

Калейдоскоп

Информационный листок от Клуба Активного

Долголетия «Умелицы», р.п. Богандинский

№2

Август 2021

<i>Рецепты от Татьяны Петровны</i>	<i>Рецепты консервирования</i>
Лечо из кабачков (выход 4 банки 650гр)	Кетчуп
2кг. кабачков	Ингредиенты
<ul style="list-style-type: none">▪ 300гр лука репчатого (мелко порезанного)5-6 шт болгарского перца (кубиками)1помидор▪ 1 стакан растительного масла1 стакан сахара	Помидор 2кг, сахар 0,5 стакана, соль 1ст.л. лук 1гол,чеснок 3 зубчика, уксус 1 ст л.(кислота), перец гор 15шт,Перец душ.25шт , гвоздика 20 шт, корица 0,5ч.л , горчица порошок 0,5ч.л
2 ст.ложки соли 1 стакан томатной пасты +1стакан воды 2 ст.ложки70проц.уксуса.	Помидоры порезать довести до кипения и измельчить блендером, протереть через сито Затем массу уварить до нужной густоты в конце добавить сахар ,соль, пряности , поварить 20-25 мин
1.Масло, сахар, томатную пасту и воду варить помешивая 10 минут 2.добавить лук и тонко нарезанный пластинками кабачек, варить 10 минут 3.добавить перец, варить10 минут 4.добавить соль, помидоры, уксус, варить 10 минут Разложить в стерилизованные банки и под шубу Приятного аппетита	Все приправы уложить в марлевый мешочек (лук и чеснок в отдельный мешочек) и можно использовать повторно (кроме лука и чеснока) Разлить в простерилизованные банки и бутылки и закатать

Информация о мерах социальной поддержки

Единовременная денежная выплата 10000 рублей на детей школьного возраста Заявки принимаются только через портал Государственных услуг . Перечисления осуществляются только на счет платежной системы МИР	Материальная помощь гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации предоставляется гражданам (семьям граждан) находящимся в трудной жизненной ситуации () утрата предметов первой необходимости вследствие пожара, стихийного бедствия, аварии, необходимость удовлетворения первоочередных нужд гражданина (его семьи)
Телефоны горячей линии Пенсионного фонда РФ в Тюмени: 8 800 600 0182, 8(3452) 56-25-00, сайт http://www.pfrf.ru/ , официальные сообщества https://vk.com/pfrf72 , https://ok.ru/pfrf72 .	Перечень документов: документ подтверждающий личность, документы о доходах за три месяца предшествующих подаче документов, трудовая книжка (для не работающих), документ подтверждающий наличие обстоятельств нуждаемости, реквизиты счета

Памятка пациента о проведении вакцинации против COVID-19

Ваше крепкое здоровье - наша главная цель! А для того, чтобы полностью реализовать наш потенциал в достижении главной цели, мы просим Вас соблюдать некоторые (основные и важные) правила, которые помогут нам в нашей работе:

1. Вакцинации подлежат лица, не болевшие COVID-19 и не имеющие противопоказаний.
2. Противопоказаниями к вакцинации являются:
 - гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины или вакцины, содержащей аналогичные компоненты;
 - тяжёлые аллергические реакции в анамнезе;
 - острые инфекционные и неинфекционные заболевания;
 - обострение хронических заболеваний (вакцинацию проводят через 2-4 недели после выздоровления или ремиссии);
 - беременность и период грудного вскармливания;
 - возраст до 18 лет.
3. Перед проведением вакцинации необходим обязательный осмотр врача с измерением температуры, сбором эпидемиологического анамнеза, измерением сатурации, осмотром зева на основании которых врач-специалист определяет отсутствие или наличие противопоказаний к вакцинации.

Врач расскажет Вам о возможных реакциях на вакцинацию и поможет заполнить информированное добровольное согласие на проведение вакцинации.

4. Вакцинацию проводят в два этапа: вначале вводят компонент I/первая доза в объеме 0,5 мл. Препарат вводят внутримышечно. На 21 день вводят компонент II/вторую дозу в объеме 0,5 мл. Препарат вводят внутримышечно.
5. В течение 30 мин после вакцинации просим Вас оставаться в медицинской организации для предупреждения возможных аллергических реакций.
6. После проведения вакцинации в первые-вторые сутки могут развиваться и разрешаются в течение трех последующих дней кратковременные общие (непродолжительный гриппоподобный синдром, характеризующийся ознобом, повышением температуры тела, артралгией, миалгией, астенией, общим недомоганием, головной болью) и местные (болезненность в месте инъекции, гиперемия, отечность) реакции.

Реже отмечаются тошнота, диспепсия, снижение аппетита, иногда - увеличение регионарных лимфоузлов. Возможно развитие аллергических реакций.

Рекомендуется в течение 3-х дней после вакцинации не мочить место инъекции, не посещать сауну, баню, не принимать алкоголь, избегать чрезмерных физических нагрузок.

При покраснении, отечности, болезненности места вакцинации принять антигистаминные средства. При повышении температуры тела после вакцинации - нестероидные противовоспалительные средства.

7. Если появятся симптомы, не описанные в данной памятке, необходимо обратиться на прием к участковому терапевту или на горячую линию тел. 560-002 !

!!! Вакцина против COVID-19 не отменяет для привитого пациента необходимость носить маски и перчатки, а также соблюдать социальную дистанцию.