

## Когда организм начинает стареть?

Исследователи из Китая поделились результатами работы, в рамках которой они пришли к выводу, что первые «серьезные признаки старения» проявляются уже в 30 лет. Резкие изменения специалисты зафиксировали и в 50 лет. В этом возрасте наблюдается резкое ускорение процесса старения. И наиболее уязвимыми оказываются кровеносные сосуды.

## Кофе ведет к набору веса

Если взрослые привыкли начинать свой день с чашки кофе, то для детей этот бодрящий напиток может быть вреден. Например, он способен провоцировать нарушения сна и набор веса. Кроме того, кофеин стимулирует симпатическую нервную систему. Это приводит к увеличению тревожности у детей. Также у детей и подростков, которые регулярно пьют кофе, чаще наблюдаются головные боли, мигрени. Чрезмерное употребление кофе увеличивает и риск развития сердечно-сосудистых проблем: от аритмий до нарушений коронарного кровотока. А еще кофе влияет на обмен веществ - увеличивает уровень адипонектина, снижая чувствительность к инсулину, что может стать фактором риска для развития диабета.

## За рулем водитель старше 60-ти

Водителям старше 60 лет не грозят никакие дополнительные проверки и контроль за ними не будет ужесточен. Напомним, что некоторые методы воздействия на них предусматривались в проекте стратегии безопасности дорожного движения. Но вот общественные обсуждения по этому проекту завершились, опубликован отредактированный документ, оказалось, что прежнего пункта в нем больше нет.

## Зачем заматывать карту фольгой?

Бытует мнение, что это защищает от мошенников, которые списывают с карт деньги с помощью функции бесконтактной оплаты, незаметно приложив к сумке жертвы терминал. Однако фольга изначально не предназначена для защиты от электропомех.

Поэтому тем, кто опасается за сохранность своих средств, лучше использовать специальные RFID-чехлы для карт. Они продаются в разном исполнении от 190 рублей.

Вот в них-то и применяют специальные материалы, препятствующие прохождению радиосигнала в обоих направлениях.

# Фронт и тыл - единая сила!

## ● ЗА НАШИХ!

- Единство фронта и тыла – это важнейшее условие, без которого просто невозможно одержать победу, - считают наши защитники.

С самого начала СВО, с самых первых дней тыл принял бой на себя и стал помогать бойцам на передовой. Помогает фронту вся страна, жители больших городов и самых маленьких хуторов и станиц. Не остались в стороне и жители Отрадненского района. Как и много лет назад, они помогают бойцам справиться с трудностями, отправляют на фронт самое необходимое, важное и нужное, приближая общую Победу!

Очередной КамАЗ с гуманитарной помощью загружен и готов к отправке в зону СВО. Нашему земляку из ст. Отрадной переданы стройматериалы, маскировочные сети, питьевая вода, генераторы и гостинцы от жителей района, которые он доставит на передовую. Мама героя СВО Александра Бреус, погибшего при выполнении боевых задач, передала для ребят воду и продукты, а председатель районного Совета ветеранов Иван Анатольевич Петрушин - флаг от Комитета семей воинов Отечества Отрадненского района.

Наши защитники выражают искреннюю благодарность всем неравнодушным жителям района, кто принимает участие в сборе и отправке гуманитарной помощи! Отдельная благодарность «пчелкам», которые плетут маскировочные сети. Ваш каждодневный кропотливый труд спасает наши жизни.

- Мы вместе, а значит Победа будет за нами! – отметили наши бойцы.

Напомним, что за прошедший период это не первый груз, от-



правленный на передовую. Машины с гуманитарной помощью, собранной неравнодушными жителями Отрадненского района, регулярно отправляются на СВО. Не так давно земляки выполнили просьбу наших защитников и передали бойцу из станицы Спокойной, приехавшему на побывку, маски-

ровочные сети.

Средства защиты сплетены заботливыми руками неравнодушных жителей района. Передача 29 сетей состоялась в торжественной обстановке.

Наш земляк поблагодарил всех за поддержку. Он отметил, что такая помощь поднимает боевой дух и дает силы сражаться

за Родину.

Волонтеры выразили гордость за всех участников специальной военной операции и пожелали всем скорейшего возвращения домой с победой. Они заверили, что будут продолжать поддерживать всех ребят, защищающих интересы России.

# Юность комсомольская моя!

## ● ДАТА

Под таким девизом с малом Доме культуры состоялось мероприятие, посвященное 105-летию комсомола Кубани. На торжественном мероприятии встретились те, для кого комсомол остаётся символом созидания и вечной дружбы, те, для кого ВЛКСМ – это целая жизнь, полная свершений и побед!

Гостями мероприятия стали: и.о. заместителя главы района по социальным вопросам Надежда Григорьевна Малахова, заместитель председателя районного Совета ветеранов Владислав Николаевич Мазуров, комсомольцы района, а также представители молодежных движений и организаций.

Поздравляя комсомольцев с юбилейной датой, Надежда Григорьевна Малахова отметила, что для каждого присутствующего сегодня в зале комсомол – это целая судьба:

- Комсомольцы строили мосты, заводы, фабрики, первыми шли в бой, в годы Великой Отечественной войны

погибали за Родину, за светлое будущее. Очень отраднo, что нынешняя молодежь, так же, как и их деды и отцы, героически защищает интересы Отечества и смело идет навстречу будущему. Желаю вам крепкого здоровья, мира, добра, благополучия и всего самого доброго! С праздником!

Владислав Николаевич Мазуров, приветствуя присутствующих в зале, сказал:

-Уважаемые комсомольцы! Для нас, проживших жизнь в комсомоле, сегодня особенный день! Это была наша молодость, задор, порыв, идущий от сердца. Все дела мы делали искренне и от души. БАМ, Краснодарское водохранилище, покорение целины – это лишь малая часть больших свершений, в которых участвовали комсомольцы! Желаю вам здоровья, счастья и всего самого доброго! А молодежи хочу пожелать, чтобы вы обязательно внесли свой вклад в развитие и величие нашей страны!

На этой теплой встрече были воспоминания о трудовой молодости,

когда сердца горели огнем, когда были готовы свернуть горы и преодолеть все испытания.

Комсомол – это грандиозные стройки, новые города, заводы, пароходы. А еще ВЛКСМ занесен в книгу рекордов Гиннеса за долголетие и многочисленность. Это дружба, проверенная годами и, конечно, любовь. Ну, куда же без нее. Ведь не зря же неразделимы эти три слова - любовь, комсомол и весна.

Вот и для Людмилы Михайловны и Дмитрия Германовича Васильевых их хутора Садового комсомол стал началом их семьи. Именно комсомол объединил сердца этих двух молодых людей.

- Комсомол для нашей семьи нечто большее, чем просто молодежная организация! Благодаря ему мы встретились, родилась наша семья, дети, внуки! Мы с супругом жили в разных частях нашей необъятной Родины. И, скорее всего, если бы не комсомол, шанс узнать друг друга был бы нулевым. Но в нашей жизни случи-



лось по-другому. Спасибо комсомолу за счастливую молодость! Для нас это целая жизнь. Он был и остаётся в наших сердцах символом созидания и вечной дружбы, - поделилась Л.М. Васильева. - Поздравляю всех тех, у кого по-прежнему в груди горит жаркий костёр комсомола! Желаю удачи, оптимизма, веры в светлое будущее и крепкого здоровья! Пусть ровным строем в жизнь приходит счастье, словно и не уходила та эпоха, которая взрастила отважных, честных и мужественных людей.

Пусть эта памятная дата поможет достойно пройти все жизненные зигзаги и крутые повороты. С днём комсомола Кубани!

В зале Дома культуры звучали песни комсомольской молодости, а гости делились самыми теплыми воспоминаниями о тех временах, когда проходила их комсомольская юность! И совсем не хотелось завершения вечера, хотелось еще хотя бы на мгновение вернуться в то незабываемое время, имя которому – комсомол!