

Спортивная семья

Наша команда: **Апельсин**

Наш девиз: **Мы как дольки
апельсина все дружны и не
делимы**



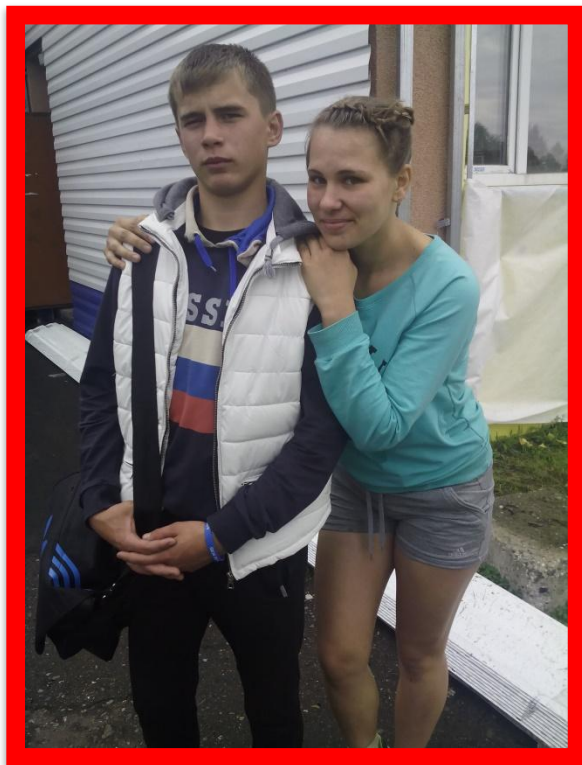
Мы Назвали свою команду «Апельсин», потому что он всем нравится и он вкусный!



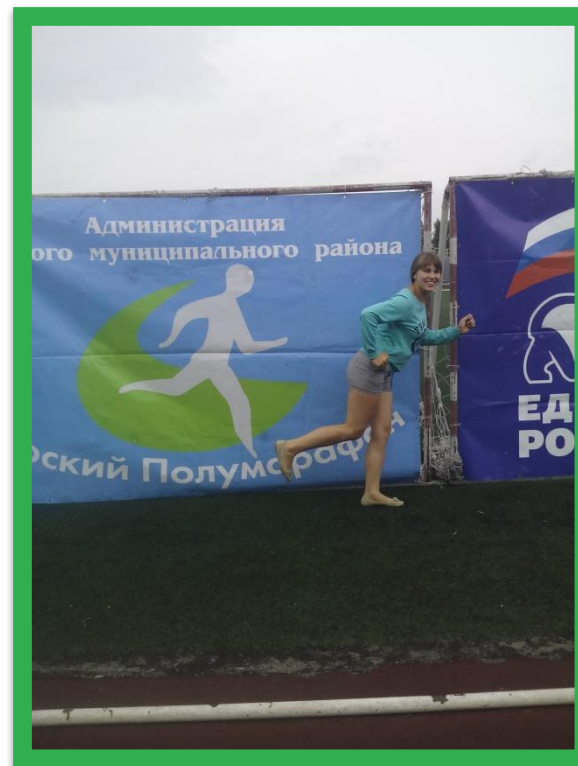
«О спорт, ты мир»



Роль спорта в нашей семье: Спорт развивает в каждом из нас, такие важные качества как:



Терпение- Несмотря на изнурительные тренировки, боль, неудачи, поражения, критику и успех, мы терпеливо продолжаем заниматься любимым делом.



Целеустремленность, концентрация, мышление,



Спорт это всё для нас!!!



А как же без правильного питания

Завтрак «панкейки»



В глубокой миске смешиваем все сухие ингредиенты, возьмите венчик и секунд 30 взбалтывайте их — это нужно для правильного и равномерного распределения всех составляющих. Затем добавляете яйцо, перемешиваете миксером, молоко, снова перемешиваем, добавляем 3 столовых ложки оливкового масла (лучше не заменять растительным) и окончательно перемешиваете всё минуты две.

У вас должно получиться довольно густое тесто (если перевернуть ложку, оно скорее будет падать комками, чем стекать с неё). На самом деле уже после первого раза Вы сразу будете знать правильную консистенцию теста.

Разогреваете сковороду на среднем огне БЕЗ МАСЛА и ложкой выкладываете будущие блинчики. Теперь ждёте. Как понять, что пора переворачивать? Нужно дождаться появления пузырьков по всей поверхности блинчика — это верный сигнал, что пора. Обычно на всё уходит по 2-3 минуты с каждой стороны.

Вот и всё, выкладываете на тарелку и добавляете варенье/джемы/сиропы, ягоды, мёд — всё, что нравится.

Приятного аппетита!

Наши Награды





НГ ЛЮДИ ЗЕМЛИ ШЕРБАКУЛЬСКОЙ

СЕМЬЕЙ ДОРОЖИТЬ — СЧАСТЛИВЫМ БЫТЬ

В Омской области уделяется пристальное внимание пропаганде и поддержке семьи, семейных отношений. Это не только материальная поддержка семей с детьми, но и ставшее уже традиционным ежегодное чествование лучших супружеских пар с детьми и династий с крепкими семейными устоями, служащих примером для окружающих, с вручением премии губернатора «Семья года».



семья Лореш из с. Екатеринославка. Валентина и Александр воспитывают сына и дочку. Эту семью отличает активная жизненная позиция, личным примером они пропагандируют здоровый образ жизни, участвуя в различных спортивных соревнованиях. Мама уже немало лет танцует в образном ансамбле танца «Одуванчик» Екатеринославского СДК. Папа — спортсмен-гиревик. Александр награжден медалью «За отвагу на поезде».

А победителем в номинации «Многодетная семья» стали наши земляки — семья Шабановых из Александровского, в которой воспитывается девять детей: пятеро своих и четверо приемных. Об этой дружной семье уже не раз рассказывала «Наша газета». Живут непросто, но весело. В этой семье нет места скуке, унынию.

Родители и дети активно участвуют в различных районных и областных мероприятиях. Они легки на подъем. Здесь любят собираться вместе за большим столом, накрытым проворными руками женской половины дома. Сыновья во всем помогают отцу.

У Светланы и Александра открытая душа и доброе, любящее сердце. Детей никогда не делили на своих и чужих. Когда их семейный стаж едва насчитывал два года, пришлось взять на воспитание двух младших сестер Александра, для них этот дом и сегодня продолжает оставаться родительским домом. Позже в семью вошел сын дочери трагически погибшего брата Александра. А из детского дома Шабановы взяли на воспитание Руслана и его сестренку Настеньку. И всех их родные дети

Шабановых считают сестрами тенью.

Трудно представить себе ситуацию, если бы родители не были друг друга. Это чувство всегда соединило Светлану и Александра и делает их счастливыми отцом дитя. Они уже дедушка и бабушка, теща и теща. Семья растет, прибавляется. Но это приятные хлопоты. Ведь когда счастливы родители, делится всем самым добрым и хорошим, что в тебе есть, с окружающими. И у такого согретого домом любящих сердец очага уютно всем.

НА СНИМКЕ: губернатор В. И. Назаров вручает премию «Семья года» семье Шабановых.

Люди и судьбы

И одна на всех ЛЮБОВЬ

Не перестаю удивляться широте души людей, которым, несмотря на собственные проблемы, а их каждого немало, хватает сердечности и душевного тепла, чтобы обогреть одиноких тариков, детей, оставшихся без родительского тепла и заботы. О семье Шабановых из Александровского узнала случайно. Они представляли наш район на форуме многодетных семей, впервые прошедшем в этом году в Омске. Тогда и захотелось рассказать вам, дорогие читатели, об этих замечательных людях, которыми мы, шербокульцы, можем гордиться.

ИВТО я в Александровском в гостеприимном доме, где под одной крышей живут супруги Шабановы со своим многочисленным домохозяйством, которым вместе несколько лет.

А их, эти самые судьбоносные решения, им пришлось принимать не однажды. **Сибирь стала второй родиной**



Когда вся семья вместе — душа на месте. В большой семье Шабановых много любви.

Александр Антонов сам с многочисленной семьей — родителей было пятеро детей, Александр — старший. Когда отец тяжело заболел, стал переломным помощником, взявшим на себя заботу и ответственность за воспитание младших братьев и сестер. А Светлана Фаритовна была у одиной, степенной и конидра, единственным ребенком, чем всегда сожалела.

— Как и все советские дети, — рассказывает она, — росла я не роскоши, на выходные ездила в деревню к бабушке, у которой было аж десять внуков! Порой мне даже не хотелось уезжать обратно в город к дедушке Фаритовичу. Емилевич и прощали на работе, а я ставшая наследие со своей вьюшкой к соседской многодетной семье. Путь у них не хватало денег; это дом был половинка меха, взаимной поддержки и любви. Не раз говорила она мне о том, что будет у бабушки много внуков, чтобы не жили они одинокими в жизни, сдержала свое слово.

Родом они оба из Карагандинской области, Светлана получила профессиональное образование. Познакомились совершенно случайно оказались со своими компаниями в одном месте на работе. Там увидели друг друга и решили больше не расставаться, разглядев друг в друге ту самую вторую полови-

ну, своими руками строили свое будущее и будущее своей семьи. Оба работали, обучившись трехкомнатную квартиру. В 1990 году на свет появились первенца, заботы о малышке только еще больше сплотили семью. А через год после рождения девочки обстоятельства сложились так, что пришлось взять на воспитание младших сестер Александра Оксану и Натану. Для них Светлана в 21 год стала настоящей матерью, они и сейчас, став взрослыми и создав свои семьи, продолжают называть ее мамой, вкладывая в это слово свою любовь и признательность. В 1993 году в семье родилась вторая дочь

Только вперед и только вместе

Долгое время Шабановы ничего не знали о судьбе брата Александра, жившего в Хакасии. Всего однажды приезжал он к родителям с женой и годовалой дочкой. Уже в России через программу «Жди меня» узнали они о его судьбе. Вместе с женой погибли они в аварии, сиротами остались две девочки. Старшая из них Кристина, инвалид детства, находилась в реабилитационном центре г. Абакана, а младшая Танюша — в детском доме.

— Узнав о трагедии, — говорит Светлана, — мы сразу же решили взять племянниц в свою семью. В феврале 2001 года я поехала за Таней. Саша осталась дома, потому что была беременна и не смогла бы ухаживать с большим хозяйством, которое мы держали — иначе просто не прожить. Страшно вспомнить об этом. Столько детей, и все хотят, чтобы их взяли в семью...

Сердце молодой женщины кровью обильно было при виде этого детского горла. А когда привели Таню, худенькую, в длинном пальто, подошла к девочке и сказала: «Ну, что, доченька, поехали домой!» В семье двоюродные сестренки приняли девочку как родную сестру. А в 2002 году родилась у Шабановых четвертая дочь — Ангела. Александр сам

отел. Вскоре после переезда из Казахстана к дочери переехали мама, которая и сейчас незаменимый Светлане помощник и советник.

Только вперед и только вместе

Долгое время Шабановы ничего не знали о судьбе брата Александра, жившего в Хакасии. Всего однажды приезжал он к родителям с женой и годовалой дочкой. Уже в России через программу «Жди меня» узнали они о его судьбе. Вместе с женой погибли они в аварии, сиротами остались две девочки. Старшая из них Кристина, инвалид детства, находилась в реабилитационном центре г. Абакана, а младшая Танюша — в детском доме.

— Узнав о трагедии, — говорит Светлана, — мы сразу же решили взять племянниц в свою семью. В феврале 2001 года я поехала за Таней. Саша осталась дома, потому что была беременна и не смогла бы ухаживать с большим хозяйством, которое мы держали — иначе просто не прожить. Страшно вспомнить об этом. Столько детей, и все хотят, чтобы их взяли в семью...

Сердце молодой женщины кровью обильно было при виде этого детского горла. А когда привели Таню, худенькую, в длинном пальто, подошла к девочке и сказала: «Ну, что, доченька, поехали домой!» В семье двоюродные сестренки приняли девочку как родную сестру. А в 2002 году родилась у Шабановых четвертая дочь — Ангела. Александр сам

дос, взгляд мальчика помладше, но взял мальчика помладше на фотографии шестилетнего Руслана. Когда им показали мальчика, он подошел к нему со словами: «Сынок, поехали домой!» Еще не были готовы все документы, а мальчик уже отпрыгнул в семью, ставшую ему родной. Тут же Шабановы узнали, что есть у Руслана маленькая сестренка, которая находится в одном из детских домов г. Омска. И тут же отправилась за девочкой. К сожалению, Настя была серьезно больна, нуждалась в лечении и постоянном медицинском наблюдении. И девочку им просто не отдали.

Так появилась в семье Шабановых маленькая девочка, которая была названа в честь брата. А Светлана училась общению с мальчиком. Накрутил ему одежки даже на вырост, итрусил, окружил заботой, вниманием и любовью.

И послал им Господь сына

А буквально через несколько месяцев Светлана узнала, что вновь ждет ребенка. Несмотря на то, что в семье родилось уже шестеро детей, она решила на рождение этого ребенка. Она вновь ждала ребенка, когда отправилась в Абакан за старшей племянницей Александрой Кристиной, которая даже не знала, что есть у нее родной дядя, сестры и братья. Нелегким был тот путь домой. Десятилетняя Кристина, рождая вдали от близких людей, нуждалась в особой заботе и внимании. Трудно было и Светлане объяснить больному ребенку, что теперь будет у нее настоящая семья, что ее любят и

Александровского сообщали, что звали Руслана и еще можно забрали. Так появился у девятилетнего Руслана маленькая сестренка, которая находится в одном из детских домов г. Омска. И тут же отправилась за девочкой. К сожалению, Настя была серьезно больна, нуждалась в лечении и постоянном медицинском наблюдении. И девочку им просто не отдали.

Так появилась в семье Шабановых маленькая девочка, которая была названа в честь брата. А Светлана училась общению с мальчиком. Накрутил ему одежки даже на вырост, итрусил, окружил заботой, вниманием и любовью.

А буквально через несколько месяцев Светлана узнала, что вновь ждет ребенка. Несмотря на то, что в семье родилось уже шестеро детей, она решила на рождение этого ребенка. Она вновь ждала ребенка, когда отправилась в Абакан за старшей племянницей Александрой Кристиной, которая даже не знала, что есть у нее родной дядя, сестры и братья. Нелегким был тот путь домой. Десятилетняя Кристина, рождая вдали от близких людей, нуждалась в особой заботе и внимании. Трудно было и Светлане объяснить больному ребенку, что теперь будет у нее настоящая семья, что ее любят и

Александровского сообщали, что звали Руслана и еще можно забрали. Так появился у девятилетнего Руслана маленькая сестренка, которая находится в одном из детских домов г. Омска. И тут же отправилась за девочкой. К сожалению, Настя была серьезно больна, нуждалась в лечении и постоянном медицинском наблюдении. И девочку им просто не отдали.

8 ИЮЛЯ - ДЕНЬ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ

УЖЕ почти двадцать лет они вместе. В сентябре супруги Шабановы из Александровского отмечают фарфоровую свадьбу. Вместе с ними эту знаменательную дату будут праздновать десять детей: пять своих и четверо приемных, зять и внук. Семья родилась в Карасане, откуда родом Александр и Светлана. С 2005 года живут они в нашем районе. За это время многое пережито, но не угасла любовь, в семье по-прежнему царят доверие и взаимопонимание. В теплой семейной обстановке растут дети, которые всегда рады тому, когда все члены этой большой и дружной семьи собираются вместе. Семейные праздники здесь всегда отмечают с выдумкой, готовятся к ним все вместе. Дети у Шабановых активные и жизнерадостные, что показал недавно прошедший в Омске форум многодетных семей, участниками которого они стали. Ребята участвовали в конкурсах, зарабатывали призы, не оставались в стороне и родители.

- Хороший получился праздник, - делится своими впечатлениями Светлана Фаритовна, - яркий и запоминающийся. Мы вернулись с массой впечатлений, так что воспоминаний хватить надолго. Сегодня Шабановы заявлять строительством пристройки к дому - тесновато стало. Дело хлопотное, но приятное: после новоселья будет где праздники отмечать, где курочкам готовиться, где покатать. Планируется успеть к началу осени, чтобы с размахом отметить семейное торжество.

Фото Е. ОЛЕЙНИК.



Поздравляем!

За материнский труд отмечены медалью

6 июля, в канун Всероссийского дня семьи, любви и верности, в Законодательном Собрании губернатор Виктор Назаров вручил государственные награды Омской области четырнадцати многодетным жительницам региона. Женщины, в семьях которых родилось и воспитывается пятеро и более детей, награждены медалью «Материнская слава». Среди множества наград региона эта медаль - одна из самых главных и почетных, она присваивается за заслуги в укреплении института семьи и достойное воспитание детей. В числе награжденных, получивших медаль из рук главы региона, и наша землячка Светлана Фаритовна Шабанова из Александровского. Вместе с мужем Александром Анатольевичем она воспитывает пятерых своих и четверых приемных детей. Об этой замечательной семье осенью прошлого года мы уже рассказывали нашим читателям. Здесь всегда царят гостеприимство, понимание и доброжелательность. Дети Шабановых принимают активное участие в жизни села, школы. А какие семейные праздники с участием каждого здесь устраивают. На всех детей, а Светлана и Александр не делит их на «своих» и «ужих», у них хватает душевного внимания, тепла и ласки.

В Органом зале из рук Министра Министерства труда и социального развития М. Ю. Дитятковского медаль «Мате-



ринская слава» получили еще две наших землячки: Сауле Вахитовна Гималова из а. Койчубай (вместе с мужем Рамилем Абзаловичем они воспитали пятерых детей) и Умсулжак Альжановна Утисева из Артакшила (вместе с мужем Ескендыром Ахметовичем они вырастили шестерых детей).

Теперь в Шербавальском районе уже 26 многодетных мам награждены медалью Омской области «Материнская слава».

День любви и верности

Любовью дорожить умеете.

НГ преодоление



Спортсменка-колясочница Кристина Шабанова заняла первое место в г. Сочи

В конце сентября в г. Сочи проходил спортивный фестиваль для людей с ограниченными возможностями здоровья. Омскую область представляла команда из пяти человек, в числе которых была 19-летняя спортсменка-колясочница из Александровского сельхозпоселения Кристина Шабанова. Девушка приняла участие в таких соревнованиях, как дартс и бег на коляске на 60 м. В последнем она показала лучший результат и в итоге завоевала первое место. Спонсоры фестиваля наградили Кристину медалью и Почетной грамотой, но самым неожиданным подарком для девушки стала новая инвалидная коляска, отвечающая всем современным требованиям. Теперь у Кристины появился стимул и дальше заниматься спортом и завоевывать только призовые места. От поездки у Кристины остались самые благоприятные впечатления. Девушка впервые увидела г. Сочи. Ей и другим спортсменам посчастливилось побывать на экскурсиях по городу и даже искупаться в море. Самые яркие моменты Кристина запечатлела на фотоснимках. На этом - она уже дома с любимым псом Кубиком.

НГ Подписка-2013

Дорогие читатели!
Продолжается подписка на 1 полугодие 2013 года. Цена остается прежней - 219 рублей 36 копеек.
Оставайтесь с нами!



16+

История нашей семьи на страницах прессы.

ЖИЗНЬ БЕЗ БАРЬЕРОВ



Благодарность С. Ф. Шабановой вручает В. Б. Куля.

рат районного Совета:
получению денежной компенсации за воспитание и обучение ребенка-инвалида, обучения, можно получить у специалиста образования Омского телефона: 24-79-09.

свои силы, слезы наворачивались на глаза.

Участники форума приняли резолюцию, обозначившую задачи социальной адаптации детей-инвалидов, которые можно решить на муниципальном уровне.

Дорога – это то, как ты по

ней идешь. И это просто замечательно, что есть у нас в районе люди с широким сердцем, для которых чужая беда как своя собственная. В семье С. Ф. Шабановой из Александровского воспитывается племянница – инвалид с детства. А на днях они оформляют опеку еще на двоих ребятшек с ограниченными возможностями здоровья.

Чужой беды не бывает. Вот районные библиотекари обратились к шербакуристам с просьбой помочь семье их коллеги С. Молдабеновой. Их дочери Эльмире требуется до

рогостоящее лечение. Нужно заплатить 250 тысяч рублей. Деньги большие. Родственникам, близким собрать их не по силам. Но если бы каждый взрослый житель района (люди трудоспособного возраста и пенсионеры), а таких у нас около 18 тысяч человек, выделил из своего семейного бюджета хотя бы 100 рублей, мы могли бы собрать 1 млн. 800 тысяч рублей! Давайте попробуем быть неравнодушными, не дадим зачерстветь своей душе. Ведь однажды беда может постучаться и в нашу дверь...

кого полумарафона



Старт на дистанцию 3 км. марафона



Разминка бега для детей



Состязаются катисонники



МЫ ВСЕГДА С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПИШЕМ О ЛЮДЯХ, ЖИВУЩИХ В ПОСЕЛЕНИЯХ НАШЕГО РАЙОНА, БУДЬ ТО БОЛЬШАЯ ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ, УВАЖАЕМЫЙ ТРУЖЕНИК СЕЛА, ПРЕКРАСНАЯ ХОЗЯЙКА ИЛИ СУПРУГИ, ИДУЩИЕ РУКА ОБ РУКУ НА ПРОТЯЖЕНИИ ДОЛГИХ ЛЕТ. И КОГДА МОЙ ПУТЬ ЛЕЖАЛ В АЛЕКСАНДРОВСКОЕ СЕЛЬСКОЕ ПОСЕЛЕНИЕ, Я И ПРЕДСТАВИТЬ НЕ МОГЛА, ЧТО ПОЗНАКОМЛЮСЬ С ДВУМЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЬНИЦАМИ ПРЕКРАСНОЙ ПОЛОВИНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА, СИЛЬНЫМИ ДУХОМ, СМЕЛЫМИ И ИЗЛУЧАЮЩИМИ НЕВЕРОЯТНОЕ ДУШЕВНОЕ ТЕПЛО И СПОКОЙСТВИЕ.



ЖИТЬ С УЛЫБКОЙ, НЕСМОТРЯ НИ НА ЧТО



промышленности. Приезжаем, а там 5 мест на 10 медалистов и завтра пять экзаменов в один день. Подруга растерялась, а я говорю: «Ничего! Только в школе экзамены сдали! Все мы знаем!» Так мы и стали двумя студентками, сумевшими попасть в пятерку счастливых.

Там, в университете, Галина познакомилась с будущим мужем. Умный, красивый, та-

Илларионовича, знавшего, что дети обречены, не выдержало, и его не стало.

Ушли вслед за отцом и сыновья Галины Александровны. Ее горе не описать словами. Она держалась, как могла, держалась до последнего, а потом решила не сдаваться, думала: если осталась на этой земле, значит, так нужно, значит, нужно стать кому-то полезной и жить вопреки

Шабановых. Накануне первого сентября жизнь в их уютном доме кипела и бурлила. Еще бы! Ведь завтра мама, Светлана Фаритовна, провожает в школу своих девятерых ребятишек!

В семье Шабановых 13 детей! Светлана и ее муж Александр взяли под опеку 8 ребятишек. Три года назад Светлана получила медаль «Материнская слава», тогда в их семье было четверо приемных детей, а в феврале

Спасибо

за

внимание!