



Сделай шаг навстречу переменам

Психологические тренинги «Сделай шаг навстречу переменам» для педагогов Безенчукского аграрного техникума провели педагоги-психологи ГБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» м.р. Безенчукский И.В. Позина и Е.Л. Истомина.

Педагоги постоянно, а особенно в последнее время, испытывают высокие психологические нагрузки, поэтому нуждаются в снижении эмоционального напряжения, сохранении и укреплении психологического здоровья. Высокий уровень ответственности, работоспособности, стремление всё делать на «отлично», не замечая порой усталости и игнорируя нужды собственного организма, — те качества, которые присущи подавляющему большинству педагогов. Ежедневно они решают множество разноплановых профессиональных задач, игнорировать которые просто не могут, не имеют морального права. Поэтому представители этой профессии наиболее подвержены воздействию стресса и эмоциональному выгоранию. За последние несколько месяцев к этому добавились проблемы, связанные с самоизоляцией и дистанционным обучением.

«Не дай вам бог жить в эпоху перемен» — эти слова Конфуция прекрасно отображают чувства людей в современных реалиях. Но эпоха перемен даёт возможность открыть для себя новые ресурсы, новые умения. Сделав шаг навстречу новым достижениям поможет актуализация уже имеющихся личностных ресурсных состояний педагогов. Именно этой цели были посвящены тренинги.

Педагоги получили возможность позитивного общения с коллегами, зарядились положительными эмоциями, поделились приемами и методами саморегуляции и профилактики стрессов. А положительные отзывы о мероприятии и желание продолжить подобные встречи стали лучшей наградой для ведущих.

И. Позина, педагог-психолог ГБУ ЦППМСП м.р. Безенчукский.

МФЦ информирует

Сервисы «Госуслуг», дающие моментальный ответ

Ответ на запрос через портал «Госуслуги» может прийти через несколько дней и даже недель, а иногда он требует личного визита в ведомство.

Но есть сервисы, которые дают практически моментальный ответ: не нужно куда ходить, представлять бумажные документы и ждать.

Попробуйте получить прямо сейчас:

- выписку об остатке маткапитала: <https://www.gosuslugi.ru/10055/8>;
- извещение о стаже и пенсионных коэффициентах: <https://www.gosuslugi.ru/10042/2>;
- выписку из трудовой книжки: <https://www.gosuslugi.ru/394014/1>;
- справку о доходах 2-НДФЛ: <https://www.gosuslugi.ru/358549/1>;
- информацию об исполнительных производствах: <https://www.gosuslugi.ru/10003/9>;
- сведения о налоговой задолженности: <https://www.gosuslugi.ru/10002/1>;
- список электронных листов нетрудоспособности: <https://eln.gosuslugi.ru/>.

Также на портале можно записать ребенка к врачу не выходя из дома: <https://www.gosuslugi.ru/10066/1> и оценить качество бесплатного горячего питания в школе: <https://www.gosuslugi.ru/10090/1>.

Используйте «Госуслуги», чтобы освободить время для приятных и важных дел.

Н. Портнова, руководитель Безенчукского МФЦ.

Нам пишут

15 января исполнилось 85 лет **Валентине Васильевне Барханской**. Ещё молодой приехала она со своей семьёй в совхоз «Ольгинский» и стала заведующей новым детским садом «Журавленок». 15 лет работы заведующей превратили его в поистине в «райский уголок», как мы, односельчане, его называли: кругом цветы, зелёные насаждения и, конечно же, люди: внимательные, дружелюбные.

Затем — работа председателем профсоюзной организации с/з «Ольгинский», 14 лет она вела общественную работу, являясь председателем первичной организации пенсионеров, ветеранов войны и труда. И здесь Валентина Васильевна со своей инициативной группой проявляла заботу и внимание к своим подопечным. Проводила различные мероприятия: вечера отдыха, танцев, поездки по святым местам, культпоездки в кино, театры, дарила подарки ко дню рождения, в праздники — ветеранам, лежащим больным. Никогда никого не забывала. Особенно интересными были мероприятия, посвящённые Дню пожилого человека, которые проводили совместно с работниками ДК «Светлана». И везде она находила подход к руководителям, спонсорам, которые оказывали материальную помощь и предоставляли транспорт.

Мы, односельчане, благодарим нашу дорогую Валентину Васильевну за её чуткое сердце, внимание, заботу, доброту. Желаем ей крепкого здоровья, оставаться такой же энергичной, доброжелательной ещё многие годы.

С юбилеем Вас, дорогая Валентина Васильевна!

Ваши односельчане, с. Ольгино.

Вера

Поздравляем со светлым праздником Крещения!

Православные верующие отметили один из главных праздников — Крещение Господне, или Богоявление.

● Ирина КОРНИЛОВА / ФОТО автора

По традиции иордань в этом году была вырублена в волжском льду в Екатериновке, недалеко от старинного храма во имя Святой Троицы.

В ночь с 18 на 19 января, после праздничной литургии, настоятель храма протоиерей **Сергей Петров** произвёл чин освящения воды иордани, после чего самые смелые и закаленные окунулись в студёную воду. Несмотря на крещенские морозы, желающих было немало. Те же, кто не решился в этом году совершить омовение, смогли набрать святой воды во дворе храма.



Погрузиться в иордань и запастись водой здесь можно было и на следующий день. Что и сделала жительница с. Екатериновки **Ю.В. Келейнова**, которая уже

много лет окунается в святую воду. Юлия Викторовна отмечает, что, несмотря на мороз, после омовения становится тепло не только телу, но и душе.

Благотворительность

Долгожданная радость — в каждый дом

Новогодние праздники позади, а это значит, что пришло время подводить итоги. 2020 год оказался непростым для многих из наших соотечественников, но особенно трудно было детям, имеющим особенности развития.



Возможность посещать групповые занятия, развлекательные и досуговые мероприятия помогала таким ребятам лучше адаптироваться в социуме: научиться общаться со сверстниками и взрослыми, почувствовать себя равными окружающим их людям; получить новые знания и освоить необходимые для жизни навыки; познавать мир; переживать моменты радости. В целях сохра-

нения здоровья детей были введены определенные ограничения, которые, к сожалению, совпали с временем проведения новогодних утренников и праздничных мероприятий.

Однако, специалисты и волонтеры Безенчукского Дома детства при поддержке добрых и верных партнеров: И.Я. Хачатурян, ООО «Скорпион» в лице В.Г. Денисова, ООО «Безенчукский ХПП» в лице

А.Б. Тучина организовали долгожданные встречи детей с главными волшебниками Нового года: Дедом Морозом и Снегурочкой.

Желая сохранить у детей веру в чудо и подарить мгновения радости, в ГКУ СО «Безенчукский «Дом детства» вновь была проведена благотворительная акция «Шоколадный Новый год» по сбору и вручению сладких подарков.

Подарки были доставлены адресно в многодетные и неполные семьи, в которых воспитываются дети-инвалиды и дети с особенностями в развитии. Ребята смогли получить не только сладкий подарок, но и возможность поделиться своими заветными желаниями, рассказать стихотворение или исполнить песню. Каждый ребенок встречал Деда Мороза радостной улыбкой, а провожал его словами надежды на новую встречу.

Акция «Шоколадный Новый год» проводится вот уже 7 лет. И каждый раз находит положительный отклик у всех жителей района. Специалисты Дома детства искренне надеются, что эта добрая традиция приживется в нашем районе и еще много раз будет дарить детям моменты счастья и веру в настоящие чудеса!

Соб. инф.

электронная
версия газеты
сельский-труженик.рф

электронная почта
seltr@samtel.ru,
bez0306@yandex.ru

наши телефоны:
2-27-50,
2-27-54, 2-27-55