

КРАЙ родной



www.vk.com/gazetakrairoadnoi

Тоншаевская газета

ПЯТНИЦА,

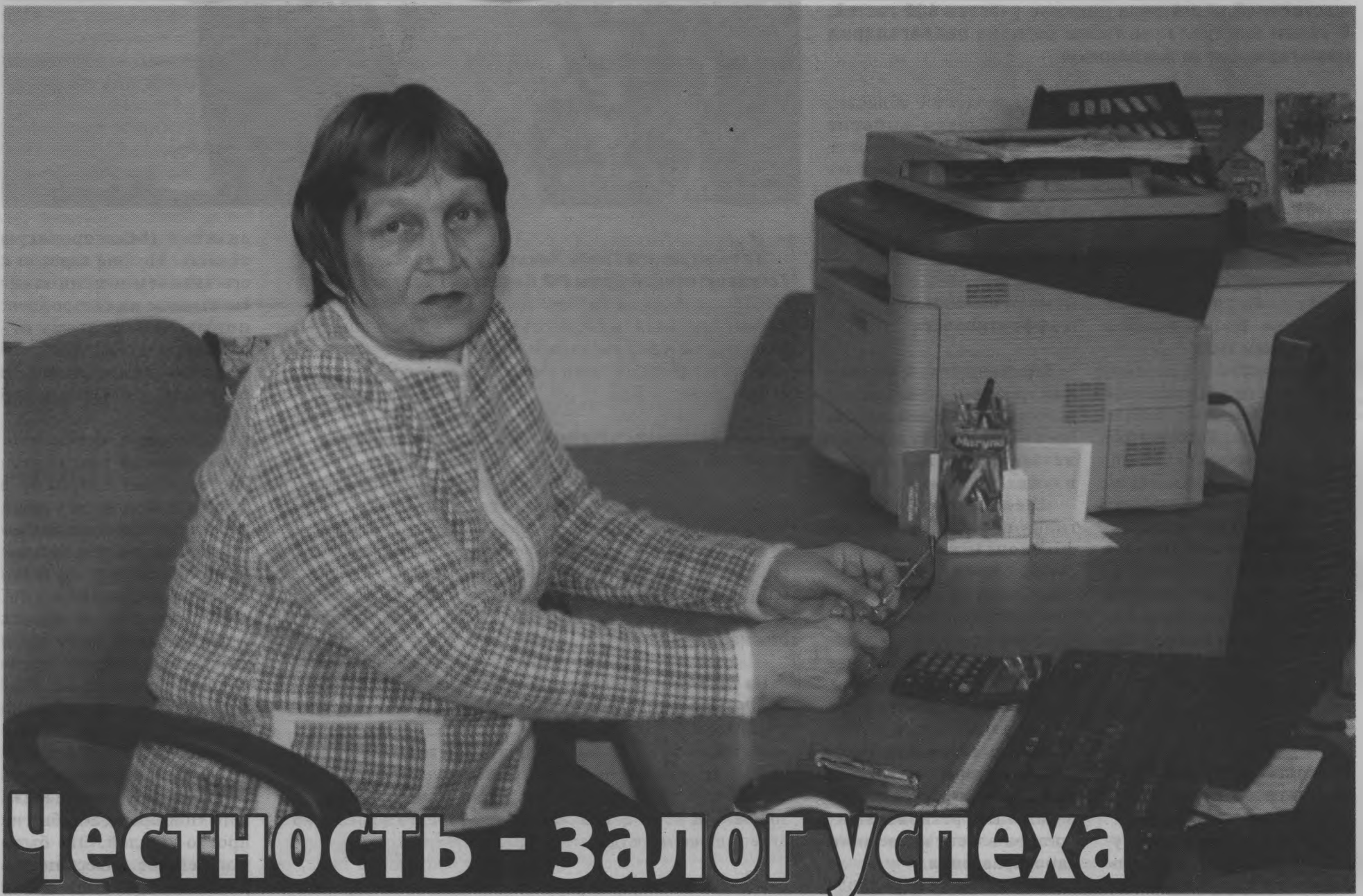
6 октября

2023 года

№ 40 (10878)

Выходит с января 1935 г.

ДЕНЬ РОССИЙСКОГО СТРАХОВЩИКА



Честность - залог успеха

6 октября российские специалисты, работающие в сфере страхования, отмечают свой профессиональный праздник - День страховщика. Профессия страхового агента — выбор сильных людей. Здесь в характере человека вырабатываются такие нужные качества, как стрессоустойчивость, целеустремленность, умение четко ставить перед собой цель и добиваться намеченного. В современной, насыщенной различными событиями жизни очень сложно сохранять осторожность и предугадать все неприятные ситуации. А вот последствия любой неприятности поможет сгладить страхование.

Татьяна Николаевна Мальцева в профессии страхового агента работает без малого 16 лет, из них шесть лет трудится в страховой компании «Ингосстрах». Участок обслуживания Татьяны Николаевны большой — посёлок Тоншаево и Тонша-

евский муниципальный округ. «Куда пригласят, туда и пойду, — с улыбкой отвечает нам страховый агент. — Без внимания у нас не остаётся ни один клиент. Всем до мелочей разьясняю все тонкости страховки, а при наступлении страхового случая

помогаю правильно оформить документы, чтобы клиент получил полагающуюся ему выплату».

В связи с финансовыми трудностями иногда людям бывает трудно выкроить из семейного бюджета нужную сумму на страховку. «И здесь мы на стороне клиента, — сообщает нам Татьяна Николаевна. — В случае финансовых затруднений у клиента нашей компанией предусмотрено, что общая сумма страхового платежа может вноситься клиентом частями — два, три и даже четыре раза».

Самые распространенные виды страхования, с которыми обращаются клиенты

к страховому агенту — это обязательное страхование автогражданской ответственности (ОСАГО), страхование от несчастных случаев и страхование имущества граждан. Размер страховых сборов у Татьяны Николаевны составляет более 3,5 миллионов рублей в год по всем видам страхования. Каков секрет профессионализма страхового агента? «Честность — это залог успеха не только в страховом деле, но и наверное, во всех сферах деятельности».

- Татьяна Николаевна, сегодня Ваш профессиональный праздник. Что Вы пожелаете коллегам?

- В первую очередь, конечно же, здоровья! Что касается работы, то растущей клиентской базы, выгодных сделок, перспективных нововведений и гиперприбыльных предложений. Будьте уверены в себе, настойчивы и успешны. Личного счастья и желанного благополучия!

Сегодня страхование выполняет важнейшую социальную функцию. Россияне страховым компаниям доверяют всё самое ценное и от них же получают поддержку при стечении негативных обстоятельств.

Екатерина ПЕТРОВА.

Фото Л. Жаровской

Главная тема



Глеб Никитин вступил в должность губернатора Нижегородской области **2 с.**

Сезон



Осенью многие учреждения проводят выставки поделок из природного материала **8-9 с.**

Горят глаза



Увлечений у Нины Васильевны Волковой невероятное множество **10 с.**

ГЛАВНАЯ ТЕМА

Пост сдал – пост принял!

ГЛЕБ НИКИТИН ВСТУПИЛ В ДОЛЖНОСТЬ ГУБЕРНАТОРА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

На прошлой неделе, 26 сентября, в Нижегородском кремле Глеб Никитин вновь вступил в должность губернатора Нижегородской области. Всего в торжественной церемонии приняло участие 600 гостей. В своем выступлении глава региона поблагодарил нижегородцев за поддержку.

Со святым словом - на доброе дело

Инаугурация губернатора Глеба Никитина состоялась в Нижегородском кремле. Перед началом церемонии глава региона возложил цветы к Вечному огню, отдав дань памяти горьковчанам-фронтовикам и труженикам тыла.

Предшествовал церемонии молебен в Никольской церкви кремля на начало доброго дела, который совершил митрополит Нижегородский и Арзамасский Георгий. Специально для этого в храм была доставлена почитаемая Казанская икона Божией Матери из деревни Рожново Борского округа. Именно образу Казанской иконы Божией Матери молились участники народного ополчения 1612 года и Великой Отечественной войны.

Результат выборов - показательный

На церемонии инаугурации в манеже Нижегородского кремля присутствовало 600 гостей. Среди приглашенных были полномочный представитель президента РФ в ПФО Игорь Комаров, подполковник Росгвардии, политический деятель, писатель Захар Прилепин, председатель Законодательного собрания Нижегородской области Евгений Люлин, глава Нижнего Новгорода Юрий Шалабаев, командующий Приволжским округом Росгвардии генерал-лейтенант Сергей Просяник, сенаторы, главы регионов, депутаты Госдумы РФ, регионального парламента, руководители органов власти Нижегородской области, представители конфессий, заслуженные деятели региона.

Председатель избирательной комиссии Нижегородской области Маргарита Красиловская объявила, что Глеб Никитин, избранный на должность губернатора

Нижегородской области, по результатам выборов получил 1 159 013 голосов избирателей, что составляет 82,82%.

Затем Глеб Никитин принес присягу губернатора Нижегородской области.

Символ инноваций и эффективности

Выступившие на церемонии дали высокую оценку работе Глеба Никитина за прошедшие шесть лет и пожелали новых достижений и побед.

«Шесть лет во главе региона показали ваш профессионализм и зрелость руководителя. Нижегородская область вновь стала символом инноваций и эффективных решений», - отметил полпред президента РФ в ПФО Игорь Комаров.

Игорь Комаров напомнил об основных задачах, поставленных главой государства, требующих эффективной командной работы федеральных, региональных органов власти и местного самоуправления.

«С учетом международной обстановки необходимо повышать конкурентоспособность экономики региона, развивать отрасли, обеспечивающие технологическую независимость нашей страны. Специальная военная операция требует от органов власти всемерной поддержки военнослужащих и их семей. Развитие эффективно работающей системы социального сопровождения и поддержки – это одна из первоочередных задач», - подчеркнул полпред президента РФ.

Председатель Законодательного собрания Нижегородской области Евгений Люлин отметил успешные проекты региона за последние годы.

«Возглавляемое губернатором правительство было и остается главным двигателем позитивных перемен в регионе. Впервые коренные перемены затрагивают не только областную центр,



Фото: К. Мартынов

Из телеграммы Глебу Никитину от председателя Государственной Думы РФ Вячеслава Володина:

«Ваша победа на выборах подтвердила, что люди доверяют вам, видят в вас человека, готового отстаивать их интересы и решать задачи развития региона. Желаю успехов в работе на благо Нижегородской области и всех ее жителей».

Из телеграммы патриарха Московского и всея Руси Кирилла:

«Искренне надеюсь, что взаимопольное сотрудничество Нижегородской митрополии Русской православной церкви с местными органами государственной власти, доказавшее свою эффективность в минувшие годы, получит динамичное продолжение в дальнейшем и будет способствовать утверждению традиционных духовно-нравственных ценностей в общественном пространстве».

Из телеграммы председателя Совета Федерации ФС РФ Валентины Матвиенко:

«Благодаря высокому профессионализму, опыту и целеустремленности вы успешно решаете комплексные задачи по обеспечению социально-экономического развития Нижегородской области, эффективному использованию ее потенциала. Желаю вам успехов в работе на ответственном государственном посту!».

но и районы. Ремонтируются дороги, проводятся капремонты школ, восстанавливаются памятники культуры, благоустраиваются общественные пространства. И, как результат, меняется к лучшему, повышается уровень качества жизни», - подчеркнул Евгений Люлин.

Митрополит Нижегородский и Арзамасский Георгий обратил внимание на то, что губернатору удалось очень многим людям сделать своими соратниками. Именно такой подход позволил в минимальное время добиться высоких результатов.

«Девиз, с которым обратился Козьма Минин к нижегородцам: «Купно за едино!» У Глеба Сергеевича планов много по разным направлениям, поэтому в духе соборности, в духе единомыслия и согласия будем продолжать выбранный курс на возрождение благо-

словенной нижегородской земли», - сказал митрополит Нижегородский и Арзамасский.

С прицелом на пять лет

В своем выступлении Глеб Никитин поблагодарил нижегородцев за поддержку, которая выразилась не только в реально высоком уровне отданных голосов на выборах. По его словам, она чувствовалась «в атмосфере частых встреч на улицах Нижнего, в случайных разговорах с жителями при посещениях районов области».

«Каждый момент искренней поддержки, хотя их и было реально очень много, отпечатался в моей душе. Я запомню их на всю жизнь. Отдельные чувства вызывает оценка нашей работы президентом Российской Федерации Владимиром Путиным, которую он дал в рамках своего недавнего

визита в Нижегородскую область. Но она связана с его знанием и пониманием оценки нижегородцев, потому что он этому отдает приоритет – позиции людей, граждан страны и региона», - отметил Глеб Никитин.

Выступая на церемонии, глава региона уделил особое внимание будущему и сделал акцент на важности идеологии. Губернатор также подчеркнул, что в регионе продолжится реализация проектов развития.

«Следующие пять лет, как и предыдущие, мы с моей командой намерены твердо придерживаться обозначенной модели. И мне радостно, что уже сейчас результаты нашей политики дают осязаемые плоды. Вспомните 800-летие Нижнего Новгорода. Это был не просто юбилей. Это были мощнейшие инвестиции в развитие городской среды и культуры и, в конечном счете, в базовое качество жизни людей. Как мы и прогнозировали, бумеранг наших вложений вернулся», - пояснил Глеб Никитин.

Выросли экономические показатели региона, улучшилась его репутация. В первую очередь, это произошло за счет формирования устойчивого образа территории возможностей, территории экспериментов, территории лидерства.

«Единственный возможный путь развития Нижегородской области – это вложение усилий в себя, в свой край и свое будущее именно здесь, а не где-то там... Я в этом абсолютно уверен! Именно по этому пути мы и продолжим идти», - заявил губернатор Глеб Никитин.

**Пресс-служба
губернатора и
правительства
Нижегородской области**

СОБЫТИЕ

Открытие памятника В.И. Ленину

В Тоншаевском муниципальном округе 3 октября прошло торжественное открытие памятника Владимиру Ильичу Ленину. Владимир Ильич был великим революционным мыслителем, лидером и государственным деятелем в истории страны. Создатель партии большевиков, главный организатор и предводитель Октябрьской революции 1917 года. Автор тысяч публицистических статей и основатель первого в мире социалистического государства – Союза Советских Социалистических Республик (СССР).

В открытии памятника принимали участие: Владислав Иванович Егоров – заместитель председателя Законодательного собрания Нижегородской области, руководитель фракции КПРФ, Станислав Юрьевич Стремин – глава местного самоуправления Тоншаевского муниципального округа, Антонина Викторовна Афанасьева – председатель Совета депутатов Тоншаевского муниципального округа, секретари областного комитета партии, начальники территориальных отделов, юнармейцы, гости и жители округа.

Открыл торжественное мероприятие В.И.Егоров:

– Сегодня мы открываем памятник В.И. Ленину. Это символ возрождения великой страны, возрождение патриотического единения перед угрозой неонацизма против Натовской агрессии. Мы сегодня объединяемся для того, чтобы преодолеть эти вызовы, для того, чтобы наша страна, как и 70 лет назад, стала великой и могущественной державой.



Затем слово предоставили главе местного самоуправления С.Ю. Стремину:

– Открытие памятника В.И. Ленину – это значимое событие для всех нас, жителей Тоншаевского округа. Владимир Ильич был лидером и государственным деятелем в истории нашей страны, а также предводителем Октябрьской революции. Мы должны донести до подрастающего поколения все этапы истории развития страны, как становилась могущественной наша Российская Федерация.

Далее состоялось торжественное открытие памятника и возложение цветов к подножию мемориала. Смена караула юнармейцев Тоншаевской школы придала патриотизма мероприятию.

– В этот памятный день, хочется сказать о создателе, организаторе коммунистического движения уже в современное время – Павле Васильевиче Тыринове. Человек уникальный по своему жизненному пути. Он был общественник, живший заботами других людей, вопреки своим интересам. Я знал его долгое время, он был моим старшим товари-



щем. Сегодня мы побывали в краеведческом музее, который был основан Павлом Васильевичем. Он являлся почетным гражданином Тоншаевского района, что совершенно справедливо. В дань уважения к Павлу Васильевичу его сыну Валерию Павловичу Тыринову вручается сборник статей и медаль, посвященные 100-летию образования СССР, – отметил В.И.Егоров.

Памятник был установлен по инициативе регионального отделения КПРФ при содействии администрации округа. Этот монумент будет служить сохранению памяти о советском прошлом на все последующие времена.

Лариса ЖАРОВСКАЯ

СЕРВИС

На «Госуслугах» появился раздел для людей с инвалидностью

На портале «Госуслуги» теперь доступен новый раздел для людей с инвалидностью. Об этом сообщает Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций РФ.

В разделе «Возможности для инвалидов» собраны все онлайн-сервисы для людей с инвалидностью и ответы на вопросы по этой теме. Среди самых востребованных услуг – получение справки о размере пенсии

и выплатах Соцфонда РФ (СФР), доставка пенсии и социальных выплат СФР, обращение в бюро медико-социальной экспертизы, оформление бесплатной парковки для людей с инвалидностью, получение

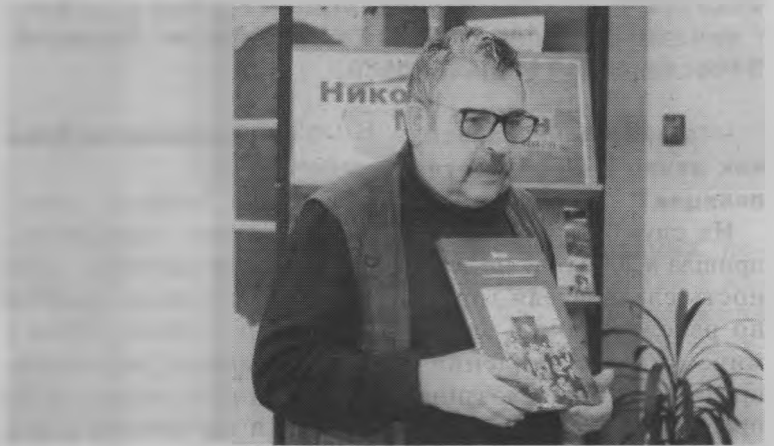
технических средств реабилитации.

Всего на портале 53 сервиса: 25 федеральных и 28 региональных. В новом разделе можно найти ответы на самые частые вопросы об оформлении группы инвалидности и сроках, на которые она устанавливается, а также подобрать подходящие вакансии.

КУЛЬТУРА

И снова встреча в библиотеке

28 сентября в Центральной библиотеке состоялась встреча с доктором филологических наук, профессором, журналистом, исследователем фольклора и этнографии Нижегородского Поволжья Николаем Владимировичем Морохиным и кандидатом исторических наук Дмитрием Геннадьевичем Павловым.



Они представили биографическую энциклопедию «Люди Нижегородского Заволжья», над которой работали более пяти лет.

В книгу вошли биографии и судьбы людей разных национальностей, возраста и рода деятельности, прославивших

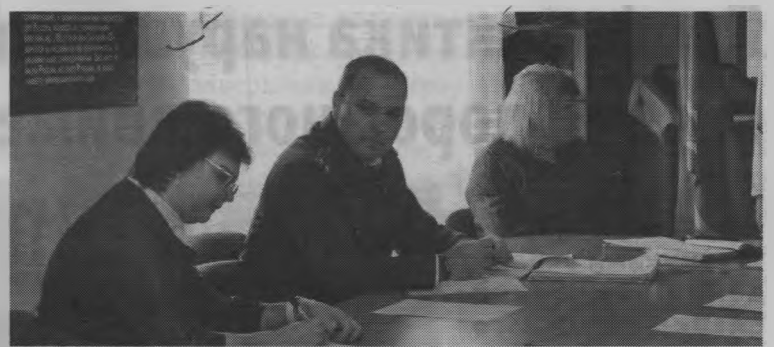
Нижегородскую область. В энциклопедию включены и наши земляки!

С биографической энциклопедией «Люди Нижегородского Заволжья» можно познакомиться в читальном зале Центральной библиотеки и библиотеках округа.

АКТУАЛЬНО

О важном в форме «круглого стола»

28 сентября в ресурсном центре поселка Тоншаево состоялась встреча с родителями детей с ОВЗ и детей-инвалидов в форме «круглого стола» на тему: «Комплексная поддержка семьи, воспитывающая детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья».



В работе приняли участие заместитель главы администрации М.Р. Чурашова, прокурор Тоншаевского района А.А. Муленков, общественный помощник по правам человека и ребенка Н.А. Овчинникова, главный специалист управления образования Л.В. Кудрявцева, врач-терапевт Е.А. Мухина, начальник отдела управления социальной защиты Д.В. Ветюгова, психолог управления образования Ю.Н. Клешина.

Цель «круглого стола» – межведомственное взаимодействие в вопросах оказания мер поддержки семьям, вос-

питывающим детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, привлечение родителей к коррекционно-абилитационному и воспитательному процессу.

В ходе работы круглого стола были рассмотрены важные методические, консультационные, юридические вопросы, касающиеся комплексного психолого-педагогического, медицинского сопровождения, оказания социальной и юридической помощи семьям данной категории.

Присутствующие родители приняли активное участие в мероприятии.

12 ОКТЯБРЯ - ДЕНЬ КАДРОВОГО РАБОТНИКА

Главное – любить свою работу

К работнику отдела кадров хотя бы раз в жизни обращался каждый человек, поскольку кадры решают всё. Но о самих кадровиках мы мало что знаем, они постоянно остаются за «кадром». Сегодня, в преддверии профессионального праздника, мы заглянем в кадры отдела Министерства внутренних дел России «Тоншаевское» и побеседуем с заместителем начальника ОМВД России – руководителем группы по работе с личным составом ОМВД «Тоншаевское» Татьяной Вячеславовной Мельниковой.

- Татьяна Вячеславовна, как давно Вы работаете в полиции?

На службу в полицию я пришла в 2009 году на должность следователя группы по расследованию экономических преступлений и проявлений организованной преступности следственного отделения при отделе внутренних дел по Уренскому району. Заместителем начальника ОМВД России – руководителем группы по работе с личным составом ОМВД России «Тоншаевское» я назначена в октябре 2022 года.

- Расскажите о структуре Отдела. У Вас большой коллектив?

Коллектив у нас небольшой, сейчас по штатной численности значится четыре человека. Четвёртая должность была введена совсем недавно – инструктор по профессиональной служебной и физической подготовке. Объём работы огромный, но мы справляемся.

- В чём заключается Ваша работа?

Справки, отпуска, назначения, звания, увольнения, пенсионные расчёты, учёт личного состава, подготовка различных отчётов, работа с базами данных, подготовка документов по присвоению званий и материалов к награждению отличившихся сотрудников – всё это работа кадровика.

- Что самое сложное в профессии кадровика?

Большая ответственность. Любая, даже самая, на первый взгляд, незначительная кадровая ошибка может привести к большим проблемам и сильно повлиять как на судьбу человека, так и на оперативно-служебную деятельность подразделений в целом.

- Какими качествами должен обладать работник Отдела кадров?

Кадровик должен быть не только профессионалом в кадровом деле, но и психологом, понимать людей, их стремления, грамотно оцени-



вать возможности, находить с людьми общий язык, быть образцом такта, вежливости и компетентности. Сложно, конечно, но со всеми трудностями можно справиться. Я думаю, что если любишь свою работу, то будешь приносить пользу и получать от этого удовольствие.

- Расскажите, как Вы проводите свой досуг?

Работа забирает очень много времени и сил. Всё своё свободное время я посвящаю семье. Нам очень нравится отдыхать на природе. Ездим как в соседние населённые пункты, так и в другие ре-

гионы. Смена обстановки, положительные эмоции, новые впечатления, необычные жизненные условия и ночёвка в палатке – это всё заряжает энергией, стимулом развиваться и двигаться вперёд, не оглядываясь на прошлые проблемы и трудности.

- Татьяна Вячеславовна, что Вы пожелаете коллегам в День кадрового работника?

Прежде всего, здоровья, профессиональной реализации, интересных задач и карьерного роста, верных друзей, радости от каждого прожитого дня и простого че-

ловеческого счастья, а также мира во всём мире!

В День кадрового работника редакция газеты «Край родной» присоединяется ко всем поздравлениям в адрес кадровиков и желает интересных проектов и правильных жизненных ориентиров. Пусть к вам на собеседования приходят только истинные специалисты в своём деле, ваш выбор будет всегда безошибочным, а доверие – оправданным.

Екатерина ПЕТРОВА.
Фото Л. Трушковой

НОВОСТИ ИК

Профилактика нарушений правил дорожного движения

С целью профилактики совершения сотрудниками учреждения нарушений правил дорожного движения, исключения случаев управления транспортным средством в состоянии алкогольного опьянения, 27 сентября 2023 года состоялась встреча сотрудников и работников ФКУ ИК-12 с начальником ОГИБДД Тоншаевского района, капитаном полиции Михаилом Мухиным.

Михаил Владимирович довел до присутствующих статистику дорожных нарушений за текущий период 2023



года, подробно рассказал об административной и уголовной ответственности за нарушение правил дорожного движения, особое внимание уделил случаям управления транспортным средством в состоянии алкогольного опьянения, о передвижении пешеходов, правилах поведения детей на дорогах. Обратился к сотрудникам с просьбой

провести беседы с детьми о правилах поведения на дороге.

Заместитель начальника учреждения Владимир Брагин поблагодарил Михаила Мухина за предоставленную информацию и плодотворное сотрудничество.

Рабочая группа ФКУ ИК-12 по взаимодействию со СМИ

КСТАТИ

Уважаемые жители Тоншаевского муниципального округа! Просим вас ознакомиться со следующей информацией:

АО «Ситиматик – Нижний Новгород» присвоен статус временного регионального оператора по обращению с твердыми коммунальными отходами (ТКО) на севере Нижегородской области – в Зоне деятельности №9, куда входит наш округ. Соответствующий приказ подписан Министерством экологии и природных ресурсов Нижегородской области.

Согласно приказу функции регопера- тора АО «Ситиматик – Нижний Новгород» начнет выполнять с 1 октября 2023 года. Статус временного регионального оператора присвоен компании на срок, не превышающий одного года, в течение которого будет проведен конкурс для определения постоянного оператора по обращению с ТКО в Зоне деятельности №9.

Обращаем внимание, что за период с 1 октября 2023 года жителям территорий, входящих в состав Зоны №9, станут приходить квитанции от АО «Ситиматик-Нижний Новгород».

В случае каких-либо изменений в составе жильцов или собственников физ-

лицам необходимо передать актуальные данные в АО «Ситиматик – Нижний Новгород» любым удобным способом:

- отправив обращения через сайт <https://clck.ru/35fGH2>
- по телефону: + 7 (831) 261-38-60 (для физлиц),
- по электронной почте regoper21@citymatic.ru,

в абонентский отдел ООО Кустовой вычислительный центр: р.п. Тоншаево, ул. Центральная, д. 14.

Всем юридическим лицам следует перезаключить договор на оказание услуг по обращению с ТКО:

- отправив обращение через сайт <https://clck.ru/35fGH2>,
- по телефону +7 (831) 261-33-02,
- по электронной почте regoper21@citymatic.ru.

Контактное лицо Роженева Анна Владимировна, тел. 831 261-35-50 (доб. 4681).

И. МАЛЫШЕВА,
главный специалист службы охраны окружающей среды

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

**Лариса Алексеевна
КОКОРИНА,**
заведующая магазином
«Автозапчасти»
ООО «Универсал»
п. Тоншаево



Я счастливая мама и бабушка

О себе:

- Родилась и выросла в поселке Тоншаево. После окончания школы поступила в Нижегородский экономический техникум. Получив диплом с отличием, вернулась на родину. Сейчас работаю в магазине «Автозапчасти», никогда не думала, что найду себя в этой профессии. Работа мне моя нравится. А начинала я свою трудовую деятельность в райфинотделе под руководством Александра Федоровича Ложкина.

О детстве:

- Детство мое проходило в деревне Малые Луги у бабушки и дедушки. Оно было замечательное. В деревне было много ребятшек. Летом мы все время проводили на пруду, ходили в лес за грибами, за ягодами. Зимой катались с горки. Помню в детстве, что дожди были теплые. А еще помню, как люди, не только дети, выходили смотреть на большие комбайны во время уборочной в колхозе «Путь Ленина». Дух захватывало, какие они были большие. А сейчас дети сидят в своих телефонах и про уборочную вряд ли слышали.

О событиях в мире:

- Слежу за тем, что происходит на Украине. У меня у самой три сына, и я очень переживаю за мате-

рей, у которых сыновья находятся в зоне боевых действий. Дай бог, чтобы все вернулись живыми. И вообще хочется, чтобы все уже быстрее закончилось.

О поселке:

- Поселок мне наш нравится. Он чистый, уютный, красивый, но иногда, с болью в сердце, смотрю, как растаскивают мусор собаки из переполненных мусорных баков. Радует, что сделан красивый, современный ремонт поликлиники, но огорчает, что не хватает медицинских работников.

В общественных пространствах и на площади мне очень нравятся цветы на клумбах. Я их каждый год фотографирую. Люди, которые занимаются оформлением этих клумб - молодцы, видно, что сделано с душой. Много в поселке детских площадок - это радует. Большое событие для поселка - строительство ФОКа, думали, что его никогда не будет.

О семье:

- У меня три сына и четверо внуков. Я счастливая мама в окружении своих мужчин, это моя защита и опора. Старший сын Роман живет в Воронежской области со своей семьей. Антон и Андрей закончили Шахунский колледж, получили дипломы. Антон работает и живет в Нижнем Новгороде.

Андрей живет со мной, работает в «Дорстройсервисе».

Об увлечениях:

Я люблю вязать с детства. Еще до школы этому меня научила бабушка. Вяжу для себя, детей и внуков: носки, варежки, манишки, шапочки. Как-то сын попросил связать варежки с открытыми пальчиками для зимней рыбалки, связала.

Ещё одно любимое занятие - чтение книг. Всегда читала много художественной литературы, исторические романы и детективы.

О чем Вы мечтаете? - (вопрос от читателя)

Есть одна мечта, которая ещё не исполнилась - съездить на море, я никогда не была на море. Старший сын живет на юге в Воронежской области, на реке Дон. Каждый год бываю на Дону, а до моря не доехала.

Давно мечтала побывать в Москве - столице нашей родины. Совсем недавно моя мечта осуществилась. Эта поездка подарила много впечатлений. Поразили своей красотой ВДНХ и Царицыно.

Самая главная мечта и пожелание - всем мирного неба над головой, и чтобы дети и внуки были здоровы.

НОВОСТИ ОКРУГА

Тоншаево



В Тоншаевской поликлинике в рамках программы «Модернизация первичного звена здравоохранения Нижегородской области» отремонтировали кровлю и фасад, заменили все системы инженерных

коммуникаций, поменяли двери в кабинетах, положили на пол новую плитку, покрасили стены, установили новые светильники. Теперь поликлиника выглядит современно не только снаружи, но и внутри.

Шайгино



Во всех территориальных отделах завершена противопожарная опашка населенных пунктов.

Вопросы пожарной безопасности никогда не отходят на второй план. Для предотвращения возможного распространения огня территориальные отделы прово-

дят осеннюю опашку противопожарных барьеров (минерализованных полос, противопожарных разрывов) между лесными участками и территориями населенных пунктов округа. На фото - техника работает в Шайгинском территориальном отделе.

Южный

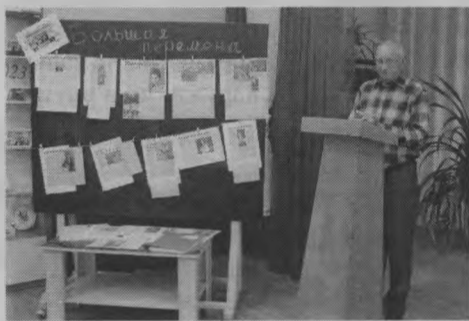
В поселке Южный Ошминского территориального отдела в прошлом году были установлены энергоэффективные светодиодные фонари. На улицах в темное

время суток стало намного светлее. В настоящее время территориальным отделом проводится ревизия фонарей и замена сгоревших светильников.

КУЛЬТУРА

**«Учитель
вечен на земле» -
XI Краеведческие
чтения**

21 сентября в Центральной библиотеке Тоншаевского округа прошли XI ежегодные Краеведческие чтения. Чтения прошли в рамках Года педагога и наставника. Решение Президента РФ объявить 2023 год Годом педагога и наставника говорит о высоком статусе этих специалистов в нашем обществе, о важности их работы. Вниманию слушателей были предложены выступления, связанные с развитием народного образования в Тоншаевском округе с конца 19 века и по настоящее время.



Становлению и развитию народного образования в Тоншаевской волости в конце XIX - начала XX веков посвящены темы докладов краеведов, историков Александра Павловича Жукова, Андрея Борисовича Шевнина, библиографа Центральной библиотеки Нелли Сергеевны Кривошековой. Краеведом Николаем Анатольевичем Солоницыным представлена история профессионального технического училища поселка Тоншаево, хранителем фонда Тоншаевского краеведческого музея Ириной Павловной Малышевой - история Тоншаевской школы колхозной молодежи. С сообщением о Степанове Илье Федоровиче, учителе Тоншаевской школы, выступила Татьяна Валентиновна Ромашкина, председатель районного совета ветеранов.

Библиотекари Централизованной библиотечной системы подготовили сообщения о педагогах округа. Во все времена самым образованным, самым мудрым человеком на селе был учитель. К нему шли за советом, за помощью... Мало сведений сохранилось о тех замечательных людях, которые стояли у истоков образования наших школ, отдавали свои знания, силы своим ученикам. Но библиотекари Центральной библиотечной системы округа проводят большую работу, находят интересные факты, собирают уникальную информацию.

Вот так из небольших фрагментов историй различных судеб наших земляков и складывается история нашей большой страны. Краеведческая работа воспитывает у людей причастность к истории своих предков, заставляет задуматься о прошлом и настоящем через поиск, исследования, познания своих корней.

Н. КЛЕШНИНА

НАШИ ЛЮДИ

«Герой нашего времени» - какой он? Довольно часто я задаю себе этот вопрос. В моём понимании герой - это человек, отличающийся от обычных людей мужественностью, самоотверженностью, храбростью, добротельностью, то есть тот, кто совершает подвиг во имя великой цели. Существуют профессии, где спасать людей - обязанность и каждая экстремальная ситуация и выход из неё - это настоящий героизм. Сотрудник полиции, стоящий на страже закона и правопорядка и вступающий в поединки с преступниками. Пожарный, от которого требуется чёткость и спланированность действий в любой чрезвычайной ситуации, готовность пожертвовать собой ради спасения жизни людей. Хирург, совершающий многочасовую операцию, спасающий безнадежного больного. Военный, не щадящий себя, выполняющий свой долг перед Родиной.



◀
**Галина
Аркадьевна
Трушкова.**

ещь. Пока ты не станешь с детьми одним целым, пока у вас не возникнет гармония, результата не будет, будет только горечь и разочарование».

Я благодарна судьбе за то, что мне не пришлось вкусить этих горьких даров, благодаря моему терпеливому наставнику, прекрасному педагогу, замечательной женщине - Галине Аркадьевне Трушковой. Она была для меня истинным Воспитателем - Героем, потому что старалась дарить мне, начинающему педагогу, доброту и понимание, делилась своим бесценным педагогическим опытом. Ведь умение передавать свой опыт молодым коллегам - это талант. Считаю, что мой педагог-наставник в огромной степени обладал этим талантом. До сих пор не верю, что в одном человеке могли сочетаться такие качества, как теплота и забота, твердость и решительность, фантазия и скрупулезность. Галина Аркадьевна всегда учила выбирать тот путь решения задач, на финише которого достигается наилучший результат. После общения с Галиной Аркадьевной всегда появлялась вера в себя и свои силы. Она поддерживала и помогала осуществить все замыслы, идеи и новые начинания, и при этом никогда не сомневалась в успехе. Сейчас Галина Аркадьевна находится на заслуженном отдыхе, но для меня она была и останется навсегда безусловным авторитетом, воспитателем от Бога и настоящим Героем своей профессии.

Я твердо убеждена, что большинство людей, работающих в системе дошкольного образования - герои, которые каждый день вкладывают частичку себя в своих воспитанников, в систему образования, в детский сад. Своими действиями они делают мир лучше и добрее каждый день, воспитывая окружающих их людей своим примером.

Н. ЦВЕТКОВА,
воспитатель детского сада
«Ромашка»

С детьми - одно целое

А может ли человек самой мирной профессии - педагог дошкольного образования, быть героем? И почему-то я уверена, что может: для своих воспитанников, их родителей, коллег. Наверное, потому что ежесекундно несёт ответственность за жизни вверенных ему малышей, постоянно жертвует своим личным временем, не жалеет здоровья и сил на ежедневную подготовку к занятиям. Каждый день что-то придумывает и преподносит так, что дети слушают с горящими от любопытства глазами, ведет себя достойно и позитивно, не обращая внимания на собственную усталость и шалости своих подопечных. Работа воспитателя очень ответственная и важная, ведь в его руках самое дорогое, что есть на земле - дети. Малыши-непоседы ежедневно проверяют тебя на стойкость, но при этом любят тебя бескорыстной любовью, в которой ты рас-

творяешься полностью. Секрет их всепоглощающей любви прост: они доверчивы и добры. Бывает так, что у нас, взрослых, возникают проблемы, или срыв, или плохое настроение, но малышки мудрые учителя всегда дают нам шанс всё осознать и исправиться. И мы вновь и вновь учимся у них. Мы признаём свои ошибки и просим прощения. Никогда не нужно бояться просить прощения у детей. Это урок в первую очередь для нас - умение признать свою вину, и во вторую для них - умение простить. Очень важно в душе всегда оставаться ребёнком, иначе дети не примут тебя и просто не пустят в свой мир, но самое главное - нужно любить детей, просто, бескорыстно, потому что воспитание - длительный процесс, требующий полной самоотдачи, терпения и душевной щедрости. В наш век информационных технологий воспитатель обязан совер-

шенствовать свое мастерство, постоянно находиться в поиске всевозможных решений педагогических задач, осваивать инновационные технологии, искать и находить нетрадиционные методы воспитания и обучения, а потом с радостью и желанием передавать полученные знания своим воспитанникам. Педагог должен быть современным человеком, шагать в ногу со временем, профессионально выполнять свою работу и не бояться любых перемен, разве это не героизм?

Когда-то очень давно я прочитала высказывание известного немецкого педагога Фридриха Фребеля, сравнивающего детский сад с садом цветов, а воспитателей - с садовниками. «Как невозможно вырастить цветы, не вложив в них душу, терпение, время, внимание и заботу, так и невозможно воспитать детей, не вложив в них всё, что ты знаешь и уме-

ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

«Классные встречи» — один из самых интересных проектов российского движения детей и молодежи, в рамках которого школьники страны общаются с значимыми людьми. Они могут задать спикеру любой вопрос о личной жизни, карьере или его профессиональном успехе.

Каждая встреча Классная



Владимир Аркадьевич Киверин рассказывает о своем профессиональном пути.

Доброй традицией такие мотивационные встречи стали и для обучающихся Тоншаевского округа, организуя которые, сами того не подозревая, мы открываем столько интересных, талантливых, одаренных и увлечённых своим делом людей.

Об одном из них очень хочется рассказать. Владимир Аркадьевич Киверин — руководитель кружка "Художественное слово", функционирующего на базе ДК "Юбилейный". Он же: педагог, наставник, советник и друг для многих мальчишек

и девчонок, проживающих даже за пределами Нижегородской области. Но давайте подробнее.

В далеком 1977 году семья Володи Киверина переехала в небольшой посёлок Пижма, тогда еще Горьковской области, из Сибири, где находится знаменитая Саяно-Шушенская ГЭС. Владимир Аркадьевич пришел учиться в Пижемскую среднюю школу, где был довольно скромным и стеснительным мальчиком. Рассказывая о своем первом выступлении на сцене в школьные годы, Владимир Аркадьевич вспоминает, как сильно волновался, переживал перед этим самым выступлением. И то, как вдруг, находясь на сцене, он прочувствовал стихотворение Агнии Барто "Любочка" настолько сильно, что зритель поверил ему. Это была его самая первая победа.

С благодарностью вспомнил своих уважаемых учителей: А. Л. Правдина, Ю. Б. Новоселову, Т. А. Жукову, Р. С. Дербеневу, которые его многому научили и дали путевку во взрослую жизнь. Про то, как в день XXV съезда КПСС на торжественной линейке его приняли в пионеры, а накануне как случайно прожег свой галстук... О службе в Германии, о работе учителем... Раскрыл маленькие секреты актёрского мастерства... С любовью и гордостью рассказал о своих воспитанниках, их достижениях...

Наша беседа пролетела очень быстро. О многом хотелось еще узнать, многое спросить. Благодарим Владимира Аркадьевича за такую полезную мотивационную встречу и надеемся, что мы ещё не раз увидимся в стенах нашей общей родной школы!

Е. ЖИТЕНЕВА,
педагог-организатор
Пижемской школы



РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

Не забывайте о книгах



Закончились летние каникулы, начался новый учебный год. Ребята соскучились по школе, по учителям, по одноклассникам. Но сразу забыли о книгах по внеклассному чтению, о детской библиотеке. В летние каникулы ребята не только отдыхали, но много времени проводили с пользой для себя — читали книги. Это Дарина Соколова, Полина Буркова, Егор Зверев, Тимур Кубаев, Юлия Гоголева, Дмитрий Трапезников, Алексей Пономарев, Мария Король, Мария Кокоулина, Ангелина Белова, Вадим Кудрявцев, сестры Анна и Мария Светкины, брат и сестра Егор и Анна Афеновы, Сергей Русинов, Анна Коновалова, Юрий Воробьев, Анастасия Бархатова, Елизавета Жиленко, Дарина Гоголева, Андрей Кирилов, Яна Смирнова, Евгения Каргапольцева. В том, что эти дети регулярно посещали детскую библиотеку и читали книги, главная заслуга принадлежит родителям. Родители этих детей понимают, как важно в жизни ребенка чтение книг.

К сожалению, есть ребята, которые за все лето ухитряются не прочитать ни одной книги. Хочется обратиться к родителям детей младшего школьного возраста. Именно в этом возрасте пробуждается интерес к самостоятельному чтению. И очень важно подсказать, что им следует читать, важно привить детям любовь к книге и суметь выработать у них культуру чтения. К внимательному и вдумчивому чтению приучает аккуратное ведение дневника прочитанных книг. Читательский дневник — это не формальность, а важное подспорье в учебе, в овладении знаниями, своеобразная копилка различных сведений, наблюдений, ценных мыслей. Дневником можно воспользоваться тогда, когда нужно будет написать домашнее сочинение или когда надо рассказать о любимой книге.

Мы часто говорим «Книга — лучший друг и учитель ребенка». Только некоторые представляют это себе упрощенно. Прочитал ребенок книгу о смелых, добрых и честных людях — и сразу же станет похожим на книжных героев. На самом же деле в жизни бывает далеко не так.

Добрые чувства откладываются в детях постепенно, от книги к книге. Одна, даже самая лучшая, книга не может дать того, что дает постоянное, систематическое чтение. Дорогие ребята! Ждем всех в нашу библиотеку!

Также я обращаюсь к родителям. Уважаемые родители!

Многие дети говорят, что они живут далеко от библиотеки, и мама с папой не отпускают его одного в детскую библиотеку. Я прекрасно понимаю вас! Поэтому, выделите своему ребенку всего один день в месяц и приведите его в детскую библиотеку. Совместный поход в детскую библиотеку очень много значит для вашего ребенка! Ведь по дороге в библиотеку вы можете поговорить с ним об учебе, об одноклассниках, о прочитанной книге, а для ребенка это очень важно — поговорить с вами!

Детская библиотека
работает каждый день —
с 8.00 до 17.00 часов.
По воскресеньям
с 9.00 до 15.00 часов.

А. МАХНЕВА,
заведующая Пижемской
детской библиотекой

СЕЗОН

Щедрая осень



ЛЮБОВЬ К «ТИХОЙ» ОХОТЕ ПЕРЕДАЕТСЯ ПО НАСЛЕДСТВУ

Всем известно, что северные районы Нижегородской области славятся богатыми урожаями ягод и грибов. Так как наш район граничит с Кировской областью, грибники шутят, что за грибами и ягодами они ходят «за границу».

Знакомьтесь: дружная семья Рогачевых, проживающая в поселке Шерстки - Александр, Ольга и их сын Константин. Каждый год они с нетерпением ждут ягодного сезона.

Для того, чтобы добраться до мест, где растут их любимые боровички, в гараже главы семейства целый арсенал автотехники. Есть все, чтобы преодолеть бездорожье после дождя или поваленные деревья после урагана.

Рассказывать про таких людей можно бесконечно, ведь поход за грибами - это отдых для души и тела.

«Любовь к «грибалке» привил мне муж Александр. У нас все родственники - знатные грибники. Ходим каждый год. Знаем время, когда идет первый слой, следим за погодой. Александр ездит, проверяет, «пошли» грибочки или нет. И как только мы уверены в добыче, собираемся всей семьей и едем. Сын Константин с самого детства не отстает от нас и к 16 годам имеет свои грибные места. Я бы сказала, что любовь к тихой охоте у нас по наследству передается. А

вообще в лес мы ходим за отдыхом. Тишина и красота осеннего леса ни с чем не сравнится», - рассказывает Ольга.

«Когда домой с добычей возвращаемся, начинается целый квест: довели, перебрали, промыли, замочили соленики, почистили остальные, разделили на то, что будем сушить, мариновать, отдельно откладываем те, которые будем жарить. Баночки подготовили, маринад приготовили, сушилку достали - голова кругом. Но это того стоит. Мы ведь не одни такие, «помешанные» на походах в лес за грибами и ягодами, у нас тут что не дом, то грибник и ягодник. Отпуска все на осень берут, чтобы на болото ходить за клюквой. Это ведь дополнительный источник дохода. Костя у нас все виды грибов знает, с уверенностью их отличает. Удивительно, но сам их не любит, в отличие от нас», - продолжает рассказывать Ольга.

Как не выпытывай у настоящих грибников их места, на вопрос «Куда за грибами ходите?» ответ всегда один «В лес».

Е. ПЛАСТИКОВА



Ольга Рогачева.



Добыча за час.

«Осенняя»

Золотая, яркая осенняя пора, пожалуй, самое удивительное время года. Листопад, разноцветные деревья, ковёр из листьев на земле - всё это неповторимая красота природы, которая вдохновляет на творчество. Осень щедра на подарки. Природа сама преподносит нам самый красочный, необычный и интересный материал для осенних поделок - шишки, жёлуди, листья, раскрашенные в самые яркие цвета.



А. В. Кислицына, 92 года, п. Пижма.



Александр Рогачев.



Константин Рогачев.

«Фантазия» и золотые руки



«Осенняя фантазия» в Тоншаево...



...в Пижме.



Н. В. Русакова, 63 года, п. Пижма.



А. В. Кудрявцева с композицией «Осенний сезон», п. Пижма.



В начале осени, по доброй традиции, многие учреждения проводят выставки поделок из природных материалов. С 29 сентября по 10 октября в Тоншаево, в здании Комплексного центра социального обслуживания населения, а также в Пижемской библиотеке организованы выставки поделок из природного материала «Осенняя фантазия». С большим удовольствием свои работы предоставили работники Комплексного центра и граждане пожилого возраста, а также инвалиды, которые

находятся на социальном обслуживании в учреждении. Все работы впечатляют своей фантазией, техникой выполнения, неповторимостью, яркостью и размахом фантазии. Особое место среди осенних поделок занимают творческие работы из овощей: тыквы, кабачков, свёклы, картофеля и моркови. Причудливые герои сказок и мультфильмов, фантастические букеты из самых неожиданных материалов, выразительные аппликации и композиции стали основой выставки, которая радует посетителей тёплыми

красками и заряжает бодростью и позитивом. Ни одного посетителя не оставят равнодушным креативные, выразительные, богатые насыщенными красками творения. От посещения данных мероприятий остаются масса положительных эмоций и незабываемых впечатлений.

Все желающие оценить увлекательную работу и сотрудников учреждения, и граждан, находящихся на социальном об-

служивании, посетите конкурс-выставку как в посёлке Пижма в помещении библиотеки, так и в посёлке Тоншаево, в здании Комплексного центра социального обслуживания населения в будни с 08.00 до 17.00. После подведения итогов выставки каждый участник будет поощрён благодарственным письмом за участие.

Екатерина ПЕТРОВА.
Фото автора

ГОРЯТ ГЛАЗА

Я шить всегда любила

Давным-давно многими учёными уже доказано, что рукоделие не просто приятное, но и очень полезное времяпрепровождение. Когда человек занят творчеством, у него снимается стресс, успокаиваются нервы, повышается настроение. Настоящие рукодельницы практически не страдают таким заболеванием как депрессия. Им просто некогда скучать.

Однажды я попала домой к рукодельнице Нине Васильевне Волковой. Различные виды рукоделия предстали у меня перед глазами: вышивка атласными лентами по холсту и вышивка нитками мулине по канве, завораживающее лоскутное шитьё, придающее приятный колорит уютной квартире. Различные органайзеры, висящие на стенах, в которых всегда под рукой оказываются полезные мелочи. На диване разостлан дизайнерский плед. «Не в каждом магазине такой купишь, тёплый и мягкий...», - проведя рукой по клетчатому пледу, говорю я. «Из старых пальто сшила», - улыбаясь, обескураживает меня Нина Васильевна. И ещё замечаю множество красивых вещей, которые обрели вторую жизнь под талантливыми руками Нины Васильевны Волковой. «Шить я любила всегда, - рассказывает рукодельница. - Когда училась в школе, на уроках труда нам, девочкам, давалось очень много знаний, которые касались шитья. Вот тогда я и почувствовала, что это моё!



Блузки, платья, юбки, халаты, да практически всю одежду научилась шить тогда».

И тут я замечаю кукол, выполненных в различной технике. Я была просто заворожена простой красотой этих забавных кукол, куколок и народных кукол-оберегов. Смотрят на меня несколько пар кукольных глаз. Это куклы-попки притаились на спинке дивана. Необычное название особенно привлекает внимание к этим малышам. Кроме названия, их забавный вид никого не оставит равнодушным. С одной стороны у них милые мордашки, а с другой - не менее милые попки... Считается, что эти крошки приносят удачу, поскольку являются в

своем роде оберегами.

Куклы - метлушки скромно заняли своё место в уголке стола. Они тоже являются оберегами для дома. У этих красавиц на поясе висят три мешочка-узелка: красный - с душистыми травами, которые дают хорошее самочувствие; жёлтый - с зерном, несёт достаток и благополучие в дом; белый - с солью, проявление заботы о душевном состоянии хозяйки дома, снятие недобрых помыслов, избавление от грусти и печали.

Рядом с «метлушками» заняли своё место куколки-успешницы. Давно на Руси их делали с целью привлечения успеха во всех начинаниях, повышения достатка



и семейного благополучия. Не менее полезным будет этот оберег и для творческих людей. Главное, не ставить абстрактных целей, а говорить конкретно. Талисман принесет удачу и успех тому, кто сконцентрировался на достижении одной цели, всей душой поверив в успех этого мероприятия.

Очаровательная «Тильда» с младенцем особенно завораживает своей простой красотой.

«Изготовлением кукол я увлеклась, когда начала посещать мастер-классы, которые организовывались при Тоншаевском музее, - делится с нами Нина Васильевна. - Очень подробно нам рассказывали о тонкостях изготовления таких кукол и, самое главное, с каким предназначением готовилась каждая кукла. Потом вот такие куколочки поселились у меня дома. Творить их было несложно, а массу удовольствия получила». С выходом на пенсию, когда свободного времени в разы становится больше, любое рукоделие приживается в умелых руках мастерицы. «Да, сейчас, когда времени у меня больше, перепро-



бовала много видов различного рукоделия, - подтверждает мои догадки Нина Васильевна. - Идеи беру в интернете, смотрю мастер-классы, а потом дополняю, как мне нравится. Люблю просто смотреть видео, где люди создают гениальные шедевры».

Практически невозможно рассказать обо всех увлечениях Нины Васильевны на страницах газеты. Их невероятное множество! Творчески и со вкусом подходит мастерица к каждому будущему творению. А сколько ещё у неё творческих планов! Пожелаем Нине Васильевне Волковой дальнейших творческих успехов, больше возможностей, вдохновения, сил, здоровья и энтузиазма.

Екатерина ПЕТРОВА
Фото автора



ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ

Мы сами разбиваем сердце

ЧТО НАДО ЕСТЬ, ЧТОБЫ МОТОР В ГРУДИ СБЕРЕЧЬ

Заболевания сердца и сосудов занимают первое место среди причин смерти пациентов во всем мире. Они плохо поддаются терапии, поэтому большое внимание специалисты уделяют именно профилактике сердечно-сосудистых патологий.

О том, как можно снизить риски развития сердечно-сосудистых заболеваний, рассказала главный внештатный специалист по медицинской профилактике министерства здравоохранения Нижегородской области Наталья Савицкая.

Следи за талией

Сердечно-сосудистые заболевания, в том числе атеросклероз, часто развиваются скрытно на протяжении многих лет. К моменту появления клинических симптомов обычно уже имеется выраженное поражение сосудов. Без должного контроля сердечно-сосудистой системы, коррекции факторов риска, сердечная катастрофа (инфаркт, инсульт, гипертонический криз) происходит внезапно, часто не позволяя оказать медицинскую помощь.

В чем причина развития сердечно-сосудистых заболеваний?

Высокая распространенность сердечно-сосудистых заболеваний тесно связана с особенностями образа жизни, в том числе с модифицируемыми (изменяемыми и контролируемыми) физиологическими и биохимическими факторами риска. Одним из существенных считается рацион, то есть режим и состав питания.

Появление лишнего веса часто сопровождается повышением уровня холестерина в крови и артериального давления. Как следствие, увеличение массы тела и ожирение резко повышают общую и сердечно-сосудистую заболеваемость, в том числе провоцируют развитие сахарного диабета. В свою очередь, эти патологии не только ухудшают качество жизни, но и повышают риск сердечной катастрофы. Вот почему так важно не допускать ожирения.

Мужчинам с окружностью талии 94–102 см и женщинам с окружностью талии 80–88 см следует избегать увеличения массы тела. Если окружность талии превышает 102 см у мужчин и 88 см у женщин, то худеть — прямой путь к оздоровлению. При этом недопустимы «голодные» диеты или

резкое повышение физической нагрузки.

Основа контроля массы тела — ограничение калорийности пищи и регулярные умеренные физические нагрузки.

Соль — с глаз долой

— Что значит здоровое питание для сердца?

Правильный рацион предписан не только пациентам, страдающим ожирением, но и людям с нормальным весом. Здоровое питание позволяет поддерживать метаболизм на оптимальном уровне и снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Здоровый рацион — это:

— разнообразное питание;

— уровень калорийности пищи, который не вызывает увеличения массы тела;

— достаточное потребление фруктов, овощей, хлеба грубого помола, рыбы (особенно жирной), постного мяса, нежирных молочных продуктов;

— замена насыщенных жиров мононенасыщенными и полиненасыщенными, которые содержатся в овощах и морских продуктах;

— снижение доли жиров ниже 30 процентов от общей калорийности пищи, при этом насыщенные жиры должны составлять менее 1/3 от всех жиров;

— ограничение потребления соли (особенно — при повышенном артериальном давлении). Для этого стоит убрать солонку со стола и добавлять меньше соли в пищу, использовать свежие или замороженные несоленые продукты, ограничить потребление готовых продуктов с высоким содержанием соли, например, сухариков, чипсов и других снеков.

Организм скажет спасибо

— Большинство людей годами привыкли к «неправильному» рациону и уже не мыслят свою жизнь без определенных продуктов...

Действительно, в большинстве случаев, изменить образ жизни людям мешают психологические факторы: привычки, страх непонимания со стороны близких. Один из самых распространенных



Фото А. Воложанина

вредных стереотипов — здоровый образ жизни стоит дорого. В действительности он не обязывает к увеличению финансовых затрат на пищу и физическую активность. Напротив, правильное питание часто оказывается более дешевым. Физическая активность же требует только самодисциплины, поскольку упражнения можно выполнять дома, без дополнительных затрат.

В числе других факторов — низкая мотивация — человек недостаточно ясно понимает необходимость здорового питания, не думает о последствиях для своего организма. Кроме того, стресс и негативные эмоции мешают правильно расставить приоритеты, воспринимать рациональное питание как заботу о себе, а не испытание.

Также мешает изменить свое отношение к питанию отсутствие четких рекомендаций. Правильный рацион следует подбирать со специалистом — диетологом-гастроэнтерологом.

Стоит немного поменять свое мышление, и тогда вектор здоровья будет направлен в нужную сторону, а сердце скажет вам спасибо.

Цифры

По данным на 1 сентября текущего года, количество застрахованных лиц с болезнями системы кровообращения в регионе, подлежащих диспансерному учету, составляет 575 198 человек. Основной пул составляют пациенты с болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением (таких 81 процент), что является одним из ключевых факторов развития тяжелой сердечной патологии.

Важно знать!

Факторы риска для развития заболеваний сердца

- возраст старше 40 лет;
- генетическая предрасположенность;
- лишний вес;
- злоупотребление алкоголем;
- повышенный уровень холестерина;
- «сидячий» образ жизни (гиподинамия);
- сахарный диабет;
- гипертония;
- постоянные стрессы;
- патологии почек;
- проживание в регионе с плохой экологией;
- курение.

Любые отклонения в работе сердца, сосудов важно заметить на ранней стадии и сразу купировать их развитие.

Между тем

Деньги следуют за пациентом

В текущем году в базовой программе ОМС впервые установлены дополнительные нормативы на диспансерное наблюдение. Это позволяет региональным властям и территориальным фондам ОМС четко планировать свою деятельность, в том числе с участием страховых медицинских организаций.

Теперь принцип — «деньги следуют за пациентом» — распространяется и на профилактические направления. Установление нормативов по объемам профилактических видов медпомощи, погружаемых в программы ОМС, стимулирует медицинские организации прорабатывать организационные вопросы их оказания.

— Это влияет не только на снижение частоты обострения хронических заболеваний у пациентов, выявление патологии на начальных стадиях, что косвенно может снизить потребность в круглосуточной госпитализации, но и на появление экономических стимулов у медицинской организации по выполнению этих объемов, — отмечает советник генерального директора страховой медицинской организации «Капитал-МС» Михаил Пушков.

Так, за семь месяцев текущего года по отношению к аналогичному периоду 2022 года отмечается рост объемов профилактических медицинских осмотров на 23,6 процента, диспансеризации — на 72,6 процента, углубленной диспансеризации — на 30,3 процента.

Впервые в этом году введены нормативы диспансерного наблюдения пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями, что очень важно для организации и планирования работы по данному направлению с целью увеличения средней продолжительности жизни и снижения смертности. Дополнен также перечень хронических заболеваний, функциональных расстройств и иных состояний, при наличии которых устанавливается диспансерное наблюдение за взрослым населением неврологом, эндокринологом и терапевтом. В частности, в перечень пациентов, которые подлежат диспансерному наблюдению, включены коморбидные пациенты (пациенты, которые страдают одновременно от нескольких заболеваний, которые усиливают друг друга) и мало-мобильные пациенты, — подчеркивает эксперт.

А. МАХЛИНА,

(<https://nnews.nnov.ru/posts/92386>)

**Понедельник,
9 октября**

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Бизон. Дело манекенщицы" 16+
23.55, 00.40, 01.20, 02.00, 02.35, 03.05, 03.20, 03.55 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ | 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 Т/с "Лихорадка" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
02.05 Т/с "Тайны следствия" 12+
03.40 Т/с "Морозова" 16+

КТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
13.30 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.10, 00.00 Т/с "Скорая помощь" 16+
00.50 Т/с "Медиатор" 18+
03.10 Т/с "Глаза в глаза" 16+

**Вторник,
10 октября**

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Бизон. Дело манекенщицы" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.00, 00.45, 01.25, 02.05, 02.45, 03.05, 03.25, 04.00 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ | 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 Т/с "Лихорадка" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
02.05 Т/с "Тайны следствия" 12+
03.40 Т/с "Морозова" 16+

КТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
13.30 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.10, 00.00 Т/с "Скорая помощь" 16+
00.50 Т/с "Медиатор" 18+
04.35 Д/с "Военно-исторические маршруты" 16+

**Среда,
11 октября**

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Бизон. Дело манекенщицы" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.00, 00.45, 01.25, 02.05, 02.45, 03.05, 03.25, 04.00 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ | 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 Т/с "Лихорадка" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
02.05 Т/с "Тайны следствия" 16+
03.40 Т/с "Морозова" 16+

КТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
13.30 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.10, 00.00 Т/с "Скорая помощь" 16+
00.50 Поздняков 16+
01.00 Мы и наука. Наука и мы 12+
01.55 Т/с "Глаза в глаза" 16+

**Четверг,
12 октября**

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00, 18.30 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Бизон. Дело манекенщицы" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.00, 00.45, 01.25, 02.05, 02.45, 03.05, 03.25, 04.00 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ | 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Наши 12+
16.30 Малахов 16+
21.20 Т/с "Лихорадка" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
02.05 Т/с "Тайны следствия" 16+
03.40 Т/с "Морозова" 16+

КТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
13.30 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.10, 00.00 Т/с "Скорая помощь" 16+
00.50 Поздняков 16+
01.00 Мы и наука. Наука и мы 12+
01.55 Т/с "Глаза в глаза" 16+

**Пятница,
13 октября**

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 АнтиФейк 16+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние Новости
18.40 Человек и закон 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Голос. Уже не дети 12+
23.50 К 60-летию со дня рождения Валентина Юдашкина. "Матадор". "Haute couture" 16+
01.05, 01.45, 02.25, 03.00, 03.40, 04.15, 04.50, 05.25 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ | 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.15 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 60 минут 12+
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
16.30 Прямой эфир 16+
21.30 Ну-ка, все вместе! 12+
23.55 Истории Большой Страны 12+

КТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.25 Д/с "Мои университеты. Будущее за настоящим" 6+
09.25, 10.35 Т/с "Пес" 16+
13.30 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
17.55 Жди меня 12+
20.00 Т/с "Первый отдел" 16+
22.10 Т/с "Скорая помощь" 16+
00.00 Своя правда 16+
01.45 Д/ф "Марк Захаров" 12+
02.30 Квартирный вопрос 0+

**Суббота,
14 октября**

06.00 Доброе утро. Суббота 12+
09.00 Умники и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00 Новости
10.15 Наше все 12+
11.05 ПроУют 0+
12.15 Поехали! 12+
13.10 К 90-летию со дня рождения Марка Захарова. 12+
14.00 Х/ф "Формула любви" 0+
15.45 Горячий лед 12+
17.00 К 60-летию со дня рождения Валентина Юдашкина. 12+
18.00 Вечерние Новости
18.20 Михаил Задорнов. Вся жизнь 16+
19.15 "Эксклюзив" с Дмитрием Борисовым 16+
20.05 Кто хочет стать миллионером? 12+
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером 16+
23.20 Х/ф "Великий" 18+
01.30, 02.10, 02.50, 03.30, 04.05, 04.40, 05.15 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ | 1

05.00 Утро России. Суббота 12+
08.00 Вести. Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету 12+
09.00 Формула еды 12+
09.25 Пятеро на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести
11.50 В кругу друзей 16+
12.50 Доктор Мясников 12+
14.50 Парад юмора 16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 Х/ф "Моей любимой" 16+
00.35 Х/ф "Моя чужая жизнь" 12+

КТВ

07.30 Смотр 0+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 Поедем, поедим! 16+
09.20 Едим дома 0+
10.20 Главная дорога 16+
11.00 Живая еда с Сергеем Малоземовым 12+
12.00 Квартирный вопрос 0+
13.10 Попутчик 16+
14.20 Игры разумов 0+
15.00 Своя игра 0+
16.20 ЧП. Расследование 16+
17.00 Следствие вели... 16+
19.00 Центральное телевидение 16+
20.20 Ты не поверишь! 16+
21.20 Секрет на миллион 16+
23.25 Международная пиорама 18+

**Воскресенье,
15 октября**

06.55 Играй, гармонь любимая! 12+
07.40 Часовой 12+
08.10 Здоровье 16+
09.20 Мечталлион. Национальная Лотерея 12+
09.40 Непутевые заметки 12+
10.15 Жизнь своих 12+
11.05 Повара на колесах 12+
12.15 Видели видео? 0+
13.50 Николай Караченцов и Елена Шанина в легендарном спектакле Марка Захарова "Юнона" и "Авось" 16+
15.25 Горячий лед 16+
17.00 Специальный репортаж. "Ни шагу назад" 16+
18.00 Вечерние Новости
19.00 Перепой звезду 12+
21.00 Время
23.00 Что? Где? Когда? 16+



РОССИЯ | 1

06.10, 01.30 Х/ф "Путь к сердцу мужчины" 12+
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 Когда все дома 12+
09.25 Утренняя почта 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 17.00 Вести
11.50 Большие перемены 6+
12.50 Х/ф "Девятый вал" 12+
17.50 Песни от всей души 12+
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин 12+

КТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! 12+
10.20 Первая передача 16+
11.00 Чудо техники 12+
11.55 Дачный ответ 0+
13.00 НашПотребНадзор 16+
14.05 Однажды... 16+
15.00 Своя игра 0+
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+
17.00 Следствие вели... 16+
18.00 Новые русские сенсации 16+
19.00 Итоги недели
20.20 Ты супер! Суперсезон 6+
23.25 Звезды сошлись 16+

НА ДОСУГЕ

1									2
Труба, распиленная вдоль		Вид обработки металла	Главная, самая крупная артерия	Сухофрукт из абрикосов					
		Искатель наслаждений	Трава для зеленой газировки	Характеристика металла					
		Проложил путь в Индию	Детская прививка						
Элитная единица освещенности	Материал граненого стакана		Наречие той или иной местности	Африканская коровья антилопа					
		«Стул», на который восходят		Большой званый обед					
Государственный совет в Элладе				Бобовая замена мяса					
		Итальянский чудо-тенор	Ганжа за кадром						
Торец после работы ножовки	Многоместный автовенгр		Способ плавления	Вершина манти судна					
		Скачки с препятствиями в конном спорте	Винтовой зажим	Денежная единица Мьянмы					
Античная бутылка с ручками			Сделал свое дело и ушел		2				
		Самовыключатель утюга	Гуляш с татарским акцентом						
В скандинавских странах - госпожа				Город балтийского балзама					
Поселок виноделов... Дюрсо	«А нечистым трубочистам - стыд и ...»								
		Земельное угодье	Лагерь советской пионерии						

Ответы будут опубликованы в одном из следующих номеров газеты

РЕЦЕПТЫ

Булочки с вареньем в глазури

ЧТО НУЖНО:

Тесто

- Молоко — 200 мл
- Сахар — 100 г
- Соль
- Дрожжи — 6 г
- Масло сливочное — 70 г
- Мука пшеничная / Мука — 4 стак.
- Яйцо куриное (для смазки) — 1 шт

Начинка

- Варенье — 100 г
- Масло сливочное — 10 г
- Глазурь

Сметана — 1 ст. л.

- Сахарная пудра — 100 г

КАК ДЕЛАТЬ:

В теплое молоко добавьте сахар, соль, дрожжи, масло и два стакана муки, смешайте и оставьте на полчаса в тепле.

Смешайте варенье с размягченным сливочным маслом. Затем вымесите, добавив еще два стакана муки, раскатайте толщиной 0,5-0,7 мм и намажьте вареньем с маслом. Сверните и разрежьте рулет на кусочки, получаются булочки в форме розочек. Оставьте на полчаса в теплом месте, смажьте яйцом и выпекайте 30-40 минут при 180°C. Вытащите из формы, полейте глазурью из сметаны и сахарной пудры.

Приятного аппетита!



Ответы на кроссворд, опубликованный в газете «Край родной» № 39 от 29 сентября

По горизонтали: 1. ВЕДРО 2. ХАРЧО 3. ЦИНИК 4. ДОМОВОЙ 5. ВЫСТРЕЛ 6. ТУМБА 7. БАЛТИКА 8. ШЕКСПИР 9. ТИТАН 10. ПАЛАТА 11. ЯБЛОКО 12. МИКРОФОН 13. ЗАТМЕНИЕ 14. ТОКСИН 15. РЫЦАРЬ 16. УТЕРЯ 17. ПИЩЕВОД 18. БУРЕНИЕ 19. ИУДЕЙ 20. ЛАПЕРУЗ 21. НОВИНКА 22. МЯЛКА 23. СТРАЖ 24. КАБИР.

По вертикали: 25. СДОБА 26. ОПЕЛЬ 10. ПРИЧТ 28. ЕРМОЛКА 29. ОБЩЕПИТ 30. ЛИРИК 31. РАВНИНА 32. СКВЕРНА 33. ТУФЛИ 3. ЦИТАТА 35. НУДИЗМ 36. АНИМАТОР 37. КРЕНДЕЛЬ 38. КВАШНЯ 15. РЯБИНА 40. БУТСЫ 41. АКСАКАЛ 42. ЦАРЕВНА 43. ОПЕРА 44. ЧЕРЕПОК 45. РАНЕНЬИЙ 46. ОКИСЬ 47. КЛАРА 48. ЛЕГАТ.

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ С 9 ПО 15 ОКТЯБРЯ



Овен (21.03 - 20.04)

Вас ждет удача на профессиональном поприще. Без колебаний откажитесь от привычного. Середина недели даст вам возможность блистать и царить в семейном кругу. Финансовая сторона жизни не принесет неприятностей.



Телец (21.04 - 21.05)

На этой неделе как в социальной, так и в профессиональной сфере ситуация будет более ясная. Вы сможете потратить денег гораздо больше, чем обычно. Могут возникнуть проблемы в отношениях с друзьями.



Близнецы (22.05 - 21.06)

Вы будете поглощены радостями семейного очага. Отношения с коллегами будут прекрасными. И в финансовой сфере перед вами открываются большие перспективы.



Рак (22.06 - 23.07)

Благоприятная неделя для удачного завершения дел, заключения браков, зачатия. Раки могут почувствовать поддержку земных покровителей. Верующие люди будут чувствовать поддержку высших сил, что придаст им уверенность в завтрашнем дне и поможет справиться со всеми делами. Возрастут магические способности и привлекательность Раков. Необычное восприятие мира усилит оптимистическое настроение. Но вероятно, что напряженная общественно-политическая обстановка скажется на психике и мировоззрении Раков.



Лев (24.07 - 23.08)

На работе будет напряженный климат и неудовлетворенность. Наберитесь терпения и дождитесь лучших времен. Возможны значительные потери ваших накоплений. Вы почувствуете потребность в людях, которым можно доверять.



Дева (24.08 - 23.09)

В начале недели вы будете противостоять радикальным изменениям в вашей деятельности. Постарайтесь занять немного отстраненную позицию. У вас будут прекрасные отношения в семье и с друзьями.



Весы (24.09 - 23.10)

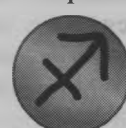
Наконец прояснятся проблемы, которые осложняли вашу жизнь в социальной, профессиональной и финансовой сфере. Ваша жажда правды и справедливости будет удовлетворена.



Скорпион (24.10 - 22.11)

Вероятно, что Скорпионам придется столкнуться с мелкими домашними проблемами и решением финансовых вопросов. Появится возможность оценить все достоинства и недостатки своего положения и определить цель своей

жизни и деятельности. Неделя характеризуется неуравновешенностью и дисгармонией. Скорпионы смогут убедиться в широте своих возможностей, когда в критических ситуациях почерпнут энергию из личных скрытых резервов, что поможет им выйти из жизненных затруднений с наименьшими потерями.



Стрелец (23.11 - 21.12)

Будьте бдительны в начале недели в финансовой сфере. Возникнут непредвиденные ситуации. В некоторые моменты без колебаний примите помощь друзей. Возможны осложнения в сфере чувств.



Козерог (22.12 - 20.01)

В начале недели вам будет предложена новая очень интересная перспектива. Вам придется заняться новым видом деятельности. Значительно улучшится финансовая ситуация на работе и в семье.



Водолей (21.01 - 19.02)

Заключать выгодную сделку лучше всего в середине недели. Вы будете себя чувствовать лучше, как в социальной, так и в профессиональной сфере. Но вам не хватает обходительности в отношениях с близкими людьми.



Рыбы (20.02 - 20.03)

Эта неделя подарит вам долгожданное спокойствие и удовлетворение жизнью. Вам будет казаться, что весь мир изменился в лучшую сторону. Это очень благоприятное время для налаживания отношений, для зачатия и для поисков новой любви. Вас ждут новые интересные знакомства, развлечения и невероятные события. Чем позитивнее вы будете смотреть на вещи, тем лучше все у вас получится.

Уважаемые предприниматели Тоншаевского муниципального округа!

Информируем вас о том, что 12 октября 2023 года с 11.00 до 11.30 часов планируется проведение приема граждан и предпринимательского сообщества по вопросам, связанным с экологической обстановкой на территории Тоншаевского муниципального округа в режиме ВКС.

Прием будет проходить в здании администрации. По всем вопросам участия в приеме обращаться к специалисту по вопросам экологии администрации округа в каб. № 314.

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ОБРАЩАЙТЕСЬ!

Личный прием граждан

16 ноября 2023 года (четверг) с 11:00 до 13:00 в Законодательном Собрании Нижегородской области (далее – Законодательное Собрание) по адресу: Кремль, корп. 2, каб. 31, г. Нижний Новгород, 603082, лицо, уполномоченное Председателем Законодательного Собрания Е. Б. Люлиным, – председатель комитета Законодательного Собрания по жилищно-коммунальному хозяйству и топливно-энергетическому комплексу В. В. Беспалов – проведет личный прием граждан в соответствии со статьей 13 Федерального закона от 2 мая 2006 года № 59-ФЗ «О порядке рассмотрения обращений граждан Российской Федерации» по вопросам, относящимся к компетенции вышеуказанного комитета Законодательного Собрания.

Гражданам, желающим прийти на личный прием, необходимо до 17 октября 2023 года представить в отдел по работе с обращениями граждан аппарата Законодательного Собрания (кабинет № 31) с 09:00 до 18:00 (в пятницу – с 9:00 до 17:00), обеденный перерыв – с

13:00 до 13:48, обращение и необходимые для его рассмотрения документы (при наличии) либо направить по вышеуказанному адресу, либо по e-mail: priem-zsno@int.zsno.ru, либо подать обращение, заполнив анкету в разделе «Меню/Для граждан/Онлайн-приемная» на официальном сайте Законодательного Собрания в сети «Интернет»: <https://www.zsno.ru/reception>.

Контактные телефоны: (831) 439-06-69, (831) 419-20-10 (отдел по работе с обращениями граждан аппарата Законодательного Собрания).

ОФИЦИАЛЬНО

ПОСТАНОВЛЕНИЕ ОБ УТВЕРЖДЕНИИ СХЕМЫ РАЗМЕЩЕНИЯ ГАРАЖЕЙ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ НЕКАПИТАЛЬНЫМИ СООРУЖЕНИЯМИ, ЛИБО СТОЯНОК ТЕХНИЧЕСКИХ ИЛИ ДРУГИХ СРЕДСТВ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ИНВАЛИДОВ НА ТЕРРИТОРИИ ТОНШАЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

№ 1066

от 2 октября 2023 года

В соответствии со статьей 39.36-1 Земельного кодекса Российской Федерации, Постановлением Правительства Нижегородской области от 22.12.2022 № 1110 «Об утверждении Порядка утверждения органами местного самоуправления муниципальных образований Нижегородской области схем размещения гаражей, являющихся некапитальными сооружениями, стоянок технических или других средств передвижения инвалидов вблизи их места жительства», Постановлением администрации Тоншаевского муниципального округа Нижегородской области от 22.12.2022 № 1110 «Об утверждении Порядка

утверждения органами местного самоуправления муниципальных образований Нижегородской области схем размещения гаражей, являющихся некапитальными сооружениями, стоянок технических или других средств передвижения инвалидов вблизи их места жительства на территории Тоншаевского муниципального округа Нижегородской области», администрация Тоншаевского муниципального округа Нижегородской области **постановляет:**

1. Утвердить прилагаемую схему размещения гаражей, являющихся некапитальными сооружениями, либо стоянок технических или других средств передвижения инвалидов на территории Тоншаевского

муниципального округа Нижегородской области.

2. Опубликовать настоящее постановление на официальном сайте администрации Тоншаевского муниципального округа Нижегородской области в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: <http://tonshaevo.nobl.ru>.

3. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания.

4. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на начальника отдела по управлению муниципальным имуществом и земельными ресурсами О.В. Кудрявцеву

С.Ю. СТРЕМИН,
глава местного самоуправления

ТОНШАЕВО ПРАВОСЛАВНОЕ

Расписание богослужений

Пятница, 6 октября

16.30 Вечернее богослужение с чтением 17-й кафизмы (помяновение усопших). Исповедь.

Суббота (Родительская «Покровская»), 7 октября 7.00 Панихида по усопшим. Литургия. 15.00 Вечернее богослужение. Исповедь.

Воскресенье, 8 октября «прп. Сергия Радонежского» 7.30 Литургия.

Четверг, 12 октября 9.00 Молебен Пресвятой Богородице «Неупиваемая Чаша». Заупокойная лития.

Пятница, 13 октября 7.30 Служба в п. Шайгино. 16.30 Вечернее богослужение. Исповедь.

Суббота, 14 октября «Покров Пресвятой Богородицы» 7.00 Водосвятие. Литургия. 15.00 Вечернее богослужение. Исповедь.

Воскресенье, 15 октября «Сщмч. Киприана и мц. Иустины» 7.30 Литургия.

Четверг, 19 октября 9.00 Молебен Свт. Николаю Чудотворцу. Заупокойная лития.

Суббота, 21 октября 7.00 Панихида. 15.00 Вечернее богослужение. Исповедь.



Воскресенье, 22 октября «Память святых отцов 7 Вселенского Собора» 7.30 Литургия.

Четверг, 26 октября 9.00 Молебен Пресвятой Богородице «Иверская». Заупокойная лития.

Пятница, 27 октября 16.30 Вечернее богослужение с чтением 17-й кафизмы (помяновение усопших). Исповедь.

Суббота (Димитриевская родительская), 28 октября 7.00 Панихида по усопшим. Литургия. 15.00 Вечернее богослужение. Исповедь.

Воскресенье, 29 октября «Мч. Лонгина сотника» 7.30 Литургия.

Обращаем ваше внимание, что расписание составлено на месяц вперед, поэтому возможны изменения. А также обращаем ваше внимание на то, что исповедь по воскресным дням совершаться не будет! Исповедь совершается накануне в субботу, за вечерним богослужением.

ПЛАНЕТА КРОВЛИ И ФАСАДА

ФАСАДЫ:	КРОВЛЯ:	ЗАБОРЫ:
сайдинг, софиты (виниловые и металлические), панели под кирпич	металлочерепица, профнастил, снегозадержатели, водосток, гибкая и композитная черепица	сетка, трубы проф, ограждения, заглушки, штакетник, фигурный профнастил

www.planeta-nn.ru
8-920-050-13-22

Монтажные работы всех видов

БЕСПЛАТНО: замер, расчёт и доставка по области

«ТМПрофиль»
ПРОИЗВОДИМ И ДОСТАВЛЯЕМ быстро, качественно, с гарантией
ПРОФНАСТИЛ ДЛЯ КРЫШ И ЗАБОРОВ
МП-20. С-21. Н-35. С-8
оцинкованный и с полимерным покрытием разных цветов.
Металлочерепица «МОНТЕРРЕЙ» НИЗКИЕ ЦЕНЫ
Производство на новом современном оборудовании.
Изготовление по размерам заказчика:
* также доборные элементы на заказ;
* трубы профильные;
* крепеж в ассортименте.
* евроштакетник для забора (металлический, цветной)

Заявки по телефону. ОПЛАТА ПРИ ДОСТАВКЕ.
8-952-465-97-23, 8-929-042-79-04; тел./факс: 8 (83174) 2-86-05.
Эл. почта: ooo-tm1@mail.ru, наш сайт: profil-tm.ru

Доставка 1000 руб.

**Неблагоприятные дни
ОКТАБРЯ:
7, 9, 10, 13, 15, 17, 23, 25, 29.**

Коллектив детского сада «Теремок» скорбит по поводу смерти
ВТЮРИНОЙ
Галины Алексеевны
и выражает искреннее соболезнование родным и близким покойной.

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ

**ВПИШИ
СВОЁ ИМЯ
В ИСТОРИЮ**

СЛУЖУВНН.РФ ☎ 8 800 10 17 017



СВОИХ НЕ БРОСАЕМ!

СБОР СРЕДСТВ ДЛЯ
ВОИНОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ
дом-единства.рф

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
В НИЖЕГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ
8 (831) 233-33-40

СБОР СРЕДСТВ И КООРДИНАЦИЮ ОСУЩЕСТВЛЯЕТ ДОМ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА

СЛОВА БЛАГОДАРНОСТИ

Здоровья и счастья!

Выражаю благодарность и признательность за помощь в ремонте квартиры Е. Гребневой, А. Щербаковой, Е. Ивановой, Л. Великоречаниной. Спасибо, что такие отзывчивые люди, как вы, встречаются на свете.

Искренне желаю вам любви и удачи, много радостных, ярких подарков от жизни, будьте здоровы и счастливы!

С. П. Кислицына, д. Сухой Овраг.

МИЛОСЕРДИЕ

Люди, откликнитесь!

В посёлке Тоншаево, на улице Олимпийской между домами 1А и 2 бездомная собака вывела семерых чёрно-белых щенков, возраст приблизительно один месяц. Уже наступают холода, а малыши нуждаются в заботливых хозяевах и тёплом доме. Неравнодушные люди, откликнитесь!

✓ **Посетите магазины Тоншаевского райпо!**

ПО «ТОНШАЕВСКИЙ УНИВЕРМАГ»
В магазине «ПРОМТОВАРЫ» в продаже имеются **МОТОБУКСИРОВЩИК «Бурлак-М2», САНКИ-ВОЛОКУШИ** с отбойником, **СНЕГОХОД «Azimut»**.
Возможна продажа в кредит.
Ждем вас за покупками.
Телефон: 2-11-53.

ФИРМА "УЛЬЯНА" **НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ "ЗИМА 2023"**
12 ОКТЯБРЯ (четверг)
ЯРМАРКА ВЕРХНЕЙ ОДЕЖДЫ
в РДК (п.Тоншаево) с 9.00-16.00
КУРТКИ, ПАЛЬТО, ДУБЛЕНКИ
(эко/мех, дубляж, плащевка, эко/кожа, драп)
фабрики: РОССИЯ, БЕЛОРУССИЯ (р-ры 42-70)
БОЛЬШОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ ТОВАРОВ!!!
РАСПРОДАЖА "ОСЕНЬ 2023" - 30%

Продается

ЩЕБЕНЬ, ГРАВМАССА, ПГС, с доставкой.
Телефон: 8-912-364-38-34.

Керамзитобетонные **БЛОКИ** 20x20x40 из 500-го цемента.
Телефон: 8-987-555-33-33.

МЕД (липа-донник). п. Тоншаево, ул. Центральная, 119.
Телефон: 8-920-298-50-93.

ДРОВА колотые, **ГОРБЫЛЬ** сухой пиленный.
Телефон: 8-987-394-47-86.

ДРОВА березовые колотые с доставкой по району. Длина от 25 до 70 см.
Телефон: 8-953-560-24-78.

КУРЫ-МОЛОДКИ и **ПОРОСЯТА**.
Телефон: 8-908-722-22-15.

Работа

Требуются **РАБОЧИЕ** на лесохозяйственные работы в Нижегородской и Кировской областях. Оплата еженедельно.
Телефон: 8-922-951-08-86, Василий.

Куплю

Бычков, телок, коров, овец.
Телефон: 8-904-909-01-38.

Требуются **СОТРУДНИКИ** в охрану вахтовым методом без удостоверения в Нижний Новгород. Бесплатное проживание, графики 7/7, 10/10, 15/15. З/п 2000 р. - 3000 р. за смену.
Телефон: 8-920-001-92-85, Илья Сергеевич.

шины, диски недорого

Любые АКБ (скидка за старый). Автомасла + бесплатная замена. Автозапчасти ВАЗ/иномарки. Авточехлы, автостекло. **ВЫКУП шин и дисков.** г. Шахунья, ул. Тургенева, д. 13 (рядом с пожарной частью).
Телефоны: 8-910-874-33-20, 8-910-147-56-60.

На новое предприятие по переработке шпона на работу требуются **МУЖЧИНЫ и ЖЕНЩИНЫ**. Ограничений в возрасте нет.
Адрес: п. Тоншаево, ул. Бусыгина, д. 43/9.
Телефон: 8-951-902-76-27.

На новое предприятие по переработке шпона на работу требуются **КОЧЕГАРЫ**. Ограничение возраста до 50 лет. Смена 12 часов. Оплата за смену 3000 руб.
Адрес: п. Тоншаево, ул. Бусыгина, д. 43/9.
Телефон: 8-951-902-76-27.

ОКНА, ДВЕРИ. Рассрочка. 8-910-123-43-42, 8-950-354-12-94.
ИП Золотарева С. Ю.

ОКНА, ДВЕРИ, ЛОДЖИИ. Заключение договора, гарантия. Большой выбор металлических дверей. Замена стеклопакетов/уплотнения. Резка стекла (бронза, матовое, рифленое, зеркала).
Телефоны: 8-915-945-22-21, 8(83152)2-22-86.
ООО «Домострой152».

РЕМОНТ И ПЕРЕТЯЖКА МЯГКОЙ МЕБЕЛИ. Высокое качество, низкие цены. Возможна рассрочка.
Телефон: 8-929-043-67-07.

Услуги

Ремонт и перетяжка мебели «Золотые ручки». Доставка.
Телефон: 8-902-687-30-40.

Производство корпусной мебели под заказ. Замер, дизайн, установка.
Телефон: 8-953-553-30-70.

Мебель корпусная по размерам заказчика.
Телефон: 8-987-756-63-60.

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ по ЛУЧШЕЙ ЦЕНЕ!
Акция! 1+1=3! ПОТОЛОК в ПОДАРОК!
Группа Vк и ОК- Потолочник Шахунский!
г. Шахунья, ул. Гагарина, д.10.
Магазин Обои *Люстры *Потолки.
Телефон: 8-930-283-59-16.
www.superpotolok52.ru

Плотницкие работы. Ремонт квартир, домов, электротика, сантехника.
Телефоны: 8-953-554-30-02, 8-910-105-78-08.

КОЛОДЦЫ: ремонт, чистка.
Телефоны: 8-953-554-30-02, 8-910-105-78-08.

Ремонт бытовой техники: холодильники, стиральные машины. Выезд на дом. Гарантия.
Телефон: 8-952-474-86-42.

Бурение скважин, d 125, 160.
Телефон: 8-987-114-27-81.

Ритуальные услуги, п. Пижма. Копка могил, вынос, катафалк.
Телефон: 8-904-394-20-43.

Ритуальные услуги. Копка могил, катафалк, принадлежностей, п. Тоншаево.
Телефон: 8-904-064-57-13.

Ритуальные услуги: копка могил, благоустройство захоронений, доставка в морг, вынос, катафалк.
Телефон: 8-929-048-87-74.

Д. Б. Селки **МАКОВЕЕВУ**
Галину Витальевну
с Днем рождения!

Пусть в этот день забудутся печали,
И солнце улыбнется пусть с утра,
И пожелает ласково лучами
На годы долгие добра.
Желаем счастья и здоровья,
Желаем бодрости и сил,
Чтоб каждый день обычной жизни
Одну лишь радость приносил.

Муж, дети, сноха, зять,
внук Григорий, Кузьмины,
Чугуновы, Сморкаловы.

п. Пижма **ДЕРБЕНЕВА**
Романа Анатольевича
Дорогого сына, любимого мужа, папу и замечательного дедушку с Днем рождения!

Тебя мы с Днем рождения поздравляем.
Здоровья очень крепкого желаем,
Огромнейших успехов, вдохновенья,
Удач во всем, особого везенья!
Чтоб будни были очень плодотворны,
Чтоб радость и удача стали нормой,
А отдых был насыщенным, красивым,
А ты у нас — отчаянно счастливым.

Мама, жена, дети, внук.

ИП ЖАННА
9 октября в Доме культуры п. Тоншаево с 8 до 16 часов выставка-продажа женской и мужской осенней и зимней верхней одежды. Экономьте свой бюджет, покупая одежду за ПОЛЦЕНЫ!
Мы, как и раньше, будем радовать вас своими ценами.
НАША ЦЕЛЬ - САМАЯ НИЗКАЯ ЦЕНА В РЕГИОНЕ!

Организация приглашает на работу швей, механика по ремонту швейного оборудования, бригаду швей с мастером, мастера-технолога, расклейщика объявлений.
Работа и заработная плата стабильная.
График 5/2. Обращаться с 8 до 17.00.
Телефоны: 8-906-504-78-87, 8-966-322-66-22, 8-906-504-77-78, 8-996-475-56-34 (Telegram, whatsapp).

РАБОТА в Федеральном агропромышленном комплексе (мясокомбинат в республике Мордовия). Приглашаем **УПАКОВЩИКОВ ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ** (вахтовый метод работы от прямого работодателя).
Мы предлагаем:
- вахта от 30 смен,
- оформление по ТК РФ,
- бесплатное проживание, питание и спецодежда.
Выплата за вахту от 76 500 рублей.
Важно! Выплата в последний день вахты без задержек.
Организованная доставка автобусом из г. Нижний Новгород.
Информация и запись по телефону: 8-964-832-20-40.

ЭКСПЕРТ ПРОФИЛЬ
ПРОФНАСТИЛ! МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА! ЕВРОШТАКЕТНИК!
С полимерным покрытием различных цветов, оцинкованный.
ДОБОРНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ - конек, ветровая планка, отлив и другие.
Собственное производство на современном российском оборудовании, по размерам заказчика!
ТРУБЫ ПРОФИЛЬНЫЕ всех размеров.
ЧЕРНЫЙ МЕТАЛЛОПРОКАТ - лист, швеллер, уголок, арматура, квадрат, полоса, прут и другое.
Заказ по телефону, оплата при доставке!
Пенсионерам индивидуальные скидки!
Тел.: 8-909-298-85-70; 8-908-738-52-34; 8(83158) 3-60-87.
E-mail: varnavinoprofflist@mail.ru.
р. п. Варнавино, д. Булдаково, 39.

Д. Сухой Овраг
ПЕНЬКОВУ
Алевтину Юрьевну
с юбилейным Днем рождения!
Любимая мама, жена и бабушка!
Мы обожаем добрые руки,
тепло твоих глаз.
И с юбилеем тебя
поздравляем!
Помни, ты лучшая в мире
у нас.
Пусть не иссякнут улыбки
и силы,
И позитив лишь на сердце живет,
Ты оставайся такой же красивой,
Пусть тебе в жизни все время везет!



Муж, дети, зятя, внуки.
с юбилейным Днем рождения!
Красивейшая женщина на свете
Свой празднует сегодня юбилей.
Да, шестьдесят — давно уже не дети,
А возраст взрослых, опытных людей.
Ты обаятельна,
всегда юна душою,
Ты светишь солнышком
знакомым и родным.
Так оставайся же и будь всегда
такою —
С блестящим взглядом,
ярким, озорным.



Семья Артемьевых,
г. Нижний Новгород.

с. Ошминское
КИСЛИЦЫНУ
Галину Леонидовну
с Днем рождения!



Ты мудрость наша,
наша ты надежда,
И любим мы тебя
еще сильнее,
Пускай всегда
ты остаешься
прежней,
Со всем теплом
и добротой своей.
Желаем мы тебе
любви и света,
Здоровья и в душе
всегда весну.
На свете нет
роднее человека,
Ты — тот огонь,
что гасит темноту.

Муж, дети, внуки,
Дубинины, Степанова.

п. Буреполом
ШАСТИНУ
Файну Ивановну
с юбилеем!



Желаем здоровья,
удачи, добра,
Чтоб радостной ты
и счастливой была,
Пускай от улыбки
сияют глаза,
А дом твой обходят
ненастье, гроза.
Невзгоды, печали
забудь,
словно сон,
И низкий прими
от нас ты поклон!
Пусть будет
наполнена
жизнь добротой,
Родная ты наша, знай,
что всегда мы с тобой!

Родственники и друзья.

п. Тоншаево
ТОМАРОВУ Татьяну Васильевну
с юбилейным Днем рождения!



Желаем мы тебе от всей
семьи
Здоровья, позитива
и достатка,
Купаться в самой
искренней любви,
Во всем желаем
искренне
порядка!
Мечты пусть
станут явью
без труда
И луч удачи вечно
светит ясно!


Пусть вечной твоя будет красота,
Всегда будь так шикарна и прекрасна!

Родные.

Самых ясных солнечных дней,
Доброты, красоты, обаяния!
Рядом — только любимых
людей!
Нежных слов, теплоты
и вниманий!
В жизни пусть лишь
хорошее ждет,
Дарит радость
любое мгновение,
Много счастья
пускай принесёт
И исполнит мечты
День рождения!


Наталья и Роман
Москвины.

п. Тоншаево
МАЛЫШЕВУ Зинаиду Васильевну
с юбилеем!



Мамочка, мама, счастья тебе!
Бабушка наша, удачи вдвойне!
С праздником светлым,
супруга моя!
Мы очень любим,
родная, тебя!
И с юбилеем, праздником грёз,
Будет лишь счастье —
ведь нам не до слёз!
Пусть всё свершается
в жизни твоей,
Долгих, весёлых
и солнечных дней!

Муж, сыновья, снохи,
внуки.



Сваха, дорогая,
С юбилеем, милая!
Быть тебе желаем
Самою счастливою.

Сваты
Хлыбовы.

ИЛМА Ассоциация кредитных
потребительских кооперативов

КПК Илма-кредит

ВСЕМ БЕЗ ИСКЛЮЧЕНИЯ
16% ПО СБЕРЕЖЕНИЯМ



Шубина
Нина

- ★ Пополнение и снятие на любом сроке
- ★ Ежемесячная выплата процентов

8 (800) 700 24-82

Кредитный потребительский кооператив «Илма-кредит», Ассоциация «СРО «НОСКИ» за № 240 от 29.09.2022 г. ИНН 5301241307, ОГРН 502507001, ОГРН 10300102804. Дата присвоения ОГРН: 16.12.2010. Юридический адрес: 606800 Нижегородская область, Тоншаевский район, с. Урень, ул. Ленина, д. 75, помещение 2. Сбережения от 10000 до 3 000 000 руб. на срок от 30 дней до 1090. Приём сбережений осуществляется только от физических лиц, от суммы дохода удерживается НДФЛ. Вступительный взнос 100 руб., комиссионный 8% от суммы сбережений. % начисляется со дня, следующего за днем внесения средств и по день прекращения вклада.

16+ **КРАЙ**
родной № 40 (10878)
6 октября 2023 г.,
пятница

Газета «Край родной» зарегистрирована
15 марта 2021 года Управлением
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий
и массовых коммуникаций
по Приволжскому Федеральному округу.
Регистрационный номер ПИ № ТУ52-01314.
Лицензия ПЛД 55-38 от 26.08.99 г.
Сайт газеты: www.kray-rodnoy.ru
Рег. № Эл № ФС77-77248

Адрес редакции и издателя:
606950, Нижегородская область,
п. п. Тоншаево, ул. Центральная, д. 14.
Газета отпечатана в Нижегородском
филиале АО «Прайм Принт Москва».
Адрес: 603028, г. Н. Новгород,
проезд Базовый, д. 11.

Учредители (соучредители):
Правительство Нижегородской
области, администрация
Тоншаевского муниципального
округа Нижегородской области,
Совет депутатов Тоншаевского
муниципального округа
Нижегородской области, МАУ
«Редакция газеты «Край родной».

Точка зрения автора
может не совпадать
с позицией редакции.
Ответственность
за достоверность
материала и рекламы
несут авторы
и рекламодатели.

Публикации
под рубриками
«Поздравления,
объявления, реклама»,
«Конкурсы. Аукционы»
печатаются на платной
основе.

Газета выходит по субботам.
Индекс 51290
Газета набрана и сверстана
в компьютерном центре
редакции.

Главный редактор -
Жаровская Л. А.,
компьютерная верстка
и дизайн -
Половинкин В. С.,
корректор -
Трушкова Л. А.

Адрес электронной почты:
главный редактор - redaktorkr@mail.ru
для рекламы -
Tonshaevo-reklama@yandex.ru

Телефоны: главный редактор - 2-15-50;
рекламный отдел (факс) - 2-14-47;
2-18-41.

Время подписания номера по графику
16 часов. Номер подписан в 16 часов.
Объем 1 п. л. Печать офсетная.
Заказ 2507/23 Тираж 1620
Цена договорная.