50POBCKITE



BECTII

12+

№ 16 (751) 5 сентября 2023

Издается с 1997 года.

ДЕНЬ ЗНАНИЙ



ЗДРАВСТВУЙ, ШКОЛА!

В первый день осени в п. Боровский прошли торжественные линейки, посвященные началу учебного года с исполнением гимна и поднятием флага Российской Федерации.

Особенной линейка стала для 262 первоклассников и 142 выпускников 11-х классов, ведь одни из них впервые переступили порог школы, а для других это 1 сентября в школе пройдет в последний раз.

Поздравить учащихся, педагогов и родителей пришли председатель комитета муниципальной службы и кадров района Наталия Викторовна Булашова, Глава муниципального образования Светлана Витальевна Сычева, со словами поздравления выступила директор

Боровской СОШ Татьяна Владимировна Придорогина.

В торжественной обстановке Светлана Витальевна вручила благодарственные письма активным школьникам за активную трудовую деятельность в период летней трудовой кампании 2023 года.

После линейки все ученики отправились на первый в этом году урок.

В этот день было волнительно и радостно родителям, учащимся и педагогам!

Впереди новый учебный год!

Пусть для всех он будет интересным, удачным и запоминающимся.

Администрация МО п. Боровский

ВЫБОРЫ 2023

Уважаемый избиратель!

10 сентября 2023 года на территории муниципального образования поселок Боровский состоятся выборы Губернатора Тюменской области **с 8.00 до 20.00** часов местного времени.

Границы избирательных участков в муниципальном образовании п. Боровский

No	№ избира-	Границы избирательного участка	Место нахождения помещения
п/п	тельного		для голосования и место нахож-
	участка		дения избирательной комиссии
1	1910	<u>ул. Мира</u> д. 11-14, 14a, 25, 26, 26a, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37; снт «В	
		Бору», снт «Луговое», снт «Целинное», снт «Рассвет-1», снт «Рассвет-2», снт «Пром-	ская ДШИ «Фантазия»
		строевец», снт «Заря», снт «Лесовод», снт «Труд и отдых», снт «Боровик», ПСО «Боровое», снт «Ясная поляна»	т.722-073
2	1911	<u>ул. Мира</u> (дома: с 4-7,9,10,15-21), 9 км. объездной дороги Тюмень-Богандинка, 16	
		км. Ялуторовского тракта.	МАУ ЦФСР «Олимпия» ТМР тел. 722-540.
3	1912	ул. Октябрьская, ул. Октябрьская одн., пер. Октябрьский, ул.Торфяная, ул. Тор-	п. Боровский, ул. Октябрьская, 3
		<u>фяная одн., ул. Южная, ул. Лермонтова</u> (дома с 1-15,16,18,20,22,24,26), <u>ул. Суво</u> -	
		рова, ул. Комсомольская, ул. Фабричная (дома с 1-24), ул. Молодежная, ул. Мира	
	4042	(дома 1,2,3,8,22)	т. 722-479
4	1913	ул. Мира д.23,24, ул. 8 Марта, ул. Горького (частный сектор – д. №12-42), пер. Деповский, пер. Пушкина, ул. Фабричная д.25-41, ул. Лермонтова д.19,21,23,25,32,34,	
		<u>деновскии, пер. гтушкина, ул. Фаоричная д</u> .25-41, <u>ул. лермонтова д</u> .19,21,25,25,52,54, ул. Пушкина,	здание №4,
		ул. Тельмана, пер. Тельмана, ул. Орджоникидзе д. 21-50	т. 723-585
5	1914	ул. Ленинградская, ул. Советская, ул. Набережная,	п. Боровский,
		<u>ул. Орджоникидзе</u> (дома с 1-20)	ул. Ленинградская д. 7
			МАОУ Боровская СОШ,
	1015	Lug M Fara and (2007) 246 7011) and Operation	здание №1, т. 722-279
6	1915	<u>ул. М. Горького</u> (дома 2,4,6,7,8,1 1), <u>ул. Островского</u>	п. Боровский, ул. Островского д. 10, МАОУ Боровская СОШ,
			здание №2 т. 722-467
7	1916	ул. Новая Озерная, ул. Озерная, ул. Озерная одн., пер. Озерный, ул. Гагарина, ул.	п. Боровский, ул. Трактовая д. 2а, здание
		Луговая, пер. Лесной, ул. Трактовая, ул. Тюменская, ул. Сибирская, ул. Андреевская,	· ·
			I ''
	1017	c 1-20)	т. 283-875
8	1917	ул. Герцена, д. 21-29, пер. Герцена, ул. Первомайская, пер. Первомайский, пер. Кирпичный, пер. Заречный, ул. Заречная, ул. Новоселов, пер. Новоселов, ул.	
		<u>вирпичный, пер. заречный, ул. заречная, ул. повоселов, пер. повоселов, ул.</u> Братьев- Мареевых, ул. Пролетарская, ул. Кооперативная, ул. Полевая, ул. Сол-	
		нечная, ул. Зеленая, пер.Зеленый	т. 8(908)875-85-16
			(напротив ООО Тюменский мясокомби-
			нат «Олимп», ул. Герцена, д. 22a)
Территориальная избирательная комиссия Тюменского района №19			

Территориальная избирательная комиссия Тюменского района №19

ГОЛОСОВАНИЕ ПРОВОДИТСЯ ПО МЕСТУ РЕГИСТРАЦИИ ГРАЖДАНИНА!!!

Уточнить списки в участковых избирательных комиссиях можно с 30 августа 2023 года в рабочие дни с 16:00 до 20:00, в выходные дни с 10:00 до 14:00. Участковая избирательная комиссия № 1917 работает с 30.08.2023 по 07.09.2023 в здании администрации МО п. Боровский по адресу: ул. Островского, д. 33, с 08.09.2023 - ул. Герцена 102 стр. 1, Административное здание ООО «Агромиг».

Избирателям, которые не смогут по уважительным причинам (по состоянию здоровья, инвалидности, в связи с необходимостью ухода за лицами, в этом нуждающимися, и иным) прибыть на избирательный участок, обеспечивается возможность проголосовать на дому.

Голосование на дому проводится **10 сентября 2023 года** на основании письменного или устного обращения избирателя (в том числе, переданного другими лицами).

Обращение может быть подано:

- в участковую избирательную комиссию, в любое время **с 31 августа до 14:00 часов местного времени 10 сентября 2023 года**;
 - через портал Госуслуг.

На основании обращения представители участковой избирательной комиссии с переносным ящиком для голосования приедут к Вам домой и организуют голосование.

Дополнительную информацию можно получить по телефонам 723-890, 722-165, на сайте администрации муниципального образования поселок Боровский http://www.borovskiy-adm.ru во вкладке ВЫБОРЫ.

ЭКОЛОГИЯ

ВСЕРОССИЙСКАЯ ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ АКЦИЯ «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ УБОРКИ»



29 августа сотрудники администрации муниципального образо-вания поселок Боровский, депутаты Думы муниципального образования поселок Боровский, представители учреждений социальной сферы, воспитанники клуба юных казаков «Ермак» из поселка Боровский в поддержку национального проекта «Экология» приняли участие в масштабном субботнике «Особенности национальной уборки».

Акция «Особенности национальной уборки» проходит в рамках программы федерального проекта «Чистая страна» при поддержке регионального правительства, департамента недропользования и экологии региона, фонда поддержки и развития экологических инициатив «Компас».

Цель акции – повышение экокультуры и прививание бережного отношения к окружающей среде.

В мероприятии приняли участие трудовые коллективы разных ведомств и организаций, активисты, эковолонтеры и жители Тюменской области. Несколько сотен общественников и волонтеров работали рука обруку и быстро справились с поставленной задачей по очистке территории лесного массива по ул. Троицкой в г. Тюмени.

Итогом коллективной работы стал чистый лес, а также возможность сделать реальный вклад в охрану окружающей среды и привлечь внимание к проблемам экологии.

Администрация МО п. Боровский

Уважаемые жители и гости поселка Боровский!



Приглашаем Вас
10 сентября 2023 года
на фестиваль «Тюменская
осень», который пройдёт на б
площадках поселка Боровский:

- ул. Октябрьская, 3 площадь ДШИ «Фантазия»
- ул. Мира, 14 придомовая территория
- ул. Советская, 12 площадка СОШ
- ул. Ленинградская, 7 площ адка СОШ
- ул. Трактовая, 2 площадка ДЮСШ
- ул. Герцена, 101, строение 2 Старт фестиваля – в 08:00, закрытие – в 20:00

Главным событием фестиваля станет тематическая викторина «Zнай свой край!». Это уникальная возможность проверить свои знания в области краеведения и выиграть приз. В качестве подарков огромное количество сюрпризов - от кондитерского изделия до квартиры и автомобиля!

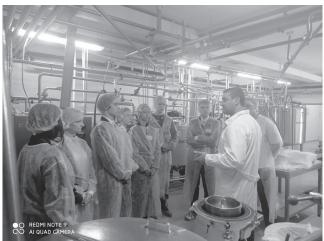
Также в программе праздника ярмарка, выступление концертных бригад, конкурсы «Сладушки-оладушки», «Разносол», овощеобменник, мастер-классы, выставки, фестивали «Поющая семья», «Зажги свою звезду» и флэшмобы.

Фестиваль «Тюменская осень» ждёт Вас!

ДЕНЬ МОЛОДЕЖНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

РАБОЧИЙ ДЕНЬ ДУБЛЕРОВ

31 августа 2023 года прошёл десятый День молодёжного самоуправления в Тюменской районе, в том числе и в муниципальном образовании поселок Боровский.



Для дублеров Главы Коршуновой Алины Андреевны, заместителей Главы Чудиновой Ирины Сергеевны и Байгушева Ильи, а также директоров учреждений социальной сферы этот день был насыщенный и увлекательный.

Сначала все дублеры собрались в кабинете Главы Светланы Витальевны Сычевой для передачи полномочий и проведения ознакомительного совещания.

Затем отправились на экскурсию по посёлку Боровский, где познакомились с рабочим процессом молочного завода ООО «Абсолют», продегустировав их продукцию.

Следующей остановкой стало предприятие «ООО 3БТО». Там мы узнали об изготовлении и эксплуатации созданного товара.

В завершении экскурсии посетили обновлённый детский сад «Дельфинёнок».

Во второй половине дня состоялось совещание дублеров по подготовке к акциям по противодействию терроризма и сбору

гуманитарной помощи, для участников СВО. Данные акции были успешно проведены в ЦКиД «Родонит». Дублеры совместно с волонтерами раздали жителям и гостям памятки о предотвращении терроризма.

Все желающие приняли участие в акции «Напиши письмо солдату», мои коллеги проинформировали боровчан о необходимых вещах и местах сбора гуманитарной помощи для земляков-бойцов СВО.

В конце дня мы вернули полномочия их обладателям, обсудили итоги дня и внесли свои предложения в развитие данного проекта.

В этот день мы получили много непередаваемых эмоций и ценного опыта, за что хотим выразить свою благодарность Главе муниципального образования и её заместителям.

SEMPATIEUS HEIM
PLACTION Nº 1917

NUMBER TABLE

TO SEMPATIEUS HEIM
PLACTION Nº 1917

Дублер заместителя Главы сельского поселения по социальным вопросам Чудинова Ирина Сергеевна

НАЛОГИ

Уважаемые налогоплательщики!

Срок уплаты имущественных налогов – 1 декабря!

Межрайонная ИФНС России № 6 по Тюменской области напоминает о наступлении срока уплаты имущественных налогов за 2022 год. Срок уплаты не позднее 1 декабря 2023 года.

К имущественным налогам относятся все объекты недвижимости (квартира, дом и т.д.); транспортное средство; земельные участки, находящиеся в собственности гражданина на территории Российской Федерации.

Рассылка налоговых уведомлений пройдет для пользователей сервиса «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц» в электронном виде, просмотреть уведомление и оплатить налоги можно на официальном сайте ФНС России nalog.gov.ru, либо в мобильном приложении «Налоги ФЛ» (для входа можно использовать пароль ГосУслуг).

Гражданам, не подключенным к сервису «Личный кабинет», уведомления будут направлены по почте заказными письмами до 1 ноября 2023 года. Получить их необходимо в своем почтовом отделении.

С 01.07.2023 появилась возможность получения налоговых уведомлений для уплаты имущественных налогов, а также требования об уплате задолженности по налогам в электронной форме на Госуслугах.

Получение через Госуслуги указанных документов налоговых органов возможно при соблюдении двух условий:

1) налогоплательщик должен быть зарегистрирован в единой системе идентификации и аутентификации на Госуслугах;

2) налогоплательщик направил через Госуслуги уведомление о необходимости получения документов от налоговых органов в электронной форме через ЕПГУ.

При этом налоговые уведомления и требования об уплате задолженности не будут дублироваться заказными письмами по почте.

Отправить согласие на получение налоговых уведомлений на Госуслугах: Госуслуги o Услуги o Прочее o Налоги Финансы o Получение налоговых уведомлений на Госуслугах.

Согласие на подключение необходимо подписать усиленной неквалифицированной электронной подписью (УНЭП) «Госключ».

Справки по телефону (345)263-8142, доб. 33-50, 33-51, 33-52, 33-55, 33-56, 34-40, 34-41, 34-42, 34-43.

Межрайонная ИФНС России № 6 по Тюменской области







МЫ ПРОТИВ ТЕРРОРИЗМА

НИКОГДА НЕ ЗАБЫВАТЬ ТРАГЕДИЮ БЕСЛАНА



В школах Тюменского района прошли мероприятия, посвященные Дню солидарности в борьбе с

В поселке Боровский в митинге «Беслан, мы с тобой навсегда», приуроченном к памятной дате, принимали участие ученики 5-х, 8-х, 11-х классов, родители и педагоги Боровской школы, а также дети, занимающиеся в ДК «Родонит». Всего на пришкольной площади собралось 125 человек.

Открывая мероприятие, заместитель главы администрации муниципального образования поселок Боровский Гузель Валитова отметила, что, несмотря на то, что события в Беслане произошли много лет назад и сейчас мы живем уже спокойно и счастливо, но угроза террористических акций на территории нашей страны сохраняется. Да, у России есть надежная армия, которая всегда будет нас защищать, но все мы должны сохранять бдительность и помнить уроки прошлого.

Выступила перед учащимися и директор Боровской школы Татьяна Придорогина. Вначале она напомнила, когда происходили события в Беслане и почему День солидарности в борьбе с терроризмом отмечается именно 3 сентября.

- 1 сентября 2004 года в школе №1 Беслана дети пришли на линейку, посвященную началу учебного года. Пришли в надежде получать знания и учиться. Но многим из них не суждено было пережить те страшные два с половиной дня, когда террористы удерживали в заминированной школе более 1000 человек, – рассказывала Татьяна Владимировна. – Тогда погибло 334 человека, в том числе 186 детей, еще 810 человек были ранены. Мы должны помнить о той трагедии и ценить, что сейчас у нас есть возможность каждый день говорить друг другу «доброе утро», есть возможность ходить в школу. Мы, ученики и учителя Боровской школы, сохраним память о тех страшных днях и всегда будем говорить «нет» терроризму.

На линейку в Боровскую школу вместе с дочерьюпятиклассницей пришла и Екатерина Попова.

 В 2004 году моей старшей дочери было семь лет, она как раз пошла в первый класс, – вспоминала Екатерина Александровна. – И все события, происходящие тогда в Беслане, я воспринимала как личную трагедию. Для любого родителя ничего не может быть ужаснее, чем потерять ребенка, знать, что ему плохо, быть рядом, но не иметь возможности помочь. Разговаривая на эти темы со своими детьми, я предлагаю им примерить ситуацию на себя, представить, что находишься по одну сторону, а по другую, например, твоя сестра или мама.

Ты понимаешь, что тебе непередаваемо страшно, но сделать ничего не можешь. Сегодня нам всем надо осознать, что от наших поступков, от наших взглядов на происходящее зависит наше будущее и будущее наших близких. Бдительностью, вниманием, ответственностью мы можем предотвратить негативное развитие событий. Все это надо понять и пропустить через себя. Поэтому такие мероприятия очень нужны. Это – не формальность, это способ донести до каждого, что нельзя отворачиваться от происходящего или стоять в стороне. И я очень рада, что на нашем митинге не было равнодушных. Некоторые дети даже утирали слезы. Прочувствовав все, в следующий раз они несколько раз подумают, прежде чем обидеть ближнего или совершить необдуманный поступок. В жизни очень важно уметь сочувствовать, чтобы делать верные выводы.

Свое мнение высказала и ученица 11 класса Сабина Мокроусова: «День солидарности в борьбе с терроризмом – это не только день памяти о погибших. Это миг, в который каждый житель нашей страны должен задуматься о том, что происходит, понять, что только объединившись, с уважением относясь к другим нациям и религиям, можно побороть это зло и ненависть под названием терроризм».

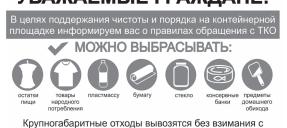
В мероприятиях, посвященных Дню солидарности в борьбе с терроризмом, 4 сентября принимали и учреждения культуры Тюменского района, которые провели митинги, информационные часы и акции с раздачей листовок.

ravon72.ru

БЛАГОУСТРОЙСТВО

ПРАВИЛА ОБРАЩЕНИЯ ТКО

УВАЖАЕМЫЕ ГРАЖДАНЕ!



Крупногабаритные отходы вывозятся без взимания с населения дополнительный платы.



















(C) 8-800-250-73-26

Твердые коммунальные отходы – отходы, образующиеся в жилых помещениях в процессе потребления физическими лицами, а также товары, утратившие свои потребительские свойства в процессе их использования физическими лицами в жилых помещениях в целях удовлетворения личных и бытовых нужд. К твердым коммунальным отходам также относятся отходы, образующиеся в процессе деятельности юридических лиц, индивидуальных предпринимателей и подобные по составу отходам, образующимся в жилых помещениях в процессе потребления физическими лицами.

Крупногабаритные отходы, относящиеся к твердым коммунальным отходам – мебель, бытовая техника, отходы от текущего ремонта и жилых помещений и др., размер которых не позволяет осуществить их складирование в контейнерах.

Обращение с отходами, которые не относятся к крупногабаритным отходам и твердым коммунальным отходам:

– строительные отходы, отходы запасных частей автомобилей, автомобильных шин.

Вывоз и утилизация указанных отходов Региональным оператором в рамках оказания услуги по обращению с твердыми коммунальными отходами не предусмотрены.

Вывоз отходов должен обеспечиваться образователями отходов в рамках отдельного договора с транспортирующей организацией, либо с Региональным оператором, который оказывает эту услугу как дополнительную.

– биологические отходы (трупы животных и птиц, абортированные и мертворожденные плоды, ветеринарные конфискаты, другие отходы, непригодные в пищу людям и на корм животным).

Перемещение, хранение, переработка и утилизация биологических отходов должна осуществляться в соответствии с Ветеринарными правилами перемещения, хранения, переработки и утилизации биологических отходов, утвержденными приказом Минсельхоза России от 26.10.2020 № 626.

Образователи биологических отходов должны обращаться в специализированные организации, имеющие лицензию на утилизацию таких отходов.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

В администрацию поселка Боровский на постоянную работу требуется инспектор по благоустройству.

На временную работу требуется уборщица. Телефон для справок: 723-50.

Временно на стажировку требуется специалист (требование: среднее профессиональное образование, специализация

«Земельно-имущественные отношения», можно без опыта работы). Телефон для справок 722-174.

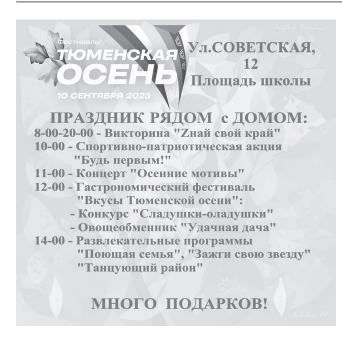
Уважаемые жители поселка Боровский!

Приглашаем вас на вакцинацию против гриппа и пневмококковой инфекции.

Вакцина ультрикс, совигрипп, превенар.

Кабинет номер 21, режим работы пн-пт 08:00-20:00.

В сезон повышенной заболеваемости позаботьтесь о своем здоровье!







К СВЕДЕНИЮ

ОШИБКИ В ИНДИВИДУАЛЬНОМ ЛИЦЕВОМ СЧЕТЕ: КАК ИХ ОБНАРУЖИТЬ И ИСПРАВИТЬ

У каждого гражданина имеется индивидуальный лицевой счет (ИЛС), который содержит информацию о трудовой деятельности и пенсионных правах. По этим данным рассчитывается размер будущей пенсии, поэтому важно, чтобы сведения на счете были достоверными.

Среди самых распространенных ошибок в ИЛС можно назвать отсутствие данных о работе в организациях или нестраховых периодах, а также некорректное отражение сведений о трудовой деятельности и неправильное исчисление стажа.

С начала года отделение СФР по Тюменской области откорректировало порядка 1739 индивидуальных лицевых счетов. Чтобы исправить ошибку, достаточно зайти на портал госуслуг и подать заявление на корректировку ИЛС. Если такой возможности не имеется, то вы можете обратиться лично в отделение СФР по Тюменской области.

Решение будет принято в течение 10 рабочих дней.

Atmr.ru

ПРОФИЛАКТИКА

ОСТОРОЖНО, БРУЦЕЛЛЕЗ!

Роспотребнадзор напоминает, что бруцеллез – это острое инфекционноаллергическое, зоонозное заболевание, передающееся от больных, преимущественно, сельскохозяйственных животных человеку.

От человека к человеку инфекция не передаётся.

Возбудитель бруцеллеза относится к pogy Brucella.

Существует несколько штаммов бактерий бруцелл. Одни виды встречаются у коров. Другие встречаются у собак, свиней, овец, коз и верблюдов.

Основными источниками бруцеллезной инфекции для человека - являются овцы, козы, крупный рогатый скот, свиньи.

Факторами передачи инфекции человеку от больного животного - служат сырье животного происхождения (шерсть, пух, шкуры), мясомолочные продукты, инфицированные предметы ухода за животными, экскременты и другие объекты, инфицированные бруцеллами.

Пути заражения человека бруцеллезом:

контактным (с больным животным или сырьем и продуктами животного происхождения), алиментарным (при употреблении мяса и молочных продуктов, полученных от больных бруцеллезом животных и не прошедших достаточную термическую обработку), аэрогенным путями.

Инкубационный период составляет от 1 недели до 2-х месяцев. Начало заболевания, как правило, сопровождается подъемом температуры тела до 39 - 40 °C (характерны подъемы температуры в вечерние и ночные часы).

Общие симптомы бруцеллеза схожи с симптомами гриппа:

- · лихорадка (наиболее высокие цифры возникают во второй половине дня);
 - боли в спине, ломота в теле;
- \cdot плохой аппетит и потеря веса, слабость;
 - · головная боль;
 - \cdot ночная потливость;
 - \cdot боль в животе;
 - кашель.

Осложнения бруцеллеза:

- · эндокардит (инфекция слизистой оболочки сердца или клапанов), самое тяжелое осложнение причина смерти;
- · поражение центральной нервной системы (менингит, энцефалит);

- абсцесс печени;
- воспаление селезенки;
- · артрит:
- · хроническая усталость;
- · периодически появляющаяся лихорадка.

Перенесенный во время беременности бруцеллез может стать причиной выкидыша или пороков развития плода.

Лечение проводится антибактериальными препаратами.

Устойчивость возбудителя:

В сыром молоке, хранящемся в холодильнике, возбудитель бруцеллеза сохраняется до 10 дней, в сливочном масле - более 4 недель, в домашнем сыре - 3 недели, брынзе - 45 дней; в простокваше, сметане - 8-15 дней, в кумысе, в мясе - до 12 дней; во внутренних органах, костях, мышцах и лимфатических узлах инфицированных туш - в течение 1 мес. и более; в овечьей шерсти - от 1,5 до 4 мес.

Важно помнить, что в замороженных инфицированных мясных и молочных продуктах бруцеллы остаются жизнеспособными в течение всего срока хранения.

Профилактика

Основной метод профилактики бруцеллеза в эпидемиологически неблагоприятных районах – вакцинация.

В целях профилактики бруцеллеза:

- вакцинируйте домашних животных;
- не допускайте покупку, продажу, сдачу на убой животных и реализацию животноводческой продукции без уведомления ветеринарной службы;
- · не приобретайте мясо и мясные продукты (фарш, колбаса, полуфабрикаты), молоко и молочные продукты не заводского производства, на стихийных несанкционированных рынках;
- · молоко, молочные продукты и продукты животного происхождения, приобретенные у частного производителя, употребляйте только после тщательной термической обработки;
- \cdot откажитесь от непастеризованных молочных продуктов;
- · если Вы работаете в животноводческой промышленности - пользуйтесь резиновыми перчатками.

Лечение бруцеллеза продолжительное! Позаботьтесь о профилактике заранее!

По информации Роспотребнадзора

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

«СОГАЗ-Мед» рассказывает о шести тревожных сигналах организма и своевременной профилактике онкологии.

Здоровый образ жизни — это то, что доступно каждому: правильный режим труда и отдыха, умеренная физическая активность, разумное сбалансированное питание, отсутствие хронического стресса, регулярная профилактика заболеваний. Придерживаясь простых правил и взяв их за основу, вы сможете предотвратить возникновение многих онкологических заболеваний.

Эксперты «СОГАЗ-Мед» рассказывают о методах профилактики онкологии, а также тревожных сигналах, которые подаёт организм при начинающемся сбое своего привычного функционирования, и как их вовремя распознать.

Правила здорового образа жизни, которые помогут снизить риск возникновения онкологических заболеваний:

- употребляйте в пищу много фруктов, овощей и грубоволокнистой пищи;
- не злоупотребляйте спиртными напитками:
- употребляйте пищу с низким содержанием жиров;
 - ведите активный образ жизни;
 - следите за своим весом;
 - откажитесь от курения;
- следите за состоянием вашей кожи, родинок, слизистых оболочек;
- проходите профилактический осмотр (ежегодно), а также диспансеризацию (с 18 лет 1 раз в 3 года, а с 40 лет ежегодно).

Женшинам также следует регулярно посещать врача-гинеколога, а с 40 лет начинать особенно следить за здоровьем своей груди, проходить маммографию. Данное обследование можно пройти бесплатно с полисом ОМС по направлению врача или в рамках первого этапа диспансеризации, которая проводится для населения в поликлиниках по месту прикрепления. Мужчинам в возрасте 45 лет и старше с целью снижения риска заболеваний предстательной железы следует проводить обследование - определение простат-специфического антигена (ПСА), а при повышении ПСА в крови обязательно регулярно посещать врача-хирурга или врача-уролога.

Обращайтесь к врачу, если у вас появились следующие сигналы тревоги общего характера:

- непроходящий кашель или охриплость, одышка, затруднение глотания;
 - боль в груди;
 - потеря аппетита;
- длительное повышение температуры тела:

• значительное снижение веса (по неочевидной причине):

• безболезненные, увеличенные лимфо-

Подробную информацию о диспансеризации и профилактике онкологических заболеваний можно узнать на сайте sogaz-med. ru в разделе «Профилактика и диспансеризация».

По информации «СОГАЗ-МЕД»

ВНИМАНИЕ

Уважаемые жители и гости поселка Боровский!

16 сентября 2023 года на территории поселка Боровский состоится районное спортивное мероприятие – Всероссийский день бега «Кросс нации-2023».

В связи с проведением районного мероприятия будет прекращено движение транспортных средств по автомобильным дорогам поселка Боровский.

<u>с 6:30 до 17:00 часов:</u>

- ул. Набережная (от ул. Островского до ул. 8 Марта);
- ул. Ленинградская (от ул. Набережной до ул. Советской);

с 11:00 до 15:00 часов:

- ул. Ленинградская (от пересечения с ул. Советской до ул. М. Горького);
- ул. Советская (от ул. Ленинградской до ул. М. Горького);

- ул. М. Горького (от дома ул. М. Горького, д. 2 до ул. Советской). Движение рейсовых автобусов будет осуществляться по маршруту:

Тюмень – Боровский: ул. Герцена, ул. Первомайская, ул. Островского (остановка в районе д. 25), ул. Октябрьская (остановка ДК «Боровский»), ул. Мира. Боровский – Тюмень: ул. Мира, ул. Октябрьская (остановка ДК «Боровский»), ул.

Островского (остановка в районе д. 5), ул. Первомайская, ул. Герцена.

Просим отнестись к этим временным неудобствам с пониманием и спланировать

Администрация MO n. Боровский

БЕЗОПАСНОСТЬ

Ваши поездки заблаговременно.

ОСТОРОЖНО, МОШЕННИКИ!



Мошенники придумали новый вид обмана. Теперь, чтобы получить доступ к онлайн-банку, они предлагают замену социальных карт.

Схема «нововедения» проста. Вам поступает звонок на городской телефон якобы от сотрудника органов соцподдержки, который предлагает обновить действующую

социальную карту. Получив согласие, «заботливый» мошенники просит указать мобильный номер, якобы для того, чтобы сообщить потом о готовности карты. Затем на этот телефон посылают смс и просят сообщить проверочный код. Просьба, вроде бы, безобидная. И люди тут же забывают, что банковские коды никогда и никому сообщать нельзя! Если мошенники узнают код – они тут же получат доступ к онлайн-банку. И переведут себе ваши деньги.

Обычно от таких звонков страдают клиенты старшего поколения. Чтобы обезопасить себя от таких угроз, необходимо помнить «золотое правило»: никогда и никому не сообщать конфиденциальные данные по телефону. Что бы доброжелатели вам не сулили, чем бы не запугивали, что бы не предлагали.

И еще: если вдруг вы получаете СМС от банка, не пугайтесь и не торопитесь. Перезвоните в банк, - советует Дмитрий Ревякин, начальник управления защиты корпоративных интересов банка ВТБ. – Или напишите сообщение в чат-бот банка. Все подобные заявки обрабатываются, а мошеннические номера телефонов блокируются.

Чтобы обезопасить себя от мошенников можно также установить лимиты по операциям, скрыть баланс счетов или заблокировать учетную запись. Если с такими мерами предосторожности самим не справиться – попросите родных. Они тоже зачинтересованы в вашей безопасности и спокойствии.

О серьезности ситуации говорит статистика. По данным банковских экспертов, социальная инженерия стала самым популярным видом мошенничества — на нее приходится 90% атак. «Легенды» таких обманных звонков могут меняться, но неизменным остается их основной признак: стремление завладеть персональными данными, в том числе кодами из СМС или паролями.

rayon72.ru

Выходные данные. УЧРЕДИТЕЛЬ: Администрация муниципального образования поселок Боровский (625504, Тюменская область, Тюменский район, п. Боровский, ул. Островского, 33). ИЗДАТЕЛЬ: Администрация муниципального образования поселок Боровский. Главный редактор: Т.П. Антонова. АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ: 625504, Тюменская область, Тюменский район, п. Боровский, ул. Островского, 33, тел. 723-622. Газета зарегистрирована Западно-Сибирским межрегиональным территориальным управлением Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № 17-0127 от 4 декабря 2000 года. Подготовлено к печати и отпечатано в АО «Тюменский дом печати» (Тюмень, ул. Осипенко, 81). Подписано в печать по графику в 17.00, фактически в 05.09.2023. Заказ № 1166. Выходит 2 раза в месяц. Тираж 3000 экз. Объем 2 печатных листа. Цена свободная. Индекс подписного издания 34254.