***Здравствуйте,*** В эфире школьное радио "220 вольт" и его ведущие(ая) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, и мы держим Вас под напряжением!

 ***Сегодня 11 декабря,*** и сегодня отмечают **международный день гор**. Горы являются уязвимыми экосистемами, имеющими глобальное значение как источник большей части мировых запасов пресной воды, место обитания уникального биологического разнообразия и расположения богатого культурного наследия, популярное место отдыха и туризма. Однако ухудшение состояния окружающей среды приводит к засухе, оползням, обвалам и другим стихийным бедствиям в горах, а обострение политической обстановки в горных регионах — к локальным войнам, распространению **терроризма, росту** числа беженцев, голоду и болезням.

***Кстати о болезнях***: наступила зима, и вместе с ней, пришли холода, поэтому повысился риск заболеть простудными и инфекционными заболеваниями, такими как пневмония.

***Пневмония*** – сейчас одна из наиболее часто встречающихся болезней. Несмотря на успехи медикаментозной терапии, пневмония все еще считается опасной, а подчас даже смертельной болезнью. Именно поэтому, мы решили рассказать вам об этом опасном заболевании, о его симптомах и о том, как не заразиться им. В возникновении пневмонии важную роль играют различные бактерии и вирусы, являющиеся ведущими факторами риска возникновения легочного воспаления. В некоторых случаях возбудителями являются микоплазмы - микроорганизмы со свойствами как вирусов, так и бактерий. Обычно начинается внезапно с сильного озноба и повышения температуры тела до 39-40 °С. Кашель вначале сухой, позже с «ржавой» или гнойной вязкой мокротой. Боль при дыхании на стороне пораженного легкого, за грудиной, усиливается при кашле. Пневмония передается воздушно-капельным путем (при чихании, кашле, разговоре, дыхании).

***Профилактика пневмонии:***

1. Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.

2. Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания, а не руками.

3. Если у вас дома или в учреждении, где Вы пребываете длительное время, есть кондиционер, следите за его чистотой.

4. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).

5. До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать прививку против гриппа, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа. Несмотря на то, что привитые люди тоже могут болеть пневмонией, заболевание у них протекает легче, чем у не привитых.

6. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее - сквозняков.

7. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

8. В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.

9. Возможен прием иммуномодулирующих препаратов, которые можно применять только по назначению врача.

10. Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе. Очень важно не курить в помещении, где могут находиться люди: пассивное курение пагубно сказывается на функции бронхов и иммунитете.

Кстати о здоровом образе жизни. В нашей школе очень много талантливых ребят, которые занимаются спортом, музыкой, рисованием (как правильно), пишут стихи, рассказы …. Их достижения мы решили осветить в новой рубрике «Жизнь вне школы». Мы будем приглашать их в студию для беседы.

**И первый гость в нашей студии** - Догадаева Анастасия.

Здравствуй, Настя! Мы очень рады, что ты решила откликнуться на нашу просьбу и придти к нам в студию. Итак, первый ворос:

1. Каким видом спорта ты увлекаешься?
2. Бокс— это контактный вид спорта, единоборство, в котором спортсмены наносят друг другу удары кулаками в специальных перчатках. Рефери контролирует бой, который длится от 3 до 12 раундов. Почему ты решила заниматься именно этим видом спорта?
3. Где проходят твои тренировки, и сколько часов ты обычно занимаешься?
4. Принимала ли ты участие в соревнованиях, если да, то в каких?
5. Сколько побед на твоем счету?
6. Каков твой «боксерский» стаж?
7. Есть ли еще девочки в Вашей группе? Поддерживаете ли Вы друг друга во время соревнований
8. Чтобы Вы хотели пожелать другим ребятам?

  Спасибо большое, мы желаем, тебе успехов в учебе и в боксе.

***А мы продолжаем тему здорового образа жизни:*** в минувшую среду в нашей школе прошёл классный час для учащихся 4 классов. Мероприятие было подготовлено учениками 8 и 10 классов и посвящено борьбе с курением. В доступной игровой форме детям рассказали о вреде курения, о последствиях, которые влечёт за собой эта вредная привычка. Учащиеся 8 класса показали сказку С. Михалкова «Как медведь трубку нашёл» и поведали о том, как печально закончилась эта история для главного героя. А десятиклассники устроили настоящий «суд над сигаретой». Очень надеемся, что это был полезный урок для всех учащихся нашей школы. Те, кто ещё не пробовал вкуса табака, никогда не станут курить, а те, кто уже пристрастился к этой пагубной привычке, навсегда от неё откажутся, думая о своём будущем и заботясь о своём здоровье.

***Ведь здоровье влияет еще на наше профессиональное будущее***. Если у вас есть какие-то хронические заболевания, то в некоторые специальности вам путь закрыт.
 Зачастую школьники в старших классах долго сомневаются в своей будущей профессии. От этого выбора зависит, как будет складываться их жизнь на многие годы вперед. Мир профессий огромен и Вам чтобы легче было в нем ориентироваться, мы будем знакомить Вас с учебными заведениями Петрозаводска в рубрике «Страничка абитуриента».

 В Республике Карелия программы высшего профессионального образования осуществляются в 20 учреждениях, включая 17 филиалов, а так же 16 учреждений начального и 15 - среднего профессионального образования.

***В этом выпуске мы расскажем вам*** об одном из старейших учебных заведений в системе среднего профессионального образования России и Республики Карелия - Петрозаводском Автотранспортном техникуме. Кстати в этом году техникуму исполнилось 85 лет!

За свою историю техникум подготовил более 16000 специалистов по таким специальностям как:

* Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта
* Строительство автомобильных дорог и аэродромов
* Организация перевозок и управление на транспорте
* Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Техникум реализует программы подготовки специалистов среднего звена, квалифицированных рабочих, программы дополнительного образования и повышения квалификации, а также программы предпрофильной подготовки.

### Среди выпускников много руководителей разного уровня, общественных и политических деятелей, ученых, финансистов, предпринимателей, работников правоохранительных органов, преподавателей высших и средних профессиональных учебных заведений.

***Что еще интересного произошло в школе?***
Конечно, День матери, который занимает особое место среди многочисленных праздников, отмечаемых в нашей стране. Это праздник, к которому никто не может остаться равнодушным, это праздник вечности: из поколения в поколение для каждого человека мама – самый главный человек жизни. В этот день хочется сказать слова благодарности всем мамам, которые дарят детям любовь, добро, нежность и ласку.
***27 ноября в школе*** прошел праздник, посвященный международному Дню Матери, организаторами которого выступили ученики 5-го класса. Актовый зал был полон гостей, среди них - мамы, бабушки учеников, учителя. Ведущие приветствовали гостей и адресовали теплые слова всем мамам и бабушкам. В исполнении вокальной группы «Хрустальные нотки» звучали песни о мамах. Ученики младшей школы – самые юные артисты порадовали всех зрителей стихами и танцами.

Каждый класс подготовил свой праздничный номер. Участники концерта раскрыли все свои таланты: читали стихи, пели песни, танцевали, разыгрывали сценки, и все это посвящалось любимым мамам. Матери с восхищением наблюдали за выступлениями своих детей и от души радовались. Каждое выступление провожали неутихающие аплодисменты.

Уходили мамы с особым чувством – одухотворения и легкости. Праздник выдался, что называется, на славу. Обучающиеся школы подарили мамам замечательный концерт! Концерт получился особым, действительно ярким и добрым.

Перейдем от новостей нашей школы к новостям Петрозаводска

В Петрозаводске состоялась ярмарка вакансий для настоящих мужчин и женщин ( Карина завтра уточнит как называется, это место). Военно-патриотическая акция уже давно стала традиционной, однако в таком масштабе мероприятие проходит впервые. В акции приняло участие более тысячи молодых людей и девушек. Им наглядно показали, чему можно научиться в армии, куда именно можно поступить. Ведь, направлений служебной деятельности было действительно много: от военно - морских сил и артиллерии до ПВО и космических войск. Что бы уже точнее определится с профессией, все самое интересное, происходила здесь же на ярмарке, к примеру: арсенал стрелкового оружия никого не оставил равнодушным из наших ребят, так же можно было стрелять из пистолета, но только лазерного. Ребята нашей школы были очень довольны, и многих из них, уже определились с профессией, благодаря, такой ярмарке. Мы надеемся, что такие мероприятия, будут проходить чаще.

А что же происходит в России?

1. Житель Томска устал от одиночества и женился на пицце из-за того, что любовь к еде будет длиться вечно.
Сообщается, что в ЗАГС жениха с "невестой" не пустили, а сама свадебная церемония состоялась в кафе. Парень, имя которого не сообщается, устал от одиночества и отсутствия постоянной спутницы, вследствие чего у него возникла идея зарегистрировать "отношения" с пиццей.

2. Написанное карандашом четверостишие обнаружили на дне ящика гримерного столика актера и поэта Владимира Высоцкого. Найденная надпись - цитата из песни Высоцкого "Я вообще подкидыш". "Мы ни на что не претендуем, но найден такой уникальный "автограф" на гримерном столике Высоцкого, на дне ящика, где написано четверостишие карандашом. Экспертизу пока не проводили, посмотрим, что это будет, но это уникальная и очень важная для нас находка",
3. Премьер-министр России Дмитрий Медведев считает, что в правительстве должны быть и плохие, и хорошие парни. "Вот я хороший парень", - сказал он в интервью российским телеканалам.

Ранее, премьер-министр России Дмитрий Медведев, признал проблемы в нефтегазовой отрасли. Отметив, что текущий тренд на нефть, самый низкий за последние 17 лет.

***И по традиции настало время поздравлений.***
Акулкина Елизавета
Тиккоева Анастасия
Пралич Кирилл
Лазарева Дарья
Ковалёва Анна
Осипов Сергей
Конжезеров Сергей
Сидоренко Матвей

Поздравляем с днем рождения! Желаем веселья, вкуса к жизни, приятных мелочей, ярких моментов, исполнения желаний, успеха в делах и начинаниях, удачи во всем. Пусть настроение будет безмятежным и солнечным, как теплый весенний день! А проблемы и неприятности навсегда уйдут с жизненного пути... А в честь светлого праздника пусть осуществится самое сокровенное желание. Счастья, любви и понимания с близкими.

С вами было Радио "220 вольт". До встречи в следующую пятницу.