

**БЕРЕГИТЕ  
СЕБЯ И СВОИХ  
БЛИЗКИХ!**

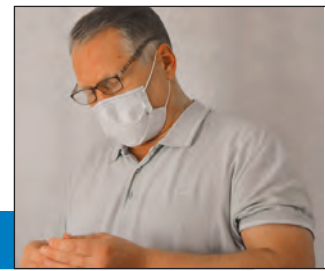
Богучарцев  
позвали  
поучаствовать  
в спортивном  
челлендже

3



Корреспондент  
«СН»  
лечился от  
коронавируса  
29 дней

4



Сельская

# НОВЬ

6+

Богучарская общественно-политическая газета выходит с марта 1917 года

№ 84 (11639) вторник 17 ноября 2020 г.

## «Рассчитываем, что теперь он быстрее найдет себя»

Юрий Тимошенко принял подарок от пенсионера Георгия Ковалева



Герой нашей публикации, потерявший возможность самостоятельно передвигаться, получил неожиданный подарок от богучарца

Окончание на с. 2 >>>

У вас есть новость?

Вы обладаете  
интересной  
информацией  
или стали очевидцем  
необычного?

Позвоните по номеру

**2-10-58, 2-13-74.**

Наши группы  
в социальных сетях:

[odnoklassniki.ru/gazetasel](https://odnoklassniki.ru/gazetasel)  
[vk.com/boguchar36](https://vk.com/boguchar36)



### НОВОСТИ

#### Сгорел Филоновский СДК

Пожар в сельском Доме культуры вспыхнул в ночь с 12 на 13 ноября. Об этом «СН» сообщил глава администрации Филоновского сельского поселения Сергей Булах. Кочегар, дежуривший в здании, услышал сработавшую пожарную сигнализацию и вызвал огнеборцев. Несмотря на оперативную работу пожарных, здание и реквизиты в нем сгорели полностью. По информации руководителя ПСЧ-33 Александра Плетнева, предположительной причиной пожара стало короткое замыкание электропроводки.

#### От коронавируса излечились 1025 богучарцев

С начала пандемии коронавирусом заразились 1525 богучарцев. Об этом сообщил главный врач районной больницы Алексей Греков в понедельник, 16 ноября. Вылечились от болезни 1025 человек. Под наблюдением медицинских работников находятся 421 житель нашего района. 54 человека – контактировали с зараженными. Всего отобрано 9978 мазков на выявление заболевания.

# 25

ЦИФРА

тысяч рублей выиграли жильцы многоквартирного дома в Богучаре в областном конкурсе «Уютный дом»



4 630010 260727 20047





## В России продлили налоговые каникулы

Правительство РФ по поручению президента продлило налоговые каникулы для наиболее пострадавших от пандемии коронавируса отраслей до конца года. Об этом рассказал премьер-министр Михаил Мишустин на заседании кабмина 12 ноября. Речь идет о тех, кто работает в области культуры, туризма, гостиничного бизнеса и общественного питания, в развлекательной и спортивной сферах. Льготы получат и бизнес, который занимается организацией конференций и выставок. Перечень видов экономической деятельности, которых коснется мера, представлен в приложении к постановлению правительства.

## Объяснили порядок выдачи бесплатных лекарств

Первые партии бесплатных препаратов для лечащихся дома пациентов с коронавирусом поступили в область. Лекарства можно будет получить уже в ближайшие дни – по адресам их доставят работники поликлиник, рассказали в региональном департаменте здравоохранения 11 ноября. Список бесплатных выдаваемых препаратов определяется лечащим врачом в индивидуальном порядке. Пациентов обеспечат лекарствами вне зависимости от метода установки диагноза (по клинической картине, эпиданамнезу, результатам КТ, рентгенографии грудной клетки или другим способом). Препараты передадут в государственные и негосударственные медицинские организации.

## Воронежцев попросили набраться терпения в ожидании выплат на детей от 3 до 7 лет

Правительством РФ совместно с Минтрудом и Минфином ведется работа по выделению регионам, в том числе Воронежской области, дополнительных субсидий на выплаты детям от трех до семи лет. Об этом сообщили представители регионального департамента соцзащиты на личной странице губернатора Александра Гусева в соцсети «ВКонтакте» 12 ноября. Жителей области просили набраться терпения. В области с 1 января 2020 года ежемесячно выплачиваются средства на ребенка в возрасте от трех до семи лет включительно. Перечислены деньги за период с января по сентябрь. Эта выплата федеральная – она осуществляется после поступления средств в регион. Ежемесячная денежная выплата составляет 4 595 рублей. Она предоставляется в случае, если размер среднедушевого дохода семьи не превышает величины прожиточного минимума на душу населения. Оформить выплату можно в МФЦ или на портале госуслуг.

По материалам РИА «Воронеж».

# «Рассчитываем, что теперь он быстрее найдет себя»

«Окончание. Начало на с. 1»

В «СН» № 79 от 30 октября вышла публикация «Мотоцикл ИЖ в один миг перевернул всю жизнь», в которой автор рассказывал о нелегкой судьбе жителя Твердохлебовки Юрия Тимошенко. Потерявший в результате несчастного случая способность передвигаться, 28-летний парень не опустил руки и пытается выстраивать свою жизнь в кардинально изменившихся обстоятельствах. Эта история получила неожиданное, и, главное, жизнеутверждающее продолжение.

В редакцию обратился житель Богучара, пенсионер Георгий Ковалев. Он рассказал, что после того, как прочитал о тяжелой судьбе Юрия Тимошенко, долго не мог успокоиться, настолько его затронул рассказ о его драматической судьбе. Вместе с супругой Людмилой они решили оказать посильную финансовую помощь молодому сельскому жителю, оказавшемуся в почти безнадежной ситуации.

– У меня в таком возрасте тоже был мотоцикл, на нем я ездил и на рыбалку, и по другим личным делам. Также неоднократно попадал в разные дорожные ситуации, но такого тяжелого случая, какой произошел с Юрием, у меня не было. Мы рассчитываем, что с нашей помощью он быстрее найдет себя в жизни, почувствует себя полноценным членом общества, – рассказал Георгий Ковалев.

В один из недавних дней обозреватель газеты вместе с Георгием Михайловичем отправился к Юрию. В это время он вместе с племянником Ваней Луневым, помогающим ему передвигаться по неровной сельской местности, находился возле дома. Георгий Ковалев сказал Юрию, что рад знакомству, он уверен в том, что задуманное им обязательно сбудется. Постоянный читатель районной газеты вручил Юрию Тимошенко конверт, в котором находилась определенная сумма денег.



Участники встречи обсуждали различные вопросы

– Мы с супругой считаем, что неважно, сколько денег, главное – поддержать нуждающегося человека не только морально, но и материально. На что вы их потратите, это ваше дело, вам виднее. Главное, чтобы Юрий как можно быстрее социально адаптировался, у него выработались новые способности и навыки, и он смог по-настоящему интегрироваться в общество, научился самостоятельно действовать в сложившихся условиях, – отметил Георгий Ковалев, обращаясь к Юрию и его старшей сестре Инне Малышевой, в семье которой он живет.

Примечательно, что буквально на днях Юрий отметил день рождения, поэтому неожиданная финансовая помощь со стороны богучарских пенсионеров явилась для недавнего именинника своеобразным подарком.

Юрий Тимошенко искренне поблагодарил Георгия Ковалева и отметил, что это самый запоминающийся и приятный подарок на его день рождения. Не остался без гостинца и Ваня, ему Георгий Михайлович привез в подарок спиннинговую удочку.

В эти минуты не смогла сдержать слез Инна. Она также высказала слова большой признательности Георгию и Людмиле Ковалевым, с неподдельной радостью отметила, что мир, оказывается, не без добрых людей, способных к искреннему сопереживанию и состраданию даже в отношении незнакомых людей. Она предложила дарителю через некоторое время вновь побывать у них дома и наглядно убедиться в том, на что были потрачены подаренные деньги.

Владимир ГЕРУСОВ  
Фото автора

## ВАЖНО ЗНАТЬ

# Произошли изменения в законе

## Президент России Владимир Путин продлил упрощенный порядок назначения ежемесячных выплат и субсидий

В связи с возросшим количеством обращений граждан директор Управления социальной защиты населения Богучарского района Антонина Лисянская рассказала корреспонденту «СН» о новых правилах назначения пособий.

Антонина Васильевна сообщила, что Государственной Думой РФ принят Федеральный Закон №345 от 27.10.2020 (далее – Закон), которым вносятся изменения в Федеральный Закон №104-ФЗ от 01.04.2020. В соответствии со статьей 1 вновь принятого Закона ежемесячная выплата в связи с рождени-

ем (усыновлением) первого или второго ребенка гражданам, имеющим право на эту выплату, назначается теперь без подачи такими гражданами заявлений на период с 1 октября 2020 года до 1 марта 2021 года.

По словам директора социального учреждения, пособия на ребенка в размере 301 рубль 64 копейки и одинокой матери 603 рубля 28 копеек, срок окончания выплат которых приходится на период с 1 октября 2020 года, будут выплачиваться без предоставления документов, подтверждающих право на их получение до 1 марта 2021 года.

Антонина Лисянская также уточнила, что Постановлением Правительства РФ от 19.10.2020 №1703, которое вступило в законную силу также 27.10.2020, внесены изменения в части предоставления субсидий в случае, если срок их предоставления истекает в период с 1 октября 2020 года по 31 декабря 2020 года. То есть граждане, у которых срок предоставления этих субсидий истекает в указанный период времени, смогут получить государственную поддержку в прежнем размере на следующие шесть месяцев без подачи заявлений и документов. Сергей МАЛЬЦЕВ



В нашем регионе завершился открытый публичный конкурс «Жители области – за чистоту и благоустройство» («Уютный дом»). Среди призеров – жильцы дома №78 по улице Кирова в Богучаре. Наши земляки заняли третье место в номинации «Лучший цветник/клумба на придомовой территории многоквартирного дома».

Выращиванием цветов возле этого дома занимаются Светлана и Николай Матвиенко, Людмила Деминтиевская, Светлана Черноиванова, Валентина Горягина.

– За каждым из нас закреплен определенный участок возле дома, который мы всячески благоустроиваем, – рассказала в беседе с корреспондентом газеты «Сельская новь» Светлана Матвиенко. – Мы, к примеру, сажаем розы, пионы, ромашки, тюльпаны, люпины, бархатцы, астры, виолы, хризантемы и другие растения. Все эти цветы радуют нас своими яркими красками по очереди с весны и до осенних холодов.

Кстати, жильцы этого дома не только ухаживают за клумбами, но и делают все необходимое, чтобы их дом стал еще уютнее. К примеру, сами обшили подъезд стеновыми панелями МДФ, повесили на окошки тюль. В будущем планируют сделать навес над крыльцом и выложить территорию перед домом плиткой.

– Поучаствовать в областном конкурсе нам предложили сотрудники городской администрации. Мы были польщены, но не надеялись, что займем призовое место. Очень приятно, что нас так высоко оценило жюри, – говорит Светлана Ивановна.

Кстати, в этом году в департамент жилищно-коммунального хозяйства и энергетики Воронежской области посту-

## Сделали один из лучших цветников

Стали известны призеры конкурса «Уютный дом»



■ Вот такую клумбу сделали минувшим летом Светлана и Николай Матвиенко

пило 75 заявок из самых разных уголков региона. Конкурсная комиссия внимательно рассмотрела их все и определила лучшие примеры благоустройства дворов, цветников и улиц, присвоив баллы по заранее определенным критериям. Выиграть в конкурсе можно было от 20

до 85 тысяч рублей. Приз для жильцов дома №78 по улице Кирова в Богучаре составил 25 тысяч рублей. Деньги жильцы вложат в дальнейшее благоустройство дворовой территории.

Наталья ЛИФИНЦЕВА  
Фото Ларисы ОСТРОМЕЦКОЙ

### НОВОСТИ

Состоится песенный марафон

20 ноября в социальной сети «Одноклассники» на официальной странице «РДК Богучар» пройдет виртуальный песенный онлайн-марафон «Тепло сердец любимых мам», посвященный Дню матери. Принимаются тематические видео- и аудиоматериалы, записанные дома в период самоизоляции. Их нужно присылать в личном сообщении администратору странички культуротников или размещать в комментариях с хештегом #поюомаме.

Чиновник ответит на вопросы богучарцев

Во вторник, 24 ноября, с 11.00 до 12.00 личный прием граждан планирует провести руководитель департамента дорожной деятельности Воронежской области Максим Оськин. Вопросы должны быть составлены в письменном виде на имя губернатора Воронежской области Александра Гусева. Их следует направлять в общественную приемную губернатора в Богучарском районе по адресу: 396790, Воронежская обл., г.Богучар, ул.Кирова, д.1, или на e-mail: [or.boguch@govrn.ru](mailto:or.boguch@govrn.ru). Интересующие вопросы можно задать по телефону 8 (47366) 2-30-25.

### КОНКУРСЫ

## Стартовал челлендж «Я ГОТОВ!»

Поучаствовать могут все желающие, вне зависимости от пола и возраста

Центр тестирования всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО Богучарского района совместно с отделом по физкультуре и спорту запустили челлендж «Я ГОТОВ!». Об этом корреспонденту «СН» сообщила администратор центра тестирования Наталья Корниенко.

Желающим поучаствовать необходимо снять на видео, как они подтягиваются на перекладине в течение одной минуты.

– Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук – на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе. Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины. Затем опускается в вис и, сделав короткую паузу, продолжает выполнение упражнения. Засчитываться будет только количество правильно выполненных повторений, – пояснила Наталья Корниенко.

Участники должны размещать видео на собственной страничке в социальных сетях «ВКонтакте» или «Инстаграм» с хештегами #ГТОБогучар или #Яготов до 15 декабря текущего года. Уточнить информацию можно по телефону 2-14-53.

Три участника, выполнившие наибольшее количество повторений, будут награждены денежными призами: за первое место – 3000 рублей, за второе –



2000 рублей, за третье – 1000 рублей. Еще десять участников, показавших достойные результаты, получат абонементы на разовое посещение тренажерного зала и бассейна богучарского спорткомплекса. О месте и времени награждения будет сообщено дополнительно. Челлендж проводится с целью популя-

ризации физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» на территории Богучарского района, а также для привлечения населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни.

Наталья ЛИФИНЦЕВА  
Фото Натальи КОРНИЕНКО (из архива)

Богучарцы написали этнографический диктант

В Богучарском районе дистанционно прошла V Юбилейная Международная просветительская акция «Большой этнографический диктант». Об этом корреспонденту «Сельской нови» сообщила специалист Управления по образованию Светлана Ивановна. По ее словам, поучаствовали в акции 3510 богучарцев, это ученики школ района, их родители, учителя и даже воспитатели детских садов. Диктант позволяет оценить уровень этнографической грамотности населения, знания о народах, проживающих в России, привлекает внимание широкой общественности к вопросам межнационального мира и согласия.

Сгорел гараж с автомобилями

Пожар вспыхнул в 13.39 в частном секторе на улице Авиаторов села Лебединка в четверг, 12 ноября. На место выехали по одному отделению ПСЧ-33 и местной ДПК, в составе шести человек и двух единиц техники. Пожар ликвидировали в 13.54. Об этом сообщили в пресс-службе ГУ МЧС России по Воронежской области. Огнем уничтожен гараж 13 х 4 метра. Сгорели и находящиеся внутри автомобили: «ГАЗ-53», «ВАЗ-2108». Причины произошедшего выясняются.



# Испытал воздействие COVID-19 на себе

Сотрудник редакции Богучарской районной газеты рассказал, как у него протекало заболевание коронавирусной инфекцией

В течение месяца обозреватель «СН» лечился от поразившей нашу страну и весь мир острой респираторной инфекции – COVID-19. Наш материал о том, как перенес это заболевание уже немолодой человек.

## Беспокойная ночь

В самом конце сентября, во вторник, около половины второго ночи, я проснулся от резкого ощущения холода и озноба. Все попытки согреться под толстым одеялом, с накинутым сверху пледом, успехом не увенчались. Еще какое-то время меня продолжала колотить мелкая дрожь. Спать уже не мог. Только маялся и отслеживал время по лежащему рядом мобильному телефону. Потом как-то потихоньку, постепенно стало тепло и даже жарко. Без четверти шести утра, устав ворочаться, решил померить температуру, хотя реально ее не ощущал, и, как оказалось, наивно наделся на то, что ее у меня нет. Очень быстро термометр показал 38,5°C, и мне стало ясно, что от такой температуры без похода к врачу так запросто я не отделаюсь.

## Переход в режим самоизоляции

Примерно в начале девятого часа я позвонил в скорую помощь и кратко изложил свою проблему. Сначала для снижения температуры мне посоветовали выпить три таблетки: жаропонижающие и снимающие спазмы, так как только одна из них будет малоэффективна. Затем предложили самому приехать в больницу и обратиться к врачу. В итоге, опуская подробности, у меня взяли номер телефона, измерили насыщение крови кислородом, взяли мазок на COVID (метод анализа в современной медицине. – Прим. ред.) и открыли больничный лист. Разумеется, меня проинструктировали, что и я, и моя семья должны находиться дома и соблюдать режим самоизоляции. Врач распечатала мне для удобства телефон горячей линии, где можно узнать результат анализа, и предупредила, что позвонит на мой телефон в конце недели.

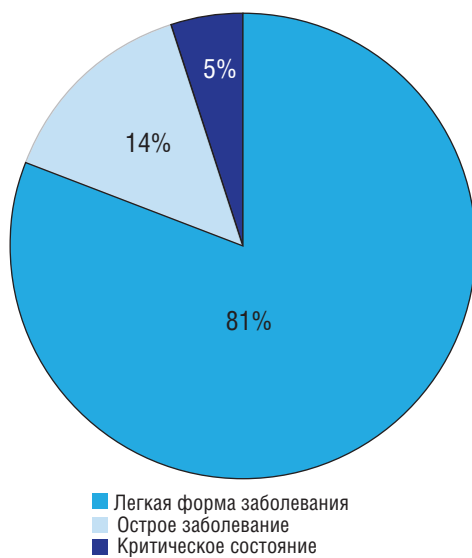
## Хождение по мукам

Болезнь оказалась весьма тяжелой и изматывающей. Несколько раз в сутки приходилось сбивать температуру так, как посоветовали медработники. Правда, спазмолитик я употреблять не стал, и, наверное, от этого появились очень неприятные и болезненные ощущения примерно в области солнечного сплетения. После приема таблеток сильно потел. Четыре ночи практически не мог спать. Ломало и выкручивало и мышцы, и кости. Днем даже стоять не мог на одном месте по той же причине. Большую часть времени проводил лежа на кровати. Условия позволяли находиться в отдельной комнате. Пользовался отдельной посудой. На пятые сутки потерял обоняние. Попытка убедить себя в том, что, быть может, это скорее всего просто грипп. Но чуда не случилось. Через четыре дня по телефону я узнал, что у меня положительный результат анализа, то есть произошло заражение коронави-



■ Даже в легкой форме болезнь переносится очень тяжело

## О тяжести заболевания COVID-19



По данным Всемирной организации здравоохранения

русной инфекцией. У врачей в специальном кабинете для «ковидных» больных побывал два раза с интервалом в неделю. Принимал антибиотики и противовирусные лекарства только по назначению врача. Прием одного из лекарств вызвал сильнейшую аллергию, поэтому пришлось от него отказаться. Жаропонижающие средства на десятый день болезни я уже с трудом мог проглатывать, так как эти таблетки вызывали рвотный рефлекс и просто застревали в горле. Слава Богу, что на двенадцатый день температура вошла в норму, и больше никакие лекарства я не принимал. Пил много жидкости по совету врача. Преимущественно горячую, так как становилось легче. В интернете моя

жена Светлана нашла специальную «противоковидную» дыхательную гимнастику, и она мне помогла, хотя приходилось заставлять себя выполнять упражнения. После полуночи, когда людей на улице уже не было, выходил на прогулку на 30-40 минут. На воздухе становилось легче, и самочувствие немного улучшалось. Днем дышал на лоджии: в начале октября было тепло и солнечно. Это тоже хорошо помогало физически и поднимало настроение, которое в то время было не самым лучшим. В течение второй недели болезни стали преследовать сильные головные боли. Так сильно голова у меня еще никогда не болела. Обычное лекарство не помогало, а сильные средства применять не хотелось. Приходилось просто лежать и терпеть боль. Ко всему этому у меня добавилось еще и расстройство желудка и, как ни странно, появилось чувство пусть не сильного, но голода. Кроме того, в течение всего заболевания меня преследовала постоянная слабость. От малейшего усилия весь покрывался неприятным липким потом.

Спустя две недели, во вторник, вновь сдал мазок. Температуры у меня не было уже неделю. Головные боли прошли, хотя иногда, кратковременно, напоминали о себе. Слабость оставалась, но появился интерес к жизни, а ведь совсем недавно я не мог ни книги читать, ни фильмы по телевизору смотреть. Лечился только тем, что продолжал пить много воды. Ни разу в жизни я не болел так долго и, поэтому, конечно, надеялся на благоприятный исход, но результат снова оказался положительным. Через пять дней после последнего анализа по совету врачей сделал следующую попытку. Наконец пришел долгожданный отрицательный результат, и я смог закрыть свой больничный лист и после 29 дней кошмарного недуга выйти на работу.

## Болезнь отступила, и что же теперь

Надо признать, что даже по прошествии шестнадцати дней после выхода на работу, последствия «ковидной» хвори дают о себе знать, и довольно чувствительно. Постоянная слабость и расстройство желудка пока никуда не исчезли. Во второй половине дня часто возникает желание бросить все и просто упасть на кровать. Вечером стало быстрее развиваться утомление, и нет никакой охоты чем-либо заниматься, хотя следует признать, что иногда бывают, что называется, светлые дни, когда все на удивление хорошо. Как долго продлятся все эти болезненные ощущения, пока неизвестно. По словам медработников, может быть, до полугода. Точно никто не знает, ведь недуг еще не изучен. Хорошо уже то, что удалось избежать больничной койки, аппарата ИВЛ и прочих неприятностей, то есть, наверное, мне еще повезло. У людей бывало хуже. Хотелось бы предупредить всех жителей Богучарского района, кто еще, быть может, не верит, что болезнь реально существует. Это страшный и тяжелый недуг, отнимающий здоровье и жизненные силы. Когда болеешь, то понимаешь, какая хрупкая и легкоуязвимая у человека жизнь, и как не хочется ее потерять. Поэтому пользуйтесь масками, мойте руки, соблюдайте дистанцию и лишний раз без острой на то необходимости не посещайте людные места. Берегите себя и своих детей. Всем нам сейчас остается только уповать на Бога, вести здоровый образ жизни, терпеть и надеяться, что все будет хорошо, а иначе ведь и быть не может.

Сергей МАЛЬЦЕВ  
Фото автора

# Как не заболеть самому и уберечь своих близких



## ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки, протирайте их дезинфицирующими салфетками или жидкостями.



## ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый сон, потребление продуктов, богатых белками и витаминами, физическая активность повышают сопротивляемость организма инфекции.



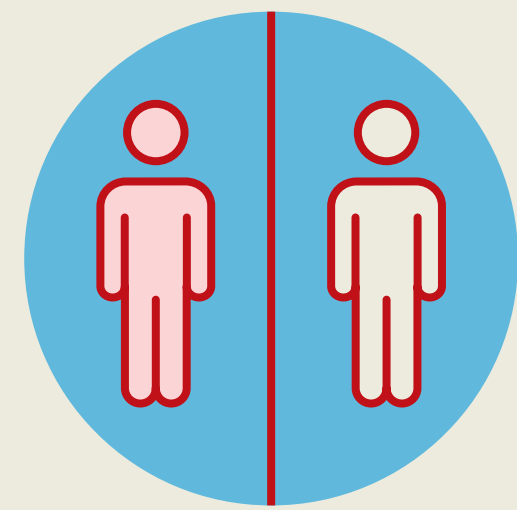
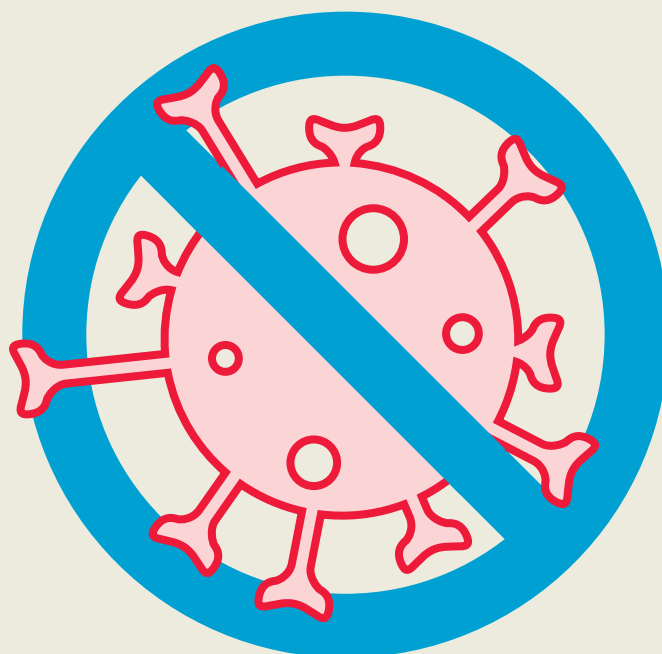
## ОТКАЖИТЕСЬ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Алкоголь не убивает вирус, а подрывает иммунитет. Употребление табака увеличивает риск заражения.



## СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ

Вирусы передаются воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому соблюдайте расстояние не менее 1,5 м друг от друга.



## ИЗБЕГАЙТЕ БЛИЗКИХ КОНТАКТОВ

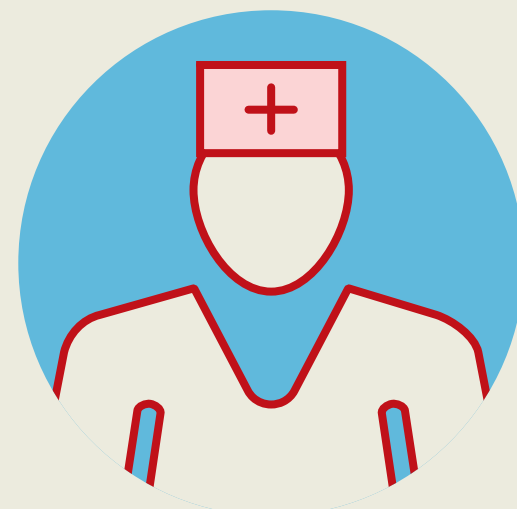
Откажитесь от рукопожатий и объятий с друзьями. Сократите число гостей. А лучше всего оставайтесь дома.



## НОСИТЕ МАСКУ

Маска поможет вам уберечься от распространения вируса в быту и на работе. Носите маску правильно — она должна полностью закрывать рот и нос.

# БЕРЕГИТЕ И СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ



## В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ОБРАЩАЙТЕСЬ К ВРАЧУ



## 6 ГАЗЕТА– СОЦСЕТИ

Популярность «СН» в социальных сетях среди наших земляков, живущих в разных уголках необъятной России и за ее пределами, растет с каждым днем. На утро понедельника, 16 ноября, у нас уже насчитывалось 15187 подписчиков. О чем мы пишем в соцсетях, что обсуждают богучарцы, какими делятся фотографиями – об этом и многом другом мы рассказываем каждый месяц на страницах «СН».

## Какие новости нашего района популярны на

РИА Воронеж  
riavrnr.ru

1 «Внедорожник врезался в фуру в Воронежской области: трое погибших»

8316 просмотров

2 «Пела лесорубам и каталась верхом. Как прима мировой оперы отдышалась в Воронежской области»

7271 просмотр

3 «В Богучаре около магазина нашли тело мужчины»

6023 просмотра

## ФОТО МЕСЯЦА В

Богучарцы продолжают делиться фотографиями того, какой они видят свою малую родину. Сегодня предлагаем вашему вниманию снимок, сделанный на улице Карла Маркса в Богучаре нашей молодой читательницей Таисией Павленко.



## НАМ ПИШУТ

ОХ

Житель Плесновки Муслим Тайиров прислал редакции несколько фотографий, на которых запечатлена дорога в его населенном пункте.

«Через наше село ездят грузовые самосвалы, которые перевозят песок.

Жители крайне возмущены последствиями таких перевозок», – написал наш читатель.

Мужчина поинтересовался, когда дорога будет отремонтирована. С подобным вопросом в редакцию обра-

тился и его односельчанин Александр Андрейченко. Чтобы дать разъяснения, мы отправили запрос в департамент дорожной деятельности Воронежской области. Когда получим ответ, сразу же опубликуем его на страницах «СН».



## ТЕМА МЕСЯЦА

ОХ В

Самой обсуждаемой в этом месяце стала новость о том, что солдат-срочник подозревается в убийстве троих сослуживцев, которое произошло на

Воронежском аэродроме «Балтимор». Приводим некоторые комментарии наших земляков, оставленных к нескольким постам, опубликованным по этой

теме в группах «СН». Кстати, подробности трагедии можно почитать на портале РИА «Воронеж».

## Елена Куликова:

– Искренне соболезную родителям погибших парней в такой ужасной трагедии. Не стоит судить парня, ни кто не знает правды, что там произошло. Искренне хочу пожелать бабушке и дедушке обвиняемого парня здоровья и терпения. Могу сказать лично от себя, не суди и не судимым будешь. Обстоятельств никто не знает.

## Аквариумист Вячеслав:

– В любом случае отцы-командиры должны нести ответственность перед трибуналом, потому что они создают такие условия для службы солдат. Перед тем, как попать на военную службу, объект проходит медицинские обследования. Раз уж попал в войска, значит не дурак. Думаю, что в данной ситуации имеет место быть насилию. Под словом насилие,

– подразумеваю физическое, психологическое воздействие на объект внимания.

## Валентина Мозговая:

– Жалко всех погибших, а Антон испоганил себе жизнь. Понятное дело, что в горячке все это совершил, хотел отомстить одному, а погибло трое...

## Svetlana K:

– Психика нарушена, куда военкомат смотрел, когда комиссию проходили?

## Татьяна Шевцова:

– А сейчас всех в армию берут, кривых, хромых, слепых, нервных!

## НАШ ОПРОС

Как долго носите одноразовую маску и как часто стираете многоразовую?

Носу одноразовую целый день

38 голосов

Стираю многоразовую каждый день

34 голоса

Меняю одноразовую, когда станет совсем грязная

29 голосов

Одноразовую меняю, как и положено, каждые 2 часа

28 голосов

Вообще не носу маску

24 голоса

Стираю по мере загрязнения

13 голосов

Проголосовали 166 человек

Полосу подготовила Наталия ЛИФИНЦЕВА





По решению оперативного штаба по борьбе с коронавирусом в Воронежской области, после осенних каникул школы нашего региона частично перешли на дистанционный режим. В обычном формате с 9 ноября 2020 года учатся только младшеклассники. Как детям и подросткам, занимаясь дома, сохранить физическое и психическое здоровье, корреспонденту РИА «Воронеж» рассказали врачи областного центра.

## Время на перерывы

**Наталья АВДЕЕВА, детский офтальмолог, заведующая офтальмологическим отделением в медицинском центре:**



— При дистанционном обучении основная нагрузка приходится на орган зрения и опорно-двигательный аппарат. Дети вынуждены просиживать за компьютерами, планшетами и телефонами по четыре и более часов. Повышается испаряемость слезной пленки, и, как следствие, возникает компьютерный зрительный синдром и синдром сухого глаза. Начинает болеть спина, затекает шея. При длительном использовании клавиатуры устают и немеют кисти рук.

Надо взять за правило: взрослым делать перерывы каждый час на 5-10 минут, а детям — каждые 40-45 минут учебы отдыхать 3-5 минут. Рекомендую встать из-за стола, пройтись по комнате, посмотреть в окно, желательно куда-то вдаль, в общем, на короткое время сменить деятельность. Нужно сделать гимнастику для глаз в течение полутора минут: зажмуриться несколько раз, поворачивать глазами в одну и другую сторону, вверх-вниз, несколько раз перевести взгляд вдаль — перед собой. Предлагаю также и упражнения для позвоночника: наклоны и повороты головы, круговые вращения и сгибание — разгибание рук, наклоны туловища в стороны. Это займет не больше 3-5 минут.

Монитор желательно не ставить напротив окна, чтобы не было бликов. Лампу тоже не надо направлять непосредственно на экран. Лучше заниматься и читать при дневном освещении, стол устанавливать ближе к окну. Осенью даже днем требуется дополнительное освещение рабочего места (не менее 500 люкс). Можно использовать лампу накаливания не менее 60 Вт или лампу дневного света.

Для увлажнения глаз рекомендую несколько раз в день капли — слезозаменители на основе гиалуроновой кислоты. Их сейчас в аптеках множество.

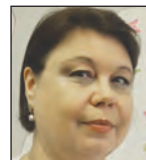
В питании сделайте упор на продукты с большим содержанием кальция, цинка, витамина А. Это морепродукты, рыба, орехи, шпинат, бобовые, грибы, мясо, семена тыквы, подсолнечника, какао и шоколад. Из кисломолочных — йогурт, кефир, сыр.

Также употребляйте овощи и фрукты с высоким содержанием каротиноидов (морковь, помидоры, перец, облепиха, апельсины, тыква).

Лучшая гимнастика для глаз — прогулка по лесу или лугу, хотя бы просто по улице. Взрослым это тоже не помешает.

## Правильное питание

**Наталья СЛУЦКАЯ, врач-педиатр:**



— Очень важно для школьника — сбалансированное питание. И это, поверьте, не общие слова. От питания зависит успеваемость вашего ребенка.

# Пока все дома

## Как правильно распределить нагрузки и отдых при дистанционном обучении



### В ТЕМУ

На заседании оперштаба по борьбе с коронавирусом, по сообщению пресс-службы регионального правительства, принято решение по формату обучения в школах после каникул.

С 9 ноября дети с 1-го по 4-й класс учатся очно, 5-е и 6-е классы — два дня в неделю очно, три (или четыре, если в учебном заведении шестидневка) — дистанционно, с 7-го по 11-й класс — полностью дистанционно.

Решение по малокомплектным школам (например, в селах) каждый муниципалитет принимает самостоятельно. При возможном переводе на онлайн-обучение учитывается число заболевших детей и учителей.

Такой формат будет действовать минимум до 22 ноября.

Сейчас многие дети часто питаются фастфудом, а это не только гамбургеры. Колбаса, чипсы, газировка — вредны и для желудочно-кишечного тракта, и для умственной деятельности молодого организма.

Если ребенок будет постоянно есть такую еду, его мозг не получит в нужном количестве нормальных питательных веществ, ведь фастфуд — это только легкие углеводы. У школьника на этом фоне развивается повышенная утомляемость. Он становится вялым, плохо запоминает, что прочитал, услышал и увидел.

Школьнику обязательно должен употреблять в пищу мясо, рыбу, творог, овощи, фрукты.

## Солнце, воздух и вода

**Елена ОСИПОВА, детский аллерголог-иммунолог, педиатр, кандидат медицинских наук:**



— Главными иммуномодуляторами являются свежий воздух, солнце и вода. Мы живем в регионе, в котором солнца мало, — из 365 дней только 30 дней есть инсоляция, когда вырабатывается витамин D. Поэтому сейчас нужно пить этот витамин в профилактической дозе — 1 тыс. единиц в сутки.

А вот когда мы заболеваем, повышается потребность организма и в витамине С. При заболевании назначаем витамин D в двойной дозе (2 тысячи единиц) и витамин С по 500 миллиграммов четыре раза в день.

## Желая добра

**Татьяна ПОНОМАРЕВА, практический психолог:**



— Важно сохранять доброжелательные отношения между всеми членами семьи. Ведь основная цель обучения — получение знаний, а не дрессировка и зарабатывание оценок. В идеале мамы и папы не должны выполнять роль учителя, это смешивание ролей в семье. Мой совет родителям: больше времени проводите вместе, всей семьей, гуляйте, читайте книги, играйте, смотрите фильмы и обсуждайте.

Необходимо, чтобы у каждого члена вашей семьи было свое личное пространство.

## Своим чередом

**Валерий ШИКИН, детский невролог, заведующий неврологическим отделением в медицинском центре:**



— Во время дистанционного обучения поддержание привычного цикла «сон — бодрствование» и режима дня, чередование умственных и физических нагрузок. Также важно уменьшить погружение в электронные СМИ, компьютерные игры и соцсети. Надо уделять внимание саморазвитию, увлечениям. Хобби поможет не сидеть часами за компьютером, телефоном или телевизором.

## Баланс систем

**Екатерина РАЗГОНЯЕВА, педиатр:**



— Во время дистанционного обучения должны быть сбалансированы периоды сна и бодрствования, работы и отдыха, прием пищи и прогулки. Соблюдая режим дня, ребенку проще переключиться с одного занятия на другое. Работа всех органов и систем подстраивается под биоритмы и заранее готовится к приему пищи или сну.

Елена МИННИБАЕВА  
Фото из архива РИА «Воронеж»,  
из личных архивов



# 8 ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ

**18 ноября отметит свой 90-летний юбилей наша дорогая и любимая мама, бабушка, прабабушка Екатерина Ефимовна ЧАЛЯЯ (Залиман).**

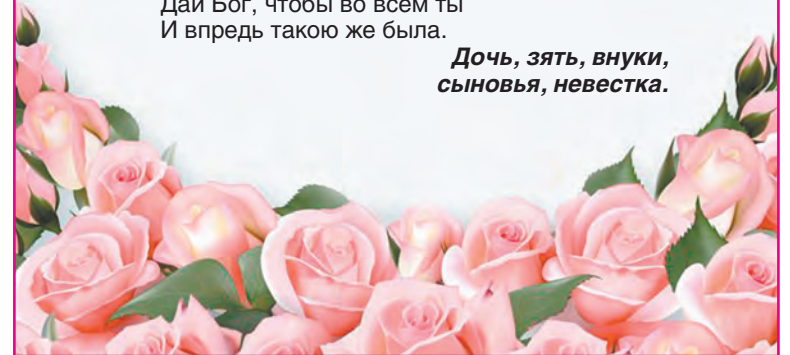
В Юбилей солидный и почтенный,  
Здоровья мы желаем, не болей!  
Живи красиво, ярко, вдохновенно  
Для себя, для внуков и детей.  
Как много лет прошло прекрасных,  
Пусть будет больше впереди.  
Печали, горести, невзгоды  
Пусть позабудутся в пути.  
Твоим теплом согреты дети  
И внуки уж растут давно,  
Быть лучшей бабушкой на свете  
Тебе судьбою суждено.  
От всей души желаем счастья,  
Здоровья, радости, тепла!  
И всегда пусть окружает  
Большая, дружная семья.  
Тебе от нас хвала и уважение,  
Спасибо от большой семьи  
И в 90-й день рождения –  
Ты наши поздравления прими!  
**Дети, внуки, правнуки.**



**16 ноября отметила свой 70-летний юбилей наша дорогая мамочка, бабушка Раиса Николаевна БОГОДУХОВА (Журавка).**

Здоровья, радости желаем  
Душевной сил про запас  
Благодарим тебя, родная,  
За все, что сделала для нас,  
За неустанные заботы,  
За мир семейного тепла  
Дай Бог, чтобы во всем ты  
И впредь такую же была.

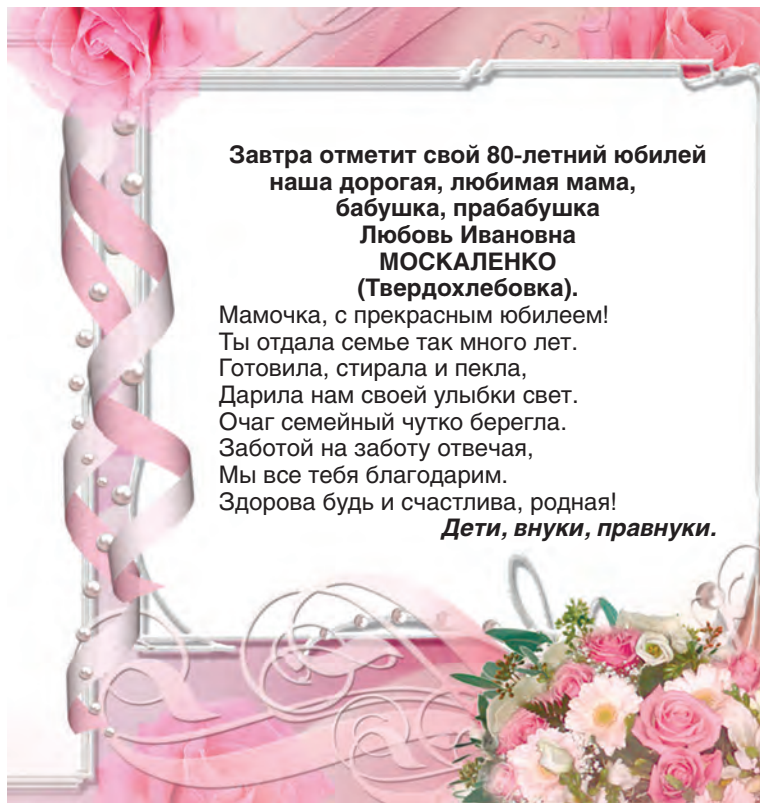
**Дочь, зять, внуки, сыновья, невестка.**



**Завтра отметит свой 80-летний юбилей наша дорогая, любимая мама, бабушка, прабабушка Любовь Ивановна МОСКАЛЕНКО (Твердохлебовка).**

Мамочка, с прекрасным юбилеем!  
Ты отдала семье так много лет.  
Готовила, стирала и пекла,  
Дарила нам своей улыбки свет.  
Очаг семейный чутко берегла.  
Заботой на заботу отвечая,  
Мы все тебя благодарим.  
Здорова будь и счастлива, родная!

**Дети, внуки, правнуки.**



## РЕКЛАМА

**Дрова** и пиломатериал – со-сна. Тел. 8-9601151771.

**Сдам** 1-комн. кв-ру в г. Богучаре. Тел. 8-9601134513.

**Привезу** жом. Тел. 8-9066760271, 8-9518799506.

**Дрова** и доски (сосна, дуб, ясень, ольха). 8-9038514258.

**Куплю** мед, прополис. Возможно выезд. Тел. 8-9601337760.

**Песок**, отсев, земля, вывоз мусора от 1 т. 8-9066780761.

**Региональному оператору по вывозу мусора ООО «ВЕГА» на постоянную работу ТРЕБУЕТСЯ НАЧАЛЬНИК УЧАСТКА**

**Требования:** образование – высшее или среднетехническое.

**Обязанности:** организация и контроль работы по вывозу ТБО по району.

График работы – 5/2. З/п – от **30 000** руб., оформление по ТК РФ соцпакет.

**Тел. 8 (473) 210-66-07**  
резюме на E-mail: ooovegacompld@gmail.com

**Свежий выпуск «Сельской новь» вы можете приобрести в магазинах города**

Реклама

## АО «Богучармолоко»

на постоянную работу **ТРЕБУЮТСЯ:** машинист мочечных машин, слесарь КИПиА, машинист КНС, слесарь-ремонтник, лаборант ХБА, водители категории Е.

**2-15-77, 2-24-64, 2-25-56**

## Закупаем говядину, баранину, козлятину

Т.: 8-950-762-20-54, 8-920-212-07-82, 8-950-767-09-57, 8-905-650-92-76. Реклама

## ЗАКУПАЕМ ЛОМ ЧЕРНЫХ МЕТАЛЛОВ ДЕМОНТАЖ. РЕЗКА. ВЫЕЗД НА ДОМ

Честный вес, высокие цены. Моментальная оплата. Цена до 16 руб./кг. Тел.: 8-980-245-30-97, 8-930-407-32-53 Лиц. №8/МЭ-61 от 11.10.2012 г. реклама

ООО «ЛУКОЙЛ-Югнефтепродукт» приглашает на работу

продавцов и операторов заправочных станций.

Сменный график работы. Конкурентоспособная з/п. Полный соц. пакет.

**ЛУКОЙЛ** Звоните: +7(861)219-69-66 +7(861)219-69-18

## ЭКСКАВАТОР-ПОГРУЗЧИК JCB

гидромолот, бур, стрела телескопическая с маленьким и большим ковшом. Т. 8-920-4340503, 8-920-4340504

## Работа Вахтой в Москве

с бесплатным питанием и проживанием. (от 15 дней)  
- упаковщики  
- грузчики З/п от 55 000 руб.  
- комплектовщики  
Реклама Тел. 8-906-580-12-48.

**ПРОФИ ОКНА RENAU РАСПРОЧКА**  
РАССРОЧКУ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ИП КРАВЧЕНКО А.В. г. Богучар, ул. Дзержинского, 22/26 (ТД «Волна») Реклама

**Натяжные потолки** Любой сложности. Скидка до 40%  
**Тел. 8-9204222255**  
Скидки предоставляет ИП Сухомлин В.Л. Реклама

**Прод.** дом деревян. в Лебединке, ул. Свободы, 88 (газ, вода). Тел. 8-9204057130.

**Срочно пр.** 2-комн. кв., центр Богучара. Тел. 8-9525408101.

**Объявления и поздравления редакция принимает ЗА НЕДЕЛЮ до выхода номера. Реклама**

## Прогноз погоды

**18 ноября** -7  
Влажность – 78 % -14  
Давление – 768 мм рт.ст.



**19 ноября** -7  
Влажность – 81 % -9  
Давление – 765 мм рт.ст.



**20 ноября** -2  
Влажность – 86 % -2  
Давление – 760 мм рт.ст.



**21 ноября** -1  
Влажность – 88 % -1  
Давление – 756 мм рт.ст.



«Сельская новь» №84(11639)

Главный редактор Е.В. АНДРОСОВА

Адрес редакции: 396790, Воронежская обл., Богучарский район, г. Богучар, ул. Прокопенко, д. 1.

Телефоны и электронная почта редакции: директор – главный редактор 2-11-31, обозреватели 2-10-58, заместитель директора, менеджер по рекламе 2-24-41, e-mail: snews@vmail.ru.

Издатель: Автономное учреждение Воронежской области «Региональное информационное агентство «Воронеж». Адрес издателя: 394026, г. Воронеж, ул. Плехановская, д. 53.

**Учредители (соучредители):** Управление делами Воронежской области; администрация Богучарского муниципального района Воронежской области; Автономное учреждение Воронежской области «Региональное информационное агентство «Воронеж». Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Воронежской области. Регистрационный номер ПИ №ТУ36-00571 от 13.03.2019 г.

Газета отпечатана в АО «Воронежская областная типография - издательство им. Е.А. Болховитинова». Адрес типографии: 394071, г. Воронеж, ул. 20-летия Октября, 73 А. Дата выхода в свет 17 ноября 2020 года. Заказ №174903 Тираж 4808 экз., в том числе PDF-версия 1375 экз. Подписной индекс 64965. Выходит по вторникам и пятницам. Цена свободная (6+)