

В КРАЮ КЕДРОВОМ

Газета г. Кедрового

№53 (1559) четверг, 31 декабря 2020 г.

С НОВЫМ ГОДОМ И РОЖДЕСТВОМ ХРИСТОВЫМ!



УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ! ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

От всей души поздравляем вас с наступающим Новым годом!

Високосный 2020-й был непростым. Мир столкнулся с эпидемией, которая обернулась глобальным кризисом. Коронавирус и коронакризис не обошли и нашу страну, и нашу Томскую область. Но мы достойно пережили трудности уходящего года, став еще ближе и сплоченнее. Мощное волонтерское движение, поддержка наших героев-медиков со стороны государства, общества и бизнеса - лучшее тому доказательство.

Конечно, 2020-й год войдет в историю не только большой бедой, но и достижениями, которых было много у региона. Мы строили и открывали школы и детские сады, газифицировали города и села, ремонтировали дороги, открывали новые заводы и учреждения социальной сферы. Собрали рекордный за 20 лет урожай зерновых. С плюсом сработали наша обрабатывающая промышленность, агропром, пищевка и другие отрасли. Эпидемия ускорила внедрение многих цифровых сервисов, сделав нашу жизнь удобнее.

В Год памяти и славы мы отметили 75 лет Великой Победы, провели сотни других мероприятий. Поддержали президентские поправки в Конституцию на общероссийском голосовании. Выбрали муниципальных депутатов во всех городах и районах области.

Невозможно перечислить все наши достижения за 366 дней уходящего года. Они ведь были не только у области в целом, но и в семьях наших жителей. У кого-то родились дети, кто-то нашел свою вторую половинку, кто-то отметил новоселье.

Спасибо всем за целеустремленность и настоящий сибирский характер. Верим, что наступающий 2021-й год будет лучше и добрее к каждому. И обязательно загадаем это желание под бой курантов.

Желаем вам радостной встречи самого семейного праздника. Хорошего отдыха в новогодние каникулы, крепкого здоровья, счастья, радости, успехов, любви и праздничного настроения каждый день нового года! С наступающим 2021-м!

Губернатор Томской области **СЕРГЕЙ ЖВАНКИН**
Председатель Законодательной Думы Томской области **ОКСАНА КОЗЛОВСКАЯ**

УВАЖАЕМЫЕ ЗЕМЛЯКИ!

От всей души поздравляем вас с наступающими замечательными праздниками - Новым годом и Рождеством!

Новый год - удивительный рубеж, когда уходит в прошлое старый год и наступает новый, полный стремлений, надежд и мечтаний.

Пусть в новом году сохранятся и приумножатся достижения уходящего года, воплотятся в жизнь намеченные планы и идеи.

Провожая 2020 год, нам хочется сказать всем жителям слова особой благодарности за трудолюбие и оптимизм, за все, что мы сумели сделать вместе.

Пусть наступающий год будет годом созидательной и плодотворной работы, временем новых достижений и войдет в каждый дом, каждую семью с миром, добром и любовью, оправдает все ваши сокровенные мечты и ожидания! Искренне желаем вам крепкого здоровья, душевной гармонии, поддержки и внимания родных и близких, всего самого доброго! С праздником!

Мэр города Кедрового **Н.А. СОЛОВЬЕВА**
Председатель Думы города Кедрового **Л.В. ГОЗА**

ДОРОГИЕ ЖИТЕЛИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ГОРОД КЕДРОВЫЙ"!

Примите мои самые искренние поздравления с наступающим Новым годом и Рождеством!

Эти праздники мы всегда ждем с радостью, с надеждой на добрые перемены и верой в свершение задуманных желаний.

Хочу пожелать, чтобы ваши дома были наполнены теплом общения с близкими людьми, сердечным отношением к детям, любовью и согласием!

Пусть наступающий 2021 год станет самым счастливым для вашей семьи, создаст основу для стабильности и благополучия.

Здоровья вам и вашим близким, теплого семейного уюта, новых достижений в наступающем году!

Депутат Законодательной Думы Томской области **А.И. ТИТОВ**

БЛАГОДАРИМ ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО

На протяжении многих лет Администрация города Кедрового и ООО "Газпром трансгаз Томск" сотрудничают. Стороны содействуют реализации высокоэффективных и социально значимых проектов на территории муниципального образования "Город Кедровый" путем осуществления денежного и иного вклада в социально-экономическое развитие городского округа.

Для всех нас 2020 год был непростым, но насыщенным событиями и наполненным напряженным трудом. Для кого-то он стал настоящим испытанием на прочность, а для кого-то - годом новых возможностей, годом реализованных проектов и желаний. Мы создали серьезный задел на будущее, и сегодня нас объединяет уверенность, что Новый год принесет только хорошие перемены.

В октябре текущего года состоялось торжественное открытие площадки для активного и тихого отдыха "Центр 2.0" во 2 микрорайоне.

"Центр 2.0" играет важную роль в городской инфраструктуре, ведь он является частью единого общественного пространства "ЭкоКедр", которое должно объединить в современный экологический маршрут, несколько досуговых площадок города и его основные достопримечательности. Зона отдыха во 2 микрорайоне - это только первый этап проекта, в ближайшем будущем планируется создание "тропы здоровья", обустройство площадки для выгула и дрессировки собак

"Опушк@", а также постройка других объектов, которые повысят качество жизни кедровчан. Финансирование проекта "ЭкоКедр" стало возможным благодаря победе во Всероссийском конкурсе по созданию комфортной среды в малых городах и исторических поселениях. На реализацию данного проекта муниципальное образование получило из федерального бюджета 40 млн. рублей, от компании ООО "Газпром трансгаз Томск" в лице генерального директора, Депутата Законодательной Думы Томской области Анатолия Ивановича Титова 1 170,00 тыс. руб.

Благодаря активной поддержке и неравнодушному отношению Анатолия Ивановича, пополнена материально-техническая база учреждений образования, культуры, предоставлены квалифицированные специалисты для проведения технических работ в котельной школы, осуществлена подписка на периодические издания.

Выражаем Вам нашу искреннюю благодарность и глубокую признательность за плодотворное сотрудничество в уходящем 2020 году.

Мы верим в сохранение сложившихся деловых и дружеских отношений, надеемся на дальнейшее взаимовыгодное сотрудничество в 2021 году. Искренне желаем реализации всех Ваших добрых замыслов, крепкого здоровья, благополучия и счастья Вам, Вашим близким и родным.

Администрация города Кедрового

БЛАГОДАРНОСТЬ

Ежегодно в дошкольной группе МАОУ Пудинская СОШ Матвеек Алена Юрьевна организует бесплатные новогодние подарки для детей. Родители, воспитанники, воспитатели дошкольной группы выражают искреннюю благодарность Алене Юрьевне за ее стремление украсить праздник для наших ребят. Пусть искренняя радость детей станет вашим берегом в жизни и поможет воплотить в реальность все планы. Желаем безграничного счастья и крепкого здоровья. И пусть всегда каждому ребенку на пути встречается такой Дед Мороз, который подарит маленькое чудо!

*С уважением родители, дети,
воспитатели дошкольной группы МАОУ Пудинская СОШ*

С НОВЫМ ГОДОМ!



Настоятель и прихожане Храма Преподобного Сергия Радонежского поздравляют кедровчан с наступающим 2021 годом и светлым праздником - Рождеством Христовым! Пусть этот год принесет с собой Веру и терпение, Надежду и добрые вести, Любовь и мудрость.

Мира всем и благоденствия!
Да хранит всех Господь!!!

АВИАПЕРЕВОЗКИ ТОМСК - КЕДРОВЫЙ - ТОМСК



Продолжаются авиаперевозки по маршруту Томск-Кедровый-Томск.

В 2020 году из областного бюджета были выделены дополнительные ассигнования на обеспечение авиационной безопасности (приобретение и установка модульных зданий для пассажиров и технического персонала, проведение интернета и установка видеонаблюдения).

Запланированные работы завершены. В 2021 года планируется ввод в эксплуатацию модульных зданий. Регистрация пассажиров будет осуществляться на территории Аэропорта г. Кедрового.

Авиаперевозки по маршруту Томск -Кедровый - Томск будут осуществляться согласно графику.

Администрация города Кедрового

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ!

В 2021 году авиакомпания "СилА" продолжает выполнение регулярных рейсов по маршруту Томск - Кедровый - Томск. Рейсы будут выполняться по вторникам и четвергам.

Стоимость билета:

1. Взрослый - 2250 рублей;
2. Дети от 0 до 2 лет - бесплатно;
3. Дети от 2 до 12 лет - 1250 рублей;
4. Женщины 55 лет и старше,
Мужчины 60 лет и старше - 1650 рублей;
5. Дети-инвалиды от 2 до 12 лет - 1150 рублей;
6. Инвалиды детства 2,3 группы - 1650 рублей;
7. Инвалиды 1 группы - 1650 рублей;
8. Сопровождающий инвалида 1 группы или ребенка инвалида - 1650 рублей.

В стоимость билета включены: 5 кг ручной клади + 10 кг, которые можно сдать в багаж. Бесплатно провозятся детские и инвалидные коляски. Сверхнормативный багаж стоит 100 рублей/кг. Оплачивается на регистрации.

Время вылета:

08-00 часов - г. Томск-г. Кедровый
09-50 часов - г. Кедровый-г. Томск

В день вылета из города Кедрового авиакомпания "СилА" будет производить сбор пассажиров с **08.00 до 08.55 часов** по адресу: г. Кедровый, 1 мкр., д.40, офис 02 (бывшее помещение Сбербанка) для регистрации и оформления багажа. Доставка пассажиров до взлетно-посадочной площадки г. Кедрового будет осуществляться транспортным средством авиакомпании.

Доставка пассажиров, прибывающих из города Томска, будет производиться транспортным средством авиакомпании до всех населенных пунктов муниципального образования.

По вопросам приобретения авиабилетов, а также по всем вопросам, связанным с перелетом, следует обращаться в представительство авиакомпании "СилА" в Томской области **по телефону: 8 913 808 94 77.**

Авиакомпания "СилА"

ИТОГИ НОВОГОДНИХ КОНКУРСОВ!



Администрацией города Кедрового в период с 3 декабря по 21 декабря проводились конкурсы на лучшее новогоднее оформление.

На ежегодный конкурс по оформлению фасадов зданий и прилегающей к зданиям территории среди организаций и индивидуальных предпринимателей, реализующих товары и оказывающих услуги в сфере потребительского рынка на территории муниципального образования "Город Кедровый" поступило 6 заявок.

В результате выездного обследования члены комиссии были очень приятно удивлены, насколько креативно подошли к оформлению торговых точек участники конкурса. Коллективы магазинов села Пудино и города Кедрового подарили жителям и гостям муниципального образования яркое новогоднее настроение.

При подведении итогов, в соответствии с положением о проведении конкурса и критериями оценки конкурса, комиссия приняла решение о награждении следующих участников:

1 место - Коллектив магазина "Магнат", индивидуальный предприниматель Шаповалова Зоя Николаевна;

2 место - Коллектив магазина "Спутник", индивидуальный предприниматель Копкилец Светлана Константиновна, коллектив магазина "Ласточка", директор Гоца Лариса Викторовна;

3 место - Коллектив магазина "Апельсин", индивидуальный предприниматель Просандеева Надежда Валерьевна, коллектив магазина "Уралочка", индивидуальный предприниматель Либикова Надежда Валерьевна.

В этом году впервые проводились конкурсы на лучшее новогоднее оформление придомовых территорий многоквартирных домов и частных усадеб в сельских населенных пунктах.

Жители многоквартирных домов кропотливо и старательно подошли к новому конкурсу. Все они проявили большую оригинальность, творчество и смекалку в создании праздничной атмосферы в городе.

Подводя итоги конкурса на лучшее новогоднее оформление придомовых территорий многоквартирных домов, в соответствии с положением о проведении конкурса и критериями оценки конкурса, комиссия приняла следующие решения:

1 место - Жители двора дома № 40, 1 микрорайона, г. Кедрового;

2 место - Жители двора дома № 39, 1 микрорайона, г. Кедрового;

3 место - Жители двора дома № 1, 2 микрорайона, г. Кедрового.

Конкурсная комиссия с выездом на место оценила также новогоднее оформление частных усадеб, учитывая творческий подход, красочность, композиционность, применение световой новогодней атрибутики, и распределила места следующим образом, в соответствии с положением о проведении конкурса и критериями оценки конкурса:

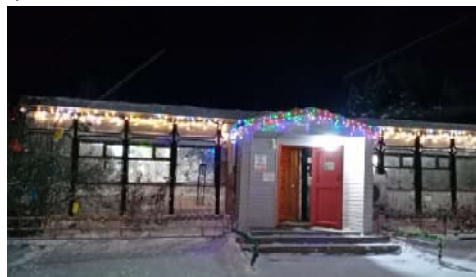
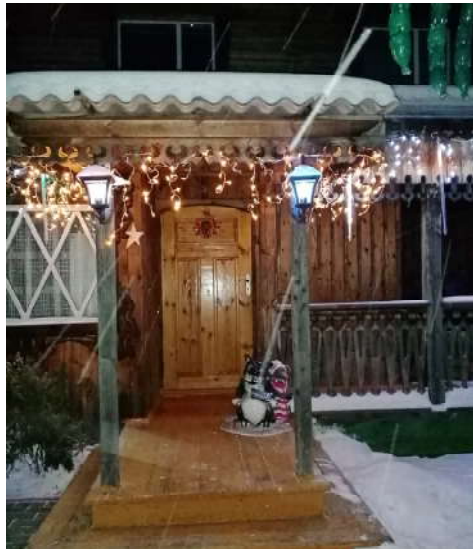
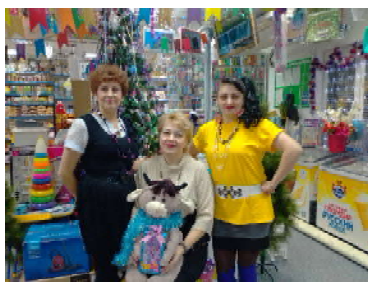
1 место - Ковалевы Сергей Николаевич и Ольга Иннокентьевна, с. Пудино, ул. Ионина, 26;

2 место - Санду Сергей Иванович и Ольга Рудольфовна, с. Пудино, ул. Ионина, 15.

Выражаем огромную благодарность всем участникам конкурса за их старания и труд, за творческий подход и оригинальность работ и надеемся, что в следующем году желающих создать праздничное новогоднее настроение у населения станет намного больше.

Все участники конкурса награждены почетными грамотами и подарками.

Администрация города Кедрового



МУ "Культура"

Дорогие друзья и уважаемые коллеги! От всей души поздравляем вас с наступающим Новым годом и Рождеством! 2020 год был для нас непростым, но мы вышли на новый этап освоения онлайн-технологий и интернет-пространства. Надеемся, что 2021 год принесёт стабильность, радость, станет годом созидания, вдохновения и

новых успехов. Пусть народное творчество в нашем муниципальном образовании продолжает развиваться и радуется кедровчан своей многогранностью, искренностью и зазором!

Желаем всем здоровья, добра, взаимопонимания и всяческих благ. Спасибо, что остаётесь с нами!

Коллектив МУ "Культура"

ИТОГИ ГУБЕРНАТОРСКОГО ФЕСТИВАЛЯ НАРОДНОГО ТВОРЧЕСТВА



Одно из самых важных и престижных мероприятий в сфере культуры для жителей Томской области - это Губернаторский фестиваль народного творчества "Вместе мы - Россия". Его программа включает в себя серию выставок декоративно-прикладного искусства, конкурсы методических служб, а также жанровые конкурсы, которые в течение всего года организует Дворец народного творчества "Авангард" (г. Томск). В 2020 году фестиваль состоялся в восьмой раз, однако из-за ограничений, связанных с пандемией, большинство его конкурсов проходили в дистанционном формате. Кедровчане по традиции приняли участие в творческих состязаниях, показав неплохие результаты:

- **областной фотоконкурс "Дочки-матери"**: 1 место - Аксана Кочан, дипломы участников - Анна Беломестнова, Ольга Костарева;

- **областной конкурс сценариев "Волшебное перо"**: 1 место - Любовь Наконечная, художественный руководитель ДК г. Кедрового;

- **областной конкурс короткометражных фильмов "Отражение"**: 2 место - Любовь Наконечная, художественный руководитель ДК г. Кедрового;

- **областной конкурс исполнителей эстрадной песни "Звёздный дождь"**: 2 место - Алексей Панасик (рук. Н.А. Некрасова), 3 место - Елизавета Соснина, дипломы участников - вокальный

коллектив "Вдохновение" (рук. Е.А. Соснина), вокальный коллектив "Родники" (рук. В.В. Вольхина);

- **областной конкурс вокального искусства "Я помню чудное мгновенье" (конкурс романсов)**: диплом участника - Елизавета Соснина (аккомпаниатор А.А. Карпов);

- **областной конкурс хореографических коллективов "Танцевальная мозаика"**: диплом участника - хореографический коллектив "Импульс" (рук. А.Г. Вереница);

- **областной фестиваль-конкурс любительских театров "Театральный разезд"**: диплом участника - театральный коллектив "Диалог" (рук. И.Н. Меркульева);

- **областной конкурс композиторов "Зырянские зори"**: диплом участника - Галина Ухова (исп. М.Г. Рыжикова).

Также в рамках VIII Губернаторского фестиваля кедровчане приняли участие в **выставке-конкурсе детского творчества "Волшебник Новый год"**, итоги которого будут подведены в январе 2021 года.

Огромную благодарность хочется выразить руководителям коллективов, участникам художественной самодеятельности, мастерам-прикладникам, творцам и сочинителям, а также работникам культуры, которые сделали всё возможное, чтобы достойно представить муниципалитет на уровне области. Вдохновения, успехов и новых побед вам в наступающем 2021 году!



ПОБЕДИТЕЛИ НОВОГОДНИХ КОНКУРСОВ

В течение декабря взрослые и маленькие жители муниципального образования участвовали в новогодних конкурсах, которые проводил Дом культуры г. Кедрового. Все очень старались, проявляли фантазию и различные таланты, поэтому и работы получились про-

сто блистательными - на радость авторам и всем кедровчанам. Ваши снежные фигуры, украшенные окна, поделки и рисунки действительно создали новогоднее настроение. Спасибо вам за это! И сегодня мы с радостью объявляем имена победителей!



КОНКУРС СНЕЖНЫХ ПОСТРОЕК "ЗИМНЯЯ СКАЗКА"

- номинация "Чудо снежное" - Вебер Максим и Вебер Ксения;
- номинация "Снежок-малышок" - Блискун Ярослав;
- номинация "Самый модный снеговик" - Сафонова Софья;
- номинация "Талисман года" - коллектив Кедровского городского суда.

КОНКУРС НОВОГОДНЕГО ДЕКОРА "ОКНО В НОВЫЙ ГОД"

- номинация "Самое новогоднее окно" - Мальцева Елена (фотография набрала наибольшее количество "классов" пользователей сети "Одноклассники");
- номинация "Символ года" - Семья Обуховых;
- номинация "Новогоднее настроение" - Костюченко Оксана;
- номинация "Узоры Дедушки Мороза" - Ирина Моисеева;
- номинация "Яркий праздник" - Екатерина Турбина;
- номинация "В гостях у сказки" - Татьяна Черепанова;
- номинация "Волшебство своими руками" - Овчаренко Варвара и Овчаренко Илья;
- номинация "Снежные фантазии" - Коновалова Мария;
- номинация "Новый год стучит в окно" - Паненко Татьяна;
- номинация "В ожидании чуда" - Дементьева Татьяна;
- поощрительная номинация "Друг весёлый - Снеговик" - Чарикова Екатерина и Неустроева Мария.



КОНКУРС ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОГО ТВОРЧЕСТВА "ВОЛШЕБНИК НОВЫЙ ГОД" (МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЭТАП)

Номинация "Декоративно-прикладное творчество"

Возрастная категория 4-8 лет: 1 место - Сиваков Матвей, 2 место - Лыпка Дарина, Голев Данил, 3 место - Субботина Виктория, Кардополов Максим.

Возрастная категория 9-11 лет: 1 место - Воронина Алла Евгеньевна, Моисеева Ирина Владимировна.

Номинация "Изобразительное искусство"

Возрастная категория 4-8 лет: 1 место - Голенко Мария и Деулина Анастасия (совместная работа).
Возрастная категория 9-11 лет: 1 место - Барвенко Рада.

Возрастная категория 12-14 лет: 1 место - Овчаренко Ангелина, 2 место - Чернова Вероника, 3 место - Васильева Полина.

Благодарим всех участников!



НОВОГОДНИЙ СЮРПРИЗ ОТ ДЕДА МОРОЗА

В преддверии нового 2021 года Дедушка Мороз решил оригинально поздравить кедровских ребятишек. Главный новогодний волшебник и его внучка Снегурочка устроили встречу с детьми в "Читательском сквере", где маленьких гостей ждала весёлая программа с чудесами, забавами и, конечно же, сладкими подарками.

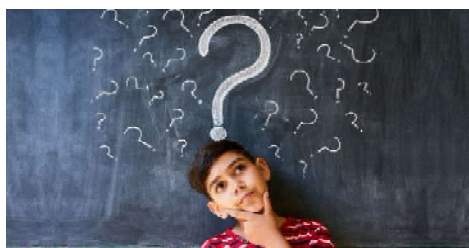
28 декабря игровую программу "Новогодний сюрприз" посетили 9 групп детей - это воспитанники детского сада "Родничок", а также учащиеся 1, 3 и 4 классов Кедровской школы. Добродушная дворничиха баба Маня, которую ребята встретили у входа на территорию сквера, тоже оказалась немножко волшебницей. Она-то и раскрыла юным кедровчанам тайну "Мостика желаний": стоя на нём нужно загадать самое заветное желание, тогда оно обязательно сбудется.

Как и в любой сказке, наше зимнее приключение не обошлось без проделок тёмных сил. Оказалось, что мостик заколдовала Баба Яга, так что ребятам пришлось немного "повоевать" с вредной старушкой и выполнить её хитрое задание. И вот когда все игровые испытания были позади, мостик исполнил общее желание детей: появились долгожданные Дед Мороз и Снегурочка! При помощи волшебного снега все вместе зажгли огни на ёлочке, покружились в хороводе, а потом все детки получили сладости.

Вот такие чудеса случаются в нашем городе в канун Нового года! Приходите и вы в "Читательский сквер", загадайте желание на волшебном мостике и просто отдохните всей семьёй в одном из красивейших мест города. С праздником, друзья!

ЛЮБОВЬ НАКОНЕЧНАЯ,
художественный руководитель ДК г. Кедрового

В ГОСТЯХ У БАБУШКИ ЗИМЫ



04 января на сайтах: Одноклассники "Дом Культуры с. Пудино" (<https://ok.ru/group55604916322333>); vk "Культурная жизнь с. Пудино" (<https://vk.com/club193865456>) и на официальном сайте МУ "Культура" (<http://kedrovyy.moy.su/>) будет опубликован кроссворд "В гостях у бабушки Зимы" посвящённый зимним сказкам. Разгадывать кроссворды - интересное занятие для детей и взрослых. Это один из видов головоломки, который увлекает и притягивает наше внимание. Кроссвордом принято называть игру со словами. Данная игра является самой распространённой и интеллектуальной, и ничуть не уступает физическим соревнованиям. Здесь можно узнать много нового и интересного. Заходите на любой удобный вам сайт и проведите время с пользой.

Афиша мероприятий

На неделю с 4 по 10 января

Дата	Мероприятие	Место и время проведения
30.12 - 13.01	«Ёлка-2021» - фотоконкурс	Интернет сети
03.01	«Снежная канитель» - игровая программа на свежем воздухе	Городская площадь в 14-00 час.
04.01	«В гостях у бабушки Зимы!» - онлайн кроссворд по сказкам	Интернет сети
	«Новогодняя романтика» - виртуальная книжная выставка	Интернет сети
05.01	«Вторая тайна Деда Мороза» - онлайн показ музыкально спектакля 2016 г.	Интернет сети
06.01	«Санки-ледянки, ватрушки наши лучшие подружки» - игры на свежем воздухе	Центральная площадь с. Пудино
07.01	«Морозко» - онлайн показ музыкально спектакля 2019 г.	Интернет сети
	«Рождество-традиции и обряды» - информационно познавательная презентация	Интернет сети
08.01	«Снежная карусель» - игры, забавы на свежем воздухе	Центральная площадь с. Пудино
09.01	«Зимней порой мы на улице гурьбой» - игровая программа на свежем воздухе	Городская площадь в 14-00 час.

4 ЯНВАРЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК

05.00 Х/ф "Марья-искусница". (0+).
 06.00 Новости.
 06.10 Х/ф "Марья-искусница". (0+).
 06.25 Х/ф "Огонь, вода и... медные трубы". (0+).
 08.00 Телеканал "Доброе утро".
 10.00 Новости.
 10.10 "Жизнь других". (12+).
 11.05 "Видели видео?" (6+).
 12.00 Новости.
 12.05 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
 15.00 "Угадай мелодию". Новогодний выпуск. (12+).
 15.50 "Ледниковый период". (0+).
 19.30 "Сегодня вечером". (16+).
 21.00 "Время".
 21.20 Т/с "Солнечный круг". (16+).
 23.15 "Вечерний Ургант". Лучшее. (16+).
 23.55 Х/ф "Роман с камнем". (16+).
 01.45 Х/ф "Обезьяны проделки". (12+).
 03.20 "Наедине со всеми". (16+).
 04.05 "Модный приговор". (6+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки. Вызов судьбе". (12+).
 07.45 Х/ф "Сваты". (12+).
 10.10 "Сто к одному". Телеигра.
 11.00 "Вести".
 11.30 "Измайловский парк". Большой юмористический концерт. (16+).
 14.00 "Вести".
 14.30 "Местное время. Вести-Москва".
 14.50 "Сто к одному". Телеигра.
 15.40 Т/с "Тайны следствия-18". (12+).
 20.00 "Вести".
 21.05 "Местное время. Вести-Москва".
 21.20 Т/с "Склифосовский. Реанимация". (12+).
 00.40 Т/с "Ликвидация". (16+).
 03.10 Т/с "Одесса-мама". (16+).

5 ЯНВАРЯ

ВТОРНИК

05.05 Х/ф "Огонь, вода и... медные трубы". (0+).
 06.00 Новости.
 06.10 Х/ф "Огонь, вода и... медные трубы". (0+).
 06.40 Х/ф "Золотые рога". (0+).



4-10
ЯНВАРЯ

ПРОГРАММА ТВ

08.00 Телеканал "Доброе утро".
 10.00 Новости.
 10.10 "Жизнь других". (12+).
 11.05 "Видели видео?" (6+).
 12.00 Новости.
 12.05 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
 15.00 "Угадай мелодию". Новогодний выпуск. (12+).
 15.50 "Ледниковый период". (0+).
 19.30 "Сегодня вечером". (16+).
 21.00 "Время".
 21.20 Т/с "Солнечный круг". (16+).
 23.15 "Вечерний Ургант". Лучшее. (16+).
 23.55 Х/ф "Жемчужина Нила". (16+).
 01.45 Х/ф "Река не течет вспять". (12+).
 03.10 "Наедине со всеми". (16+).
 03.55 "Модный приговор". (6+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки. Вызов судьбе". (12+).
 08.05 Т/с "Сваты". (12+).
 10.10 "Сто к одному". Телеигра.
 11.00 "Вести".
 11.30 "Измайловский парк". Большой юмористический концерт. (16+).
 14.00 "Вести".
 14.30 "Местное время. Вести-Москва".
 14.50 "Сто к одному". Телеигра.
 15.40 Т/с "Тайны следствия-18". (12+).
 20.00 "Вести".
 21.05 "Местное время. Вести-Москва".
 21.20 Т/с "Склифосовский. Реанимация". (12+).
 00.40 Т/с "Ликвидация". (16+).
 03.10 Т/с "Одесса-мама". (16+).

6 ЯНВАРЯ

СРЕДА

05.20 Х/ф "Золотые рога". (0+).
 06.00 Новости.
 06.10 Х/ф "Золотые рога". (0+).
 06.40 Х/ф "Моя мама - невеста". (12+).
 08.00 Телеканал "Доброе утро".
 10.00 Новости.
 10.10 "Жизнь других". (12+).

11.05 "Видели видео?" (6+).
 12.00 Новости.
 12.05 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
 15.00 "Угадай мелодию". Новогодний выпуск. (12+).
 15.50 "Ледниковый период". (0+).
 19.30 "Сегодня вечером". (16+).
 21.00 "Время".
 21.20 Т/с "Солнечный круг". (16+).
 23.00 Х/ф "Бедная Саша". (12+).
 00.30 Х/ф "Зимний роман". (12+).
 01.45 Х/ф "Моя мама - невеста". (12+).
 03.00 Рождество Христово. Прямая трансляция из Храма Христа Спасителя.
 05.15 "Оптина пустынь". (0+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки. Вызов судьбе". (12+).
 06.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки-3". (12+).
 08.05 Т/с "Сваты". (12+).
 10.10 "Сто к одному". Телеигра.
 11.00 "Вести".
 11.30 Х/ф "Мама поневоле". (12+).
 14.00 "Вести".
 14.30 "Местное время. Вести-Москва".
 14.50 "Сто к одному". Телеигра.
 15.40 Т/с "Тайны следствия-18". (12+).
 20.00 "Вести".
 20.45 "Местное время. Вести-Москва".
 21.00 Т/с "Склифосовский. Реанимация". (12+).
 23.05 Т/с "Ликвидация". (16+).
 00.45 Т/с "Одесса-мама". (16+).
 03.00 Рождество Христово. Прямая трансляция торжественного Рождественского богослужения.

7 ЯНВАРЯ

ЧЕТВЕРГ

06.00 Новости.
 06.10 Х/ф "Француз". (12+).
 08.00 Телеканал "Доброе утро".
 10.00 Новости.
 10.10 "Иисус. Земной путь".

(0+).
 11.05 "Видели видео?" (6+).
 12.00 Новости.
 12.05 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
 15.00 "Угадай мелодию". Рождественский выпуск. (12+).
 15.50 "Ледниковый период". (0+).
 19.30 "Сегодня вечером". (16+).
 21.00 "Время".
 21.20 Т/с "Солнечный круг". (16+).
 23.25 "Вечерний Ургант". Лучшее. (16+).
 00.05 Х/ф "Под одной крышей". (16+).
 01.45 Х/ф "Можешь не стучать". (16+).
 03.00 "Наедине со всеми". (16+).
 03.45 "Модный приговор". (6+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки-3". (12+).
 08.05 Т/с "Сваты". (12+).
 10.10 "Сто к одному". Телеигра.
 11.00 "Вести".
 11.30 Рождественское интервью Святейшего Патриарха Кирилла.
 11.55 Пласидо Доминго и звезды мировой оперной сцены в Москве. Гала-концерт в Государственном академическом Большом театре.
 13.25 Х/ф "Три желания". (12+).
 15.40 Т/с "Тайны следствия-18". (12+).
 20.00 "Вести".
 20.35 "Без права на ошибку. Рождественский визит в Дамаск". Фильм Евгения Поддубного.
 21.20 Т/с "Склифосовский. Реанимация". (12+).
 01.40 Х/ф "Дом малютки". (12+).

8 ЯНВАРЯ

ПЯТНИЦА

04.50 Х/ф "Француз". (12+).
 06.00 Новости.
 06.10 Х/ф "Француз". (12+).
 06.40 Х/ф "Особенности национальной охоты в зимний период". (16+).
 08.00 Телеканал "Доброе утро".
 10.00 Новости.
 10.10 "Жизнь других". (12+).
 11.05 "Видели видео?" (6+).
 12.00 Новости.
 12.10 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
 15.15 "Угадай мелодию". Новогодний выпуск. (12+).
 16.05 "Ледниковый период".

(0+).
19.50 "Поле чудес". Праздничный выпуск. (16+).
21.00 "Время".
21.20 Новогодняя ночь на Первом. (16+).
01.00 Х/ф "Ниагара". (16+).
02.25 "Наедине со всеми". (16+).
03.10 "Модный приговор". (6+).
04.00 "Давай поженимся!". (16+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки-3". (12+).
08.05 Т/с "Сваты". (12+).
10.10 "Сто к одному". Телеигра.
11.00 "Вести".
11.30 Концерт Николая Баскова "Игра".
14.00 "Вести".
14.30 "Местное время. Вести-Москва".
14.50 "Сто к одному". Телеигра.
15.40 Т/с "Тайны следствия-18". (12+).
20.00 "Вести".
21.05 "Местное время. Вести-Москва".
21.20 Т/с "Склифосовский. Реанимация". (12+).
01.40 Х/ф "Снег растает в сентябре". (12+).

9 ЯНВАРЯ
УББОТА

05.05 Х/ф "Особенности национальной охоты в зимний период". (16+).
06.00 Новости.
06.10 Х/ф "Особенности национальной охоты в зимний период". (16+).
06.25 Х/ф "Новогодний ремонт". (16+).
08.00 Телеканал "Доброе утро".
10.00 Новости.
10.10 "Жизнь других". (12+).
11.05 "Видели видео?" (6+).
12.00 Новости.
12.10 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
15.15 "Угадай мелодию". Новогодний выпуск. (12+).
16.05 "Ледниковый период". (0+).
19.30 "Сегодня вечером". (16+).
21.00 "Время".
21.20 "Сегодня вечером". (16+).
23.10 Х/ф "Испытание невиновностью". (16+).
00.50 Х/ф "Как выйти замуж за миллионера". (12+).
02.15 "Наедине со всеми". (16+).
03.45 "Модный приговор". (6+).

04.35 "Давай поженимся!". (16+).
05.15 "Мужское/Женское". (16+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки-3". (12+).
08.05 Т/с "Сваты". (12+).
10.10 "Сто к одному". Телеигра.
11.00 "Вести".
11.15 "Смотреть до конца". (12+).
12.20 "Доктор Мясников". Специальный выпуск. (12+).
13.20 Х/ф "Соседи". (12+).
18.00 "Привет, Андрей!". Вечернее шоу Андрея Малахова. (12+).
20.00 "Вести".
21.00 Х/ф "Фермерша". (12+).
01.10 Х/ф "Любовь нежданная нагрывает". (12+).

10 ЯНВАРЯ
ВОСКРЕСЕНЬЕ

06.00 Новости.
06.10 Х/ф "За пять минут до января". (12+).
10.00 Новости.
10.10 "Жизнь других". (12+).
11.05 "Видели видео?" (6+).
12.00 Новости.
12.10 Т/с "Султан моего сердца". (16+).
15.15 "Угадай мелодию". Новогодний выпуск. (12+).
16.05 "Ледниковый период". (0+).
19.15 "Лучше всех!" Новогодний выпуск. (0+).
21.00 "Время".
21.20 Концерт "Три аккорда". (16+).
23.20 Х/ф "Испытание невиновностью". (16+).
01.00 Х/ф "Давай займемся любовью". (12+).
02.55 "Наедине со всеми". (16+).
03.40 "Модный приговор". (6+).

РОССИЯ 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки-3". (12+).
08.05 Т/с "Сваты". (12+).
10.10 "Сто к одному". Телеигра.
11.00 "Вести".
11.15 "Парад юмора". (16+).
13.30 Х/ф "Соседи-2". (12+).
18.00 "Привет, Андрей!". Вечернее шоу Андрея Малахова. (12+).
20.00 "Вести".
22.00 Х/ф "Экипаж". (12+).
00.55 Х/ф "Охота на пиранию". (16+).

ГЛАВНУЮ НОВОГОДНЮЮ ЕЛКУ РОССИИ УВИДЯТ ВСЕ ЖИТЕЛИ СТРАНЫ

31 декабря в 18 часов по московскому времени на федеральном детско-юношеском телеканале "Карусель" состоится премьерный показ общероссийской новогодней елки.

Съемки праздника проводятся в Государственном Кремлевском Дворце без участия зрителей.

Повторные показы состоятся во время зимних каникул - 7 января в 19.30 и 13 января в 17 часов по московскому времени.

Пресс-служба Администрации Томской области

ГУБЕРНАТОРСКАЯ ЕЛКА В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ

В связи с распространением коронавирусной инфекции традиционный праздник "Губернаторская елка" в Томской области прошел в дистанционном формате. Ежегодно в новогоднем мероприятии принимают участие дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, которые отличились в учебе или добились успехов в других сферах.

Три ребенка из замещающих семей, проживающих на территории муниципального образования "Город Кедровый", приняли участие в данном мероприятии.

Дети получили подарки и видеозапись с новогодним поздравлением от губернатора Сергея Анатольевича Жвачкина и праздничным концертом "Волшебная почта Деда Мороза", который для них подготовили и записали творческие коллективы Дворца творчества детей и молодежи Томска.

Отдел опеки и попечительства

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ В ГАЗЕТУ?

Уважаемые читатели! Чтобы разместить объявление в газете «В краю кедровом», вам нужно:

1. Оплатить объявление в отделении "Сбербанка России" (частное объявление "Куплю/Продам/Сдам", соболезнования, поздравления (одно четверостишие) и т.п. - 50 руб./1 номер; коммерческое объявление - 100 руб./1 номер). В кассе банка имеются квитанции с заполненными реквизитами.

2. Принести квитанцию об оплате и ТЕКСТ ОБЪЯВЛЕНИЯ в редакцию газеты (здание школы, 2 этаж) ежедневно в рабочее время.

Тел. для справок 35-115 (редакция), 35-187 (руководитель МУ «Культура»).

ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ

ИП "Нестеров Сергей Александрович". Пассажирские перевозки по маршруту Кедровый-Томск-Кедровый. Выдаются билеты, цена билета 1 500 рублей, дети до 7 лет (в удерживающем устройстве) 1 200 рублей. Тел. диспетчера 8-913-103-9103, 8-952-755-4353

ИП ТИТОРЕНКО В.В. Ежедневные пассажирские перевозки по маршруту Кедровый-Томск-Кедровый, на автомобиле Skoda Octavia, звонить в любое время. Выдаются билеты, цена билета 1 500 рублей. Тел. диспетчера 8-923-445-1994, 8-913-843-2551

ИП "Верхунов Николай Сергеевич". Ежедневные пассажирские перевозки на а/м Газель по маршруту Томск-Кедровый-Томск. Выдаются билеты, цена билета 1 500 рублей. Телефон диспетчера 8-913-800-0587

ИП АКИМОВ "Каролина". Ежедневные пассажирские перевозки по маршруту Кедровый-Томск-Кедровый на микроавтобусе "Toyota". Выдаются билеты, с 1 ноября цена билета 1 500 рублей. Предварительная запись по телефону. Телефон диспетчера 8-913-885-8231

ИП КАРДАПОЛОВА А.В. Ежедневные пассажирские перевозки по маршруту Кедровый-Томск-Кедровый. Выдаются билеты, цена билета 1 200 рублей. Телефон диспетчера 8-913-111-8047

На правах рекламы

БЕЗОПАСНОСТЬ В ПЕРИОД НОВОГОДНИХ ПРАЗДНИЧНЫХ ДНЕЙ

Новый год и Рождество - долгожданные праздники, любимые всеми. Игры, забавы вокруг зеленой красавицы надолго остаются в памяти детей и взрослых. Мы искренне надеемся, что они будут радостными. Но не стоит забывать, что именно в период праздничных дней дома, на прогулках и в гостях вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации. Чтобы избежать их или максимально сократить риск воспользуйтесь следующими правилами:

Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников. Во время новогодних праздников, помимо обычных правил пожарной безопасности следует соблюдать еще несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

1. Не украшайте ёлку матерчатыми и пластмассовыми игрушками.
2. Не обкладывайте подставку ёлки ватой.
3. Освещать ёлку следует только электрогирляндами промышленного производства.
4. В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. Помните, открытый огонь всегда опасен!
5. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете, как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке.
6. Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.
7. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.

Запрещено:

- устраивать "салюты" ближе 30 метров от жилых домов и легко воспламеняющихся предметов, под низкими навесами и кронами деревьев;

- носить пиротехнику в карманах;
- держать фитиль во время зажигания около лица;
- использовать пиротехнику при сильном ветре;
- направлять ракеты и фейерверки на людей;
- бросать петарды под ноги;
- низко нагибаться над зажженными фейерверками;
- находиться ближе 15 метров от зажженных пиротехнических изделий.

Поджигать фитиль нужно на расстоянии вытянутой руки. Помните, что фитиль горит 3-5 секунд. Отлетевшую искру очень трудно потушить, поэтому, если она попадет на кожу - ожог гарантирован. При работе с пиротехникой категорически запрещается курить.

В радиусе 50 метров не должно быть пожароопасных объектов. При этом зрителям следует находиться на расстоянии 15 - 20 метров от пусковой площадки, обязательно с наветренной стороны, чтобы ветер не сносил на них дым и несгоревшие части изделий. Категорически запрещается использовать рядом с жилыми домами и другими постройками изделия, летящие вверх, траектория их полета непредсказуема, они могут попасть в дом, залететь на чердак или крышу и стать причиной пожара.

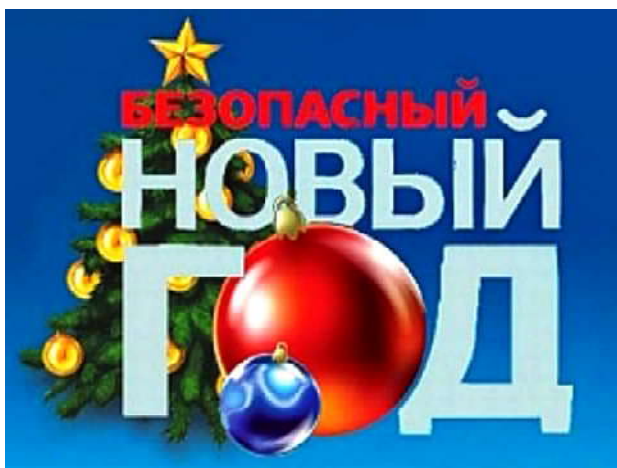
В квартирах и частных домах не рекомендуется при праздновании Нового года зажигать бенгальские огни, использовать взрывающиеся хлопушки, зажигать на ёлках свечи, украшать их игрушками из легко воспламеняющихся материалов. Не оставляйте без присмотра включённые электроприборы.

В случае малейших признаков загорания немедленно сообщите в пожарную охрану по телефону - 01, с мобильного телефона 112 (бесплатно), эвакуируйте людей и приступите к тушению огня подручными средствами. Соблюдая указанные требования, вы гарантируете себе хорошее настроение и веселый праздник.

Правила поведения на общественном катке

Коньки нужно подбирать точно по ноге, только в этом случае голеностопные суставы получат хорошую поддержку, а вывихи и растяжения суставов будут практически исключены. Лучше всего надевать коньки на шерстяные носки. Шнуровать коньки нужно тщательно. Коньки должны сидеть плотно, но перетягивать шнуровку нельзя, иначе ноги онемеют. А потом смело вставая на коньки и катайтесь в свое удовольствие.

Катание детей до 12 лет возможно только в сопровождении взрослых.



Во время нахождения на катке ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Бегать, прыгать, толкаться, баловаться, кататься на высокой скорости, играть в хоккей, совершать любые действия, мешающие остальным посетителям;
2. Бросать на лёд мусор или любые другие предметы. Пожалуйста, пользуйтесь мусорными баками;
3. Приносить с собой спиртные напитки и распивать их на территории катка;
4. Находиться на территории катка в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
5. Портить инвентарь и ледовое покрытие;
6. Выходить на лед с животными;

7. Применять взрывчатые и легко воспламеняющиеся вещества (в том числе пиротехнические изделия);

8. Во время катания на льду могут появляться трещины и выбоины. Во избежание неожиданных падений и травм просим вас быть внимательными и аккуратными.

Правила поведения зимой на открытых водоёмах

1. Не выходите на тонкий неокрепший лёд.
2. Места с темным прозрачным льдом более надежны, чем соседние с ним - непрозрачные, замерзавшие со снегом.
3. Не пользуйтесь коньками на первом льду. На них очень легко въехать на тонкий, неокрепший лёд или в полынью.
4. В случае крайней необходимости переходя опасное место на льду завяжите вокруг пояса шнур, оставив за собой свободно волочащийся конец, если сзади движется товарищ. Переходите это место с большим шестом в руках, держа его поперек тела.
5. Помогая провалившемуся под лёд товарищу, подавайте ему в руки пояс, шарф, палку и т. п. За них можно ухватиться крепче, чем за протянутую руку, к тому же при сближении легче обломить кромку льда.

6. Попад случайно на тонкий лёд, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда.

7. Не ходите с грузом за плечами по ненадежному льду. Если этого нельзя избежать, обязательно снимайте одну из лямок заплочено мешка, чтобы сразу освободиться от него в случае провала.

8. При провале под лёд не теряйтесь, не пытайтесь ползти вперед и подламывать его локтями и грудью. Постарайтесь лечь на спину и выползти на свой след, а затем, не вставая, отползти от опасного места.

9. При проламывании льда необходимо:

- избавиться от тяжёлых, сковывающих движения предметов;
- не терять времени на освобождение от одежды, так как в первые минуты, до полного намокания, она удерживает человека на поверхности;
- выбираться на лёд в месте, где произошло падение;
- вылезать на лёд методом "вкручивания", т.е. перекатываясь со спины на живот;
- втыкать в лёд острые предметы, подтягиваясь к ним;
- удаляться от полыньи ползком по собственным следам.

10. Особенно опасен тонкий лёд, припорошенный снегом.

Следует помнить, что наиболее продуктивные - это первые минуты пребывания в холодной воде, пока еще не намокла одежда, не замёрзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие. Оказывать помощь провалившемуся под лёд человеку следует только одному, в крайней мере двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи не только бесполезно, но и опасно.

Во время прогулок нас могут подстеречь такие опасности как переохлаждение и обморожения.

Морозы при сильном ветре, длительное воздействие низких температур вызывают обморожение и часто сильное. Обморожение возможно при небольшой температуре, но при повышенной влажности, а также, если на человеке мокрая одежда. Чаще всего страдают пальцы рук, ног, ушные раковины, нос и щеки.

Признаки переохлаждения:

- озноб и дрожь;
- нарушение сознания (заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение);
- посинение или побледнение губ;
- снижение температуры тела.

Признаки обморожения конечностей:

- потеря чувствительности;
- кожа бледная, твёрдая и холодная наощупь;
- нет пульса у лодыжек;
- при постукивании пальцем слышен деревянный звук.

Первая помощь при переохлаждении и обморожении:

1. Доставить пострадавшего в помещение и постараться согреть. Лучше всего это сделать с помощью ванны, температура воды в которой должна быть от 30 до 40 градусов (в случае обморожения конечностей, сначала опускают их в воду с температурой 20 градусов и за 20-30 минут доводят температуру воды до 40 градусов).
2. После согревания следует высушить тело, одеть человека в сухую тёплую одежду и положить его в постель, укрыв тёплым одеялом.

3. Дать тёплое сладкое питьё или пищу с большим содержанием сахара.

При обморожении нельзя:

1. Растирать обмороженные участки тела снегом;
2. Помещать обмороженные конечности сразу в тёплую воду или обкладывать тёплыми грелками;
3. Смазывать кожу маслами;
4. Давать большие дозы алкоголя.

При соблюдении всех этих несложных правил надеемся, что Новогодние праздники пройдут весело, разнообразно и не принесут никаких неприятных ощущений.

*Отдел опеки и попечительства
Информация взята с сайта:*

http://vologda-portal.ru/oficialnaya_vologda/index.php

5 ЯНВАРЯ - МЕЖДУНАРОДНЫЙ РАЗГРУЗОЧНЫЙ ДЕНЬ

Международный разгрузочный день появился несколько лет назад. Его учредили для напоминания о здоровом образе жизни в разгар самых застольных праздников - новогодних каникул.

Праздник здорового питания традиционно отмечают в середине долгих выходных - **5 января**. Разгрузка благотворно влияет на пищеварение, нормализует кислотно-щелочной баланс и помогает не "наесть" лишние калории и килограммы.

За несколько дней организм легко набирает 3-5 кг. Тем, кто ведёт достаточно активный образ жизни, эти килограммы не страшны, они уходят за неделю после праздников. Но большинство офисных работников становятся тяжелее надолго, порой навсегда.

В рамках борьбы с ожирением и лишним весом сервис здорового питания Daily-menu.ru совместно с проектом Календарь Событий, по инициативе участников сообществ, решили учредить Международный разгрузочный день.

Не откладывая на потом, мы призываем вас 5-го января отметить начало года легким питанием, благодаря которому организм избавится от лишней еды, настроение поднимется, а вы войдете в новый год без перегруза.

Отмечать праздник легко - главные правила Международного разгрузочного дня:

- баланс белков, жиров, углеводов;
- дефицит калорий.

Каждому под силу продержаться один день во славу стройной талии и крепкого здоровья.

Все, что необходимо для празднования - поменьше есть, но не голодать. После обильной еды уровень сахара в крови нестабилен, поэтому постоянно возникает ложное чувство голода, справиться с которым бывает непросто.

Попробуйте провести этот разгрузочный день на полноценном сбалансированном рационе с уменьшенной калорийностью, выбирайте продукты и блюда с высокой пищевой ценностью, а фастфуд и "мусорную" еду, набитую пустыми калориями и углеводами исключите полностью. Тогда вас порадует не только результат, но и самочувствие.

Если одного дня будет мало - проведите такой же день еще и 6 января, в Рождественский сочельник.

Удачи на пути здоровья и стройности!

Общие рекомендации

Диетологи напоминают, что устраивать разгрузочные дни можно не чаще одного-двух раз в неделю. После разгрузочного дня необходимо вернуться к сбалансированному рациону. Основа здорового образа жизни - не голодание, а правильное питание.

Кроме того, лучше воздержаться от физических нагрузок в этот день - они могут стать дополнительным стрессом для организма.

В день разгрузки необходимо пить много воды и воздержаться от продуктов, задерживающих воду в организме - соль, специи, соусы.

Ужин перед разгрузочным днем рекомендуется делать легким. Можно заменить привычные продукты кефиром, фруктами или овощным салатом.

Главное правило разгрузочного дня - баланс белков, жиров, углеводов и дефицит калорий. Можно ограничиться одним-тремя простыми продуктами и сократить количество калорий меньше тысячи за день.

Дневной рацион необходимо разделить на 4-6 приемов пищи - лучше есть чаще и меньше. Интервалы между приемами еды должны составлять не больше 3-4 часов.

Еда должна приносить удовольствие, поэтому при выборе продуктов для разгрузочного дня опирайтесь на свои вкусовые предпочтения.



Противопоказаниями для проведения разгрузочного дня являются беременность и грудное вскармливание, сахарный диабет, болезни пищеварительной системы или мочевыделительной системы, нарушения метаболизма.

Виды разгрузочных дней

Разгрузочные дни делятся на "голодные" и "сытые". "Голодная" разгрузка ограничивается в продуктах - при ней необходимо употреблять в течение дня только один низкокалорийный продукт - кефир, яблоки, грейпфруты, ягоды, овощи. Диетологи

напоминают, что такая диета снижает количество поступающих в организм необходимых витаминов и микроэлементов и может быть опасна для здоровья.

"Сытые" разгрузочные дни включают в рацион белковые продукты: яйца, творог, куриную грудку, нежирную белую рыбу. Меню можно разнообразить овощами и зеленью. Такая разгрузка переносится легче и не лишает организм необходимых веществ.

Примерный рацион

Завтрак: два яйца, кофе, чай или свежевыжатый сок.

Обед: 200 граммов отварной куриной грудки, вода или чай.

Полдник: такой же, как обед.

Ужин: два огурца, один стакан томатного сока без соли.

Около 800 калорий.

Завтрак: маффины с ветчиной, кофе, чай или свежевыжатый сок.

Обед: куриная печень с грибами, гречневая каша, чай.

Полдник: мандарин или яблоко.

Ужин: рагу из тыквы и моркови, чай.

Около 1400 калорий.

Рецепты**Маффины с ветчиной**

Три яйца разбить в миску, взбить в пену. Не прекращая взбивать, добавить последовательно 150 граммов муки, 50 граммов оливкового масла, 150 миллилитров молока, 100 граммов тертого твердого сыра, 200 граммов нарезанной кубиками ветчины. Залить смесь в формочки, выпекать в разогретой духовке 30-40 минут при температуре 160 градусов.

Куриная печень с грибами

600 граммов печени нарезать, залить небольшим количеством горячей воды, варить пять минут. Воду слить, печень обсыпать мукой и обжаривать 10 минут. Добавить 400 граммов нарезанных шампиньонов, жарить до готовности. Залить 100 граммами десятипроцентных сливок, довести до кипения.

Рагу из тыквы и моркови

500 граммов тыквы нарезать кубиками, 250 граммов моркови - тонкими ломтиками, половину луковицы - полукольцами. Лук обжарить на оливковом масле. Добавить морковь и лук, обжаривать еще пять минут. Залить 0,5 литра овощного бульона, кипятить на среднем огне 15 минут. В конце добавить один нарезанный помидор. На сковороде обжарить несколько ломтиков прошутто. Подавать рагу, украшенное прошутто.

Кукурузный суп

Нарезать кубиками три картофелины (около 270 граммов). На сковороде обжарить в оливковом масле зубчик чеснока и несколько перышек зеленого лука. Через 2 минуты добавить картофель, обжаривать еще 2 минуты. В кастрюле смешать банку консервированной кукурузы, 300 граммов овощного бульона и 250 миллилитров несладкого миндального молока, соль и специи по вкусу. Варить 5 минут. Добавить содержимое сковородки и блендером пюрировать крем-суп. Дать супу покипеть еще пять минут, украсить зеленым луком.

Информация взята с сайта:

<https://topspb.tv/news/2020/01/5/5-yanvara-otmechayut-mezhdunarodnyj-razgruzochnyj-den-rekomendacii-i-recepty/>

ГОРОСКОП НА 2021 ГОД

"Большие перемены = большие возможности" - эта формула точно передает главную суть гороскопа на 2021 год. Тяжелой поступью Белый Металлический Бык взойдет на трон хозяина года и начнет принимать решительные меры, избавляясь от старых отживших схем и придумывая новые буквально на ходу. Во всех сферах жизни, от экономики до политики и образования, правила игры будут меняться буквально на глазах. И те, кто будет поспевать за этими стремительными переменами; кто сможет быстро приспосабливаться к требованиям новых реалий, - перед теми в 2021 году откроются перспективы, захватывающие дух.

"Меняющийся мир рождает героев" - гласит древняя Китайская поговорка. Требования наступающего года Быка таковы, что стать героем может и должен каждый. Все, что для этого нужно сделать - взять в свои руки нить своей судьбы. Перестать надеяться на кого бы то ни было: на начальство, которому виднее, на знакомых и коллег с их советами, что вам делать и как жить.

Простая мысль заключается в том, что в период перемен и ломки старых устоев, никто не знает, какие именно действия обеспечат

успех, а какие потерпят крах. А значит, каждый, кто в 2021 году хочет продвинуться вперед, должен научиться отвечать сам за себя, самостоятельно выстраивая тактику, и стратегию.

Еще одна тенденция 2021 года Быка: в нем будут и дальше присутствовать препятствия и ограничения, связанные с общением, передвижением, работой и учебой, зарабатыванием денег. Однако эти ограничения будут не только внешними, мешающими в любой момент переместиться в любую точку планеты или в другой город. Внутренние границы, выросшие между людьми, окажутся не менее мощными. Это связано с повышенным индивидуализмом, к которому склоняет 2021 год Металлического Быка, и у многих может проявиться в резком сужении круга общения, замкнутости, трудностям в общении с окружающими.

Взамен гороскоп обещает: 2021 год Белого Металлического Быка будет ярким и запоминающимся, полным неожиданных поворотов. И хотя он не обещает быть ни комфортным, ни спокойным (а он при всем желании не сможет быть таким, учитывая то, что натворила Крыса в 2020 году), его потенциал поистине огромен для тех, кто сумеет играть по его правилам.



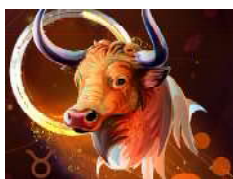
Овен. Для Овна

2021 год Белого Металлического Быка обещает быть невероятно успешным. Гороскоп утверждает: у этого знака Зодиака хватит

настойчивости, чтобы не отступать перед трудностями года, и уверенности в себе, чтобы не отклоняться от выбранного курса.

Характер упорного и работающего Быка гораздо понятнее Овну, чем нрав юркой Крысы, а потому, имея четкий ориентир, Овен сумеет достичь желаемой цели - какой бы она ни была. Впрочем, есть один важный нюанс: для того, чтобы быть успешным, Овну в 2021 году потребуется надежный партнер и советчик - осмотрительный и дальновидный. В одиночку Овну не осилить и половину того, что он может осуществить заодно с единомышленником.

Звезды гороскопа советуют: самая разумная стратегия Овна на 2021 год - быть смелым, но не безрассудным; проявлять инициативу, но не лезть на рожон; быть настойчивым, но не упрямым. Самый сложный в 2021 году для консервативного Овна будет принимать то новое, что неизбежно принесет в его жизнь Белый Металлический Бык. От того, насколько Овен сумеет адаптироваться к нововведениям и гибко подстроиться к ним, зависит размах его достижений.



Телец. Без-

условно, Тельцу повезло: он фактически родной брат и потому - фаворит Белого Металлического Быка, а значит в 2021 году этот представитель

знака Зодиака будет чувствовать себя намного комфортнее чем остальные. При этом есть одна интересная особенность. Гороскоп утверждает: для Тельца 2021 год обещает быть очень успешным именно в той сфере жизни, которую он сам для себя выдвинет на первый план. Сосредоточится ли Телец на карьерных достижениях, поиске любви или материальных ценностях - именно та самая сфера, которую он определит для себя как приоритетную, в год Металлического Быка покажет уверенный рост. Что ж, это уникальная возможность получить то, что вам действительно нужно - не упускайте ее!

Другими словами, для Тельца 2021 - это год больших возможностей, когда никто не в силах помешать его грандиозным мечтам сбываться. Главное, не забывайте стремиться и мечтать, об остальном позаботится Белый Металлический Бык.



Близнецы.

Чтобы ни происходило вокруг, гороскоп обещает: в 2021 году скука Близнецам точно не грозит! В год Белого Металлического Быка для вас приготовлено много интересных и ярких событий и разного рода сюрпризов. Возможно, не все неожиданные повороты судьбы придутся Близнецам по душе, но зато будет из чего выбирать. Кроме того, именно от вашей реакции на происходящие события во многом будет зависеть их знак: "плюс" или "минус".

Да, именно такова для Близнецов главная особенность 2021 года. Практически каждый неожиданный поворот - а таких ожидается с избытком - в зависимости от ваших действий, может превратиться в перспективную возможность, а может и в досадное препятствие. Волшебный ключик к тому, чтобы из любого "лимона" в 2021 году выжать вкусный "лимон" - это готовность Близнецов подстраиваться к меняющимся реалиям жизни и их готовность меняться самим.

Гороскоп дает Близнецам и еще один совет: в 2021 году им стоит меньше рассчитывать на команду, больше на себя. В год Белого Быка не стоит надеяться, что окружающие будут ратовать за ваше благополучие просто потому, что вы чудесный человек. Вам помогут, только если вы готовы оказать ответную услугу.



Рак. 2021 год обе-

щает пройти для Рака под девизом: "Мы рождены чтоб сказку сделать былью!" Только место сказки в год Быка займут мысли, чувства и мечты самого Рака. Гороскоп утверждает: внешний успех этого знака Зодиака в 2021 году будет тесно связан с его внутренним самоощущением. Внутреннее ощущение Рака может невероятным образом "отзеркаливаться" во внешний мир. Его тайные страхи, сны, равно как и его амбициозные мечты в 2021 году будут раз за разом проецироваться в реальность.

Хорошо это или плохо? Зависит от того, что именно Рак будет "проецировать" наружу. Удастся ли ему достичь гармонии в душе или он поддастся сомнениям и страхам. В первом случае он может волшебным образом наладить свою жизнь, во втором - влететь в нее путаницу и хаос.

На деле в 2021 году это может выглядеть так. К примеру, Рак опасается потерять деньги - и тут же теряет их. Или искренне надеется на ответные чувства - и его любовь действи-

тельно оказывается взаимной. Фантазирует о знакомстве с прекрасным незнакомцем (незнакомкой) и такая удивительная встреча действительно состоится! Из таких невероятных в обычное время событий будет буквально соткан для Рака весь 2021 год. Вот почему именно в этом году ему важно постоянно работать над своими мыслями, чувствами и особенно - страхами.

Безусловно, неуютное ощущение вызывает тот факт, что в год Быка опасения и страхи могут сбываться. Однако если посмотреть с другой стороны, этот год полон для Рака невероятных возможностей. Наладив внутреннюю гармонию в душе, поставив перед собой интересные цели и веря в хорошее, Рак в 2021 году сможет стать творцом своей новой судьбы - такой, какой ему захочется.

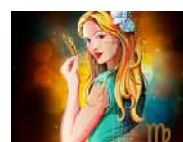


Лев. Гороскоп предупре-

ждает: 2021 год обещает стать для Льва настоящим "Годом контрастов". Нет полутону, полусобытиям и полумерам! Любь или ненависть, взлет или падение, головокружительная карьера или финансовый крах... Интересно, что во многом такой тон года будет задан поведением самого Льва: на протяжении всего года Быка он больше обычного будет склонен к эпатажу, а также к рискованным предприятиям, и не раз и не два в делах любовных или финансовых неожиданно может пойти "ва-банк".

С другой стороны, нельзя забывать: тот, кто рискует, выигрывает далеко не всегда. Чтобы 2021 год Быка запомнился Льву только как год побед и достижений, гороскоп советует ему обзавестись надежным "противовесом", который сдерживал бы его спонтанные порывы и в нужные моменты остужал его пыл, оберегая от роковых ошибок. Это может быть советчик, которому вы доверяете - друг, любимый человек, коллега. Или же мудрая книга, с которой сверяете каждый свой шаг. Впрочем, таким "противовесом" может стать и просто внутренний настрой, который не позволит Льву принимать важные решения с наскока, а заставит сначала как следует подумать, взвесив все "против" и "за".

Объединив львиную решительность с тактикой шахматиста, Лев в год Белого Металлического Быка способен не просто на многое - на очень и очень многое.



Дева. 2021 год Бело-

го Металлического Быка для Девы будет плодотворным и успешным - но лишь при одном условии, выполнить которое не

так-то просто. В 2021 году у Девы всё получится, если она примет полную ответственность за события, происходящие в её жизни. Перестаньте винить в неудачах и промахах окружающих, травмы детства или слепоту руководства; не ждите помощи, откажитесь от идеи, что вам кто-то что-то должен - и возьмите то, что хотите. Сами.

Да, как и для многих, 2020 год оказался для Девы сложным. Да, как и многим, ей захочется отдохнуть в год Быка, а ещё лучше - поручить свою судьбу в чужие руки. Однако гороскоп утверждает: бездельные и ожидающие спасителя обойдутся слишком дорого - с ними можно легко оказаться на обочине. Ставьте цели и добивайтесь их самостоятельно. И тогда успех в 2021 году не заставит себя ждать: как в смысле финансов и карьеры, так и в достижении жизненного комфорта, что бы для вас это ни значило - крепкую семью, настоящую любовь или наоборот, свободу от обязательств.

Гороскоп Девы говорит о том, что Бык в 2021 году потребует от представителя этого знака Зодиака немалых усилий, однако властитель года готов отплатить за них сторицей. Покажите лучшее, на что способны, не жалейте себя, будьте честны с собой, и тогда вам обязательно возьмете от жизни то, чего вам хочется!



Весы. Для Весов гороскоп показывает две главные тенденции 2021 года: выбор приоритетов и обретение самостоятельности. Эти две вещи - то, к чему их будет раз за разом подталкивать ситуация в год Металлического Быка; то, без чего Весы не смогут достичь поставленных целей.

Действительно, сложный 2021 год даже самым романтичным Весам не оставит возможности витать в облаках и строить воздушные замки, постоянно требуя от них принятия стратегических решений и конкретных действий. При этом действия должны осуществляться только в самых важных направлениях, иначе силы и время Весов будут впустую утекать, как песок сквозь пальцы, не достигая результата.

Так или иначе, 2021 год обещает стать для Весов годом очень деятельным, возможно даже суетливым. Со многими "ленивыми" и инфантильными привычками им в итоге-неволе придется расстаться. Зато в воле те навыки, которыми Весы овладеют в год Быка, окажутся крайне полезными не только "здесь и сейчас", но и в будущие годы. Именно благодаря им, Весы перейдут на новый уровень уверенности в собственных силах, заложив основу для побед - настоящих и тех, которые еще впереди.



Скорпион. Главное качество Скорпиона, которое как никогда будет востребовано в 2021 году Быка, - его самостоятельность и независимость. Именно это свойство, которое порой выходит Скорпиону боком и является предметом критики завистников, согласно гороскопу, в 2021 году станет его преимуществом № 1.

В год нестабильности и перемен, когда правила игры меняются буквально на глазах, уникальная способность Скорпиона думать своим умом и идти своим путем сделает его безусловным лидером во многих вопросах. А его способность анализировать быстро меняющуюся обстановку позволит ему в 2021 году держаться на шаг впереди даже самых удачливых конкурентов.

Благодаря своему умению принимать

быстрые и смелые, но вместе с тем хорошо обдуманые решения, в 2021 году Скорпион имеет все шансы стать одним из самых успешных знаков Зодиака - если говорить о достижениях в бизнесе, карьере, а также об общественном признании. Окружающие будут буквально тянуться к нему, чувствуя излучаемую им уверенность.

В целом же гороскоп Скорпиона гарантирует: количество возможностей в 2021 год Белого Быка будет прямо пропорционально объему его усилий. А это значит, успех в ваших собственных руках. Не стесняйтесь пытаться прыгнуть выше головы, откажитесь от рефлексий - и результаты 2021 года превзойдут ваши самые смелые ожидания!



Стрелец. "Возможности и Ограничения" - вот два главных слова, которые характеризуют гороскоп Стрельца на 2021 год. Как две стороны одной медали, они будут присутствовать в жизни Стрельца каждый день, на протяжении всего года Металлического Быка. В этой формуле заложен и потенциал Стрельца - невероятный огромный - и те сложности, с которыми ему придется столкнуться и которые необходимо преодолевать.

Действительно, свободолюбивому Стрельцу в 2021 году будет не хватать размаха: всегда готовый к масштабным действиям, он вдруг почувствует себя скованным жесткими рамками ограничений. Рамки могут быть не только территориальными, связанными с невозможностью переместиться в любой момент в любую точку Земли. Не меньше Стрельца могут тревожить обозначившиеся границы общения между людьми; внутренние и внешние причины, мешающие людям как прежде легко знакомиться, встречаться, общаться по душам, флиртовать...

Ничего не поделаешь, одна из тенденций 2021 года - замкнутость, желание запереться в своей скорлупе, решать проблемы в одиночку или просто спрятать от них поглубже голову в песок. Самому Стрельцу это не свойственно, тем сложнее ему будет смириться с тем, что круг его общения вдруг сузился, стал меньше в разы.

Гороскоп утверждает: если Стрелец сумеет преодолеть свои тревоги, связанные с трудностями 2021 года, все остальное - в его собственных руках. Белый Бык готов оказать Стрельцу поддержку в любых его честолюбивых стремлениях, не важно, связаны они с научными изысканиями, учёбой, карьерой, бизнесом или завоеванием неприступного сердца.



Козерог. "Быстрее, выше, сильнее!" - согласно гороскопу, этот олимпийский девиз будет присутствовать в жизни Козерога весь 2021 год. В год Белого Быка Козерог не раз окажется в ситуации конкурентной борьбы - в бизнесе, в карьере или в любви, но где-то точно ему придется доказывать свое первенство.

Кроме того, весь 2021 год Козерог будет пытаться обогнать... самого себя. И вполне возможно, ему это даже удастся! Помните фразу из "Алисы в Зазеркалье": "Нужно бежать со всех ног, чтобы только оставаться на месте"? В сложный год Быка она будет как никогда актуальна.

Безусловно, все знаки Зодиака в той или иной мере столкнутся с необходимостью в полном сложнейшем 2021 году работать больше чем обычно, реагировать на ситуацию быстрее, планировать тщательнее чем обычно... Но Козерог - один из тех, кто способен буквально превзойти человеческие

возможности. В этом секрет его успеха в год Металлического Быка: стремительность и решительность в сочетании с нечеловеческим упорством.

Впрочем, гороскоп утверждает: в целом напряжение сил, соперничество и накал страстей пойдут Козерогу на пользу - они дадут ему яркие эмоции и вдохновят в 2021 году на важные перемены в жизни, на которые без кризисной ситуации он, возможно, не решился бы.



Водолей. Водолей в 2021 году будет ощущать себя как рыба в воде: в год перемен, нестабильности и потрясенной широкой натуры этого творческого знака будет где развернуться! Более того, Водолей именно в год Белого Быка сумеет найти применение тем своим талантам, которые раньше были не слишком востребованы, и даже неплохо заработать на этом - если поставит перед собой такую цель.

2021 год - это год перемен, а когда прямо на глазах меняются старые устои, люди, которые мыслят смело и нестандартно, ценятся на вес золота. Кто как не Водолей может сходу предложить 10 креативных вариантов для развития тонущего бизнеса? Кто кроме него заметит, казалось бы, мелкую, но удивительно важную деталь, мешающую двигаться вперед? В роли консультанта, помощника руководителя, кризис-менеджера Водолей в год Быка будет просто незаменим!

То же самое справедливо в отношении личной жизни и быта Водолея: его умение смотреть на вещи нестандартно и широко поможет ему и его семье остаться на плаву в бурном море перемен. Подобно лодчману или штурману, Водолей сможет следить за изменениями вокруг, принимая молниеносные решения - порой очень странные и необычные, но быщие точно в цель.



Рыбы. Рыбы в 2021 году будут чувствовать себя так, как будто добрый волшебник окружил их заботой, спрятав от житейских бурь, бушующих вокруг.

В течение всего года Быка они могут с удивлением наблюдать, что многие их проблемы - давние или сиюминутные - решаются сами собой, как по волшебству. Что шаги, которые они делали, казалось бы, в неправильном направлении, вдруг оказываются на удивление удачными. Что их потери вдруг оборачиваются прибылью, а "ошибки" - мудрыми решениями.

Нелогичность происходящего с Рыбами, противоположность причинно-следственных связей, будет до того очевидной, что неизбежно станет бросаться в глаза окружающим. Рыбам не стоит удивляться, если в течение 2021 года они не раз и не два будут являться предметом зависти, обсуждений, активных сплетен.

Так или иначе, являются ли достижения Рыб результатом их усилий или щедрым подарком судьбы, гороскоп советует им в 2021 году не выставлять свои достижения напоказ. На вас свалилось нежданное наследство? Падающий бизнес пошел в гору? Без всяких причин повисили на работе? Умопомрачительный красавец (красавица), забыв о съемках в Голливуде, спешит на свидание именно к вам? Чтобы не стать объектом зависти и манипуляций со стороны окружающих, принимайте подарки судьбы с благодарностью, но не спешите распространяться о них.

С сокращениями текст печатается по материалам сайта <https://goroskop365.ru/2021-god/goroskop/>

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Уважаемые члены общества инвалидов искренне поздравляю вас с наступающим Новым годом! Желаю, чтобы будущий год принес нам столько радостей, сколько дней в году, и чтобы каждый день дарил нам улыбку и частичку добра. Пусть всё, что мы планировали, обязательно сбудется: всё то, что хотели начать, - начнется, а что хотели закончить - закончится. Пусть в следующем году мы все станем счастливее, добрее и внимательнее к окружающим нас людям, а мир откроет нам новые двери! Желаю ощутить новые эмоции, узнать и увидеть много нового, встретить новых людей, чтобы Новый год принёс в каждый дом много улыбок, много смеха, исполнения всех желаний, материального достатка и стабильности везде и во всём!

*Председатель
городского общества инвалидов*

*** **

Уважаемые пенсионеры! Поздравляем вас с Новым 2021 годом! Искренне желаем вам счастья, крепкого здоровья, хорошего самочувствия, радостных дней, бодрости духа и оптимизма! Счастья вам и вашим близким!

С уважением Совет ветеранов

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ
График работы
в праздничные дни

4,6,8 - января с 15.00 до 18.00ч.
с 11 января с 17.30 до 20.30ч.
в обычном режиме

**График работы**

**ПУНКТА ПРОКАТА В
ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ**

31 декабря - 12.00-16.00ч.
2-6, 8-10 января - 12.00-20.00ч
перерыв 15.00-16.00ч.

Ждем Вас!

**ГРАФИК РАБОТЫ В
ПРАЗДНИЧНЫЕ
ДНИ****ЗАГС**

4, 8 января с 9-00 час. до 16-00 час.

**Медицинский центр
г. Кедрового ОГБУЗ "Бакчарская РБ"**

Прием врача педиатра и
врача терапевта

2, 5, 8 января с 9-00 час. до 12-00 час.

Аптека

31 декабря с 8 час. 30 мин. до 16-00 час.,

1 января с 12-00 час. до 15-00 час.,

2-10 января с 10-00 час. до 15-00 час.

Клиентская служба

(на правах отдела в г. Кедровый)

Приём населения по всем вопросам
31 декабря 2020 будет осуществляться
до 15-00 час.

1-10 января - выходные дни.

В праздничные дни прием населения по
вопросам оформления документов на
выплату пособия на погребение будет
осуществляться **5 января 2021г.** с 10-00
час. до 15-00 час.

Напоминаем, что выплату пособия на
погребение через территориальные орга-
ны ПФР можно получить только на умер-
ших неработающих пенсионеров. Для
оформления выплаты пособия на погребение
при себе необходимо иметь пас-
порт и справку о смерти, выдаваемую
органами ЗАГС.

Почта

5, 8 января с 9-00 час. до 17 час. 30 мин.,
перерыв с 14-00 час. до 15-00 час.

Библиотека г. Кедрового

5 января с 10-00 час. до 18-00 час.,

перерыв с 13-00 час. до 14-00 час.,

8, 9 января с 10-00 час. до 18-00 час.,

перерыв с 13-00 час. до 14-00 час.

**Библиотека-филиал
с. Пудино**

4 января с 10-00 час. до 18-00 час., перерыв с 13-00 час. до 14-00 час.

РЕФОРМА ОКОН

Установка пластиковых
окон и балконов.

Межкомнатные двери.

Натяжные потолки.

Рассрочка.

Тел. 8-913-886-2030

На правах рекламы

ПРОДАМ

2-х комнатную квартиру, 2 мкрн., дом 8, 2-ой этаж, очень теплая. Тел. 8-913-864-4716

Недорого! 2-х комнатную квартиру, частично с мебелью, перепланированную в 3-х комнатную квартиру, 2 мкрн., дом 3, 5-ый этаж. Цена договорная. Рассмотрим любые варианты оплаты. Тел. 8-913-111-7330, 8-913-879-8207

2-х комнатную квартиру, 2 мкрн., дом 5, 1-ый этаж. Тел. 8-913-828-7750

Дом со всеми надворными постройками в с. Пудино. По всем вопросам обращаться по телефону 8-913-849-7592

Кирпичный дом в с. Мельниково (100 кв.м) В хорошем состоянии, полностью благоустроенный, отопление газовое. Есть электрический котел. Центральное водоснабжение + скважина. Имеется: гараж, баня, дровяник, погреб. Участок 10 соток, земля ухоженная. Теплица 6 метров из поликарбоната. Много насаждений: малина, смородина, крыжовник, жимолость, вишня, яблоня. Цена 4 100 000 рублей. Торг уместен. Более подробную информацию и фотографии можно посмотреть на сайте Tomsk.ru09/rub или по телефону 8-913-881-20-79 (Ирина)

Шифоньер 3-х створчатый с антресолями, стол ученика с полками и тумбочкой, тумбочки прикроватные, тумба под телевизор. Тел. 8-913-865-6131

КУПЛЮ

Недорого! Квартиру в деревянном доме в городе Кедровом. Тел. 8-923-445-7705

КУПЛЮ

**ШКУРКИ
СОБОЛЯ, БЕЛКИ,
РОГА ЛОСЯ.**

Тел. 8-903-954-6371,
8-923-432-9005

На правах рекламы

ДОСТАВКА ИЗ ТОМСКА

Бытовая техника, мягкая и корпусная мебель, строительные материалы, крупногабаритные грузы, доставка из интернет магазинов. Тел. 500-788

На правах рекламы

На 90 году ушел из жизни **Голев Куприян Фомич**. Совет ветеранов выражает искренние соболезнования родным и близким.



Учредитель газеты Муниципальное образование
«Город Кедровый»

Ответственный за выпуск ГАБОВА В.В.

За достоверность информации ответственность несут авторы публикаций, за рекламу и объявления - рекламодатели

НАШ АДРЕС:

636615, г. Кедровый, 1 мкр-н., д.61 (школа). Тел. (8-38250) **35-115**
E-mail: vkedr@tomsk.gov.ru

Выходит еженедельно по четвергам. Цена свободная.

Тираж 350 экз.

Компьютерная верстка: Т.С. Николаева
Отпечатано на ризографе RISO, г. Кедровый.

Подписано в печать 30.12.2020 г.

0+