

ГАПОУ «Оренбургский учетно-финансовый техникум»

Студенческая газета

"Нас выбрало время"

Над выпуском работали:

Левашева Ксения

Зеленкова Екатерина

Касаткина Анна

Прудко Марина

Мешкова Алина



Выпуск №2

Октябрь 2016

На прошлой неделе состоялся областной форум «Рифей – 2016». Проходил этот форум на базе лагеря «Янтарь». Заезд проходил в три этапа:

- Наш приезд в сам лагерь
- Регистрация
- Расселение по комнатам.

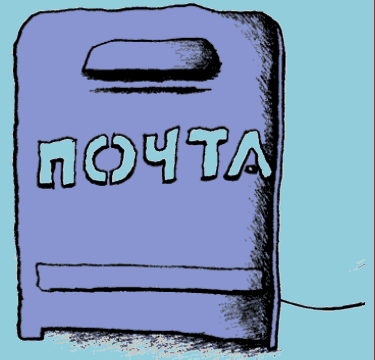
В первый же день состоялось открытие форума, в котором приняло участие более 100 человек, от 16 – 35 лет. К вечеру каждый отряд должен был подготовить номера и выступить с ними. Со следующего утра начинался «Конвейер проектов», в котором каждый участник должен был защищать свой проект. Так же проводились обучающие лекции, на которые приезжали известные люди региона, которые читали захватывающие лекции по темам:

- Коррупция
- Менеджмент «Как заинтересовать зрителей»
- «Создай свой бизнес сам»
- «Основы командообразования»

В основном все лекции были направлены на написание актуальных в наше время проектов. Так же у нас были деловые игры, тренинги, мастер-классы и т.п. Участие в этом форуме принял и УФТ, от него на Рифей 2016 отправились двое участников: Александр Александра и Касаткина Анна

 День

ПОЧТЫ



Кто из нас до сих пор помнит, что такое почта? Не та электронная, которую мы проверяем каждый день, а та которую нужно писать от руки? 11 октября у студентов Оренбургского Учетно-Финансового техникума была возможность написать письмо своему другу из другой группы. Студенческий Совет установил почтовый ящик на втором этаже и в конце учебного дня разносил письма по группам. В мероприятии участвовала вся 1 смена (студенты) техникума.



Толерантность - что это значит? Начнём своё рассуждение именно с этого понятия. Толерантность - синоним слова терпимости, только это понятие представляет собой нечто большее, чем обыкновенную «терпимость»; толерантность – это терпимость по отношению к окружающему миру: людям, ситуациям и т.д. Толерантность- основа нашего общества , его единства и понимания. Но есть люди, чьё понятие слова «толерантность» подразумевает уничтожение индивида. Т.е. толерантность- ничто иное как способ искоренения индивидуальных качеств человека. Не могу с этим согласиться. Толерантность – не только простая терпимость по отношению к другим, но и уважение к их личности и индивидуальности, свобода.

Понятие «толерантность» очень многообразно, это может быть: толерантность по отношению к людям другой национальности, религии, к людям любых классов и возрастов. Толерантность позволяет объединять людей, создавая между ними взаимопонимание. Мы должны научиться различать точки зрения без взаимных оскорблений и приходить к согласию. Но к сожалению так получается не всегда, ведь сколько людей, столько же и мнений и мировоззрений; некоторые люди воспринимают подобные действия как способ прогибания их под себя. Нужно знать меру, потому что некоторые могут принять чужую толерантность за обычное терпение и воспользоваться этим, в то время как другая сторона, будет считать, что она недостаточно толерантна по отношению к первой.

Толерантность может быть не только в социологическом и психологическом понятии но и в так же бывает: иммунологическая толерантность, экологическая толерантность, фармакологическая, иммунологическая и наркологическая, математическая и т.д. Толерантность есть практически везде! Но понятия иногда кардинально отличаются, например: если в социологическом плане термин толерантность – это терпение, то в иммунологическом — иммунологическое состояние организма, при котором он не способен синтезировать антитела в ответ на введение определённого антигена при сохранении иммунной реактивности к другим антигенам; экологическая — способность организмов переносить неблагоприятное влияние того или иного фактора окружающей среды; математическая - рефлексивное, симметричное, но не обязательно транзитивное (в отличие от отношения эквивалентности) бинарное отношение. Многообразие толерантности безгранично. Она в точных и гуманитарных науках, в обществе и природе.

Выводом можно сделать то, что толерантность есть везде. Весь мир это воплощение толерантности. Люди, растения, животные, природа – у каждого есть толерантность, хоть на молекулярном уровне, хоть в поведении.

★ Гороскоп ★



В ноябре 2016 Овну придется вникать в суть всех проблем гораздо глубже, нежели это было раньше. Это необходимое условие для понимания ситуации, как дома, так и на работе.



В ноябре 2016 Тельцу хочется большей стабильности, определенности, надежности. Но мир так устроен, что этого просто не может быть, во всяком случае, надолго



В течение всего ноября 2016 Близнецы могут разрываться между профессиональными обязанностями и личными делами. Как говорится – «Фигаро здесь, Фигаро там»...



В ноябре 2016 Ракам необходимо быть готовыми к тому, что ваши действия могут не понравиться кому-то из окружения. Может быть, стоит пересмотреть свои взгляды, подходы и линию поведения?



Хмурый ноябрь 2016 для Льва совсем непрост и дома, и на работе, и в привычном окружении. Звезды дают совет – избегайте излишней требовательности – как в отношении себя, так и в отношении близких людей.



На Деву в ноябре 2016 возлагают большие надежды, но иногда они чрезмерны. Вас это тяготит – в самом деле, доколе?



В ноябре 2016 Весы могут удивить окружающих, проявив негибкую волю и решимость в весьма непростых ситуациях. И признание не заставит себя ждать!



Ноябрь 2016 для Скорпиона – прекрасное время, чтобы проявить себя в качестве лидера, а также обзавестись союзниками и помощниками. Верьте в себя, и смело беритесь за любые начинания.



Пасмурный ноябрь 2016 пройдет для Стрельца мирно и спокойно. Что-то получится сейчас, а что-то придется отложить до лучших времен. Звезды дают совет – держитесь проторенных путей, проверенных методов и никуда не торопитесь – никакой спешки нет.



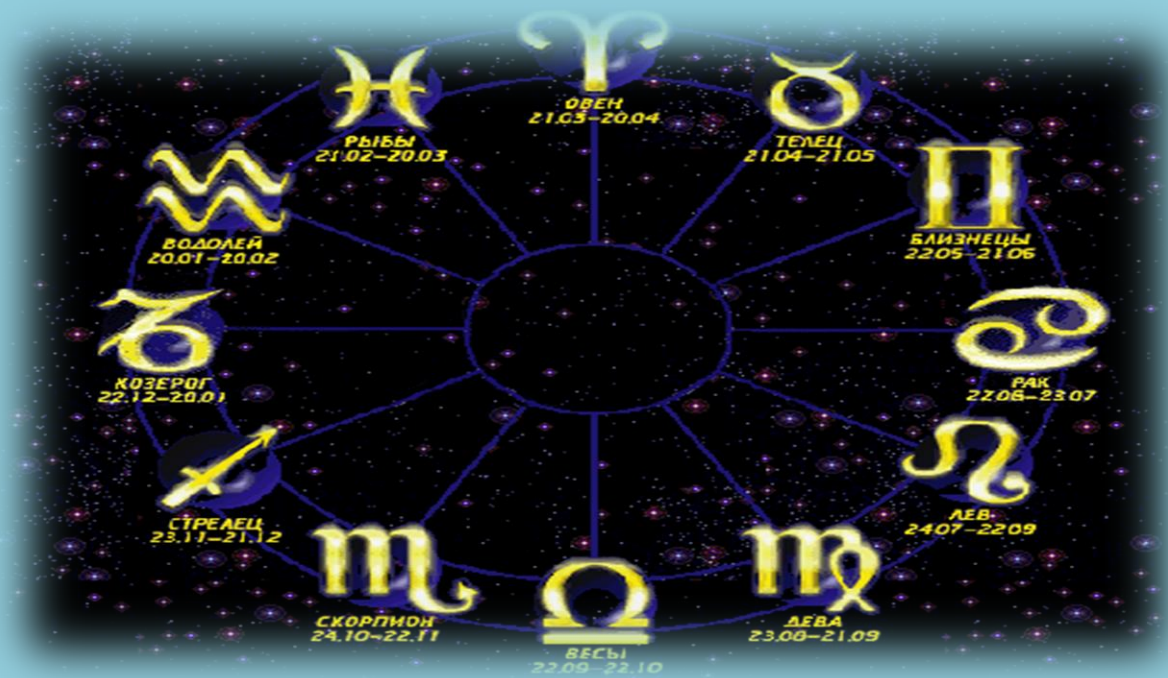
В ноябре 2016 Козерог будет полон амбиций и стремления преуспеть. Однако делать это любой ценой все же не стоит, – эффект может быть противоположным ожидаемому.



Ноябрь 2016 для Водолея – один из лучших месяцев в году. Особенно в том, что касается денег и дел.



В ноябре 2016 Рыб ждут непростые задачи и дела, а потому и напряжение гарантировано. Работа работой, но и о здоровье не стоит забывать – этот ценный совет дают вам всевидящие звезды



Новости спорта

Команда «Стрела» выиграла Международный турнир по футболу «Кожаный мяч» среди команд юношей 12-13 лет. Соревнование проходило с 10 по 15 октября в Анапе в Краснодарском крае.

Как [рассказали](#) в пресс-службе минспорта региона, ребята из Оренбургского района оказались лучшими среди восьми команд. Конкурентами оренбуржцев были футболисты из Пскова, Иркутска, Краснодарский края, Китая, Молдовы, Беларуси и Южной Осетии. «Стрела» в финале обыграла со счётом 4:1 команду «Лидер» из Краснодарского края. Единжды оренбуржцы за все время турнира уступили только краснодарцам, которых в итоговой игре и победили.



30 октября баскетболистки «Надежды» встретились в гостях с «Чевакатой» в Вологде. Оренбурженки одержали победу со счетом 67:44, - [сообщается](#) на официальном сайте БК «Надежда».

Это стал пятый по счету выездной победный матч в чемпионате женской баскетбольной Премьер-Лиги. В составе оренбургского клуба стала лучшей Тиффани Митчелл, набравшая 17 очков.



Матч 12 тура ФК "Оренбург" - ФК "Крылья Советов" закончился победой оренбуржцев со счетом 1:0.

Единственный гол в матче и первый в РФПЛ за ФК "Оренбург" на 62 минуте забил нападающий Артем Делькин. Причем играл он против своей бывшей команды.

Именинники

Октябрь:

Жерельева Галина Михайловна

Цыганова Наталья Владимировна

Плеханова Тамара Ивановна

В этот светлый день желаю
Не грустить, не унывать!
С Днем рожденья поздравляю
И желаю бед не знать!

Пусть все в жизни будет гладко —
Без печалей, без преград.
Станет каждый день подарком

Ноябрь:

Кастуганова Дарига Матчановна

С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ!



Памятка о мерах по профилактике ОРВИ и гриппа

Памятка для обучающихся

Грипп и острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) остаются одной из самых актуальных проблем здравоохранения в нашей стране: на их долю приходится около 90% всей инфекционной заболеваемости. При этом наносится ущерб как здоровью населения, так и экономике страны. В России ежегодно регистрируется от 27,3 до 41,2 млн. случаев этих заболеваний.

Грипп – опасное заболевание, часто вызывающее осложнения, связанные с вторичным иммунодефицитом, приводящим к снижению общей сопротивляемости организма и защитных свойств слизистых дыхательных путей. Возникают воспаления бронхов, придаточных пазух носа, легких, ушей, в особенности при гриппе у маленьких детей и у престарелых больных, страдающих хроническими сердечно–сосудистыми и бронхолегочными заболеваниями. У таких больных обостряются хронические болезни, что ведет к повышению смертности во время и непосредственно после эпидемии гриппа.

Как происходит заражение?

Попадая на слизистую оболочку верхних дыхательных путей, вирус внедряется в их эпителиальные клетки, проникает в кровь и вызывает интоксикацию. Создаются условия для активизации других видов бактерий, а также для проникновения извне новых бактерий, вызывающих вторичную инфекцию - пневмонию, бронхит, отит, обострение хронических заболеваний, могут пострадать сердце, суставы.

Кто является источником инфекции?

Единственным источником и распространителем инфекции является больной человек. Основным путем распространения вирусов гриппа от человека к человеку считается воздушно-капельное заражение при разговоре, кашле, чихании. Распространение вирусов гриппа может происходить и контактно-бытовым путем при несоблюдении заболевшим и окружающими его лицами правил личной гигиены, в том числе пользовании общими предметами ухода (полотенце, носовые платки, посуда и др.), не подвергающимся обработке и дезинфекции. Необходимо помнить, что инфекция легко передается через грязные руки. Специальные наблюдения показали, что руки до 300 раз в день контактируют с отделяемым из носа и глаз, со слюной. При рукопожатии, через дверные ручки, другие предметы вирусы переходят на руки здоровых, а оттуда к ним в нос, глаза, рот.

Симптомы

У больных выявляют следующие симптомы ОРВИ и гриппа:

На начальной стадии – насморк, першение в горле, иногда сухой, непродуктивный кашель; Далее – общая слабость, повышение температуры, головная и суставная боль; На финальной стадии – влажный кашель, который помогает очистить легкие и бронхи от мокроты, насморк.



Итак, чтобы не заболеть ОРВИ и гриппом, необходимо:

- * Своевременно делать прививку.

- * Полюбить водные процедуры, а именно контрастный душ. Он укрепляет организм.

- * Как можно чаще мыть руки. Всегда это делать перед приёмом пищи и после прогулок.

- * Принимать витамины. Грипп атакует человека, когда организм ослаблен вследствие нехватки витаминов. Восполнить этот пробел помогут витаминные комплексы. В дополнение к этому рекомендуется пить отвар шиповника, клюквенный и брусничный морс – они очень эффективны в профилактике ОРВИ и гриппа.

- * Быть активным. Это также повышает иммунитет. Пешие прогулки, лыжи, физкультура и т.д. – всё это мощное «оружие» против простуды.

- * Полноценно питаться. А в наиболее опасные периоды нужно обязательно включать в своё ежедневное меню лук и чеснок, овощи и фрукты, квашеную капусту.

- * Одеваться по сезону, чтобы не допустить переохлаждение или перегревание организма.

Что делать, если вы заболели?

При первых симптомах необходимо обратиться к врачу. Соблюдайте постельный режим и следуйте всем рекомендациям врача. Самолечение при гриппе недопустимо. Ведь предугадать течение гриппа невозможно, а осложнения могут быть самыми различными.

Необходимо помнить, что любое лекарственное средство при лечении гриппа вызывает побочные реакции, которые не сравнимы с допустимыми реакциями на вакцинацию. Кроме того, с профилактической целью противовирусные препараты необходимо применять на протяжении всего периода эпидемии, что при длительном применении снижает их эффективность и способствует формированию лекарственно устойчивых форм вируса. Регулярно и тщательно мыть руки с мылом, особенно после кашля или чихания. Спиртосодержащие средства для очистки рук также эффективны. Избегать прикосновений руками к своему носу и рту. Инфекция распространяется именно таким путем. Прикрывать рот и нос одноразовым платком при чихании или кашле. После использования выбрасывать платок в мусорную корзину. Использовать индивидуальные или одноразовые полотенца. Стараться избегать близких контактов с людьми с гриппоподобными симптомами (по возможности держаться от них на расстоянии примерно 1 метра). Регулярно проветривайте помещения, проводите влажную уборку. Избегать как переохлаждений, так и перегревания. Во время эпидемии гриппа и ОРВИ не рекомендуется активно пользоваться городским общественным транспортом и ходить в гости. При заболевании гриппом и ОРВИ, оставаться дома, вызвать врача. Максимально избегать контактов с другими членами семьи, носить медицинскую маску, соблюдать правила личной гигиены. Это необходимо, чтобы не заражать других и не распространять вирусную инфекцию. Следует помнить, что соблюдение всех мер профилактики защитит от заболеваний гриппом и его неблагоприятных последствий.