



Вестник

17 ноября
2020 г.
вторник
№97
(94137)
Издаётся
с 1931 года

ЛЮДИ ЗЕМЛИ УЛЬЯНОВСКОЙ. ЮБИЛЕИ Годы доброту не унесли...

7 ноября отметила свой 90-летний юбилей жительница д. Верхняя Передель Анастасия Петровна СИМУТИНА

С юбилейным днём рождения долгожительницу приехали поздравить заместитель главы администрации МР «Ульяновский район» Тамара Курбакова, заведующий отделом социальной защиты населения администрации муниципалитета Юлия Ульяшина, глава администрации СП «Село Поздняково» Любовь Митрохина.

Тамара Васильевна вручила женщине поздравительные адреса Президента РФ Владимира Путина, губернатора Калужской области Владислава Шапши, поздравление главы администрации муниципалитета, подарок и гостинец к чаю. Сладкий подарок и поздравление вручила женщине от администрации сельского поселения Любовь Митрохина.

Анастасия Петровна тепло встретила гостей, которые от души поздравляли её со столь знаменательной датой, сказали в её адрес добрые слова, пообщались с ней.

На юбилей мамы приехал сын Анатолий, который проживает в Волгоградской области. Это стало приятным сюрпризом для Анастасии Петровны.

Анастасия Симутина рассказала гостям о своей трудовой жизни, о семье, в которой родилась и выросла, о своих детях и внуках.

Её родители воспитывали семерых детей, что не было редкостью в те далёкие годы. Это была семья сельских тружени-



ков. С детства приобщилась к труду и Анастасия Петровна. Свои коррективы внесла в размеренный уклад жизни селян Великая Отечественная война, которая многим не дала учиться, трудиться и спокойно жить на своей малой родине. Настя вместе с матерью, сёстрами, братьями и другими односельчанами поздней осенью 1941 года были угнаны немцами в Орловскую область. Домой вернулись лишь после освобождения района от немецко-фашистских оккупантов. Казалось, тревоги и невзгоды позади. Но многим селянам, как и семье нашей героини, пришлось приспособиться жить под временное жильё и обустроить земельки – почти все дома были сожжены и разру-

шены, не хватало продуктов питания, тёплой одежды, обуви.

Повзрослев, Анастасия стала ездить в летний сезон на торфоразработки. - Осенью-зимой и весной я работала в колхозе, а летом – на торфе. Пять раз ездила на заработки, труд был тяжёлый. Многие жители района работали на торфяниках в то время, - рассказывает собеседница.

Анастасия Петровна более сорока лет трудилась в колхозе «Имени XXI партсъезда». За добросовестный труд снискала уважение руководства хозяйства. Имеет много почётных грамот, благодарностей. Награждалась значками «Ударник коммунистического труда», «Победитель социалистического соревнова-

ния», является ветераном труда. Вырастила и воспитала двух сыновей – Александра и Анатолия. К сожалению, Александр рано ушёл из жизни. Многие жители нашего района хранят светлую память об Александре Алексеевиче – фельдшере скорой помощи районной больницы. Сын Анатолий по возможности приезжает к маме, в отчий дом, хотя живёт далеко от родных мест. У Анастасии Петровны есть внуки, правнуки – всех она любит и радуется их приезду.

Несмотря на почтенный возраст, женщина трудится на огороде, выращивает картофель, другие овощи. И хотя проживает она одна в своём доме, её не оставляют один на один с проблемами внучка Ольга из Ульяновова, односельчанка Валентина Тишкина. Если нужно пожилой женщине купить лекарства, продукты питания, оформить документы, принести воды, - они всегда спешат к ней на помощь.

Анастасия Петровна в свои 90 лет выглядит молодцом – добродушная, общительная, приветливая, всегда рада гостям в своём доме. Её красивая, светлая душа, доброта не подвластна годам.

Женщину очень обрадовал визит гостей из райцентра. Она долго благодарила их за внимание, гостинцы и подарок и просила приезжать к ней ещё.

Людмила Николаева.
Фото автора.

Не старит душу возраст

Живёт в д. Грынё скромная труженица Екатерина Андреевна КИРЮХИНА

Здесь она родилась, здесь много лет трудилась в родном колхозе. Таких людей, как она, немало в нашем районе. Их судьбы во многом схожи, ведь всех их объединяет безграничная любовь к родному краю, трудолюбие, жизненная мудрость и красота души.

Недавно Екатерина Кирюхина отметила свой 80-летний юбилей. В этот день она принимала поздравления от своих родных людей – детей, внуков. Женщина всегда рада приезду близких. И эта встреча ей была особенно приятна.

Екатерине Андреевне вспомнились различные фрагменты из трудовой жизни. 13-летним подростком она впервые поехала вместе с другими односельчанами на торфоразработки. Трудилась в тяжёлых условиях. Девушка старалась не отставать от взрослых, работать на совесть – семье нужны были средства к существованию (послевоенные годы были трудные, голодные, а глава семьи – её отец погиб на фронте).

Потом у Екатерины Кирюхиной началась трудовая деятельность – она, как и многие селяне, работала в родном колхозе (сначала в бригаде, затем дояркой). О Грынёйской молочно-товарной ферме, на которой трудилась женщина, всегда ходила добрая слава. Коллектив животноводов этой МТФ часто завоёвывал первые места во внутрисельском социалистическом соревновании. Среди мастеров машинного доения Екатерина Андреевна часто

была передовиком производств. Она всегда трудилась с «огоньком».

За добросовестный труд и высокие надои труженица не раз награждалась грамотами, благодарственными письмами, премировалась подарками руководства колхоза. В её бытность председателями хозяйства в разные годы были Михаил Нефёдов, Николай Рогов, Лидия Кирюхина и другие. В большом коллективе работали многие люди, достойные уважения за труд. Они не мыслили другой жизни, хотя порой приходилось нелегко.

Как бывший малолетний узник фашистской неволи, Екатерина Андреевна награждена юбилейными медалями в честь славных памятных дат.

Вместе с супругом Фёдором Григорьевичем они вырастили двоих сыновей. В настоящее время Екатерина Кирюхина проживает одна (три года назад умер её муж). Но дети не оставляют маму без внимания и заботы - часто навещают её, помогают во всём. Женщина трудится на огороде, держит на подворье кур, ухаживает за пчелосемьями, поддерживает в доме порядок. Она радуется встрече с внуками, есть уже и правнуки.

По-прежнему Екатерина Андреевна доброжелательная, отзывчивая, приветливая, жизнелюбивая. Такой её знают все, кто с ней знаком.

Пусть время не старит её душу, а грядущие годы будут светлыми для неё и дорогих ей людей.

Людмила Саложеникина.

ОФИЦИАЛЬНО

Калужская область готовится отметить 200-летие Пафнутия Львовича Чебышева

Губернатор Владислав Шапша провёл рабочую встречу с сопредседателями Оргкомитета научных чтений памяти П.Л. Чебышева – директором Федерального научного центра Научно-исследовательский институт системных исследований Российской академии наук (ФГУ ФНЦ НИИСИ РАН) Сергеем Власовым и директором Сургутского филиала этого учреждения Валерием Галкиным.

Целью встречи стало обсуждение мероприятий, приуроченных к 200-летию со дня рождения великого математика, академика Пафнутия Львовича Чебышева.

Владислав Шапша отметил, что Калужский край славен многими именами выдающихся учёных, одним из самых известных среди них стал Пафнутий Львович Чебышев. Русский математик и механик, академик Петербургской академии наук является Почётным гражданином Калуж-

ской области. Он родился и провёл своё детство в Боровском уезде Калужской губернии. В память о нём названа улица в Калуге, в селе Спас-Прогнанье Жуковского района, где у Чебышевых было имение, создана школа-музей. В области утверждены премии и стипендии имени П.Л. Чебышева, которые с 2001 года вручаются молодым учёным за достижения в научно-исследовательской деятельности и успехи в учёбе.

Российская научная общественность также чтит память великого русского математика П.Л. Чебышева. В течение последних 25 лет ФГУ ФНЦ НИИСИ РАН совместно с Российским фондом фундаментальных исследований, при поддержке МГУ им. М.В. Ломоносова и других российских организаций, а также при участии учёных из Франции, Германии, Италии, Японии

и других стран проводят международные конференции и чтения, посвящённые развитию чебышевского научного наследия.

Обсудив предложения министерства образования и науки области, а также руководства ФГУ ФНЦ НИИСИ РАН, участники встречи достигли ряда договорённостей.

На уровне региона будет создан оргкомитет по подготовке и проведению мероприятий, посвящённых юбилею великого учёного. Прозвучали и получили поддержку главы региона предложения о проведении научных конференций, расширении деятельности существующего музея, приведении в порядок памятных мест, связанных с именем П.Л. Чебышева.

Министерство внутренней политики и массовых коммуникаций Калужской области.

ГЛАВНАЯ ТЕМА**Проект бюджета прошёл публичные слушания**

12 ноября в Законодательном Собрании региона состоялись публичные слушания по проекту областного бюджета на 2021 год и плановый период 2022 и 2023 годов. Их провела председатель профильного комитета Ирина Яшанина. В слушаниях принял участие председатель регионального парламента Геннадий Новосельцев

Прогноз для экономики региона - постепенное развитие

Прогноз социально-экономического развития региона на 2021-2023 годы озвучила и.о. заместителя министра экономического развития Анна Королева. По её словам, распространение новой коронавирусной инфекции стало вызовом для экономики и социальной сферы. Поэтому основой прогноза стали показатели текущей социально-экономической ситуации в регионе.

Уровень безработицы в следующем году будет колебаться в пределах 0,8-0,7 %.

Основной бюджетобразующей отраслью экономики остаётся промышленный комплекс. Динамика роста промышленности после незначительного замедления в текущем году восстановится, и составит в 2021 году от 2,5 до 2,7 процентов.

Наибольший рост прогнозируется в производстве транспортных средств, лекарственных средств, пищевых продуктов, компьютеров, электронных и оптических изделий, бумаги и бумажных изделий, машин и оборудования.

Прогнозируется и стабильное развитие сельского хозяйства. Выпуск сельскохозяйственной продукции в 2021 году запланирован на уровне 65 млрд. рублей - это более 107% к 2020 году.

Активно реализуются инвестиционные проекты на территории особой экономической зоны «Калуга». Инвестиционная активность прогнозируется и на территориях опережающего социально-экономического развития. На сегодняшний день на территории ТОСЭР «Сосенский» зарегистрировано 3 резидента, в стадии переговоров находятся 3 компании.

В условиях ограничений, связанных с распространением новой коронавирусной инфекции, сектор малого бизнеса оказался в числе наиболее пострадавших. В Калужской области в дополнение к общероссийским мерам были введены налоговые льготы, развернуты программы прямой финансовой поддержки предпринимателей. Объём оборота на малых предприятиях к 2023 году по базовому варианту должен увеличиться на 16% и составить 338 млрд рублей.

Областной бюджет:**в приоритете социальные обязательства и нацпроекты**

Основные параметры областного бюджета на следующий год представила министр финансов Валентина Авдеева.

По её словам, доходы региональной казны в 2021 году составят 60 млрд. 435 млн. рублей. Министр особо подчеркнула, что в 2021-2023 годах Калужская область сохранила статус региона - донора. Сохранится и социальная направленность бюджета. В эту сферу будет направлено 40 млрд. 775 млн. рублей.

Так, расходы на реализацию госпрограммы «Социальная поддержка граждан в Калужской области» составят 6 млрд. 888 млн. рублей. 150 млн. рублей будет выделено на обеспечение жильём многодетных семей.

На реализацию госпрограммы «Семья и дети Калужской области» предусмотрены средства в объёме 3 млрд. 652 млн. рублей, в том числе на обеспечение социальных выплат, пособий, компенсаций детям и семьям с детьми - 2 млрд. 884 млн. рублей, обеспече-

ние детей-сирот жильём - 156 млн. рублей. На обеспечение льготных категорий граждан лекарственными препаратами предусмотрены средства свыше 1 млрд. 705 млн. рублей.

При этом регион не только выполнит все принятые социальные обязательства, но и реализует мероприятия региональных проектов, сформированных в рамках национальных проектов. В целом расходы на реализацию национальных проектов в 2021 году составят 10 млрд. 369 млн. рублей.

Продолжится реализация государственной программы «Формирование современной городской среды в Калужской области», на неё в 2021 году предусматриваются средства в сум-

ме 490 млн. рублей.

По подпрограмме «Чистая вода в Калужской области» заложено 786 млн. рублей.

Расходы на дорожную отрасль составят 4 млрд. 777 млн. рублей.

Учитывая положительный опыт инициативного бюджетирования, на следующий год в бюджете на эту программу предусмотрены 150 млн. рублей.

Геннадий Новосельцев подвёл итоги обсуждения проекта областного бюджета на 2021 год:

- Бюджетный процесс в Калужской области проходит в плановом режиме. Сегодня завершились публичные слушания. Депутаты задали много вопросов.

В целом главный финансовый документ мы принимаем достаточно сбалансированным. Это результат той экономической политики, которая проводилась Анатолием Артамоновым, и которую сейчас продолжает губернатор Владислав Шапша.

64 процента расходов - это социальная сфера. Более 10 млрд - медицина. Более 11 млрд - социальные программы. Все обязательства, которые область на себя взяла по социальным выплатам, пособиям, будут в полном объёме выполняться.

Это, несмотря на то, что уже в этом году незапланированные расходы на борьбу с коронавирусом составляют порядка 1 млрд рублей. В первом чтении бюджет будет рассмотрен областным парламентом 19 ноября. До этого момента, мы договорились с министерством финансов о том, что проинвентаризируем ещё раз указы избирателей. И самые актуальные обязательства отразим в бюджете. Это и газификация, и программа «Чистая вода», и дорожное строительство, и развитие инфраструктуры и все остальные пожелания людей.

Одна из основных задач на следующий год - это продолжение борьбы с коронавирусом и поддержка граждан в условиях продолжающейся пандемии, - подчеркнул Председатель Законодательного Собрания Геннадий Новосельцев.

Александра Гаверилова.

ОФИЦИАЛЬНО

Анонс

Молодых калужан приглашают принять участие в этнокультурном конкурсе «Диалог культур»

С 9 по 28 ноября в рамках госпрограммы «Реализация государственной национальной политики» проводится молодёжный этнокультурный конкурс «Диалог культур», организатором которого выступает Федеральное агентство по делам национальностей России.

К участию приглашаются молодые люди, которые занимаются творчеством с использованием уникальных традиционных техник, инструментов, приёмов и навыков на национальных и русском языках.

В рамках конкурса предусмотрено восемь номинаций: «Рисунок на национальную тематику», «Декоративно-прикладное искусство», «Национальные виды спорта», «Национальный костюм», «Блюдо национальной кухни», «Национальная песня», «Национальный танец», «Национальный фольклор».

Программа состоит из двух этапов: отборочного и образовательного. Для участия в отборочном этапе необходимо записать видео-презентацию (длительностью до 3-х минут) своего номера в национальном костюме и опубликовать на официальном сайте <https://www.dialogculture.ru/> по 22 ноября.

По итогам первого тура будет отобрано 150 работ для участия в образовательной программе проекта, которая состоится в период с 24 по 28 ноября в онлайн-формате. Известные спикеры, популярные тренеры и знаменитые гости проведут эстафеты, челленджи, лекции, тематические встречи. Для участников также запланировано онлайн посещение театров и музеев.

Молодёжь приглашают к участию в конкурсе «Медиа.Дети»

Конкурс «Медиа.Дети» организован Автономной некоммерческой организацией дополнительного профессионального образования «Среднерусская академия современного знания» в рамках реализации проекта Фонда Президентских грантов Школа медиаграмотности «Про контент».

Конкурс проводится по номинациям: «Сюжет и фотография», «Мой видеоблог для всех», «События моими глазами», «Приз зрительских симпатий». К участию приглашаются подростки и молодёжь в возрасте от 13 до 18 лет. Заявки принимаются с 1 ноября по 27 декабря 2020 года. Подробная информация на сайте: <http://mediakaluga.ru/>, а также в группе ВКонтакте: vk.com/mediakaluga.

Свободный коечный фонд Калужской области составляет 22,6 %

12 ноября губернатор области Владислав Шапша в режиме видеоконференцсвязи провёл заседание рабочей группы регионального штаба по предупреждению завоза и распространения новой коронавирусной инфекции.

По оперативной информации министерства здравоохранения региона, за последние сутки число подтверждённых случаев заражённых коронавирусом на территории региона увеличилось на 134 и достигло 13482. Выздоровели с начала пандемии 10348 человек, из них за сутки - 137. В настоящее время на лечении в больницах находятся 1654 пациента, в том числе на инвазивной ИВЛ - 13, на неинвазивной ИВЛ - 32, на кислородной поддержке - 970. За последние сутки в больницы поступило 116 человек, 108 пациентов выписано.

В медицинских организациях области развёрнуто 2138 инфекционных коек. Свободный коечный фонд составляет 22,6 % или 484 койки.

По информации министра здравоохранения области Алана Цкаева, медицинские организации необходимыми противовирусными препаратами и антибиотиками для лечения пациентов в условиях стационара обеспечены. Дефицита наиболее назначаемых лекарств в аптеках региона не имеется.

В ходе заседания также обсуждался вопрос о строительстве корпуса для пациентов с коронавирусной инфекцией на территории Калужской областной инфекционной больницы. В настоящий момент уже определён участок под его размещение.

Министерство внутренней политики и массовых коммуникаций Калужской области.

АКТУАЛЬНО

Гражданское общество в противодействии экстремизму и терроризму

Особенностью нашего времени является глобализация социальных процессов, вовлечение в них большого количества групп людей разных мировоззрений и культур. Это требует новых подходов к социальному управлению во всех сферах общества и государства, особенно создание адекватной и устойчивой системы государственной безопасности. Сегодня, как показывает действительность, мы не защищены должным образом от внешних манипуляций и, как свидетельствует - развитие в российском обществе идеологии экстремизма и терроризма, нравственная деградация нашей молодёжи.

Современный экстремизм и терроризм представляют собой разветвлённую и хорошо отлаженную систему, обладающую огромными финансовыми и людскими ресурсами, управляемую из международных центров. Экстремизм и терроризм многогранен в своих формах, маскируется и прикрыва-

ется различными идеологическими и политическими доктринами, в том числе религией. Экстремизм и терроризм наносят непоправимый вред устоявшимся общественным ценностям человечества, оказывают существенное негативное влияние на «чувство защищённости человека.

Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации - это одна из наиболее важных задач обеспечения безопасности на государственном уровне. Как отметил Президент Российской Федерации В.В. Путин, экстремизм и терроризм превратился в одну из наиболее острых угроз жизненно важным интересам личности, общества и государства.

Экстремизм и его крайняя форма - терроризм - это не локальная и даже не региональная проблема сегодня, а уже достаточно масштабное общероссийское явление.

Профилактика экстремизма и терроризма - это не только задача государства,

но в немалой степени, это задача и представителей гражданского общества. Эта работа зависит от чёткой позиции политических партий, общественных и религиозных объединений, отдельных граждан. В нашей стране профилактика экстремистских проявлений должна рассматриваться как инструмент установления гражданского мира и объединения усилий граждан России в восстановлении и укреплении экономического и политического потенциала нашей страны.

В Российской Федерации законодательно запрещается создание и деятельность общественных и религиозных объединений, иных организаций, цели или действия которых направлены на осуществление экстремистской деятельности. Но экстремизм и терроризм быстро изменяются, осваивают всё более опасные и разрушительные методы. Поэтому особо важна организация слаженной работы государственных учреж-

дений, общественных и религиозных организаций на всех уровнях системы государственного управления и общественной деятельности. Без целенаправленной и согласованной работы этих двух систем невозможно бороться с экстремизмом и терроризмом, невозможно воспитание молодого поколения в духе патриотизма и веротерпимости, что необходимо для обеспечения безопасности общества в целом.

Сейчас экстремизм и терроризм, в какой бы форме они не представлялись, являются одной из самых опасных общественно-политических проблем, требующих незамедлительного решения.

В соответствии с Федеральным Законом № 131 «Об общих принципах организации местного самоуправления в РФ» муниципальные образования участвуют в профилактике терроризма и экстремизма, а также в минимизации и ликвидации проявлений терроризма и экстремизма в границах му-

ниципального образования. Приоритетными в этой работе являются предупредительные меры. Эту работу можно успешно проводить только совместными усилиями глав администраций, правоохранительных органов, при содействии трудовых коллективов и общественности. Поэтому задачи всех государственных структур, органов местного самоуправления, общественных объединений, религиозных организаций, всех слоёв населения - вместе, сообща бороться с этим злом. Главное, работать на опережение, чтобы потом не бороться с последствиями.

Для победы над экстремизмом и терроризмом, избавления от этого опаснейшего негативного социального явления необходимо объединение всех сил общества, разумное их использование, духовно-нравственная и психологическая работа с молодёжью. Важна постоянная и комплексная работа по профилактике преступности, наркомании, экстре-

мизма, безнадзорности и правонарушений, особенно, в молодёжной среде.

Участие гражданского общества в противодействии экстремизму и терроризму состоит в том, чтобы раскрыть назначение и сущность того, что выдаётся за «конфликт», а по сути, является преступностью и бандализмом.

Гражданскому обществу важно осознать, что экстремисты, террористы и их пособники живут в самом этом обществе, подвержены его информационному, эмоциональному и психологическому воздействию. А само это информационно-психологическое влияние общества может быть по своей форме различным. Важно, чтобы это воздействие и влияние было направлено на нетерпимость к любому роду и виду проявления ненависти и насилия внутри общества, обличение преступной сущности экстремизма и терроризма.

*АТК администрации
МР «Ульяновский район»*

ЗДОРОВЬЕ

Осторожно, если любишь сладенькое!

До изобретения производства сахара потребность человека в сладком удовлетворялась исключительно за счёт натуральных продуктов - ягод, фруктов, мёда. Первыми сахар стали экспортировать индийцы, которые получали его из сахарного тростника. На русскую территорию сахар попал в XI-XII веке. Сладкие коричневые крупы были доступны исключительно аристократии. С 1809 года на русской земле началась эпоха самостоятельного возделывания сахара из отечественного сырья - сахарной свёклы. Это способствовало значительному удешевлению продукта. В XIX веке европейцы употребляли 2 кг сахара в год на душу населения, к 1920 году - 17 кг, а в 2000 году - уже 37 кг.

Уже тогда появились авторитетные исследования о разрушительном действии на человеческий организм сладких белых круп, но они никого особо не волновали. С ростом количества употребления сахара человечество пришло к сахарной зависимости, колоссальному росту ожирения и сопутствующих болезней. Оказывается, сладкие продукты вызывают привыкание. После попадания внутрь сладость стимулирует выработку гормона дофамина. Он стимулирует центры удовольствия и заставляет нас чувствовать радость и прилив энергии. Организм привыкает к лёгкому способу удовлетворения своих потребностей и буквально заставляет человека есть больше сладкого.

Как бы в наказание за такой сладкий образ жизни по планете распространяется заболевание под названием «сахарный диабет». Справедливости ради надо сказать, что это относится только к диабету второго типа. Дело в том, что «сахарный диабет» - это целая группа заболеваний, основным признаком которых является высокий уровень сахара (глюкозы) в крови. Но причины возникновения и механизм развития заболевания у них существенно различаются. Причина развития диабета первого типа - прекращение выработки инсулина. Это происходит из-за гибели б-клеток поджелудочной железы - они разрушаются собственной иммунной системой. Точная причина такой агрессии иммунитета, направленной на собственный организм, до сих пор неизвестна. Чаще всего этот тип диабета возникает в детском, подростковом или юношеском возрасте (до 30 лет).

Соотношение больных, живущих с сахарным диабетом I типа, составляет менее 10% среди всех людей с сахарным диабетом.

Наибольшее распространение получил сахарный диабет второго типа, при котором гормон инсулин какое-то время вырабатывается бета-клетками поджелудочной железы, но он циркулирует в крови, поэтому что не может попасть в клетки. В возникновении сахарного диабета второго типа значительную роль играет образ жизни и питания человека.

В мире страдают сахарным диабетом почти полмиллиарда человек, в РФ на начало 2019 года было 4,8 миллиона больных. А сколько людей ещё не знают о своей проблеме. Раньше, чтобы распознать заболевание приходилось пробовать мочу на вкус, сейчас же для этого надо сдать кровь на анализ на содержание глюкозы.

У здорового человека уровень глюкозы в крови натощак (в утренние часы, после ночного голодания в течение 8-14 часов) не превышает 6,1 ммоль/л, а через 2 часа после приёма любой пищи не превышает 7,8 ммоль/л.

Единицы измерения «ммоль/л» (миллимоль на литр) применяются в большинстве стран мира.

В некоторых странах также используются единицы измерения мг/дл (миллиграмм на децилитр) или мг/% (миллиграмм в процентах), что является эквивалентом.

Пересчитать ммоль/л в мг/дл можно при помощи коэффициента 18: 5,5 ммоль/л x 18 = 100 мг/дл; 100 мг/дл: 18 = 5,5 ммоль/л.

Для сахарного диабета I типа характерна «яркая» клиническая картина начала заболевания с выраженными симптомами гипергликемии: слабость, жажда, выделение большого количества мочи, наличие ацетона в моче, запах ацетона в выдыхаемом воздухе, иногда - кома. Сахарный диабет I типа возникает у детей, подростков, молодых людей до 30 лет.

Сахарный диабет 2 типа развивается преимущественно у взрослых (как правило, после 40 лет),

хотя в настоящее время это заболевание всё чаще диагностируют и у молодых. У людей с данным видом диабета очень часто бывает избыточный вес.

Имеет место наследственность. Характерна высокая распространённость диабета 2 типа среди ближайших родственников.

Симптомы этого вида диабета развиваются постепенно, длительное время их может и не быть, часто заболевание диагностируется случайно или при диспансерном обследовании.

Повышенное содержание глюкозы в крови приводит к нарушению всех видов обмена веществ и поражению крупных и мелких сосудов. Ему сопутствуют сердечно-сосудистые заболевания (атеросклероз, артериальная гипертония, ишемическая болезнь сердца, поражение сосудов глаз, нижних конечностей) и другие состояния. Диабет значительно утяжеляет течение респираторно-вирусных заболеваний, что особенно стало заметно в период распространения коронавирусной инфекции.

На настоящий момент сахарный диабет I, и 2 типа - это хронические заболевания, при которых полное выздоровление невозможно. Не следует надеяться на обещания недобросовестной рекламы, где обещают чудо-лекарства, которые попьёт человек и навсегда забудет о сахарном диабете. Эндокринологами разработаны методы эффективности контроля и лечения как сахарного диабета I, так и

сахарного диабета 2 типа. Поэтому основная цель: научиться контролировать сахарный диабет. Это является гарантией снижения риска развития и прогрессирования осложнений, другими словами - гарантией долгой и полноценной жизни.

Поводом для незамедлительного обращения к врачу является появление следующих симптомов (или некоторых из них): сухость во рту, жажда, повышенное выделение мочи, чувство голода, снижение или увеличение веса. Довольно часто первое обращение бывает к дерматологу по поводу кожного зуда, особенно в области половых органов, появления гнойничков, фурункулов.

Иногда выявлению сахарного диабета способствуют хирурги, видя плохое заживление ран и порезов.

Стоит обратить внимание также на снижение зрения.

Профилактика сахарного диабета играет значительную, а иногда решающую роль: она должна начаться с изменения образа жизни.

Большая роль принадлежит здоровому питанию.

Питание должно быть довольно частым, чтобы избежать чувства голода, так как голод приводит к перееданию. Калорийность рациона должна уменьшаться к вечеру.

Рекомендуется уменьшить потребление животных жиров. Жирные сорта мяса, колбасы, сосиски, сардельки рекомендуется заменить на птицу, рыбу, менее жирные сорта мяса. Предпочтение отдать молочным продуктам пониженной жирности,

а также сложным углеводам - крупным изделиям, не сдобному хлебу. Сложные углеводы поддерживают нормальный уровень глюкозы в крови, не напрягая инсулярный аппарат поджелудочной железы.

Любителям сладенького нужно быть особенно осторожными. Ограничить потребление сладкой пищи (простых углеводов) - сахара, варенья, конфет, шоколада, кондитерских изделий. Увлечение сладкими радостями неизбежно приведёт к повышению глюкозы в крови и отложению жира на боках, животе. А это путь к ожирению и сахарному диабету.

Естественной сладости, которая кроется в растительных продуктах, (ягодах, фруктах) вполне достаточно. Да, во фруктах есть фруктоза, которая тоже относится к группе сахаров. Но фруктовый состав гармонизируется клетчаткой, витаминами и минералами.

Включение в рацион бобовых, зелёных листовых овощей способствует нормальному углеводному обмену, так как они содержат такие элементы как хром, магний. Помните, что истинное желание сладкого всегда формируется в голове, но никогда не возникает в желудке. Если вы решили бороться с сахарной зависимостью, то принимайте последовательные и рациональные решения, не позволяйте пищевым пристрастиям управлять вашей жизнью.

*Л.П. Еремина, врач
ГБУЗ КО «КО ЦОЗ и МП»*

ЭКОЛОГИЯ

Калужане к Новому году могут сделать подарок птицам

Помочь птицам перезимовать и украсить памятники природы к Новому году новыми кормушками предлагают жителям региона.

12 ноября в Синичкин день министерство природных ресурсов и экологии Калужской области совместно с Дирекцией парков объявляет старт конкурса «Столовая для птиц».

Принять участие в конкурсе можно до 27 ноября 2020 года, заполнив электронную заявку по адресу: <https://forms.gle/4A6LNvgsuxxZ8rtX7> и отправив творческие работы с этикеткой, на которой указано: название работы, ФИО автора (-ов), возраст, место жительства, ФИО руководителя, в министерство по адресу: 248018, г. Калуга, ул. Заводская, 57.

Все участники конкурса получают дипломы, а победители и призёры также получают памятные подарки.

«Кто, безусловно, выиграет от конкурса - так это наши пернатые друзья-птицы, которым предстоит освоить красивые и функциональные кормушки, поскольку все работы будут установлены на территории памятников природы в Калуге», - рассказал исполняющий обязанности министра природных ресурсов и экологии Калужской области Владимир Жипа.

С положением о конкурсе можно ознакомиться на сайте министерства.

Контактный телефон: 8-4842-71-99-55.

Справочно: Народный праздник Синичкин день отме-



чается 12 ноября каждого года. В православной церкви это дата почитания памяти священномученика Зиновия и его сестры - мученицы Зиновии.

На Руси в этот день почитали синиц. Делали для них кормушки и развешивали на деревья. Верили, что если синичка залетит во двор, то будет счастье и достаток в доме. Сегодня традицию создания кормушек для синичек активно поддерживает Всероссийский Союз охраны птиц.

Министерство природных ресурсов и экологии Калужской области.

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

В День народного единства

4 ноября в спортивном зале Заречного сельского очага культуры прошёл товарищеский турнир по волейболу. Сборная команда с. Заречье принимала гостей - любителей бадминтона (ветеранов спорта) из областного центра. Результат состязаний - боевая ничья. По окончании волейбольного турнира гости из Калуги провели для зареченцев мастер-класс по бадминтону.

В канун праздника в Мелиховской сельской библиотеке была оформлена тематическая книжная выставка, посвящённая событиям 1612 года.

Библиотекарь Галина Мосина познакомила сельских читателей с событиями «Смутного времени», когда многие россияне примкнули к народному ополчению против польских интервентов, с биографией героев на все времена гражданина Кузьмы Минина и князя Дмитрия Пожарского.

События того времени являются для наших современников примером истинного патриотизма русских людей.

В Заречном СДК экспонируется выставка рисунков воспитанников детской школы искусств, посвящённых Дню народного единства.

3 ноября, в канун Дня народного единства, в нашей стране проходила Всероссийская акция «Ночь искусств». Музеи и театры, выставочные и концертные залы, библиотеки и культурные клубы провели тематические мероприятия: экскурсии и постановки, лекции и мастер-классы, беседы с деятелями искусства и открытые дискуссии, а также творческие вечера, концерты и многое другое.

В эти дни в рамках акции на сайте PRO.Культура.РФ проходила в режиме онлайн трансляция спектакля «Трибунал» по пьесе Андрея Макаёнка (Ульяновский народный театр им. Гали Павловны Лебедевой, режиссёр Валентина Лифанова).

Людмила Николаева.

ДАТЫ

19 ноября - 19 ноября 1942 года - Начало контрнаступления советских войск под Сталинградом День ракетных войск и артиллерии.

Военная история РФ.

ТАКСИ.

8-953-330-66-64.

Ликвидация несанкционированных свалок. Итоги октября 2020 года

Государственное предприятие Калужской области «Калужский региональный экологический оператор» ведет постоянную работу по выявлению и устранению несанкционированных свалок. За октябрь текущего года в области ликвидировано 12 мест несанкционированного размещения отходов, с территории которых вывезено около 591 м³ мусора.

Ликвидация несанкционированных свалок ведется на основании договоров, заключенных между ГП «КРЭО» и органами местного самоуправления. Уже действуют договоры с администрациями Козельского, Куйбышевского, Жуковского, Кировского, Дзержинского, Малоярославецкого, Юхновского, Мосальского, Ферзиковского, Боровского, Людиновского и Бабынинского районов.

Наибольшее количество несанкционированных свалок ликвидировано на территории городов Жуков и Сосенский, Дзержинского и Людиновского районов.

РОСРЕЕСТР ИНФОРМИРУЕТ

О продлении «дачной амнистии»

Госдумой РФ одобрен и принят в первом чтении законопроект о продлении «дачной амнистии» и расширении действия упрощенного порядка оформления прав на объекты недвижимости: дачи, земельные участки, жилые и садовые дома, бани, гаражи.

Дачники, имеющие неоформленную недвижимость, смогут воспользоваться «дачной амнистией» до 1 марта 2026 года. Сейчас амнистия действует до 1 марта 2021 года.

Для оформления строения достаточно наличия права на земельный участок - на основании технического плана и декларации, составленной правообладателем объекта недвижимости. Все необходимые документы застройщик сможет подать в Росреестр самостоятельно. При этом строящийся объект должен отвечать параметрам объекта ИЖС, закреплённым в Градостроительном кодексе. Уведомлять или получать разрешение на строительство в муниципальных органах власти не обязательно.

За три квартала 2020 года в ведомство поступило 274 заявления о регистрации в упрощённом порядке прав граждан на отдельные объекты недвижимого имущества.

При этом отмечается резкий скачок данного показателя в сентябре - 180 заявлений, что составляет почти 66 % от общего количества заявлений о регистрации в упрощённом порядке.

Образование несанкционированных свалок носит непредсказуемый характер. Вот пример свалки, которая была обнаружена на 47 км дороги Калуга-Медынь в Дзержинском районе. Нерадивый гражданин выбросил отходы в лесополосе. Равнодушие к природе и окружающим явно были главными мотивами этого отвратительного поступка.

Надо отметить, что устранение несанкционированных свалок производится за счет средств, выделяемых из местных бюджетов. Из-за равнодушного отношения к природе одного человека средства, которые могли бы пойти на решения насущных задач по благоустройству, идут на ликвидацию несанкционированных свалок.

ГП «КРЭО» призывает калужан соблюдать природоохранное законодательство Российской Федерации и не допускать образование несанкционированных свалок. О всех фактах их обнаружения необходимо сообщать в ГП «КРЭО».

Как уменьшить налог на недвижимость

В 2020 году налог на имущество определяется исходя из кадастровой стоимости недвижимых объектов. Соответственно, чтобы уменьшить налог, нужно снизить кадастровую стоимость.

В случае несогласия с кадастровой стоимостью объектов капитального строительства, а также земельных участков категории земель сельскохозяйственного назначения, находящихся на территории Калужской области, заинтересованное лицо вправе обратиться с соответствующим заявлением в комиссию по рассмотрению споров о результатах определения кадастровой стоимости при Управлении Росреестра по Калужской области (далее - Комиссия).

Комиссия располагается по адресу: 248019, г. Калуга, ул. Вилонова, д. 5 (в случае обращения посредством почтового отправления) или по адресу: г. Калуга, ул. Марата, д. 7, к. 116, (в случае личного обращения после снятия введённой в области самоизоляции).

Отметим, что Управление Росреестра по Калужской области не проводит кадастровую оценку объектов недвижимости. Для определения кадастровой стоимости недвижимости в Калужской области создано Государственное бюджетное учреждение Калужской области «Центр кадастровой оценки».

Учредитель: администрация муниципального района «Ульяновский район» (исполнительно-распорядительный орган).

Издатель: МАУ «Редакция газеты «ВЕСТНИК».

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Калужской области 10.09.2012г. ПИ №ТУ40-00196

Главный редактор Т.А. Кретьева

Газета выходит два раза в неделю: по вторникам и пятницам; свободная цена.

Индекс: П7877. Объём 1 печ. лист

Тираж - 1000 экз. Зап.

Адрес редакции и издателя:

249750, Калужская обл., Ульяновский р-н, с. Ульяново, ул. Лапшова, 3. E-mail: vestnik@kaluga.ru

<http://ulyanovskiy-vestnik.ru>

Телефоны:

корреспонденты, реклама, бухгалтерия - 2-13-64; технический отдел - 2-11-78.

За точность фактов и достоверность информации ответственность несут авторы. Редакция не вступает в переписку с авторами, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы. За содержание рекламы, объявлений ответственность несёт заказчик.

Подписано в печать 16.11.2020 г.: по графику - в 15.00, фактически - в 15.00