

7 апреля



Обзор новостей

## Витамины. История открытия витаминов

Витамины – это наши хранители от болезней, от воздействия внешней среды, они помогают нам жить! Много ученых трудилось над раскрытием роли и механизма действия витаминов, над определением их химической формулы, над их синтезом.

В рамках реализации программ национального проекта «Здравоохранение» студенты 386 группы специальности «Сестринское дело» Ксения Демьянова и Алина Цымбалей под руководством преподавателя Ильи Николаевича Брайма подготовили и провели онлайн-беседу с учащимися МБОУ «Белоярская СОШ», МКОУ «Лапшихинская СШ, филиал МБОУ СОШ №3 г. Назарово по теме «Витамины. История открытия витаминов». Школьники узнали, что еще в древних трудах было описано множество человеческих недугов, которые, как мы знаем сегодня, возникают от недостатка витаминов. Военные походы всех времен были омрачены не только ужасами боев, но и жестоким действием цинги. Она была зловещим спутником морских путешественников: моряки при достаточных запасах продовольствия долгое время были лишены свежих фруктов, овощей и свежего мяса. Ребятам рассказали о группах витаминов содержащихся в различных продуктах питания, о полноценном рационе питания школьника. В заключение беседы ребята отгадали загадки о витаминах.

Сбалансированное и рациональное питание является первоосновой в обеспечении человека всеми пищевыми веществами, в том числе и витаминами. Любой из нас должен постоянно принимать полный набор витаминов в том количестве, которое необходимо для обеспечения суточной потребности организма.

Информацию подготовили Ксения Демьянова Алина Цымбалей, гр. №386

**История названия**

В 1906 году Фредерик Хопкинс предположил, что помимо белков, жиров и углеводов пища содержит еще какое-то вещество, необходимое для человеческого организма, которое он назвал «accessory food factors» (дополнительные пищевые факторы).

Последний шаг был сделан в 1911 году польским ученым Казимиром Функом, работавшим в Лисдоне. Он выделил кристаллический препарат, обладающее свойствами которого называли «скри-берн». Препарат был получен из пшеницы, отсюда — «витамин» и английский «-berн» — «витамин», антологическое соединение. Функ высказал предположение, что и другие болезни — цинга, пеллагра, рахит — тоже могут вызываться недостатком определенных веществ.

В 1920 году Джек Стивенс Дриммонд предложил убрать «ю» из слова «Витамин», потому что ведира английский человек с «ю» создала языкового компонента. Так «ангабайн»-Студи «ангабайн».

Фредерик Хопкинс      Казимир Функ

Лапшихинская...      филиал СОШ №3 г. Назарово

Разговор о важном: Патриотизм. Гражданственность. Долг

*Быть патриотом, ... Что же это значит?*

*А это значит - Родину любить,*

*А это значит честно, бескорыстно*

*Отечеству любимому служить...*

В 388 группе был проведён кураторский час «Разговор о важном. Патриотизм. Гражданственность. Долг», который подготовили Козлова Дарья и Шевлякова Дарья под руководством куратора группы Оксаны Александровны Игнатенко. Главной целью кураторского часа было формирование у обучающихся гражданской позиции, гражданско-патриотического сознания, верности Отечеству, воспитание готовности к достойному служению обществу и государству, уважения к историческому прошлому нашей Родины.

На кураторском часе ребята разбирались в таких понятиях как патриотизм, патриот и гражданин, гражданская позиция, права и обязанности гражданина, гражданский долг, определили качества, которыми должен обладать гражданин и патриот, на основе фактического материала попытались сформировать собственную позицию о происходящих событиях в Мире и о спецоперации на Украине.

В ходе проведения кураторского часа ребята актуализировали свои знания об истории России и Украины. Украина и Россия - две части исторического и духовного пространства. Два братских народа, имеющих схожие ценности, литературу, культуру и язык, пережили много счастливых и сложных периодов истории. Но, к сожалению, есть силы, которым Россия органически ненавистна, которые сейчас делают всё, чтобы развязать войну. В 2014 году на Украине произошёл антигосударственный переворот. При активной поддержке недоброжелателей нашей страны, на Украине фактически установился фашистский режим. Главной идеологической темой стала жгучая ненависть к России, «москалям» – на уровне государственной политики. Восемь лет неонацисты бомбили Донецкую и Луганскую области, не считаясь с жизнями детей и стариков, не жалея заводы, школы, дома, которые строили когда-то жители всего Советского Союза. Бомбили за то, что эти две области просили для себя ограниченной самостоятельности, причём внутри Украины. Луганчане и дончане хотели совсем немного: чтобы русский язык стал в их областях вторым государственным – наравне с украинским, и чтобы их регионы были наделены некоторыми самостоятельными управленческими функциями. Россия все эти годы, испытывая усиливающееся давление американских и западных партнёров, оказывала необходимую поддержку своим братьям, которые стали жертвами бомбардировок и украинской хунты. То, что происходит на Украине сейчас, называется в международной практике принуждением к миру. Россия признала независимость Донецкой и Луганской республик, и вынуждена была объявить о специальной военной операции для того, чтобы остановить 8-летнюю войну против мирных граждан, которые просили независимости. Именно сейчас каждый из нас может проявить свою гражданскую позицию и добрыми делами помочь тем, кто нуждается в нашей поддержке и заботе.

*Молодость! Возьми с собой в дорогу*

*Самую заветную мечту,*

*За людей душевную тревогу,*

*Сердца жар и мыслей красоту,*

*Мудрость чувства,*

*Стойкость в бурях жизни,*

*Мужество во всем и до конца,*

*Верность другу,*

*Преданность отчизне,*

*Имя Гражданина и борца.*

*Информацию подготовили Козлова Дарья и Шевлякова Дарья, студентки 388 группы.*



---

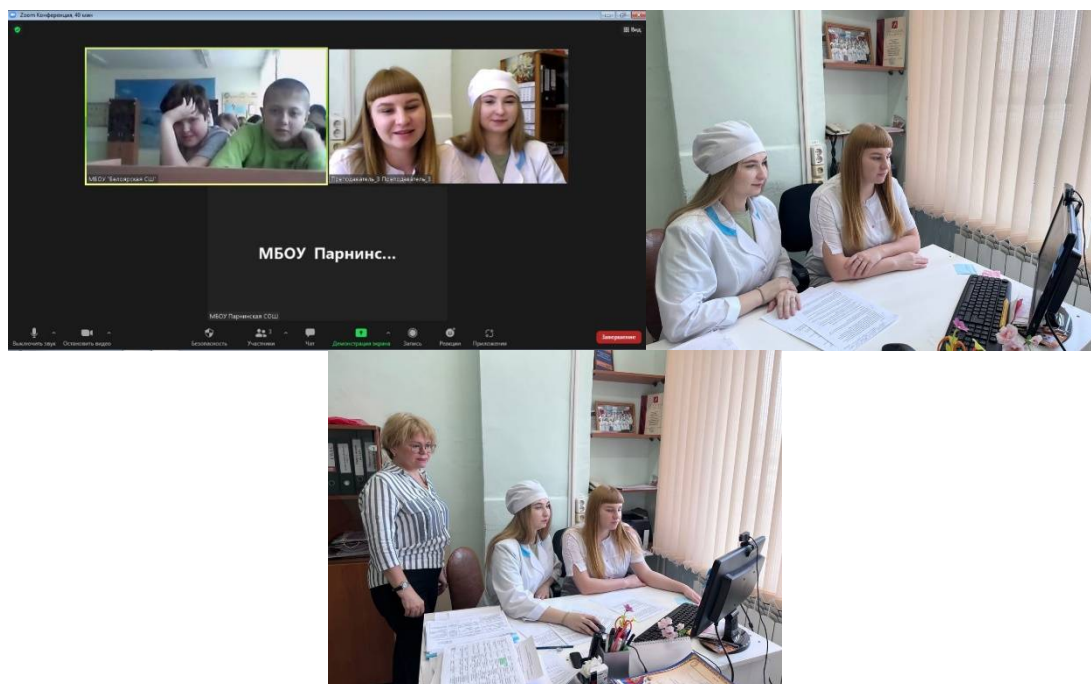
### **Компьютер и здоровье**

Современный человек все чаще и чаще использует компьютер для решения своих задач, будь то поиск информации, общение, совершение покупок или развлечение. Но, к сожалению люди, забывают о вреде компьютера и других гаджетов. Очень важно соблюдать правила, при работе с персональным компьютером, ведь это отражается на здоровье, как взрослых, так и детей.

В рамках реализации программы национального проекта «Здравоохранение» в Красноярском крае студенты Ачинского медицинского техникума - Ольга Терехова и Кристина Соколова, отделение «Лечебное дело», под руководством преподавателя и руководителя кружка «Компьютер и здоровье» Ирины Михайловны Фадеевой, подготовили и провели информационно-просветительское мероприятие на тему «Влияние ПК и гаджетов на здоровье человека» для обучающихся МБОУ «Белоярская СОШ», МБОУ Парнинская СОШ им. Героя Советского Союза Г.С. Елисеева. Ольга и Кристина в дистанционном формате рассказали школьникам, что чрезмерное злоупотребление временем общения с персональным компьютером и другими гаджетами негативно сказывается на состоянии как физического, так и психического здоровья подростков.

Студенты провели опрос среди обучающихся и выяснили, что многие подростки злоупотребляют временем проведенным за телефоном и ПК, рассказали о правилах работы за персональным компьютером, познакомили их с правилами организации своего рабочего места, сколько времени нужно проводить за компьютером, обучающиеся научились делать гимнастику как для тела, так и для глаз.

*Информацию подготовили студенты 401 группы Терехова Ольга и Соколова Кристина.*



**11 апреля**



Обзор новостей

### **В нашем техникуме прошла традиционная донорская акция «Подари жизнь!»**

Уже заведено, что несколько раз в год в стенах нашего техникума разворачивается мобильная станция переливания крови. Каждый желающий, подходящий по требованиям к донорам, может сдать свою кровь прямо на месте. Перед донацией каждый должен пройти определенную процедуру: заполнить необходимые документы, измерить артериальное давление, сдать кровь на определение группы крови, резус-фактора, гемоглобина. Сама сдача крови занимала не более 15 минут в комфортных для доноров.

В этот раз желающих сдать свою кровь было рекордное количество – чуть более ста человек: студенты, сотрудники, преподаватели. Однако подошли по медицинским показаниям только 50 человек. В заключение всем добровольцам выдали справки и денежную компенсацию на обед. Традиционная акция донорская акция проходит у нас несколько раз в год. Цель акции – популяризация кадрового донорства как составляющей здорового образа жизни. Мероприятие сопровождали волонтеры-медики Регина Козловская и Гузель Ахадова (401 группа), Ольга Матяс (403 группа).







---

**Стали известны имена победителей студенческого конкурса памяток «Цифровая безопасность»**



С 28 марта по 02 апреля 2022 года на базе КГБПОУ «Ачинский медицинский техникум» в рамках Открытой недели прошел студенческий

конкурс памяток на тему «Цифровая безопасность» по дисциплинам ЕН.01 Информатика и ЕН.02 Информационные технологии в профессиональной деятельности, организатор конкурса - преподаватель информатики Фадеева Ирина Михайловна.



Цель конкурса - формирование у студентов знаний и умений по вопросу цифровой безопасности в сети Интернет.

Задачи конкурса:

- углубление знаний о цифровой безопасности;
- содействие развитию общих компетенций, обучающихся в области информационных технологий;
- эффективное использование информационно-коммуникационных технологий для выполнения поставленных задач;
- развитие познавательных способностей и творческой инициативы, стимулирование творческого роста студентов;
- стимулирование научной и учебной деятельности у студенческой молодежи.

На конкурс было принято 22 работы.

Победителями конкурса стали:

I место – Пацарук Арина и Жилина Анастасия (группа 387); Толикина Кристина и Сатмушева Елизавета (группа 388).

II место – Дранишникова Дарья (группа 387); Козловская Регина (группа 401); Дудкин Данила и Чеснакова Екатерина (группа 387); Белкина Алина и Перфильева Анна (группа 388).

III место – Тихонова Алина (группа 387); Банщикова Наталья (группа 395); Миллер Анна (группа 388); Шабалина Анна (группа 395).

Благодарим за участие и надеемся на дальнейшее сотрудничество!

---

### **Уроки мужества «Герои нашего времени»**

Испокон веков Россия славится своим героическим прошлым, отважными своими сынами. Благодаря мужеству и самоотверженности нашего народа, она выстояла не в одной войне. Сейчас Россия вновь переживает непростое время, когда под угрозой наше будущее и будущее наших поколений. В целях патриотического воспитания и воспитания чувства долга в нашем техникуме проходят уроки мужества, в ходе которых студенты узнают не только о примерах самоотверженности и героизма, проявленных солдатами и офицерами во время Великой Отечественной войны, но и о современных героях, наших современниках, которые сейчас выполняют свой долг и помогают народу Донбасса и всей Украины обрести безопасность и уверенность в завтрашнем дне.

---



## **Мы вместе. В Ачинском медицинском техникуме прошли Всероссийские уроки добровольчества**

Интерактивные мероприятия были проведены для студентов 1-2 курсов в целях воспитания патриотизма и активной гражданской позиции. В ходе уроков студенты обсудили вопросы: кто такие волонтеры, мотивы, которые ими движут, познакомились с историей добровольчества в России, основными направлениями волонтерской деятельности.

Тема добровольчества для студентов нашего техникума очень близка, ведь многие ребята сами являются активными участниками ВОД «Волонтеры-медики».



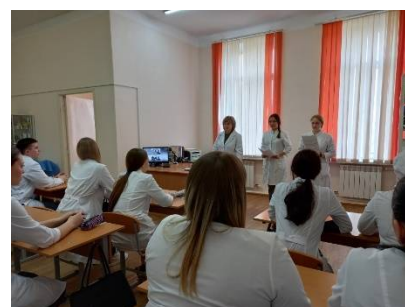
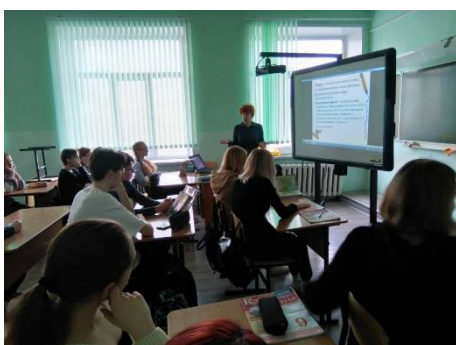
---

## **Как отличить фейковые новости от настоящих?**

В группах 1-2 курсов прошли тематические кураторские часы «Фейковые новости». В ходе мероприятий студенты посмотрели видеоролики о том, как делаются фейковые новости, монтируются фейковые фото и видео. Поговорили о том, как что такое «фейки» и зачем их распространяют.

Новости — неотъемлемая часть нашей жизни и с каждым днём появляется всё больше сообщений, которые не имеют отношения к достоверным фактам. Как защитить себя от ложной информации? В процессе обсуждения ребята предложили способы определения «фейковой информации».

В ходе мероприятия, обучающиеся пришли к выводу, что необходимо с осторожностью относиться к любой информации в сети и проверять её в разных источниках. И главное — сохранять критическое мышление!





## Репродуктивное здоровье

Репродуктивное здоровье, как важный фактор благополучия человека, закладывается с детства. Поэтому важно исключить факторы, негативно влияющие на половую сферу и сохранить способность к рождению здоровых детей. Пропаганда репродуктивного здоровья влияет на ключевые результаты реализации национального проекта «Демография» в Красноярском крае. Преподаватель Ачинского медицинского техникума Ирина Петровна Бабина провела беседу с учащимися 9 класса МБОУ «Школа №12» г. Ачинска на тему «Основы репродуктивного здоровья». Во время беседы Ирина Петровна обратила внимание подростков на самые важные моменты для сохранения репродуктивного здоровья, о которых должен знать каждый:

- ведение здорового образа жизни;
- соблюдение правил личной гигиены;
- предохранение от инфекций, передающихся половым путём;
- предохранение от нежелательной беременности;
- укрепление иммунитета;
- правильное питание;
- ежегодное прохождение медицинских осмотров.

---

## «Ты – это то, что ты ешь!»

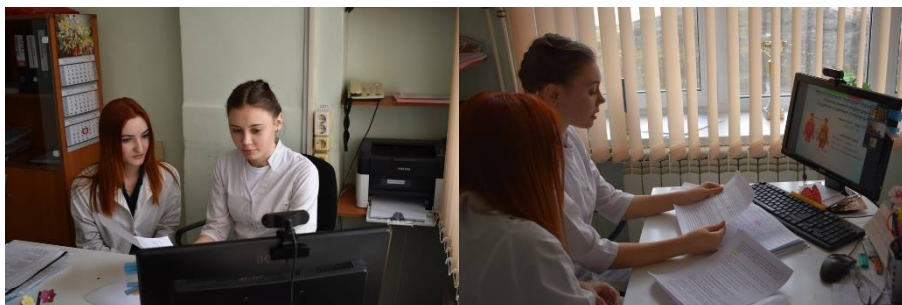
Здоровое питание – что это? Все знают, что нужно питаться правильно. Но что на самом деле кроется за этим понятием? Здоровым считается такое питание, при котором человеку обеспечивается полноценное развитие, рост, жизненная энергия и отличное самочувствие.

Студентами Ачинского медицинского техникума была проведена беседа о правильном питании с учащимися Преображенской СОШ Назаровского района. Беседу подготовили и провели Валерия Бобылева и Алсу Валиева под руководством преподавателя техникума Ольги Сергеевны Попковой.

Валерия и Алсу в дистанционном формате рассказали школьникам о вреде чрезмерного употребления еды быстрого приготовления, фаст-фудов, продуктов с большим содержанием сахара, а также к каким осложнениям это может привести и каким должно быть правильное питание. Учащиеся узнали о мифах правильного питания, как уберечь себя от лишнего веса, а в последующем и сопутствующих осложнений. Ожирение – это не только эстетическая проблема, это заболевание имеет большое количество осложнений! Любая еда – это не просто удовольствие или ритуал.

Любое съеденное блюдо поставляет в организм энергию и вещества для поддержания здоровья. В завершении беседы учащиеся ответили на несколько вопросов анкеты по правильному рациону питания. Проблема лишнего веса актуальна в рамках реализации программ национального проекта «Здравоохранения» Красноярского края.

*Информацию подготовили Валерия Бобылева и Алсу Валиева, студенты группы 391*



**13 апреля**



Обзор новостей

---

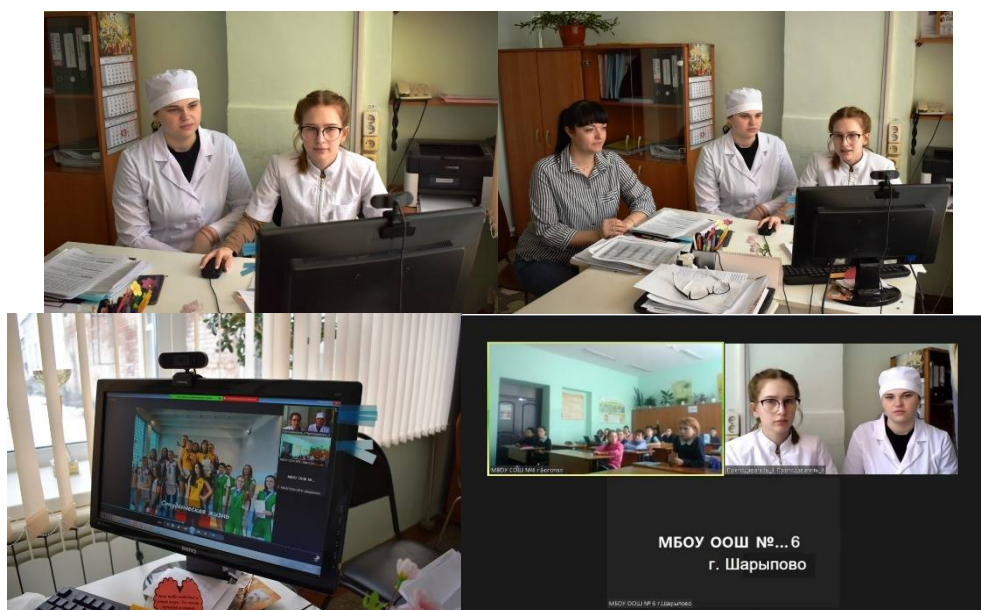
**Знакомство с медицинскими профессиями**

Выбор профессии является одним из ответственных моментов, определяющих весь дальнейший жизненный путь человека. Чем раньше человек начинает задумываться о выборе будущей профессии, тем легче ему на дальнейших этапах жизни. Очень важно иметь четкое представление о том, что представляет данная профессия, чему и сколько предстоит учиться.

Ранняя профориентация помогает обеспечивать активный набор абитуриентов в техникум, что позволяет пополнять в перспективе кадровый резерв медицинских работников для выполнения поставленных задач, в рамках национального проекта «Здравоохранение».

Студентки Ачинского медицинского техникума Вероника Веселова и Вероника Сюсина под руководством преподавателя техникума Екатерины Александровны Андреевой подготовили и провели профориентационное мероприятие «Твой выбор. Знакомство с медицинскими профессиями» для обучающихся МБОУ СОШ №4 г. Боготол, МБОУ «ООШ №6» г. Шарыпово.

Студентки провели обзор профессий, связанных с медициной. Более подробно остановились на медицинских специальностях: фельдшер, медицинская сестра/медицинский брат, акушерка/акушер, рассказали учащимся о правилах поступления в техникум и условиях обучения. Немало важным, для школьников, было узнать и о студенческой жизни во внеурочное время, а так же спортивной и волонтерской деятельности студентов нашего техникума.



### **ПрофУЕСиЯ: ориентиры молодым**

7-8 апреля 2022г. года состоялся XII Межрегиональный профориентационный фестиваль «ПрофУЕСиЯ: ориентиры молодым», посвященный темам: «Наставничество и профориентация в волонтерстве» и «Волонтерство: вклад в свое будущее».

Впервые фестиваль был организован в 2008 году и стал основной площадкой популяризации краевого добровольческого движения «Твои горизонты». В 2022г. участниками фестиваля стали 1500 представителей добровольческих профориентационных отрядов из 20 регионов России.

В рамках деловой программы с ведущими спикерами в сфере профориентации и наставниками карьерного консультирования состоялся диалог между наукой и практикой.

Все участники фестиваля познакомились инновационными профориентационными технологиями.

По традиции фестиваль завершился торжественным награждением лучших волонтеров-профориентаторов и наставников краевого профориентационного движения «Твои горизонты».

Благодарственным письмом агентства труда и занятости населения, «За активное участие в организации добровольческой профориентационной деятельности» были отмечены педагог-организатор КГБПОУ «Ачинский медицинский техникум» Татьяна Юрьевна Бахарева и студентка группы 392 специальности 34.02.01 Сестринское дело Наталья Губанова.

## 15 апреля



Обзор новостей

## Зарядка для всех!

В рамках Всероссийской акции «Будь здоров!» в Ачинске на главной площади прошла единая общегородская массовая физкультурно-спортивная акция «Зарядка для всех!». В спортивном мероприятии приняли активное участие юные ачинцы, учащиеся школ, студенты, взрослые жители нашего города. Участники выполняли упражнения под руководством фитнес-инструктора. А после небольшой разминки участники зарядки провели небольшой танцевальный флешмоб.

Активными участниками мероприятия стали наши волонтеры-медики. Студенты не только сами стали участниками зарядки и с удовольствием выполняли все упражнения, но и подготовили для ачинцев несколько тематических площадок. Для самых маленьких была проведена игра «Секреты здоровья», в ходе которой ребяташки отгадывали загадки о здоровом образе жизни, складывали пазлы на тему «Спорт», определяли вредные и полезные продукты. За правильные ответы ребята получали смайлики, а по завершению игры каждый был награжден медалью за активность и значком.

На другой площадке для старших школьников волонтеры рассказывали о составляющих здорового образа жизни и провели игру «Полезные привычки».

Не менее интересной была площадка «Инсульт и его профилактика», слушатели узнали, что такое инсульт, какой он бывает, по каким признакам можно установить инсульт и как оказать первую помощь, а также меры профилактики инсульта.

Большой популярностью пользовалась и площадка «Мастер-класс по измерению АД». А всем прохожим студенты-медики дарили тематические буклеты и желали здоровья.

В общем, мероприятие удалось. Ребята испытали массу положительных эмоций, зарядились энергией и неплохо поработали.









## Здоровье – залог успеха

Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Здоровье не купишь за деньги. Его нужно беречь с рождения. Информирование о правильном питании и принципах ведения здорового образа жизни является частью программы «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография». Беседа на тему здорового образа жизни прошла со школьниками МБОУ «СОШ №2» г. Шарыпово, МКОУ «Березовская СОШ» Большеулуйского района, «Комаровская ОШ» Пировский района, которую подготовила и провела студентка "Ачинского медицинского техникума" Алена Казанцева отделение Лечебное дело под руководством преподавателя техникума Людмилы Михайловны Кучешевой. Алёна в дистанционном формате рассказала школьникам, как сберечь свое здоровье, что является здоровым образ жизни, рассказала о таких помощниках сохранения здоровья как:

- правильное распределение режим дня;
- личная гигиена;
- правильное питание;
- занятия физкультурой, спортом;
- положительные эмоции;
- жизнь без вредных привычек.

В завершении встречи была проведена спортивная игра: "Шайба, гол, ура!".

*Информацию подготовила Казанцева Алена, 389 гр.*

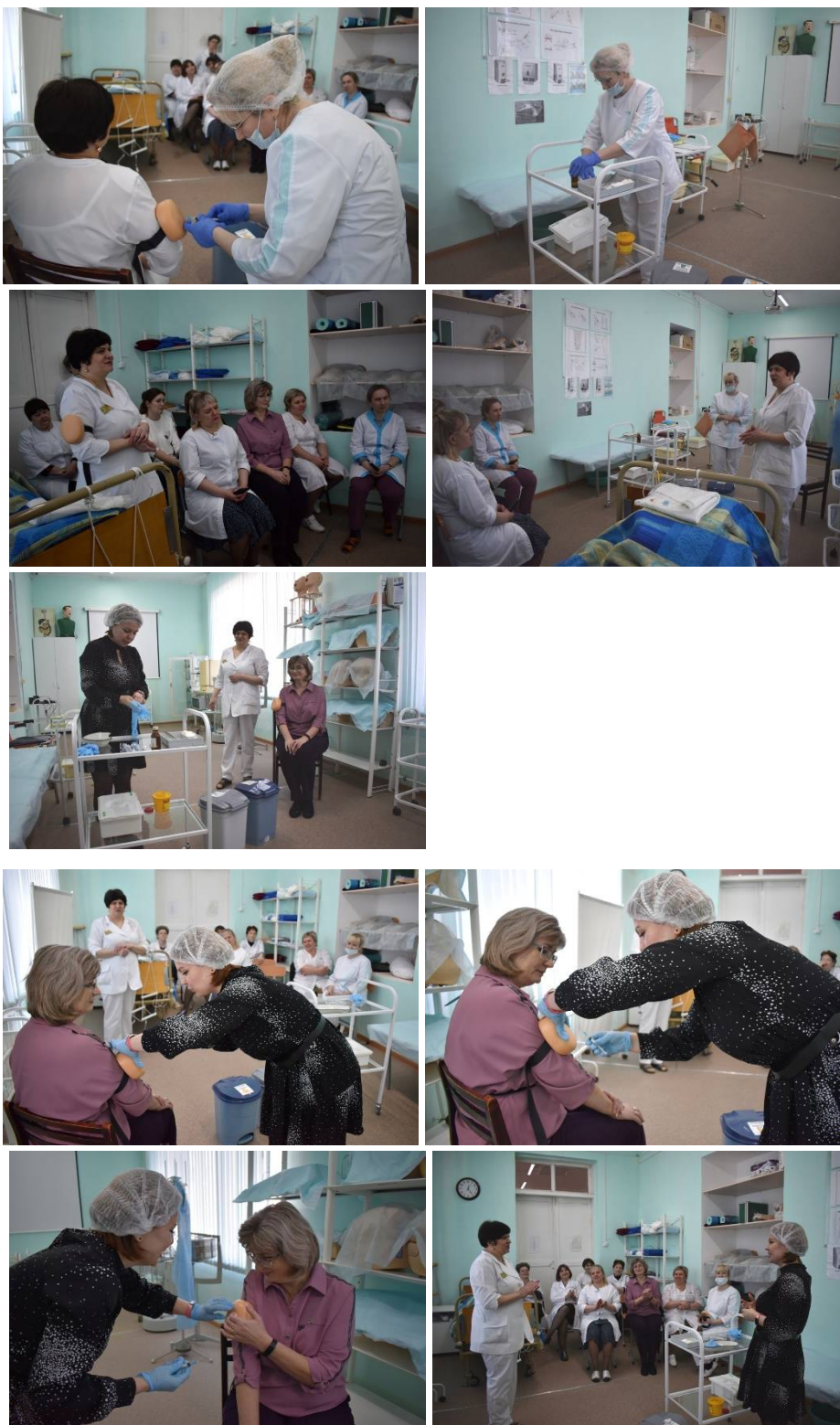


## Мастер-класс «Постановка подкожной инъекции»

В рамках единой методической недели преподавателями техникума Ольгой Петровной Колодиной и Галиной Федоровной Зубаревой проведен мастер-класс «Постановка подкожной инъекции». В мастер–классе приняли активное участие преподаватели и сотрудники техникума. Мастер–класс организован как отчетное мероприятие по реализации программы «Наставничество».

*Информацию подготовила преподаватель О.П. Колодина*

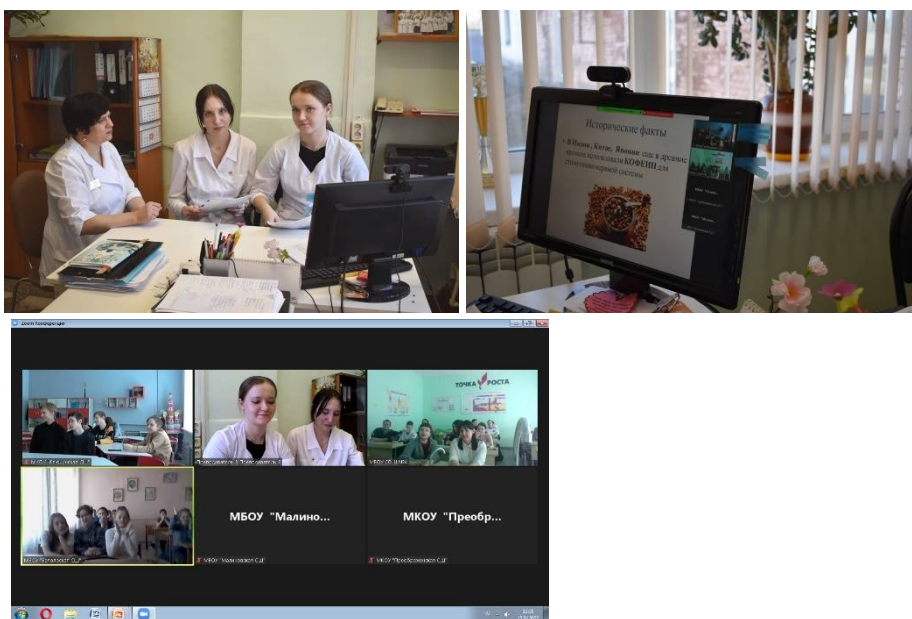




### **Энергетики - пить или не пить?**

В рамках реализации программ национального проекта «Здравоохранение» Красноярского края для учащихся МБОУ «Белоярская средняя школа», МБОУ «Малиновская средняя школа», МКОУ «Ключинская средняя школа», МКОУ «Преображенская средняя школа» Ачинского района и МБОУ «СОШ № 4» г. Боготол, участниками кружка «Сестра

милосердия» Дарьей Грибовской и Дарьей Молякко отделения Лечебное дело, под руководством преподавателя Ольги Петровны Колодиной подготовлено и проведено информационно-просветительское мероприятие «Энергетики - пить или не пить?». Школьникам было подробно рассказано о составе энергетических напитков, их действии на организм, на сердечно-сосудистую, нервную и дыхательную системы. Акцент сделан на тот факт, что употребляя «энергетики» подросток получает энергию у организма в «долг», а расплатой будет собственное здоровье. Содержательный видеоролик укрепил понимание школьников о том, что энергетические напитки далеко не безобидное удовольствие.



---

### **Сразу две студентки нашего техникума стали участницами городского конкурса «Студент года – 2022»**

Конкурс «Студент года» - пожалуй, одно из главных событий в студенческой среде Ачинска. Его ждут, к нему готовятся. Своих участников выставляет каждое профессиональное образовательное учреждение города. Этот год тоже не стал исключением. В конкурсе приняли участие 8 студентов, самых лучших, самых достойных. Наш техникум представляли сразу две участницы, студентки 1 курса: Алина Климова (группа 403, отделение «Акушерское дело») и Полина Киселева (группа 400, отделение «Лечебное дело»).

По традиции конкурс проходил в два этапа. Первый этап – заочный. Конкурсанты должны были представить свое портфолио, защитить свой проект и ответить на вопросы интеллектуального конкурса. Второй день – самый сложный для всех ребят. Кандидаты на лучшего студента города должны были представить себя и свои достижения, провести мастер-класс, продемонстрировать жюри и зрителям свои таланты. Отдельно оценивалась группа поддержки.

Стоит отметить, что наши девушки достойно представили техникум. Полина Киселева поразила зрителей и жюри умением мастерски разобрать и собрать автомат на время. Справилась за 35 секунд, а в творческом конкурсе удивила виртуозной игрой на баяне.

Алина Климова собрала всех желающих на массовую зарядку. Поддержать ее вышли на сцену и волонтеры-медики. Никого не оставило равнодушным в зале и стихотворение «Людей неинтересных в мире нет...» Евгения Евтушенко.

Отдельно стоит отметить нашу группу поддержки – это было просто СУПЕР! Ребята пришли поддержать участниц в белых халатах, с плакатами, шарами, флагом техникума. Каждый выход девушек встречали аплодисментами и кричалками. Бесспорно, с такой поддержкой девушки чувствовали себя на сцене увереннее. И пусть мы не вошли в тройку лидеров, но для нас вы были лучшие! Ваши победы еще впереди, главное – идти, делать, стремиться!  
Гордимся вами!















**20 апреля**



Обзор новостей

### **В Горной средней школе прошел выездной урок здоровья**

Мероприятие прошло в рамках Всероссийской акции «Будь здоров!» в рамках Всемирного дня здоровья. Провел его студент 389 группы, волонтер-медик, Виктор Косов. Участниками мероприятия стали ученики 9-11 классов. Ребята узнали, что такое

иммунитет и как можно поддерживать крепкий иммунитет, как правильно питаться, чем полезна физическая активность, как бороться со стрессом и быть в хорошем настроении, а также много другой полезной информации. Полученные знания школьники закрепляли в игровой форме. Участниками мероприятия стали почти 40 человек. Выезд был организован совместно с Ачинским центром занятости населения.



---

### **Будь здоров!**

Волонтеры-медики Дарья Грибовская, Полина Киселева и Константин Шаройкин побывали в гостях у воспитанников Ачинского кадетского корпуса имени Героя Советского Союза Г.Г. Голубева. Ребята провели урок здоровья для учеников 7 классов. Волонтеры рассказали кадетам как важна для сохранения здоровья физическая активность, с помощью чего можно укрепить свой иммунитет, обсудили, как вакцинация помогает справиться со многими серьезными заболеваниями, поговорили о важности правильного питания и о том, как на здоровье влияет правильная осанка. Студенты-медики помогли понять ребятам, почему порядок на рабочем столе помогает сохранять наше здоровье. Выступление волонтеров сопровождала интересная презентация о здоровом образе жизни. В завершении встречи волонтеры провели с ребятами упражнение «Лимон», направленное на психологическую разгрузку. Всего в мероприятии приняли участие 60 кадетов.



---

### **День здоровья студенты-медики отметили спортивным праздником**

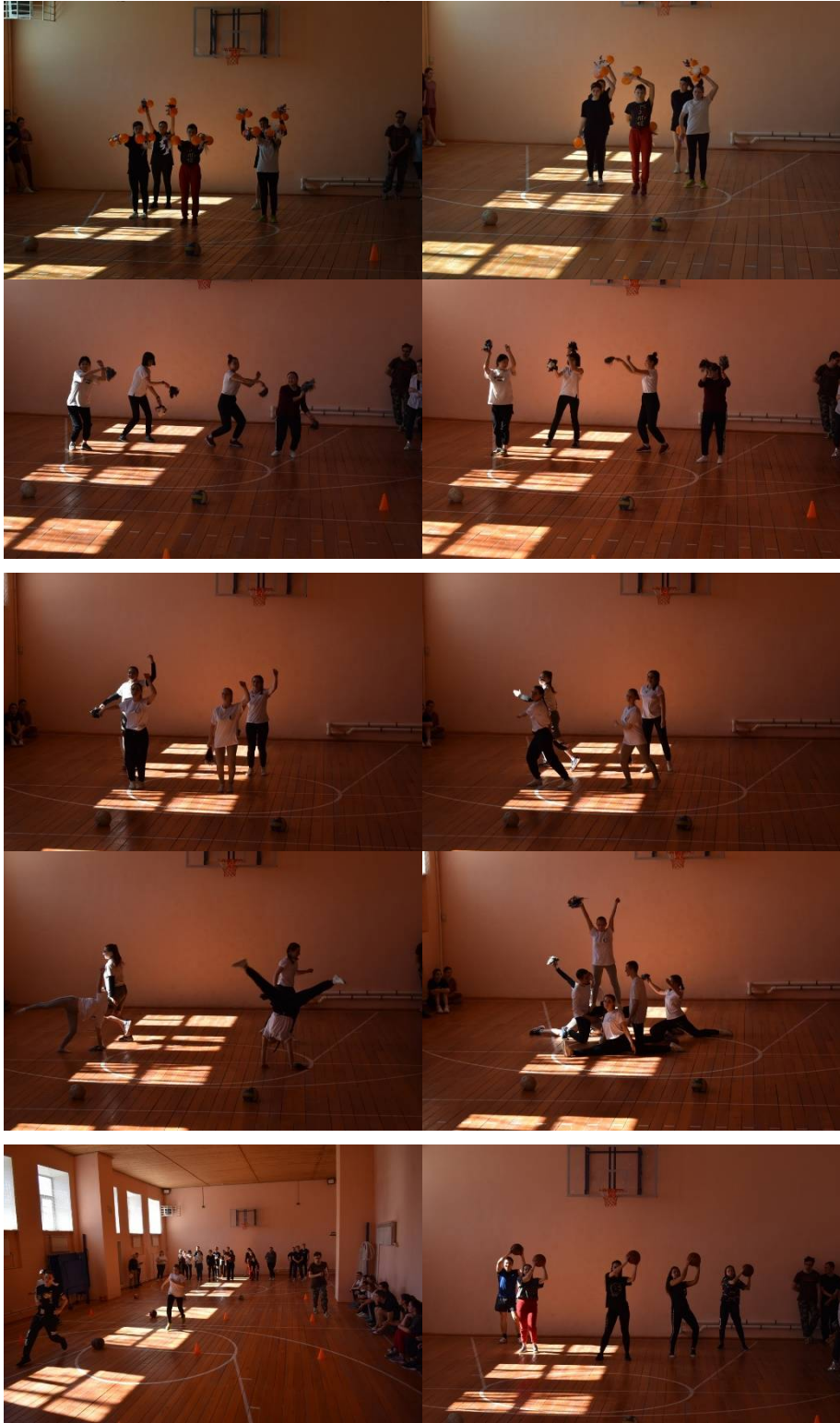
В рамках Всемирного дня здоровья в нашем техникуме состоялись спортивные состязания «Веселые старты» между учебными группами. В соревнованиях приняли участие 8 команд: группы 391, 393, 396, 399, 400, 401, 403, 402. Участников соревнований ожидала насыщенная программа: команды должны были представить себя, показать творческий номер, после чего началась самая сложная часть – эстафеты. Команды соревновались в скорости, ловкости, умении работать сообща, каждый старался прийти к финишу первым. В результате места распределились следующим образом:

3 место – 401, 403 гр.

2 место – 400 гр.

1 место – 389 гр.

Мероприятие было проведено руководителем физвоспитания Ольгой Васильевной Ильиной. Ответственная за проведение мероприятия группа – 398. Поздравляем участников и победителей, желаем спортивного азарта и удачи!













---

### Проект «Пушкинская карта»

В нашем общежитии состоялась встреча студентов с актерами Ачинского драматического театра.

Наши гости: Елизавета Иноземцева, Виктор Чекменев и Татьяна Велиходская подготовили для студентов интерактивную презентацию «Пушкинской карты». Несмотря на то, что проект «Пушкинская карта» реализуется с 1 сентября 2021 года, далеко не все смогли по достоинству оценить все преимущества карты. Студентам подробно рассказали о плюсах карты, о том, как она работает, как ее оформить и где можно купить билет на культурное мероприятие.

Многие ребята заинтересовались и прямо в ходе встречи оформили себе пушкинскую карту. На память о встрече каждый студент получил небольшой презент с символикой Ачинского драматического театра.

Мы уверены, что наша дружба с Ачинским драматическим театром продолжится. Сейчас готовится к постановке спектакль «Василий Тёркин». Премьера запланирована к празднованию 9 мая. У нас в техникуме показ этого спектакля запланирован на 18 мая. Билеты можно будет приобрести по Пушкинской карте.

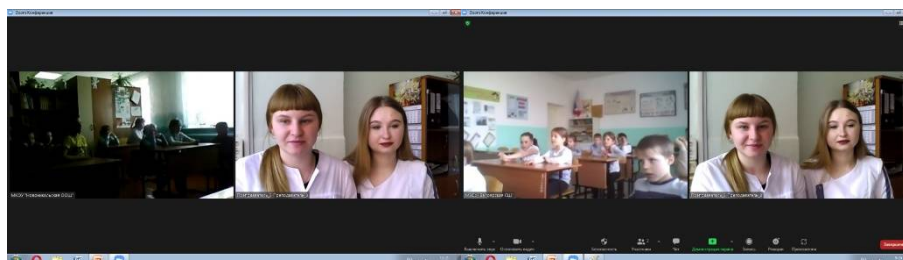


## Компьютер и Я

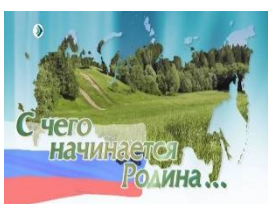
Трудно представить современную жизнь без компьютера. На сегодняшний день возраст активного пользования компьютером снижается до 5-6-летних детей, которые умеют обращаться с техникой намного лучше, чем многие взрослые. С одной стороны, в этом нет ничего плохого – в наш компьютерный век, чем раньше человек познает основы работы с компьютером, тем лучше, с другой стороны, по данным статистики, из года в год увеличивается заболеваемость детей и подростков. Часы, проведенные перед экраном монитора, рано или поздно отзовутся расстройством нервной системы, снизят уровень иммунитета. И недопустимо, чтобы за получение знаний люди расплачивались своим здоровьем.

В рамках реализации программы национального проекта «Здравоохранение» студентки Ачинского медицинского техникума Ольга Терехова и Кристина Соколова, под руководством преподавателя и руководителя кружка «Компьютер и здоровье» Ирины Михайловны Фадеевой подготовили и провели информационно-просветительское мероприятие на тему «Компьютер и Я». Ольга и Кристина в дистанционном формате рассказали школьникам 1-4 классов МБОУ «Белоярская СШ» и МКОУ «Преображенская СШ» Ачинского района, МКОУ «Новоникольская ООШ» и МКОУ «Березовская СОШ» Большеулуйского района о компьютере, технике безопасности при работе с компьютером и сколько времени разрешается работать на компьютере. В заключении беседы студентки провели с ребятами гимнастику для осанки и глаз.

*Информацию подготовили студенты 401 группы Кристина Соколова и Ольга Терехова.*



**21 апреля**



В АМТ стартовал фестиваль военно-патриотических песен

## **Мы гордимся!**

В Ачинском медицинском техникуме стартовал фестиваль военно-патриотических песен. В КГБПОУ «Ачинский медицинский техникум» в рамках месячника военно-патриотического воспитания, посвященного 77-летию со дня Победы в Великой Отечественной войне, начался фестиваль военно-патриотических песен «Я горжусь!». Патриотизм – понятие сложное и многогранное. Он может проявляться в чувствах, взглядах, жизненных принципах или поступках человека. Патриотизм обладает одним очень важным качеством: он сплачивает. Вот и наш фестиваль – это сплоченность, единство студентов и сотрудников техникума.

Мероприятие будет продолжаться до 24 апреля. Сегодня первыми выступили представители трудового коллектива, в числе которых - администрация, преподаватели, руководители отделов, прочий персонал. Мы считаем, что воспитывают не только словами, но и (в первую очередь) делами, поступками, отношением ко всему происходящему.

Песня «С чего начинается Родина...» выбрана не случайно, она словно прокладывает мостик от родителей к своим детям – студентам, волнует, берет за душу. В ней поется обо всем, что так дорого и понятно каждому человеку. Родина там, где родители, друзья, говорящие и думающие на одном с тобой языке. Родина в простых, родных, милых сердцу словах: в березке, букваре, скворце, просёлочной дороге... Родина – это объединяющее начало для каждого человека, любовь к ней определяет силу и величие народа!

## **22 апреля**



Обзор новостей

## **Осторожно, наркотики!**

Наркомания - страшная болезнь, «бич», чума 21 века. В рамках реализации краевого проекта «Знание сила» студенты Ачинского медицинского техникума провели беседу по профилактике употребления наркотических веществ со студентами Ачинского техникума нефти и газа. Матяс Ольга, Козловская Регина и Ахадова Гюзель рассказали студентам АТНГ о влиянии наркотических веществ на системы организма человека, мифах о наркомании и о том, как уберечь себя и своих близких от их погубного воздействия. В ходе лекции волонтеры-медики рассказали о зависимости и почему люди, в частности подростки, попадают в плен наркотических веществ. Главная цель беседы, донести до подростков, что наркомания – это страшное заболевание, характеризующиеся неконтролируемой тягой к наркотическим веществам, которые вызывают эйфорию. Молодежь должна понимать, что при употреблении наркотиков наблюдаются нарушение речи, галлюцинации и психозы. Также страдает репродуктивная система, что часто приводит к бесплодию, а передозировка – к летальному исходу или к тому, что наркозависимый становится «овощем». В процессе беседы студенты АТНГ активно отвечали на вопросы и участвовали в обсуждении данной темы. Сохранение здоровья

молодого поколения является основной задачей в реализации программы «Укрепление общественного здоровья» нацпроекта «Демография».

*Информацию подготовила Матяс Ольга, 403 гр.*



---

### **«Молодежная повестка: добровольчество и волонтерство»**

19-21 апреля 2022г. в г. Красноярске состоялся VI Региональный чемпионат профессионального мастерства для людей с инвалидностью «Абилимпикс», организатором которого был Региональный центр развития движения «Абилимпикс» при поддержке Правительства Красноярского края (организационный комитет по подготовке и проведению региональных отборочных этапов Национального чемпионата профессионального мастерства среди людей с инвалидностью «Абилимпикс»).

В рамках регионального чемпионата была организована дискуссионная площадка «Молодежная повестка: добровольчество и волонтерство», в работе которой приняли активное участие Марина Вячеславовна Калабухова, заместитель директора Ачинского медицинского техникума, и Елена Вержбицкая, студентка техникума, член Всероссийского общественного движения добровольцев в сфере здравоохранения «Волонтеры-медики».

Марина Вячеславовна и Елена выступили с докладом по теме [«Формирование гражданской активности обучающихся через волонтерскую деятельность»](#). В своем докладе они выделили основные направления деятельности волонтеров-медиков, остановились подробнее на деятельности волонтеров в рамках каждого направления.

**27 апреля**



Обзор новостей

---

**Репродуктивное здоровье девушек**

Сохранение репродуктивного здоровья подростков чрезвычайно важно. Подростковый возраст характеризуется уникальными физиологическими изменениями организма, когда интенсивно протекают процессы роста и развития и что особенно важно происходит психологическое, нравственное и социальное становление личности.

Преподаватель Ачинского медицинского техникума Ирина Петровна Бабина провела беседу с учащимися МБОУ «Основная общеобразовательная школа № 6» п. Дубинино на тему «Основы репродуктивного здоровья». Во время беседы Ирина Петровна обратила внимание подростков на самые важные моменты для сохранения репродуктивного здоровья, о которых должна знать каждая девушка, т.к. забота о здоровье девочки начинается с рождения, важно с самого раннего возраста привыкать соблюдать необходимые гигиенические навыки. Очень важный возрастной период – подростковый (начало с 11-12 лет), когда необходимо особо беречь девочку от инфекционных, в первую очередь вирусных, заболеваний. Важно ликвидировать все очаги инфекции в организме, в первую очередь кариес и хроническое воспаление миндалин - тонзиллит. Своевременное выявление и лечение хронических заболеваний внутренних органов – непереносимое условие оптимального развития организма, в том числе и репродуктивной функции. Пропаганда репродуктивного здоровья влияет на ключевые результаты реализации программы национального проекта «Здравоохранения» в Красноярском крае.



---

### **Мы помним! Мы гордимся!**

В преддверии Дня Победы в нашем техникуме прошла акция «Георгиевская ленточка». Сегодня утром на входе в учебный корпус студентов и преподавателей встречали волонтеры, которые вручали каждому георгиевскую ленточку, как символ Победы. Эти ленточки мы будем носить до Дня Победы, в память о тех, кто отдал свои жизни за Родину и каждого из нас...

Впервые эта традиция появилась в 2005 году. С тех пор, ежегодно, в преддверии 9 Мая, миллионы жителей нашей страны крепят к своей одежде георгиевские ленты, чтобы отдать должное подвигу советского народа. У этого символа Победы есть свои правила ношения: георгиевскую ленточку нужно размещать с левой стороны, рядом со своим сердцем.

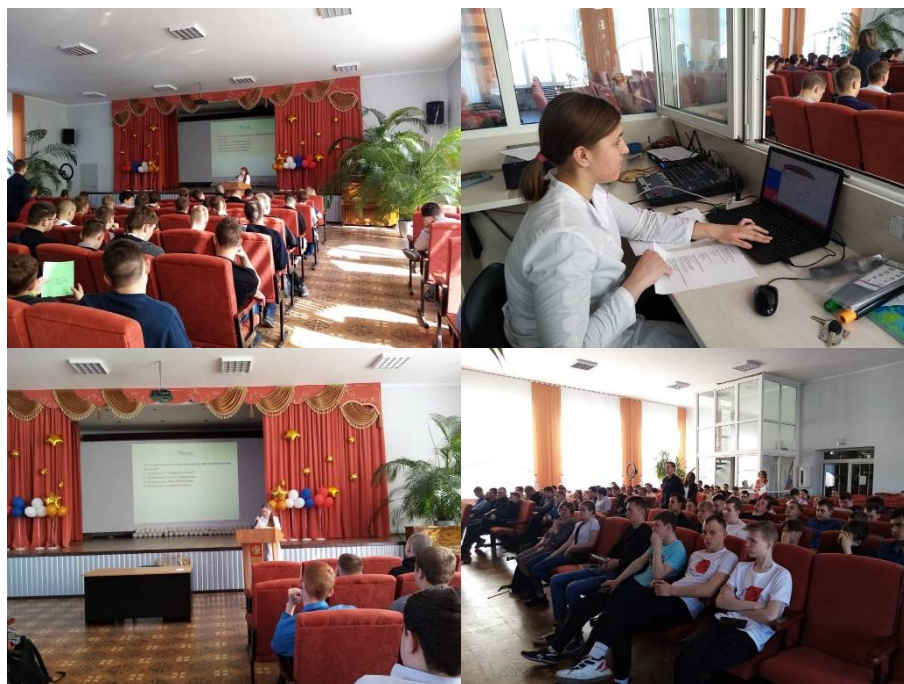
Георгиевские ленточки символизируют нашу общую память о Великой Победе, о тех, кто погиб во имя жизни и мира, выражение нашего уважения к ветеранам, к тем, кто отдал все в борьбе с фашизмом.



## **Болезнь века – инсульт**

Профилактика сердечнососудистых заболеваний входит программу национального проекта «Здравоохранение». Ежегодно в мире около 6 млн. человек переносят инсульт, а в России – более 450 тыс. В рамках реализации краевого проекта «Равный обучает равного», студентки Ачинского медицинского техникума Регина Козырева и Анна Олейникова под руководством Людмилы Михайловны Кучешевой подготовили и провели беседу по оказанию первой помощи при инсульте для студентов Ачинского колледжа транспорта и сельского хозяйства. Регина и Аня рассказали студентам, что сегодня инсульт, который называют болезнью века, продолжает прогрессировать и молодеть: если 20 лет назад болезнь поражала пациентов в возрасте от 50 лет, то сейчас в больницы с данным диагнозом попадают и молодые люди. В процессе беседы рассмотрели симптомы инсульта, два основных вида инсульта: ишемический и геморрагический. Обсудили

важные вопросы: Почему развивается инсульт? Какие есть модифицируемые факторы, поддающиеся коррекции? Как предотвратить инсульт? Что делают при инсульте? Очень важно сразу распознать симптомы инсульта, чтобы как можно быстрее вызвать бригаду скорой помощи. Чем раньше начато лечение, тем быстрее человек восстанавливается после инсульта. Ведь по статистике своевременно оказанная помощь спасает жизнь человека. Помните, что инсульт может случиться у каждого человека в любое время. Будьте готовы сделать первый шаг помощи в борьбе, с этой болезнью!



---

**19-21 апреля 2022 года в г. Красноярске прошел VI Региональный чемпионат по профессиональному мастерству среди людей с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс»**

На базе Красноярского базового медицинского колледжа им. В.М. Крутовского состоялись соревнования между студентами средних профессиональных медицинских образовательных учреждений Красноярского края по компетенции «Медицинский и социальный уход». Всего приняло участие 9 студентов. Среди них - двое студентов Ачинского медицинского техникума отделения «Сестринское дело» студентка 385 группы Анастасия Быкова и студент 391 группы Дмитрий Стрельцов.

В течении двух конкурсных дней участники чемпионата в реалистичных условиях демонстрировали свои профессиональные навыки по уходу за пациентом в стационаре и на дому: проводили сбор анамнеза, оценку функционального состояния, выполняли назначения врача, осуществляли гигиенический уход, проводили обучение пациента, давали необходимые рекомендации.

По результатам соревнований наши участники заняли почетные 4 место (Быкова Анастасия) и 6 место (Стрельцов Дмитрий).

Подготовку наших ребят к чемпионату в течение нескольких месяцев осуществляли Ольга Сергеевна Попкова и Ольга Владимировна Цюренко.

Поздравляем наших участников и желаем Насте и Диме дальнейших профессиональных успехов!



**28 апреля**



Обзор новостей

## **Прививки за и против**

О вакцинах и вакцинации говорят много. Эта тема традиционно окружена заблуждениями и страхами.

С целью информирования населения о важности этого метода профилактики опасных заболеваний, по инициативе ВОЗ ежегодно в последнюю неделю апреля проводится Всемирная или Европейская неделя иммунизации под разными девизами. Девиз Европейской недели иммунизации (ЕНИ) 2022г. - «Долгая жизнь для всех».

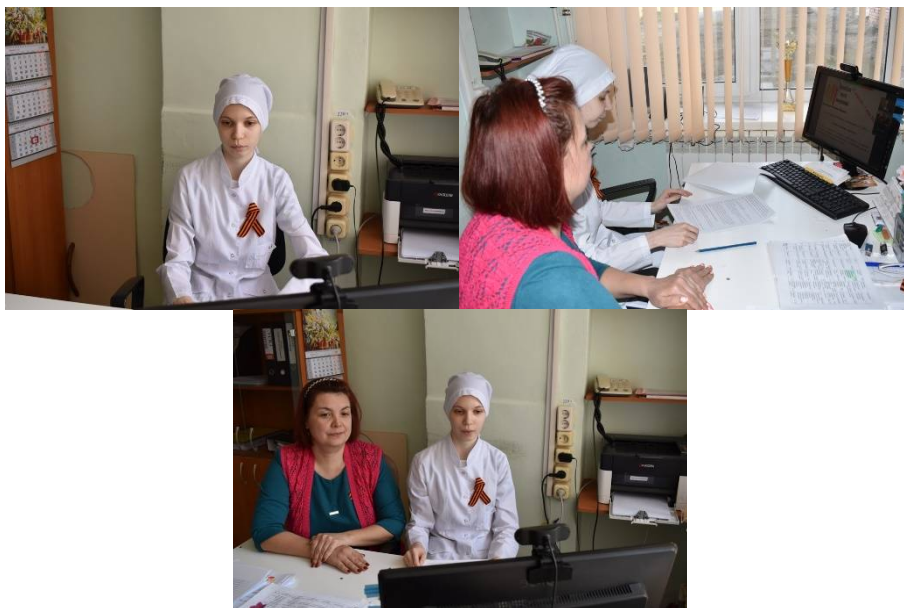
Цель ЕНИ - подчеркнуть важность равноправного и широкого доступа к вакцинам, способствующего обеспечению долгой и здоровой жизни для каждого человека.

В рамках ЕНИ -2022 в Ачинском медицинском техникуме, студенты традиционно приняли участие в разработке санбюллетеней. Студенты кружка «Детство» подготовили информационные материалы для школьников и студентов СУЗов города и района.

Студентка 392 группы Мария Иванова под руководством преподавателя техникума Светланы Николаевны Клиновой подготовила и провела информационное занятие с обучающимися МКОУ «Преображенская средняя школа», МБОУ «Белоярская средняя школа» Ачинского района. Мария начала свое сообщение с вопросов к ребятам: знают ли они, что такое прививки, для чего они нужны, а затем представила исторические данные



об открытии вакцин, рассказала ребятам, что такое вакцина и вакцинация, от каких инфекционных заболеваний прививают детское и взрослое население, о необходимости вакцинации в любом возрасте. По окончании занятия Мария и Светлана Николаевна ответили на вопросы ребят. Информирование населения о вакцинации проводится в рамках реализации национального проекта «Здравоохранения» по Красноярскому краю.



---

### **Физическая активность, как средство укрепления здоровья**

Много веков назад человеку приходилось активно двигаться, чтобы добыть пищу, построить жилище, изготовить одежду и т. д. В процессе движения формировалось тело человека, его мышцы. Можно сказать, что наше тело создано движением и для движения.

Но постепенно часть своей работы взяли на себя машины. Машины научились стирать и убирать, готовить пищу и рыть ямы, собирать хлеб, плавать и летать. Но чем более умелыми становились машины, тем более ленивыми и малоподвижными делались люди. И вот результат: в XXI в. каждый второй человек на земле страдает от гиподинамии. Она становится причиной многих болезней, сокращает жизнь.

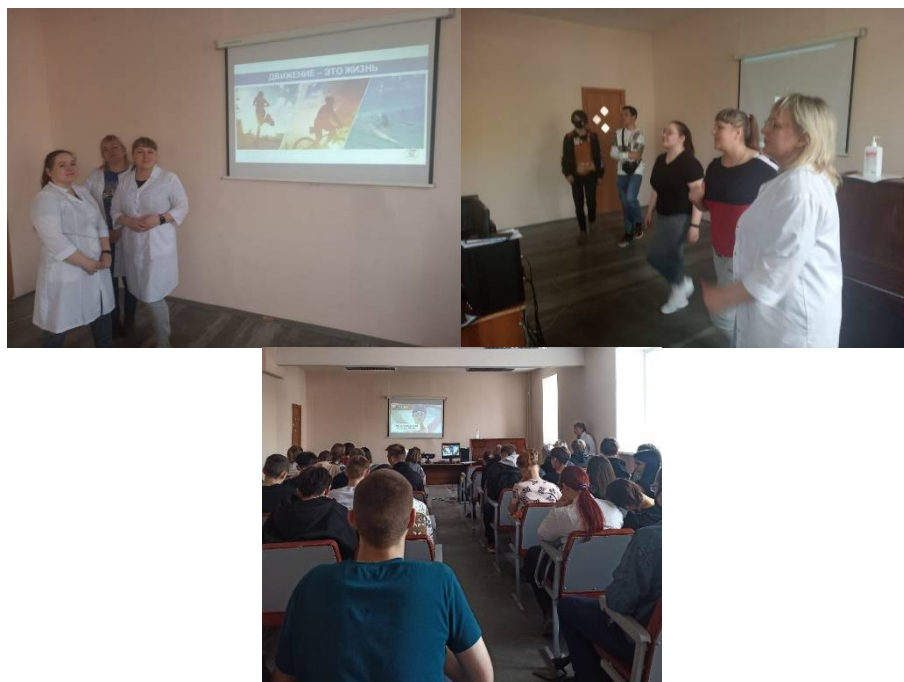
Физическая активность делает человека не только физически более привлекательным, но и существенно улучшает его здоровье, позитивно влияет на продолжительность жизни.

В рамках реализации краевого проекта «Равный обучает равного» студенты Ачинского медицинского техникума отделения «Сестринское дело» Наталья Губанова и Ольга Демко (392 гр.) под руководством преподавателя техникума Елены Сергеевны Масловской подготовили и провели профилактическую беседу с обучающимися Ачинского колледжа отраслевых технологий и бизнеса. Студентки рассказали о том, что такое физическая активность, как влияет на здоровье человека, и к чему приводит малоподвижный образ жизни (гиподинамия). Показали видеоролик о 10 видах спорта, продлевающих жизнь, а в завершении мероприятия студенты сделали утреннюю зарядку.

При своевременно принятых мерах прогноз благоприятный, большинство патологических изменений, вызванных гиподинамией вследствие нездорового образа жизни, обратимы. И

стоит отдать должное самой известной фразе, которая очень четко регламентирует правила профилактики гиподинамии: «Движение-жизнь»!

*Информацию подготовила студентка 392 группы Губанова Наталья.*



---

### **Профилактика вирусных заболеваний**

Грипп – это острое инфекционное заболевание с коротким инкубационным периодом, вызываемое вирусами типов А, В и С, протекающее с развитием интоксикации и поражением эпителия слизистой оболочки верхних дыхательных путей, чаще трахеи. В рамках реализации национального проекта «Здравоохранение» студентка Ачинского медицинского техникума Софья Сайботалова под руководством Фариды Хусаиновны Адуловой подготовила и провела онлайн-беседу с обучающимися МКОУ «Березовская СОШ», Большеулуйского района, МБОУ «Белоярская средняя школа», МБОУ «Горная СШ» Ачинского района, МБОУ «СОШ №2» г. Шарыпово о профилактике вирусных заболеваний. Софья рассказала, что такое грипп и ОРВИ, на какие типы они делятся, какими симптомами сопровождается каждое заболевание. На мерах профилактики Софья остановилась более подробно.

Важно помнить, чтобы не болеть нужно:

- 1) вести здоровый образ жизни, соблюдать гигиену;
- 2) не забывать о вакцинации:

В завершении беседы ребята ответили на вопросы анкеты.

Важно проходить вакцинацию до начала сезона заболеваемости.

*Информацию подготовила Сайботалова Софья, гр. 389*

