

СЕМЬЯ



Александр Хуснулин поздравил семью Щукиных с юбилеем супружеской жизни

Золотая свадьба: полвека в любви и согласии

21 октября 2025 года в Бердюжском ЗАГСе прошла торжественная регистрация золотой свадьбы. С этим значимым событием поздравляли супругов Виктора Семеновича и Татьяну Егоровну Щукиных из Бердюжья.

В числе первых золотых юбиляров поздравляли Александр Хуснулин, глава Бердюжского муниципального округа, Наталья Пчелинцева, начальник отдела ЗАГС Бердюжского округа, а также родные и друзья большой и дружной семьи.

Александр Александрович, тепло поздравляя супругов, вручил им Благодарственное письмо губернатора Тюменской области Александра Моора, памятную золотую медаль и цветы.

- Сердечно поздравляем вас с 50-летним юбилеем супружеской жизни, - сказал Александр Хуснулин. - Выражаем вам огромную благодарность, желаем долгих лет счастливой супружеской жизни, радости общения с родными людьми, здоровья и благополучия!

Виктор Семенович и Татьяна Егоровна прожили в любви и согласии 50 лет. 21 октября 1975 года в Бердюжском сельском совете молодые зарегистрировали свой брачный союз. О счастливых мгновениях супруги вспоминают с нежностью, с улыбкой рассказывают о том, как познакомились и сыграли свадьбу. Нарядные, с букетами цветов, они признаются, что в день золотого юбилея они волнуются не меньше, чем 50 лет назад. Золотая свадьба для них и всей семьи Щукиных - приятное, значимое событие. Поздравить их и поддержать пришли дети, внуки и друзья.

- Наша семейная жизнь началась с любви. И с тех пор и на протяжении всех пятидесяти лет ничего, кроме этого чувства и желания жить в мире и добре у нас не было, - говорит Татьяна Егоровна. - С Виктором мы были знакомы с детства, хорошо знали друг друга, все - так жили и росли

в одном селе, на одной улице. С четвертого класса мы дружили, правда, учились в разных классах. Помню, как вместе бегали и играли на улице, как в девятом классе отдыхали в детском лагере «Березка». Так детская дружба переросла в серьезные чувства, в любовь. К старшим классам школы мы уже решили пожениться и никогда не расставаться.

- День нашей свадьбы помним, как будто он был вчера, - говорит Виктор Семенович. - Погода была теплая, шел небольшой дождь. Но это к счастью, мы так решили с Татьяной. Мы поженились, когда обоим только-только исполнилось по 18 лет, и мне надо было уходить служить. 21-го числа - свадьба, а 29 октября были уже проводы в армию. Татьяна вместе с дочкой Наташей ждали меня два года. Почти каждый день мы писали друг другу письма.

- Эти письма хранились дома в двух больших коробках, - улыбается Татьяна Егоровна. - Еще недавно мы их доставали и с внучкой перечитывали. Еще больше у нас фотографий, семейных, еще черно-белых. Это такая память, на всю жизнь.

- Служил я в Монголии, когда вернулся домой, жизнь потекла своим чередом. Сразу выучился на крановщика и девять лет работал в управлении механизации. Трудился, воспитывали детей - дочь Наталью, сыновей Андрея и Евгения, - отмечает Виктор Семенович. - Кажется, так быстро, незаметно пролетели эти 50 лет для нас.

Татьяна Егоровна работала в Бердюжье в КБО, райкоме, затем - много лет учителем технологии в Бердюжской школе. Занималась с девочками рукоделием, учила их готовить. Успевала трудиться и учиться - Татьяна Егоровна получила педагогическое образование заочно. Стаж - 33 года. Виктор Семенович начинал трудовую деятельность на кирпичном заводе, затем выучился на водителя и работал по специальности в РАЙПО. Общий его трудовой стаж - 43 года, награжден знаком «Ударник коммунистического труда».

Виктор Семенович и Татьяна Егоровна - счастливые мама и папа, бабушка и дедушка. Они воспитали двух сыновей и дочь. Радуются успехам пяти внуков и двух внучек. Старшей внучке Татьяне - 21 год, а самой маленькой внучке Анечке только один месяц исполнился. Скушать бабушке и дедушке с такой дружной, веселой компанией точно не приходится. Они помогают растить малышей, а те, в свою очередь, дарят им любовь.

- У нас дружная семья, - говорит Татьяна Егоровна. - Мы любим отдыхать с палатками. Витя увлекается рыбалкой, выезжает даже зимой. Я занимаюсь цветами, это мое любимое увлечение с детства.

На своем подворье у супругов тоже хватает забот. С ранней весны до поздней осени они заняты на приусадебном участке. У супругов своя усадьба, большой сад, за которым они вместе ухаживают.

Особенно трогательными был момент, когда семья поставила свои подписи в книге регистрации золотых свадеб и под звуки вальса закружились в танце. И в заключение торжественной части начальник Бердюжского отдела ЗАГС Наталья Пчелинцева пригласила супругов Щукиных на празднование «бриллиантового» юбилея.

- Пусть каждый день вашей жизни будет таким же светлым, как этот праздничный день, - пожелала супругам Наталья Пчелинцева. - Желаем вам крепкого здоровья и еще много счастливых лет и зим в любви и согласии!

К добрым словам присоединились родные золотых юбиляров.

- Долгих лет жизни вам и ваши семьям, живите счастливо, как и прежде берегите друг друга, - поздравили Татьяну и Виктора Щукиных друзья. - Пусть ваши дружные семьи пополняются ребятишками. А в домах пусть всегда царят уют, тепло и звучит смех любимых внуков и правнуков!

Юлия МИХАЙЛОВА
Фото автора

СЛУЖУ РОССИИ

Граждане, подписавшие контракт с Минобороны РФ, становятся первоклассными специалистами

Инструктор пункта отбора на военную службу по контракту в городе Тюмени Иван Тараненко с 2022 по 2024 год выполнял боевые задачи в зоне спецоперации. Он рассказал, что зачастую человек недооценивает свои способности. К примеру, вчерашний офисный работник может стать первоклассным оператором БПЛА. Главное - желание.

- Из парней, абсолютно не имевших отношения к беспилотным летательным аппаратам, формировали группы для управления БПЛА, в частности, для выполнения задач по артиллерийской разведке и общей разведке местности. Люди справлялись, это не проблема. Главное, чтобы было желание этим заниматься, а обучение гарантировано, отметил Иван Тараненко.

В Тюменской области при заключении контракта сразу выплачивается **3 400 000 рублей**. Сегодня это самая большая выплата в России, уточнили в тюменском пункте отбора на военную службу по контракту. Главное условие получения средств - заключить контракт с Минобороны РФ именно в военкоматах Тюменской области или в пункте отбора на военную службу по контракту в Тюмени.

Общая сумма выплат в первый год может достигать 6 000 000 рублей и больше. Наличие прописки в Тюменской области при начислении региональной выплаты не учитывается. Пройти мероприятия отбора и заключить контракт может гражданин любого субъекта РФ, иностранный гражданин либо лицо без гражданства.

Проконсультироваться по условиям получения выплаты можно по телефону: **8 (3452) 79-19-05**, в пункте отбора на военную службу по адресу:

г. Тюмень, ул. Республики, 2/1 или на сайте **службাপоконтракту72.рф**
Информационный центр правительства Тюменской области

ПОГОДА

Ср 12 Ноя		ночь -5°...-8°
	день -6°...-9°	
Чт 13 Ноя		ночь -9°...-11°
	день -8°...-10°	
Пт 14 Ноя		ночь -6°...-9°
	день -5°...-6°	
Сб 15 Ноя		ночь -3°...-6°
	день -2°...-5°	
Вс 16 Ноя		ночь -5°...-5°
	день -5°...-5°	
Пн 17 Ноя		ночь -4°...-6°
	день -4°...-6°	
Вт 18 Ноя		ночь -5°...-7°
	день -5°...-6°	
Ср 19 Ноя		ночь -5°...-6°
	день -5°...-6°	

КУЛЬТУРА

Фестиваль «Крылья» открывает новые таланты

На главной сцене районного Дома культуры состоялся многожанровый фестиваль-конкурс детского художественного творчества «Крылья – 2025».

Это событие, ставшее неотъемлемой частью культурной жизни Бердюжского муниципального округа, вновь собрало самых талантливых и ярких юных артистов и мастеров изобразительного и декоративно-прикладного творчества. Ребята выступали в трех возрастных категориях от пяти до восемнадцати лет.

В этом году конкурс «Крылья» был посвящен Году защитника Отечества. В оргкомитет фестиваля поступило более 60 заявок от ребят. В течение нескольких месяцев участники готовились к фестивалю – разучивали новые песни, придумывали наряды, репетировали. За кулисами, перед началом выступлений, они волновались, а в зрительном зале за них переживали и болели родители, бабушки, дедушки и друзья.

«Крылья-2025» – это не просто конкурс, а настоящая пло-



На сцене – юные лауреаты фестиваля «Крылья»

ской школы, Елена Плясунова, председатель районного совета ветеранов и Марина Абакарова, социальный координатор фонда «Защитники Отечества» по Тюменской области.

орядом к выступлению каждого участником, его костюмом, прической. Все должно было быть гармонично, понятно зрителю. Отдельно шли репетиции на сцене со всеми ребятами, смотрели, чтобы свет и звук – все было вовремя, как надо – здесь руководил Юрий и Антон Голубевы. Оттачивали с детьми движения, очередность их выхода на сцену. Татьяна Геннадьевна и Анна Михайловна прослушивали вокалистов, поправляли им нотки, если нужно.

Творческие и яркие

– Конкурс «Крылья» уже более 20 лет становится для талантливых ребят района стартовой площадкой для творчества, – говорит Анастасия Журавлева. – И как любое хорошее начинание, он развивается, даря возможность ребятам попробовать свои силы не только в вокале, но и других направлениях – художественном творчестве и в художественном слове. Вот уже два года наряду с вокалистами в конкурсе принимают участие талантливые художники и ребята, занимающиеся декоративно-прикладным творчеством. И нам, как организаторам, радостно осознавать, что наш конкурс дарит крылья еще большему количеству юных участников. В этом году на конкурс заявилось более 60 ребят, и мы надеемся, что в следующем году участников будет еще больше. Приятно, что наши талантливые ребята, которые несколько лет назад участвовали в конкурсе, сегодня занимают почетное

место в жюри (мы с гордостью говорим о Валентине Москвиной, которая после окончания училища вернулась на родину и преподает в детской школе искусств «Гармония»). Это пример

его дух. Его поддерживал, аплодировал весь зрительный зал. Члены жюри единогласно оценили его выступление, поставив высшие оценки. Воспитанники театральной студии «Овация» читали стихи. Особо отмечу выступление Тимофея Никитина. У него было сложное произведение «Папка», посвященное героям специальной военной операции. Сначала Тимофей заволновался и забыл слова. Но жюри разрешило нам прочесть стих заново. И тут Тимофей молодец, собрался и выступил, как надо. Трогательно, до слез. Профессионализм и артистизм детей растет с каждым годом, они открываются по-новому, выступают сразу в нескольких номинациях. Для меня «Крылья» – полет детских фантазий, когда детки общаются, улыбаются, радуются и болеют друг за друга.

– Иван поет с первого класса, – рассказывает мама Ивана Гиндера Анастасия Чамина. – Когда-то дедушка Вани настоял на том, чтобы мы его отдали заниматься в вокальную студию. В семье, кроме сына, никто не поет. Зато мы слушаем Ваню,



Лучшие творческие работы ребят были выбраны на конкурс

для тех, кто сейчас участвует в конкурсе, а для нас, организаторов – радость и понимание, что конкурс живет не зря.

– Конкурс получился ярким, интересным, подарил нам, организаторам, участникам и зрителям незабываемые эмоции, улыбки, – отмечает Татьяна Колмакова. – Деток мы поддерживали, настраивали их, чтобы они меньше волновались, чтобы у них все получилось. Ярко выступил Иван Гиндер. Я предложила ему исполнить песню «Небо славян» группы «Алиса». И это была победа, ему подошло произведение и

всегда его поддерживаем. У него здорово получается петь, он растет и уверенно чувствует себя на сцене. Конечно, как любой ребенок порой он ленится. Но всегда с радостью ходит в студию к Анне Гува, участвует в конкурсах, занимает призовые места и побеждает.

Валентина Москвина – преподаватель отделения фольклора и эстрадного пения в детской школе искусств «Гармония». Когда-то Валентина сама была участником и лауреатом «Крыль-

3»



Выставка детских поделок проходила в Доме культуры

щадка для самовыражения, обмена опытом и вдохновения. Каждый выход на сцену или демонстрация работы были наполнены искренними эмоциями и стремлением к победе.

Вокальные выступления детей и номинацию «Художественное слово» оценивали Анастасия Журавлева, режиссер РДК, преподаватели детской школы искусств «Гармония» Артур Генке и Валентина Москвина. Лучшие работы ребят в номинациях «Изобразительное и декоративно-прикладное творчество» определяли Наталья Кукушкина, педагог Бердюж-

– Самому конкурсу предшествовала подготовительная работа, в которой участвовали все творческие специалисты районного Дома культуры, – отмечает ведущая мероприятия Татьяна Колмакова. – Мы писали сценарий, работали с заявками детей, помогли на репетициях. Руководители вокальных студий Татьяна Соленик и Анна Гува со своими воспитанниками выбирали музыкальные произведения, разучивали. В сельских поселениях ребят готовили специалисты Домов культуры. Вместе думали над оформлением сцены, виде-



В течение нескольких часов юные вокалисты и чтецы исполнили песни, прочитали стихи и прозаические отрывки, посвященные Году защитника Отечества и Великой Победе

ОБРАЗОВАНИЕ

На экскурсии в полиции побывали дошколята

22 октября ребята из подготовительной группы «Колокольчик» детского сада «Малышок» со своим воспитателем Раисой Викторовной Чернушевич побывали в гостях у сотрудников полиции.

Эта экскурсия была проведена по просьбе администрации детского сада для знакомства с профессией полицейского. Мною было предложено провести встречу с сотрудниками ДПС ГАИ, так как сотрудников этого подразделения в форменной одежде ребята видят на улицах села. В назначенное время группа дошколят впервые оказалась в здании отделения полиции. Ребят пригласили в учебный класс, где была оформлена небольшая выставка детских работ на полицейскую тематику.

Наша беседа началась с просмотра книги В.В. Маяковского «Кем быть». Глядя на картинки, дети называли ту или иную профессию людей. На последней странице среди других рисунков была картинка и сотрудника полиции (милиционера). Конечно, дети правильно ее назвали. Отвечая на мои вопросы, а зачем нужна такая организация, для чего необходима полиция, дети в целом правильно мыслили и верно отвечали: «для того, чтобы был порядок, чтобы ловить преступников, наказывать, нас защищать».

На нашей встрече присутствовали инспекторы ДПС ГАИ, лейтенант полиции, Дмитрий Уваров и



Воспитанникам детского сада «Малышок» было интересно побывать в отделе полиции, музее и пообщаться с сотрудниками ГАИ

старший лейтенант полиции Андрей Ракин. Полицейские рассказали о своей службе и ее особенностях. Сотрудник полиции сам должен быть законопослушным гражданином, примером для других, иметь крепкое здоровье, быть в хорошей физической форме, хорошо владеть своим табельным оружием и навыками борьбы. А для этого полицейские постоянно изучают нормативные документы, законы, инструкции. В обязательном порядке выполняют зачеты по сдаче нормативов по огневой подготовке, по физической культуре. Также необходимо иметь

водительское удостоверение.

Основные задачи сотрудников ГАИ - профилактика происшествий на дорогах, предотвращение аварийности на дорогах, выявление правонарушений и преступлений, связанных с перевозкой наркотических средств, оружия и боеприпасов. Детям рассказали, что наряды инспекторов ГАИ работают как в дневное, так и в ночное время. Дежурство на дорогах осуществляют в любую погоду.

Ребятам были продемонстрированы некоторые предметы и приборы, необходимые в работе:

жезл, применяемый для остановки и проверки транспортного средства. Для выявления водителей, находящихся в состоянии алкогольного опьянения, используется алкотестер. Конечно, всем сразу же захотелось и жезл в руках подержать, и в «трубочку подуть». Полицейские показали ребятам и предметы видеофиксации, необходимые в качестве доказательной базы.

Чтобы обезопасить себя от преступников, для сохранения своей жизни и здоровья, полицейские используют бронежилеты, каски. Инспекторы также рассказали

детям, в каких случаях сотрудник полиции имеет право применять свое табельное оружие.

Затем ребятам предложили побывать в нашей комнате истории, где внимание детей привлекли рисунки и поделки, выполненные школьниками в разное время и в разной технике.

Мне нравятся все поделки, но особенно дорога работа, представленная Валерией Игнатенко из села Пеганово. Это конкурсная работа 2018 года, выполненная из соленого теста. Сейчас Валерия - студентка четвертого курса факультета истории и права Ишимского педагогического института имени П.П. Ершова (филиал Тюменского государственного университета).

На выходе из здания полиции ребят вновь ожидали инспекторы ДПС со своей патрульной машиной. Конечно, у малышей возник настоящий ажиотаж. Каждому в машину хотелось попасть, посидеть за рулем и включить сирену. Все было интересно. И наши гости, и мы получили удовольствие и массу положительных эмоций.

Поблагодарив нас, группа детей со своим воспитателем направилась в свое дошкольное учреждение для проведения дальнейших мероприятий.

Татьяна КАЛУГИНА, председатель первичной ветеранской организации правоохранительной и военной службы Бердюжского района

Фото из архива детского сада «Малышок»

КУЛЬТУРА

Фестиваль «Крылья» открывает новые таланты

«2 раз у нее новая роль – члена жюри детского конкурса.

- Вижу, какой потенциал у наших детей, какой интерес к творчеству и это радует, - говорит Валентина. - Ребята хорошо пели и читали стихи. Из вокалистов особо отмечу Ивана Гиндера, артистичный юноша, красивый тембр голоса у него. Юные вокалистки из Мелехино Валерия Малышкина и Юлия Птицина – умнички, хорошо пели. В номинации «Художественное слово» до слез понравилось авторское стихотворение Ильи Варакина. Он посвятил свое произведение крестному Анатолию Малышеву, погибшему в Донбассе. Все ребята талантливые, но каждый реализовывает себя в меру своих возможностей и желания. Важно уделять время тому делу, увлечению, которым ты занимаешься, чтобы расти и показывать результаты. Сегодня кто-то больше, кто-то меньше из ребят смог себя показать. Важно проанализировать свое выступление и работать дальше. Самая большая победа – победа над собой.

- К конкурсу готовились с легкостью, потому что девочки – Юлия Птицина и Валерия Малышкина - участвуют не первый год в «Крыльях», - рассказывает Надежда Малышкина, заведующая Мелехинским Домом культуры. - Лере три-



Валентина Москвина поздравила Валерию Роговскую, Дарью Ветошкину и Софью Никитину с успехами в конкурсе

надцать лет, а Юле – одиннадцать. Уровень их растет, голоса становятся чище. Произведения, которые они исполнили, девочки хорошо знают, мы готовили их к концерту на 9 Мая. Несмотря на это, были у девочек ошибки. Видимо, сказывается волнение на большой сцене. Ждем результатов и волнуемся.

- От Укутзского сельского

Дома культуры сегодня выступала Татьяна Моисеева, одна из самых юных участниц, вслед за Таней пела Ксения Пяткова и Артем Моисеев, - рассказывает культорганизатор Укутзского ДК Светлана Яшкина. - Репетировали с ребятами каждый день. Дети – молодцы, ответственные, всегда приходят на занятия, не пропускают. Но они у нас скромные, стесня-

ются большой сцены и такого внимания. Но над этим будем работать, развивать талант ребят. Дети не только любят петь, они также увлечены танцами. Они с интересом ходят в ДК на кружки. Будем заниматься и готовиться к новым конкурсам.

Зажигаются новые звезды

После двухчасового высту-

пления детей были определены и награждены участники и победители конкурса «Крылья - 2025». Дипломами III степени были отмечены Маргарита Александрова, Дарина Девятова, Дарья Сиволап, Алена Филатова, Екатерина Коптяева, Екатерина Трудникова, Иван Павлов. Дипломантами II степени стали Дарья Бурлакова, Тимофей Замякин, Яков Ситдинов, Оксана Истомина, Валерия Роговская, Юлия Птицина. Егор Заваруев. Дипломами I степени отмечены Софья Соленик, Алиса Мелкозерова, Егор Егоренко, Софья Шпакович, Дарья Денисова, Софья Никитина, Оксана Истомина. Специальным призом в номинации «художественное слово» награжден Илья Варакин за авторское стихотворение.

Лауреатами конкурса стали Марьям Абакарова, Марина Саулова, Дарья Ветошкина, Тимофей Никитин, Полина Смирнова, Валерия Малышкина и Иван Гиндер.

Победители и призеры конкурса получили памятные статуэтки конкурса «Крылья», все ребята – дипломы за участие.

Фестиваль завершился, награды нашли своих обладателей, а организационный комитет по проведению фестиваля «Крылья» уже готовит новые идеи, сюрпризы и ждет новых участников события районного масштаба.

Юлия МИХАЙЛОВА

Фото автора

Меры пожарной безопасности при использовании электротехнических устройств

Для исключения поражения электрическим током запомните следующие меры предосторожности;

- Не перегружайте электро-сеть;
- Технические средства защиты от коротких замыканий (автоматические выключатели, пробочные предохранители) в квартирной сети должны быть всегда исправны. При этом не пользуйтесь так называемыми «жучками».
- Не ремонтируйте и не заменяйте под напряжением

поврежденные выключатели, розетки, ламповые патроны, приборы и светильники. Выполняйте эти работы только после отключения сети.

- Следите за исправным состоянием изоляции электропроводки, электроприборов, а также шнуров, с помощью которых они включаются в сеть. При обнаружении повреждения изоляции шнура или провода его следует отключить от электросети и оголенное место аккуратно и плотно обмотать 2-3 слоями изоляционной ленты.
- Неукоснительно соблюдайте

порядок включения электроприбора в электросеть - сначала подключается шнур к прибору, а затем к сети. Отключение прибора производится в обратном порядке.

- Не пользуйтесь неисправными электроприборами, оголенными концами провода вместо штепсельных вилок, а также самодельными электропечами, нагревателями и т. п.
- Отключайте электроприборы, когда выходите из дома даже на 5 минут.

**МЧС России
по Тюменской области**

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

Как правильно использовать антибиотики

Противомикробные препараты (антибиотики) играют важную роль в лечении инфекционных заболеваний. Однако их неправильное использование может привести к антимикробной резистентности, что делает лечение более сложным и менее эффективным.

Врач-терапевт Областной больницы № 4 (г. Ишим) Павел Баженов дает несколько рекомендаций по правильному использованию противомикробных препаратов. Первый и самый важный – никогда не назначайте себе лечение самостоятельно.

- Всегда обращайтесь к врачу для назначения антибитиков. Самолечение может привести к неправильному выбору лекар-

ства, что может усугубить инфекцию. Принимайте препараты точно в назначенное время и в нужной дозе. Это поможет поддерживать необходимый уровень лекарства в организме, - считает Павел Сергеевич.

- Даже если симптомы исчезли, важно завершить полный курс приема препарата, чтобы избежать рецидива инфекции и развития резистентности.

Ни в коем случае нельзя делиться препаратами. Они пациенту назначаются индивидуально, и то, что помогло одному человеку, может быть неэффективно или даже опасно для другого. Никогда не используйте антибиотики для лечения вирусных инфекций, таких как простуда или грипп, так как они не действуют на вирусы.

Важно запомнить еще один

момент: во время приема пациенту необходимо сообщить врачу обо всех других препаратах, которые он принимает, чтобы избежать нежелательных взаимодействий.

Также важно хранить препараты правильно. Следуйте рекомендациям по хранению, чтобы сохранить эффективность лекарств. Некоторые препараты требуют хранения в холодильнике, другие – в сухом и темном месте.

Следуя этим рекомендациям, вы сможете не только эффективно справляться с инфекциями, но и помочь в борьбе с антимикробной резистентностью. Заботьтесь о своем здоровье и здоровье окружающих.

**Жанна СТРИЖАК,
пресс-служба
ОБ № 4 (г. Ишим)**

НАШ САД И ОГОРОД

Зеленый уголок на подоконнике

Зеленый цвет ассоциируется с весной, природой, жизненной энергией. Он олицетворяет свежесть, новизну, пробуждение.

Долгой зимой его очень не хватает, поэтому многие сельчане выращивают различные растения на подоконнике – тут вам и витамины, и релаксация.

В домашних условиях можно вырастить букет из луковичных растений: тюльпаны, нарциссы, крокусы, мускари - мышиный гиацинт. Начните с выгонки тюльпанов. Выбираем самые крупные луковицы. Их можно приобрести на распродаже в специализированных магазинах. Высаживаем в цветочные горшки, наполненные грунтом, на укоренение. Луковицы не заглубляем. Поливаем. И ставим на 10-12 недель в холодильник при температуре 5-8 градусов (это примерно нижняя полка холодильника). Если земля подсохла, ее можно полить водой или положить снег, он посте-

пенно будет таять и увлажнит почву. Через 10 недель достаем контейнер из холодильника и ставим в прохладное место при температуре 15-18 градусов: в это время начинает расти цветочный бутон. Затем выставляем контейнер на подоконник: начинают появляться и развиваться бутоны (температура должна быть 23-22 градуса).

Специалисты советуют в период выгонки вносить подкормку три раза. Азотные удобрения вносим, когда шильца тюльпанов вырастут на 3-5 сантиметров. Когда появляются бутоны, «кормим» кальциевой селитрой. Уже распускается цветок? Вносим монофосфат калия. Применяйте свои знания на практике, и весенний букет порадует Вас своими красками.

Луковичные цветы вырастить совсем не сложно, а еще проще выгнать лук на зеленое перо к новогоднему столу. Самый простой способ - выгонка лука в воде, так делали наши бабушки

и мамы. Лук можно выгонять в песке, опилках, грунте. Важно понять, что ему не нужны питательные вещества, все, что ему надо, есть в самой луковице. Для быстрого старта срезаем верхушку, и высаживаем в ящики не заглубляя. Можно высаживать луковицы близко-близко друг к другу. Для выгонки потребуется 30-33 дня. Все зависит от температуры окружающего воздуха, чем она выше, тем выгонка происходит быстрее. Основной уход за нашими посадками - полив и подсветка. Место – подоконник или полка с фитолампой. Лучше брать лук своего урожая. В магазине очень часто продают лук обработанный препаратами, которые сдерживают появление стрелки. Пройдите и в традиционный новогодний салат «Оливье» вы сможете добавить зеленый лук, выращенный собственными руками.

**Пресс-служба ФГБУ
«Россельхозцентр»
по Тюменской области**

Яблоки: кладезь пользы и витаминов

Яблоки - настоящая сокровищница полезных веществ, способных поддерживать красоту и здоровье. Это один из самых низкокалорийных фруктов, вкусный и здоровый перекус.

О пользе этого фрукта читайте в нашем материале.

Улучшают пищеварение

Яблоки богаты пищевыми волокнами, которые помогают регулировать пищеварительный процесс и поддерживать здоровье кишечника. Они также способны снижать риск возникновения вздутия, запоров и развития некоторых онкологических заболеваний.

Защищают сердце и сосуды

Благодаря высокому содержанию клетчатки яблоки помогают уменьшить количество «плохого» холестерина в крови, препятствуя закупорке сосудов. Также в этом фрукте много полифенолов, снижающих уровень кровяного давления. Калий в их составе ослабляет кровеносные сосуды, снижая тем самым риск развития сердечно-сосудистых осложнений.

У людей, которые съедают всего два яблока в день, уровень холестерина в крови снижается.

Заботятся о мозге

Кверцетин, который содержится в яблочной кожуре, защищает мозг от повреждений, вызванных окислительным стрессом. Это вещество также предупреж-

дает повреждение нервов и благотворно влияет на нейроны, замедляет их потерю с возрастом. Благодаря данному свойству снижается риск развития дегенеративных заболеваний мозга.

Защищают от инфекционных заболеваний

Яблоки – источник витамина С. Это мощный антиоксидант, который помогает стимулировать производство белых кровяных клеток, ответственных за борьбу с патогенами. Он также способствует синтезу коллагена, играющего важную роль в здоровье кожи, служит естественным барьером против инфекций.

Поддерживают красоту кожи

Яблочная кислота используется в косметологии для продления молодости кожи. Пилинги на основе этого вещества помогают избавиться от пигментации, сократить глубину морщин, а также выровнять поверхность. Помимо этого в яблоках содержится витамин А, который оказывает благоприятное воздействие на кожные покровы.

Выбирая яблоки, следует обратить внимание на некоторые внешние признаки:

- Плод не должен иметь вмятин, пятен и других повреждений.
- Кожура должна быть гладкой.
- Натертые воском яблоки необходимо тщательно отмыть или очистить.

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

УСТАЛ ИСКАТЬ РАБОТУ?

от 6 000 000 Р в год*

ЗАРАБАТЫВАЙ КАК МУЖЧИНА

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации

117

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ 72.РФ

8 (3452) 79-19-05

РЕКЛАМА ОБЪЯВЛЕНИЯ

ИП Высоцких В.С. реализует: металлочерепицу, профнастил, большой выбор сайдинга, панелей, откосы, отливы, утеплитель, профили, подвесы, НКТ 73,60, профтрубы и т. д. Тел.: 8-908-879-76-78. ИНН 720934015225. Реклама

ЕЖЕДНЕВНЫЕ РЕЙСЫ Выезд из Тюмени в 9.45 Выезд из Бердюжья в 14.00 Тел.: 8-982-786-64-75, Роман ИНН 720934015225. Реклама

ВАША РЕКЛАМА ЗДЕСЬ 2-24-43

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 863. Заказ 91. 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 11.11.2025 г. в 11-00, факт. - 11.11.2025 г. 11-00. Подписано в печать в 10-30 11.11.2025 г.

6+

Индекс издания 54335.