



## ПЕРЕПИСЬ НАСЕЛЕНИЯ - 2021

### Мероприятие государственной важности

В октябре стартует одно из главных событий 2021 года - Всероссийская перепись населения. Сведения, полученные в ходе переписи, положат в основу национальных программ.

В Самарской области началась активная подготовка к основному этапу Всероссийской переписи населения, которая пройдет на территории нашего региона в период с 15 октября по 14 ноября.

Всероссийская перепись населения - масштабное обследование населения, которое проводится раз в 10 лет. Предстоящая перепись населения будет 12-ой по счету в России. Изначально перепись была запланирована на октябрь 2020 года, но затем сроки несколько раз переносили в связи с непростой эпидемиологической ситуацией в стране.

Актуальные сроки проведения переписи населения на текущий момент - с 15 октября по 14 ноября 2021 года. Учет населения осуществляется на 00:00 часов 1 октября 2021 года - все вопросы переписных листов задаются в отношении этого момента учета.

В связи с переносом сроков скорректированы этапы проведения переписи:

- С 15 октября по 8 ноября будет доступна услуга «Участие в переписи населения» на Едином портале госуслуг;
- С 18 октября по 14 ноября будет проводиться обход переписчиками всех жилых помещений и сверка кодов подтверждения прохождения переписи и перепись тех, кто не прошел перепись на портале госуслуг и стационарном участке;
- С 15 октября по 14 ноября будут работать стационарные переписные участки, куда может прийти для участия в переписи или подтверждения прохождения переписи на Портале госуслуг любой человек, не имеющей возможности или желания встретиться с переписчиком у себя дома.

Во время переписи населения переписчики будут пользоваться как бумажным вариантом переписного листа, так и планшетом со специальным программным обеспечением.

Вопросы про национальность помогут выяснить, какие коренные народы находятся на грани исчезновения. По итогам переписи они могут получить господдержку. Информация от безработных поможет понять, что нужны новые программы по созданию рабочих мест. Если посмотрим на перепись с экономической точки зрения, то государству важно знать точную информацию о населении, чтобы развивать экономику. Ответы о работе помогают изучить рынок труда в том или ином регионе. Данные о возрасте помогут спрогнозировать, когда и сколько людей выйдет на пенсию. Зная, где и сколько проживает людей разного возраста, государство может планировать строительство детских садов, школ, больниц и других социальных объектов.

Так же итоги переписи позволяют оценить, как на жизнь людей влияют экономические кризисы, эпидемии и так далее.

Благодаря переписи государство может увидеть проблемные места в экономике и социальной сфере и перестроить политический курс.

**А.Н Шагиева, главный специалист отдела информационно-статистических услуг в с.Камышла.**

#### Извещение о необходимости согласования проектов межевания земельных участков, образуемых путем выдела из земельного участка с кадастровым номером 63:20:0000000:470

Кадастровый инженером Рахматуллин Рахим Шавкатовичем: 446910, Самарская область, Шенталинский район, ст. Шентала, ул. Советская, д.10, IP\_Rasim-i-Nadegda@mail.ru, тел.(84652)2-14-53, 89376526670, квалификационный аттестат № 63-11-310, выполнены проекты межевания земельных участков: - образуемого путем выдела из земельного участка с кадастровым номером 63:20:0000000:470, расположенного по адресу: Самарская область, Камышлинский район, сельское поселение Ермаково.

Заказчиком работ является Зяязев Салават Мударрисович, адрес: 446981, Самарская область, Камышлинский район, с. Новое Ермаково, ул. Крайняя, д.7, тел. 89277466421;

- образуемого путем выдела из земельного участка с кадастровым номером 63:20:0000000:470, расположенного по адресу: Самарская область, Камышлинский район, сельское поселение Ермаково.

Заказчиком работ является Валиахметов Раис Саннахметович, адрес: 446981, Самарская область, Камышлинский район, с. Новое Ермаково, ул. Крайняя, д.10, тел. 89608276335;

- образуемого путем выдела из земельного участка с кадастровым номером 63:20:0000000:470, расположенного по адресу: Самарская область, Камышлинский район, сельское поселение Ермаково.

Заказчиком работ является Гафурова Рузалия Мухтаровна, адрес: 446981, Самарская область, Камышлинский район, с. Новое Ермаково, ул. Центральная, д.11, тел. 89277479538.

В течение 30 дней с момента опубликования настоящего извещения собственники земельных участков с кадастровым номером 63:20:0000000:470 могут ознакомиться с проектами межевания земельных участков по адресу: 446910, Самарская область, Шенталинский район, ст. Шентала, ул. Советская, д.10, кадастровый инженер Рахматуллин Рахим Шавкатович.

Обоснованные возражения относительно размеров и местоположения границ земельных участков, выделяемых в счет земельных долей принимаются также в течение 30 дней с момента опубликования настоящего извещения по адресу: 446910, Самарская область, Шенталинский район, ст. Шентала, ул. Советская, д.10, кадастровый инженер Рахматуллин Рахим Шавкатович.

## ЭНЕРГИЯ ПОЗИТИВА

### Доброе дело служит во благо

Ирина Макарова.

Сегодня невозможно представить современную школу без красивых классов, нового оборудования, благоустроенной территории. Но без благотворительной помощи создавать детям и педагогам комфортные условия непросто. Многолетнее плодотворное сотрудничество с ООО «Газпром трансгаз Самара» помогает образовательным учреждениям Камышлинского района оперативно решать многие текущие вопросы.



## МИР УВЛЕЧЕНИЙ

### Новые возможности для учащихся сельских школ

Самарскую область и Камышлинскую школу в составе региональной команды в финальном этапе Всероссийского конкурса для учащихся сельских школ и малых городов «АгроНТИ-2021» представил ученик 6а класса Андрей Трусов.

Илюся Гайнуллина.

Попробовать себя в роли агрометеоролога или почувствовать себя немного ГИС-специалистом в сфере сельского хозяйства, а может проводить видео и фотосъемку с помощью беспилотных летательных аппаратов в различных погодных условиях или стать агрономом-генетиком? Все это часть большой обучающей программы с акцентом на всестороннее развитие по стандартам нацпроекта «Образование». А, по сути, увлекательное путешествие в огромный мир профессий, благодаря конкурсу «АгроНТИ 2021».

5 сентября завершился финальный этап конкурса, прошедший на площадке Инженерного лицея города Альметьевск. В отборочных этапах конкурса приняло участие более 62 тысяч сельских школьников из всех регионов нашей страны. В Альметьевск приехали призеры из республик Татарстан и Башкортостан, Самарской, Саратовской, Волгоградской областей, Пермского и Ставропольского краев. Конкурс проходил по 5 направлениям: АгроРоботы, АгроКосмос, АгроМетео, АгроКоптеры и АгроБио. Всероссийский конкурс, объявленный фондом Содействия инновациям совместно с аграрными вузами, проводился при поддержке Министерства сельского хозяйства Российской Федерации. Главными гостями мероп-

приятия стали члены делегации во главе с президентом Республики Татарстан Рустамом Миннихановым. Президент РТ поздравил конкурсантов и подчеркнул, что для развития сельского хозяйства необходимы квалифицированные кадры, и участие в конкурсе АгроНТИ даёт хорошую возможность получить новые навыки.

«В нашей школе благодаря национальному проекту «Образование» активно работают центр цифровых и гуманитарных компетенций «Точка Роста» и мини-технопарк «Квантум», - рассказывает учитель информатики Камышлинской школы Татьяна Михайловна Трусова. - Сейчас любой ученик сельской школы может придумать, разработать, изобрести, изучать передовые технологии: роботы, коптеры, космические технологии, цифровые передовые технологии, метеостанции, биотехнологии. Конкурс АгроНТИ пользуется большой популярностью: призерами областного этапа Всероссийского конкурса в этом году стали Ильнур Аглиуллин (номинация АгроКоптеры), Айдар Хайбрахманов (номинация АгроКоптеры) и Андрей Трусов (номинация АгроКосмос)».

Достоинно подготовился к конкурсу, достойно выступил шестиклассник Андрей Трусов, вошедший в состав команды Самарской области, в номинации АгроКосмос (использова-

## ФИНАЛ Всероссийского конкурса



ние космических снимков и веб-ГИС технологий в АПК). «По спутниковым снимкам можно было увидеть степень созревания полей в различных хозяйствах, что позволило мне в дальнейшем правильно распределять технику и специалистов, которые будут убирать урожай, - делится с нами Андрей. - К сожалению, призовое место мне не досталось, задания были очень сложными, - но, мне нравится это направление, буду дальше им заниматься». Молодой человек считает, что главное не унывать, а стремиться к новым достижениям.

Впрочем, не в наградах дело. Конкурс позволил школьнику показать свой потенциал, получить нужный опыт. У юного исследователя идей масса, есть над чем работать дальше.



## НАРОДНАЯ ПРОГРАММА «ЕДИНОЙ РОССИИ»: КАМЫШЛИНСКИЙ РАЙОН: КАКИЕ НАКАЗЫ ЖИТЕЛЕЙ И ПРОЕКТЫ БУДУТ РЕАЛИЗОВАНЫ ДО 2025 ГОДА



### ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

- с. Старое Усманово. Открытие фельдшерско-акушерского пункта



### ОБРАЗОВАНИЕ

- с. Старое Ермаково. Капитальный ремонт средней школы



### КОМФОРТНАЯ СРЕДА ДЛЯ ЖИЗНИ

- с. Камышла. Первый этап благоустройства сквера на ул. Красноармейской
- с. Татарский Байтуган, с. Чувашский Байтуган. Обновление уличного освещения
- с. Старое Ермаково, с. Новое Ермаково. Обустройство детских площадок по губернаторскому проекту «СОдействие»
- с. Камышла. Благоустройство Аллеи Памяти. Здесь проведут озеленение, установят освещение, скамейки и урны
- с. Камышла, с. Старое Ермаково. Строительство детских площадок



### КУЛЬТУРА И ДОСУГ

- с. Новое Усманово. Окончание капремонта фасада Дома культуры
- с. Русский Байтуган. Капремонт Дома культуры и создание здесь современного культурного пространства



### ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

- с. Старое Ермаково, с. Русский Байтуган. Реализация проектов по бесперебойному водоснабжению
- с. Новое Усманово. Реализация проекта по бесперебойному водоснабжению домов по ул. Советской
- с. Старое Ермаково. Обустройство площадок накопления твердых коммунальных отходов
- с. Камышла. Обустройство площадок накопления твердых коммунальных отходов
- с. Татарский Байтуган. Обустройство площадок накопления твердых коммунальных отходов
- с. Камышла. Строительство водозабора № 2 и водопровода. Уже проводятся геологические и геодезические работы



### СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ ДОРОГ

- с. Старая Балыкла. Восстановление дороги по улицам Родничной, Болотной, Центральной, Молодёжной и Безводовка
- с. Камышла. Организация парковки и ремонт автодороги по ул. Победы
- с. Старое Ермаково, с. Старое Усманово, с. Старая Балыкла. Обновление автодорог, установка уличного освещения



**Виктор КУЗНЕЦОВ,**  
советник губернатора  
Самарской области

Свои предложения в народную программу партии «Единая Россия» дали тысячи жителей муниципальных районов Самарской области. Они касаются наиболее насущных проблем жизни людей.

При всём разнообразии подходов и мнений по этим вопросам мы выделили в них главное. Это и ремонт дорог и внутриквартальных проездов, благоустройство городских и сельских территорий, а также знаковых и памятных мест. Это и модернизация водопроводных сетей, и строительство очистных сооружений в сёлах округа. Это и государственная поддержка создания современных хозяйств агропромышленного комплекса, поддержка фермерства и открытие новых производств по переработке сельхозпродукции, расширение рынка сбыта для наших производителей. Это и переселение граждан из ветхого и аварийного жилья.

Депутаты «Единой России» будут работать, чтобы все эти указы вошли в государственные программы развития и получили бюджетное финансирование.

Публикация оплачена из средств избирательного фонда Самарского регионального отделения Всероссийской политической партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» на выборах депутатов Самарской Губернской Думы седьмого созыва.

## ЭНЕРГИЯ ПОЗИТИВА

# Доброе дело служит во благо



В рамках реализации программы «Газпром детям» на территории деятельности ООО «Газпром трансгаз Самара» проводятся различные мероприятия, оказывается финансовая помощь в организации поездок спортивных команд на соревнования, покупке спортивного инвентаря, идет строительство и реконструкция спортивных сооружений и детских площадок. Предприятие осуществляет регулярную поддержку одаренных детей, спортивных и творческих коллективов.

Ежегодно Владимиром Анатольевичем и его командой оказывается помощь в приобретении строительных материалов для ремонта образовательных учреждений. За восемь лет сотрудничества оказывалась помощь в приобретении медийного цифрового оборудования, спортивного и игрового инвентаря для школ, школьных принадлежностей для детей из малообеспеченных семей, игрушек и мебели для детских садов.

ООО «Газпром трансгаз Самара» активно разрабатывает и реализует социальные проекты, которые становятся заметными событиями для жителей района. Так, в 2016 году в рамках проекта «Уроки доброты» Образовательному центру за победу в конкурсе был вручен сертификат, на который администрация учреждения приобрела оборудование для выпечки ку-

линарных изделий. Также Образовательный центр одержал победу в данной акции с проектом по сварочному делу.

В 2016 году Камышлинской школе за победу в конкурсе был вручен денежный сертификат, на который администрация учреждения приобрела швейные машинки и оверлок. Участие в конкурсе принимали также коррекционная школа интернат им. Акчурина и школа села Старое Ермаково. Все выигранные на творческом состязании финансовые средства были направлены на реализацию проектов.

«Подобными проектами мы помогаем детям приобретать навыки работы с теми или иными инструментами и делать первые шаги в благотворительности», - отметил Владимир Субботин.

Еще один популярный социальный проект, направленный на патриотическое воспитание молодежи, «Уроки мужества».

Ярким примером помощи является оказание поддержки в 2013 году для организации участия воспитанников Камышлинской школы в финале 9-го Всероссийского конкурса научно-исследовательских работ им. Д. Менделеева в г. Москва; в 2016 году - в поездке учеников с. Камышла на соревнования по сумо и конкурс исследовательских работ; в 2016 году приобретение автокресла, мотоплема, тренажера для образовательного центра, в мае 2021 - при-

обретение экипировки для барабанщиков кадетского класса структурного подразделения «Созвездие».

«Мы выражаем огромную благодарность ООО «Газпром трансгаз Самара» за оказанную благотворительную помощь в приобретении барабанов, пошив полного комплекта костюмов барабанщиков и приобретении специальной обуви. Теперь наши барабанщики стали настоящим украшением социально-значимых мероприятий на территории м.р. Камышлинский!», - отмечает руководитель структурного подразделения «Созвездие» Камышлинской школы Гульчачак Гатаулина. В 2020 году в Самарской области стартовала благотворительная акция «Помоги учиться дома». Ее совместно реализуют Министерство просвещения РФ, Агентство стратегических инициатив и Всероссийская политическая партия «Единая Россия». Старт инициативе в апреле дал губернатор Дмитрий Азаров.

В рамках данной акции в 2020 году ученица Камышлинской школы получила в подарок ноутбук. В семье девочки растут еще четверо детей, поэтому это тот случай, когда планшет или ноутбук - не роскошь, а средство обучения. «Компьютер для современных школьников - это необходимый рабочий инструмент. Однако не у всех семей есть возможность обеспечить ребенка необходимой оргтехникой. Оста-



рее всего эта проблема обстоит в многодетных семьях, где воспитывается несколько школьников. Уверен, наши подарки принесут школьникам пользу, в новом учебном году они расширят свой кругозор и порадуют родителей хорошими оценками» - отметил помощник депутата В.С. Безбородников, вручая ноутбук.

В начале 2020 года в центре социального обслуживания населения села Камышла «Серебряные» волонтеры провели мастер-класс по лоскутному шитью. В гости к «серебряным» волонтерам пришли ученицы Камышлинской школы. Помощь в приобретении оборудования: швейных машинок и необходимых расходных мате-

риалов, была оказана в рамках социального проекта «Серебряный возраст», проводимого обществом с ограниченной ответственностью «Газпром трансгаз Самара». Цель данного проекта - возрождение старинных видов ремесел.

Одним из значимых событий текущего года стал экстремально-спортивный фестиваль «Ты Герой», проводимый при поддержке ООО «Газпром трансгаз Самара». Данное мероприятие проводилось в соответствии с целями национального проекта «Образование», и направлено на патриотическое воспитание молодежи и вовлечение населения в систематические занятия спортом.



## Сәламәт булайк

**МИОЗИТ**

Сәхифәбезнең кунагы, үзәк хастаханәнең югары категорияле табибы, онколог-хирург Фәһим Исмағыйль улы Шәйхелисламов. Әйдәгез сүзгә аңа бирик.

Үз гомерендә һәркемнен дә йокыдан муены йә жылкәсе авырттып уянганы бардыр. “Муенга жил бәргән, борып булмый”, - дип зарланышабыз. Моңың сәбәбе - миозит булырга мөмкин.

**- Фәһим Исмағыйлович хәерле көн! Миозит турында аңлатма биреп китегез әле.**

-Миозит-скелет мускулларының ялкынсынуы ул. Теләсә кайсы мускул зарарланарга мөмкин. Күп очракта миозит бер яки берничә мускулда күзәтелә. Кайчагында барлык мускуллар берьюлы ялкынсына. Ялкынсыну процессыннан мускулда киеренкелек башлана. Бу аның саклык функциясе, организм шул рәвешле хәрәкәтләрне чикләргә омтыла. Миозит озакка сузылса, вақытында дәваланмаса, мускулларда хәлсезлек көчәя, гипотрофия башлануы ихтимал. Миозитлар бигрәк тә жәй көнне, көн кызуында ешай. Без тирлибез, тирләгән килеш салкын бинага керәбез, кондиционер астында, үтәли жилдә булабыз. Жылыдан кисәк кенә салкынга күчү аркасында мускулларның киеренкелеге арта һәм алар ялкынсынуырга мөмкин. Аеруча муен, күкрәк, бил мускуллары ешрак зарарлана. Миозитны остеохондроз белән бутарга ярамый. Остеохондроз-умыртка баганасы сөякләрен һәм буыннарын зарарлай, ә миозит вақытында мускулларга зыян килә. Төгәл диагнозы ачыклау өчен, әлбәттә, та-



бибка мөрәжәгать итәргә кирәк. Ситуациягә карап, ул рентген, МРТ яисә РКТ билгели. Миозитның катлаулануларсыз узучы жиңелрәк формаларын амбулатор шартларда дәвалыйлар. Мазьлар, коры жылы гына ярдәм итмәгән очракта магнитлы физиотерапия, гирудотерапия, энә кадап дәвалау ысуллары, массаж, дәва физкультурасы кулланырга мөмкин. Әмма боларның барысы да бары тик табиб күрсәтмәсе белән генә башкарыла. Белер-белмәс дәваланыуның житди өзгөләрәгә китерүе ихтимал.

**-Әйдәгез, сәбәпләрен дә ачыклап китик.**

-Теләсә кайсы вируслы инфекция (грипп, ОРВИ); инфекция, аутоиммун чирлә, токсин матдәләр йогынтысы (алкоголь, наркотик матдәләр); травмалар, физик нагруклар; туну, үтәли жилдә булу; озак вакыт мускулларның статик киеренкелеге, жайсыз хәләттә булуы.

**-Билгеләре нинди?**

тоз утыруга сәбәпче була. Иң яхшысы-ара-тирә аякларны берәз күтәрәп, уңга-сулга, аска-өскә хәрәкәт ясап, физзарядка ясап алу.

**Астма өянәгенә каршы-кофе.**

Астма өянәге еш кабатланса, куге кофе эчәргә киңәш итәләр.

**Гранат согы эчегез**

Ул кан тамырларын һәм йөрәк мускулларын ныгыта, артериаль кан басымын төшерә, канны чистарта, салкын тиюдән саклай.

**Эч кибү белән жәфаланучыларга**

Эч кибү белән жәфаланган кешеләр байтак. Ул еш кына ашказаны һәм уникаилле эчәк жәрәхәте, йөрәк-кан тамырлары системасы авырулары, аз хәрәкәтләнү вақытында була.

Көндәлек туклануга эчәкләрнең бушануын тизләтә торган ризыклар кертергә кирәк. Арыш ипие, чи яшелчә һәм жимешлә, кипкән жиләк-

-Мускулларда локаль авырту барлыкка килә; хәрәкәтләнәндә мускуллардагы авырту көчәя; хәрәкәтләнү кыенлаша; бармак белән баскалаганда авырта; кайчагында авырткан урында тән тиресе кызарып, шешенеп тора; субфебраль температура (сирәк очракларда); мускулларның хәлсезлеге.

**-Нинди киңәшләр бирер идегез?**

-Үз-үзеңә иң беренче ярдәм-авырткан мускулны тынычлыкта калдыру; табиб билгеләве буенча ялкынсынуны басучы нестероидлы препаратлар кабул ителә; авырткан урынга коры жылы куярга, жылыта торган мазьлар кулланырга була; авырту бик кискен булганда, шешенкелек күзәтелсә, беренче көннәрдә кайнар мунчага керү тыела. Мунча керү мускулларның шешенкелеген тагын да арттыруга мөмкин. Юеш киёмнән йөрмәскә, тирләгән килеш кондиционер кабызырга һәм үтәли жилдә утырырга ярамый, жылыдан кинәт кенә салкынга күчү мускуллар өчен зыянлы булуын онытмаса, мускулларны ныгыту һәм алардагы кан әйләнәшен яхшырту өчен физик күнегүләр белән шөгыйльләнергә, жайсыз хәләттә эшләргә туры килсә, әледән-әле мускулларга ял бирергә, спорт белән даими шөгыйльләнү, фитнес залларга йөрү, йөзү-мускулларның тонуын күтәрә. Чыныккан мускулларда миозит бик сирәк күзәтелә.

**-Файдалы киңәшләр-гез өчен бик зур рәхмәт, Фәһим Исмағыйлович. Сәламәт булайк!**

**Әңгәмәдәш: Рәйсә Төхбәтшина.**  
Автор фоторәсе.

жимеш, бигрәк тә каражимеш, күрәгә, өрек, инжир, минераль сулар, лимонад, төрле майлар, кефир, оеган сөт, кымыз эч йомшарту көченә ия.

Һәртөрле үсемлек майлары, атланмай, каймак, эчетеп ясалган сөт ризыкларының барлык төрләрен, эремчек ашарга кирәк. Ә менә сөтне бары тик чәйгә генә салып эчү әйбәтрәк булыр.

Укроп, петрушка, лавр яфрагы, жиләк-жимеш кушып эзерләнгән соуслар, кайнатма, джем, повидло, бал, шикәр ашарга да рөхсәт ителә.

Манний, дөгә ярмаларыннан, макароннан эзерләнгән ризыклар, шоколад ашауны чикләргә кирәк. Каты чәй, кофе, эче соуслар, аштәмләткечләр, борыч, горчица, ысланган ризыклар, өреле шулпалар, шалкан, эче торма, гөмбәләр, сарык һәм сыер майлары, кыздырган ит һәм балык, югары сортлы бодай оныннан пешергән ипи ашарга ярамый.

Киңәшләренә тотыйк та, сәламәт булайк!

## Шигърият

## КӨЗЛӘР ЯМЕ

Жәйләр үтте, менә инде  
көзләр  
Бар бакчалар гөлгә күмелгән,  
Шул гөлләрнең сихри

гүзәллеге  
Безнең күнелләргә сибелгән.  
Хуш ис бөркеп болын

чәчәкләре  
Бал кортларын жыя үзенә,  
Кырлар яме сары

көнбагышлар  
Кояшкайның карый күзенә.  
Жылы жилләр шулчак исеп

куя  
Тибрәндереп болын гөлләрен,  
Моңлы сайрый кошлар,

сизәләрдер  
Илдә бик аз калган көннәрен.  
Очар алар карап жылы якка

Канатлары юлда талмасын,  
Матур язга газиз туган

жиргә  
Киткән кошлар кайтмый  
калмасын.

Шаулый кырда иген  
басулары  
Башын игән сары башаклар,  
Тулып пешкән, инде

өлгергәннәр  
Икмәк белән тулсын амбарлар.  
Бакчаларда пеште кавын,

карбыз,  
Кишер, суган, кыяр, помидор,  
Ни теләсә шуны үстерәдер

Уңган халкым эштән  
армыйдыр.  
Мул унышлар бирә сары

## Файдалы киңәшләр

**Бәрәңге-менә дигән шәп дөвә!**

Бәрәңге согың көнгә 3 мәртәбә, ашар алдыннан эчсәң-файдасы зур. Бәрәңге согы 10 минут эчендә бозыла. Аны сыгу белән эчәргә кирәк. 4-5 атна эчендә ул гастрит, колит авыруларын бетерә, ашказаны жәрәхәтен 6-8 атна эчендә дәвалый. Яшь бәрәңге согы аеруча файдалы. Тәмле булсын өчен аңа бал кушалар.

Бәрәңгенең полиартритны дәвалау үзлеген Альма Нексе дигән галимә ачкан. Ул үз-үзен бәрәңге белән полиартриттан дәвалаган, ә анарчы 20 ел инвалид арбасында утырган. Аяк-куллары кәкрәеп беткән бу ятим кызга төш керә. Төшендә аңа дәваланыу юлын күрсәтәләр. Кабыклы бәрәңгене бик озаклап пешергәч, суы белән бергә төяргә һәм шул ботканы көне буе ашарга кирәк икән. 2 атна да үтмәгән, бәрәңге Альманың хәлен жинеләйткән. Берздан ул аягына баскан, сәламәтләнгән. 70 яшендә дә зифа буйлы, актив хатын була ул.

**Кайсысы файдалы?**

Шәмәхә төстәге бәрәңгедә кеше организмнан авыр металлларны чыгаручы антиоксидантлар күп. Аны начар экологияле жирлекләрдә кулланырга киңәш итәләр. Ул хәтта яман шеш барлыкка килүгә дә киртә була ала, ди галимнәр.

Пешкәндә тиз тарала торган бәрәңге гәүдә массалары түбән, ягъни ябык кешеләр өчен яхшы туры килә. Ә менә ябыкканда кызыл бүлбеләренә ашарга киңәш итәләр.

көзләр  
Ризык булсын иккән игеннәр,  
Гомер көзем якыная диеп  
Боекмасын гына күнелләр.

**ИЛНУРЫМ-КҮЗ НУРЫМ**

Онык күрү олы бәхет бит ул  
Нәсел дәвамчысы угылы,  
Алар белән тормыш ямьле

була  
Борчуларың булса югала.  
Бер Хоодаем, Сиңа мең

шөкерләр  
Угылын да бирдән, кызын да,  
Булсын иде алар олы терәк  
Мәшәкәтле гомер юлымда.

Илнур улым, итәгемдә үстән  
Бабаң жилкәсеннән

төшмәден,  
Әти-әни назын тоеп үстән  
Миһербансыз булып үсмәден.

Кешелекле, олы жанлы  
бит син  
Булышасың дуска-туганга,  
Шушы сыйфатларың

кимемәсен  
Шатланабыз яныбызда син  
булганга.

Бәхетле бул, балам,  
дөньяларда  
Язмыш сине берүк аясын,  
Йөргән юлларыңда

фәрештәләр  
Канат жәеп сине сакласын.

**Гөлсинур Гафурова,  
Яңа Ярмәк вылы.**

Искәрмә: табиб белән киңәшләнү зарур.

**Хатын-кызлар колагына**

Начар исләр белән көрәшү  
Исләр кәефкә генә түгел,  
кайчакта сәламәтлеккә дә туган-туры тәэсир итә.

-Табага аш серкәсе салыгыз һәм ул парга әйләнәп беткәнче табаны кыздырыгыз. Серкә белән бергә начар ис тә очып китәр.

-Суыткычтагы истән котылу өчен, анда кара ипи катыларын куегыз. Ипи урынына активлаштырылган күмер дә кулланырга ярый.

-Ипи сагытындагы күгәргән истән сагытның эчен серкәдә чылатылган чүпрәк белән сөртеп котылып була. Бу ысул чөмданнар өчен дә файдалы.

-Сагыт-сабадагы балык исен шулай ук табада жылытылган серкә яки тоз юкка чыгара.

-Бәдрәфтә кәгазь яндырсагыз, начар ис юкка чыгар. (сүз урамдагы бәдрәф турында бара).

-Аяк киёмнән начар ис килсә, эчке ягын марганцовка катнашмасы белән сөртегез.

-Шкафтагы нафталин исен бетерү өчен аз гына коры горчица куегыз.

-2-3 сөлгене салкын суда чылатып, берничә урынга куйсагыз, өйдәге тәмәке исе бетәр.

Бүген киң кулланышта булган дезодорантлар зыянлы да булырга мөмкин. Бигрәк тә аллергиялеләргә.

**Хөрмәтле әбунәчеләребез! Киңәшләренә файдасын күрергә язсын.**



**КОТЛЫЙБЫЗ!**

**Камышлы авылы  
Тэлгаты Зәкиуллы улы  
Әһлиуллинга - 80 яшь**

Хөрмәтле, кадерле тормыш иптәшем! Сине олы йөрәктән гомер бәйрәмең белән тәбриклибиз.  
Бу гомерләрең икән жыллар кебек,  
Сизелмиңә үткән китәләр.  
Гомер юлларыңда бәхет теләп,  
Гел елмайсын якты иртәләр.  
Жан рәхәте бирсен Ходай сиңа,  
Тән сикхәте бирсен гомергә.  
Насып булсын әле озак еллар,  
Кунак булып жирдә яшәргә.

**Тормыш иптәшен.**

**Тэлгаты Зәкиуллы улы  
Әһлиуллинга**

Газиз әтибездә, яраткан бабабыз!  
Сине кайнар йөрәктән юбилең белән котлыйбыз.

Беркайчан да авыр сүз әйтмәдең,  
Кичәшләрең булды үтемле.  
Шуңадыр ул, яшибез без, әти,  
Кызартмыйча сиңең битендә.  
Рәхмәтәннән Ходай ташламасын,  
Дөнъялыкта күр син савабын.  
Тоеп яшә калган гомерендә,  
Күңел назын һәрбер балаңның.  
Улың Талмир, килең Гөлия,  
оныңларың Диана, Дамир,  
Юнир, оныкчың Әмир.

**Тэлгаты Зәкиуллы улы  
Әһлиуллинга**

Сөекле әтием, сөйкемле бабабыз!  
Сине ихлас күңелдән истәлекле көңең белән тәбриклибиз.

Киң жылкәңне куеп торасың,  
Гаиләбезнең торышы түрәңдә.  
Имин көннәр, шатлык юлдаш булсын,  
Гомер юлларыңның үрәңдә.  
Әйткән сүзең, биргән кичәшләрең,  
Торышыбызда олы бер терәк.  
Бәхеттең булуң булсын өчен жирдә,  
Әтибездә, сиңең булуң кирәк.

**Кызың Гүзәл, оныкларың  
Ислам, Илнур.**

**Миңсылу Исмагыйль кызы  
Сәфиуллинага - 70 яшь**

Газиз әнибездә, сөйкемле әбибездә!  
Сине саф күңелдән юбилең белән котлыйбыз.

Без рәхмәтле сиңа, әнибездә,  
Бүләк итеп гомер биргәнә.  
Балам, диеп, өзгәленеп,  
Йокысыз төннәр үткәргәнә.  
Без рәхмәтле сиңа, әнибездә,  
Бар дөнъяны нурга күмгәнә.  
Һәр балаңа назларыңны,  
Тигез итеп бүлеп биргәнә.

**Улларың Айрат, Айдар,  
киленнәрең Елена, Яна, оныкларың  
Катя, Руслан, Тимур, оныкчың  
Матвей.**

**Миңсылу Исмагыйль кызы  
Сәфиуллинага**

Кадерле, яраткан апабыз! Сине шатлыклы бәйрәмең белән чын күңелдән тәбриклибиз.

70 яшь ул әле картлык түгел,  
Ак бәсләр кунса да чәчләргә.  
Аллаһ безгә гомер бүләк иткән,  
Иман белән кирәк яшәргә.  
Оныт әле сагышларың,  
Елмай әле күбрәк  
Бирелмә төшенкелеккә,  
Бездән сиңа шул теләк.

**Сеңелең Лилия, киявең Раил,  
иркәләрең Илдар, Линар, Илнур.**

**Миңсылу Исмагыйль кызы  
Сәфиуллинага**

Хөрмәтле, сөйкемле апабыз! Сине юбилең белән ихлас күңелдән котлыйбыз.  
Юбилең котлы булсын,  
Гомер юлың якты булсын.  
Балаларың, туганнарың белән,  
Өй түрләрең тулып торсын.  
Күңел күңәң һәрчак аяз булсын,  
Читләп үтсен сагыш-борчулар.  
Ныклы сәламәтлек юлдаш булсын,  
Аннан кадерлерәк нәрсә бар.

**Энең Әхтәм, килеңә Солтания,  
иркәләрең Люция, Руслан.**

**Яңа Усман авылы  
Солтания Абдулла кызы  
Фәттаховага - 70 яшь**

Кадерле кызым, яраткан апабыз!  
Сине саф күңелдән юбилең белән тәбриклибиз.

Бигрәкләр дә туган жанлы бит син,  
Изгелекләр тулы күңелен.  
Бәхет-шатлыкларга гына күмелеп,  
Үтсен иде сиңең гомерең.  
Күпләрмикән сиңең кебек,  
Изге жанлы, туган бәгырьле.  
Без бит сиңе бик тә яратабыз,  
Син бит безгә бик тә кадерле.

**Эниң, энең Әхтәм, килеңә  
Рамилә.**

**Солтания Абдулла кызы  
Фәттаховага**

Кадерле апабыз! Сине ихлас күңелдән юбилең белән котлыйбыз.

Юбилейда нәрсә теләсәк тә,  
Алыштыра алмас саулыкны.  
Аллаһы насып итсен, имәңдәй нык,  
Какшамаслык саулык-байлыкны.  
Дөнъя тыныч, илләр имин булсын,  
Торышыңда булсын бәрәкәт.  
Олы жаның, киң күңелең өчен,  
Барыбыздан сиңа зур рәхмәт.

**Иркәләрең Роза, Лилия,  
Илдус, Айрат.**

**Солтания Абдулла кызы  
Фәттаховага**

Газиз, сөекле апабыз! Сине чын күңелдән истәлекле көңең белән тәбриклибиз.

Тәбриклибездә туган көңең белән,  
Яхшы хәбәр бирсен һәр көңең.  
Корычтай булсын тазалыгың сиңең,  
Кояштай озын булсын гомерең.  
Гомер юлың пар канатлы үтсен,  
Өстәлдә сыйлар мулдан булсын.  
Торыштагы кылган игелегең,  
Үзең зур бәхет алып кайтсын.

**Иркәләрең Гүзәл, Илнур,  
Радель, Айлина, Рияз.**

**Солтания Абдулла кызы  
Фәттаховага**

Кадерле, яраткан апабыз! Сине олы йөрәктән юбилең белән котлыйбыз.

Туган көңең сиңең котлы булсын,  
Туар таңнарың булсын бәхетле.  
Язмыш дигәннәре һичкайчан да,  
Күпсенмәсен иде бәхетне.  
Шатлыкларда үтсен һәрбер көңең,  
Бәхетле бул гомер-гомергә.  
Куанычлар сиңа насып булсын,  
Рәхмәтле бул һәр килгән көңгә.

**Иркәләрең Ризидә, Илдус,  
Илдан, Раниль.**

**ТЕПЛИЦЫ**  
**БЕСЕДКИ**  
**КАЧЕЛИ**  
Доставка. Установка  
**8-927-759-50-55**  
**8-927-294-05-34**  
СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ

**УТЕПЛЕНИЕ ЖИДКОЙ ПЕНОЙ ППУ-НАПЫЛЕНИЕ, ЗАПОЛНЕНИЕ ПУСТОТ.**  
Тел: 8-927-763-35-63.

**ПРОДАМ КОМПЬЮТЕР:**  
современный ЖК-монитор, системник, колонки, веб-камера. Привезу вам домой. Гарантия 12 мес. 10900.  
Тел. 8-910-736-22-00

**РЕМОНТ стиральных машин, холодильников с гарантией.**  
ТЕЛ: 8-927-039-51-51

**ПРОФЛИСТ некондиция И ИС. ДЕШЕВО. СТОЛБЫ. ПРОФТРУБА.**  
ТЕЛ: 8-927-716-65-55.

**КРОВЛЯ** региональная сеть  
**ПРОФЛИСТ**  
**М/ЧЕРЕПИЦА**  
**САЙДИНГ**  
**8 937 074-36-36**  
Выезд замерщика БЕСПЛАТНО!

**СРОЧНО** требуются рабочие на мельницу в с.Русский Байтуган.  
Тел:8-917-952-82-44, 8-937-077-76-75

МирКомфорта **8-927-658-03-88 | 8-917-118-72-65**  
**АНТЕННЫ**  
СПУТНИКОВОЕ ТВ ОТ 2500р | ИНТЕРНЕТ В ДОМ ОТ 7500р  
ВИДЕОНАБЛЮДЕНИЕ ОТ 7500р | БЕСПЛАТНОЕ ТВ ОТ 2000р  
монтаж | настройка | обмен | ремонт

**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**  
18 сентября 2021г с 10:00 до 11:00  
Камышла Аптека "Алия" ул.Победы 55  
ЦЕНЫ от 5000 руб. до 40 000 руб. СДАЙ СТАРЫЙ АППАРАТ И ПОЛУЧИ СКИДКУ НА НОВЫЙ КОМПЬЮТЕРНАЯ НАСТРОЙКА  
**ПРОВЕРКА СЛУХА БЕСПЛАТНО!**  
Выезд на дом РАССРОЧКА ПЕНСИОНЕРАМ  
специалиста БЕЗ УЧАСТИЯ БАНКА СКИДКА\*\*  
**ИП "Васильев М.Ю." 89501643803**  
\*Рассрочку предоставляет ИП "Васильев М.Ю." ИНН 18170216838 ОГРН 321183290042331. Реклама  
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

**РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ.**  
Тел: 8-927-750-51-22.

Коллективы Камышлинской и Староермаковской ветлечебницы выражают глубокое соболезнование сотрудникам Залиде Милавириной и Мукатдасу Актасовичу Хабировым по поводу смерти отца и тестя **РЕЗВАНОВА Милавира Исмаловича**

Районный совет ветеранов (пенсионеров) войны и труда, общество инвалидов и первичная общественная организация ветеранов и инвалидов сельского поселения Камышла искренне скорбят по поводу смерти ветерана труда **ГИЛЯЗОВОЙ Сагадат Мирзагитовны** и выражают глубокое соболезнование родным и близким покойной.

**ПОЗДРАВЛЯЕМ!**

Районный совет ветеранов (пенсионеров) войны и труда, общество инвалидов и первичная общественная организация ветеранов и инвалидов сельского поселения Старое Усманово горячо поздравляют ветерана труда **К.К.Нуртдинова** с 90-летием.  
Уважаемый Карям Камирович! Пусть небо будет чистое над Вами, Пусть будет жизнь по доброму светла. Живите окруженные друзьями, И всех Вам благ, здоровья и тепла. Пусть с восторгом сердце бьется, Не спешат вперед года. И в судьбу Вашу ворвется Ветер счастья навсегда.

Районный совет ветеранов (пенсионеров) войны и труда, общество инвалидов и первичная общественная организация ветеранов и инвалидов сельского поселения Новое Усманово сердечно поздравляют ветерана труда **А.Х.Хайретдинову** с 80-летием.  
Уважаемая Альфинур Хазиевна! Пусть будет здоровье отличным, И теплым домашний уют. Пусть годы идут незаметно, И только лишь радость несут. Желаем счастья много-много, А также света и тепла. И чтобы вся Ваша дорога, Цветами устлана была.

**ПРОДАЕМ КУР НЕСУШЕК**  
птица привита  
доставка по району бесплатная  
Тел: 8 928-825-49-14

**ПРОДАМ:**  
- бычки от одного до трех месяцев. Тел: 8-927-831-16-26.  
\*\*\*  
- породистые козы (2шт.). Тел:8-927-757-79-52.

**ЗАКУПАЕМ** мясо быков, телок, коров. Дорого. Тел: 8-937-205-29-18, 8-937-073-77-76.

**ЗАКУПАЕМ** мясо быков, коров, телок. Дорого. Тел: 8-927-735-86-76. (Рамиль).

**КУПЛЮ** воск-350 руб., мержа, прополис. Тел: 8-927-204-33-23.

Учащиеся 11 класса Камышлинской школы, классный руководитель Л.К. Россихина, родители детей выражают искреннее соболезнование однокласснице Альмире Ралифовне Хасаншиной и ее семье в связи с постигшим их горем - смертью отца **ХАСАНШИНА Ралифа Рафаилевича**

Коллектив МУП «КомХоз» выражает глубокое соболезнование сотрудникам Хасаншиной Дине Растемовне и Мансуровой АLINE Ралифовне по поводу смерти супруга и отца **ХАСАНШИНА Ралифа Рафаилевича**

Коллектив ООО «Родник» выражает глубокое соболезнование коллегам Хасаншиной Дине Растемовне и Мансуровой АLINE Ралифовне по поводу смерти супруга и отца **ХАСАНШИНА Ралифа Рафаилевича**

Адрес редакции и издателя:  
446970 Самарская область, Камышлинский район  
с. Камышла, ул. Победы, 37 А  
электронная почта: miznir@mail.ru  
сайт: www.kamizvestiya.ru  
Телефоны:  
Руководитель: 3-31-47,  
ответственный секретарь, корреспонденты, верстка, рекламный отдел: 3-30-61.



Руководитель центра и главный редактор  
Р.Т.БАДРЕТДИНОВ.  
Газета выходит по вторникам и пятницам.  
Объем - 1 печатный лист.  
Отпечатана в МУП "Сергиевское полиграфическое предприятие".  
446540 Самарская область, с.Сергиевск, ул. Ленина, 14.  
Номер подписан в печать 09.09.2021 г.  
Фактически в 12.00. По графику в 12.00  
Заказ № 773

Редакция может не разделять точку зрения автора.  
Присланные материалы могут подвергаться редакционной правке. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов, их политическую направленность и правдивость. Письма, рукописи, иллюстрации не рецензируются и не возвращаются.  
Подписной индекс П6384  
Цена свободная. Тираж - 1200 экз.

Учредители: Администрация муниципального района Камышлинский Самарской области.  
Газета "Камышлинские известия" зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Самарской области. Регистрационный номер ПИ № Ту 63-00744 от 02 декабря 2014 года.  
Ответственный секретарь: И.Г.ГАЙНУЛЛИНА  
Верстка: Р.ПОЛУКАРОВ.