глава Орджоникидзевского района А.И. Тайченачев, председатель Совета депутатов Орджоникидзевского района Е.Г. Вохмина, заместитель Секретаря Хакасского регионального отделения Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» И.С. Мамонтов, глава Гайдаровского сельсовета М.С. Шевченко, депутат Совета депутатов



На такой площадке не заскучаешь

Орджоникидзевского района, учитель Гайдаровской средней общеобразовательной школы А.В. Рехлов, председатель Совета ветеранов п. Гайдаровск Т.Н. Павлова, жительница посёлка Т.И. Чалушкина, которая выразила особую благодарность главе сельсовета М.С. Шевченко не только за спортплощадку, но и за другие добрые дела.

А сразу после того, как была перерезана красная ленточка, все участники праздника смогли опробовать спортивные снаряды: подтянуться на турниках, закинуть новенькие мячи, подаренные И.С. Мамонтовым, в баскетбольную



корзину, полазать по лабиринтам, позаниматься на кольцах и на тренажёрах. На спортплощадке установлено два спортивных

комплекса, и занятия себе здесь могут найти люди самых разных возрастов.

НИНА ХМЕЛЁВА.
Фото автора

«Кросс нации-2021» в Устинкино

Если хочешь быть сильным - бегай,
Если хочешь быть красивым - бегай,
Если хочешь быть умным - бегай.

Бег - эффективное средство развития таких функций организма, как кровообращение, дыхание, обмен веществ. Бег укрепляет скелетную мускулатуру, способствует развитию сердечной мышцы, усиливает потребление кислорода и повышает способность организма приспосабливаться к различным меняющимся условиям внешней среды.

Устинкинский сельский Дом культуры совместно с Устино-Копьёвской СОШ провели «Кросс нации - 2021» - это одно из массовых спортивных мероприятий как на территории России, так и в нашем селе.

Ученики школы, учителя, работники культуры и все желающие жители села пришли на кросс с хорошим настроением.

Спортивный праздник прошёл на одном дыхании. Все участники хорошо провели время на свежем воздухе, получили массу положительных эмоций, заряд бодрости, а самые выносливые - призовые места и грамоты.

Хочется поблагодарить директора школы Н.В. Кмита за большую помощь в проведении данного мероприятия. Всем участникам желаю крепкого здоровья, успехов и побед!

Е. ПОЛЕЖАЕВА,
директор
КУК «Устинкинский СДК»

Что изменится для владельцев оружия в 2022 году

28 июня 2021 года Президент Российской Федерации подписал Закон №231-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об оружии» и отдельные законодательные акты Российской Федерации».

Закон опубликовали на официальном интернет-портале правовой информации 28 июня 2021 года. Но вступит в силу он через год со дня опубликования – 29 июня 2022 года.

До лета следующего года оружие можно приобрести и оформить по старым правилам. Но знать, что изменится, нужно заранее.

Из основного: устанавливаются дополнительные условия, исключаяющие владение огнестрельным оружием отдельными категориями лиц:

- не достигшими возраста 21 год, за исключением граждан, прошедших либо проходящих военную службу, а также граждан, проходящих службу в государственных военизированных организациях и имеющих воинские звания либо специальные звания или классные чины юстиции; граждан, относящихся к коренным малочисленным народам Российской Федерации, ведущим традиционный образ жизни, осуществляющих традиционное хозяйство и занимающихся традиционными промыслами; граждан, занимающихся профессиональной деятельностью, связанной с охотой; работников юридических лиц с особыми уставными задачами и спортсменов, занимающихся стрелковыми видами спорта;

- имеющими снятую или погашенную судимость за тяжкое или особо тяжкое преступление, а также за умышленное преступление средней тяжести, совершённое с применением (использованием) оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ, взрывных или имитирующих их устройств, специально изготовленных технических средств, наркотических средств, психотропных, сильнодействующих, ядовитых и радиоактивных веществ, лекарственных и иных химико-фармакологических

препаратов;

- имеющими снятую или погашенную судимость за умышленное преступление, связанное с незаконным оборотом оружия;

- имеющими снятую или погашенную судимость за преступление террористического характера и (или) экстремистской направленности, а также за преступление, совершённое в целях пропаганды, оправдания и поддержки терроризма;

- имеющими снятую или погашенную судимость за умышленное преступление, совершённое с применением насилия в отношении несовершеннолетних;

- двумя или более раза осуждёнными за совершение преступления;

- привлечёнными к административной ответственности за совершение административного правонарушения, предусматривающего административный арест в качестве одного из видов административного наказания, а равно привлечёнными к административной ответственности за потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ, за управление транспортным средством в состоянии опьянения либо передачу управления транспортным средством лицу, находящемуся в состоянии опьянения, - до истечения одного года со дня окончания срока, в течение которого лицо считается подвергнутому административному наказанию.

С 9 июля 2021 года вступили в силу поправки, внесённые в Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях Федеральным законом от 28 июня 2021 №232-ФЗ, в котором в новой редакции излагаются статьи об оружии и значительно ужесточаются наказания за нарушение в данной области.

Уважаемые владельцы оружия и граждане, планирующие ими стать, рекомендуем ознакомиться с изменениями в законодательстве об оружии более подробно. Вышеука-

занные Федеральные Законы находятся в свободном доступе в сети Интернет.

Напоминаем, добровольная сдача незаконно хранящегося оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ не только освобождает от уголовной ответственности, но и предусматривает денежное вознаграждение.

Размеры вознаграждения, выплачиваемого гражданам за добровольную сдачу найденного или незарегистрированного оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств:

- боевое ручное стрелковое оружие (автоматы, пулемёты, пистолеты, револьверы, гранатомёты), 1 шт. – 10000 руб.; служебное огнестрельное оружие, 1 шт. – 5000 руб.; огнестрельное охотничье, спортивное нарезное или охотничье комбинированное оружие, 1 шт. – 5000 руб.; огнестрельное охотничье, спортивное гладкоствольное оружие, 1 шт. – 4000 руб.; огнестрельное оружие ограниченного поражения, 1 шт. – 2000 руб.; самодельное огнестрельное оружие или обрез огнестрельного оружия, 1 шт. – 2000 руб.; газовое оружие (пистолеты и револьверы), 1 шт. – 1000 руб.;

- взрывные устройства промышленные или самодельные (мины, снаряды, гранаты и т.д.), 1 шт. – 2000 руб.; взрывчатые вещества, 1000 г – 2000 руб.; непроводный шнур, 1 метр – 50 руб.; взрыватель, детонатор, 1 шт. – 50 руб.; патроны для нарезного огнестрельного оружия, 1 шт. – 30 руб.; патроны для гладкоствольного огнестрельного оружия, 1 шт. – 20 руб.

По всем вопросам, связанным с оборотом оружия, вы можете обратиться непосредственно в отделение лицензионно-разрешительной работы Орджоникидзевского района (п. Копьево, ул. Зелёная, 69), либо по телефону: 8 (39036) 2-26-14.

Отделение лицензионно-разрешительной работы Отделения МВД России по Орджоникидзевскому району

Поздравляем!

Дорогую, любимую **Любовь Петровну БУГАЕВУ** с днём рождения!
Тебе желаем в день рожденья,
Как издавна желали на Руси,
Здоровья, счастья, радости, веселья
И в жизни долгого пути.
Не грусти, что волосы седые,
Береги себя и не болей,
Потому что нет у нас на свете
Человека ближе и родней.

Дети

Любимую сестру **Екатерину Анатольевну КОТЮШЕВУ** с юбилеем!
Дорогая сестра, в день рождения
Мы желаем тебе всей душой
В сердце – радостного ощущения
И всегда быть хранимой судьбой!
Хоть виски серебро украшает,
Но в глазах – озорства огоньки,
Пусть душа твоя грусти не знает,
И шаги твои будут легки!
Своей мудростью ты восхищаешь,
Вдохновением и добротой,
И всё то, о чём ты так мечтаешь,
Пусть всегда будет рядом с тобой!
Пусть здоровье тебя не подводит,
В доме мир пусть царит и уют,
Пусть успех с тобой за руку ходит,
И счастливые дни тебя ждут!

Твои сёстры

Дорогую, любимую тётю **Екатерину Анатольевну КОТЮШЕВУ** с юбилеем!
С днём рождения Вас поздравляем,
Годы мудростью пусть наполняют,
И виски уж заметно седеют,
Только сердце и душа не стареют!
Пусть несут Вам гармонию годы,
Не находят в дом дорогу невзгоды,
Пусть здоровье будет крепким, надёжным,
И решение задач всех – не сложным.
Пусть родные окружают заботой,
Чтоб мечтали и жили с охотой,
Пусть желания судьба исполняет,
Оптимизмом каждый миг наполняет!

Племянницы

Дорогих сестёр **Маргариту Сергеевну КАЗАНАКОВУ** и **Наталью Николаевну ПЛОТНИКОВУ** с Днём учителя!
Детишек учить – непростая работа,
Желаю в свой праздник забыть про заботы,
Любые проблемы пускай разрешатся,
Хорошие новости в дверь постучатся,
Успехов в труде, вдохновения, терпения,
Пускай не испортит ничто настроения!

Ваша сестра

Уважаемых педагогов и ветеранов **Кобяковской школы** с Днём учителя!
Сегодня педагогов поздравляем
С известным в мире Днём учителей.
Мы вам успехов и добра желаем,
Талантливых, способных вас детей!
Пусть светятся улыбки ваши лица
И праздник озарится пусть добром.
И залетит к вам в гости счастья птица,
Счастливым пусть взмахнёт своим крылом!
Мы от души желаем вам свершений
И достижений высших из вершин.
Пусть меньше будет в жизни огорчений,
Для радостей побольше вам причин!

Ваши благодарные ученики и их родители

Уважаемые односельчане!
Искренне благодарю вас за оказанное мне доверие – быть вновь избранным главой Копьёвского сельсовета. Спасибо вам за вашу помощь, поддержку во всех делах и начинаниях. Буду продолжать действовать в интересах населения и прилагать максимум усилий, чтобы сделать жизнь жителей наших поселений лучше. Надеюсь на ваше дальнейшее активное участие и поддержку. Желаю всем здоровья, благополучия и удачи!

А.А. КОРОПОВ,
глава Копьёвского сельсовета

Члены партии «Справедливая Россия» М.И. Кошелев и Н.М. Рыжков продолжают вести приём граждан по интересующим их вопросам в первый понедельник каждого месяца по адресу: п. Копьево, ул. Залинейная, 23, в здании ДОСААФа с 17.00 до 19.00.
Контактные телефоны: 8 (39036) 2-18-45, 2-18-68.

МОНТАЖ КРОВЛИ, САЙДИНГА, ЗАБОРОВ
Перекрываем крыши, качественно, недорого.
Продаём профлист, черепицу, сайдинг, металлоштакетник, проф. трубу.
Доставка.
Замер и расчёт бесплатно.
Наличный и безналичный расчёт.
Кредит от ОТП банка (ген. лицензия №2766)
Тел. 8-906-978-45-49. ОГРН 320420500024258

Отделение МВД России по Орджоникидзевскому району приглашает на службу в органы внутренних дел граждан в возрасте от 18 до 40 лет, годных по состоянию здоровья и способных по своим моральным и деловым качествам, физической подготовке выполнять возложенные на сотрудников полиции обязанности.

На должность: **полицейского (водителю) изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых** – имеющего общее среднее или среднее профессиональное образование; **старшего инспектора** (служащего), направление по исполнению административного законодательства - имеющего высшее или среднее профессиональное образование. По вопросам трудоустройства обращаться в отделение МВД России по Орджоникидзевскому району по адресу: п. Копьево, ул. Ленина, 19 д, каб. №227, тел. 2-26-11.

ФОТО на документы Быстро! Недорого!
п.Копьево, пер.Юбилейный, 3/2 (редакция районной газеты)

Магазин автотракторных запчастей предлагает вам расходные материалы и оригинальные запчасти на грузовую тракторную и сельхозтехнику, а также прессы и косилки.
г.Ужур, пер.Луговой,6а. **Тел. 8-950-971-66-10.** ОГРН 319246800018231

БАЛАХТИНСКИЙ, ЧЕРНОГОРСКИЙ: сортовой, орех. Просеянный.
УГОЛЬ
Доставка через весы
ОГРН 118246803357
Тел. 8-923-351-42-00, 8-923-585-41-85
п.Копьево, ул.Залинейная, 15

МЯСО ЗАКУПАЮ. Дорого. Забой бесплатно.
Тел. 8-923-591-06-16,
8-950-964-24-84 (Алексей)

РЕМОНТ холодильников и стиральных машин
ОГРН: 320190100001482
Тел. 8-962-801-39-07

Теплые Окна
качество выше цены!
Окна Двери
Балконы Лоджии
Заборы Ворота
от замера до установки 5 рабочих дней!
8-953-992-11-10
8-923-782-55-11
ОГРН 316190100067444

Уважаемые жители почтенного возраста п. Гайдаровск!
Примите самые искренние поздравления с Международным днём пожилых людей!
Для всех нас это особый праздник. В этот день мы выражаем искреннюю любовь и безграничное уважение нашим родителям, бабушкам и дедушкам, наставникам и старшим товарищам, благодарим их за терпение, сердечность, умение дать мудрый совет и поддержать в трудную минуту. В наших силах сделать так, чтобы они не чувствовали себя одинокими, всегда были окружены вниманием и теплом.
От всей души желаем вам крепкого здоровья на долгие годы, душевного равновесия, неугасающего интереса к жизни, любви и уважения родных и близких людей! Живите долго и счастливо!

Уважаемые педагоги и ветераны педагогической деятельности п. Гайдаровск!
Примите самые тёплые поздравления с Днём учителя!
Учитель всегда является в обществе человеком самым почитаемым и уважаемым. Ваша работа – бесспорно, ответственный труд, который требует высокого профессионализма, огромных душевных и физических сил, мудрости, терпения, умения жертвовать личным временем и своими личными интересами в интересах детей.
Желаю всем представителям этой профессии здоровья, счастья, бодрости духа и жизненных сил, постоянного движения вперёд, достатка и уверенности в завтрашнем дне, семейного благополучия, пытливых, одарённых и благодарных учеников, которые будут всегда радовать вас своими победами и достижениями!

М.С. ШЕВЧЕНКО,
глава Гайдаровского сельсовета

ДО СЛЁЗ РОДНАЯ

Несколько лет назад, в одну из тех суббот, когда не нужно никуда торопиться и можно отложить какие-то не срочные домашние дела на вечер либо вообще на следующий день, я решила пройтись по магазинам. Не то чтобы целенаправленно заняться шопингом, нет. Хотелось просто пройтись, медленно и не спеша насладиться солнечной и тёплой погодой, совсем не характерной для поздней осени. Привлекал ещё один нюанс – в выходные дни, особенно в утренние часы, на улице редко можно встретить прохожего или проезжающий мимо автомобиль, что избавляет от лишней суеты.

Так с хорошим настроением, с покоем в душе я шла по родным улицам и не уставала любоваться остатками осеннего убранства деревьев, шуршащими листьями под ногами, слушать тишину выходного дня. Мысли в этот момент, казалось, были обо всём и в то же время – ни о чём.

Вдруг, очнувшись от своей задумчивости, я увидела идущую навстречу мне по обочине дороги женщину. Она была ещё довольно далеко от меня, но я поняла, что она не молода. Невысокого роста, в пальто красивого покроя, дамская сумка на руке. Вполне можно было подумать, что



дама среднего возраста идёт по своим делам, если бы не её походка. Опущенные плечи и голова создавали впечатление тяжёлого груза на них, какой-то безысходности, что ли, выдавая её почтенный возраст. Она шла, нет, не медленно, она шла тихонько, как будто боясь упасть и тщательно выбирая место для следующего шага. Позже я поняла, что она немного припадала на правую ногу, отсюда, видимо, и осторожность и тяжесть в походке. Когда расстояние между нами сократилось, глубокие морщины и частая сетка из мелких морщин на её щеках бросились мне в глаза. «А какие шикарные волосы

для её возраста», - невольно подумала я, увидев копну волнистых, в большей части выбеленных сединами волос.

И тут наши с ней глаза встретились! Я не понимала и уже не слышала мысли в своей голове, кроме одной: «Мама, мама...». Как я могла её не узнать! Пусть даже и издали. Это была моя мама, мамочка. Такого не могло быть!

«Хоть и видимся очень часто, практически ежедневно, потому что живём недалеко друг от друга, созваниваемся и того чаще, но как же я не заметила, моя родная, во всей этой стремительной карусели жизни, что ты так сильно поседела. И походка твоя стала

уже не такой быстрой и торопливой, как раньше. И осанка твоя уже не такая прямая, и плечи не расправлены горделиво, как ещё десять лет назад. И устаёшь ты теперь вдвое быстрее. И здоровье оставляет желать лучшего. А может быть, это просто оттого, что ты в моей памяти и перед глазами оставалась долгое время всё такой же молодой и энергичной, весёлой и звонкоголосой, как раньше? А может быть, потому, что я и мысли не допускала, что придёт время и будет как-то по-другому?» - молчаливые слова молниеносно складывались в предложения и проносились роем в моей голове, и от них ком подступал к горлу, а сердце нещадно щемило от острого осознания в те минуты, как быстротечна наша жизнь, что порой мы не замечаем, как стареют наши родители, даже живя с ними рядом и видя их каждый день. Конечно, я и вида не подала, какие чувства на тот момент охватили меня. Зачем волновать ту, чьё сердце всегда тревожится за своих детей? Тем более что постепенно грустные мысли отступили. Бережно взяв маму под руку, я предложила ей прогуляться вдвоём. И было мне в этот момент тепло не только от пригревающего солнышка, но и от мысли, что мама рядом.

Её дочь. п. Копьёво

Творчество читателей



Утро опять
наступило,
Снова я в доме
одна.
Сильно скучаю
по сыну,
Ведь он один
у меня.

Часто звонит мне роднулька,
Мы говорим, говорим...
Но и такое бывает,
Что просто вдвоём помолчим.
Знает, любимый, стара я,
Тихо прошепчет: «Живи!
И для меня ты, родная,
Здоровье своё береги!»

П. ГРАФСКАЯ,
п. Копьёво

ЖУРАВЛИ



Осень пришла,
поля опустели,
Жёлтые травы
ложатся в постели.
В путь собрались
журавли,
Грустные песни
заводят они.

В поднебесье открыта дорога,
Путь не ближний лежит.
На душе печаль и тревога,
К югу семейство спешит.

Уносит оно на крыльях
Лето в тёплые края.
Летит, курлыча в небе синем,
Журавлиная семья.

Улетает, но с весною
Опять вернётся к нам сюда.
Закипит работа снова
По строительству гнезда.

В. ВОЛКОВА,
п. Копьёво



День пожилого
человека –
Как много песен для
вас спето.
Ты, ветеран труда,
навеки
Оставишь след свой
на земле,

А след твой в детях, внуках,
В делах, поступках, доброте.
Ведь нам не так уж много надо:
Любви, заботы и тепла,
Чтоб жизнь достойною была,
Чтоб это слово «пожилой»
Звучало ласково и нежно
Да чтоб сбывались все мечты –
В душе всегда живёт надежда.
Надейтесь вы, желаю вам
тепла и света.

Ведь праздник, в золото одетый,
Зовётся просто бабьим летом.
Живите долго, без печали,
Болезни чтоб не докучали.
Желаю мира и добра,
Чтоб жизнь достойною была!

Т. ПАВЛОВА,
п. Гайдаровск

А жизнь продолжается!

Как бы мы ни старались повернуть в обратную сторону прожитые годы, всё равно они не отсчитываются назад. Хотя жизнь после 60 лет менее подвержена страстям, она тоже может быть полноценной, активной, насыщенной событиями. Не стоит сожалеть о безвозвратно ушедшей молодости, а лучше принять свой реальный возраст, найти себе применение и наполнить жизнь интересными людьми, делами и позитивным настроением.

Никто не хочет чувствовать себя старым, больным, заброшенным. Для того, чтобы оставаться в тонусе, наслаждаться жизнью и продолжать проявлять к ней интерес, необходимы конкретные условия нашего существования, создавая и соблюдая которые, мы будем продолжать максимально наслаждаться жизнью.

Для сохранения функций мозга продолжаем развивать интеллектуальные способности с помощью чтения книг, разгадывания кроссвордов, игры в шахматы, освоивания чего-то нового. Всё это поможет сохранить активность мозга и отодвинет угасание его деятельности.

Работайте, если есть возможность, пусть это будет даже неполный рабочий день,



или займитесь садово-огородной деятельностью. Но без фанатизма. Это поможет сохранить мышечный тонус, не даст унынию войти в вашу жизнь.

Питание должно быть здоровым. Здоровым – это значит, разнообразным, регулярным (в одно и то же время). Ни в коем случае не перекармливайте (достаточно 1500 калорий в сутки). Меньше жирной и белковой пищи, больше овощей, т.е. продуктов, богатых клетчаткой. Не забываем пить чистую воду.

Общайтесь с друзьями, устраивайте с ними встречи, чаепития, читайте стихи. Заводите новых друзей,

посещайте библиотеки, театры, выставки, ездите на экскурсии. Всё это поднимает настроение, помогает повысить внутренний тонус и избежать психических недугов, что положительно скажется на работе внутренних органов.

Поменьше смотрите телевизор. Даже лёгкое волнение (плохие новости) вызывает гормон кортизон, который заставляет нейроны разрушаться. Из-за этого нарушается мозговая деятельность, сопровождающаяся снижением памяти, нарушением двигательных функций. Повышается риск возникновения инфаркта и инсульта.

Откажитесь от курения

и алкоголя, главных причин слабоумия. Имея эти слабости, срочно избавляйтесь от них и от тех проблем, которые они внесли в вашу жизнь.

Физическая активность должна обязательно входить в ваш образ жизни. Прогулки на свежем воздухе в любую погоду только порадуют ваш организм. Бассейн, ходьба на лыжах зимой, активная ходьба (как с палками, так и без них), бег трусцой, езда на велосипеде, зарядка – всё это поможет наполнить клетки вашего организма кислородом, сохранить здоровье, вдохнуть в ваш организм силы, сохранить мышцы в тонусе, поднять настроение.

И пусть возраст по факту так и останется фактическим, ведь цифры придумали другие люди, а жизнь себе создаём мы сами. Творите и создавайте. И неважно, что: стихи, картины (может, в детстве вы мечтали стать художником), шедевры из клубочков ниток, гербарии, новые блюда или просто хорошее настроение... И делитесь, делитесь этим со всем миром!

**Т. КРЫЛЫСОВА,
врач по медицинской профилактике
ГКУЗ РХ «Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики»**

Орджоникидзевский
РАБОЧИЙ 16+

Учредитель:
Администрация
муниципального образования
Орджоникидзевский район.
Главный редактор
Н.Ф.ХМЕЛЁВА

Газета зарегистрирована Управлением Россвязькомнадзора по Республике Хакасия. Регистрационный номер ПИ №ТУ 19-00020 от 24 ноября 2008 года.

АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ:
655250, Республика Хакасия, п.Копьёво, пер. Юбилейный, 3/2.
Ordjon-rabochy-red@yandex.ru.
Телефоны:
редактор - 2-11-08,
социально-экономический отдел - 2-13-08,
бухгалтерия – 2-14-08.

Газета выходит 1 раз в неделю. Индекс 52320. Тираж 1800 экз. Цена свободная. Дата выхода: 01.10.2021 г. Компьютерный набор и верстка осуществлены в редакции газеты «Орджоникидзевский рабочий».

Газета отпечатана в ОАО «Типография «Хакасия», 655017, Республика Хакасия, г.Абакан, ул. Щетинкина, 32.

Мнения, высказанные авторами публикаций, не всегда совпадают с точкой зрения редакции. Авторы опубликованных материалов несут ответственность за точность приведённых фактов.

Публикации, отмеченные словами «реклама», «на правах рекламы» – платные. За их содержание редакция ответственности не несёт.