



Серебряный колокольчик

МБОУ «Беденьговская ООШ» Тетюшского муниципального района РТ

ВЫПУСК №5(13)

Сегодня в номере

**Профилактика
онкологических
заболеваний**

Праздники в феврале

**21 февраля Междуна-
родный день родного
языка**

**История возникно-
вения Дня влюб-
лённых**

Слово редактора

Здравствуйте, дорогие читатели! Ну вот и наступил февраль, последний месяц зимы. Этот месяц непродолжительный, весь наполнен ожиданием весны. И вот 15 февраля-ключевая дата-Сретенье. Встреча зимы с весной. И солнце уже наполнено весенними силами, и природа в ожидании затаилась и народ уже к встрече весны-красы готовится. По Сретенью говорили : если капель, то ждать весну раннюю, ну а если снег и холод, то весна придет нескоро.

Страничка ЗОЖ

4 ФЕВРАЛЯ
ВСЕМИРНЫЙ
ДЕНЬ БОРЬБЫ
С РАКОМ

МЫ МОЖЕМ.
Я МОГУ.

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!



Февраля – День борьбы с раком

Злокачественные новообразования – одна из самых значимых социальных и медицинских проблем. Рак — это общее обозначение более чем 100 болезней, которые могут поражать любую часть организма. Причины возникновения рака:

физические факторы — канцерогены, такие как ультрафиолетовое, ионизирующее излучение и др.;

химические канцерогены, такие как асбест, компоненты табачного дыма, афлатоксины (загрязнители пищевых продуктов), мышьяк (загрязнитель питьевой воды) и др.;

биологические канцерогены, такие как инфекции, вызываемые некоторыми вирусами, бактериями или паразитами и др.

С возрастом заболеваемость раком возрастает.

Регулярная умеренная и интенсивная физическая активность (более 30 минут в день) и поддержание нормальной массы тела наряду со здоровым питанием значительно снижают риск развития рака.

Здоровый сон (7-8 часов в сутки) и тренировка стрессоустойчивости – это повышение защитных сил организма, необходимое для профилактики онкологических заболеваний.

Воздержание от длительного пребывания на солнце. Ультрафиолетовое (УФО) излучение и, в частности, солнечное излучение является канцерогенным для человека, вызывая все основные типы рака кожи, такие как базальноклеточная карцинома, плоскоклеточная карцинома и меланома. Использование солнцезащитных средств и защитной одежды, позволяет избежать чрезмерного воздействия УФО и является эффективной профилактической мерой. Испускающие УФО устройства для искусственного загара в настоящее время также рассматриваются как фактор риска.

Защита против некоторых вирусов, вызывающих рак (вакцинация против вируса гепатита В, который вызывает рак печени; против вируса папилломы человека (HPV), который вызывает рак шейки матки).

Выявление онкологических заболеваний на ранних стадиях дает возможность раннего начала лечения, что, в свою очередь, принесет хорошие результаты и увеличит шансы на выздоровление.

ПРАЗДНИКИ в феврале



2 февраля 2018 года - День воинской славы России

4 февраля 2018 года - 145 лет со дня рождения М.М. Пришвина, русского писателя .

8 февраля 2018 года - День памяти юного героя-антифашиста.

8 февраля 2018 года - День российской науки. В этот день в 1724 году Петр Первый подписал указ об основании в России Академии наук.

13 февраля 2018 года - 145 лет со дня рождения Ф.И. Шаляпина, русского певца (1873–1938);

14 февраля 2018 года - **День влюбленных;**

15 февраля 2018 года - День памяти воинов-интернационалистов (15.02.1989 - последняя колонна советских войск покинула территорию Афганистана);

17 февраля 2018 года - **День спонтанного проявления доброты**

20 февраля 2018 года - 215 лет со дня открытия памятника Минину и Пожарскому на Красной площади – первого скульптурного памятника Москвы.

21 февраля 2018 года - **Международный день родного языка .**

21 февраля-Международный день родного языка

Как и любое торжество, этот международный день имеет свою историческую подоплеку. В 1952 году в Пакистане студенты из Университета Дакки принимали участие в демонстрации против языка урду. Большинство говорило на бенгальском диалекте, поэтому именно этот язык митингующие требовали признать государственным. Однако к ним не только не прислушались, но и стали стрелять. В итоге были убиты четверо студентов-активистов. После гибели этих и других жителей Пакистана, а также ряда волнений и освободительных движений, бенгальский язык был объявлен официальным языком в стране. Борьба за право пользоваться привычной с детства манерой общения, увенчалась успехом.

Впоследствии, по инициативе страны Бангладеш, (признанной в 1971 году независимым государством), организация ЮНЕСКО провозгласила дату 21 февраля как Международный день родного языка, который ежегодно празднуют во всем мире уже 14 лет.





История праздника

- **День Святого Валентина**, или **День влюбленных** назван по имени одного из мучеников по имени Валентин.
- В России этот праздник стал отмечаться широко и повсеместно недавно - 20 лет назад. В Европе День Святого Валентина именно как день всех влюбленных отмечается с XIII века.
- Отмечающие этот праздник дарят любимым и дорогим людям цветы, конфеты, игрушки, воздушные шары и особые открытки со стихами, любовными признаниями или пожеланиями любви .

В феврале празднуют свой День рождения

***Гафурова Алсу Миназетдиновна,
Абдрахманова Тузель, Шайдуллов Ильяс,
Сайфутдинов Самат!** Сердечно поздравляем вас !!!
Желаем терпения, счастья, здоровья, успехов!!!*



МБОУ «Беденьговская
ООШ»
с.Татарская Беденьга
(843)735-05-27

Над выпуском работали:
Измайлова Регина – гл. редактор,
6, 8 классы

Руководитель
Саматова Г.Н.