



Издается
с 10 марта
1930 года

ПРИХОПЕРЬЕ

Родной земли историю храня...

prihoper@gmail.com

16+

№ 9 (12355)

СУББОТА, 23 ЯНВАРЯ 2021 ГОДА

ЦЕНА СВОБОДНАЯ

25 ЯНВАРЯ ДЕНЬ
РОССИЙСКОГО
СТУДЕНЧЕСТВА

• День в календаре

Торжество, окрашенное весенним настроением

25 января в России отмечают Татьянин день
и праздник студенчества



Через два дня, 25 января, свой День ангела будут отмечать все представительницы прекрасного имени Татьяна, одновременно с ними свой праздник отметят и российские студенты. Данная традиция существует с незапамятных времен. Также давно этот праздник является семейным у четы Баскаковых из х.Яминского, где хранителю семейного очага зовут Татьяна, а дети, каждый в свое время, носят «звание» студента.

В этом году у Баскаковых вместе

с мамой поздравления с праздником будет принимать и средняя дочь Ангелина.

Татьяна Александровна Баскакова – человек, известный многим в Алексеевском районе. Почти десять лет она руководит работой пенсионной службы в нашем районе. Раньше это было Управление Пенсионного фонда в Алексеевском районе, а с ноября прошлого года, после реструктуризации учреждения, – клиентская служба (на правах отдела) в Алексеевском муниципальном районе Центра №3 по установлению пенсий в Волгоградской области. Всего же в стенах

алексеевского пенсионного фонда Татьяна Александровна работает уже двадцатый год, пройдя путь от рядового специалиста, до руководителя организации. Стоит добавить, что она не только успешна на работе, но и счастлива в семейной жизни. Со своим супругом Сергеем Владимировичем Баскаковым они живут душа в душу уже более четверти века, у них три замечательных дочери – 24-летняя Дарья, 20-летняя Ангелина и 11-летняя Полина.

– Татьянин день или День студенчества относится к числу наших семейных торжеств, – отметила Татьяна Александровна. – У нас уже стало традицией, когда я кому-то из дочек говорю: ну что, студентка, с праздником! А она мне отвечает: и тебя, мамочка, с Днем ангела! Это же чудесно, когда есть дополнительный повод порадоваться и сказать друг другу добрые слова.

Давайте и мы с вами присоединимся к поздравлениям и пожелаем всем Татьянам и студентам в канун их праздника побольше улыбок, успехов и внимания близких, веры в себя и уверенности в завтрашнем дне. Пусть сбудутся ваши мечты, а жизнь полнится хорошими событиями и радостными новостями.

Наталья ГОЛУБЕВА.

На снимке: Т.А.Баскакова с дочерью Ангелиной.
Фото из семейного альбома.

• Для вас, автолюбители

Госавтоинспекция напоминает!

С наступлением зимнего периода водители начинают сталкиваться с тяжелыми дорожными условиями

Резкие перепады температуры, осадки в виде снега, а также сильный ветер могут изменить дорогу до неузнаваемости. Даже хорошо знакомая автодорога может измениться в короткий срок и преподнести вам неприятные сюрпризы. Так что владельцам транспортных средств нужно быть особенно внимательными и осторожными на дороге.

Важную роль в эксплуатации транспортного средства в зимний период играет использование зимней колесной резины. Летние покрышки не предназначены для эксплуатации на автомобиле в зимнее время, поскольку резиновый состав летних шин теряет свои свойства при отрицательных температурах, что влияет на способность покрышки держать сцепление с дорогой. Кроме того, зимние шины имеют иной протектор,

который предназначен для снега, льда и воды.

Помните, что летние шины на заснеженной или обледенелой дороге не смогут обеспечить максимального сцепления с дорогой. Также помните, что тормозной путь летней резины в зимнее время в несколько раз больше, чем у автомобиля с зимними покрышками. В итоге, эксплуатация автомобиля в зимний период на летних шинах подвергает не только вас, но и других участников дорожного движения, опасности.

Вождение автомобиля в зимних условиях также требует высокой концентрации и внимания, обязывая водителя выполнять определенные действия за рулем и соблюдать ряд условий при эксплуатации машины.

Прежде чем отправиться в дорогу вы должны удалить с кузова машины весь снег. Таким образом вы предотвратите попадание снега и льда во время движения по дороге на другие автомобили. В противном случае вы не только рискуете повредить транспортные средства других участников дорожного движения, но можете ограничить видимость водителям, которые движутся позади вас.

Никогда не выезжайте на дороги общего пользования, если стекла автомобиля покрыты снегом или льдом. Помните, что перед тем как тронуться с места, все стекла транспортного средства должны быть очищены от снега и наледи. Движение с загрязненными стеклами и боковыми зеркалами заднего вида очень опасно. Также, прежде чем отправиться в путь, убедитесь, что вся оптика автомобиля не загрязнена снегом, зимней грязью и льдом.

Продолжение на 3 стр.

ОДНИМ АБЗАЦЕМ

Утвержден план

Порядка 70 мероприятий вошло в примерный план работы Волгоградской областной Думы по парламентскому контролю на 2021 год. Среди них 13 «парламентских часов», в рамках которых, в частности, предлагается обсудить итоги реализации нацпроектов на территории региона в 2020 году. Также профильные комитеты регионального парламента в течение года будут проводить проверку соблюдения и исполнения 48 областных законов: об организации проведения капремонта общего имущества в многоквартирных домах, о муниципальном жилищном фонде, об охране здоровья и лекарственным обеспечении населения, о бесплатной юридической помощи и социальном обслуживании граждан, о государственной поддержке агропромышленного производства. Кроме того, в этом году состоится XXXIV Конференция Южно-Российской Парламентской Ассоциации, организатором которой выступает Волгоградская областная Дума. Отметим, в 2020 году региональным парламентом было принято 148 законов и 714 постановлений, которые направлены на развитие региона и поддержку граждан.

Первые за последние 20 лет

Чудо случилось в конце прошлой недели в волгоградском перинатальном центре №2. Четверо мальчишек появились у 27-летней волгоградки, которая вместе с мужем уже воспитывает двух дочерей. Это первая четверня в Волгоградской области за последние 20 лет. Пять лет назад такой же случай был зафиксирован у жительницы Калмыкии, которая наблюдалась в Волгограде. В операции по кесареву сечению принимали участие 30 медиков, она длилась не более часа. Вес мальшей составил от 900 до 1500 граммов. Двое из мальчиков – близнецы. Сейчас все чувствуют себя хорошо: мама в односторонней палате, мальчишки – в реанимации. Волгоградский перинатальный центр имеет все условия для принятия и выхаживания таких детей.

Ежеквартальная профилактика

Волгоградский телерадиоцентр РТРС продолжает проведение технических мероприятий, необходимых для бесперебойной трансляции в течение года. К сведению алексеевцев, 25 и 27 января запланированы перерывы в вещании 20 цифровых эфирных телеканалов, аналоговых телеканалов и FM-радиостанций. Работы завершатся не позднее 16:00. В это время на экране будет показываться цветная настроечная таблица. А с 17 до 23 часов, когда в эфире традиционно идут самые рейтинговые передачи, перерывов не будет. Отметим, регулярные плановые работы продлевают жизнь телевизионному оборудованию и предотвращают сбоя.

Людмила СТЕПЫГИНА.

Именинники дня:

23.01 - Анатолий, Григорий, Павел.
24.01 - Виталий, Владимир, Михаил, Николай, Степан, Федор.
25.01 - Илья, Максим, Петр, Татьяна.

Полезные советы

• Застелите мусорное ведро сразу несколькими пакетами, и не нужно будет каждый раз стелить новый. Плюс если один пакет протечет, то ведро останется чистым.

Новости на нашем сайте prihoper34.ru

- Утвержден план законодательной работы на 2021 год.
- Жители Волгоградской области могут записаться на вакцинацию от коронавируса через портал Госуслуг.
- «Единая Россия» начинает обучение потенциальных кандидатов в депутаты Госдумы.
- Полиция региона предупреждает об участившихся фактах мошенничества.

СОЛНЦЕ

Восход: 07:56

Заход: 16:49

ФАЗА ЛУНЫ

Растущая, в полночь будет освещено 77%.

ПОГОДА

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 24 января: температура 0...+2, давление 759 мм, ветер Ю, 5 м/сек.

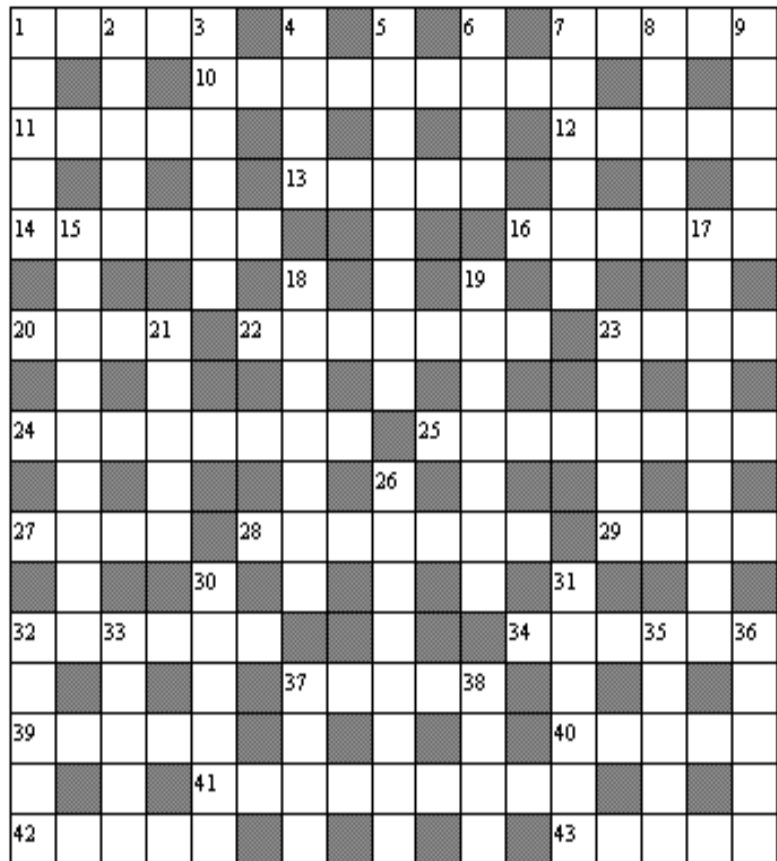
ПОНЕДЕЛЬНИК, 25 января: темп. 0...+1, давление 758 мм, ветер Ю-В, 5-6 м/сек.



rgps.ru

СУББОТНИЙ ВЕЧЕР

• Для вас, эрудиты



пок. 33. Эрмил. 35. Верке. 36. Ароза. 37. Швец. 38. Айма.
19. Косоголор. 21. Чипсы. 23. Дзета. 26. Летопись. 30. Мценск. 31. Трахея. 32. Со-
Жмот. 7. Мьянгина. 8. Троза. 9. Ясень. 15. Терновник. 17. Раздобыв. 18. Карское.
6. Селенит. 1. Бекас. 2. Рыбка. 3. Оценка. 4. Атра. 5. Охлопков. 6.
37. Шлика. 39. «Роман», немца. 41. Харно. 41. Селенит. 42. Кулик. 43. Ябгта.

прев. 25. Лонжерон. 27. Унгр. 28. Козерог. 29. Ани. 32. Скерцо. 34. Бровка.
ше. 13. Спорт. 14. Старка. 16. Янтарь. 20. Грч. 22. Паводок. 23. Дроза. 24. Ком-
По горизонтали: 1. Французская актриса ("Бабетта идет на войну", "Частная жизнь"). 7. Занятие колдуня.
По вертикали: 1. Болотная птица. 2. Морда, рыло. 3. Независимая

• Братья наши меньшие

Нестандартные признаки того, что собака вам рада

Крутится как волчок

Вы только ступили на порог, а «ураган третьей категории» по имени Джек несет к вам навстречу, сметая все на своем пути и сбивая вас с ног? Будьте уверены, разрушительная сила этого «урагана» — показатель того, что собака очень рада вас видеть.

Лаает

Лай не всегда является признаком агрессии и может выражать сильные эмоции, которые собака испытывает в конкретный момент. Чтобы понять настроение и намерения лающей собаки, обратите внимание на ее хвост: если он торчком и виляет — значит причиной лая является обычное перевозбуждение. Можете почувствовать себя звездой, от которой поклон-

ники буквально визжат... ну или в данном случае — лают.

Чихает

Собаки могут чихать просто так, от радости или если возбуждены. Подобное проявление чувств характерно в основном для представителей мелких пород.

Прикусывает

Собака трется о вас, виляет хвостом и ненадолго «пощипывает» передними зубами? Однозначно — животное проявляет заботу и показывает свое расположение.

Улыбается

Во все 42. Оскалом собака предупреждает оппонента, что «лучше прекратить спор», однако иногда улыбка — это просто улыбка и означает сигнал «я очень рад тебя видеть».



Делает

«бровки домиком»

Строго говоря, у собак нет бровей как таковых. Собаки «брови» — продукт эволюции одомашненных волков. Во время исследования ученые из Великобритании и США выяснили, что за тысячелетия у собак изменилась анатомия мышц: теперь в их арсенале специальные мимические мышцы, используя которые они с легкостью копируют мимику человека и «говорят» о своих чувствах. «Бровки домиком» — как раз показатель радости.

«Питомцы Mail.ru»

• Вкусно и полезно



Яичница в бублике

Ингредиенты: бублики с маком - 2 шт. (200 г), яйца - 2 шт., ветчина - 60 г, соль - 2 щепотки (по вкусу), перец черный молотый - по вкусу, масло растительное (для жарки) - 15 мл, для подачи (по желанию) лук зеленый - 1-2 пера.

Приготовление: разогрейте сковороду на среднем огне, смажьте растительным маслом и выложите бублик. Уменьшите огонь до небольшого. Разбейте в отверстие бублика яйцо. Нарежьте половину ветчины небольшими пластинками и выложите в центр, стараясь не повредить целостность желтка. Присыпьте яйцо

Залог хорошего дня

Лучшие идеи для завтрака

щепоткой соли и черным молотым перцем. Жарьте яичницу 2-3 минуты, до схватывания белка. Накройте сковороду крышкой и готовьте еще 1-3 минуты, до полной готовности белка и желаемой степени готовности желтка. Затем выложите яичницу в бублике на тарелку. Повторите процесс с оставшейся половиной продуктов. При желании присыпьте каждую порцию щепоткой нарезанного зеленого лука или другой свежей зелени.

Жареный сыр с яйцом

Ингредиенты: сыр твердый - 250 г, яйцо - 0,5-1 шт., мука - 1 ст. ложка (10 г), соль - щепотка, перец черный молотый - щепотка, масло растительное (для жарки) - 1 ст. ложка.

Приготовление: сыр натираем на крупной терке. Главное правило - не добавляйте слишком много яичной массы, поэтому яйцо делим пополам. Отправляем половину яйца в глубокую емкость. Добавляем натертый

сыр, муку, соль и черный молотый перец. Тщательно перемешиваем. Масса должна получиться плотной и клейкой. Если масса все еще слишком густая, добавляем оставшуюся половину яйца. Снова хорошо перемешиваем. Сковороду разогреваем на среднем огне и смазываем растительным маслом. С помощью ложки выкладываем сыр с яйцом в сковороду, формируя небольшие оладушки. Выкладываем оладьи на значительном расстоянии друг от друга, так как сыр плавится и немного растекается при жарке. Жарим на среднем огне, при необходимости добавляя растительное масло, примерно по 1 минуте с каждой стороны. Главное - не пережарить! Как только верхний слой сыра расплавился, а нижняя часть лепешки подрумянилась - пора переворачивать. Аппетитный жареный сыр с яйцом готов.

Приятного аппетита!

Продолжение. Начало на 1 стр.

• Для вас, автолюбители

Госавтоинспекция напоминает!

В зимний период особенно опасно совершать резкие маневры, которые могут привести к потере контроля над транспортным средством. Подъезжая к пешеходным переходам, необходимо заблаговременно сбросить скорость, во избежание экстренного торможения, в зимний период тормозной путь значительно увеличивается, что, в случае появления пешехода на проезжей части, может не позволить автомобилю вовремя остановиться.

Пешеходам также стоит быть осторожнее и осмотрительнее, пересекая проезжую часть. Прежде чем продолжить движение, необходимо убедиться в собственной безопасности, что все автомобили остановились и пропускают вас, и только после этого начинать движение. Если вы резко появляетесь на проезжей части, даже если водитель успеет вовремя среагировать, погодные условия могут не позволить транспортному средству вовремя остановиться.

Госавтоинспекция напоминает, что согласно пункту 4.1 Правил дорожного движения, люди, находящиеся ночью на проезжей части дороги вне заселенной местности, должны

иметь световозвращающие приспособления. Благодаря им пешеходы в условиях плохой или недостаточной видимости обеспечены безопасностью на дороге. Яркое световое пятно, создаваемое световозвращателем, привлечет внимание водителя и позволит ему вовремя заметить пешехода. Также родителям необходимо контролировать ношение ребенком световозвращающих элементов независимо от времени суток и времени года, особенно в непогоду. Вместе с этим дети-пешеходы должны знать и соблюдать правила безопасного поведения на дороге.

В завершение напомним, что с 15 по 17 января текущего года в Алексеевском районе сотрудниками ОГИБДД проводился рейд «Внимание, водитель!». В ходе рейда было выявлено одно грубейшее нарушение: водитель управлял транспортным средством в нетрезвом состоянии. Нет нужды в очередной раз напоминать, какую опасность представляют такие безответственные «автолюбители».

А.А.КУЗНЕЦОВ,
начальник ОГИБДД ОМВД Росси по Алексеевскому району,
капитан полиции.

• Ваше здоровье

Если не хватает солнца...

Медики назвали основные симптомы дефицита витамина D

Этот витамин очень важен для человека. Он сохраняет в здоровом состоянии кости и мышцы, а также защищает организм от вирусов и инфекций в целом.

Зимой жители северных широт нередко сталкиваются с нехваткой элемента, поскольку вырабатывается он под действием солнечного света.

Помимо анализа крови, выявить недостаток витамина D можно и по некоторым признакам.

Прежде всего, у человека, который страдает от дефицита этого витамина, возникает сильная утомляемость и вялость, передает британское издание Express.

Иногда слабость и даже болезнен-

ность могут чувствоваться в мышцах, встречаются и судороги. Болевые ощущения в костях и резкие перепады настроения – это тоже признаки дефицита витамина D.

Нехватка витамина особенно опасна для детей, поскольку может стать причиной рахита. У взрослых недостаток элемента провоцирует остеопороз, когда кости размягчаются, повышается риск переломов.

Восполнить дефицит витамина D помогут не только аптечные добавки, но и коррекция рациона. Так, много вещества содержится в желтках яиц, жирной рыбе и молочных продуктах.

Источник: «Волгоградская правда».

• Копилка советов

Секрет высокой продуктивности

Привычки, которые помогут успеть сделать больше дел в новом году

В новогодние каникулы легко расслабиться и перестать считать часы. После выхода на работу или учебу сложно вернуться в привычный режим и перестать тратить время впустую. Рассказываем, какие ежедневные привычки помогут успеть сделать больше дел.

Для того чтобы понять, как повысить продуктивность, нужно посчитать и записать в блокнот на что вы тратите свое свободное или рабочее время. Так можно отследить, на что вы отвлекаетесь и чему нужно уделять больше внимания.

Для отслеживания своего времени необходимо дотошно записывать часы и минуты, потраченные за день, в течение нескольких недель или месяцев. Это можно сделать двумя способами.

Временные промежутки

Поставьте таймер каждые 15–30 минут, это время можно увеличить потом, и записывайте, что вы делали. Так вы будете более сконцентрированным на чем-то и будете сразу видеть, что делаете что-то не то.

Задачи

Устанавливайте для себя расписание дел, которыми вы планируете за-

няться. Делайте запись каждый раз, когда закончили одну задачу и приступили к другой.

Чтобы понять, какой из способов подходит именно вам, нужно попробовать оба. Сначала ведите запись с точностью до минуты. Это позволит понять, сколько действительно уходит времени на выполнение задач и как построен день.

В записи полезно добавлять короткие пометки, например, с записью «Чтение» укажите книгу, которую читаете.

Корректировка ежедневных привычек и планирование своего времени – это тяжелый труд, для которого необходима дисциплина. Для того, чтобы отслеживание времени было эффективным, нужно соблюдать ключевые правила: быть честным, дотошным и заниматься этим регулярно.

Благодаря полученным данным можно изменить не только свой образ жизни, но и мышление. Откроется много свободного времени для хобби и дел, которое тратилось на социальные сети и мониторинг новостей.

Тратить время с умом может каждый, главное, захотеть и приложить к этому усилия.

Источник: «Волгоградская правда».

Выпуск по материалам интернет-СМИ подготовила Надежда САФРОНОВА.

