



# ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ

г. Калуга, ул. Максима Горького, д. 87 ☎ 8 (4842) 54-25-07

# РАССВЕТ

Износковская общественно-политическая газета

Год издания 38-й

№ 65  
(6627)

13

АВГУСТА 2024 г.

ВТОРНИК

Цена свободная

12+

## ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ СЛЁТ

### Мятлевские школьники побывали в Белоруссии

Юбилейный 10-ый международный молодежный экологический слёт «Берега Дружбы – 2024» проходил в Гомельской области с 25 по 28 июля. Нашу страну и Калужскую область в нем представили ученики и педагоги Мятлевской средней школы им. А.Ф. Иванова и организаторы слета АНО «Экологическая и патриотическая инициатива» из города Кирова.

Слет проходил в формате исследования самого юного эколого-туристического палаточного лагеря в живописном Жлобинском районе на берегу великого Днепра. Туристы – экологи, а это школьники, студенты, педагоги из Беларуси, а также 11 наших земляков из Износковского района и Калужской области приняли участие в разнообразных экологических, спортивных и патриотических конкурсах и мероприятиях. Экологический турнир «Эко-эрудит», экспедиция в заказник «Выдрица», игровая конкурсная программа, эко-брейн – шоу, знакомство с разнообразием флоры, фауны, орнитофауны Жлобинского района, обсуждение экологических проблем... Участники слета, взрослые и дети, привезли с собой много впечатлений.

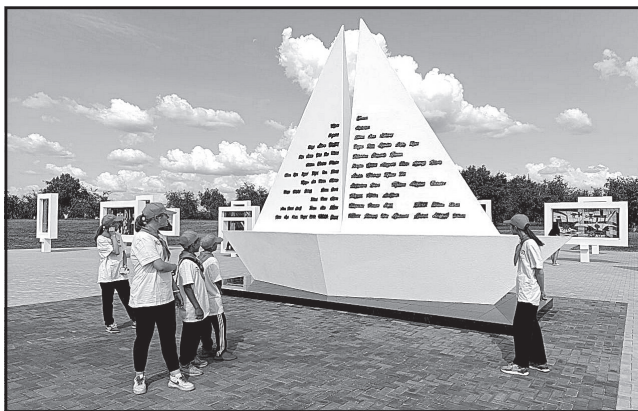
«Это были насыщенные, незабываемые дни: интеллектуальные конкурсы, викторины, исследовательские экспедиции, экологические тропы и, конечно же, песни под гитару у костра. Самое яркое событие, которое запомнится надолго, – это ночное спортивное ориентирование», - делится впечатлениями самый юный участник слета из Мятлева одиннадцатилетний Виталий Киселев. Его прадедушка Адам Гринько воевал на белорусской земле в партизанском отряде, а потом с действующей армией дошел до Берлина.

Программа десятого экологического слета в Республике Беларусь включала в себя мероприятия по патриотическому воспитанию и формированию объективного отношения к историческому прошлому. Участники слета поклонились памятникам местам, связанным с трагическими событиями Великой Отечественной войны. Это мемориальный комплекс «Ола» и мемориал детям – жертвам Великой Отечественной войны «Красный берег». Белорусская земля в той страшной войне была пропитана кровью и усыпана пеплом погибших и сожженных людей.

В 1943 году в деревне Красный Берег фашисты организовали детский концентрационный лагерь. Гитлеровские врачи - пала-

трагическими событиями Великой Отечественной войны. Это мемориальный комплекс «Ола» и мемориал детям – жертвам Великой Отечественной войны «Красный берег». Белорусская земля в той страшной войне была пропитана кровью и усыпана пеплом погибших и сожженных людей.

В 1943 году в деревне Красный Берег фашисты организовали детский концентрационный лагерь. Гитлеровские врачи - пала-



Мемориал детям – жертвам Великой Отечественной войны «Красный берег».

Мятлевцы с командой – победителем из города Жлобина.



Мятлевцы с командой – победителем из города Жлобина.

чи проводили над детьми изуверские эксперименты и использовали маленьких узников для забора крови. Фашисты садистки обескровливали детей, а затем сжигали трупы. Не зря Красный берег называют «детской Хатынью». На территории Белоруссии в годы войны фашисты создали 16 концентрационных детских лагерей.

14 января 1944 года фашисты заживо сожгли не только жителей деревни ОЛА (на белорусском языке «АЛА»), но и женщин и детей из других деревень. Это 1758 человек, из них 508 женщин и 950 детей. Деревня ОЛА после войны так и не восстановилась.



Команда Калужской области «ЭКОпатруль» на экологическом слете в Белоруссии: координатор проекта Оксана Баркова, руководитель АНО «Экологическая и патриотическая инициатива» Михаил Чуприлин, директор Мятлевской школы Тамара Никишина, руководители школьного спортивного клуба «Старт», агро-экологического объединения «Муравей», патриотического отряда «Память» Евгений Никишин, Елена Потапова, Игорь Чистяков, ученики школы Алёна и Татьяна Фомины, Нелли Халбердыева, Николай Статов, Виталий Киселев.

В Мятлевской школе много лет существует агро-экологическое объединение «Муравей», работает экологический класс. Кроме того, реализуется туристско-краеведческий проект «Родными тропинками», где одно из главных направлений – международное сотрудничество с целью вовлечения учащихся и педагогов в процесс экологического просвещения и патриотического воспитания.

Благодаря сотрудничеству с АНО «Экологическая и патриотическая инициатива» под руководством

протяжении нескольких лет взаимодействует с белорусскими образовательными учреждениями. А в прошлом году в Москве в Посольстве Республики Беларусь мы подписали соглашение о взаимодействии с Гомельским областным центром туризма и экологии детей и молодежи. Я принимала участие в семинаре по обмену опытом, организованном министерством образования и посольством Республики Беларусь в Российской Федерации, - рассказала директор Мятлевской средней общеобразовательной школы им. А.Ф. Иванова Т.В. Никишина о том, как начиналась дружба мятлевцев с Белоруссией.

В белорусском экологическом слете молодежи мятлевцы принимали участие уже во второй раз, первый – в 2022 году. В этот раз они заняли второе место. Но главное, что они получили от поездки, – это общение с единомышленниками, знакомство с биологическим разнообразием другой страны, обзавелись новыми друзьями и набрались впечатлений.

Необходимо отметить, что экологический слёт школьников «Берега дружбы» проводится в Белоруссии в целях вовлечения детей и молодежи в исследовательскую и природоохранную деятельность, патриотического воспитания, обмена опытом и укрепления дружеских связей между учащимися Республики Беларусь и Российской Федерации. Его организатором является государственное учреждение образования «Гомельский областной центр туризма и экологии детей и молодежи», а организатором вот уже третий раз выступает АНО «Экологическая и патриотическая инициатива» из г. Кирова Калужской области. Мероприятие проводится с 2002 года один раз в два года.

А. Боронина.



Обустройство палаточного лагеря.



## К 79-ЛЕТИЮ ИЗНОСКОВСКОГО РАЙОНА

## Край, в стихах воспетый...

Край, в котором мы живем, удивителен и загадочен. Невозможно описать словами бескрайние поля и луга, реки, озёра, леса. Здесь мы родились, делали свои первые шаги там, где ступала нога наших предков.

Каждый уголок износковской земли прекрасен и щедр. Недавно поэты воспели наш край в своих стихах.

У каждого человека есть своя малая родина. Что мы, в сущности, о ней знаем?! Географические и природные особенности, историческое прошлое, ратный и трудовой подвиг, прославленные земляки. А где душа, каково духовное наследие? Искать её надо в поэзии. Поэзия открывает перед читателями внутренний мир человека, учит любви к родине, ко всему живому в природе, любви к родному краю.

Поиск истины, желание высказаться, поделиться самым сокровенным — вот что заставляет многих творить. Строки, проникнутые теплом и любовью, способны лечить сердце, давать советы, заставлять верить в светлое и доброе.

Наша малая родина — это Износковский район. Щедра земля его природой, богата земными недрами, источниками, разнообразен растительный и животный мир. И всё же главное его богатство — это люди. На износковской земле немало замечательных поэтов, которые воспели ее красоту.



В поселке Мятлево родился Юрий Мятлевский (настоящая фамилия Субботин). По окончании Калужского техникума пищевой промышленности, Всесоюзного института стандартизации и метеорологии по распределению был направлен в Муром. Долгие годы он являлся председателем Муромской литературной группы и выпустил семь авторских книг, в их числе: «Память раненых лет», «Неизбежное», «Обретение», «Дар любви», «Чистый лучик», «Истоки любви», «Сопереживание», «Осенние костры». На протяжении всей своей жизни поэт не терял связи со своей малой родиной, посвятив ей свои стихи.

Поселок мой родной  
Не город, не деревня,  
Он весь предо мной,  
Не новый и не древний  
Поселок мой родной.  
И не прославлен сечей,  
И стройкой обойден,  
И точкою отмечен  
На редкой карте он.  
Здесь смертью жизнь итожа,  
Вели на край беды  
И фронт, и страх бомбежек,  
И хлеб из лебеды.

Страданьем перевитый,  
Как горькая любовь,  
Войною в прах разбитый,  
Он миром поднят вновь.

Ничто не позабыто,  
Мне Мятлево, как друг,  
С которым пережито  
Немало горьких мук.

Сегодня мой поселок  
Живет не торопясь,  
Где грустный, где веселый,  
Где плача, где смеясь.

Здесь нет контрастов резких,  
Здесь все в полутонах.

Полям и перелескам  
Привольно на холмах.

Здесь люди духом чище,  
Избрав свой верный путь,

В труде не славы ищут,  
А видят жизни суть.

Не зря неукротимо  
Меня из года в год

В поселок мой родимый,  
В Мятлево влечет.

Оно и в снах мне снится,  
К нему прирос душой,

К маленькой частице  
Страны моей большой.



В деревне Горбатово Износковского района 26 октября 1939 года родился поэт — самородок Евгений Бондарев. До войны семья Бондаревых жила в Москве.

Отец поэта К.А. Бондарев был рабочим на одном из московских заводов. В первые дни войны ушел на фронт, в 1942-м пропал без вести.

Вместе с детьми Евгением и Ниной мать поэта С.А. Бондарева вернулась в д. Горбатово, где пережила все ужасы немецкой оккупации.

После освобождения трудилась на Кошняковском льнозаводе, затем семья переселилась в д. Ефаново. С ранних лет Евгений познал нелегкий крестьянский труд, и «детство у войны в плену» наложило отпечаток на его характер.

По окончании Кукушкинской школы Износковского района Евгений поступил в Мятлевское СПТУ, где приобрел специальности тракториста, комбайнера и плотника. Затем работал механизатором. Когда в Ташкенте произошло землетрясение, в числе посланцев братских республик поспешил на помощь узбекскому народу, занимался восстановлением разрушенного стихией города. Потом вместе с товарищами уехал в Донбасс, стал шахтером.

Через несколько лет вернулся на родину.

Родная, до боли милая земля ласково встретила «бродягу-сына». С той поры он навсегда поселился здесь:

Живу, не меняя прописки,  
У самого леса живу.  
Я здешним местам, таким близким,  
Своим всей округе слышу.  
Речушка почти у порога  
Кружево в травах плетет,  
А сам я — крестянской породы,  
И кровь во мне дедов течет.

Живу с соловьями под бокон,  
Я здесь никогда не скучал.  
И звезды в проемы всех окон  
Со мной говорят по ночам.

(«Не меняя прописки», 1974)

Не чурался Е. Бондарев никакой работы: был комбайнером, рабочим, плотником. Евгений не мыслит жизни без поэзии. Она была составной частью его души, как желание трудиться. Он любил и тонко чувствовал природу. Лес для него — место, где происходит катарсис:

Дремучих елей дух смолистый,  
Навес из листьев золотой.  
Я в лес вхожу с душою чистой,  
Как прихожанин в храм святой.

(«В лесу», 1990)

Лирик никогда не занимался мучительным поиском рифм, не думал о цветистости своей поэзии, о том, чтобы целью было выставить

что-либо на какой-либо конкурс, как это любят делать современные поэты. Изобразительно-выразительные средства поэтического языка, образность лирики воспринимаются и ложатся на душу читателя легко и естественно. Он создавал стихи на конкретном, обыденном материале. То, мимо чего всякий из нас подчас проходит, не акцентируя внимания, становилось объектом его вдохновения.

Уставший пахарь, одинокая старушка, детвора, играющая в снежки, опустевший сад, белобокая сорока — всё привлекало внимание поэта. Для всего у него имелось собственное слово, неизбитое и не позаимствованное у великих поэтов.

Бондарев — поэт милостью Божьей. При кажущейся простоте его поэзия отличается мудростью, философичностью.

Да, много звезд на небе ясном,  
Нет, я не то имел в виду.

Но на земле куда прекрасней  
Зажечь звезду, зажечь звезду.

Есть дело каждому герою:  
На ферме, в поле иль в саду —

В том деле, избранном тобою,  
Зажги звезду, зажги звезду.

Пусть утечет воды немало,  
Пройдут-блеснут твои года.

А я хочу, чтобы сияла  
Твоя звезда, твоя звезда.

(«Зажги звезду», 1988)

К сожалению, поэт ушел из жизни 7 июля 1991, оставив на память о себе бесценное поэтическое наследие.



Самому загадочному месту Износковского района Шатринской горе посвятила стихотворение износковчанка Ольга Тен.

## Шатринская гора

Гордо стоит великан, надзирает  
За жизнью, текущей внизу:  
За тем, как отца сын и внуки  
сменяют,

Как годы столетия ползут,  
Как светлая жизнь у подножья  
струится,

Как солнцем согретый народ-  
Веселье, чистые, смелые лица-  
Шагают со рвением вперед.

Стоит великан, шевельнуться  
не смеет,

С волнением глядя с высоты  
На то, как народ над землею  
корнеет,

Сменив на труд все мечты,  
На то, как болезни, пороки гуляют  
Среди деревянных домов,  
Но люди на миг пред бедой  
не склоняют

Своих терпеливых голов.

Стоит великан и с надеждою  
смотрит

В эпоху, что ждет впереди,  
Он трудности, радости ясно  
уж видит,

Что нам предстоит лишь пройти.  
Стоит великан, наш свидетель  
безмолвный,

Встав гордым зеленым шатром.  
И знает народ,  
силой сей сохранный,

Что Шатрищи где, там и дом!

Сегодня мы вспомнили лишь небольшую часть стихов, посвященных им формирующейся личности человека. Через поэзию местных авторов мы видим всю многогранную красоту не только малой, но и большой Родины.

Подготовила Л. Никитина.

## ОФИЦИАЛЬНО

## В Калуге открылась юбилейная «Цифровая эволюция»

8 августа в Калуге, в Федеральном технопарке профессионального образования, начал работу V-й Всероссийский форум «Цифровая эволюция».

В масштабном цифровом событии принимают участие свыше одной тысячи ИТ-специалистов. В течение двух дней руководители федеральных и региональных государственных органов, представители ИТ-компаний и институтов развития обсудят новый национальный проект «Экономика данных и цифровая трансформация государства», национальную стратегию развития искусственного интеллекта и механизмы внедрения отраслевых цифровых платформ. Им также предстоит подготовить цифровые проекты по различным направлениям.

С видеоприветствием к участникам форума обратился Заместитель Председателя Правительства Российской Федерации — руководитель Аппарата Правительства Российской Федерации Дмитрий Григоренко. Он, в частности, отметил: «В первую очередь, форум — это площадка, где органы исполнительной власти и бизнес могут договориться об общих задачах и конкретных действиях по их достижению. Сейчас наша цель собрать услуги в комплекс и оказывать их в привязке к конкретным жизненным ситуациям, круглосуточно и качественно. Цифровизация госуправления — это одна из задач нового нацпроекта «Экономика данных». Так что продолжаем выстраивать цифровой подход к госуправлению, работе сервисов вокруг людей и их потребностей».

От имени правительства Калужской области участников форума

## Гастрономический фестиваль «Калуга. Улица. Еда.»

## расширяет локации и программу

С 29 августа по 1 сентября в Калуге пройдет любимый калужанами и гостями города гастрономический фестиваль «Калуга. Улица. Еда.»

В этом году фестиваль займет две площадки. Помимо традиционной локации в сквере имени Ленина познакомиться с гастрономическими проектами можно будет и на набережной Яченского водохранилища, где 30 и 31 августа будет проходить Калужский космический марафон.

Всего за четыре фестивальных дня будет представлено более 50 гастрономических проектов.

Специальное жюри фестиваля уже проводит дегустацию блюд и отбор участников, которые претендуют занять место на площадках.

Конкурсный отбор завершится 13 августа, но уже сейчас можно следить за новостями в официальном сообществе мероприятия в социальной сети «ВКонтакте» <https://vk.com/kalugafest>.

Помимо угощений ожидается насыщенная культурная программа, подготовленная одним из организаторов фестиваля — центром развития туризма Калужской области (министерство культуры и туризма Калужской области). В рамках национального проекта «Туризм и индустрия гостеприимства» пройдут лекции, мастер-классы, выступления творческих коллективов.

Также на фестивале в рамках национального проекта «Малое и среднее предпринимательство» состоится ярмарка изделий ручной работы от калужских мастеров. Гостям предложат значки, бижутерию, открытки, аксессуары, одежду для детей, ароматы для дома, мыло, керамику, посуду, украшения для дома, корзины и сумки, шопперы, пряники, предметы декора из дерева, изделия из кожи, ароматические и медовые



приветствовал заместитель губернатора Дмитрий Разумовский. Он напомнил, что основная цель ежегодного проведения «Цифровой эволюции» — выработка общих подходов и решений, способствующих трансформации государственных услуг.

«В этот раз мы будем вместе отработать внедрение отраслевых цифровых платформ, с помощью которых для граждан и бизнеса должны стать более доступными государственные сервисы. Уверен, что вместе мы добьемся результата», — подчеркнул Дмитрий Разумовский.

Участников, организаторов и гостей «Цифровой эволюции» также приветствовали заместитель Министра цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации Олег Качанов, Герой России, летчик-космонавт Олег Артемьев, партнеры форума.

По окончании официальной части состоялась стратегическая сессия «Цифровая трансформация государственных услуг», в ходе которой участники форума, в числе которых была депутат Государственной Думы Ольга Коробова, обменялись мнениями по итогам докладов представителей федеральных органов исполнительной власти.



свечи, бальзамы, тетради, блокноты и книги.

Организаторы фестиваля — калужский центр «Мой бизнес» (действует на базе Агентства развития бизнеса) при поддержке правительства Калужской области и центр развития туризма Калужской области.

Информационные партнеры фестиваля: телерадиокомпания «Ника», подкаст «Афишмены», фуд-холл Gastro Port, международный аэропорт «Калуга», Калужский космический марафон.

Партнеры фестиваля: жилищный комплекс «Свои», гастрономический паб «Овертайм», ресторан «Брискет бар», сеть кофеен «Сны любимого кота».

Концепция площадки разработана бюро городских проектов «ТОЛК».

Самая актуальная информация о событии: <https://festkaluga.ru/>, <https://vk.ru/kalugafest>.

Пресс-служба Губернатора и Правительства Калужской области.

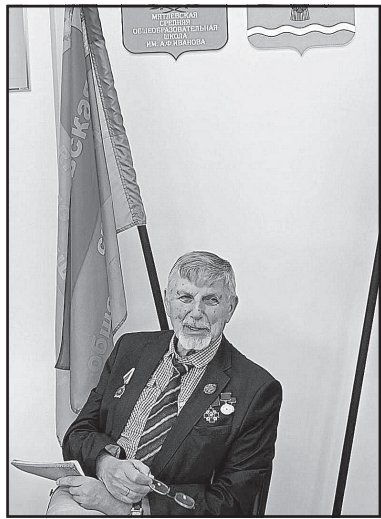


## ПАМЯТЬ

4 августа в Мятлевской школе было многолюдно, несмотря на каникулы и выходной день. Дети и взрослые, педагоги и родители собрались на встречу с дорогим гостем, давним другом школы, заслуженным ученым Брянской области Евгением Анатольевичем Памфиловым.

Доктор технических наук, профессор, заслуженный деятель науки РФ Евгений Анатольевич Памфилов - сын главного героя фильма «МЕДАЛЬОН», который снимается творческим объединением «Кино в Калуге» совместно с Мятлевской школой.

Евгений Анатольевич уже второй раз в гостях в Мятлевской школе, с которой и начался исследовательский поиск. Именно благодаря Мятлевскому школьному музею удалось выяснить, что



владелец найденного неподалеку от деревни Алексеевки медальона Анатолий Васильевич Памфилов остался в живых! И после ранения дошёл до Берлина.

Прошли годы, десятилетия со дня окончания Великой Отечественной войны. Сегодня сын Анатолия Васильевича Памфилова Евгений Анатольевич Памфилов - проректор по информатизации, заведующий кафедрой «Оборудование лесного комплекса и технический сервис» ГОУ ВПО «Брянский государственный технический университет». Е.А. Памфиловым создана научная школа, которая активно участвует в решении актуальных задач создания новых технологий, материалов и методов их исследований. Под его научным руководством подготовлено четыре докторских и

## Незабываемая встреча

17 кандидатских диссертаций, выполнен широкий круг научно-исследовательских работ, результаты которых используются на предприятиях машиностроения, приборостроения и деревообработки.

Евгений Анатольевич является автором 350 научных работ, а также 27 изобретений. За заслуги в профессиональной и общественной деятельности Е.А. Памфилов в 2008 году был награжден орденом Дружбы. Под его руководством реализуются совместные научные проекты с учеными Беларуси и ряда других стран в области современных методов обработки материалов и информатизации. Кроме того, он является членом совета по науке и научной деятельности при губернаторе Брянской области, членом докторских диссертационных советов, членом бюро и руководителем секции Межведомственного научного совета Минобрнауки РФ и РАН по проблемам трения, членом научно-технического совета Ассоциации промышленных и коммерческих предприятий Брянской области.

27 мая 2010 года ему присвоено почётное звание «Заслуженный ученый Брянской области».

На встречу к мятлевскими школьникам вместе с Евгением Анатольевичем Памфиловым приехали Ирина и Наталья Памфиловы, внучки главного героя фильма «МЕДАЛЬОН», а также правнук Георгий. Они впервые



увидели знаменитый медальон своего деда, хранящийся в краеведческом музее Мятлевской школы. Вместе со своим отцом Евгением Анатольевичем они приехали, чтобы встретиться с коллективом школы, побывать в местах, где воевал их героический дедушка, поклониться памяти его погибших однополчан.

На встрече в школе дети и взрослые с нескрываемым интересом и восхищением слушали удивительного собеседника. Евгений Анатольевич привёз с собой много длинных семейных реликвий. Все с изумлением смотрели, как именные часы, которые

ми был награждён ещё в 1908 году дедушка нашего гостя, до сих пор идут и показывают правильное время. А ведь им 116 лет! А вот записи из военного дневника своего отца Евгений Анатольевич читал в такой тишине, что, казалось, зал перестал дышать... Настолько потряс сам факт, что на войне боевой офицер Анатолий Памфилов, создатель и испытатель нового оружия, находил время, чтобы описывать всё происходящее вокруг. Есть в дневнике упоминание и о посёлке Мятлево.

Евгений Анатольевич оказался настолько интересным собеседником, что все совершенно не замечали время, проведённое в разговоре с ним. Потрясающее чувство юмора, интеллигентность, обаяние выдающегося учёного всех просто покорили.

Евгений Анатольевич привёз много фотографий и наград своей семьи, историю которой он восстановил начиная с 15 века. Поистине достойнейший пример для подрастающего поколения!

Встреча с учёным была интересной и познавательной. Ребята подержали в руках награды и фотографии семьи Памфиловых. Узнали много интересного. Подробно о жизни Анатолия Васильевича Памфилова будет рассказано в фильме «МЕДАЛЬОН», съемки которого продолжаются.

Д.Хабарова, руководитель пресс-центра Мятлевской СОШ.



## ОФИЦИАЛЬНО

### Калужан приглашают к участию в проекте «Бизнес.Наставники»

С 5 августа по 1 декабря 2024 года треком «Росмолодёжь.Бизнес» реализуется проект «Бизнес.Наставники».

Основной целью программы является создание и развитие устойчивого сообщества молодых предпринимателей, формирование института наставничества, ресурсной и методической базы для их сопровождения.

Проект реализуется в гибридном формате (дистанционном с очными мероприятиями). В нём могут принять участие молодые люди, имеющие зарегистрированное юридическое лицо, статус индивидуального предпринимателя или оформленные в качестве самозанятых в возрасте от 14 до 35 лет по двум категориям: «Наставник» (от 18 до 35 лет, с запросом на передачу собственных знаний и опыта начинающим предпринимателям) и «Наставляемый» (от 14 до 35 лет, с запросом на менторское сопровождение). Участниками могут стать представители молодежи субъекта Российской Федерации, имеющие зарегистрированное юридическое лицо, статус индивидуального предпринимателя или оформленные в качестве самозанятых.

Для подачи заявки необходимо заполнить анкету. Ссылка на регистрацию: <https://rosmolbusiness.ru/events/40a86b8b-790b-4611-b27a-f7970b936e20>.

По замыслу организаторов, результатом проекта станет атлас возможностей молодого предпринимателя с перечислением лучших практик, а также долгосрочная программа развития бизнес-наставничества в каждом субъекте Российской Федерации.

Пресс-служба Губернатора и Правительства Калужской области.

## ПРАВОСЛАВИЕ

### Мятлевский приход отметил престольный праздник

5 августа в поселке Мятлево состоялось праздничное богослужение в честь престольного праздника иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радость» (с гротосами). Божественную литургию в этот день совершил настоятель Шанско-Заводского храма в честь святого Николая Мирликийского протоиерей Сергей Мишуков в сослужении настоятеля Мятлевского храма иерея Алексея Абарилова и алтарников Анатолия Грудина, Евгения Емельяненко, Гордея Лясота. Пение на клиросе совершали Евгений и Анна Жуковы.

После литургии священнослужители возглавили крестный ход, совершили славение Божией Матери.

Протоиерей Сергей поздравил всех прихожан и гостей с торжественным праздником,



а супружескую пару - Гордея Гордеевича и Лидию Константиновну Лясота с 55-летием совместной жизни. Настоятель Мятлевского храма иерей Алексей Абариллов вручил Гор-

дею Гордеевичу памятный знак в честь 10-летия Песоченской епархии и памятный подарок, а прихожане пропели юбилеям «Многое лета».

С. Викторова.

## ОФИЦИАЛЬНО

ОБРАЗОВАНИЕ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИПО РЕШЕНИЮ  
ПРЕЗИДЕНТА

**Нацпроект  
«Образование»  
поможет  
вашему ребёнку  
не стать зависимым  
от гаджета**

В рамках национального проекта «Образование» бесплатно работает горячая линия, специалисты которой помогают родителям получить адресную помощь по вопросам развития, воспитания и образования ребенка, в том числе, в части работы с гаджетами.

Технологии стали неотъемлемой частью образования и досуга большинства людей, но иногда отношения с гаджетами могут стать нездоровыми. Сегодня с самого раннего возраста ребёнок получает возможность смотреть на жизнь через экран, когда виртуальный и реальный миры находятся настолько близко друг к другу, что их можно легко спутать. Гаджет может быть верным помощником ребёнка в развитии и обучении, а может, наоборот, постоянно отвлекать его от важных дел. Как понять, что дети оказались в плену смартфона или планшета, и помочь им?

Каждый родитель может позвонить по номеру +7 (800) 444-22-32 и получить адресную помощь. К настоящему времени уже более 15 миллионов родителей воспользовались возможностью получения консультаций у ведущих педагогов и психологов.

Получить консультацию также можно заполнив форму на сайте: <https://vk.cc/cxsZMZ>.

**Специалисты Калужского государственного института развития образования оказывают консультативную помощь родителям по телефонам:**  
8 (910) 912-74-12 и  
8 (910) 600-74-31.

Пресс-служба Губернатора и Правительства Калужской области.



## ЗДОРОВЬЕ

## Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний

Согласно исследованиям, в прошлом веке в России еще не регистрировалось такое количество больных сердечно-сосудистыми заболеваниями (ССЗ). В наше время болезни сердца и сосудов «помолодели», они поражают людей молодого возраста, приводя к инвалидности и ранней смерти. Ишемическая болезнь сердца, инфаркты и инсульты являются самыми частыми и опасными болезнями, повышающими уровень смертности населения. К сожалению, многие люди годами откладывают визит к врачу, пропуская начало развития заболеваний сердечно-сосудистой системы. Забота о своем здоровье должна стать образом жизни.

Основой профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний, является здоровый образ жизни. Он подразумевает правильное питание, достаточную физическую активность, проведение профилактических обследований и прохождение диспансеризации с целью своевременного выявления неинфекционных заболеваний, а также отказ от вредных привычек.

Профилактика ССЗ невозможна без отказа от таких вредных привычек, как курение и злоупотребление алкоголем. Курение приводит к спазму периферических сосудов, повышению уровня давления и свертываемости крови, учащению ритма сердечных сокращений. В сигаретах содержится большое количество вредных веществ, в том числе никотин и угарный газ. Они вытесняют кислород, что приводит к хроническому кислородному голоданию.

Повышенное артериальное давление — один из главных факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний. Поэтому очень важно следить за уровнем давления (он не должен превышать 140/90). Если давление постоянно повышено, необходимо обратиться к врачу и выработать план лечения. Зачастую снизить давление помогает коррекция образа жизни (здоровое питание, повышение физической активности, нормализация массы тела).

На состояние сосудов и сердца значительно влияет состав ежедневного рациона питания. Частое и чрезмерное потребление жирных и жареных блюд, кофе, соли и сахара



— верный путь к ухудшению состояния сосудов и развитию инфарктов, инсультов, гипертонической болезни и других опасных недугов.

Ожирение всегда повышает риск патологий сосудов и сердца — каждые лишние 10 кг могут повысить АД на 10-20 мм рт. ст. Поэтому, необходимо контролировать свой вес и измерять окружность талии для определения абдоминального ожирения.

Показатели нормы:

• индекс массы тела (ИМТ) — 18,5- 24,9

Вес в кг

(индекс массы тела ИМТ =  $\frac{\text{Вес в кг}}{\text{Рост в м}^2}$ )

Рост в м

• обхват талии — до 88 см у женщин, до 102 см у мужчин. При превышении этих показателей необходимо соблюдать низкокалорийную диету и быть физически активным.

Повышенное содержание глюкозы в крови (диабет) повышает риск развития инфарктов и инсультов. Для минимизации риска их возникновения важно контролировать уровень сахара в крови, кровяное давление.

Частые стрессовые ситуации приводят к износу сосудов и миокарда. Во время нервного перенапряжения повышается уровень адреналина. В ответ на его воздействие сердце начинает биться учащенно, а сосуды сжимаются спазмом. В результате происходит скачок АД и миокард изнашивается намного быстрее.

30 минут физической активности в день и не менее 150 мин. в неделю (ходьба, бег, плавание, занятия танцами и т.п.), сокращение потребления соли, животных жиров, сахара, добавление в рацион овощей, фруктов, злаков и рыбы, отказ от вредных привычек — важные и необходимые шаги к здоровому сердцу и сосудам. Не забывайте про качественный семи- восьмичасовой сон.

Выявить проблемы на ранних стадиях поможет регулярный контроль уровня холестерина, сахара в крови, артериального давления.

Н. Жизневская,

зав. отделом мониторинга ГБУЗ КО «Калужский областной Центр общественного здоровья и медицинской профилактики».

## ПОЛИЦИЯ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

## Мошенники предлагают пересчитать пенсию из-за неучтенного трудового стажа

Схема выглядит так:

1. Мошенники звонят пожилым людям и представляют себя работниками Социального фонда России (СФР).

2. Они сообщают, что размер текущей пенсии можно существенно увеличить, так, как будто бы обнаружен неучтенный трудовой стаж.

3. Тех, кто поверил в легенду, приглашают якобы на консультацию в Многофункциональный центр или отделение СФР для решения вопроса. При этом мошенники называют настоящие адреса центров, которые находятся в городе, где живет потенциальная жертва. Это окончательно усыпляет бдительность человека.

Мошенники рассчитывают, что для записи на прием человек скажет им данные паспорта, СНИЛС, ИНН и озвучит код из смс. На самом деле эти данные нужны мошенникам для доступа к учетной записи человека на Госуслугах. Заполучив доступ к ней, они могут беспрепятственно оформить на жертву кредиты или займы.

Что делать, если вы или ваши близкие попали в такую ситуацию?

— Первым делом прервите разговор. Настоящие сотрудники государственных служб, в том числе Социального фонда России, не звонят по подобным вопросам.

— По любым социальным вопросам звоните в единый контактный-центр СФР по телефону 8-800-10-000-01, либо обратитесь в ближайшее отделение фонда.

— Никому и никогда не сообщайте личные данные, реквизиты карт, СМС-коды, а также логины и пароли от своих аккаунтов.

— Объясните близким, что чаще всего незнакомцы, которые по телефону говорят о деньгах, — это мошенники. Все вопросы, связанные с деньгами, лучше обсуждать в спокойной обстановке в семье.

М. Сальникова,  
юрисконсульт правового направления  
МО МВД России «Юхновский»,  
майор внутренней службы.

## УФССП РОССИИ ПО КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ ИНФОРМИРУЕТ

## Важная информация о взыскании задолженностей по неоплаченным штрафам

Напоминаем, что с июля текущего года неоплаченные штрафы за нарушения ПДД со всей Калужской области исполняются в одном подразделении — отделении судебных приставов по взысканию административных штрафов по г.Калуге.

Управление Федеральной службы судебных приставов по Калужской области информирует о важных изменениях в работе, касающихся взыскания штрафов за нарушение правил дорожного движения, которые граждане совершают за рулём своих транспортных средств.

Если раньше данные штрафы поступали в подразделения судебных приставов по месту регистрации должника, т.е. могли быть в любом отделении в районе области, то теперь все исполнительные документы этой категории будут направляться в отделение судебных приставов по взысканию административных штрафов по г.Калуге. Это сделано для оптимизации работы Управления и для повышения эффективности взыскания штрафов.

Адрес отделения по взысканию административных штрафов: г.Калуга, ул.Ф.Энгельса, 25. Контактные телефоны группы телефонного обслуживания граждан: 8(4842) 73-29-12 и 54-24-69.

Уточнить какую-либо информацию по взысканию штрафов граждане, которые не проживают в Калуге, могут через портал Госуслуг или в отделениях судебных приставов в районах области.

Также напоминаем, что сотрудники службы не интерпретируют судебные решения и акты уполномоченных органов, а занимаются лишь их принудительным исполнением. Соответственно оспорить штраф, если вы с ним не согласны, можно только через суд или орган, который вынес данное решение.

Пресс-служба УФССП России  
по Калужской области.

МОМВД России «Юхновский»  
приглашает на службу в органы  
внутренних дел граждан  
Российской Федерации

## Гарантируем:

• Достойное и стабильное денежное довольствие, выплата премий по итогам работы, материальная помощь.

• Бесплатное медицинское обслуживание в медицинских учреждениях системы МВД России (в том числе членов семьи)

• Возможность получения бесплатного высшего образования в учебных заведениях системы МВД России;

• Частичная денежная компенсация за наем жилых помещений;

• Обязательное государственное страхование жизни и здоровья сотрудников;

• Возможность выхода на пенсию при выслуге 20 лет (включая службу в Вооруженных Силах);

• Основной отпуск продолжительностью 30 суток, дополнительные отпуска (за стаж службы в органах внутренних дел -до 15 дней в зависимости от выслуги лет и ненормированный служебный день -до 9 дней).

• 100% оплата периодов нахождения на листе нетрудоспособности

• Льготная выслуга лет для назначения пенсии 1 год службы за 1,5 года

(в подразделении дорожно-патрульной службы, изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых)

## Требования

Возраст от 18 лет, гражданство Российской Федерации, образование не ниже среднего (полного) общего, отсутствие судимости.

Перечень вакантных должностей

• Оперуполномоченный, оперуполномоченный ГЭБиПК

• Участковый уполномоченный полиции, старший участковый уполномоченный полиции

• Следователь, старший следователь

• Старший дознаватель

• Инспектор по исполнению административного законодательства

• Инспектор ДПС ГИБДД

• Оперативный дежурный дежурной части, помощник оперативного дежурного ДЧ

• Специалист тыла, старшина тыла

• Полицейский (кинолог) изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых

• Полицейский изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых

• Полицейский (водитель) изолятора временного содержания подозреваемых и обвиняемых

• Старший инженер

• Старший полицейский конвоя

• Водитель дежурной части

• Специалист -эксперт миграционного пункта (дислокация г. Мосальск) отделения по вопросам миграции МОМВД России «Юхновский» (федеральная государственная гражданская служба)

Требуются водители в тыловое подразделение (по вольному найму)

## По вопросам оформления на службу

обращаться по адресу:

г. Юхнов, ул. Десантная, 4.

Справки по телефонам:

8 (48436) 2-57-21, 2-57-12

8-999-380-34-42

Износковская общественно-политическая газета

**РАССВЕТ**

Учредитель:

администрация муниципального района

«Износковский район».

Главный редактор Т.Б. Шишкова

Адрес редакции, издателя:

249880 Калужская область, Износковский район,

с. Износки, ул. Ленина, д. 27;

rassvet\_izn@mail.ru; www.rassvet-izn.ru

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.

ТЕЛЕФОН РЕДАКЦИИ:

(848449) 4-52-58.

Заказы на размещение рекламы в «Рассвете»

принимаются по телефону 4-52-58.

Все рекламируемые товары и услуги лицензированы и сертифицированы.

Для детей старше двенадцати лет.

Газета выходит по вторникам и пятницам.

Индекс П7286

Тираж 1000.

Заказ