



МИЛОСЕРДИЕ

<http://sbmcollege.ru>

№ 7 (123) сентябрь 2021 г.

ПРИЕМНАЯ КОМИССИЯ

ПОЗДРАВЛЕНИЕ



ПОЛНЯТСЯ НАШИ РЯДЫ

Желание стать настоящим специалистом своего дела – это залог не только успешной карьеры, но и психологического комфорта самого человека. Самостоятельное и осознанное решение чаще приводит к профессиональной самореализации и успеху.

Совокупность многих факторов должна определить выбор будущей профессии: наличие учебных заведений, которые могут обеспечить знаниями и навыками; желание развиваться в данной сфере деятельности; понимание сути



Кем стать? Какую профессию выбрать? Эти трудные и сложные вопросы встанут в свое время перед каждым выпускником школы.

из крупнейших средних профессиональных медицинских учебных заведений Северо-Кавказского Федерального округа. Двери его открыты для тех, кто хочет получить качественное среднее медицинское образование.

Более полувека в этом образовательном учреждении

осуществляется подготовка квалифицированных специалистов, востребованных в медицинских учреждениях России и за рубежом. И все эти годы популярность нашего колледжа держится на достаточно высокой отметке. Учиться у нас престижно, что постоянно подтверждается большим количеством поступающих.

В этом году в ГБПОУ СК «Ставропольский базовый медицинский колледж» было подано 2020 заявлений. Наряду с традиционными формами приема: очным и через операторов почты России, прием документов впервые осуществляется через личный кабинет абитуриента, размещенный на сайте СБМК.

План приема – 725 человек, в том числе на бюджетную основу обучения – 300 человек, выполнен на 100%.

Конкурс на все специальности был достаточно высоким. Также выше обычной планки стал проходной балл на «Лечебное дело», бюджет – 4,8; на «Сестринское дело», бюджет – 5,0.

На коммерческую основу обучения зачислено 424 человека. И здесь был серьезный конкурс. Наиболее высокий на специальность «Лечебное дело» – 5,4 человека на место.

подавляющее большинство поступающих – жители сельской местности. Наш среднестатистический первокурсник имеет аттестат на уровне 4,36 балла.

Общение с поступающими в приемной комиссии показало, что к нам пришла творческая молодежь: обладатели спортивных разрядов, победители районных, краевых и региональных соревнований; выпускники музыкальных школ и художественных студий.

Уважаемые первокурсники! Сегодня вы в самом начале своего профессионального пути. Впереди много трудных и увлекательных дней учебы. В нашем колледже замечательные преподаватели, чуткие и отзывчивые наставники, светлые отремонтированные корпуса и современные клинические базы. Но все это не будет иметь значения, если вы не станете усердно учиться, настойчиво овладевать основами медицинской науки, помня, что ваши знания и ваше искусство будут служить делу спасения жизни людей.

Желаю вам успешно пройти все годы учебы, овладеть необходимыми умениями и навыками, получить диплом, найти свое место в жизни и истинную радость в профессии!

М.Л. Скоробогатых,
ответственный
секретарь
приемной комиссии



ДОРОГИЕ ПЕРВОКУРСНИКИ!

Поздравляю вас с поступлением в Ставропольский базовый медицинский колледж!

Вы сделали первый серьезный шаг на пути к овладению выбранной профессией. От активности вашей жизненной позиции, сознательного и творческого отношения к учебе и труду будет зависеть уверенность в правильности выбора.

Я надеюсь, что медицинская профессия станет для вас истинным призванием. И помогут вам в этом добрые и мудрые советы наставников, их знания, которые они готовы передать вам. Но чтобы стать настоящим медиком, надо овладеть не только множеством профессиональных знаний и навыков, но и воспитать в себе милосердие и сопереживание, доброту и терпение, отзывчивость и любовь к людям.

Вас ждут горячие студенческие будни и бессонные ночи во время сессии, олимпиады и фестивали, волонтерская работа и спортивные состязания – яркие вехи профессионального и духовного развития.

Студенчество – это еще и время множества радостных знакомств, которые могут привести к дружбе на всю жизнь. Это часто и период первой любви, способной перерасти в прочный и счастливый брак. Все важно. И пусть разные грани бытия счастливо сочетаются в вас, не мешая, а обогащая вашу личность.

Поздравляю всех студентов, сотрудников и преподавателей с новым учебным годом! Пусть вам легко покоряются вершины знаний, пусть самые смелые замыслы находят успешное воплощение, пусть каждый день наполнится радостью творчества!

К.И. Корякин,
главный редактор газеты
«Милосердие», кандидат
педагогических наук,
отличник народного
просвещения, директор
ГБПОУ СК
«Ставропольский
базовый медицинский
колледж»



выбранного дела и соотношение своих личностных и профессиональных качеств.

Рынок труда непостоянен – те профессии, которые были востребованы еще несколько лет назад, сегодня могут быть уже не нужными. И все же есть специальности, на которые существует и всегда будет существовать спрос. Одной из таких областей является медицина.

Ставропольский базовый медицинский колледж – одно



Война – это всегда боль утрат, разруха и ужас, самая жестокая форма человеческой конфронтации. Каким бы ни был повод, он никогда не сможет стать достойным средством достижения мира, потому что войны без потерь не бывает, и иногда победа приносит столько утрат, что больше похожа на поражение. Примером тому является Вторая мировая война.

К счастью, мы знаем о ней лишь по кинофильмам, книгам и рассказам старшего поколения. Она представляется нам чем-то далеким, но в наших силах сделать так, чтобы подвиги прадедов помнили и почитали будущие поколения. Именно поэтому День Победы – великий праздник великой страны!

В рамках подготовки к празднованию 9 мая в Ставрополе с апреля по май прошел литературно-исторический конкурс «Героические зарисовки». Организатором этого мероприятия стало муниципальное бюджетное учреждение культуры «Музей Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. «Память». По условиям конкурса, необходимо было написать эссе о героических страницах жизни членов семьи: участников Великой Отечественной войны, тружеников тыла, детей войны.

Студенты 1 курса нашего колледжа специальности: «Сестринское дело» и «Фармация» приняли активное участие в этом мероприятии. Выразительно и проникновенно звучали размышления ребят о событиях войны, в своих работах они делились интересными фактами из биографии героических предков, а также посвящали им стихи.

По итогам конкурса жюри определило победителей, призеров и лауреатов, среди которых прозвучали имена и наших студентов. Ева Струкова, Павел Криворучко, Лейла Байчорова, Анастасия Гончарова, Алина Сухорученко (студенты 162 69 группы) награждены грамотами участников состязания.

Ксения Мякишева (студентка 168 д9 группы) – призер конкурса. В эссе, которое она назвала «Солдаты войны», Ксения рассказывает: «Прадедушка часто рассказывал о войне, а я с огромным



ГЕРОИЧЕСКИЕ ЗАРИСОВКИ



«Неужели тесно жить людям на этом прекрасном свете, под этим неизмеримым звездным небом? Неужели может среди этой обаятельной природы удержаться в душе человека чувство злобы, мщения или страсти истребления себе подобных?», – так писал о войне русский писатель Л.Н. Толстой еще в 1852 году в своем первом рассказе кавказского цикла «Набег». Вопросы, заданные этим величайшим мыслителем более ста шестидесяти лет назад, не перестают волновать людей всего мира и сегодня.

интересом слушала его скупые воспоминания о тех героических событиях. Эти опаленные войной годы между жизнью и смертью, когда каждый час мог стать последним, были мучительными и трудными». Далее она повествует о его славном боевом пути от первых дней войны до ее окончания: «В декабре 1943 года воинская часть, в которой служил мой прадедушка, вошла в состав Первого Белорусского фронта под командованием Георгия Константиновича Жукова. День Победы прадед встретил в Берлине. После штурма рейхстага он оставил на его стене надпись «Касьянов Петр Сергеевич».

Словами глубокой благодарности проникнута работа Ксении, которую она завершает своим стихотворением: Нам ветераны заложили память, Которая иссякнуть не должна! Ген победителя – привит он нам надолго, И от него избавиться нельзя!

Страна, добытая огромной кровью, И эту славу нам теперь нести! Вести себя с соседом будем мы достойно, Ну, а врагу – и шанса не дадим!

Другого поведения мы принять не можем, Нам просто память по-иному не велит, Пока все помнят подвиг ветеранов, их победу, Страна крепка, как камень, как гранит!

Интересна и творческая работа лауреата конкурса Елены Зинченко (студентки группы 153 д9). В своем эссе она рассказала о трагической, но вместе с тем удивительной истории спасения человеческой

жизни. «Немцы оккупировали Краснодарский край. В 1942 году в станице Рязанской Белореченского района действовал партизанский отряд. Моему прапрадеду было поручено сходить в родную станицу Рязанскую за едой. Его жена, моя прапрабабушка Надежда Афанасьева, приготовила для отряда провизию, но тут нагрянули полиция. Они схватили Ивана, его отца и сына Жору, которому было на тот момент двенадцать лет.

Всех арестованных посадили в телегу и повезли к оврагу на расстрел. Один из полицаяв пожалел мальчишку и столкнул с телеги. Жора, прячась за кустами, продолжал бежать за ними и видел, как расстреляли его родных. Этот мальчик был мой прадед Георгий Иванович Афанасьев».

Далее студентка размышляет о поступке полицая: «Я много думала об этом событии. Ведь война беспощадна, она разрушает не только

дома, но и души людей, калечит судьбы. Что произошло тогда в сердце того полицая, который вытолкнул мальчишку-подростка с телеги? Вероятно, он вспомнил о своем сыне, а может быть, в его душе на миг проснулось что-то светлое, доброе, человеческое, что и спасло жизнь ребенку».

Завершая свое эссе, Елена пишет: «Я горжусь моими предками, которые мужественно сражались против немецких захватчиков, именно от них я переняла и впитала любовь к своей Родине. Каждый год, становясь в ряды «Бессмертного полка» с портретами прапрадедов и прадедов, ощущаю себя причастной к великому Дню Победы, меня переполняет чувство гордости и безмерной благодарности к тем, кто ценой собственной жизни, подарил нам этот прекрасный мир!».

Великой школой мужества и героизма навсегда останется в памяти людей Великая Отечественная война, поэтому так важно, чтобы молодое поколение хранило память о великом и в то же время трагическом для всего человечества событии. Прошлое нашей страны, каким бы трудным оно ни было, – это достояние народа, а его сохранение в памяти народной – важнейшая политическая, нравственная, культурная задача общества.

Е.В. Шуаева,
преподаватель
русского языка
и литературы



1 СЕНТЯБРЯ

ДЕНЬ СОЛИДАРНОСТИ



ДЕНЬ ЗНАНИЙ

1 сентября в нашем колледже прошла торжественная линейка для первокурсников, посвященная Дню знаний.

Заместитель директора по воспитательной работе Елена Павловна Соколова поздравила ребят с поступлением и пожелала удачи в новом учебном году.

Волонтеры помогли кураторам организовать первокурсников, собрать их в группы и сопроводить в аудитории для первого кураторского часа. Новоиспеченные студенческие группы познакомились со своими



наставниками, которые рассказали им об особенностях учебы в СБМК. Надеюсь, что студенческие годы станут самыми яркими в жизни ребят!

Материалы подготовила В.В. Ширинян, педагог-организатор



3 сентября Россия отметила День солидарности в борьбе с терроризмом.

Памятная дата установлена в 2005 году федеральным законом «О днях воинской славы России» и связана с трагическими событиями в Беслане (Северная Осетия, 1 – 3 сентября 2004 года), когда боевики захватили одну из городских школ. В результате теракта в школе № 1 погибло более трехсот человек, среди них 186 детей.

В этот день в Ставрополе вспоминали жертв террористических актов, а также сотрудников правоохранительных органов, погибших при

ПОМНИМ

выполнении служебного долга.

Представители администрации города, национально-культурных центров, учебных заведений, в том числе и нашего колледжа, возложили цветы к импровизированному мемориалу.

Мы помним!



КАНИКУЛЫ

ОТДЫХАТЬ МЫ УМЕЕМ

Каникулы – любимая студенческая пора! Особенно если они следуют за отлично сданной сессией.

Студенты СБМК летом работали и путешествовали, общались с родными и помогали им по хозяйству, смотрели фильмы и играли в футбол. Словом, набирались сил для взятия очередных высот в новом учебном году!



ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Сегодня я расскажу вам о нашей поездке в лагерь «Шате».

В апреле был объявлен набор студентов, которые хотят поехать работать на море. Записалось около 35 человек. В мае мы получили нашу первую путевку. И все вместе решили, что нам нужен отличительный знак – заказали одинаковые футболки.

Сборы начались еще в

апреле, мы переписывались и знакомились. Было здорово жить в предвкушении столь знакового события.

Первая встреча состоялась на Северной автостанции Ставрополя. Никто еще никого не знал, все стеснялись друг друга. После инструктажа наших замечательных руководителей мы сели в автобус и отправились в долгожданное путешествие. До Краснодарского края ехали тихо, почти не общались. А потом включили колонку, стали петь, смеяться. Андрей играл на гитаре. И атмосфера совершенно изменилась.

После расселения мы так волновались, что не спали почти всю ночь, а утром всем составом вышли на работу. Не буду рассказывать о каждом рабочем дне, скажу коротко: это было тяжело. ОЧЕНЬ ТЯЖЕЛО! Как



морально, так и физически. Мы ругались между собой, но в итоге мирились; мы помогали друг другу и старались делать всю тяжелую работу вместе. У многих сдавали нервы, кто-то уже просто плакал, звонил родителям и умолял забрать домой (я, кстати, тоже). Три человека заболели и уехали через неделю. Лиза повредила ногу, Андрею поставили гайморит, у Димы обострилась его болячка, – все они остались с нами и героически пробыли всю смену.

А если рассказать об овощерезах – выйдет повесть. Они

должны почистить 20 мешков картошки по 50 кг, два мешка моркови по 50 кг и три мешка лука по 50 кг за смену (за два дня)! Очень тяжело морально, когда тебе говорят «быстрее», а у тебя уже трясутся руки, порезаны ладони и ты просто не можешь видеть эту картоху, но наши овощерезы справлялись. Им в свободное время помогал весь отряд: чистили, обрабатывали, резали. Команда!

А вот выходные у нас проходили просто замечательно! Благодаря им, мы там и продержались. Отдых – это всегда хорошо. Но еще более важно

иметь поддержку со стороны руководства. Именно оно помогло нам оставаться на плаву, не теряя оптимизма. Огромная благодарность Оксане Михайловне Масленниковой и Елене

Павловне Соколовой за то, что несмотря на все наши беды, вы оставались с нами и поддерживали нас во всем, переживали за нас как за своих детей и решали все наши проблемы. Огромное вам спасибо, вы – лучшие и мы вас очень любим! И, наконец, 27 июля наступило самое долгожданное в жизни событие – отъезд домой. Больше в Шате мы не поедем и вам не советуем. Но в любом случае лагерь одарил нас настоящим опытом реальной жизни, новыми знакомыми и разнообразными эмоциями. (Фото и видео можно посмотреть в Instagram на аккаунте @dolzhan).

Полина Кочнева,
468д9 группа





Здоровый образ жизни включает в себя несколько компонентов. Прежде всего это – рациональное питание. Ведь оно выполняет одну из главнейших функций в обеспечении жизнедеятельности человеческого организма. Ежедневный рацион человека должен быть строго сбалансирован, содержать в достаточном количестве и оптимальном соотношении все необходимые организму вещества. А для этого ему нужно быть разнообразным. Однако в рациональном питании выделяются определенные группы продуктов, употребление которых рекомендуется снизить или же совсем исключить: копчености, которые могут образовывать соединения, обладающие канцерогенной активностью; молочные продукты с высоким содержанием жира, значительно увеличивающим уровень холестерина в крови; соль, повышающая артериальное давление; сахар, избыток которого приводит к кариесу, диабету и избыточному весу; белые сорта хлеба из-за их высокой калорийности, намного полезнее и дешевле хлеб из муки грубого помола.

Большое значение в организации рационального питания уделяется правильной обработке продуктов. Некоторые виды тепловой обработки пищевых продуктов (жарение, запекание), особенно длительные и интенсивные, отрицательно сказываются на качестве готовых изделий. Одной из главных идей правильного питания является исключение или ограничение процессов жарения и пассерования. В результате таких воздействий в продукте происходят необратимые изменения с белками, жирами, углеводами, аминокислотами, разрушаются витамины и ценные для организма активные вещества.

Важная характеристика рационального питания – умеренность. Необходимо сознательно регулировать калорийность пищи, соблюдать энергетический баланс. Об энергетическом балансе яснее всего говорит масса тела, которая сохраняется в пределах нормы лишь при энергетическом равновесии. Также не следует делать больших перерывов между приемами пищи и поглощать ее в

большом количестве.

Сложность в переходе к правильному питанию скорее даже не физиологическая, а психологическая. Мы привыкли питаться так, как питаемся, а привычки, складывающиеся в течение всей жизни, сразу не изменить. Американские ученые предполагают, что переход

нагрузками, но должны способствовать снабжению тканей кислородом. Любой вид аэробных упражнений будет укреплять сердечно-сосудистую систему, если заниматься при нагрузках умеренной интенсивности по 20 минут в день или хотя бы три раза в неделю.

К числу аэробных упражнений относят ходьбу, бег, бег на месте, плавание, коньки, подъем по ступенькам, греблю, катание на скейте, роликовых коньках, танцы, баскетбол, теннис.

Крайне важна общая гигиена организма, связанная, прежде

загрязнении кожи засоряются выводные протоки потовых желез и нарушается способность организма к терморегуляции, развиваются грибковые заболевания, лечение которых требует немало времени. Все эти факты убеждают нас в необходимости поддержания тела в чистоте.

В общую концепцию ведения здорового образа жизни входит и закаливание. Раньше под закаливанием понимали прежде всего привыкание организма к холоду. Сейчас это понятие истолковывают более широко, – закаливание означает укрепление

человека происходят физиологические сдвиги. Благодаря закаливанию активизируется центральная нервная система, снижается возбудимость периферической нервной системы, усиливается деятельность желез внутренней секреции, растет активность клеточных ферментов. Все это повышает устойчивость организма к условиям внешней среды. Способы закаливания против холода всем давно известны. Это воздух, солнце и вода в совокупности с физическими упражнениями. Эффект закаливания недолговечен, он длится только во время закаливания организма и недолго после него, поэтому закаливание должно быть постоянным и последовательным, им следует заниматься ежедневно и регулярно.

И, наконец, последний но чрезвычайно важный компонент здорового образа жизни – отказ от вредных привычек. В идеале предполагается не отказ от вредных привычек, а их изначальное отсутствие. Если же по каким-то причинам они уже имеются у человека, то необходимо принять все меры, чтобы освободиться от пагубных пристрастий.

Ведение здорового образа жизни предполагает не хаотичное использование различных методик, но применение индивидуального, тщательно подобранного плана. План этот должен учитывать физиологические и психологические особенности конкретного человека, который стремится улучшить свое состояние. Здоровый образ жизни не предполагает какую-то специальную физическую подготовку, его принципы рассчитаны на использование их обычным человеком с целью поддержания работоспособности и ощущения радости бытия.

В.А. Власкин,
преподаватель ЦМК
физической культуры



Ведение здорового образа жизни с каждым годом становится все более привлекательным в нашей стране.

к здоровому питанию должен быть постепенным, примерно в течение года. Зато результат от такой перестройки организма сразу же даст о себе знать – улучшится самочувствие, нормализуется масса тела, увеличится физическая активность и, что самое главное, – откроются новые возможности для самосовершенствования.

Второй базовый компонент здорового образа жизни – физическая активность. Физические упражнения – это удовольствие; подходящий вид физических упражнений найдется для каждого; через несколько месяцев занятий вы так привяжетесь к ним, что уже ни за что не оставите. А через полгода вы станете живее, деятельнее; почувствуете прилив сил, улучшение координации движений и реакций; легче будете справляться с нервным напряжением и плохим настроением; тело станет стройным; укрепятся костные ткани и улучшится кровообращение; повысится работоспособность.

Особенно полезны аэробные упражнения. Аэробными называются такие упражнения, которые заставляют ритмично работать крупные группы мышц. Они не связаны непосредственно с большими физическими

нагрузками, с поддержанием чистоты кожного покрова. Эта проблема весьма актуальна для человека, так как примерно 2,5 миллиона потовых и сальных желез выделяют около 0,3-0,5 л пота в сутки, в поверхностных слоях кожи идет непрерывное обновление клеток, на грязной коже могут иметься вредные для здоровья человека микроорганизмы. При

сопротивляемости организма к любым факторам внешней среды, вызывающим состояние стресса. К таким факторам относятся низкая и высокая температура воздуха, чрезмерно пониженная или повышенная влажность, резкие изменения атмосферного давления. Под воздействием высоких или низких температур в организме



Учредитель и издатель: ГБОУ СК «СТАВРОПОЛЬСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

Главный редактор:
К.И. Корякин
Ответственный редактор:
С. Добровольская

Редакционная коллегия:
Е. Кустова, Е. Дмитриева,
Н. Рылова
Проект дизайна и верстка:
Т. Комбарова

Адрес учредителя и издателя:
г. Ставрополь, ул. Серова, 279
Тел. 8(8652) 24-31-75
E-mail: dobro10@mail.ru

Отпечатано в типографии «Мир» ИП Акиншин М.А.
355000, г. Ставрополь, ул. Тухачевского 11 в. Заказ №
Подписано в печать по графику и фактически 09.09.2021 г. в 16 часов.
Дата выхода в свет
Тираж 500 экз. Распространяется бесплатно.
Перепечатка материалов без письменного разрешения редакции запрещена