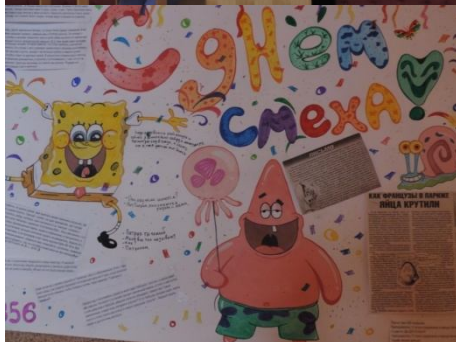


1 апреля



Студенчество не обошли такой праздник как **День смеха - 1 апреля**. Студенты гр.356 выпустили две веселых газеты со смешными историями из жизни студента, а так же подготовили небольшую программу с шутками и сценками. Зрители после мероприятия забрали с собой позитивное настроение, улыбки и смех.



3 апреля

С целью создания условий, способствующих развитию интеллектуального и творческого потенциала обучающейся молодежи, обеспечения фундаментальной научной подготовки студентов, в соответствии с планом работы в Ачинском медицинском техникуме состоялся I тур краевой студенческой учебно-практической конференции «Будущее медицины в наших руках. Актуальные вопросы медицины в свете Модернизации системы здравоохранения Красноярского края».

Участники конференции – студенты техникума представили результаты учебно-исследовательских работ, выполненных под руководством преподавателей УД, ПМ и предметных кружков.

Авторитетное жюри под председательством Т.И. Гатальской, заместителя главного врача по организационно-методической деятельности Ачинской межрайонной больницы №1 оценивало результаты работ.

В качестве приглашенных гостей в конференции приняли участие школьники г. Ачинска.

По результатам работы определились победители.

I место – О.Л. Черкашина, студентка 347гр., специальности «Лечебное дело». Тема: «Медико-социальные аспекты профилактики ишемической болезни сердца у лиц пожилого возраста». Руководитель: О.С. Попкова.

II место – Л.С.Шевель, М.П. Акимкина, студентки 358 гр., специальности «Лечебное дело». Тема: «Здоровый образ жизни- веление времени». Руководитель: Э.Э. Дыль.

III место – О.В. Луцейн, студентка 353 гр., специальности «Лечебное дело». Тема: «Псориаз: унижение или печать природы?». Руководитель: Г.Н. Комарова.

Поздравляем победителей!

Благодарим всех участников, руководителей работ, гостей конференции за проявленный интерес к исследовательской деятельности, проделанную работу!

Желаем всем достижений в творческой и интеллектуальной деятельности!

Студенты и сотрудники ЦПТ и ДО приняли участие в «Ярмарке учебных рабочих мест» в п. Козулька.

Учащиеся школ познакомились со специальностями, по которым ведется подготовка в техникуме, условиями приема, подачи документов при поступлении, дополнительной профессиональной подготовке специалистов-медиков среднего звена.

Студенты специальности «Лечебное дело»: Дмитрий Метецкий, Анастасия Паламарчук, Марина Иванова провели мастер-классы для школьников:

- постановка внутримышечных инъекций;
- промывание желудка зондом;
- пеленание ребенка первого года жизни и его кормление.

Школьники смогли самостоятельно поработать с фантомами: запеленать ребенка и поставить внутримышечную инъекцию. У ребят возникло множество вопросов, на которые они смогли получить аргументированные ответы студентов и преподавателей.

10 апреля



Здоровый образ жизни - это модно!

Здоровый образ жизни в последние годы неотвратимо входит в моду. Количество людей, которые регулярно посещают спортзал, становится все выше. Все больше людей вместо "кофе и сигарет" по утрам предпочитают бодрящие пробежки.

Курящие парни и девушки вызывают у большинства окружающих неприязнь, жалость и стыд. А образ парней и девушек спортивного телосложения в многочисленных сериалах и кино начинает медленно вытеснять избитых кинематографических персонажей, страдающих от той или иной зависимости.

Быть здоровым нынче модно. Об этом говорят врачи, а сегодня - еще и многочисленные спортсмены и кинозвезды, что пропагандируют подобный жизненный стиль с растяжек рекламных проспектов и экрана телевизора. Новые кумиры сменяют старых. И над кроватью у современных подростков можно чаще увидеть плакаты спортивных и подтянутых Криштиану Роналду или Тайлера Лотнера.

Здоровый образ жизни – это не просто набор правил раздельного питания, физических упражнений. Это образ мышления, моральных устоев и отношения к себе как высокодуховной личности.

10 способов зарядить свой иммунитет, быть здоровым и жить здорово!

1. Занимайтесь спортом

Физическая нагрузка улучшает общее состояние организма и работу лимфатической системы, выводящей токсины из организма.



Согласно исследованиям, люди, регулярно занимающиеся спортом, болеют простудой на 25% реже, чем те, кто не ведет здоровый образ жизни. Тем не менее, не стоит слишком усердствовать. Всего 30-60 минут спорта в день позволяет вас стать здоровее, в то время как более серьезные нагрузки сделают вас слабее. Обязательно включайте в программу отжимания – они способствуют лучшей работе легких и сердца. Обязательно делайте упражнения на пресс — это улучшит работу желудочно-кишечного тракта и мочеполовой системы. Ежедневная утренняя зарядка — обязательный минимум физической нагрузки на день. Необходимо сделать её такой же привычкой, как умывание по утрам.

2. Больше витаминов



Каждому из нас нужен витамин D, который содержится в лососе, яйцах и молоке. Исследования показали, что многие люди получают недостаточное количество витамина С, — говорит Элизабет Полити, директор по питанию в Duke Diet & Fitness Center. Цитрусовые — великолепный источник витамина С. Получение необходимого количества витамина С из фруктов и овощей заряжает иммунную систему”. Так же для укрепления иммунитета очень важен цинк - он имеет антивирусное и антитоксическое действие. Получить его можно из морепродуктов, из неочищенного зерна и пивных дрожжей. Кроме того пейте томатный сок - он содержит большое количество витамина А.

3. Закаляйтесь!

Вашим помощником в ведении здорового образа жизни может стать закаливание организма. К нему лучше всего приступить с детского возраста. Самый простой способ



закаливания —

воздушные ванны. Огромное значение в процессе закаливания играют и водные процедуры — укрепляя нервную систему, благоприятно влияя на сердце и сосуды, нормализуя артериальное давление и обмен веществ. Прежде всего рекомендуется в течение нескольких дней растереть тело сухим полотенцем, а позже переходить к влажным обтираниям. Начинать обтираться нужно теплой водой (35-36 С), поэтапно переходя к прохладной воде, а потом и к обливаниям. Летом водные процедуры лучше принимать на свежем воздухе после зарядки.

4. Употребляйте белок

Из белка строятся защитные факторы иммунитета — антитела (иммуноглобулины). Если вы будете употреблять в пищу мало мяса, рыбы, яиц, молочных блюд, орехов, то они просто не смогут образовываться.

5. Пейте чай



Всего 5 чашек горячего чая в день значительно укрепляют ваш организм. Из обыкновенного черного чая выделяются L-теанин, которое расщепляется печенью до этиламина – вещества, повышающего активность кровяных клеток, ответственных за иммунитет организма. Стоит отметить, что все это относится только к качественным сортам чая.

6. Веселитесь!

Согласно исследованиям, люди, имеющие положительный эмоциональный стиль — счастливы, невозмутимы и полны энтузиазма, а также менее подвержены простудам.



Веселье и

здоровый образ жизни неотделимы друг от друга Кохен и исследователи из Carnegie Mellon University опрашивали 193 здоровых человека в течение двух недель ежедневно и записывали информацию о позитивных и негативных эмоциях, которые они испытывали. После этого они подвергали "подопытных" воздействию вирусов простуды и гриппа. Те, кто испытывали позитивные эмоции, имели немногочисленные симптомы простуды и большую сопротивляемость к развитию заболеваний.

7. Не нервничайте!



Длительный стресс наносит мощнейший удар по иммунитету. Повышая уровень негативных гормонов, он подавляет выделение гормонов, помогающих сохранить здоровье. Научившись бороться со стрессом, вы остановите поток лишних гормонов, которые как раз и делают вас толстой, раздражительной и забывчивой.

8. Уходите от депрессий

Апатия и равнодушие — одни из главных врагов крепкого иммунитета. Американские ученые выяснили, что у женщин, страдающих депрессиями, наступают

изменения в работе иммунной системы, и они сильнее подвержены вирусным заболеваниям, чем те, кто радуется жизни.

9. Отказ от вредных привычек



Для того, чтобы отказаться от вредных привычек составьте список того, от чего вы хотите избавиться. Всё, что вредит вашему здоровью, крадёт время и мешает достигать поставленных целей подлежит уничтожению.

Существуют проверенные и действенные способы — как избавиться от вредных привычек:

Расскажите своим друзьям, близким и родным. Приняв решение бросить пить или курить, обязательно, повторюсь обязательно дайте знать о своём намерении людям, которые вас окружают. Они помогут вам сдержать своё обещание, будут контролировать и проверять, как вы его придерживаетесь.

Реальная потеря ценностей. Вы надумали убрать из своего мира алкоголь и попросили друзей проконтролировать вас. Отлично! За каждое отступление от плана вы платите 100 рублей своему другу. Мой вам совет, не дайте вашему другу стать самым богатым человеком в городе. Придерживайтесь запланированной цели.

Общайтесь с теми, кто уже смог отбросить вредные привычки. Именно, эти люди помогут вам дойти до конца. Ведь они смогли это сделать. Значит и у вас получится. Разузнайте, больше об их секретах и стратегиях.

Представьте себя в будущем. Подумайте, что вас ждёт через 3, 5, 10 лет, если вы продолжите пить, курить, плохо питаться. Что будет с вашим здоровьем? Найдите в интернете последствия употребления алкоголя, наркотиков, действия табака на организм. Именно это, вас ожидает в недалеком будущем.

Замена плохой привычки на хорошую. Когда вы, перестаёте делать привычные для вас действия, у вас появляется свободное, ничем не занятое время. Велик соблазн вернуться к тому, с чего начали. Используйте свободное время с пользой для здоровья (бег, прогулки, танцы, общение с друзьями).

Одна привычка за один раз. Вы нашли свои ответы на вопрос: «как избавиться от вредных привычек» и приступили к действию. У вас возникает желание убрать сразу несколько. Уберите эти мысли из головы. На всё сразу, у вас просто не хватит сил. Не распыляйтесь. Сконцентрируйте усилия на чём-нибудь одном.

Перестаньте раздувать из мух слона. Постоянно думая и говоря о своих недостатках, вы рисуете для себя неприступную крепость. Взять которую не представляется возможным. Хватит возвеличивать их. Ваши вредные привычки — это всего лишь, очень маленькая часть вашей жизни, от которой вы обязаны оставить позади.

10. Спите

Крепкий сон — один из лучших способов оставаться здоровым. Люди, которые спят по 7 — 8 часов, однозначно поступают правильно. А вот больше 8 часов спать не рекомендуется. Хороший ночной сон укрепляет иммунную систему. Дело в том, что во время ночного сна уровень мелатонина увеличивается, что и улучшает работу иммунной системы.

Хотите быть здоровыми — ведите здоровый образ жизни!

Мы за ЗОЖ!

*Веди здоровый образ жизни,
Питайся правильно, не кисни.
Забудь про сладкое, FAST FOOD,
Все в жизни будет VERY GOOD!*



Ваш новый девиз: нет лежанию на диване, больше физических упражнений и свежего воздуха!

Стресс — основной враг иммунитета, гоните от себя всякие переживания и меньше нервничайте. Постарайтесь получить как можно больше **положительных эмоций** и позаботьтесь о **правильном питании**.



Волонтерское движение КГБПОУ АМТ «Vita»

В техникуме состоялся «**День карьеры**». Представители практического здравоохранения западной группы районов Красноярского края встретились со студентами выпускных групп специальностей «Лечебное дело», «Сестринское дело». Востребованностью в выпускниках КГБПОУ АМТ объясняется представительство учреждений здравоохранения, принявших участие в мероприятии:

- * КГБУЗ Красноярский краевой психо-неврологического диспансер №1;
- * КГБУЗ «Назаровская районной больницы №2»;
- * КГБУЗ «Назаровская станция скорой медицинской помощи»;
- * МБУЗ «Ачинская межрайонная больница №1»;
- * МБУЗ «Ачинский межрайонный родильный дом»;
- * КГБУЗ «Назаровская Ачинская межрайонная больница»;
- * МУЗ «Дом ребенка»

* МБУЗ «Ачинская городская детская больница»

* КГБУЗ «Ачинская городская поликлиника №1»

Представители практического здравоохранения познакомили выпускников с лечебными учреждениями, имеющимися вакансиями, требованиями которые предъявляются к молодым специалистам, а также мерами социальной поддержки, предусмотренными в районах для молодых специалистов.

Татьяна Валентиновна Борисова, заместитель главы Назаровского района по социальным вопросам, познакомила выпускников с решением главы района о предоставлении молодым специалистам жилья и мест в детских садах.

Ирина Александровна Карманова, главный врач КГБУЗ «Назаровская станция скорой медицинской помощи», предложила 5 мест для выпускников по специальности «Лечебное дело».

Сергей Александрович Зарубкин, главный врач КГБУЗ «Назаровская районной больницы №2», предоставил места для фельдшеров и медицинских сестер на ФАП, так и вакансии медицинских сестер в Назаровской районной больнице №2.

Татьяна Николаевна Терентьева, главная медицинская сестра МБУЗ «Ачинская городская детская больница», предложила семь вакансий для медицинских сестер.

Ирина Юрьевна Стрижевская, главный врач МУЗ «Дом ребенка» г. Ачинска, отметила потребность учреждения в медицинских сестрах и пригласила выпускников на работу.

Встреча прошла в заинтересованной, доброжелательной атмосфере. Работодателям удалось заинтересовать выпускников, а подтверждение этому покажут результаты трудоустройства!



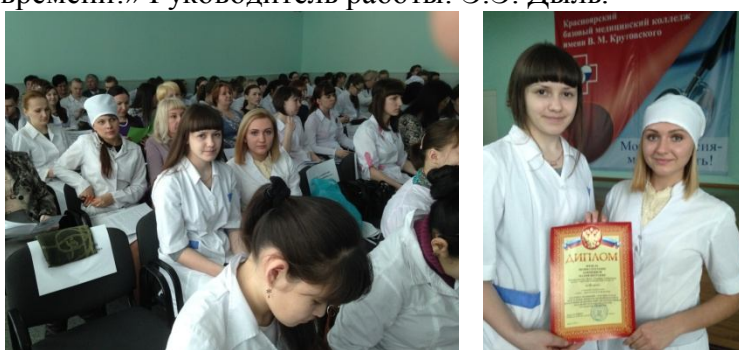
16 апреля

Преподаватели и студенты техникума приняли участие в мероприятиях «Недели профессионального мастерства и качества подготовки специалистов со средним медицинским образованием в Красноярском крае», проводимой на базе КГБПОУ КБМК им.В.М. Крутовского.

Преподаватели техникума М.А. Волкова, Э.Э. Дыль, С.О. Анохина, И.М. Фадеева, М.И. Япина, П.К. Рейхерт представили авторские разработки на смотр-конкурс методического обеспечения «Педагогическая мастерская».

15.04.2015г. студенты техникума приняли участие в краевой студенческой учебно-практической конференции «Будущее медицины – в наших руках! Актуальные вопросы медицины в свете программы модернизации здравоохранения Красноярского края – глазами студентов медиков».

Л. Шевель и М. Акимкина (2 курс, специальность «Лечебное дело») заняли призовое III место в номинации проектов с темой: «Здоровый образ жизни - веление времени!» Руководитель работы: Э.Э. Дыль.



16.04.2015г. преподаватель Ольга Петровна Колодина достойно представила техникум на конкурсе «Преподаватель года» средних медицинских образовательных учреждений.

Творческие задания, представленные Ольгой Петровной, позитивный, доброжелательный настрой конкурсантки, вызвали положительный эмоциональный отклик и заслуженное признание гостей конкурса, представителей средних медицинских образовательных учреждений Красноярского края!

Благодарим всех участников «Недели профессионального мастерства и качества подготовки специалистов со средним медицинским образованием в Красноярском крае» - студентов, педагогов, сотрудников техникума, показавших себя сплоченной командой. Желаем творческих успехов и побед!



17 апреля

Е.Л. Мигаль, методист Ачинского медицинского техникума, в МБОУ «СШ №16» приняла участие в методическом объединении по профориентации. На данном мероприятии были представлены общеобразовательные школы и средние профессиональные учебные заведения города. Елена Леонидовна познакомила собравшихся со специальностями, по которым ведется подготовка в техникуме, условиями поступления, сроками подачи документов и востребованностью выпускников техникума на региональном рынке труда.

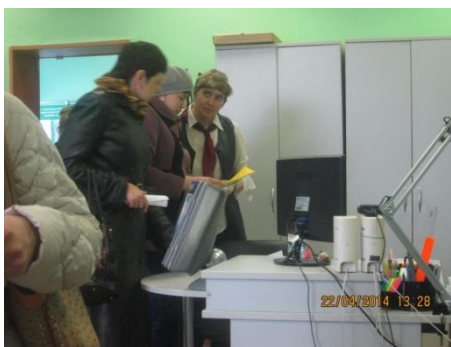


22 апреля

В КГКУ «Центр занятости населения города Боготола» прошла ярмарка учебных рабочих мест для выпускников школ г. Боготола и Боготольского района. Е.Л. Мигаль, методист Ачинского медицинского техникума познакомила выпускников со специальностями, по которым ведется подготовка в техникуме, условиями поступления, сроками подачи документов, ответила на вопросы выпускников школ и преподавателей.

Важно отметить, что выпускников интересовали вопросы трудоустройства выпускников техникума, возможностью и условиями проживания в общежитии, условиями поступления, возможностью участвовать в волонтерской работе и общественной жизни техникума.





В соответствии с планом основных мероприятий в области мобилизационной работы, гражданской обороны, предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, антитеррористической защищенности, пожарной безопасности и безопасности людей на водных объектах на 2015 г. в нашем техникуме проводилась объектовая тренировка (ОТ) «Действия сотрудников, студентов и нештатных формирований гражданской обороны КГБПОУ АМТ при возникновении пожара в учебном корпусе».

ОТ проводил руководитель ГО медицинского техникума Т.И. Стельмах. На ОТ были задействованы: штаб ГО; КЧС и ПБ техникума, внештатные формирования ГО: группа связи; пожарное отделение; отделение ООП.

В ходе объектовой тренировки отрабатывались следующие вопросы:

- проверка реальности плана действий по предупреждению и ликвидации последствий ЧС (пожар в учебном корпусе);
- уточнение алгоритма действий при пожаре;
- проверка работы автоматической пожарной сигнализации и речевого оповещения людей о пожаре;
- выработка у руководящего состава навыков грамотного проведения мероприятий по эвакуации сотрудников и студентов при возникновении пожара в учебном корпусе;
- меры соблюдения безопасности при проведении ОТ;
- порядок проведения сверки личного состава.

Объектовая тренировка прошла на должном профессиональном уровне. Эвакуация сотрудников и студентов завершена за 3 минуты. В ходе тренировки отработаны в полном объеме все запланированные мероприятия.

В то же время необходимо отметить основные недостатки:

- студенты эвакуировались из учебного корпуса медленно, создавалось впечатление их безучастия к проводимому мероприятию, непонимание возможных реальных последствий при пожаре;
 - в туалетных комнатах и коридорах на этажах остались открытыми окна, что при пожаре могло спровоцировать быстрое распространение пламени огня как по учебным аудиториям, так и по этажам учебного корпуса;
 - на третьем этаже (левое крыло), в коридоре не выключили свет.
- Общая оценка проведенному мероприятию удовлетворительно.



24 апреля

Студенты и преподаватели техникума приняли участие в мероприятиях «Фестиваля молодежной науки-2015» (79 итоговой студенческой научно-практической конференции с международным участием, посвященной 85-летию со дня рождения профессора А.Н. Орлова), организованного ГБОУ ВПО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого в г. Красноярске с 20.04.2015 по 24.04.2015г.

«Фестиваль молодежной науки-2015» входит в перечень наиболее значимых мероприятий образовательной и воспитательной направленности, в образовательных организациях находящихся в ведении Министерства здравоохранения. В программе Фестиваля организаторы предусмотрели возможность посещения студентами вебинаров, мастер-классов, презентации лабораторий и пр., для иногородних участников также экскурсии и культурную программу.

Л.Р. Сафарян, Е.В. Димусева, студентки техникума, отметили, что возможность участвовать в мероприятиях Фестиваля наряду со студентами вуза, помогла им осознать значимость научной деятельности в области медицины, оценить перспективы дальнейшего профессионального и личностного развития, а также обменяться опытом учебно-исследовательской и творческой деятельности со студентами средних и высших образовательных учреждений.

На секции студентов медицинский колледжей Е.В. Димусева представила доклад: «Псориаз: унижение или печать природы?» (Руководитель: Г.Н. Комарова). Доклад был удостоен **диплома I степени** «За популяризацию медицинских знаний».

В сборник конференции были подготовлены публикации:

1. Гончарова А.Ю. Волонтерская деятельность как условие формирования компетенций медицинской сестры.

2. Черкашина О.Л. Медико-социальные аспекты профилактики ишемической болезни сердца у лиц пожилого возраста.

Благодарим всех участников Фестиваля, его организаторов – НОЦ «Молодежная наука» КрасГМУ за приглашение наших студентов, администрацию техникума за поддержку студенческих инициатив! Желаем успехов в научно-исследовательской творческой деятельности!



27 апреля



ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Поздравляем Светлану Олеговну Анохину с победой в I Международном методическом конкурсе по проблеме преподавания английского языка "Teaching English". Желаем новых свершений в профессиональной деятельности!!!



29 апреля



ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Поздравляем сотрудников техникума Япину Марину Ивановну и Ускову Маргариту Георгиевну, занявших II место во Всероссийском конкурсе творческих работ "Живи позитивно".



30 апреля

Состоялась традиционная торжественная встреча студентов техникума с ветераном Великой Отечественной войны, ветераном труда, Отличником народного образования, Почетной жительницей города Ачинска Ниной Федоровной Шепиловой.

Студенты гостеприимно встретили почетную гостью. В беседе с молодежью Нина Федоровна вспоминала тяжелые военные годы. Рассказала свою историю военной медсестры: как ухаживала за больными и ранеными.

А завершилась встреча вручением цветов и Диплома за многолетнюю активную общественную деятельность.

