

В КРАЮ КЕДРОВОМ

Газета г. Кедрового

№16 (1731) четверг, 18 апреля 2024 г.

21 АПРЕЛЯ - ДЕНЬ МЕСТНОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

Уважаемые муниципальные служащие, ветераны муниципальной службы, депутаты и все работники органов местного самоуправления!

Примите искренние поздравления с профессиональным праздником!

Местное самоуправление составляет важнейшую основу конституционного строя Российской Федерации как форма осуществления народовластия по решению вопросов местного значения.

В перечень задач органов местного самоуправления входит организация деятельности в разных отраслях, будь то благоустройство, охрана общественного порядка, обеспечение населения коммунальными услугами, социально-экономическое развитие городского округа и многое другое.

Важно, что в этой работе активное участие принимают и сами жители. Они приходят с новыми идеями и предложениями, готовы принимать самое активное участие в воплощении замыслов в жизнь.

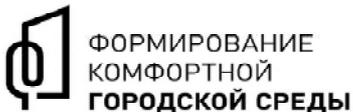


Поэтому День местного самоуправления - это праздник людей, которым не безразлично развитие их малой Родины.

Отдельные слова благодарности ветеранам, которые в разные годы внесли значительный вклад в становление и развитие местного самоуправления.

Желаем всем крепкого здоровья, счастья, семейного уюта, новых свершений и достижений в профессиональной деятельности на благо муниципального образования. Пусть рядом с вами всегда будут надежные и верные помощники и единомышленники!

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



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА КЕДРОВОГО ИНФОРМИРУЕТ



РЕЙТИНГОВОЕ ГОЛОСОВАНИЕ

Две недели осталось до окончания рейтингового голосования. Успеете принять участие в голосовании.

Свой голос вы можете отдать за одну из территорий:

- **Общественная территория во 2 микрорайоне г. Кедрового (напротив жилых домов №№11, 12, 13);**

- **Общественная территория в 1 микрорайоне г. Кедрового (между жилыми домами №10 и №16).**

Проголосовать в рамках федерального проекта "Формирование комфортной городской среды" может любой желающий, достигший 14-летнего возраста **до 30 апреля** включительно. Самостоятельно это можно сделать онлайн на платформе 70.gorodsreda.ru

Проголосуйте! Вместе сделаем наш город еще красивее!

Администрация города Кедрового



МОЛОДЫЕ ДАРОВАНИЯ

11 апреля 2024 года на сцене Томского областного театра драмы состоялась 21-я торжественная церемония награждения лауреатов Премии Законодательной Думы Томской области для молодых ученых и молодых дарований 2023 года.

На встрече были приглашены все соискатели звания "Лауреат Премии Законодательной Думы Томской области".

В номинации "Молодые дарования" в этот раз было представлено 186 соискателей области, из них 146 участников - это школьники, 40 участников - студенты системы профессионального образования. Соискатели данной номинации представили 17 муниципалитетов, в том числе и наш.

В этом году муниципальное образование "Город Кедровый" представила ученица 11 класса МКОУ СОШ № 1 г. Кедрового Чернова Вероника. Старшеклассница участвовала в этом конкурсе второй раз, впервые была соискателем звания "Лауреат Премии Законодательной Думы Томской области" для молодых ученых и молодых дарований 2021 года.

Всех участников со сцены театра с особой теплотой и торжественностью поздравляли депутаты Законодательной Думы

Томской области, представители Администрации Томской области. Зрителям были представлены замечательные концертные номера.

Хоть наша школьница и не стала победителем конкурса, но на встрече с талантливой молодежью поняла, что благодаря труду, упорству и трудолюбию можно добиться многого, что есть к чему стремиться.

Семья Черновых и Администрация города Кедрового выражают искреннюю благодарность Бородину Владиславу Ивановичу, Генеральному директору ООО "Газпром трансгаз Томск", депутату Законодательной Думы Томской области по Северному округу №17, за организацию поездки в г. Томск, за предоставленную возможность побывать на настоящем празднике молодых талантов.



Администрация города Кедрового

КОЛОНКА ГЛАВЫ МО «ГОРОД КЕДРОВЫЙ»

РАЗГОВОР О ВАЖНОМ

Выбор профессии - это путь проб и ошибок? А может, надо заранее готовить себя к будущей профессиональной деятельности? Как найти ту единственную, свою профессию? Решение вопроса "Кем быть?" является жизненно важным не только для учащихся школ, но и для общества в целом. Помочь молодому поколению в его профессиональном самоопределении призвана профориентационная работа.

11 апреля в Администрации города Кедрового провела "круглый стол" со старшеклассниками обеих школ, педагогами и работодателями из числа муниципальных учреждений. "Разговор о важном" - под таким названием прошла наша встреча. Сегодня для любого муниципального образования важно, чтобы его выпускники возвращались молодыми специалистами на свою территорию, трудоустроившись, успешно работали и создавали семьи.

Мы часто обобщаем информацию о востребованности кадров для нужд городского округа, ориентируя выпускников на те или иные профессии, задействованные в социальной сфере или коммерческом секторе. В этом году, в преддверии Дня местного самоуправления, который мы отмечаем 21 апреля, старшеклассникам была представлена презентация о такой профессиональной деятельности как муниципальный служащий. Постарались познакомить ребят с общими принципами местного самоуправления, территориальным делением муниципальных образований, экономической основой местного самоуправления, структурой органов местного самоуправления и муниципальных учреждений, символикой нашего городского округа.

О специфике профессий в области образования и культуры рассказали Дубчак Н.П., Лазарева Н.В., Шаповалова Е.П., Высыпкова В.Б. С обращением к выпускникам выступила Диана Иксанова, бывшая выпускница школы Кедрового, которая прошла обучение по целевой контрактной подготовке, вернулась в город - в родные стены Детской школы искусств, преподает и занимается вокалом. Устюжанина А.А., заместитель отдела финансов и экономики, рассказала об основах формирования и расходования местного бюджета. Своими успехами перед присутствующими поделились и муниципальные служащие - финалисты конкурса "Лучший муниципальный служащий в Томской области" Пеннер А.Г. и Оскольская Ю.В.

В процессе проведения "круглого стола" состоялся диалог и профессиональный обмен мнениями, который позволит продолжать и развивать взаимное сотрудничество выпускников, работодателей и центра занятости населения.

В целом нами обсуждалась возможность обучения в высших и средних профессиональных учебных заведениях по целевому направлению для нужд муниципального образования, специфика работы в отраслях социальной сферы и органах власти, потребность в кадрах, условия трудоустройства.

Более детально о целевом наборе, условия приема которого меняются с 1 мая, я расскажу в последующем.

Надеюсь, что правильно сделанный выбор, профессиональное самоопределение выпускников школ станет для них залогом будущей успешной профессионализации!

Мэр города Кедрового Нелли Александровна СОЛОВЬЕВА



ОБЪЯВЛЕНЫ КОНКУРСЫ!



Администрация города Кедрового объявляет о проведении конкурса на замещение вакантных должностей муниципальной службы:
Главный специалист по цифровой трансформации:

Требования к уровню профессионального образования: наличие высшего образования на уровне бакалавра.

Требования к направлению подготовки: экономика, экономика и управление, государственное и муниципальное управление, прикладная информатика, информационные технологии, информационная безопасность, реклама и связи с общественностью, управление персоналом, медиакоммуникации, издательское дело, журналистика, политология, социология а также специальности и направления подготовки, содержащиеся в ранее применяемых перечнях специальностей и направлений подготовки, для которых законодательством об образовании Российской Федерации установлено соответствие указанным специальностям и направлениям подготовки.

Требования к стажу муниципальной службы или работы по специальности: не устанавливаются.

Главный специалист-контрактный управляющий:

Требования к уровню профессионального образования: наличие высшего образования на уровне бакалавра, или высшее профессиональное образование и профессиональная переподготовка по направлениям подготовки.

Требования к направлению подготовки: в сфере закупок, а также специальности и направления подготовки, содержащиеся в ранее применяемых перечнях специальностей и направлений

подготовки, для которых законодательством об образовании Российской Федерации установлено соответствие указанным специальностям и направлениям подготовки.

Требования к стажу муниципальной службы или работы по специальности: не устанавливаются.

Главный специалист отдела ГО, ЧС и обеспечения:

Требования к уровню профессионального образования: наличие высшего образования на уровне бакалавра.

Требования к направлению подготовки: экономика и управление, менеджмент, государственное и муниципальное управление, юриспруденция, стандартизация и сертификация, системный анализ и управление, управление качеством, безопасность жизнедеятельности, защита окружающей среды, а также специальности и направления подготовки, содержащиеся в ранее применяемых перечнях специальностей и направлений подготовки, для которых законодательством об образовании Российской Федерации установлено соответствие указанным специальностям и направлениям подготовки.

Требования к стажу муниципальной службы или работы по специальности: не устанавливаются.

Главный специалист - главный бухгалтер отдела финансов и экономики:

Требования к уровню профессионального образования: наличие высшего образования на уровне не ниже бакалавра.

Требования к направлению подготовки: бухгалтерский учет, экономика, экономика и управление, финансы и кредит, юриспруденция, информатика и вычислительная техника, компьютерные и информационные науки, математика и механика, а также специальностям и направлениям подготовки, содержащимся в ранее применяемых перечнях специальностей и направлений подготовки, для которых законодательством об образовании Российской Федерации установлено соответствие указанным специальностям и направлениям

ниям подготовки.

Требования к стажу муниципальной службы или работы по специальности: не устанавливаются.

Ведущий специалист отдела финансов и экономики:

Требования к уровню профессионального образования: наличие высшего образования на уровне не ниже бакалавра.

Требования к направлению подготовки: юриспруденция, экономика и управление, информатика и вычислительная техника, компьютерные и информационные науки, математика и механика, а также специальностям и направлениям подготовки, содержащимся в ранее применяемых перечнях специальностей и направлений подготовки, для которых законодательством об образовании Российской Федерации установлено соответствие указанным специальностям и направлениям подготовки.

Требования к стажу муниципальной службы или работы по специальности: не устанавливаются.

Ведущий специалист по защите жилищных прав детей-сирот, оставшихся без попечения родителей, а также лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей отдела опеки и попечительства (0,5 ставки):

Требования к уровню профессионального образования: наличие высшего образования на уровне бакалавра.

Требования к направлению подготовки: юриспруденция, педагогика, педагогика и психология, социальная педагогика, социальная работа, а также специальности и направления подготовки, содержащиеся в ранее применяемых перечнях специальностей и направлений подготовки, для которых законодательством об образовании Российской Федерации установлено соответствие указанным специальностям и направлениям подготовки.

Требования к стажу муниципальной службы или работы по специальности: не менее 1 года по специальности.

На конкурс необходимо представить следующие документы:

- заявление;
- собственноручно заполненную и подписанную анкету по форме, установленной формы с фотографией;
- копию паспорта;
- копию диплома об образовании;
- копию трудовой книжки;
- справку о состоянии здоровья об отсутствии заболевания, препятствующего поступлению на муниципальную службу в местности, приравненной к районам Крайнего Севера (*при трудоустройстве*);
- гражданам, пребывающим в запасе: военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета);
- гражданам, подлежащим призыву на военную службу, - удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу;
- характеристику с последнего места работы.

Срок подачи заявлений на конкурс до 17:00 часов 17 мая 2024 года.

Документы необходимо предоставить секретарю конкурсной комиссии на замещение должности муниципальной службы на территории муниципального образования "Город Кедровый" Алексеевой И.Н., каб. 6 Администрации города Кедрового, телефон для справок **(838250)35-132**, формы бланков и методы оценки образовательного уровня, профессиональных деловых и личностных качеств кандидатов на замещение вакантной должности муниципальной службы размещены на официальном сайте администрации города Кедрового в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет": <http://www.kedradm.ru> в разделе "Кадровая политика" "Конкурсы на замещение должностей муниципальной службы".

Администрация города Кедрового

ВНИМАНИЕ!

Администрация города Кедрового по 17 мая 2024 года принимает заявления кандидатов на должность руководителя:

- Муниципального казенного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа №1 г. Кедрового (МКОУ СОШ № 1 г. Кедрового)

Квалификационные требования: высшее профессиональное образование по направлениям подготовки "Государственное и муниципальное управление", "Менеджмент", "Управление

персоналом" и стаж работы на педагогических должностях не менее 5 лет, или высшее профессиональное образование и дополнительную профессиональную подготовку в области государственного и муниципального управления или менеджмента и экономики, и стаж работы на педагогических или руководящих должностях не менее 5 лет.

По всем вопросам обращаться в Администрацию г. Кедрового к Алексеевой И.Н., каб. 6, телефон для справок **(838250)35-132**.

Администрация города Кедрового

«БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТСТВА»

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ И ЕГО ОСОБЕННОСТИ

Вот они, главные истины эти:

- Поздно заметили, поздно учли...
- Нет, не рождаются трудными дети,
- Просто им вовремя не помогли.

Подростковый возраст знаменуется бурным развитием и перестройкой социальной активности ребёнка. Мощные сдвиги происходят во всех областях жизнедеятельности ребёнка, не случайно этот возраст называют "переходным" от детства к зрелости.

Подростковый возраст рассматривается как этап развития личности, процесс перехода от зависимого, опекаемого детства, когда ребёнок живёт по особым правилам, установленным для него взрослыми к самостоятельной жизни.

В это время складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье. Вот почему так велика роль семейного окружения в обеспечении условий, не затрудняющих, а, напротив, способствующих здоровому развитию личности подростка.

В возрасте 13-14 лет меняется система ценностей и интересов. То, что было ценно, обесценивается, появляются новые кумиры, характер взаимоотношений с взрослыми и родителями часто носит протестный характер. В этом возрасте подростки тянутся ко всему необычному, часто увлекаются неформальными течениями. У современного подростка отмечается ярко выраженное стремление к индивидуализации, к утверждению своего "Я".

Внешне кризис возраста проявляется в грубости, скрытности, нарочитости поведения, стремлении поступать наперекор требованиям и желанию взрослых; в игнорировании замечаний, ухода от обычной сферы общения. Трудность в том, что подросток не умеет анализировать причины происходящего с ним.

В то же время перестройка отношения подростка к себе влияет не только на его эмоциональное состояние, но и на развитие его творческих способностей и удовлетворённость жизнью вообще. Учёба в это время отходит на второй план.

Самый главный вопрос подросткового возраста - половое созревание. В это время формируются психосексуальные установки

и ориентации. Подросток переживает первую любовь, у него возникают эротические фантазии и переживания. Он меняет настолько, что этот период называют "гормональной бурей" или "эндокринным штормом". Необходимы такт и терпение взрослых, их признание личной жизни сына или дочери как самостоятельно существующей сферы. Тогда возникает (или сохраняется) доверие, желание поговорить о трудностях, поделиться радостью, получить совет от близких людей, а не от друзей с улицы.

Начинается бурный, неравномерный рост, вследствие чего подросток становится диспропорциональным, неуклюжим. Организм ребёнка подвергается глубокой перестройке, причём в очень быстром темпе. Бурное физическое развитие сопровождается рядом противоречивых моментов. Часто возникает неприятие своего тела и внешности, тогда они изнуряют себя диетами, занятиями спортом, просто страдают и замыкаются в себе. Подобные явления не должны вызывать особого беспокойства у родителей, однако знать их и учитывать при организации жизни подростка необходимо.

Одним из элементов микросреды, в отношениях, формирующей личность, является семья. При этом решающим является не её состав - полная, неполная, распавшаяся, а нравственная атмосфера, взаимоотношения, которые складываются между взрослыми членами семьи, между взрослыми и детьми. В совместных занятиях не только родителям открывается характер сына или дочери, но и дети лучше узнают своих родителей. Подростку необходима совместная деятельность со взрослыми.

Будьте всегда для своего ребёнка, прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей мамой, любящим папой!



22 АПРЕЛЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
09.10 Модный приговор
0+
10.05 Жить здорово! 16+
10.50, 13.25 X/ф "ШИРЛИ-МЫРЛИ"
16+
13.45, 00.50, 01.40, 02.25, 03.05,
03.10, 04.00 Подкаст.Лаб 16+
15.00, 18.00 Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
21.45 Т/с "ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. БИТВА ЗА РОСТОВ" 12+
22.45 Большая игра 16+
23.45 X/ф "ОБЫКНОВЕННЫЙ ФАШИЗМ-2" 18+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Томск
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 "АНГЕЛЫ РАЙОНА" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.05 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" 16+
03.40 Т/с "ВЕРСИЯ" 16+

04.55 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "ПЁС" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "ГОРЯЧАЯ ТОЧКА" 16+
23.00 Т/с "СЛОВО ПАЦАНА. КРОВЬ НА АСФАЛЬТЕ" 18+
00.30 Т/с "ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ" 16+

23 АПРЕЛЯ

ВТОРНИК

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
09.05 Модный приговор
0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.45, 13.20, 18.00 Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
21.45 Т/с "ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. БИТВА ЗА РОСТОВ" 12+
22.45 Большая игра 16+
23.45 К 60-летию Театра на Таганке. "Владимир Высоцкий. "Я вышел на подмостки..." 16+
00.45 Юрий Любимов. Человек века 12+
01.40, 02.25, 03.05, 03.55 Подкаст.Лаб 16+



22 - 28
АПРЕЛЯ

ПРОГРАММА ТВ

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Томск
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 "АНГЕЛЫ РАЙОНА" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.05 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" 16+
03.40 Т/с "ВЕРСИЯ" 16+

04.55 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "ПЁС" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "ГОРЯЧАЯ ТОЧКА" 16+
23.00 Т/с "СЛОВО ПАЦАНА. КРОВЬ НА АСФАЛЬТЕ" 18+
00.30 Т/с "ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ" 16+

24 АПРЕЛЯ

СРЕДА

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
09.05 Модный приговор
0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.45, 13.20, 18.00 Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
21.45 Т/с "ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. БИТВА ЗА РОСТОВ" 12+
22.45 Большая игра 16+
23.45, 00.30, 01.15, 02.45, 03.05,
03.35 Подкаст.Лаб 16+
02.00 Подкаст.Лаб 18+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Томск
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 "АНГЕЛЫ РАЙОНА" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.05 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" 16+
03.40 Т/с "ВЕРСИЯ" 16+

РОССИЯ 1

04.55 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "ПЁС" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "ГОРЯЧАЯ ТОЧКА" 16+
23.00 Т/с "СЛОВО ПАЦАНА. КРОВЬ НА АСФАЛЬТЕ" 18+
00.30 Т/с "ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ" 16+

25 АПРЕЛЯ

ЧЕТВЕРГ

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
09.05 Модный приговор
0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.45, 13.20, 18.00 Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
21.45 Т/с "ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. БИТВА ЗА РОСТОВ" 12+
22.45 Большая игра 16+
23.45, 00.30, 01.15, 02.00, 02.45,
03.05, 03.35 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Томск
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 "АНГЕЛЫ РАЙОНА" 16+
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.05 Т/с "ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ" 16+
03.40 Т/с "ВЕРСИЯ" 16+

04.55 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "ПЁС" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "ГОРЯЧАЯ ТОЧКА" 16+
23.00 Т/с "СЛОВО ПАЦАНА. КРОВЬ НА АСФАЛЬТЕ" 18+
00.30 Поздняков 16+
00.45 Т/с "ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ" 16+

26 АПРЕЛЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости
09.05 Модный приговор
0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.45, 13.20, 18.00 Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
19.55 Куклы наследника Тутти 16+
21.00 Время
21.45 Т/с "ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. БИТВА ЗА РОСТОВ" 12+
22.45 Большая игра 16+
23.55 X/ф "ОДИН НА ОДИН" 12+
01.40, 02.25, 03.55 Подкаст.Лаб 16+
03.05 Подкаст.Лаб 18+

РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России 12+
09.00, 14.30, 21.15 Местное время. Вести-Томск
09.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 16.30 60 минут 12+
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
19.00 Тот самый Киселёв 12+
21.30 Удивительные люди. Новый сезон 12+
23.55 X/ф "ЗЕМЛЯ ЭЛЬЗЫ" 12+
02.00 46-й Московский Международный кинофестиваль. Торжественное закрытие 12+
03.00 X/ф "НАПРАСНАЯ ЖЕРТВА" 12+

04.55 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "ПЁС" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.50 ДНК 16+
17.55 Жди меня 12+
20.00 X/ф "СУДЬБА ДИВЕРСАНТА" 16+
00.00 Своя правда 16+
02.10 Квартирный вопрос 0+
03.05 Т/с "СЕМИН" 16+

27 АПРЕЛЯ

СУББОТА

05.00 Доброе утро 12+
09.00, 13.00, 16.00
Новости
09.05 Модный приговор
0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.45, 13.20 Информационный канал 16+
16.15 Давай поженимся! 16+
17.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Человек и закон 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Что? Где? Когда? 16+
22.55 Матадор 16+
00.25, 01.10, 03.55, 04.05, 04.50
Подкаст.Лаб 16+
01.45 Голос. Новый сезон. Финал. Прямой эфир 12+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
08.00 Местное время. Вести-Томск
08.20 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 12+
12.50 Доктор Мясников 12+
14.50 Юмор! Юмор! Юмор!!! 16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 Х/ф "МОРСКАЯ ЗАМОРСКАЯ" 16+
00.35 Х/ф "НАКАЗАНИЕ БЕЗ ПРЕСТУПЛЕНИЯ" 12+
04.20 Х/ф "МОСКВА-ЛОПУШКИ" 12+

07.40 Часовой 12+
08.10 Здоровье 16+
09.20 Мечталлион. Национальная Лотерея 12+
09.40 Непутевые заметки 12+
10.15 Модный приговор 0+
11.05 Повара на колесах 12+
12.15 Видели видео? 0+
14.10 Х/ф "МЕРТВЫЙ СЕЗОН" 12+
17.00 К 100-летию великого актера. "Мертвый сезон" и вся жизнь Донатаса Баниониса" 12+
18.00 Вечерние новости
19.00 Три аккорда. Новый сезон 16+
21.00 Время
23.00 Голос. Новый сезон. Финал 12+

РОССИЯ 1

06.00, 01.05 Х/ф "ОХОТА НА ВЕРНОГО" 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 12+
12.50 Х/ф "ЛЕТИ, ПЁРЫШКО" 12+
17.50 Песни от всей души 12+
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин 12+
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

04.45 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 16+
06.20 Жди меня 12+
07.20 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 Малозёмовым 12+
12.00 Квартирный вопрос 0+
13.00 Секрет на миллион 16+
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 Звезды 16+
23.10 Международная пилорама 18+
00.00 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
00.35 Квартирник НТВ у Маргулиса 16+
02.00 Дачный ответ 0+
02.50 Т/с "АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР" 16+
03.20 Т/с "СЕМИН" 16+

**28 АПРЕЛЯ
ВОСКРЕСЕНЬЕ**

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 01.05, 01.50,
02.35, 03.20, 04.05, 04.50
Подкаст.Лаб 16+
06.55 Играй, гармонь любимая! 12+



04.50 Т/с "ЛЕГАВЫЙ" 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+
12.00 Дачный ответ 0+
13.00 НашПотребНадзор 16+
14.00 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 Маска. Новый сезон 12+
23.45 Звезды сошлись 16+
01.20 Основано на реальных событиях 16+
03.05 Т/с "АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР" 16+
03.35 Т/с "СЕМИН" 16+



ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ



ИП АКИМОВ М.М. "Каролина". Ежедневные пассажирские перевозки по маршруту Кедровый - Томск - Кедровый на микроавтобусе "ToyotaRegius". Выдаются билеты, электронные чеки.

Цена билета взрослого 2200 рублей, детского - 2000 рублей. Предварительная запись по телефону диспетчера: **8-913-885-8231.**

ИП "Верхунова Александра Георгиевна". Ежедневные пассажирские перевозки на а/м Газель по маршруту Томск - Кедровый - Томск. Выдаются билеты, кассовые чеки.

Стоимость проезда составляет 2200 рублей. Детям до 7 лет 2000 рублей. Телефон диспетчера: **8-913-800-0587.**

На правах рекламы

О НАЧАЛЕ ПОЖАРООПАСНОГО СЕЗОНА



Согласно постановлению Администрации Томской области от 12.04.2024 № 135а "О начале пожароопасного сезона 2024 года на территории Томской области", с **15 апреля 2024 года** на территории Томской области установлен пожароопасный сезон.

Обращаем ваше внимание на соблюдение обязательных требований пожарной безопасности. Будьте аккуратны и бдительны! Будьте предельно осторожны с огнем, выезжая на природу, в лес, на дачных и приусадебных участках строго соблюдайте правила пожарной безопасности.

Нарушение правил пожарной безопасности в пожароопасный период влечет за собой не только административную, но и уголовную ответственность.

ПОМНИТЕ! Только строгое соблюдение требований пожарной безопасности может предупредить пожары и не допустить беды!

Памятка о правилах безопасности в лесу в пожароопасный сезон
Причиной более чем 90 % лесных пожаров является неосторожное обращение с огнем. Каждый лесной пожар - стихийное бедствие, которое наносит огромный экономический ущерб, приводит к гибели большого количества зверей и птиц, наносит непоправимый урон природе. Главные причины возникновения лесных пожаров - человеческий фактор и погода - жара, сухие грозы и ветер.

Главный специалист отдела ГО, ЧС и обеспечения Администрации г. Кедрового

Выражаем искренние глубокие соболезнования родным и близким в связи с потерей **Надежды Алексеевны Калугиной**. У каждого, кто знал и работал с Надеждой Алексеевной, она останется в памяти как глубоко порядочный, грамотный, честный и ответственный человек.

Надежда Алексеевна была добрым, светлым, душевным, жизнерадостным и активным человеком.

Это невосполнимая утрата для нас всех. Нам всем будет не хватать её доброго взгляда и улыбки. Пусть её душа покоится с миром. Скорбим вместе с Вашей семьёй.



Сотрудники Центра социальной поддержки населения

Глубоко скорбим и выражаем искренние соболезнования Гришмановской Светлане Валентиновне в связи со скоротечным уходом из жизни супруга **Василия Алексеевича**. Сочувствуем Вашей печали.

Выпускники 2006 года

Коллектив МКОУ СОШ № 1 г. Кедрового выражает глубочайшее соболезнование Гришмановской Светлане Валентиновне в связи с невосполнимой утратой мужа, **Гришмановского Василия Алексеевича**. Дай Бог Вам сил, Светлана Валентиновна. Скорбим вместе с Вами.

Семья Гришмановских выражает сердечную благодарность жителям города Кедровый, многочисленным друзьям, коллегам, нашим выпускникам, родителям учащихся 7 а класса - всем, кто разделил вместе с нами горечь утраты в дни скорби и прощания с нашим отцом, братом, дедом, моим мужем - **Василием Алексеевичем**.



ЛИТРЕС - КРУПНЕЙШИЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ РЫНКА ЭЛЕКТРОННЫХ И АУДИОКНИГ

Несмотря на переполненность информационного пространства, за последние годы россияне стали читать больше. Согласно исследованию ВЦИОМ, более половины наших соотечественников читали книги в течение последних трёх месяцев. Поменялся источник получения литературы. Вместо привычной книги читатели предпочитают не тратить время на посещения библиотеки, а ищут электронные книги. Это же доказывает и обзор статистики с сайта одной из электронных баз данных с художественными и другими популярными изданиями.

Электронная библиотека "ЛитРес" - крупнейший полнотекстовый ресурс, содержащий электронные и аудиокниги. Тематический охват радует - художественная, детская, научно-популярная, публицистическая литература, издания деловой и образовательной тематики, книги по психологии, эзотерике, медицине, спорту - на любой вкус и желание.

АССОРТИМЕНТ НАСЧИТЫВАЕТ:

- 1 000 000 электронных книг на русском и иностранных языках;
- 48 000 бесплатных книг;
- 65 000 аудиокниг;
- 5 000 новых книг каждый месяц.



Ежемесячная аудитория сервисов компании составляет 12,5 миллионов человек, которые скачивают более 1,5 миллиона книг в месяц.

С 2012 года действует проект "ЛитРес: Библиотека", который позволяет читателям традиционных библиотек получить бесплатный доступ практически ко всем электронным и аудиокнигам, представленным на портале ЛитРес.

Для наших читателей города Кедрового и села Пудино четвертый год предоставляется бесплатный удаленный доступ к коллекции книг, приобретенных ТОУНБ.

ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ ИЗДАНИЯ с "ЛитРес":

- Зарегистрируйтесь как пользователь в одной из муниципальных библиотек,

- заполните регистрационную форму для пользователя ЛитРес,
- получите логин и пароль для доступа на электронную почту,
- пользуйтесь ресурсами "ЛитРес" на сайте или через мобильные устройства.



Полученные электронной почтой логин и пароль используются при авторизации в мобильных приложениях, которые позволяют заказывать, покупать и читать книги без персонального компьютера. Кроме того, если выбранная вами книга не входит в фонд ТОУНБ, вы можете запросить её, и библиотека приобретёт экземпляр, которым вы сможете воспользоваться по общим правилам. Будьте готовы к тому, что ваш запрос может быть и отклонён. Сообщение об этом вы получите на электронную почту.

ПРАВИЛА РАБОТЫ С БИБЛИОТЕКОЙ:

- Единовременно читатель может взять до трёх книг из фонда библиотеки в случае отсутствия на них очереди.
 - Если на книгу есть очередь, она может быть выдана позже.
 - Библиотека может отклонить запрос, если у читателя уже есть 3 другие книги или книга не включена в фонд библиотеки.
 - Книга выдаётся на 14 дней. Она автоматически вернётся в библиотеку по истечении этого срока. Чтобы продолжить читать книгу через 14 дней, необходимо повторить запрос. Чтобы вернуть книгу раньше срока, необходимо в разделе "Мои книги" выбрать функцию "Убрать в архив". Она вернётся в фонд библиотеки на следующий день.
 - Читателям младше 18 лет книги выдаются в соответствии с возрастными ограничениями.
 - Если читатель заказал более 30 книг в течение одного дня, его аккаунт может быть заблокирован.
 - Выполнение своих запросов читатель может проверить на сайте <https://biblio.litres.ru/> в разделе "Мои книги / Библиотечные".
- Наслаждайтесь чтением литературы в комфортной обстановке своего дома, исключая при этом необходимость посещения самой библиотеки.

Обзор подготовила О.А. ЛУШНИКОВА

МУ «КЕДРОВСКАЯ ЦБС»

ПРИГЛАШАЕМ НА УЧАСТИЕ В КОНКУРСЕ "ЧИТАЕМ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ-2024"

В 2024 году Законодательная Дума Томской области продолжает традицию проведения областного конкурса на лучшую читающую семью в Томской области "Читаем всей семьей" в 2024 году. В этом году конкурс приурочен к Году семьи, объявленному Президентом Российской Федерации.

До 31 мая муниципальные библиотеки принимают творческие и исследовательские работы от семей, желающих участвовать в конкурсе. Лучшие работы пройдут во второй (областной) этап, который проводится заочно до 31 августа.

В соответствии с Положением конкурсная работа должна представлять собой результат совместной деятельности семьи (самостоятельность и творческий личностный подход каждого члена семьи, исследовательская, поисковая деятельность, совместное чтение, обсуждение темы и т.п.) и выполнена в любом литературном жанре и стиле, основанная на прочитанной литературе, иных источниках, включая архивные (в том числе семейные архивы), музейные, библиотечные и другие.

Номинации конкурса:

1) "Моя семья в истории города, села" - конкурсная работа представляет собой сочинение, исследовательскую работу о вкладе семей в развитие родного края, о деятельности и достижениях отдельных членов семей в разные годы, их влиянии на социальную, экономическую или культурную жизнь малой родины;

2) "Все начинается с семьи" - конкурсная работа представляет собой сочинение, исследовательскую работу о семейных ценностях и отношениях, о любви, о влиянии традиций на формирование личностных характеристик членов семьи;

3) "Традиции и ценности моей семьи" - конкурсная работа представляет собой сочинение, исследовательскую работу об уникальных семейных традициях, которые переходят из поколения в поколение, объединяют родственников, отличают семью друг от друга - проведение праздников, путешествия, занятия спортом, сохранение семейных реликвий, семейное чтение и другое;

4) "Семья на страницах литературных произведений" - конкурсная работа представляет собой сочинение, исследовательскую работу, которая отразит художественные произведения о семьях

и взаимоотношениях поколений, расскажет о роли этих книг и их влиянии на членов семьи;

5) "Семья в жизни и творчестве писателей, художников, композиторов ..." - конкурсная работа представляет собой сочинение, исследовательскую работу о том, как семья формировала и влияла на талант и работу писателей, художников, композиторов, о роли семьи в создании благоприятной атмосферы для творчества.

На титульном листе конкурсной работы указываются следующие данные:

1. наименование конкурсной работы;
2. номинация, на которую претендует участник Конкурса (может быть изменена конкурсной комиссией при отборе победителей);
3. фамилия участника Конкурса - семьи (например, "Семья Ивановых", либо возможно указание двойной фамилии, например, "Семья Ивановых-Сидоровых");
4. муниципальное образование и населенный пункт, от которого представляется участник Конкурса;
5. полное наименование организации, являющейся организатором Конкурса на его первом этапе, а также фамилия, имя, отчество и полное наименование должности специалиста данной организации, подготовившего семью к участию в конкурсе.

К конкурсной работе прилагается анкета участника конкурса и согласие на обработку персональных данных по формам, установленным Положением, которые можно получить в городской или сельской библиотеках. Отдельно могут быть представлены иные творческие работы участников Конкурса (рисунки, плакаты, поделки, иное) либо файлы с копиями их изображений, видеоролики, презентации, другой творческий материал. Отсутствие данного материала не влияет на оценку конкурсной работы.

Материалы, используемые при написании конкурсной работы, не должны составлять государственную, служебную или иную тайну, нарушать законодательство о защите персональных данных, противоречить общепринятым этическим нормам.

Семьи, желающие принять участие в конкурсе, направляют анкеты и конкурсную работу в кедровскую или пудинскую библиотеку.

Кедровская ЦБС

ПАМЯТНЫЕ ДАТЫ ВОЕННОЙ ИСТОРИИ РОССИИ

19 АПРЕЛЯ 1783 ГОДА - ДЕНЬ ПРИНЯТИЯ КРЫМА, ТАМАНИ И КУБАНИ В СОСТАВ РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ

В этот день императрица Екатерина II подписала высочайший Манифест "О принятии полуострова Крымского, острова Тамана и всей Кубанской стороны под Российскую Державу". В Манифесте Екатерины говорилось о "счастлимом превращении из мятежа и неурядицы в мир, тишину и порядок законный".

Крым с середины XV в. входил в состав Крымского ханства, находившегося с 1475 г. в зависимости от Османской империи. С начала XVI в. крымские татары совершали набеги на русские рубежи. Из-за постоянной угрозы со стороны Крымского ханства Россия была вынуждена содержать на границе большое количество войск. Стремление к обеспечению безопасности южных рубежей со временем стало одним из важных направлений внешней политики России. Для его реализации состоялись Крымские походы 1687 и 1689 гг. под командованием князя В.В. Голицына, Азовские походы Петра I 1695 и 1696 гг., война 1735-1739 гг.

В ходе Русско-турецкой войны 1768-1774 гг. Крым был занят войсками под командованием генерал-аншефа В.М. Долгорукова. По Кючук-Кайнарджийскому мирному договору 1774 г. Крымское ханство объявлялось независимым от Турции. К России отходили земли в Приазовье, крепости Керчь и Еникале в Крыму и Кинбурн в устье Днепра. После подписания договора ситуация в Крыму была неопределённой и сложной. Турция, хотя и согласилась на признание независимости Крымского ханства, пыталась влиять на его внутреннюю жизнь и готовилась к новой войне с Россией. Хан Шагин-Гирей, утвердившись на престоле при поддержке русских войск, проводил реформы по европеизации государства и армии, вызывая недовольство подданных.

Внутриполитическая нестабильность Крымского ханства ставила перед правительством Екатерины II задачу присоединения Крыма к России. Важная роль в решении крымского вопроса принадлежала



видному государственному деятелю Г.А. Потёмкину. В конце 1782 г., оценивая преимущества присоединения Крыма к России, он писал Екатерине II: "Крым положением своим разрывает наши границы... Вы обязаны возвысить славу России... Приобретение Крыма ни усилить, ни обогатить Вас не может, а только покой доставит".

25 декабря 1782 г. Екатерина II подписала "секретнейший" рескрипт на имя Г.А. Потёмкина, в котором говорилось о необходимости разрешить раз и навсегда

крымский вопрос включением Крыма в состав Российской империи.

В феврале 1783 г. хан Шагин-Гирей, лишившийся поддержки подданных, отрёкся от престола. Екатерина II Манифестом от 19 апреля 1783 г. объявила, что полуостров Крымский, Тамань и Кубань "приняты под державу Российскую". В документе говорилось о многочисленных нарушениях Османской империей Кючук-Кайнарджийского мирного договора в статьях, касающихся независимости Крымского ханства. Этот документ должен был храниться в тайне до того, как присоединение ханства станет свершившимся фактом.

28 июня (9 июля) 1783 г. близ Карасубазара (ныне г. Белогорск) на вершине горы Ак-Кая Потёмкин принял присягу крымской знати и представителей всех слоёв населения Крыма на верность России. Жителям Крыма объявили волю императрицы и дарованные новым подданным права: "... обещаем свято и непоколебимо за себя и приемников престола Нашего содержать их наравне с природными Нашими подданными, охранять и защищать их лица, имущество, храмы и природную их веру".

Присоединив Крым, Россия обезопасила свои южные границы, получила выход в Чёрное море. Началось хозяйственное освоение новых территорий, строительство новых городов, создание военного флота на Чёрном море.

МУ "Кедровская ЦБС" библиотекарь Л.В. КАРПОВА
Информация взята из открытых источников

КАК ПОДДЕРЖАТЬ ОРГАНИЗМ ВЕСНОЙ

Казалось бы, сейчас самое время наслаждаться пробуждением природы и радоваться жизни, но, к сожалению, это не всегда удаётся.

После испытаний сугробами и морозами у организма "садится батарейка".

Как поддержать себя в межсезонье?

Ешьте свежие фрукты и овощи

Когда организм ослаблен, он становится "лёгкой добычей" для инфекций. Здесь незаменимой оказывается дополнительная порция витаминов. Поэтому употребляйте больше свежих фруктов и овощей - из них мы получаем аскорбиновую и фолиевую кислоту, а также каротин. Кстати, такая диета поможет не только набраться сил, но и похудеть и нейтрализовать последствия зимнего увлечения сладостями. Да, быстрые углеводы умеют повышать настроение, но при этом они приносят вялость.

Разнообразьте рацион

Однообразная пища, употребление полуфабрикатов, рафинированных продуктов, консервов, строгие диеты, приём лекарств лишают организм витаминной поддержки. Помните, что помимо фруктов и овощей необходимо есть мясо, печень, почки, яйца, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб грубого помола, а также крупы - гречневую, овсяную, пшено, бурый рис. Тогда питание будет полноценным.

Добавьте "солнечный" витамин

Одна из причин весеннего упадка сил - недостаток света, который организм испытывает зимой. Поэтому сейчас нужно использовать все преимущества солнечного света и ежедневно находить время для дневных прогулок, хотя бы небольших. Помимо этого, необходимо поддерживать достаточный уровень витамина D с помощью пищевых добавок и питания. Он содержится в жирной рыбе (лосось, сельдь, скумбрия, печень трески), продуктах из коровьего молока и яичных желтках.

Делайте точечный массаж

Массаж активных точек лица способен помочь организму укрепить иммунитет и лучше усваивать витаминные добавки. Поло-



жите обе ладони на лицо так, чтобы средние пальцы оказались в точках над бровями, указательные - на висках, безымянные сошлись на переносице, мизинцы - над верхней губой, а большие - под челюстью. Каждое утро, сразу после пробуждения, массируйте точки круговыми движениями: семь раз по часовой стрелке, семь раз - против.

Больше двигайтесь

Двигательная активность способна буквально творить чудеса - улучшает циркуляцию крови, активизирует обмен веществ и даже нормализует гормональный фон и улучшает настроение. Причём вовсе не обязательно изнурять себя многочасовыми тренировками или длительными пробежками до потери пульса. вполне достаточно прогулки или нескольких приседаний у открытого окна. Этого хватит, чтобы вернуть бодрость телу и "подкормить" его кислородом.

Используйте контрастный душ

Если с утра вы чувствуете себя недостаточно бодро и буквально спите на ходу - попробуйте принимать контрастный душ. Для начала чередуйте тёплую и прохладную воду два раза. Начинать нужно сверху, но если у вас часто бывает повышенное давление, то начинайте обливание с ног, постепенно поднимая душ всё выше. Дополнительный бонус - эта техника не только помогает взбодриться и повысить упругость кожи, но также укрепляет сердце и сосуды, способствует профилактике гриппа.

Важно помнить:

В некоторых случаях весенний упадок сил может быть связан с серьезными нарушениями в работе организма. Например, усталость может быть вызвана сбоем в работе щитовидной железы или недостатком железа в крови. Бывает, что дефицит одного или нескольких витаминов связан с нарушением их всасывания в желудочно-кишечном тракте. В общем, медицинских причин может быть множество. В этом случае опасно заниматься самолечением и требуется консультация квалифицированного специалиста.

По материалам сайта "ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ"
(<https://здоровое-питание.pdf>)

22 – 28 апреля МУ «КУЛЬТУРА»

- 22.04.** «Дом под крышей голубой»
КВН, посвящённый Дню Земли / ДШИ
- 22.04. – 31.04.** «Сибиряками славится Россия»
Историко-краеведческий квиз
/ Историко-краеведческая экспозиция
- 23.04. – 30.04.** «Черная быль – светлая надежда»
Тематическая выставка ко Дню Чернобыльской трагедии
/ Центральная библиотека
- 24.04.** «Веточка вербы»
Мастер класс для детей / ДК с.Пудино в **16:00 час.**
- 24.04. – 30.04.** «Жизнь и творчество Набокова»
Книжная выставка к юбилею В.В. Набокова
/ Библиотека с.Пудино
- 25.04.** «Первая капель»
Конкурс. Гала-концерт. Награждение / ДШИ
- 26.04.** «Вербное воскресенье»
Посиделки 50+ / ДК с.Пудино в **14:00 час.**
- 26.04.** «Пожарная машина»
Мастер-класс кружка «МастерОк»
/ Библиотека с.Пудино в **15:00 час.**
- 27.04.** Детская игровая программа
ДК г.Кедрового в **14:00 час.**
- 27.04.** «Традиционные семейные ценности»
Клуб «КнигоЛюб» и творческая мастерская
/ Центральная библиотека в **15:00 час.**
- 27.04.** «Открытка Первомай»
Мастер-класс для детей / ДК с.Пудино в **16:00 час.**

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

Чт 18 апр	Пт 19 апр	Сб 20 апр	Вс 21 апр	Пн 22 апр	Вт 23 апр	Ср 24 апр	Чт 25 апр
+12° +5°	+9° -4°	+9° +4°	+18° +6°	+8° -1°	+4° -4°	+3° -4°	+6° 0°
Дождь	Облачно с прояснениями	Облачно с прояснениями	Небольшой дождь	Пасмурно	Пасмурно	Пасмурно	Пасмурно



Учредитель газеты Муниципальное образование
«Город Кедровый»

Ответственный за выпуск **ШАПОВАЛОВА Е.П.**

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**

Е-mail: vkedr@tomsk.gov.ru

Выходит еженедельно по четвергам. Цена свободная.

Тираж 200 экз.

Компьютерная верстка: Корницел Е.А.

Отпечатано на ризографе RISO, г. Кедровый.

Подписано в печать 17.04.2024

0+