



# МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

## Студенческая газета

Январь 2024  
№4 (104)

Издается ежемесячно с октября 2012 года

### В НОМЕРЕ:

Год семьи  
стр.1

Мероприятия  
стр.2

Страничка  
психолога  
стр.3

Профилактика  
здоровья  
стр.4

День воинской  
славы  
стр.5

Коррупция  
стр.6

Поздравляем  
Стр.7



- ✚ **Указом Президента Российской Федерации от 22.11.2023 N 875 2024 год**, объявлен Годом семьи. Семья является источником любви, понимания и поддержки, учит детей быть добрыми, честными и справедливыми.
- ✚ **Государство поддерживает сохранение, укрепление и продвижение традиционных семейных ценностей:**
  - Брак как союз мужчины и женщины;
  - Преемственность поколений;
  - Забота о достойной жизни старшего поколения;
  - Многодетность;
  - Материнство, отцовство и детство;
  - Ответственность родителей за своих детей и забота о них.

- ✚ **Семья создает человека и поддерживает его стремление к развитию, если членов семьи объединяют ценности, значение которых они хотят делить и с другими людьми:**

любовь и верность;  
здоровье и благополучие;  
почитание родителей; забота о старших и младших  
продолжение рода.

**Семья – главный аспект в жизни человека. Особое значение имеет семья в жизни ребенка, в его становлении и поведении. Семья объединяет детей, родителей, родственников кровными узами. В семье могут формироваться все личностные качества.**

- ✚ Сердце из двух половинок – это две судьбы людей, которые создают семью. В дизайн-концепции – образ двух лебедей, которые символизируют любовь и преданность, пронесённые сквозь года.
- ✚ Цвета логотипа откликаются в душе многих, ведь розовые и голубые бирки часто надевают малышам в роддомах сразу после рождения.





## Интересные факты о Свердловской области, были рассказаны библиотекарем Гасановой Н.В., студентам четвёртого курса, специальности Сестринское дело.

- Свердловская область 17 января отметит свой 90-летний юбилей. Регион был образован в 1934 году в результате разделения Уральской области РСФСР на 3 отдельных субъекта: Свердловскую, Челябинскую и Тюменскую области.
- Свердловская область занимает 17-е место по размерам в стране: площадь порядка 194 тысяч квадратных километров. Почти такую же площадь занимают три европейские страны: Швейцария, Чехия и Австрия вместе взятые.
- По территории уральского региона проходит условная граница между Европой и Азией. Первым, кто провел эту границу, считается Василий Татищев.
- По объему промышленного производства область занимает 2 место в России. Промышленность региона начала активно развиваться в XVIII веке. Во время Великой Отечественной войны на Средний Урал было эвакуировано более 200 предприятий.
- В июле 1941 года в Свердловск эвакуировали сокровища Эрмитажа, а в августе приехал Юрий Левитан. Считается, что именно отсюда в условиях особой секретности легендарный советский диктор выходил в эфир со своими знаменитыми словами: «Говорит Москва!».
- В 90-е годы Свердловская область стала первым субъектом Российской Федерации, разработавшим свой Устав.
- Регион по праву именуют «самоцветный край». Именно здесь впервые в России были открыты золото, изумруды, платина, малахит, а также ряд других самоцветов. начале 90-х годов был добыт самый крупный в истории месторождения изумруд весом 1 тысяча 200 граммов, который назвали «Президент».
- Со дня основания и до наших дней Екатеринбург (Свердловск) – ее бессменная столица. Сегодня в регионе проживает более 4,3 миллиона человек, более трети – в Екатеринбурге. Уральская столица занимает 4 место по численности населения в стране и является самым компактным из всех городов–миллионников.



Статью подготовили:  
преподаватели: Толмачева Г.Е., Булыгина К.С.



### СОВЕТЫ ПЕДАГОГА- ПСИХОЛОГА

- **Учитесь планировать свой день.**

Распределяйте объём работы на весь период, не откладывая её выполнение на самый последний день (или, что ещё хуже, на бессонную ночь). Берегите здоровье и нервы!

- **Концентрируйтесь на выполняемой задаче и не «распыляйтесь»**

Перескакивание от одного задания к другому - риск не выполнить качественно ни одно из них. Если вам трудно концентрироваться, попробуйте такой приём: напишите на листке бумаги, чем вы сейчас занимаетесь, и положите перед собой на видном месте.

- **Выработайте правила**

Установите для себя ряд чётких правил - например, вовремя сдавать домашние задания, начинать подготовку к экзаменам как минимум за 2 недели и так далее. Следите за их соблюдением.

- **Вешайте «напоминалки» на стену**

Ключевые материалы вешайте на стену: их присутствие у вас на виду поможет вам не забывать основные вещи - как по части учебного материала, так и относительно важных дел, требующих выполнения.

- **Имейте отдельную тетрадь по каждому предмету**

В одну тетрадь записывайте материал только по одному предмету! Создайте файл на компьютере для каждого предмета. Таким образом, устраните много проблем, которые заставляют чувствовать себя измотанным в поиске нужной информации.

- **Пунктуальность**

Один из факторов, который очень раздражает преподавателей - привычка опаздывать. Педагогу придется отвлекаться, он сбивается с мысли. Поэтому научитесь правильно рассчитывать время.

- **Работайте на занятии**

Поставьте себе жесткое правило: если пришли на занятие, то работайте (выполняйте задания преподавателя, пишите конспект, выходите к доске). Если в это время вы будете сидеть в телефоне или переписываться с друзьями, то получится, что потратили зря время и не освоили учебный материал.

- **Записывайте важную информацию**

Никто не может похвастаться идеальной памятью, и если вы будете стремиться запоминать всё, ваша жизнь станет сплошным стрессом. Поэтому записывайте все важные сведения о значимых для вас мероприятиях, а также свои идеи и дела, которые вы должны сделать.

- **Найдите и устраните свои «поглотители» времени**

Это социальные сети и мессенджеры, компьютерные игры, разговоры «ни о чем» и др. Проанализируйте распорядок дня и решите, сколько минут ежедневно можно выделить на эти развлечения без ущерба для учебы и других дел.

- **Полноценный отдых и активный досуг**

Одно из важных правил, как стать успешным студентом, не забывать отдыхать. Чтобы продуктивно работать в течение дня, нужно предварительно выспаться и отдохнуть. Чаще бывайте на свежем воздухе. Старайтесь избегать переутомления и делайте перерывы в работе! Свободное время можно проводить не только возле компьютера, но и раскрывая свои таланты, посещая кружки по интересам, спортивные секции, занимаясь волонтерством.

### Для записи на консультацию:

- Напишите на почту - [zhanna-didenko@yandex.ru](mailto:zhanna-didenko@yandex.ru)
- ВКонтате личные сообщения
- Диденко Жанне Анатольевне
- Педагог-психолог свяжется с вами



СОВЕТЫ  
ПЕДАГОГА-  
ПСИХОЛОГА

Педагог-психолог Сухоложского филиала  
ГБПОУ «СОМК» Диденко Жанна Анатольевна

# "СТОП, ГРИПП!"



Как я узнаю о том, что я заболел гриппом?

Вероятность гриппа велика, если присутствуют некоторые или все из этих симптомов:

- \* высокая температура<sup>1</sup>
- \* кашель
- \* боль в горле
- \* насморк или заложенный нос
- \* ломота в теле
- \* головная боль
- \* озноб
- \* чувство усталости
- \* иногда понос и рвота

<sup>1</sup>Важно отметить то, что не у каждого заболевшего гриппом будет высокая температура

Полная версия рекомендаций доступна на сайте [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)

Защитите себя, свою семью и общество

- \* Чаще мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания. Спиртосодержащие средства для очистки рук также эффективны
- \* Старайтесь не прикасаться руками к глазам, носу и рту
- \* Старайтесь избегать близких контактов с больными людьми
- \* Регулярно проветривайте помещения
- \* Ведите здоровый образ жизни, в том числе спите достаточное количество времени, правильно питайтесь и сохраняйте физическую активность
- \* После использования выбрасывайте бумажный платок в мусорную корзину



**"Чтобы "чихать" на вирус - научись чихать правильно!"**



Неправильно чихать, прикрываясь рукой



Правильно чихать, прикрываясь платком, локтем или плечом



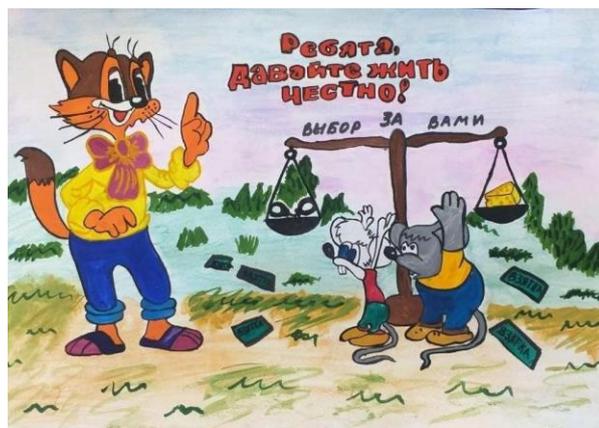
- 27 января 2024 года исполняется 80 лет снятия блокады. Эта дата — не праздничная. Скорее, это постоянное напоминание о тех ужасающих событиях, через которые были вынуждены пройти жители города.
- Впервые Ленинград был обстрелян немцами 4 сентября 1941 года со стороны занятого ими города Тосно. У немцев был простой приказ относительно города: стереть с лица земли. Все защитники должны были быть уничтожены. По другим сведениям, Гитлер просто опасался того, что при массированном штурме потери немецких войск будут неоправданно высоки, а потому и отдал приказ о начале блокады. В общем, суть блокады Ленинграда сводилась к тому, чтобы «город сам упал в руки, подобно созревшему плоду». Кольцо блокады площадью в 5 тыс. кв. замкнулось 8 сентября после захвата войсками группы армий «Север» Шлиссельбурга. В этом кольце оказалось четыре армии Ленинградского фронта и Балтийский флот, 500 тыс. военных и 2,8 млн. гражданского населения, включая жителей пригородов.
- Настоящим «пульсом» блокадного города стала «Дорога Жизни». Летом это был водный путь по акватории Ладожского озера, а зимой эту роль исполняла его замерзшая поверхность. Первые баржи с продовольствием прошли по озеру уже 12 сентября. Судходство продолжалось до тех пор, пока толщина льда сделала невозможным проход судов.
- С 10 по 11 сентября ответственные органы произвели полный переучет всего имевшегося в городе продовольствия. Чтобы хоть как-то растянуть запасы муки, к ней добавляли по 12% размолотого солода, овсяной и соевой муки. Впоследствии туда же начали класть жмыхи, отруби, опилки и размолотую кору деревьев. «...Мама! Хлебушка дай – ка! В глазах страданье и страх. Хлеба блокадного пайка в худеньких детских руках. Пайка блокадного хлеба – с жизнью тончайшая нить. Пайку блокадного хлеба мы не должны забыть!...».
- С первых же сентябрьских дней в городе были введены продовольственные карточки. С появлением карточек в городе резко участились случаи воровства и даже убийств, совершаемых ради их получения.
- Но с весны 1942 года ситуация стала улучшаться: произошло увеличение пайков, в город прибыл партизанский обоз. В августе — октябре 1942 года в ходе Синявинской операции удалось сорвать немецкий план по углублению блокады.
- В январе 1943 года, в ходе операции «Искра», кольцо блокады было прорвано Красной армией. Вскоре в город проложили временную железную дорогу по южному берегу Ладожского озера, что привело к улучшению снабжения и росту промышленного производства.
- Январь 1944 года в ходе наступательной операции, проведённой силами трёх фронтов — Ленинградского, Волховского и 2-го Прибалтийского. В этот день в Ленинграде был дан артиллерийский салют и фейерверк. Героическая оборона Ленинграда стала символом мужества советского народа. Та блокада унесла более двух миллионов жизней, причем умирали там, в основном женщины, дети и старики. Пока память о тех событиях жива, ничего подобного не должно повториться в мире!

Коновалова Евгения, Садыкова Карина, студентки 191Ф  
Кружок «Хронос», руководитель Булыгина К.С.

## **Проблемы коррупции в произведениях литературы**

Проблема коррупции на протяжении всей истории развития человеческой цивилизации была и остается актуальной. Взяточничество было всегда, и во все времена оно осуждалось и моралью, и религией, и правом. Немало написано художественных произведений, обличающих взяточников

**Гоголь, Н. В. Мертвые души.** В поэме Гоголя ситуацию с мошенничеством можно проследить по описанию карьеры Чичикова в таможне. Вся внешняя опрятность Чичикова, его хорошие манеры резко контрастируют с внутренней грязью и нечистоплотностью этого героя.



**Гоголь, Н. В. Ревизор.** Уездный безымянный городок становится обобщением всей России, который под угрозой ревизии раскрывает подлинную сторону характера главных героев.

**Ильф, И. Двенадцать стульев; Золотой теленок.** Имя одного из героев книги И. Ильфа и Е. Петрова «Золотой теленок» Корейко, скромного служащего ничем не примечательного учреждения и одновременно подпольного миллионера, сколотившего состояние на теневых незаконных махинациях, до сих пор является нарицательным.

**Салтыков-Щедрин, М. Е. Господа Головлевы.** «Господа Головлевы» выделяются особо пронзительным показом всех недостатков и перегибов существующих порядков.

**В романе «Гроза» Островского А.Н.** герои наделены мнением о коррупции, что она безобидна и даже в своем роде «полезна». Об этих пороках говорит Кулигин в своем монологе. Из него мы узнаём, что город населён мещанами, чиновниками и купцами. Что в мещанстве нельзя увидеть ничего, кроме «грубости да бедности нагольной».

**А.С. Пушкин в своем произведении «Дубровский»** раскрыл образ человека, чьи моральные принципы позволяют ему давать взятки и верить в собственную безнаказанность. Речь о Троекурове. Троекуров проводит время в обжорстве, пьянстве, сластолюбии. Унижение слабых, вроде травли зазевавшегося гостя медведем, – вот его удовольствия.

И таких примеров в литературе очень много. Мы предлагаем Вам принять участие в конкурсе рисунков «Тема коррупции в литературе». Работы можно отдать преподавателю Ивановой Т.Н. или кабинет №4. Обязательно рисунки должны быть в вертикальном положении!

Булыгина К.С., преподаватель

# С РОССИЙСКИМ ДНЁМ СТУДЕНТА

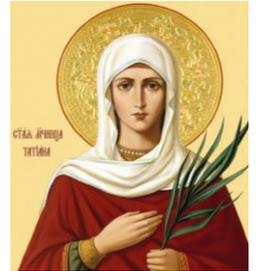


Была земля белым бела, мела метель,  
Татьянин день, Татьяна день,  
А для меня цвела весна, звенел апрель,  
Татьянин день, Татьяна день, Татьяна день



**ДОРОГИЕ СТУДЕНТЫ! От всей души поздравляем вас с праздником!  
Желаем ярких планов в студенческой жизни и их воплощений!**

12 января 1755 года императрица «всёя Руси» Елизавета Петровна подписала указ о создании Московского университета. С тех пор этот день (25 января по новому стилю) стал считаться Днём студенчества, а святая Татьяна, кому «принадлежало» 25 января раньше, стала покровительницей всех студентов России.



Поздравляем с Днём студента! Желаем выполнения всех задач, преодоления трудностей, везения, удачи и лёгкой учёбы! Стремления к новым знаниям, новых знакомств, новых приключений, интересных и увлекательных дней в учебе! Пусть это время будет самым запоминающимся и весёлым! Мечтай, исполняй всё в реальность!



## Напиши свою новость!

Хотите поучаствовать в выпуске газеты? Тогда присылайте свои сообщения, статьи о событиях, новости на электронную почту [biblioteka.2022@yandex.ru](mailto:biblioteka.2022@yandex.ru)

Руководитель пресс-центра: Гасанова Н.В.