

НА СТАРТ



Турслет начался с митинга и возложения цветов к мемориалу

Туристический слет собрал настоящих друзей

В августе состоялся районный туристический слет для людей с ограниченными возможностями здоровья. Мероприятие было организовано Бердюжским отделением Всероссийского общества инвалидов и посвящено 80-летию Великой Победы, Году защитника Отечества.

Участники турслета перед открытием и спортивной частью мероприятия собрались в районном Доме культуры. Экскурсию по выставке экспонатов СВО «Служу России» провела Анжелика Шумилина. Анжелика Леонидовна рассказала гостям об экспозиции, о том, как жители, ветераны и участники СВО передавали свои личные вещи и трофеи в музей, она говорила практически о каждом экспонате и отдельно – о гуманитарной помощи волонтеров Бердюжского района: работе по плетению сетей, изготовлению сухих супов, меток и зацепов. Затем все собрались на площади Памяти и возложили цветы к памятнику землякам, погибшим в годы Великой Отечественной войны.

По традиции открытие туристического слета прошло на территории лыжной базы. В это утро погода стояла на удивление теплая и солнечная. Это только еще больше поднимало настроение организаторам и командам туристического слета. Под веселую музыку они репетировали визитку и творческий номер. Царило отличное, бодрое настроение. Во всем чувствовалась добрая дружеская атмосфера – все улыбались, приветствуя друг друга. Слышался смех, теплые слова и объятия. Такое ощущение, что на поляне возле озера Станового в этот день встретились старые друзья. С радостью они окунулись в хлопоты и подготовку к началу состязаний, вешали плакаты, доставали шпаргалки со стихами и словами песен, спешно надевали форму, приклепляли бейджики к футболкам.

Старт встрече дало построение команд, болельщиков, гостей и судей туристического слета. Под звуки гимна России капи-

танами был поднят флаг Российской Федерации. Начинающих и опытных туристов приветствовала председатель районного общества ВОИ Светлана Тренина.

- Всем участникам сегодня хочу пожелать ярких стартов, побед и позитивных эмоций. Пусть каждый из вас зарядится энергией, теплом от встречи и общения с друзьями, - сказала Светлана Владимировна. - Рада видеть команды из нашего района, села Омутинского и города Ялutorовска. Вы все большие молодцы и уже победители, раз собрались так дружно, приехали сегодня к нам в гости на туристический слет. Уверена, что после такого дня вы еще больше заразитесь туризмом, а кто-то впервые откроет себя в этом направлении!

Добрые слова перед стартом прозвучали от социального координатора фонда «Защитники Отечества» по Тюменской области Марины Абакаровой.

- Рада приветствовать всех участников и болельщиков туристического слета от фонда «Защитники Отечества» по Тюменской области и от регионального штаба

Комитета семей воинов Отечества. В рядах команд есть ветераны специальной военной операции. Надеюсь, что в будущем нас будет собираться еще больше. Всем доброго общения и хорошего настроения! Пусть победит сильнейший!

Главный судья соревнований Александр Шукалович пояснил правила прохождения туристической полосы и выполнения заданий, представил судейскую коллегию.

На туристический слет прибыли команды сельских поселений из Бердюжья, Зарослого, Окунево и Истошинского Дома-интерната. Участвовали гости из Ялutorовска, впервые приехала сборная ВОИ из села Омутинского.

- Наша команда накануне соревнований прошла тренировку и познакомилась на месте со всеми испытаниями турполосы, - отметил Алексей Амарцев, ветеран СВО, участник бердюжской сборной. - Многие участвуют впервые в подобных соревнованиях, тем не менее интересно всем, заряжены

2»



Команда «Безбашенные туристы» из Окуневского поселения представляла свою визитку

СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

Жители региона получили уведомления о размере своей будущей пенсии

Более 14 тысяч жителей Тюменской области получили проактивные уведомления о размере своей будущей страховой пенсии по старости с начала 2025 года.

Информирование граждан о заработанном стаже, величине индивидуального пенсионного коэффициента, а также о предполагаемом размере пенсии, рассчитанном на основании накопленных пенсионных прав, Отделение СФР по Тюменской области начало осуществлять с 2022 года. С момента начала данной рассылки уведомления были направлены свыше 377 тысячам жителей региона.

Впервые уведомления поступают в личный кабинет граждан на портале Госуслуг мужчинам, достигшим 45-летнего возраста, и женщинам, которым исполнилось 40 лет. После этого проактивное информирование Отделение СФР по Тюменской области осуществляет один раз в три года.

- Благодаря рассылке таких уведомлений жители региона могут проверить данные, которые работодатели предоставляют в Отделение СФР, а также заблаговременно оценить свои пенсионные права. В случае выявления расхождений в сведениях следует подать заявление на корректировку индивидуального лицевого счета. Сделать это можно через личный кабинет на портале госуслуг, - отметил управляющий Отделением Социального фонда России по Тюменской области Виталий Левенков.

Для получения проактивных уведомлений гражданам необходимо иметь подтвержденную учетную запись на портале госуслуг. В ином случае сведения о своих сформированных пенсионных правах можно получить, обратившись лично в ближайшую клиентскую службу Отделения СФР по Тюменской области. Узнать информацию о формировании своей пенсии можно в любом возрасте, заказав выписку о состоянии индивидуального лицевого счета на портале госуслуг. Документ появится в личном кабинете в течение дня.

Если у вас остались вопросы, вы всегда можете обратиться к специалистам Отделения СФР по Тюменской области, позвонив в единый контакт-центр: 8-800-100-00-01 (звонок бесплатный). Региональные операторы ЕКЦ работают с понедельника по четверг - с 8:00 до 17:00, в пятницу - с 8:00 до 16:00.

Узнать более подробную информацию об услугах Отделения фонда можно на региональной странице сайта, а также в социальных сетях – ВКонтакте, Одноклассники, Телеграм.

Пресс-служба ОСФР по Тюменской области
ПОГОДА

Чт 4 Сен		ночь +12°...+13°	день +13°...+15°
Пт 5 Сен		ночь +12°...+16°	день +13°...+17°
Сб 6 Сен		ночь +11°...+16°	день +12°...+17°
Вс 7 Сен		ночь +11°...+16°	день +11°...+17°
Пн 8 Сен		ночь +10°...+16°	день +11°...+17°
Вт 9 Сен		ночь +10°...+15°	день +10°...+16°

НА СТАРТ

Туристический слет собрал настоящих друзей

«1 на отличное выступление и только позитивные эмоции.

Гостями турслета стала опытная сборная из города Ялуторовска. Они прибыли по приглашению Светланы Трениной, чтобы провести мастер-классы и поделиться опытом, приобретенным на занятиях в «Школе туризма».

— Одно из самых любимых направлений для нас — это туристическое, — говорит член Ялуторовской городской организации инвалидов Елена Александровна Токарева. — Туризм мы полюбили давно, команда наша называется «Экстрим» и существует уже 23 года. Конечно, за это время состав менялся, но костяк составляют уже опытные участники. Нас знают, наш девиз и название не меняются. «Экстрим» проигрывать не любит. Поэтому на областных соревнованиях немало побед и призовых мест. Мы не пропустили ни одной «Робинзонады» за эти два десятка лет.

Елена Александровна добавляет: участники организации с радостью откликнулись на предложение бердюжан и приехали в гости. Они легки на подъем, часто выезжают с палатками, ночевкой. Всегда готовы поделиться опытом, и знаниями с начинающими туристами. На туристическом слете в составе девять человек.

— Недавно мы приехали с фестиваля ВОИ «Алые паруса», — рассказывает Елена Токарева. — Объединение у нас активное, сейчас к нам присоединяются ветераны СВО, участвуют вместе с нами в слетах, фестивалях настольных игр и спартакиадах. Развивается движение КВН, скоро сборная едет на игры в Челябинск. Немало достижений в спорте — в основном в плавании и тяжелой атлетике. Хорошо работает у нас литературный клуб, женский клуб «Любава». Мастерицы участвуют в выставках и мастер-классах. Организация ВОИ — дружная, мы как одна семья.

— Мы впервые приехали на турслет в Бердюжье по приглашению Светланы Трениной, — рассказывает Роман Николаевич Селявин, председатель Омутинского районного общества ВОИ. — Готовить команду помогал наш тренер спортивной школы Сергей Викторович Косенков. В нашей организации ВОИ активные участники в спорте, творчестве, туризме. Есть у нас клубное объединение «Здоровье по средам». На протяжении десяти лет каждую среду мы ходим в спортзал.



Участники турслета зарядились энергией и хорошим настроением

Стабильно всегда занимается порядка 15 человек. Участвуем в спартакиадах, «Робинзонаде». Успешно — в настольных играх, особенно землякам нравится настольный теннис. Еще одно наше объединение, в котором учимся и тренируемся вязать узлы, учим травоведение, топографию. Также члены районного общества ВОИ пишут стихи, делятся своим творчеством с читателями, участвуют в творческих конкурсах. Нам интересно посмотреть, как проходит такой туристический слет, пообщаться и взять этот опыт проведения себе на заметку.

Валентина Владимировна Субботина, капитан Окуневской команды «Безбашенные туристы», отмечает, что для всех участников туризм и такие соревнования не в новинку. Они участвуют третий год. С интересом, задором они окунулись в подготовку к слету, когда получили положение, изучали топографические знаки, повторяли, как вязать узлы.

— Мы собрались с женщинами, обсудили название команды, наш девиз, было несколько вариантов и мы единогласно выбрали один, — отмечает одна из участниц команды Нина Александровна Корушина. — Сегодня в нашем составе: Инзира и Николай Слинкины, Надежда Анатольевна Васнецова, Надежда Николаевна Рычкова. Болеет за нас председатель «первички» Татьяна Николаевна Софеева. Волнуемся, как пройдем все этапы, особенно сложным нам кажется этап вязания узлов и топография. Другие

задания, даже спуски и подъемы, даются нам легко. К медицинскому этапу нас готовила Валентина Владимировна Субботина. Она у нас медицинский работник. За ориентирование в команде отвечает Инзира Слинкина. Она отлично справляется с заданием по компасу. В творческой части будем выступать с песней «Ничего на свете лучше нету». Уверена, ее слова все хорошо знают. На

испытания на туристической полосе. Задания начинались со сбора рюкзака, затем была перевязка раненого и вязание узлов. Непросто было справиться с определением азимута и прохождением спусков и подъемов. Даже опытные туристы отметили, что испытания были непростые.

После спортивной части мероприятия авторскими песнями участников турслета порадовали

отметила фонд «Защитники Отечества» и социального координатора Марину Абакарову, Бердюжское казачье хуторское общество, детско-юношескую спортивную школу и тренера Александра Шукаловича, молодежный центр и директора Ирины Рязанову, районный Дом культуры и Анжелику Шумилину, индивидуального предпринимателя Наталью Яковлеву, волонтера Юрия Няшина, комбата десантного братства Олега Куркова, Руслана Тарасова из Ишима, а также судей на этапах из Омутинского районного общества ВОИ.

— Спасибо всем, кто помогал и добрым словом, и делом в нашем туристическом слете, — сказала Светлана Тренина. — Благодарна всем за поддержку и участие.

На этапе контрольно-туристического маршрута третье место заняла команда из Зарослого, первое место разделили сборные Ялуторовска и Истошинского Дома-интерната. В спортивном ориентировании третьими стали бердюжские спортсмены, второе место — у окуневцев. Первое у дружины из Шабурова. В общем зачете победили участники из Шабурова, второе место сразу у двух сборных — Окунево и Ялуторовска.

Без грамот и подарков в этот день не остался никто. Но самое главное, что все участники смогли пообщаться, найти новых друзей и зарядиться позитивными эмоциями. Будем надеяться, что встретимся с командами вновь на туристическом слете - 2026.

Юлия МИХАЙЛОВА
Фото Виктора Шмидта



У команды Истошинского Дома-интерната сразу несколько грамот

строй у нас отличный, улыбаемся, всегда с позитивом.

— В туристическом слете участвуем с радостью, — добавляет Инзира Слинкина. — Всегда с настроением и желанием. Благодарны главе сельского поселения Сергею Куркову за транспорт и поддержку наших мероприятий.

Участники команд в течение дня представляли на суд жюри название и визитку, проходили

артисты из сельских поселений. Казаки в этот день не только угощали всех свежесваренной ухой, а также провели показательные выступления по рубке и фланкировке шашкой.

Пока подводили итоги, многие делились впечатлениями о проведенном дне. Звучали теплые и добрые слова благодарности от всех. За организацию и помощь в проведении турслета благодарностями Светлана Тренина



Юные и опытные туристы проходили испытания, а в конце дня все были отмечены грамотами

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Как Егорка в город ездил

Шел 1960 год. Егорка учился в шестом классе. На Новый год к ним в деревню приехал младший брат отца Егорки – дядя Ваня. Он жил в городе Свердловске и работал на заводе «Химмаш» оператором огромной заводской котельной. Она отапливала не только цеха завода, но и жилые дома целого района города.

Егорка уважал дядю, он вспоминал, как в прошлом году на Рождество дядя подарил ему серебристые коньки-дутьиши. Егорка был рад, а мальчишки-дружки просили у него покататься на дутьишах. «Это вам не «ледашки», – приговаривал Егорка, снимая валенки с притороченными к ним сыромятными ремнями «Дутьиши». Давал прокатиться друзьям. А еще Егорка знал, что дядя Ваня был на войне и служил семь лет в армии, что у него были награды за войну. Он всегда, когда дядя приезжал, просил его забраться на полати и рассказать про жизнь. Егорка любил слушать рассказы дяди! Дядя Ваня занимается спортом, у него разряды по лыжам, волейболу, а по шахматам входит в сборную завода.

Вот и в этот раз накануне Нового года Егорка попросил дядю поговорить про жизнь. После управы на дворе холодным декабрьским вечером они забрались на полати, и дядя начал отвечать на Егоркины вопросы. Через какое-то время у дяди появилось желание заснуть, но Егорка тормошил его, побуждая к разговору. Егорку интересовало все, к тому же дядя был хорошим рассказчиком, но, несмотря на это, время было позднее, Егорка стал зевать, и дядя сказал: «Давай спать, Егор, завтра продолжим!» Ночью Егорке снилось, как он на танке утожил вражеские окопы, то, стоя на капитанском мостике, управлял могучим кораблем, то вихрем летел на лыжах с горы. На следующий день за обеденным столом дядя Ваня, обращаясь к родителям и Егорке, сказал: «На будущий год Егор заканчивает семь классов, ему предстоит выбирать, где дальше продолжать учиться и по какой специальности, у Егора, как я заметил, есть интерес к познаниям». Дядя сделал паузу, посмотрел на родителей, Егорка насторожился. Предлагаю Егору съездить со мной в город, я покажу ему наш завод и учебные заведения, где можно продолжить учебу и приобрести профессию».

Все посмотрели на Егорку. В его глазах мелькнула искорка радости и тревожности. За свою короткую жизнь Егорка нигде не бывал и даже паровоза не видел, но согласился. С дядей он готов ехать хоть куда. А вот родители озаботились. «Ладно, Егор, в город ты с дядей уедешь, а обратно тебе придется одному добираться», – сказал отец. Егорка слегка поник, но тут дядя выручил: «Ничего страшного, я Егора в купе посажу, а в Ишиме его тетя Надя встретит».

Второго января они добрались до Ишима. Егорке запомнился особенный запах паровозного дыма, дух пропитанных креозотом шпал, огромный,



дышащий жаром, как ему казалось, паровоз. Вокзал, купе вагона с белыми занавесками, лампой на столике и, конечно, чай в подстаканниках. Ехали они ночью, Егорка сожалел, что кроме мелькающих огней полустанков он ничего не разглядел. «Обратно днем будешь ехать, разглядишь», – сказал дядя. Пять дней каникул гостил Егорка в городе. Дядя Ваня в эту неделю работал во вторую смену и после одиннадцати возил Егорку на разные экскурсии. После каждой экскурсии Егорку просил делиться своими впечатлениями. Завод ошеломил его своими размерами, грохотом, паром, дымом, различными механизмами, которых он никогда не видел.



Особенно его поразил огромный паровой молот, которым разбивали раскатанную до красноты болванку размером больше легковушки. От ударов молота содрогался весь кузнечный цех. Егорке казалось, что скоро все рухнет, он посмотрел по сторонам и глянул вверх. Там под самым потолком в кабине крана сидел крановщик, смотрел на него с высоты, улыбался и показывал большой палец. Он только что привез к молоту очередную болванку. Увидев это, Егорка загордился за себя, что присутствует при этом непростом и опасном процессе. А сам подумал, что работать здесь, в таком дыму и грохоте, ни за что не стал бы. В последующие дни они побывали в лаборатории, где работала тетя Галя, жена дяди. Егорка сказал, что у тети Гали на работе чисто, тепло и тихо, как в горнице, даже фикусы растут. Были в котельной, где дежурил дядя. Неплохо, но только гудит постоянно, сказал Егорка. Хо-

дили на лыжах к аэродрому, смотрели, как взлетают и садятся самолеты. Понравилось, но очень опасно, у некоторых самолетов по одному мотору, определил Егорка. Заглохнет, а запасного нет. В субботу ходили в заводской парк отдыха, брали коньки на прокат. Егорка впервые катался в коньках на ботинках. Здесь он восторгался и хвалил коньки и гладкий лед.

В воскресенье Егорку ожидал сюрприз. Дядя объявил, что знакомые спортсмены достали билеты на хоккей. Смотреть поездом на главный стадион города, играть будет команда мастеров «СКА Свердловск», неоднократный чемпион СССР по хоккею с мячом. Егорка был восхищен игрой, особен-

но еще был под гипнозом хоккея. В цирк они ездили с тетей Галей, дядя работал в первую смену. Егорка восхищался воздушными акробатами и силачом, который гнул подковы, а из больших гвоздей заплетал косичку. Он был удивлен тем, что, дрессированные собаки могли выполнять разные сложные трюки.

И так, каникулы заканчиваются, сегодня прощальный завтрак. Егорку спрашивают, что ему понравилось, или не понравилось и появилось ли у него желание после окончания семилетки ехать жить в город. Егорка немного подумал и неожиданно заявил, что ему не нравится городское молоко. «Как вы его пьете, это же обрат, у нас в деревне телят им поят», – сказал Егорка. «Вот чай с хлебом и маслом мне поглянулся», – продолжал Егор. – А еще в городе народу много, на улице постоянно пахнет газами и дымом, шумно очень. Дома у вас нет печки, негде полежать, погреться с мороза. Приехать в город, сходить в цирк, на стадион, по магазинам походить, это интересно, но вот жить постоянно желания у меня нет. У нас простор: поля, озера, леса и тишина. А в городе шумно, тесно все куда-то бегут. Не, в деревне мне лучше», – подвел итог Егорка. Переубеждать его не стали. Да и стал бы Егорка жить в городе, у дяди появилась бы лишняя забота и ответственность, своя дочка требовала большого внимания. Вот так закончился Егоркин вояж в столицу Урала. Но впечатлениями он еще долго делился с деревенскими друзьями.

Случай на охоте

Озеро, как прозрачное стекло, чуть-чуть затушевано слабой дымкой. Слышен свист крыльев пролетающих гоголей, звонко вскрикивают гагары. Неповторимые, волнующие душу охотника запахи и звуки природы.

20 сентября 1966 года местная утка стала очень осторожной и отошла в глубину камышовых зарослей. Ждем подхода северной птицы. В это время обычно подходит «связь», хохлатая чернеть, первая волна гоголей. Было у нас с дружкой Леной заповедное местечко, куда мы в сентябрьские деньки забирались и хорошо добыва-

ли северную птицу, используя подсадных уток. Сегодня мы решили съездить на вечернюю зорьку.

К 16 часам мотоцикл был загружен: лодки-раскладушки, ящики с подсадными утками, ружья, патронташ и прочие вещи, необходимые для охоты. В юности был у меня мотоцикл «Урал» М-62 с шести вольтовым зажиганием, 64-го года выпуска, от старшего брата достался. Для лучшей проходимости надевал на заднее колесо мотоцикла «гусеницу», вырезанную из старой шины. Поднимал открылок коляски на десять сантиметров, чтобы не забивало. Проходимость «зверская»! Вот на этом «звере» заезжали метров на двести по камышам до кустов, ставили мотоцикл и еще метров 150 по воде на раскладушках до озеринки.

В этот день все было как всегда. Доехали до кустов, собрали лодки-раскладушки, загрузили ящики с утками, ружья, патроны. Добрались до скрадков, высадили подсадных, стали ждать. Минут через тридцать первый призывный крик подсадной. Охота началась. До сумерек мы уже прилично постреляли, но черная дождливая туча закрыла светлый закат, начался ветер, пошел дождь. Пришлось свернуть так удачно начавшуюся охоту и плыть к мотоциклу. Мы быстро сложили лодки и все имущество в коляску. Я стал заводить: открыл топливный краник, подсосал карбюратором бензину и на ключ зажигания! А зажигание было включенным и находилось в этом положении уже время охоты! Аккумулятор сел. Почему не выключил зажигание? Потому что при подъезде к месту стоянки двигатель под нагрузкой заглох. Ключ зажигания остался в положении «Включено»! Все помыслили были нацелены на охоту!

Между тем дождь продолжался, наступила ночь! Мы одни в этих промокших камышах, до ближайшей деревни шесть километров. О запуске буксира ни слова! Как запустить двигатель? Раздумья про спасительный трактор натолкнули на мысль о пускате трактора, как он заводится. Я вспомнил, что в багажнике лежит буксировочный трос из парашютной стропы и винтовой домкрат. Мы решили попытаться запустить двигатель, как пускат трактора, используя заднее колесо мотоцикла как шкив. Для этого нужно поднять заднюю часть мотоцикла, чтобы колесо свободно вращалось. Как это сделать в камышах, не имея твердой опоры? Смекалка дружка выручила. Давай, говорит, дюралевую раскладушку-лодку используем. Подложили ее под колесо, получилась твердая опора для домкрата. Подняли заднюю часть мотоцикла, намотали три оборота ленты, включили третью скорость, я стал на муфту и газ, друг дергал за буксирную ленту. После нескольких попыток движок ожил! Домой мы прибыли в два часа ночи! После этого случая я очень полюбил М-62, и он меня не подводил! Покрасил его новой зеленой краской, регулярно менял масло в моторе. Подтягивал все узлы и соединения. Служил он мне до 90-х годов.

**Юрий ФАДЕЕВ,
с. Окуново**
Фото Виктора Шмидта

Мед: честные ответы на главные вопросы

«Дома обязательно должен быть мед!» - так говорят нам наши мамы и бабушки. И действительно, многие из нас держат банку этого лакомства на случай простуды или для придания особого вкуса блюдам.

К середине августа поспевают новые меды. В праздник Медового Спаса 14 августа пасечники по традиции вынимали из ульев первые соты - считалось, что, если этого не сделать, чужие пчелы унесут весь урожай. Истоки праздника Медовый Спас лежат в раннем христианстве. Мед для христиан всегда являлся необычным продуктом, он воспринимался как воплощение благодати. Поэтому первые медовые соты несли в храм для освящения. Сегодня так делают немногие - отношение к меду изменилось. Он стал для нас привычным продуктом.

Большинство из нас покупает мед, как говорится, «наобум», чем часто пользуются недобросовестные продавцы и под видом меда реализуют некачественный продукт, содержащий сиропы и посторонние примеси. Как отличить натуральный и свежий мед из того разнообразия, что мы видим на прилавках магазинов и медовых ярмарках? Роспотребнадзор рассказывает о том, как правильно выбрать этот продукт.

Что такое мед?

Сезон цветения растений, как правило, короткий и составляет 2-3 месяца. За это время пчелосборщице необходимо собрать достаточное количество меда, чтобы обеспечить потомство полезными веществами, а также сделать запасы на зиму.

Процесс производства меда выглядит так. Медоносная пчела собирает с цветущих растений прозрачную жидкость - нектар. Нектар сначала поступает в пищевод, а затем в специальный зоб пчелы. В этом «отсеке» он частично переваривается и хранится до того, как насекомое вернется в улей. Получившийся мед расходуется на обеспечение энергетических потребностей самой пчелы, а часть запасается в сотах.

- Чтобы полностью заполнить зоб, пчеле необходимо облететь не меньше 100 растений.

- За один полет пчела может принести 40-50 мг нектара.

- За целый день медоносная пчела совершает около 10 вылетов и может принести около 0,4-0,5 г нектара.

Что скрывает мед?

Мед состоит в основном из на-

туральных сахаров — глюкозы, фруктозы, дисахаридов и полисахаридов, которые составляют 80 % массовой доли продукта с небольшим содержанием кислот, ферментов и витаминов. Одна столовая ложка меда (около 21 г) содержит примерно 64 калории, что делает мед настоящей батареей для организма. Поэтому его часто советуют употреблять спортсменам до и после тренировок, чтобы восстановить энергетические потери.

На воду, белковые соединения, витамины и микроэлементы приходится оставшиеся 20 %. В меде много полезных веществ, но содержатся они в небольших количествах. Например, в 100 г продукта содержится 6 мг кальция, при этом суточная потребность организма составляет 1-1,2 г. Это означает, что вам придется съесть за день больше килограмма меда.

Основным источником витаминов и микроэлементов мед не сделаешь, но его употребление дополнит ежедневный рацион здорового питания.

Чем полезен мед?

Высококачественный мед содержит большое количество антиоксидантов. К ним относятся флавоноиды и органические кислоты. Они улучшают метаболизм и углеводный обмен, а также позволяют устранить действие свободных радикалов. Эти вещества образуются в организме постоянно в ходе непрерывных окислительно-восстановительных процессов. Они повреждают клетки и плохо влияют на здоровье. Антиоксиданты способствуют уменьшению риска сердечных приступов, инсультов и некоторых видов рака, а также поддержанию зрения.

Употребление меда снижает артериальное давление, что является важным фактором развития сердечных заболеваний.

Хотите управлять своим весом - ешьте мед! Исследования показали, что замена сахара медом может помочь предотвратить увеличение веса, а также снизить уровень сахара в организме. Результаты показывают, что эта полезная сладость может снизить общий холестерин в крови. Еще одно недавнее исследование показало, что свежий мед активизирует гормоны, которые подавляют аппетит.

Мед стимулирует производство иммунных клеток и укрепляет иммунную систему. Однако если вы все-таки простудились, то это сладкое лекарство окажет антибактериальный эффект, ослабит раздражение горла и успокоит кашель.

Употребление меда благо-

творно влияет и на желудочно-кишечный тракт. Он уменьшает болевые ощущения при язве желудка и других желудочно-кишечных расстройствах. Мед - это хороший пробиотик, так как в его состав входит до 6 видов лактобацилл и 4 вида бифидобактерий.

Где и какой мед покупать?

Когда вы покупаете мед, необходимо понимать, у кого вы его покупаете. Всех продавцов можно разделить на три категории: производители, переработчики и посредники. Производители - это большие пасеки, пчеловоды-профессионалы и пчеловоды-любители. Переработчики - это те, кто скупает мед и фасует его для последующей продажи в торговых сетях. Посредники также покупают мед у производителей, но продают его на ярмарках и в мелкооптовых магазинах. Специалисты Роспотребнадзора рекомендуют приобретать мед у производителей - только они знают, как, где и с каких растений собран мед, каково его качество, были ли использованы запрещенные ГОСТом приемы для увеличения объема.

Важно, чтобы каждую партию сопровождало ветеринарное свидетельство, которое подтверждает качество продукта. Тот, кто продает вам мед, обязан предоставить его по первому требованию.

Мед - продукт, который имеет свой срок годности. По ГОСТу тот, кто реализует продукт, должен хранить его в плотно закрытых емкостях, бочках и другой транспортной таре не более 1 года. После фасовки срок хранения натурального меда в герметичной таре составляет 2 года.

А теперь присмотримся к самому меду. У каждого сорта меда своя окраска: у цветочного - светло-желтая, у липового - янтарная, у гречишного - коричневая. Возможны различные оттенки цвета, но натуральный мед всегда прозрачен, пока не закристаллизуется.

Кристаллизация - это естественный процесс, который у разных сортов данного продукта происходит с разной скоростью. Например, мед лугового разнотравья «садится», как говорят пчеловоды, за 2-3 месяца после откачивания из сот. Однако если вы заметили мутность или осадок в свежем меде, то от покупки лучше отказаться. Такие признаки имеют некачественный мед - значит, условия сбора, хранения и транспортировки были нарушены.

Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Тюменской области

РЕШЕНИЕ

Думы Бердюжского муниципального района
от 2 сентября 2025 г. № 402
О внесении изменений в решение районной Думы от 29.11.2024 г. № 339

Рассмотрев информацию о внесении изменений и дополнений в бюджет Бердюжского муниципального района Тюменской области на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годов, решение постоянной комиссии районной Думы по бюджету, налогам и финансам, в соответствии со статьей 9 Бюджетного кодекса Российской Федерации и пунктом 2 части 1 статьи 22 Устава муниципального образования Бердюжский муниципальный район, районная Дума решила:

1. Приложение 5 «Распределение бюджетных ассигнований на 2025 год по разделам и подразделам классификации расходов бюджета Бердюжского муниципального района Тюменской области» изложить в новой редакции.

2. Приложение 7 «Распределение бюджетных ассигнований по разделам, подразделам, целевым статьям (муниципальным программам муниципального района и непрограммным направлениям деятельности), группам видов расходов классификации расходов бюджета Бердюжского муниципального района Тюменской области на 2025 год» изложить в новой редакции.

3. Приложение 9 «Ведомственная структура расходов бюджета Бердюжского муниципального района Тюменской области по разделам и подразделам, целевым статьям (муниципальным программам муниципального района и непрограммным направлениям деятельности), группам видов расходов на 2025 год» изложить в новой редакции.

4. Приложение 11 «Распределение бюджетных ассигнований на реализацию муниципальных программ бюджета Бердюжского муниципального района Тюменской области на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годов» изложить в новой редакции.

5. Приложение 15 «Распределение иных межбюджетных трансфертов между бюджетами сельских поселений на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годов» изложить в новой редакции.

6. Настоящее решение вступает в силу с момента официального опубликования.

Ж.В.МАЛЫШКИНА,
председатель Думы Бердюжского муниципального района
Александр ХУСНУЛИН, глава Бердюжского района

РЕКЛАМА ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
СКИДКИ. РАССРОЧКА.
МОНТАЖ. Ограничитель в подорок! Гарантия качества.
СЕКЦИОННЫЕ ВОРОТА.
Т.: 8-902-815-06-94.
(Главный - Сергей).
ИНН 721400111069. Реклама

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ
ВЫПОЛНЯЕМ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
— Пенсионерам скидка 35% —
КРЫШИ · ДОМА · БАНИ
• Работаем со своим материалом • РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
• Выезд и консультация бесплатно
8-909-147-31-41, 8-912-526-51-23
Геннадий
ИНН 550711192432. Реклама

На кондитерскую фабрику в г. Ишиме
требуются грузчики с графиком 7/7 (вахта с проживанием), з/п 45 000 руб. за 2 недели, уборщицы з/п 34 000 руб. за 2 недели (вахта 7/7 с проживанием).
Обращаться: (34551) 5-16-10, 8-905-858-65-57.
ИНН 720501001. Реклама

Уважаемые жители села Бердюжья!
С 04.09.2025г. будет производится опрессовка тепловых трасс (заполнение водой).
Тел.: 8 (345-54) 2-15-59, 8 (345-54) 2-30-61.
ИНН 7220100395 Реклама

Кадастровый инженер Долганова Наталия Викторовна (Тюменская область, р.п.Голышманово, ул. Комсомольская, 193, тел.8-9088774982, e-mail: zemleustroitel72@mail.ru, номер регистрации в ГРКИ 6169) выполняет кадастровые работы в отношении земельного участка с кадастровым номером 72:04:0601004:42 (обл. Тюменская, р-н Бердюжский, с. Бердюжье, ул. Набережная, дом 5/1).
Заказчик кадастровых работ Маслянова С.А. (Бердюжский район, с. Бердюжье, ул. Набережная, д.5, кв.1, тел. 8-9028150101).
Собрание по поводу согласования местоположения границ состоится 08.10.2025 в 10.00 по адресу: Тюменская область, Бердюжский район, с. Бердюжье, ул. Набережная, 5/1. С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: Тюменская область, р.п.Голышманово, ул. Комсомольская, 193.
Требования о проведении согласования местоположения границ земельного участка на местности, а также обоснованные возражения о местоположении границ земельного участка после ознакомления с проектом межевого плана принимаются с 03.09.2025 по 03.10.2025 по адресу: Тюменская область, р.п.Голышманово, ул. Комсомольская, 193.
Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ: 72:04:0601004:297 (обл. Тюменская, р-н Бердюжский, с. Бердюжье, ул. Набережная, дом 3).
При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок (ч.12 ст.39, ч.2 ст.40 Федерального закона от 24 июля 2007 г. №221-ФЗ «О кадастровой деятельности»)).
ИНН 721400178521. Реклама

УЧРЕДИТЕЛЬ -
Департамент общественных связей
Тюменской области

Главный редактор
Владислав Андреевич УДИЛОВ.

Редактор
Юлия Алексеевна МИХАЙЛОВА.

ГАЗЕТА ВЫПУСКАЕТСЯ ПРИ ФИНАНСОВОЙ ПОДДЕРЖКЕ ПРАВИТЕЛЬСТВА ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

Точка зрения редакционного коллектива не всегда совпадает с мнением авторов публикуемых материалов. Авторы несут ответственность за достоверность излагаемых фактов. За достоверность рекламы ответственность несут рекламодатели. Рукописи, направляемые в редакцию, не рецензируются и не возвращаются.

ТЕЛЕФОНЫ:
Главного редактора – 2-22-73,
редактора – 2-24-73,
обозревателя – 2-20-68,
рекламного отдела – 2-24-43,
дизайнера-верстальщика – 2-15-07.
гл. бухгалтера – 2-24-54,
Редакция радиовещания – 2-23-73.

ИЗДАТЕЛЬ - автономная некоммерческая организация "Информационно-издательский центр "Новая жизнь". Печать офсетная.
АДРЕС редакции и издателя: 627440, Тюменская обл., с. Бердюжье, ул. Гнаровской, 9.
рекламный отдел: b34554@mail.ru
e-mail: newlife-redaktor@yandex.ru
Газета отпечатана в ООО "Ишимская типография" по адресу: 627750, г. Ишим, ул. Чкалова, 17.

Выпуск издания осуществляется при финансовой поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации.

Газета выходит два раза в неделю: в среду, пятницу. Тираж 837. Заказ 71. Цена 17 рублей 30 копеек.
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тюменской области, Ханты-Мансийскому автономному округу - Югре и Ямало-Ненецкому автономному округу. Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ72-01408 от 22 декабря 2016 г. Сдано в печать: по графику 2.09.2025 г. в 11-00, факт. - 2.09.2025 г. 11-00. Подписано в печать в 10-30 2.029.2025 г.

Индекс издания 54335.

6+