

6.1. Публикации в СМИ

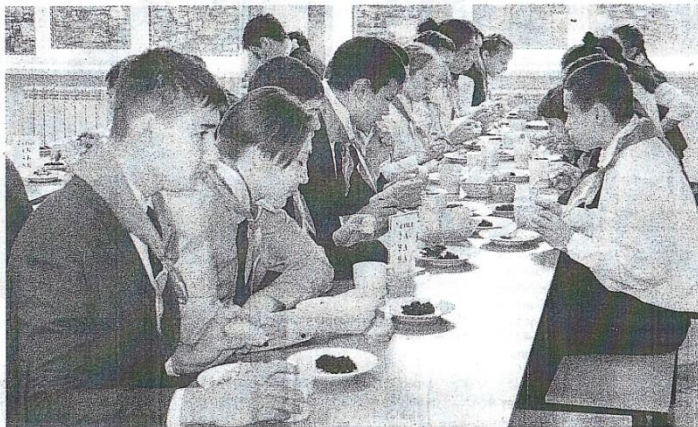
Качественное питание на страже здоровья детей

Важную роль в правильном развитии ребенка играет здоровое питание. В районе качество питания школьников всегда находится в центре внимания.

ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Правильное и сбалансированное питание определяет суть здорового образа жизни. Самая высокая активность ребенка приходится на время, которое он проводит в школе. Врачи также рекомендуют уделять особое внимание правильному питанию ребенка в течение дня.

— Белки, жиры и углеводы должны быть равномерно распределены в течение дня. Пища, принятая в первой половине суток, должна быть калорийной. Для обеспечения организма необходимыми питательными веществами важно, чтобы питание было разнообразным. — говорит дет-



ВНИМАНИЕ - ЗДОРОВЬЕ!

Бесплатные лекарства для лечения на дому

Для лечения в домашних условиях вирусной пневмонии средней тяжести предоставляются бесплатные лекарства.

В районе такой государственной поддержкой уже воспользовались более 200 человек.

Всего в список предоставляемых лекарственных препаратов включено 12 различных наименований. В нем содержатся противовирусные средства, антибиотики, антикоагулянты - средства препятствующие свертыванию крови и образованию тромбов, гормональные препараты. По словам заместителя главного врача центральной районной больницы Талии Сафиуллиной, выдаются не все 12 средств одновременно.

— Человек, почувствовавший у себя симптомы заболевания, должен сначала позвонить в больницу. Затем к нему домой отправляется доктор. Врач определяет состояние больного, назначает, какие лекарства ему необходимы, и выписывает электронный рецепт, — говорит она.

Лекарства доставляются больному на дом в течение 24 ча-

Учеба – учебой, а обед – по расписанию



В школах района на сегодня получают знания 1745 учащихся. Во всех школьных учреждениях для школьников организовано двухразовое горячее питание. Для них повара готовят полезный, питательный и разнообразный рацион.

В Апастовской школе обучаются 677 детей. Учеба в школе связана как с физическими, так и умственными нагрузками, поэтому за те несколько часов, которые ребенок обычно проводит в

школе, у него тратится колоссальное количество энергии. Работники столовой стараются разнообразить питание учащихся, готовят вкусные и витаминные блюда. Учащиеся по заранее составленному графику посещают на переменах столовую.

– Завтракать учащиеся начинают с 8.45 часов, обед – с 11.50 часов. Продукты для школьной столовой закупаются через аукцион, все документы в порядке. За качеством питания школьников следит специально созданная комиссия. Ее цель – мониторинг качества и ассортимента, предоставляемого в

школьных столовых. В составе комиссии есть и родители школьников. И во время занятий в различных кружках, и при подготовке после уроков к экзаменам учащиеся сыты. Для дополнительного питания работает в школе и буфет, – говорит директор школы Гузелия Зиятдинова.

На завтрак в столовой готовят разнообразные каши, а на обед – суп или второе блюдо с мясом. В тот день, когда мы посетили столовую, учащиеся угощали вкусными рыбными котлетами. Повара стараются разнообразить меню овощами, фруктами и зеленью, выращенными на

пришкольном участке. – Стараемся готовить качественную, полезную для детского растущего организма пищу. В этом году урожай на участке получили отменный. Хорошо уродился и картофель. С использованием в меню своих овощей стоимость питания для школьников уменьшается на 10 рублей. Также государство выделяет на школьное питание субсидию в 7 рублей 40 копеек, – говорит руководитель.

Работа в столовой ежедневно начинается с 6 утра. Здесь под руководством Фирдаусы Галиуллиной трудятся Гулюса Хуснуллина, Гузелия Федорова, Гузелия Нургулиева, Гульсирень Сергеева, Гульсира Бикчантаева, Алиса Прохорова.

– Блюда готовим разнообразные. Делаем и салаты, варим каши, супы. Дети всегда уходят из столовой со словами: «Спасибо! Все было очень вкусно». В такие моменты на душе становится радостнее, – делится Фирдаусы Галиуллина.

Дети под руководством классного учителя спешат в столовую. Сначала моют руки, затем дружно рассаживаются

за столы. В окружении одноклассников, друзей завтраки и обеды еще вкуснее.

– В нашей столовой кормят вкусно. Особенно приятно осознавать, что на столе присутствуют и овощи, фрукты, зелень, выращенные нами летом на пришкольном участке, – говорят второклассницы Алия Гарифуллина и Адиля Ибра-

присутствует витаминная пища. Зелень, овощи, ягоды используем со своего пришкольного участка, теплицы. К чаю учащимся подаем различные варенья, сваренные из ягод с нашего участка, – говорит директор школы Резеда Салахова.

Довольны родители организацией и качеством питания детей и в Ста-



гимова.

В Среднебалтаевской школе обучаются 50 детей. Здесь также качество питания школьников стоит на первом месте.

– Учащиеся обеспечиваются двухразовым горячим питанием. Каши варим на молоке, с добавлением сливочного масла. На столах всегда

роюмралинской школе. – 51 ученик обеспечен качественным горячим питанием. Меню стараемся делать разнообразное. В столовую дети всегда идут с удовольствием, – делится директор школы Гулюса Галлямяева.

Лейля ШИГАБЕЕВА.
Фото автора.

скии врач районной больницы Дания Хисамова.

Всего в школах района на сегодня обучается 1740 детей. Во всех школах учащиеся обеспечиваются горячим питанием. На постоянном контроле находится и качество питания учащихся.

С детским питанием в Апастовской школе ознакомился и депутат Государственного Совета Республики Татарстан Фаниль Багаутдинов.

На сегодняшний день в Апастовской школе обучаются 699 детей. Каждый из них обеспечивается двухразовым горячим питанием в течение дня. 311 детей, обучающихся в начальных классах, получают бесплатное питание в соответствии с единым меню.

– Качеством питания детей постоянно интересуются и

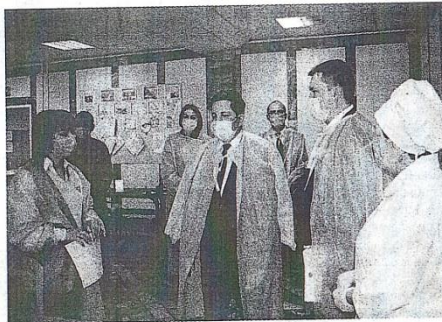
Каждый день для учащихся Апастовской школы готовятся контрольные блюда. Фото автора. «Звезда».

родители. Очень довольны и наши ученики. В соответствии с решением, вынесенным райисполкомом, в школе работала специальная комиссия. Комиссия приняла решение обеспечить бесплатным питанием 88 детей, а льготным – 112. В начальных же классах по просьбе родителей организовано дополнительное питание. Теперь и школьники младших классов обеспечены двухразовым горячим питанием. Также дополнительное питание на платных условиях получают дети, посещающие группы продленного дня, – сообщает директор школы Гузелия Зиятдинова.

Для школьников наряду с



Питание для детей готовится из свежих и качественных продуктов. Фото автора. «Звезда».



Депутат Госсовета Республики Татарстан Фаниль Багаутдинов ознакомился с качеством питания школьников. Фото автора. «Звезда».

двухразовым горячим питанием дополнительно предоставляются витаминные овощи и фрукты, выращенные на пришкольном участке. Это положительно оценил и депутат Государственного Совета Республики Татарстан Фаниль Багаутдинов.

– Особенно достойно внимания то, что в ежедневном питании школьников присут-

ствуют богатые на витамины овощи и фрукты. В целом, в Апастовской школе созданы все необходимые условия и возможности для обучения. Здание школы благоустроено, для занятий детей имеются просторные спортивные залы. На книжных полках библиотеки много интересных и познавательных изданий, – сказал депутат.

Дания Хисамова, детский врач:

– Среди девочек-подростков наблюдаются случаи воздержания от еды в результате воздействия негативных мыслей и влияний. Это в свою очередь может вызвать у молодого организма анемию, желудочно-кишечные заболевания. Пища в этом возрасте должна быть разнообразной, высококалорийной, богатой витаминами и состоять из молока, творога, мяса, яиц, рыбы, масла, овощей, фруктов. Следует умеренно употреблять слишком соленую пищу, различные приправы, так как они раздражают нервную систему и пищеварительный тракт.

теры. Врачи советуют принимать меры предосторожности тем, кто лечится дома, и предупреждают, что нельзя посещать многолюдные места, ездить на общественном транспорте. – Под постоянным контролем врача находятся и те, кто лечится на дому. Если состояние больного не улучшается, повышается температура тела, кашель усиливается, врач должен будет лечить его уже в условиях стационара, – говорит медсестра кабинета профилактики Гюльгена Сафуллина.

Учимся жить здорово

В основе ГТО лежит пропаганда здорового образа жизни. Подготовка и сдача нормативов положительно влияет на организм человека.

В районе ведется целенаправленная работа по сдаче нормативов комплекса ГТО. В прошлом году 600 наших жителей успешно сдали нормативы, 150 человек получили золотые, 111 – серебряные и 107 – бронзовые знаки отличия.

– ГТО – это соревнование с самим собой. Подготовка к его сдаче увеличивает не только физическую силу, но и совершенствует мышление. Занятия спортом являются основным средством как для очищения организма, так и для борьбы с лишним весом, – говорит специалист по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в районе Ильшат Хабидуллин.