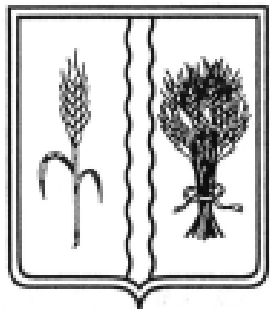


# БАБЫНИНСКИЙ ВЕСТИНИК



5 марта 2014 года  
среда  
№ 18 (10830)



Общественно - политическая газета Бабынинского района Калужской области.  
Газета основана 7 декабря 1930 года. Свободная цена.

ВОСЛЕД СОБЫТИЮ

ОФИЦИАЛЬНО

## 2014 – Год культуры

*«...Мы можем дать мощный стимул для дальнейшего развития культуры, только если сделаем Год культуры всенародным, если к его проведению привлечем лучших наших творцов, деятелей культуры и искусства, наши музеи, библиотеки, клубы, школы и вузы...».*

*Председатель Совета Федерации ФС РФ  
В.И. Матвиенко.*

22 апреля 2013 года Президент РФ В. В. Путин подписал Указ «О проведении в Российской Федерации Года культуры».

Год культуры проводится с целью «...привлечения внимания общества к вопросам развития культуры, сохранения культурно-исторического наследия и роли российской культуры во всем мире».

В районном Доме культуры состоялось открытие Года культуры в Бабынинском районе. В зале собрались работники культурно-досуговых учреждений, библиотек, руководители и педагоги детских школ искусств, руководители творческих коллективов, участники художественной самодеятельности. Все те, кто каждый праздник дарит людям радость и хорошее настроение, кто своим самоотверженным трудом, неиссякаемым вдохновением и верным служением искусству наполняет незабываемыми впечатлениями любой день нашей жизни. Это те, кто поет, танцует, сочиняет стихи и песни, ставит театральные спектакли, организует мероприятия, верно

служит культуре, щедро отдавая свой талант и мастерство людям!

В фойе РДК была представлена выставка творческих работ всех учреждений культуры Бабынинского района.

Праздничную программу к открытию Года культуры в Бабынинском районе начал «народный» хореографический коллектив «Росинка» с танцевальной композицией «Цветы России».

Со словами приветствия ко всем присутствующим в зале обратился глава администрации МР «Бабынинский район» Н.А. Калининчев.

Праздничная программа продолжилась выступлениями учащихся детских школ искусств п. Бабынино и п. Воротынок.

Продолжили выступления самодеятельные артисты районного и сельских домов культуры.

В заключение выступил певец и композитор из г. Киров Игорь Русских.

Мы работаем, для того, чтобы улучшить мир, в котором мы живем. Своей работой мы помога-



ем увидеть яркие, позитивные стороны жизни.

Организация праздников и событий требует продумывать все до мелочей. И справиться с массой проблем, возникающих во время их подготовки, под силу только профессионалам. Каждое событие в жизни нашего района и райцентра станет настоящим праздником.

Основные принципы нашей работы на 2014 год:

- Создавать яркие, оригинальные мероприятия.

- Оперативность, ответственность.

- Надежность, внимание к деталям не зависимо от масштаба и бюджета мероприятия.

- Всегда выполнять взятые на себя обязательства, делать больше, чем обещаешь.

- Максимальное внимание к пожеланиям заказчика, приоритетная реализация идей и целей клиента.

Вместе мы сделаем жизнь ярче!  
*Работники культуры.*



## Педагоги и школьники области готовятся к ЕГЭ

Министр образования и науки области Александр Анисеев рассказал региональным журналистам об особенностях проведения в этом году единого государственного экзамена

В региональном пресс-центре Информационного агентства «Интерфакс» состоялся брифинг министра образования и науки области Александра Анисеева на тему: «Организация и проведение в текущем году единого государственного экзамена».

Александр Анисеев сообщил представителям средств массовой информации о том, что в этом году ЕГЭ проводится по 14 общеобразовательным предметам. Сдавать экзамен будут 4350 школьников области. Для получения аттестата выпускники текущего года сдадут обязательные предметы – русский язык и математику, а другие дисциплины выбирают добровольно.

Министр также рассказал об изменениях в процедуре проведения ЕГЭ в 2014 году. По его словам, сдавать досрочно можно только обязательные учебные предметы, которые влияют на получение аттестата. Во время проведения экзамена учащимся запрещается иметь при себе средства связи, электронно-вычислительную технику, фото, аудио- и видеоаппаратуру, справочные материалы, письменные заметки и иные средства хранения и передачи информации. Кроме того, во всех пунктах проведения экзамена будут установлены видеокamеры.

При оценке результатов ЕГЭ устанавливается минимальное количество тестовых баллов по каждому образовательному предмету. В этом году минимальный балл по русскому языку, физике, химии и биологии составит 36, по математике – 24, по информатике и ИКТ – 40, по истории и литературе – 32, по географии – 37, по обществознанию – 39, по иностранным языкам – 20.

Подробную информацию о процедуре проведения ЕГЭ в 2014 можно узнать на сайте: [www.ege.edu.ru](http://www.ege.edu.ru) или по телефонам «горячей линии»: 8-495-984-89-19 (федеральный), 8(4842) 53-99-97.

Пресс-служба

Правительства

Калужской области.

Официальная информация

доступна на сайте

областной администрации:

<http://www.admoblkaluga.ru/main/news/events/>

Наш сайт в Интернете  
<http://www.admoblkaluga.ru/sub/smi/prensa/babunvesti/>  
за неделю (с 24 февраля по 2 марта) посетили  
925 человек.

# Лучшие собрались в Воротынске

**22 февраля в восьмой раз в районе прошли спортивные игры, являющиеся главной частью акции «Мой папа – самый лучший». В этом году они проводились на базе ФОКа п. Воротынск.**

Организаторы сохранили основные номинации – разборка и сборка АК-74, дартс, эстафета, но внесли изменения в шуточную номинацию, которая называется «Сюрприз». В прошлом году мужчинам предлагалось показать умение чистить картофель, а на этот раз им пришлось взять в руки иголку.

Были внесены изменения и в сроки проведения акции. Раньше она проходила в три этапа: школьные сочинения и подготовка портфолио о папах, непосредственно спортивный праздник и отдельным днем награждение победителей. Теперь соревнования и награждение объединили. Победители были названы сразу, и на-

ли 37 семей, но смогли принять участие в акции 25.

На открытии присутствовали глава администрации МР «Бабынинский район» Н.А. Калинин, зам. главы администрации МР «Бабынинский район» Н.Я. Фирсов, начальник отдела военного комиссариата Калужской области по Бабынинскому и Мещовскому районам В.А. Шматов, председатель поселкового координационного совета партии «Единая Россия», зам. председателя областной общественной организации «Российский союз ветеранов Афганистана» и совета ветераны боевых действий п. Воротынск Ю.Н. Глушков.

Открытие спортивных игр про-

ках акции «Мой папа – самый лучший» начались.

Мероприятие прошло в атмосфере радости, азарта, оживленно и заинтересованно, равнодушных не было.

Надо сказать, что некоторые участники игр стали уже их заслуженными старожилками, наработали определенный опыт. И не случайно первое место в упорной борьбе второй год подряд завоевывают Юрий Александрович Воробей с сыном Вячеславом, а второе – Алексей Викторович Романов с сыном Никитой. Третье место заняли Святослав Магомедович Абакаров с дочерью Яной, впервые участвовавшие в играх. Все три семьи из Воротынска.

Н.Я. Фирсов и Ю.Н. Глушков вручили всем участникам акции грамоты главы администрации района и подарки.



граждение проходило здесь же, в огромном, прекрасно оборудованном спортивном зале физкультурного комплекса. А пока организаторы и их помощники подводили итоги, перед собравшимися выступали учащиеся детской школы искусств п. Воротынск. Дети показали великолепное исполнение, интересные по хореографии номера.

Опять же, традиционно, для всех желающих были организованы и столы с булочками, чаем, сладостями.

В празднике принимали участие папы с детьми, учащимися 2-6 классов. Заявки на участие пода-

ходило тоже, по ставшему уже традиционным, сценарию: поднятие флага (это сделали победители прошлогодних игр Ю.А. Воробей с сыном Вячеславом), исполнение гимна. Затем участники соревнований – отцы и их дети – во главе с В.А. Шматовым сделали круг почета по спортивному залу комплекса, сопровождаемые аплодисментами и криками одобрения со стороны зрителей – родных и близких. Н.А. Калинин принял рапорт о готовности к началу игр, поздравил всех с наступающим Днем защитников Отечества, пожелал удачи в играх, и спортивные соревнования в рам-

Остается сказать, что акция прошла слаженно, была хорошо подготовлена благодаря тесному контакту всех заинтересованных служб: ОНО, отдела спорта, туризма и молодежной политики, ОСЗН, отдела культуры.

Прекрасный праздник завершился, но все его участники еще долго будут вспоминать эти несколько захватывающих интересных и радостных часов, проведенных вместе с детьми, родителями и, уверена, уже сейчас дети начнут мечтать о том, как соберутся на торжественное открытие спортивных игр 2015 года. А нам остается лишь помочь им в этом.

## Рассказываем о папах

**Подведены итоги конкурсных работ учащихся школ района, посвященных папам.**

В номинации «Мой папа – спортсмен» лучшими отмечены портфолио Олеси Агарковой (I место), Айгуль Гамидовой (II место) из МОУ «СОШ № 2» п. Бабынино и Вячеслава Воробья (III место) из МКОУ «СОШ № 1»

п. Воротынск. В номинации «Мой папа – золотые руки» I место занял Кирилл Шквыра («СОШ» п. Газопровод); II – Виктория Мухтарова («СОШ» с. Муромцево) и III место – Артем Плужников (МКОУ «СОШ

№1» с. Бабынино).

В номинации «Мой папа – творческий человек» победителей оказалось только два: I место заняла Елизавета Рафальская (МКОУ «СОШ №1» п. Воротынск) и II – Варвара Евстрашкина из МОУ «СОШ №2» п. Бабынино.

**Л. НИКОЛАЕВА.**

### ДЕЛОВАЯ ИНФОРМАЦИЯ

#### УВАЖАЕМЫЕ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКИ!

**Налоговая служба проводит дни открытых дверей для налогоплательщиков – физических лиц!**

Дни открытых дверей пройдут 14 и 15 марта, а также 11 и 12 апреля 2014 года во всех территориальных налоговых инспекциях России:

- 14 марта 2014 года – с 9.00 до 20.00 час.;
- 15 марта 2014 года – с 9.00 до 15.00 час.;
- 11 апреля 2014 года – с 9.00 до 20.00 час.;
- 12 апреля 2014 года – с 9.00 до 15.00 час.

В рамках мероприятия специалисты налоговых органов на устных консультациях подробно расскажут о том, кому необходимо представить декларацию по налогу на доходы физических лиц (НДФЛ) и в какие сроки, как получить налоговые вычеты и воспользоваться онлайн-сервисами ФНС России, а также ответят на другие вопросы граждан по теме налогообложения.

Каждый посетитель сможет узнать о наличии либо отсутствии у него задолженности по НДФЛ, а также о том, есть ли у него обязанность по представлению налоговой декларации по НДФЛ.

Все желающие смогут прямо на месте заполнить и подать налоговую декларацию по НДФЛ при наличии необходимых сведений и документов.

Кроме того, каждый посетитель независимо от места жительства сможет подключиться к сервису «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц», который предоставляет возможность получать в отношении себя актуальную информацию об объектах имущества, по которым начисляются налоги, о наличии переплат и задолженностей по налогам, о суммах начисленных и уплаченных налоговых платежей и т.д.; полу-

## НЕ ПО-ЗИМНЕМУ ЖАРКАЯ СЕССИЯ

20 февраля состоялось первое заседание двенадцатой сессии Законодательного Собрания Калужской области. С небольшими перерывами оно длилось около семи часов. Депутаты работали слаженно и напряженно, рассмотрев свыше трех десятков актуальных вопросов. Расскажем о некоторых наиболее важных из них.

#### На поддержку обманутых дольщиков

На сегодняшний день в Калужской области от недобросовестных застройщиков, не выполнивших обязательства по строительству и сдаче в эксплуатацию уже оплаченного жилья, признано пострадавшими 490 человек.

В их поддержку депутаты приняли закон, в котором предусмотрено предоставление субсидий из областного бюджета некоммерческим организациям для проектирования, реконструкции и капитального ремонта проблемных объектов; строительства многоквартирных домов для защиты пострадавших граждан.

Отметим, что глава региона Анатолий АРТАМОНОВ поставил задачу полностью решить эту проблему в 2015 году.

#### За прозрачность бюджетных финансовых потоков...

Обеспечение прозрачности государственных закупок – цель еще одного принятого на прошедшей сессии законопроекта. В соответствии с федеральными нормами обязательно общественному обсуждению подлежат закупки на сумму свыше 1 миллиарда рублей. В Калужской области предлагается проводить их и при меньшей сумме контракта.

– Если мы ставим на торги ремонт какой-либо дороги, или строительство тех или иных объектов, мы должны обязательно спросить у граждан, а нужно ли это им, – отметил Виктор БАБУРИН.

#### ...и расширение списка претендентов на служебные квартиры

Еще один нормативный акт, за который проголосовали парламентарии, провозглашает возможность получения служебного жилья, помимо представителей рабочих профессий, врачами, преподавателями и социальными работниками.

#### На радость роженицам

Значимым событием сессии стало принятие закона об увеличении областной казны на сумму в 1,3 миллиарда рублей. Эти средства, направленные из федерального фонда медицинского страхования, на условиях софинансирования пойдут на строительство в Калуге современного перинатального центра.

Министр финансов Валентина АВДЕЕВА внесла в ход заседания оптимистическую нотку, сообщив о том, что уже в следующем году регион из дотационного станет донорским.

#### О мусоре и безопасности детей

В рамках правительственного часа министр экологии и благоустройства Владимир ЖИПА обрисовал непростую ситуацию, сложившуюся в области с утилизацией твердых бытовых отходов. Он возложил особую от-



ветственность за ситуацию в Детчино, где мусор оказалось просто негде складировать, на депутата Горбатина, который явился инициатором проведения там митингов. Вместе с тем конструктивного предложения о том, что же делать с ТБО от этого депутата-справедливоросса так и не последовало.

Кроме того, депутаты утвердили разработанную ранее инициативу по обеспечению безопасности детей на дорогах, предназначенную для рассмотрения в Государственной Думе. Она обязывает родителей в темное время суток размещать на верхней одежде своих детей светоотражающие элементы. Также было принято обращение депутатов к органам местного самоуправления области с призывом активнее участвовать в федеральной целевой программе «Безопасность дорожного движения в 2013-2020 годах». Цель – приобретение за счет предусмотренных в ней федеральных средств и расширение световозвращающих приспособлений среди детей дошкольного и школьного возраста.

Подробнее об этих и некоторых других событиях февральской сессии читайте на официальном сайте регионального парламента zskaluga.ru.

**И. ТОКАРЕВА.**

чать и распечатывать налоговые уведомления и квитанции на уплату налогов. Через данный сервис можно также заполнить налоговую декларацию по НДФЛ с помощью специальных подсказок, при этом нет необходимости заполнять часть сведений – они переносятся в декларацию автоматически.

В рамках проведения дней открытых дверей сотрудники налоговых органов помогут налогоплательщикам сориентироваться в выборе услуг и мероприятий. Они проводят посетителей в специально оборудованную зону ожидания, помогут воспользоваться компьютерами с программным обеспечением, покажут, как заполнить налоговую декларацию в электронном виде или получить доступ к Интернет-сайту ФНС России для обращения к онлайн-сервисам службы.

Телефон: +7 (4842) 71-71-34, [www.nalog.ru](http://www.nalog.ru)

**Межрайонная ИФНС России № 1 по Калужской области.**

## ФЕСТИВАЛИ

В фойе ДШИ п. Вортыньск расположились работы юных мастеров и рукодельниц, выполненные в самых разных техниках: резьба и роспись по дереву, квиллинг, вязание... Стены украсила выставка живописи, а на входе в актовый зал появился список участников концерта – инструменталистов, вокалистов и танцоров, приехавших из Тарусы, Алексина, Калуги...

## Разбуженная жажда творчества

Участниками второго областного фестиваля «Угра – Пояс Пресвятой Богородицы» стали детишки из Ферзиковского, Тарусского, Боровского, Дзержинского, Кировского, Людинового, Бярытинского, Думиничского, Сухиничского, Козельского, Жуковского, Износковского, Жидринского, Хвостовичского районов области. Всего 60 учреждений: 20 детских школ искусств, 4 воскресные школы, 5 центров развития творчества детей, 5 средних школ, 1 лицей (36-й г. Калуга), 2 приюта, православная гимназия (г. Козельск).

Идея конкурса, который направлен на выявление талантливых ребятшек, принадлежит игуменье Спасо-Вортыньского монастыря матушке Анастасии. Возникла идея в прошлом году, когда наши воспитанники подготовили творческое поздравление на торжества, посвященные 500-летию монастыря, – рассказала директор ДШИ пос. Вортыньск, заслуженный работник культуры Калужской области Ольга Александровна Рафальская.

Руководство Вортыньской детской школы искусств поддержало идею, было составлено положение.

Мы не анонсировали конкурс, но количество полученных заявок нас потрясло, – признается Ольга Александровна. – В прошлом году в нем приняли участие около полутора тысяч детей со всей области. Настоящим открытием для нас стал Износковский район: они прислали на конкурс множество работ в технике росписи по дереву – там была и северная роспись, и лубок... Оказалось, что их изучением и воссозданием занимается один из педагогов дополнительного образования.

Номинаций в конкурсе-фестивале было установлено множество: ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО: живопись (пейзаж, портрет); рисунок; композиция.

ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОЕ ИСКУССТВО: скульптура.

Музыкальное исполнительство (вокальное): хор, ансамбли, солисты.

Исполнительское мастерство (инструментальное): сольное исполнение; фортепианный ансамбль; камерный ансамбль; народные инструменты.

Фольклорное пение: солисты, ансамбль.

Хореография: сольный номер; танцевальный ансамбль.

Литературные произведения (авторские работы): проза, стихи.

Театрально-исполнительское искусство: литературно-художественная композиция, теат-

ральная постановка, кукольный театр, декламация.

Отличительной особенностью конкурса стала его доступность. В жюри под председательством игуменьи Анастасии, настоятельницы Казанского девичьего монастыря, входили: иерей Сергей Третьяков, секретарь комиссии по культуре Калужской епархии, Юлия Ивановна Акимцева, заслуженный работник культуры, г. Калуга, советник Городского Головы, Ольга Александровна Рафальская, директор ДШИ п. Вортыньск, заслуженный работник культуры Калужской области, Светлана Николаевна Кобозова, заслуженный учитель Российской Федерации, филолог, Владимир Александрович Арепьев, член Союза художников России, Юрий Ильич Африн, иконописец, художник-реставратор, г. Москва, Лариса Адольфовна Бабадей, художник, специалист по декоративно-прикладному искусству, Наталья Викторовна Таракина, режиссер образцового кукольного театра, Наталья Вадимовна Богатырева, сотрудник епархиального управления, Ольга Григорьевна Бочарова, преподаватель по классу фортепиано ДШИ №6, Татьяна Рукасова, педагог-хореограф лаборатории танца «Текст», г. Калуга. Они выезжали для просмотра во все уголки области, на местах проводились отборочные туры – и на заключительные концерты приезжали уже обладатели призовых мест. Всего заключительных концертов было 4.

На сцене ДШИ получали награды юные художники и музыканты. Звучали, в основном, народные произведения и сочинения русских композиторов.

Во главу угла при выявлении победителей мы ставим не только профессионализм, хотя он, безусловно, важен, – отмечает Ольга Рафальская. – Главное для нас – горящие глаза ребенка, в душе которого педагог разбудил жажду творчества и ту «национальную» струнку, без которой нет родной культуры.

Количество талантливых детей и педагогов ошеломило жюри: призовые места в различных номинациях получили около половины участников: музыканты – 580, художники – 510. Всего участвовало 1200 человек.

Заключительный концерт победителей, получивших только первые места, состоялся в Доме музыки г. Калуга.

**И. КОВАЛЕВА,**  
завуч Вортыньской детской школы искусств.



## Профилактика онкологических заболеваний

4 февраля 2014 года проводился Всемирный день борьбы с раком. Его цель – повышение осведомленности населения о раке, как об одном из страшных заболеваний современной цивилизации, привлечение внимания к предотвращению, выявлению этого заболевания.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) рак входит в десятку ведущих причин смертности людей. Ежегодно в мире выявляют около 10 миллионов новых больных злокачественными новообразованиями, и 6 миллионов человек умирают от них. Большинство случаев смерти от онкозаболеваний происходит от рака легких, желудка, печени, толстого кишечника и молочной железы. Около 30% случаев смерти вызваны пятью основными факторами риска, которые связаны с поведением и питанием, такими как высокий индекс массы тела, недостаточное употребление в пищу фруктов и овощей, отсутствие физической активности, употребление табака, алкоголя.

Наиболее значимым фактором риска является курение. По оценкам ВОЗ именно оно является причиной 85% всех случаев рака гортани, 80-85% – рака легких, 75% – рака пищевода. Опасно даже пассивное курение – риск заболеть для таких «курильщиков» превышает базовый на 70%.

Другой мощный канцерогенный фактор, сознательно потребляемый человеком, это алкоголь. Употребление алкоголя обуславливает повышенный риск рака полости рта, глотки, пищевода, печени, толстой кишки, а также легких и молочной железы.

По прогнозам ВОЗ в течении следующего десятилетия ожидается существенный прирост заболеваемости злокачественными опухолями. Долгосрочные прогнозы неутешительны: в 2030 году от рака в мире умрет более 13,1 миллиона человек.

В России количество диагностированных случаев рака с начала 90-х годов прошлого века неуклонно растет. Наиболее частые локализации опухолей: трахея, бронхи, легкие (13,3%), кожа (12,5%, включая меланому), желудок (10,2%), молочная железа (10,1%).

Заболеваемость повышается во всех возрастных группах, однако наиболее быстро растет у мужчин после 60 лет и у женщин после 50 лет. Прирост заболеваемости у женщин в два раза выше, нежели у мужчин.

Онкоэпидемиологическая ситуация в Калужской области в 2012 году по сравнению с 2011 годом характеризуется некоторым повышением общей заболеваемости злокачественными новообразованиями. В 2012 году показатель заболеваемости составил 450,3 на 100 тыс. населения, тогда как в 2011 году – 425,2 на 100 тыс. населения.

Увеличилась заболеваемость злокачественными новообразованиями по полу у жителей Калужской области:

пол	2011 год	2012 год
мужчины	433,5	454,3
женщины	418,2	447,0

В 2012 году среди мужчин ведущие места заняли: рак легких – 74,1; рак предстательной железы – 56,0; рак желудка – 46,1; рак кожи – 41,1; среди женщин: рак молочной железы – 91,0; рак кожи – 53,2; рак толстого кишечника – 29,3; рак полости матки – 34,5 (показатели заболеваемости на 100 тыс. населения).

Часто мы не задумываемся о том, что происходит с нашим организмом, все ли в порядке, нет ли угрозы или предпосылок для развития какого-либо заболевания, пока сама болезнь не заставит нас это сделать. Тем временем возникновение большинства недугов при правильной и своевременной профилактике можно предотвратить, сэкономив тем самым время, средства и эмоции. А, возможно, даже спасти себе жизнь.

Специалисты-онкологи Европейского медицинского Центра придают большое значение не только диагностике и лечению онкологических заболеваний, но и их профилактике. Существует много простых и общедоступных способов, которые помогут сохранить ваше здоровье, улучшить самочувствие и снизить риск развития серьезной болезни.

По данным Всемирной организации здравоохранения, развитие, по крайней мере, трети всех онкологических заболеваний можно предотвратить.

Для профилактики онкологических и других заболеваний существуют универсальные медицинские рекомендации:

- исключить курение или жевание табака;
- обязательно ежегодное флюорографическое обследование или R-графия легких или компьютерная томография легких;
- употреблять разнообразную и здоровую пищу на основе растительных продуктов и с низким содержанием жиров;
- регулярно заниматься спортом и поддерживать

оптимальный вес;

- соблюдать режим сна и бодрствования;
- ограничить воздействие солнечных лучей.

Эти меры входят в понятие здорового образа жизни и способны предотвратить развитие онкологических заболеваний.

Известно, что злокачественные опухоли на ранней стадии их развития можно излечить. Ни одна опухоль не развивается за месяц, от момента возникновения злокачественной клетки до клинически определяемого рака проходят годы и десятилетия. Один из самых быстротекущих – рак поджелудочной железы – растет около 20 лет. Следовательно, у каждого человека есть время и возможности вовремя обнаружить начинающуюся болезнь.

Для женщин молодого возраста главным бичом является рак шейки матки, при ранних стадиях его можно излечить и сохранить способность к деторождению. Рак молочной железы только в 5% случаев возникает у женщин моложе 35 лет, это болезнь зрелых. Как помочь себе? Для этого просто надо обследоваться:

- маммография – ежегодно, начиная с 40-летнего возраста;
- цитологическое исследование мазка с шейки матки – ежегодно, начиная с 21-летнего возраста.

**Избегайте прибавки веса.** Ожирение повышает риск развития рака молочной железы после наступления менопаузы.

**Употребляйте здоровую пищу.** Соблюдайте сбалансированную диету с большим количеством овощей и фруктов и небольшим количеством сладких напитков, очищенных углеводов и жиросодержащих продуктов.

**Ведите физически активный образ жизни.** Профилактический эффект достигается при умеренной физической нагрузке в течение не менее 30 минут (например, ходьба) пять раз в неделю.

**Откажитесь от алкоголя и сигарет.** Максимально допустимая доза – один напиток в день независимо от типа алкоголя.

**Гормонозаместительная терапия должна проходить только под контролем врача.** «Биоидентичные» гормоны, «растительные эстрогены», а также гормональные кремы и гели столь же небезопасны, как и привычные лекарственные гормональные препараты, поэтому их применение должно контролироваться врачом.

**Кормите ребенка грудью как можно дольше.** У женщин, которые кормят детей грудью не менее года, более низкие показатели по развитию рака молочной железы в будущем. Но увеличение периода лактации до нескольких лет малополезно малышу и совсем бесполезно маме.

Растет заболеваемость раком толстой кишки, технически простой анализ кала на скрытую кровь позволяет снизить смертность от этой патологии на 25%. Значит ли это, что надо его делать всем? Конечно – нет, 70% больных раком толстой кишки старше 65 лет, до 45 лет опухоль возникает крайне редко: 2 на 100 тысяч. Эндоскопическое исследование кишки позволяет выявлять полипы, злокачественное перерождение которых имеет высокую вероятность. И женщинам, и мужчинам рекомендуется выполнять: колоноскопию и анализ кала на скрытую кровь – каждые 2 года, начиная с 50 и до 74 лет.

К концу XIX века было известно только о 140 больных раком легкого. Их демонстрировали широкой врачебной аудитории, и не каждому врачу за свою профессиональную карьеру удавалось увидеть такого больного. Сегодня рак легкого – обыденность. И ежегодно увеличивается заболеваемость никогда не куривших людей. Причина в табачном дыме. Кто курит – тот имеет многократно возрастающий риск рака, при этом он способствует развитию рака легкого у близких, вдыхающих действительно смертоносный табачный дым. С курением связано развитие не только рака легкого, но и толстой кишки, поджелудочной и молочной железы, яичников. Отказаться от курения – вот решение многих проблем не только онкологического толка, но и сердечных и сосудистых.

На первых порах трудно жить без сигареты, понятно – это же наркотик. Хотя и нет «волшебной таблетки» от никотиновой зависимости, существуют препараты, которые могут помочь в сочетании с методами психологического самоконтроля.

Ваши помощники в борьбе с сигаретой – никотинозамещающие препараты:

Окончание на 4-ой стр.

## ПОДПИСКА-2014

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Стать подписчиком районной газеты «Бабынинский вестник» в I полугодии 2014 года можно с любого месяца. Как и прежде, подписку можно оформить в отделениях связи района, у почтальонов, в редакции (в этом случае газету вы забираете сами – в редакции). Подписные цены следующие:

на почте  
1 месяц – 35 руб. 86 коп.

в редакции  
20 руб.

Чтобы быть в курсе всех событий в районе, знать, чем живут его рядовые граждане и чем занимается власть, выписывайте и читайте районную газету «Бабынинский вестник»!



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

# Профилактика онкологических заболеваний



**Окончание. Начало на 3-ей стр.**

- пластырь;
- жевательная резинка;
- таблетки, пастилки;
- ингалятор;
- назальный спрей.

Дополнительно можно использовать отвлекающие занятия в те моменты, когда вы испытываете тягу к курению – жевать «резинку», чистить зубы или использовать ополаскиватель для рта после приема пищи, когда у большинства курильщиков возникает желание покурить. И при этом серьезно настроившись на полное избавление от этой смертоносной привычки.

По оценкам Американского общества по борьбе с раком, напрямую связаны с рационом питания 30%-40% случаев онкологических заболеваний.

Употребление в пищу большего количества овощей, фруктов, бобовых и продуктов из цельного зерна способствует профилактике развития рака органов желудочно-кишечного тракта.

Хороший ночной сон также вносит свой вклад в улучшение способности организма бороться с опухолью за счет поддержания собственного иммунитета.

Регулярная физическая активность способствует снижению общего риска развития рака только в том случае, если сочетается с полноценным сном. Кроме того, недостаток сна может нивелировать положительный эффект от физической нагрузки.

Базальноклеточный рак кожи – наиболее распространенный вид рака. Он поддается лечению и не распространяется на другие части тела – не дает метастазов. Однако меланома – особенно опасный вид злокачественной опухоли кожи, агрессивна по течению и нередко приводит к летальному исходу. Что объединяет эти два заболевания? Оба, помимо других, значительно более редких причин, возникают от умеренного загораживания.

Люди со светлой кожей в большей степени предрасположены к возникновению солнечных ожогов и других последствий вредного воздействия солнечных лучей, каждый человек, даже смуглый от природы, находится в группе риска. Меланома может возникнуть везде, где есть кожа и слизистые: глаза, желудочно-кишечный тракт. Но на слизистых она встречается очень редко, а на коже и глазах – часто. Почему? Вредоносное действие солнечных лучей. И, тем не менее, по данным исследований, только 56% людей соблюдают меры предохранения от негативного влияния солнечных лучей.

Вот основные из них:

**Нанесите защитное средство.** Выбирайте средства с широким спектром действия, которые при купании в водоеме не смываются водой и обладают солнцезащитным фактором (SPF) не менее 30, наносите его за 20-30 минут до выхода на улицу.

**Тщательно выбирайте одежду.** Она должна максимально защищать от прямых солнечных лучей и при этом быть комфортной. Надевайте головной убор с широкими полями.

**Носите солнцезащитные очки.** Защищайте глаза от воздействия солнечного света, используя панорамные солнцезащитные очки, которые на 100% блокируют воздействие UVA и UVB лучей.

**Избегайте солнечного «часа пик».** Максимальная активность УФ-лучей установлена с 10 часов утра до 16 дня. Песок, вода и снег отражают УФ-лучи, усиливая их воздействие.

**Откажитесь от посещения солярия.** Солярии и солнечные лампы небезопасны.

**Осуществляйте самоконтроль.** Осматривайте кожу на предмет появления новых родинок, веснушек и образований, в случае изменений и появления новообразований на коже обращайтесь к дерматологу.

Большинство видов рака хорошо поддается лечению при раннем выявлении.

Общепризнано, что злокачественные новообразования являются сложнейшей медико-социальной проблемой современного общества, а противораковые мероприятия имеют важное государственное значение. Одним из главных методов профилактики рака является повышение культуры здоровья населения. В этом процессе необходимо принять участие не только медицинским работникам, но и всем заинтересованным структурам и ведомствам с целью широкой разъяснительной работы среди населения. Важнейшая задача заключается в информированности его об онкозаболеваниях, значении своевременного обращения к врачу, факторах риска, здоровом образе жизни. При этом необходимо сделать акцент на проведение скринингового обследования – быструю и достаточно простую диагностику онкологических заболеваний (например, маммографию и др.) и на участие в диспансеризации. Не отказывайтесь от ее прохождения. При диспансеризации за 2013 выявлено 4 случая онкозаболевания на ранней стадии. Пациенты вовремя прооперированы и имеют хорошие шансы на полное восстановление. Не откладывайте прохождение диспансеризации, обращайтесь к своим участковым терапевтам.

**Ю. АГАПЦЕВА,**  
участковый врач-терапевт.

**РЕКЛАМА**

## Работа

ООО «АВРОРА» **требуются на работу водители категории «С».**  
**Опыт работы обязателен.**  
Справки по телефонам:  
8 (48448) 2-13-02,  
8-909-252-00-54.

**РЫБОПЕРЕРАБАТЫВАЮЩЕМУ ПРЕДПРИЯТИЮ на работу требуются рыбообработчики.**  
Зарплата сдельная до 30000 руб. **Предоставляется БЕСПЛАТНОЕ жилье, питание.** **Место работы:** г. Талдом, Московской области. Телефоны: 8 (49620) 62-140, 65-139.

## Недвижимость

**СЕМЬЯ снимет квартиру с удобствами на длительный срок.**  
Телефон: 8-920-884-30-93.

**ДОРОГО покупаю земельные паи по АОЗТ «Воронинское».**  
Телефон: 8-953-468-54-74.

**ПРОДАЕТСЯ 471/1006 доля в праве общей долевой собственности на двухквартирный жилой дом, общей площадью 47,1 кв.м по адресу:** Калужская область, Бабынинский район, д. Акулово, 1.  
Контактные телефоны: 8(4842)716-342, 716-252.

**ПРОДАЕТСЯ дом в с. Сабуровщино.** Телефоны: 8-925-404-94-23, 8-925-369-61-79.

**КУПЛЮ дом в деревне. Недорого.**  
Телефон: 8-953-465-75-20.

## Разное

**ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ («Газель»).**  
Телефоны: 8-960-514-47-64;  
8-920-889-93-47.

**ОКАЗЫВАЮ УСЛУГИ по очистке пуха-перьевых подушек, перин в пос. Бабынино.**  
Телефон: 8-960-520-10-08.

**ПРОИЗВОДИМ строительно-ремонтные работы:**  
*штукатурка; внутренние отделки; подъем дач; монтаж заборов; сайдинг; фундамент; крыши; хозблоки и т.д.*  
**Снабжение и доставка стройматериалов.**  
Телефон: 8-915-897-63-05.  
**Евгений.**

**ВНИМАНИЕ!**  
В целях оздоровления санитарно-эпидемиологической обстановки и обеспечения безопасности населения, в период с **марта по июнь 2014 года**, на территории сельского поселения «Село Бабынино» **будет производиться отлов бродячих, бездомных собак.**  
**Администрация сельского поселения «Село Бабынино».**

**ОТ ВСЕЙ ДУШИ**

# ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Нашу любимую, родную **Марину Сергеевну ВОЛОШЕДОВУ** поздравляем с Юбилеем!  
*Все оглянуться не успели  
И вот – серьезный юбилей!  
Ты сделать многое сумела,  
И впереди полно затей!*



**Родные.**

*Здоровья, счастья, долголетия  
И оптимизма пожелать  
Хотим с любовью настоящей  
И никогда не унывать!*

Уважаемую **Марину Сергеевну ВОЛОШЕДОВУ** поздравляем с Юбилеем!

*Пятьдесят пять – прекрасный возраст  
Для женщины, которая верна  
Себе, семье, работе, близким,  
Ведь жизнь еще не выпита до дна!*

*И впереди еще свершений много,  
И радостей, и счастья, и забот.  
Здоровья и благословения от Бога  
Желаем вам! И дел – невпророт!  
Коллектив **МОУ «СОШ № 2»**  
п. Бабынино.*



## АВТОШКОЛА «ЛИДЕР»

**приглашает на обучение по программе подготовки водителей категории «В»**  
по адресу: п. Бабынино, ул. Трубникова, д. 2.  
Срок обучения 2,5 месяца.  
Контактный телефон: 8-920-890-50-50.

## ОБЪЯВЛЕНИЕ

Межевой план по уточнению земельного участка подготовлен кадастровым инженером Макаркиным Василием Николаевичем. № квалифицированного аттестата 40-11-107, почтовый адрес: 248232, г. Калуга, ул. Советская, д. 105. кв. 27, тел.: 8-920-617-53-15, адрес электронной почты: makarkin.vasily@yandex.ru.

Заказчиком кадастровых работ является Головачева Т. В. кад. № 40:01:10420:565.

Земельный участок расположен в районе д. Поповка Бабынинского района Калужской области (бывшее ст. «Лесной»). С межевым планом можно ознакомиться по адресу: г. Калуга, ул. Ф.Энгельса, д.59, кв.2, контактный телефон: 8-910-707-17-40.

Согласование границ земельного участка состоится 7 апреля 2014 года в 10.00 часов в здании администрации Бабынинского района в отделе по управлению имуществом (при себе обязательно иметь документ удостоверяющий личность).

**СРОЧНЫЙ ремонт стиральных машин, телевизоров, DVD, музыкальных центров, микроволновых печей, компьютеров, ноутбуков, телефонов, планшетов.** Телефон: 8-920-617-39-44.

ООО «АВРОРА» **осуществляет продажу перегноя, доставку песка и других сыпучих материалов.**  
Телефоны: 8 (48448) 2-13-02,  
8-909-252-00-54.

## Следующий номер нашей газеты выйдет в пятницу, 7 марта.

### ДЕЛОВАЯ ИНФОРМАЦИЯ

#### К сведению населения!

**Поступило заявление о предоставлении земельного участка в аренду:**  
- площадью 35 кв.м., расположенного по адресу: Калужская область, Бабынинский район, п. Газопровод, ул. Кооперативная, в районе д.5, бокс №8, для строительства гаражного бокса.

Лиц, заинтересованных в предоставлении указанного земельного участка на праве аренды, просим обращаться по адресу: Калужская область, Бабынинский район, п. Бабынино, ул. Новая, 4, тел.: (8-48448) 2-21-31. Прием заявлений производится в месячный срок со дня опубликования настоящего объявления.

**Администрация МР «Бабынинский район».**

**Поступило заявление о предоставлении земельного участка в аренду:**  
- площадью 3,0 га, расположенного по адресу: Калужская область, Бабынинский район, северо-западнее п. Бабынино, для использования под полигон ТБО.

Лиц, заинтересованных в предоставлении указанного земельного участка на праве аренды, просим обращаться по адресу: Калужская область, Бабынинский район, п. Бабынино, ул. Новая, 4, тел.: (8-48448) 2-21-31. Прием заявлений производится в месячный срок со дня опубликования настоящего объявления.

**Администрация МР «Бабынинский район».**

**Спрашивайте газету «Бабынинский вестник» в магазине «Культтовары» в поселке Бабынино.**

#### Учредители:

администрация МО «Бабынинский район»,  
МАНУ «Редакция газеты «Бабынинский вестник».

#### Издатель:

МАНУ «Редакция газеты «Бабынинский вестник».  
Газета перерегистрирована Центральным региональным управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства в СМИ. Рег. ПИ № 8-1275

**ЗАМ. РЕДАКТОРА С.С. НЕФЕДОВ.**

Заказ Объем 1 п.л.  
Тираж - 1115. Индекс 51750.  
Газета выходит 104 раза в год.

**Адрес редакции:** 249210, Калужская область, п. Бабынино, ул. Новая, д. 4 а  
сайт: http://www.admoblkaluga.ru/  
E-mail: BREDAK@kaluga.ru sub/smi/pressa/babunvesti/  
**Телефоны:**  
Редактора (факс) 2-22-84 Отделов редакции 2-25-84  
Зам. редактора 2-13-24 Бухгалтера 2-24-84

Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.

Ответственность за содержание рекламных текстов несет рекламодатель.

Номер набран и сверстан в редакции газеты «Бабынинский вестник». Отпечатан в Фонде «Губерния». 248000, г. Калуга, пл. Старый торг, 5. Тел. 57-40-70. Подписан 3.03.2014 г., по графику - в 16.00, фактически - в 16.00.