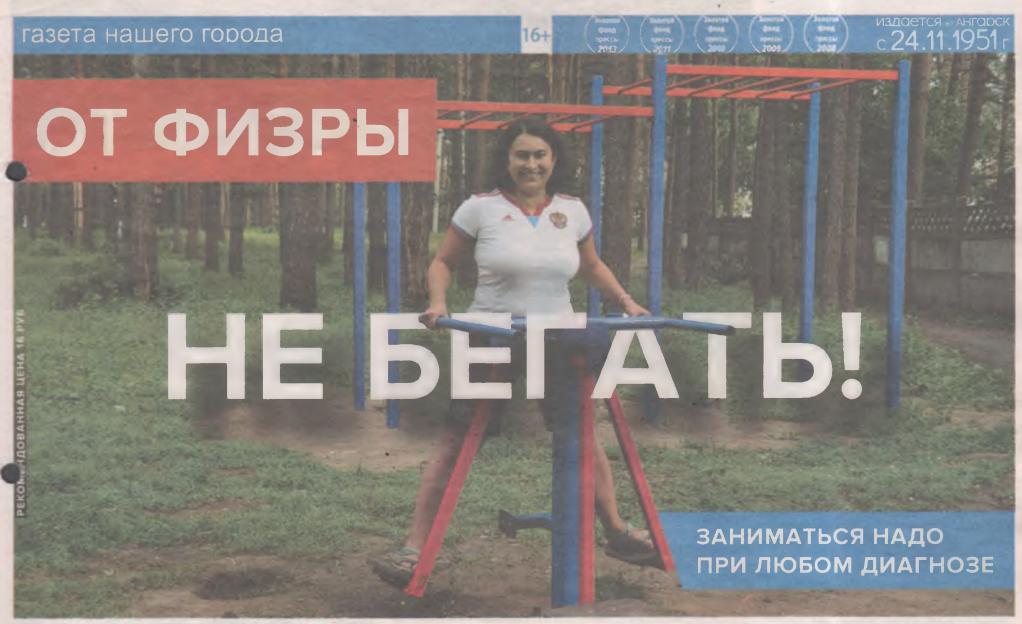
# ВРЕМ По нам прост

Нам просто необходим гетвёртый месяц лета!



У 40-летней Натальи ГУБАРЬ, учителя физкультуры школы № 6, нет медкарты. Наталья считает ее лишним документом по причине железного здоровья. Как ей это удалось? Рассказываем.

портсменка, мастер спорта по вольной борьбе, 16 лет она работает в школе, причём не в обычной, а той, где учатся дети с ограниченными возможностями здоровья. Наталья Александровна, наверное, единственный школьный учитель в нашем городе, прошедший переподготовку на тренера по адаптивной физкультуре. Это означает, что она умеет подобрать на уроке упражнение каждому ученику не-

зависимо от его диагноза.

- У меня на уроках никто не сидит. Сейчас по ФГОСам (федеральным госстандартам. – Прим. авт.) вообще освобождения от физкультуры нет. Ребёнок приносит справку от врача с диагнозом, а я подбираю ему комплекс упражнений. Когда родители начинают возмущаться, отвечаю: не подписывайте ребёнку приговор, он и так у вас весь день сидит! – объясняет Наталья

Она знает, что говорит. Сама мать троих детей. Все - спортсмены. Старшая 19-летняя дочь - кандидат в мастера спорта по дзюдо, учится в училище олимпийского резерва, параллельно в институте физической культуры. Вторая дочь, 16 лет, и сын, 9 лет, тоже занимаются борьбой.

Супруг Сергей - тренер, мастер спорта по дзюдо спортшколы «Ермак».

- Сколько себя помню, все в нашей семье занимались спортом. Маме сейчас 73 года, она до сих пор много ходит, прыгает через скакалку, делает дома упражнения по полчаса каждый день и прекрасно выглядит, - делится

Наталья Александровна. - Мы привыкли жить всегда в движении. У меня нет ни отпуска, ни выходных. Я тренирую детей по самбо, у нас соревнования, сборы.

С 2015 года школа № 6 реализует федеральный проект «Самбо в школе», включая этот вид спорта даже в уроки. А недавно «шестёрка» выиграла грант на проведение в своих стенах соревнований по бочче для инвалидов.

Самые благодарные ученики Натальи Александровны – те самые особые ребята. Уж они с уроков физкультуры не сбегают и форму не забывают. Для них физкультура важна как тарелка каши по утрам. Без неё зачахнешь. Не ждите особого случая, не ждите, когда здоровье подаст сигнал, выходите заниматься уже сегодня. Начните с простого: ходьба не менее 10 тысяч шагов в день. Пока ходите, присмотрите поблизости спортивную площадку с уличными тренажёрами, сейчас они есть во многих дворах. Простые в использовании и бесплатные. Занимайтесь, пока тепло. А зимой берите лыжи - и в парк! Ну и зарядку дома никто не отменял. Комплекс простых, но полезных упражнений от Натальи Губарь на

странице 5.

Анастасия ТЮЛЬПАНОВА, фото Николая СТЕРНИНА

#### ВОПРОС ДНЯ: КАКИМ СПОРТОМ ВЫ ЗАНИМАЕТЕСЬ



Анастасия НЕЧИТАЙЛО, председатель ТСЖ:

- Я много хожу по работе. Известно, что для физической поддержки организма` нужно каждый день проходить 10 тысяч шагов, это примерно 8 км. Я свои шаги не считаю, но, думаю, это расстояние каждый день прохожу. Наверное, такое не каждый осилит, но у меня сила есть раньше я дзюдо занималась.



пойманова, начальник Ангарского железнодорожного вокзала:

К сожадению, никаким. Я на работе настолько устаю морально, что на физкультуру не остаётся никаких сил. И дачи у меня, к сожалению, нет, на грядках поупражняться не могу. Но у меня есть и желание, и настрой, и я даю себе строгий наказ начать завтра.



марина ХАКШИНОВА, пенсионерка, бывший замдиректора центра «Гармония»:

- В детстве занималась легкой атлетикой, а сейчас зимой хожу к тренеру на растяжку, йогу и цигун. Болей в коленях как не бывало. А летом мне на огороде хватает физической нагрузки. Вообще стараюсь в жизни быстро и много двигаться. Это и для фигуры хорошо, и для сердца.



игорь КОРНИЕНКО, писатель:

- Занимаюсь в основном спортивной ходьбой вокруг рабочего стола. Когда пишу, то не могу сидеть на одном месте, мне нужно ходить. Пробовал замерять - не один километр по квартире наматываю.



Светлана СЕРЕДКИНА, председатель СНТ «Ясная поляна»:

- В 2014 году мы купили дачу, и вот уже семь лет у меня два раза в неделю тренировки проходят. На грядках по нескольку часов подряд. Работаю с удовольствием, получаю хороший заряд бодрости, который помогает мне решать вопросы садоводства.

Фото из архива героев

ПОДСКАЗКА

#### Куда сходить?

#### 14 АВГУСТА, СУББОТА

День физкультурника. Праздники для любителей здорового образа жизни пройдут в Мегете, Одинске, Савватеевке, микрорайонах Китой, Цементный, Юго-Восточный, Новый-4, а также на площадках в кварталах 22.73. 76, 82, 88, микрорайонах 8, 9, 10, 12, 15, 29, 32.

Ярмарка «Академия на грядках». Площадь Ленина, начало в 12.00.

. Выставка прикладного творчества «Такое короткое лето». Художественный центр (80 квартал, 4). Расписание: со вторника по субботу, с 10.00 до 18.00.

#### 15 АВГУСТА, ВОСКРЕСЕНЬЕ

Бесплатная экскурсия в музей «Тельминская фабрика». Добраться до посёлка Тельма можно маршруткой или электричкой до станции Тельминка. Необходима запись по телефону 8 964 223-23-16.

Показ спектаклей «Буратино» (в 13.00), «Штраус-гала, Сказки венского леса» (в 15.00)-в виртуальном концертном зале. 17 микрорайон, дом 4, читальный зал центральной городской библиотеки.

#### 16 АВГУСТА, ПОНЕДЕЛЬНИК

Выставка фотожурналиста, заслуженного работника культуры Иркутской области Николая БРИЛЯ, посвященная предстоящему 75-летнему юбилею мастера, 60-летию его творческой деятельности и 360летию Иркутска. Музей истории Иркутска (ул. Франк-Каменецкого, 16а), с 10.00 до 18.00.

#### 17 АВГУСТА, ВТОРНИК

Открытие выставки работ учеников детской художественной школы №1 «Я выпускник». Художественный центр (80 квартал, 4). Начало в 16.00.

«Прогулки по старому Иркутску». Тема «Путч 1991 года». Авторы приглашают вспомнить, что было в Иркутске ровно тридцать лет назад, как себя чувствовали люди, о чем думали, сколько раз смотрели балет «Лебединое озеро», какие песни пели на концерте БГ. Встреча состоится у памятника первому всенародно избранному губернатору Иркутской области Юрию НОЖИКОВУ (угол улиц Сухэ-Батора и Горького). Начало в 18.00.

Прямая линия с губернатором Игорем КОБЗЕВЫМ. Начало в 18.00. Трансляцию можно посмотреть в эфире местного ТВ и канала «Россия 24».

#### **ДИАГНОЗ**



## Половина жителей области привита от ковида



- Почему вы не надеваете парашют?
- Да ну, побочки всякие могут быть - спину натру, еще ченить, да и гарантии нет 100%-ой, вдруг не

По данным на 12 августа, в Иркутской области первый компонент вакцины от ковида поставили 50,18% жителей региона, второй - 41%. Целевой уровень должен составить 60%. Такой уровень вакцинации уже есть у медработников области.

о последним данным, регионами-лидерами по темпам вакцинации стали Архангельская, Белгородская. Псковская и Самарская области, а также Чечня и Ингуше-

По информации Якова САН-ДАКОВА, министра здравоохранения Иркутской области, сегодня вакцина есть во всех районах региона. Пациентам предлагают на выбор «Спутник V», «ЭпиВак-Корону», «Спутник Лайт» для ревакцинации.

Губернатор Иркутской области Игорь КОБЗЕВ встретился с главврачом больницы № 40 в Коммунарке Денисом ПРО-ЦЕНКО, обсудил с ним систему сопровождения заболевших коронавирусной инфекцией и договорился об обучении врачей Иркутской области в знаменитой московской больнице.

Денис Проценко:

- Ситуация постоянно меняется, поэтому обучение друг друга, обмен опытом - это единственно возможное решение, чтобы дальше справляться с распространением инфекции.

К сожалению, возможности медицины небезграничны, территория региона очень большая, порой медикам просто не хватает времени, чтобы спасти пациентов при тяжёлой или молниеносной форме COVID-19, поэтому призываю всех вакцинироваться. Это залог сохранения вашей жизни.

По информации оперштаба Иркутской области, за 12 августа зарегистрированы 404 новых случая ковида, 232 человека выздоровели, 13 августа заболели 400, выздоровели 276 человек. В Ангарске: 12 августа заболели 25 человек, 13 августа - 18 человек.

Ольга КРАСНОВА, фото Николая СТЕРНИНА

#### СКАЗАНО!

Задача вакцинации от коронавируса - взять эпидпроцесс под контроль, но это не означает, что при достижении коллективного иммунитета удастся полностью победить вирус. Элиминации - снижения заболеваемости до нуля - вряд ли удастся достичь, заявил РИА Новости врач-инфекционист Евгений ТИМАКОВ.

Ранее издание Guardian со ссылкой на руководителя оксфордской группы по созданию вакцины от коронавируса, сотрудничающей с AstraZeneca, профессора Эндрю ПОЛЛАРДА сообщало, что вариант коронавируса «Дельта» делает невозможным формирование коллективного иммунитета от COVID-19, так как будут заражаться уже привитые.

«Задача вакцинации не убить вирус, мы его никогда не уничтожим, он все равно будет оставаться. Мы проводим вакцинацию, чтобы не было тяжелых осложнений. Задача вакцинации - снизить количество заболевших одномоментно, чтобы можно было жить спокойно», - сказал Тимаков.

Он отметил, что вакцинация необходима, чтобы взять эпидпроцесс под контроль, но это не означает, что получится справиться с вирусом полностью, он в любом случае будет циркулировать в популяции, видоизменяясь.

Отвечая на вопрос, удастся ли достичь когда-нибудь элиминации вируса, Тимаков ответил, что полной нет.

РИА Новости

17 августа, в 18.00, пройдет прямая линия с губернатором Иркутской области Игорем КОБЗЕВЫМ.

Вопросы можно направлять через сайт https://кобзевлиния2021.pф. Возможно, именно на ваш вопрос Игорь Кобзев ответит в прямом эфире. Если не ответит, то после прямой линии все обращения передадут в профильные ведомства.

Трансляцию прямой линии можно посмотреть на сайтах «АИСТ ТВ», «Вести Иркутск», «НТС», «ТИВИСИ», «ИРТ», «БСТ» и «Актис», на телеканале «Россия 24», на Ютюб-канале Вести-Иркутск, информационных порталах «IRK.ru», сайте газеты «Областная».

С 9 августа в Иркутской области возобновлена деятельность детских игровых комнат и развлекательных центров. Соответствующие изменения внес губернатор Игорь КОБЗЕВ. сообщает пресс-служба регионального правительства. При этом некоторые ограничения по работе детских центров все еще остаются: заполнение помещения посетителями не более 50% от нормы, соблюдение социальной дистанции 1,5 метра, соблюдение ограничений и предписаний, предусмотрен-



ных правилами поведения при введении режима повышенной готовности в регионе.

Кроме того, возобновляется проведение профилактических медосмотров и диспансеризации. Соответствующая норма указа об их приостановке признана утратившей силу.

> Собств. инф., фото Николая СТЕРНИНА

Дата Ангарск Байкальск Братск Иркутск Черемхово 16.08.2021 г. ночь +17 переменный, ночь +17 западный, ночь +14 переменный, ночь +17 переменный, ночь +18 переменный, ночь + 17 ДД: 14:40 западный, день +23 восход 05:46 заход 20:26 день +19 день +22 1-2 M/C день +21 2-3 M/C день +22 1-4 M/C 2-4 M/C 1-4 M/C день +22 1-4 M/C 17.08.2021 г. переменный. ночь +16 ночь +13 переменный. ночь +17 переменный, ночь +17 2-5 м/с день +18 переменный. ночь +17 ДД: 14:36 переменный. переменный, ночь +17 восход 05:48 заход 20:24 **день** +19 2-6 M/C 1-2 M/C день +18 день +21 день +18 1-3 M/C 2-3 M/C 1-2 M/C день +20 18.08.2021 г ночь +13 северосеверосеверопеременный, ночь +13 переменный, ночь +14 ночь +15 ДД: 14:33 переменный, ночь +13 ночь +14 западный, западный, западный, восход 05:49 заход 20:22 4-6 M/C . 4-7 M/C лень +18 4-6 M/C день +16 день +20 день +17 день + 16 3-6 M/C 6-8 м/с

По данным www.gismeteo.ru

## Кинотеатр во дворе,

#### или Как подружить соседей

...Вечер обычного рабочего дня. Во дворе большой многоэтажки смеркается. Детвора вопреки обыкновению не расходится, а только собирается. Галдит, шуршит чипсами. На ене трансформаторной будки - прямоугольник света. Все готово к тому, чтобы показать во дворе... мультфильм.

ультфильм во дворе дома № 2 в 12а микрорайоне показывают уже пятый раз. Первый сеанс приурочили к дню рождения ПУШКИ-НА. Смотрели «Сказку о царе Салтане». В День России показывали «Три богатыря», к просмотру присоединились и взрослые. Организаторы поняли, что для хорошего дела особый повод не нужен, и стали показывать мультфильмы во дворе регулярно. В этот раз показывают мультик «Босс-молокосос», дети смотрят, не отрываь хотя вышел он четыре года азад и многие наверняка его уже видели. Да и вообще мультиками сейчас никого не удивишь - и по телевизору, и по компьютеру, и на планшете, и в телефоне - хоть как можно посмотреть.

- Мы давно с соседями говорили, что было бы здорово показывать во дворе фильмы и мультики. В моем детстве я такое застал — во двор приезжал специальный автобус, собирались все. А потом выяснилось, что у одного из жителей дома есть возможность предоставить нам и проектор, и колонку. Решили попробовать, - рассказывает нашей газете председатель территориального общественного самоуправления «12А» Сергей ЗАГВОЗДИН.

Для кинотеатра во дворе по-



ANGVREMYA.RU

надобится ноутбук, проектор, колонка, стойка для нее, удлинители. К электропитанию подключаются у соседнего подъезда. Вместо экрана - белая стена трансформаторной будки. Общественники из Цемпоселка, где тоже устраивали уличный кинотеатр, подсказали не использовать для этих целей баннер - он поглощает свет.

- В первые сеансы я приходил на два часа раньше все настроить. Проводили мы и пробный 10-минутный показ, но совсем технических накладок все равно не удалось избежать. Однажды во время показа у меня начал перезагружаться ноутбук, пришлось прерываться, - вспоминает Сергей.

В будущем ТОС «12А» плани-

рует подать этот проект на грант, чтобы получить финансирование на покупку более мощного проектора. Такой позволил бы устраивать кинопоказы и днем. Купили бы и карематы (туристический коврик), чтобы все могли устроиться удобно.

Сейчас каждый на сеанс приходит со своим - кто с ковриком, кто с креслом, кто с пледом. Но даже злющие комары, которые особенно одолевают нас этим летом, хорошей компании и интересному времяпрепровождению не помеха. Взрослые снабжают детей соками, чипсами, опрыскивают репеллентами. В следующий показ, когда похолодает, организаторы планируют подать горячий чай.

- Конечно, мультики можно

и дома посмотреть. Но во дворе с другими ребятами это совсем другие ощущения. Главная ценность таких мероприятий в том, что люди становятся дружнее, сплоченнее, знакомятся друг с другом. Дети собираются разных возрастов, с нескольких дворов, как было это в прежние времена, говорит Александра ПОНОМАРЕ-ВА, зампредседателя ТОС «12А». Большинство зрителей были из дома № 2 - к дворовым мероприятиям они привычные, здесь их уже несколько лет организует ТСЖ «Новая жизнь», которое занимается обслуживанием дома. Но с каждым разом все больше жителей приходят со всего ми-

- Мы из соседнего двора и давно хотели прийти сюда на мультик, потому что дома дети сидят поодиночке, а здесь можно пообщаться, подружиться с другими ребятами, - объясняет Яна Владимировна, мама сына и дочки, 8 и 9 лет.

Киносеанс начинается в 21.15 и длится около полутора часов. Позднее время родителей не смущает - всё-таки лето, да и детям приключение, когда еще можно будет задержаться во дворе с друзьями допоздна? Для родителей это тоже хороший вариант оторвать ребенка от гаджета.

Пока широкой огласки мероприятию организаторы не делают из-за коронавируса, сообщают только своим жителям, но на огонек к импровизированному кинотеатру подтягиваются все, кто случайно оказался поблизости, даже подростки и взрослые, хотя, казалось бы, мультик-то детский.

- Мы живем через дорогу, в 10-м микрорайоне, а сюда часто приходим на детскую площадку. Смотрим - мультик показывают, и детей много. Ну и мой ребенок не захотел уходить, - говорит Марьям, мама пятилетней ма-

Оказались тут и две жительницы аж из 17 микрорайона. Остановились не просто глянуть мультфильм, но и перенять опыт.

- Мы вообще просто прогуляться пошли, увидели и заинтересовались. Классная идея, попробуем и у себя такое провести. Жители у нас активные да и детей много. Думаю, всем понравится, надеется Алена.

Похоже, у организаторов получилось не только удачное мероприятие для детей и пример другим горожанам, но и новая традиция для своего двора и микрорайона, что сейчас редкость.

Анастасия МАМОНТОВА, фото Николая СТЕРНИНА

## Личный кабинет «Иркутскэнергосбыт» - экономьте свое время для более важных дел!



- Оплачивайте онлайн;
- Управляйте несколькими лицевыми счетами;
- Передавайте показания;
- Направляйте обращения;
- Подключайте смс-информирование;
- Формируйте Акт сверки;
- Настройте получение квитанции на электронную почту.





## НАРОДНЫЙ TENEФОН

Звоните: 63-07-84 или +7(902) 511-87-75

КАЖДЫЙ ДЕНЬ с 9.00 до 21.00

## УК «Центр» не банкрот?

- Слышали, что УК «Центр» в состоянии банкротства. Это правда?

следние пару недель курсирует слух, управляющая компания «Центр» якобы проходит процедуру банкротства. Заместитель директора по эксплуатации Светлана ЛЕН-ДЕНЕВА этот слух опровергла. По ее словам, УК как работала, так и продолжает работать. О реорганизации также речь не идет.

 Я слышу об этом не впервые. Дело в том, что на нашем рынке появляются новые компании. которым выгодно распространять подобные слухи, чтобы к ним потом уходили дома, - пояснила Светлана Сергеевна нашей газете.

УК «Центр» обслуживает дома в 20 кварталах старой части города, а также в микрорайонах Цементный и Шеститысячник. По данным сайта ГИС ЖКХ, имеет действующую лицензию и 271 дом в управлении. Записей в едином федеральном реестре сведений о банкротстве (bankrot.fedresurs.ru) об организации нет. Согласно статье 33 № 127-ФЗ «О несостоятельности», дела о банкротстве юридических лиц и граждан, в том числе индивидуальных предпринимателей, рассматривает арбитражный суд по месту нахождения должника. Поиск по ИНН управляющей

социальных сетях по- организации в картотеке дел Арбитражного суда Иркутской области показал, что ООО УК «Центр» на данный момент не участвует в делах о банкротстве. По информации, размещенной на сайте региональной службы государственного жилишного надзора. УК «Центр» не имеет неоплаченных административных штрафов за 2019-2020 годы, а в рейтинге управляющих организаций Иркутской области по результатам деятельности за первое полугодие 2021 года имеет максимальное количество баллов.

Заявление о признании должника банкротом принимается арбитражным судом, если требования к должнику - юридическому лицу в совокупности составляют не менее чем 300 тысяч рублей. Несмотря на то, что УК «Центр» среди управляющих компаний в Ангарске лидирует не только по количеству домов, но и по количеству жалоб, это не причина для предполагаемого банкротства. Большинство жителей за квартиру платят все-таки дисциплинированно, не желая копить долги и иметь дел с приставами. А большую часть долгов по квартплате управляющая компания все равно получит благодаря тем же приставам, подавая на должников в суд.

Юлия БЕЛЕЦКАЯ

### Кто кого?

- В нашем доме недавно открылся магазин, возле которого ночами собираются шумные компании. Подозреваем, что ночами там продают алкоголь. Разве это законно? Как нам, жильцам, бороться с этим безобразием?



«Бегите бегом, а то у меня в одиннадцать касса схлопнется, и всё! Трезвым ночуйте!»

родажа алкоголя с 23.00 до 8.00 по местному времени незаконна. Об этом прямо говорит федеральный закон № 171 от 22 ноября 1995 года («О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции...»).

Кроме того, на территории Иркутской области установлен дополнительный запрет розничной продажи алкогольной продукции, в том числе пива, с 21.00 до 9.00 в нежилых помещениях в многоквартирных домах, общежитиях, включая встроенные и пристроенные помещения (постановление правительства Иркутской области от 14 октября 2011 года № 313-пп «Об установлении требований и ограничений в сфере розничной продажи алкогольной продукции на территории Иркутской обла-

Что делать? Как доказать беззаконие? Мы подскажем.

Инструкция составлена на основе личного опыта председателя совета дома № 12 квартала 88 Николая ПЕТРО-ВА, которому удалось добиться закрытия такого магазина в своём доме («В» от 3 декабря 2020 г.). Напомним, магазин официально работал до 21.00, однако на ночь жалюзи не закрывал. Судя по тому, что к этому месту съезжались шумные компании, плодился мусор и образовывался туалет, жильцы сделали вывол: ночью магазин через окно в двери незаконно продаёт

1. Начинаем любую борьбу за правду мирно. Есть такая мудрость: «Дьявол начинается с пены на губах ангела, вступившего в бой за святое правое дело». Этого не надо. Дадим предпринимателю шанс исправиться. Делаем фотографии мусора и шумных компаний, снимаем видео из окна, в том числе и ночью. Одного дня мало, ваша задача - доказать, что нарушение общественного порядка происходит регулярно.

2. Идём в магазин ночью, пробуем купить алкоголь, скрыто снимаем факт покупки.

3. Собираемся с соседями и идём в магазин, просим контакты директора и хозяина помещения. Договариваемся о встрече. Разговор по телефону не считается - он в пустоту. Только встреча. Если продавец не даёт контакты руководителей, пишем письмо директору со своими претензиями и предупреждением: не примете меры, будем жаловаться во все инстанции. Передаём через продавца. Ждём изменений несколько дней.

Если встреча состоялась - озвучиваем свои жалобы, показываем фотографии и видеозаписи, сообщаем: если покоя не будет, вы будете отстаивать своё право на спокойную жизнь выше.

4. Итак, изменений не наступило.\* Приступаем к решительным действиям. Готовим текст письма с подробным описанием того, что вас не устраивает в работе магазина. Пишем просто, как говорим. Например: «От магазина постоянный шум по ночам. 20 июня, в 3.00, сюда подъехала компания из трёх человек, чшумели, дрались. Полиция была вызвана в 3.20. Вызов принял дежурный по фамилии...». Прилагаем к письму фотографии и рассылаем:

Роспотребнадзор Ангарск, квартал 95 дом 17, а/я 18-23, телефон 56-61-

- в администрацию АГО (ago@mail.angarsk-adm.ru; телефон 52-30-00).

- в прокуратуру города Ангарска (удобнее подать электронное обращение через сайт epp.genproc.gov.ru).

- в прокуратуру Иркутской области (664011 г. Иркутск, ул. Володарского, 5, телефоны: 8(3952) 259-000, 8(904)14788-80, электронная procuror@38.mailop.ru).

- в УМВД Ангарска (через сайт 38.мвд.рф или в ближайшем отделении полиции).

- в службу потребительского рынка и лицензиро вания Иркутской област (Иркутская область, г. Иркутск, ул. Сухэ-Батора, 18, телефон приемной 8(3952) 24-37-88); электронный адрес: potreb@govirk.ru).

в аппарат губернатора Иркутской области и правительства Иркутской области (664027 Иркутск, улица Ленина, 1, телефоны: 8(3952)256-255, 8(3952)200-015, сайт apparat.irkobl.ru.

- и в конце концов президенту РФ В.В. ПУТИНУ (через сайт letters.kremlin.ru, номер для справок 8-800-200-23-16).

Это только кажется, что много и сложно. На деле текст у вас будет один. Главное, что вам нужно, - это люди. Понадобятся как молодые соседи, владеющие Интернетом, так и пожилые, глубокие умеющие написать текст; свобор ные и работающие - берите в команлу всех.

Запишите числа, когда и куда отправили обращение. Придётся отслеживать их статус и периодически напоминать о себе. На ответ гражданам у ведомств по закону 30 дней. Запаситесь терпением.

На каждое происшествие у магазина вызывайте полицию, записывайте дату, время, фамилии дежурных, принявших вызов.

Борьба должна быть спокойной, чтобы вы не выгорели раньше времени и не опустили руки.

Если ответы из инстанций вас не устроят, переходите на личные приёмы у руководителей всех названных ведомств. Они у них каждый месяц.

Когда ответы будут на руках и в них будут описаны выявленные проверками нарушения, подключайте СМИ. Например, после выхода в нашей газете статьи о магазине в 88 квартале Николая Петрова пригласил к себе на приём заместитель начальника полиции Сергей ЧЕРНИГОВ. Выслушал и поставил возле магазина патрули.

После этого владелец магазина, скрывавшийся от жильцов, позвонил Николаю Петрову и сказал: «Успокойтесь, я ухожу. Мне так работать невыгодно».

...Многочисленные проверки, обрушившиеся на магазин в ответ на многочисленные письменные жалобы граждан, обнаружили нарушения: задокументирован факт оборота алкогольной продукции без сопроводительных документов, факт реализации алкогольной продукции после 21.00. На предпринимателя посыпались суды и штрафы. Магазин закрылся в декабре 2020. На борьбу ушло полгода.

> Анастасия ТЮЛЬПАНОВА, фото с сайта п20х.ги

## Пенсию увеличат?

- У меня маленькая пенсия - 11 200 рублей. Говорят, что я могу получать больше, так как мой отец погиб в Великую Отечественную войну. Это действительно так?

ет, это не так. По информации пресс-службы Пенсионного фонда по Иркутской области, меры социальной поддержки детей, чьи родители погибли в Великую Отечественную войну, законодательно не предусмотрены.

Добавим; пенсионеры, которые получают пенсию ниже прожиточного минимума в Иркутской области (в 2021 году он составляет 10 тысяч 540 рублей), имеют право на доплату от соцзащиты.

> Елена КЛИМОВА. фото Николая СТЕРНИНА



Уличная торговля для многих пенсионеров - единственная возможность повысить свой прожиточный минимум.

ственной войны. Что же касается стихов и рассказов, они написаны

удивительно тонко и проникно-

венно. Необычна и мини-поэма,

посвященная известной ангарчанке Галине Васильевне МОТО-

РИНОЙ. Интересны литературные

размышления о стихах ангарчан-

щены родине Валентины Андри-

ановны - Забайкальскому краю,

где прошло ее детство с «редкой

ноткой счастья». Счастья действительно было мало. И любви

было мало. А вот трудностей - че-

так говорит она о своем поколе-

ановна получила приглашение

на перезахоронение участников

боев ноября-декабря 41-го под

Тихвином. Среди их участников

был ее отец. И лишь тогда она,

всю жизнь верившая, что отец

остался жив и они могут встре-

титься, поняла: отца нет. Полу-

чилось, что не перезахоранивала

она отца, а хоронила. Через 28

вую работу по поиску материалов

Тяжелая тема, однако Крупен-

никова-Шергина считает себя

счастливым человеком: «Я умею

преодолевать трудности, научи-

лась с детства. И живу для людей

и ради людей. Мне многим еще

нужно помочь, внуков и правнуков

поднять и вырастить настоящими

вой-Шергиной «Мы жили в стране

грамотеев» можно познакомить-

ся в библиотеке № 3 (пл. Ленина).

С книгой В. Крупеннико-

Ирина СЕРГЕЕВА,

фото автора

людьми и патриотами России».

С тех пор проводит кропотли-

фронтовиках-забайкальцах.

лет после его смерти.

«Неулыбчивые дети войны», -

В 1969 году Валентина Андри-

рез край.

Много строк в книге посвя-

ки Светланы ШЕГЕБАЕВОЙ.

**3HAKOMCTBO** 

# Девочка из страны грамотеев

#### Вышла в свет новая книга ангарского автора

Скрывать нечего, мало радости в наше время. От многих слышу: «Живем как на войне, каждый день -**♦** ак вести с фронта: этот заболел, а этот вообще умер!» Сравнение сильное, но все же не вполне справедливое. Мне думается, что на войне было намного хуже, горше и тяжелее. Впрочем, что я лично о войне знаю? Оба моих деда не воевали, потерь среди родственников не было, никто в моем детстве не сажал меня на коленки и не рассказывал огнях-пожарищах, друзьях-товарищах. Наверное, поэтому я люблю слушать рассказы ветеранов и детей войны - последних свидетелей того действительно страшного времени.

прошлом году я познакомилась с Валентиной Андриановной КРУПЕН-НИКОВОЙ-ШЕРГИНОЙ, 1942 года рождения, отец погиб на фронте, а матери не стало, когда девочке было всего три года. Помогать, заботиться, любить ее было некому, она сделала себя сама. Получила высшее образование, работала преподавателем в школе, экскурсоводом в Шушенском и 23 года трудилась в системе МВД и Минюста (учитель и методист в ангарской воспитательной колонии). Сейчас Валентина Андриановна возглавляет ангарскую литературную студию ГАЛС, печатается в сборниках, а 10 августа в литературной гостиной библиотеки им. Л. БЕСПРОЗВАН-НОГО состоялась презентация ее первой книги под названием «Мы жили в стране грамотеев».

Издание добротное, держать его в руках - удовольствие. Читать тоже. Книга многожанровая, в ней есть очерки, статьи, литературные заметки, рассказы, стихи. По сути, все это автобиография автора, в которой красной нитью



Знакомьтесь: среди местных авторов толстых книг прибавление -Валентина КРУПЕННИКО-ВА-ШЕРГИНА.

страны к экологическому со-

стоянию озера. Этот заплыв символичен. Его участники прилетели из разных городов страны не побеждать в соревнованиях, а подчеркнуть значимость озера Байкал для всего мира, - объяснил Константин СИДЕНКО, организатор акции, президент общероссийской общественной организации «Федерация зимнего плавания России».

Маршрут от Порта Байкал до Слюдянки был поделён на два этапа - 80 километров от Порта Байкал до Байкальска, а затем 40 километров от Байкальска до Слюдянки. На старт пловцы вышли 7 августа, а финишировали около двух часов ночи 8 августа.

Даже подготовленным спортсменам пришлось нелегко: температура воды была всего 12-14 градусов. При этом пловцы погружались в воду без защитных средств и гидрокостюмов. Это

оказалось непросто даже для закалённых спортсменов, а среди участников были совсем юные: шестилетний Иван ДОКУЧАЕВ из Владивостока, девятилетняя Милана ТИМОШЕНКО из Москвы и десятилетний Амир ЗАКРАИЛОВ

из Грозного.

Кстати, экологическим требованиям не соответствует ни одно расположенное предприятие, вблизи озера Байкал. Об этом ра Светлана РАДИОНОВА. Она отметила, что наибольшую опасность для экологии озера Байкал представляют карты-накопители отходов БЦБК, заполненные шлам-лигнином, золошлаками, коммунальными отходами, и очистные сооружения промышленных стоков. Очистить 70 тысяч кубов должны до 1 октября

> Ольга КРАСНОВА! фото irkutsk.bezformata.com

**ЗДОРОВЬЕ** 



# На зарядку

• Исходное положение (и.п.) стоя, ноги на ширине плеч, руки свободно опущены. Поднимаем руки через стороны вверх, вдыхаем носом, руки опускаем - выдыхаем ртом. Работает диафрагма, лопатки сводятся и разводятся. Упражнение повторяем три раза. Каждый раз, вставая со стула, мы лелаем это упражнение Выполняем с улыбкой и не напрягаемся.

• И.п. - стоя, ноги чуть шире плеч, руки на поясе. Наклоняем голову влево, вправо, вниз, влево, вправо, вниз. Людям среднего и пожилого возраста не рекомендуется откидывать голову назад. В зависимости от возраста можно выполнить от 5 до 7 повторений.

• И.п. - стоя, ноги чуть шире плеч, руки к плечам. Вращательные движения в плечевом суставе вперед и назад. 4 поворота вперед, 4 назад. Повторяем 5-7 раз. Объем и интенсивность каждый регулирует сам.

• И.п. - стоя, ноги чуть шире плеч. Выполняем круговые вращения корпусом сначала влево, потом вправо. По 8 раз. Делаем 5-7 повторений. Не надо ни наклоняться, ни прогибаться.

• И.п. - стоя, ноги шире плеч, чуть присели, руки - на коленях, спину держим ровно Колени сводим-разводим на счет раздва-три-четыре. Три повторения. Закончили упражнение - присели

• И.п. - сидя на стуле, ноги чуть разведены в стороны. Руки вытягиваем вперед, сжимаем-разжимаем кулаки на счет от 1 до 8, работают только кисти. 3 повторения. Прибавляем скорость. 3 повторения. И еще 2 повторения максимально быстро. Встряхнули руками, откинувшись на спинку стула.

• И.п. - стоя, ноги чуть шире плеч, руки опущены. К каждой ноге делаем по 2 пружинистых наклона. На счет 1-4 наклоняемся вперед, потом к одной ноге, на счет 5-8 - вперед, к другой ноге. Выпрямились, руки на пояс, слегка прогнулись назад. Откидывать голову не надо. При наклонах не заставляйте себя дотягиваться до пола. Колени можно сгибать.

Тот, кто в состоянии сделать только 3-4 повтора, может на этом остановиться, кто может выполнить больше, сделайте 6-7 повто-

• И.п. - стоя, ноги чуть шире плеч, руки опущены. «Плывем» кролем. На счет от 1 до 4 руки идут вперед, потом назад. Амплитуда движений должна быть максимальной. Когда тело размято предыдущими упражнениями, это выполняется легко. Нагрузку получает верхний плечевой пояс.

• И.п. - сидя на стуле, ноги на весу. Разводим-сводим их крест-накрест на счет от 1 до 4. Потом по очереди поднимаемопускаем вверх-вниз. Делаем 6-8 повторений. Можно держаться за спинку стула. Так мы прорабатываем пресс.

• И.п. - стоя, в руках маленькие гантели или пол-литровые пластиковые бутылки с водой. Встаем в боксерскую стойку, туловище не прогибается ни вперед, ни назад, ноги на ширине плеч, правую руку вытягиваем вперед, левая согнута и позади правой. Упражнение проводится с разной скоростью. Первый раунд - разведка боем. На счет с 1 до 8 выбрасываем то одну, то другую руку вперед, делаем 3 повторения, второй раунд - чуть быстрее, на счет от 1 до 8, три повторения. Заключительный раунд - самый короткий и эффективный: очень быстро выбрасываем руки на счет до 1 до 7, восьмой удар с замахом - нокаут. Мы победили, теперь можем немножко

• И.п. – сидя на стуле. Берем детский мячик в виде ежика, но можно выполнять упражнение и без него (с мячом сложнее.) Руки с мячом в замок, вытягиваем их вперед, выворачиваем ладони наружу, тянемся до хруста. Руки, сгибая в локтях, на себя, кисти разворачиваются внутрь, руки выпрямляем в локтях - кисти наружу. Выполняем на счет от 1 до 8. Делаем 5-6 повторений. После окончания упражнения крутим кистями, сомкнутыми в замок, влево и вправо.

Фото ne-kurim.ru



Десять участников экозаплыва «За чистый Байкал» за 2 дня преодолели 120 километров из Порта Байкал до Слюдянки. В марафоне приняли участие спортсмены из семи городов России. Они приехали в Приангарье, чтобы привлечь внимание всей

#### ЛУННЫЕ СУТКИ

Луна всю неделю растущая

14 АВГУСТА, СУББОТА, 7 лунные сутки - с 12.41

Медовый Спас. Ходили в церковь (женщинам обязательно - прощаются все грехи), освящали мед и мак. Верили, что они сегодня особенно полезны, пекли медовые вкусности. Перед тем как съесть первую ложку меда, загадывали желание, верили, что исполнится. Полезно сегодня искупаться в водоеме (день для купания считался последним).

#### 15 АВГУСТА, ВОСКРЕСЕНЬЕ, 8 лунные сутки - с 14.02

Стефан Сеновал. Чтобы быть здоровым год, умываться нужно горячей водой (особенно женщинам). Внимание уделяли домашнему скоту (лошадям больше всех), поили серебряной водой и угощали. Чтобы дом уберечь от невзгод, плели венок из 12 любых трав и убирали под иконы.

#### 16 АВГУСТА, ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 лунные сутки - с 15.24

Антон Вихревей. Собирали черемуху, пекли из нее пироги и варили варенье, сушили листья. Делали любую работу по дому, кроме уборки (дома чисто - в кошельке тоже), но если без нее никак, то закрывали двери и окна и перекрещивали их, потом убирались.

#### 17 АВГУСТА, ВТОРНИК, 10 лунные сутки - с 16.38

Авдотья Огуречница. Старались убрать все огурцы, после этого дня они становились никуда негодными и невкусными. Малина, собранная сегодня (желательно, чтобы за ней ходили дети и женщины), особенно лесная, считалась самой полезной. Вечером пекли пироги и варили из нее последнее варенье.

#### 18 АВГУСТА, СРЕДА, 11 лунные сутки - с 17.43

Евстигней Житник. Сегодня хорошо бы больше молчать, чем говорить - к удаче в делах. Вечером старались накрыть богатый (но скоромный, так как пост) ужин - к сытому году. Для здоровья ели свежий сырой лук (кто не хочет, тому свежий черный хлеб с квасом).

#### 19 АВГУСТА, ЧЕТВЕРГ, 12 лунные сутки - с 18.35

Преображение Господне. Яблочный Спас. Разрешалось есть яблоки свежего урожая. Пекли яблочные яства и угощали родных и друзей к богатству. Первый кусок яблока ели и загадывали желание, верили, что исполнится. Отведаешь яблоки с медом - будешь год здоров. Посещали церковь, стояли и ночную службу. Старались носить одежду светлых

#### 20 АВГУСТА, ПЯТНИЦА, 13 лунные сутки - с 19.14

Маринин день. Его посвящали работе по дому (разрешалось все, кроме смены и стирки белья) и огороду. Муж и жена, чтобы долго и счастливо жить, сегодня старались вместе провести как можно больше времени и заниматься одним делом. Заваривади и пили целый день листья и ягоды малины - к

#### ВХОД ЛУНЫ В ЗНАКИ ЗОДИАКА

14 августа - Луна в Скорпионе - с 8.02

16 августа - Луна в Стрельце - с 11.14

**18 августа** - Луна в Козероге - с **13**.59

**20 августа** - Луна в Водолее - с 16.50

Юлия ВОРОНИНА, лунные сутки рассчитаны Светланой РАЗУМОВСКОЙ

#### **НАЦИОНАЛЬНОСТЬ**

## Корни

#### Кто ты такой?

предстоящей Всероссийской переписи населения, которая состоится в октябре этого года, впервые в переписном бланке можно указать не одну национальность, а две или больше, если родители имеют разные корни.

В ходе переписи населения каждый взрослый человек сам определяет свой этнографический статус. По данным предыдущей переписи, проходившей в 2010 году, основу населения региона составляют русские, их 88,3%. Второй по численности народ Приангарья – буряты (3,2%). Далее следуют украинцы и татары (1,3% и 0,9%). В регионе зафиксированы 7929 белорусов, 1637 башкир, 952 казаха. А также абазины, абхазы, аварцы, агулы, адыгейцы. азербайджанцы, лезгины, болгары, венгры, вепсы, вьетнамцы, греки, гагаузы, грузины, даргинцы, долганы, дунгане и другие. Нашими земляками являются 7 испанцев, 5 итальянцев, 2 индийца. А некоторые народности представлены только одним человеком: алеуты, андийцы, боснийцы, ижорцы, каратинцы, кубинцы

Графа «национальность» отменена в российских паспортах в 1992 году. При этом она существует в свидетельстве о рождении, а также в свидетельстве о браке и свидетельстве о перемене имени. Графа «национальность» до сих пор существует в военном билете, правда, её не заполняют.

Елена КЛИМОВА



Как выглядят молодые люди, которые имеют смешанные крови разных народностей? По-разному. Например, так.

- Какие у меня корни Русский, китаец, донской казак. Может ещё ктонибудь, дед был из детдома.

Фото гіпіху.ги

#### Вниманию

#### населения, руководителей предприятий, организаций, сельских и фермерских хозяйств, администраций районов и населённых пунктов!

ркутское районное нефтепродное управление (филиал) ООО «Транснефть-Восток» информирует, что по территории Усольского и Ангарского районов Иркутской области проходят подземные магистральные нефтепроводы «Омск-Иркутск», «Красноярск-Иркутск» эксплуатируемые линейными эксплуатационными службами филиала ИРНУ ООО «Транснефть-Восток», которые являются сложным техническим сооружением, работающим под высоким давлением.

В состав магистральных нефтепроводов входят непосредственно трубопровод, включая отводы, резервные нитки, задвижки высокого давления, контрольно-измерительные колонки, станции катодной и дренажной защиты, протекторная защита, будки ПКУ, НУП и другое важное для эксплуатации нефтепроводов оборудование. Трасса нефтепровода обозначена указателями «Осторожно, нефтепровод!», на пересечении с автомобильными дорогами П-образными знаками с указателем «Осторожно, нефтепровод!» и дорожными знаками, запрещающими остановку в охранной зоне нефтепрово-

Магистральные нефтепроводы с входящим в состав оборудованием являются объектами повышенной опасности, повреждение которых ставит под угрозу безопасность населения, может привести к возникновению пожаров, загрязнению рек и окружающей среды. Согласно Правилам охраны магистральных нефтепроводов, утвержденным постановлением Госгортехнадаора РФ от 22.04.1992 года № 9, для исключения возможности повреждения трубопроводов (при любом виде их прокладки) устанавливаются охранные зоны: вдоль трасс многониточных трубопроводов, транспортирующих нефть, - в виде ўчастка земли, ограниченного условными линиями, проходящими в 25 метрах от осей крайних трубопрово-

В охранных зонах трубопроводов запрещается производить всякого рода действия, влекущие нарушения нормальной эксплуатации трубопроводов, либо привести к их повреждению, в частности:

а) перемещать, засыпать и ломать опознавательные и сигнальные знаки, контрольно-измерительные пункты;

б) открывать люки, калитки и двери необслуживаемых усилительных пунктов кабельной связи, ограждений узлов линейной арматуры, станций катодной и дренажной защиты, линейных и смотровых колодцев и других линейных устройств, открывать и закрывать краны и заплижки, отключать или включать средства связи, энеогоснабжения и телемеханики трубопроводов;

в) устраивать всякого рода свалки, выливать растворы кислот, солей и ще-

г) разрушать берегоукрепительные сооружения, водопропускные устройства, земляные и иные сооружения (устройства), предохраняющие трубопроводы от разрушения, а прилегающую территорию и окружающую местность - от аварийного



розлива транспортируемой продукции

д) бросать якоря, проходить с отданными якорями, цепями, лотами, волокушами и тралами, производить дноуглубительные и землечерпальные работы:

е) разводить огонь и размещать какие-либо открытые или закрытые источники

В охранных зонах трубопроводов без письменного разрешения предприятий трубопроводного транспорта запрещается:

а) строить коллективные сады с жилыми домами, устраивать массовые спортивные соревнования, соревнования с участием зрителей, купания, массовый отдых людей, любительское рыболовство, расположение временных полевых жилиш и станов любого назначения, загоны для скота;

б) высаживать деревья и кустарники всех видов, складировать корма, удобрения, материалы, сено и солому, располагать коновязи, содержать скот, выделять рыбопромысловые участки, производить добычу рыбы, а также водных животных и растений, устраивать водопои, производить колку и заготовку льда;

в) сооружать проезды и переезды через трассы трубопроводов, устраивать стоянки автомобильного транспорта. тракторов и механизмов, размещать сады

г) производить мелиоративные земляные работы, сооружать оросительные и осущительные системы:

л) производить всякого рода открытые и подземные, горные, строительные монтажные и взрывные работы, плани-

Письменное разрешение на производство взрывных работ в охранных зонах трубопроводов выдается только после представления предприятием, производящим эти работы, соответствующих материалов, предусмотренных действующими едиными правилами безопасности при варывных работах:

е) производить геолого-съемочные, геолого-разведочные, поисковые, геодезические и другие изыскательские работы, связанные с устройством скважин, шурфов и взятием проб грунта (кроме почвенных образцов).

Магистральные нефтепроводы и их охранная вона проходят через лесные массивы и прилегающие территории и в соответствии с «Правилами пожарной безопасности в лесах» в период со дня схода снежного покрова до установления устойчивой дождливой осенней погоды или образования снежного покрова в охранных зонах и прилегающих территориях запрешается:

а) разводить костры в хвойных молодняках, на гарях, на участках поврежденного леса, торфяниках, в местах рубок (на лесосеках), не очищенных от порубочных остатков и заготовленной древесины, в местах с подсохшей травой, а также под кронами деревьев.

б)-бросать горящие спички, окурки и горячую золу из курительных трубок, стекло (стеклянные бутылки, банки и др.);

в) употреблять при охоте пьрки из горючих или тлеющих материалов;

г) оставлять промасленные или пропитанные бензином, керосином или иными горючими веществами материалы (бумагу, ткань, паклю, вату и др.) в непредусмотренных специально для этого

д) заправлять - горючим топливные баки двигателей внутреннего сгорания при работе двигателя, использовать машины с неисправной системой питания двигателя, а также курить или пользоваться открытым огнем вблизи машин, заправляемых горючим;

е) выполнять работы с открытым ог нем на торфяниках

Запрещается засорение леса вблизи объектов нефтепровода бытовыми, строительными, промышленными и иными отходами и мусором.

В период пожароопасного сезона сжигание мусора разрешается производить только при отсутствии пожарной опасности в придегающем к нефтепроводу лесу по условиям погоды и под контролем ответственных лиц.

Запрещается выжигание хвороста, лесной подстилки, сухой травы и других лесных горючих материалов на земельных участках, непосредственно примыкающих

к лесам, защитным и лесным насажде ниям и не отделенных противопожарной минерализованной полосой шириной не менее 0,5 метра.

Юридические лица и граждане, осуществляющие использование лесов прилегающих к объектам нефтепровода, обязаны:

а) хранить горюче-смазочные материалы в закрытой таре, производить в период пожароопасного сезона очистку местих хранения от растительного покрова, дре весного мусора, других горючих матери алов и отделить противопожарной минерализованной полосой шириной не менее 1,4 метра;

б) при корчевке пней с помощью взрывчатых веществ уведомлять о месте и времени проведения этих работ органы государственной власти или органы местного самоуправления не менее чем за 10 дней до их начала; прекращать корчевку пней с помощью этих веществ при высокой пожарной опасности в лесу;

в) соблюдать нормы наличия средств предупреждения и тушения лесных пожаров при использовании лесов, утверждаемые Министерством природных ресурсов и экологии Российской Федерации, а также содержать средства предупреждения и тушения лесных пожаров в период пожароопасного сезона в готовности, обеспечивающей возможность их немедленного использования;

г) в случае обнаружения лесного пожара на соответствующем лесном участке немедленно сообщить об этом специализированную диспетчерскую службу и принять все возможные меры по недопущению распространения лесного пожара;

Перед началом пожароопасного сезона юридические лица, осуществляющие использование лесов, расположенных вблизи объектов нефтепровода, обязаны провести инструктаж своих работников, а таюке участников массовых мероприятий, проводимых ими в лесах, о соблюдении требований настоящих правил, а также о способах тушения лесных пожаров.

В случае необходимости для получения разрешения на производство работ в охранной зоне магистрального нефтепровода необходимо обратиться в Иркутское районное нефтепроводное управление по адресу: 665832 Иркутская область, Ангарск, 7 мрн, телефон/факс приемной (8-3955) 50-82-48, телефон отдела эксплуатации ИРНУ (8-3955) 50-82-76.

В случае обнаружения выхода нефти из нефтепровода или работ в охранной зоне нефтепроводов сообщите диспетчеру ИРНУ в Ангарске по телефону (8-3955) 50-82-24, круглосуточно.

В случае если вам известны факты хищений нефти либо иная информация о преступных пося-гательствах на магистральные нефтепроводы, сообщите фону в Ангарске (8-3955) 508-234 (конфиденциальность и вознаграждение гарантируются).

Филиал ИРНУ ООО «Транснефть Восток»

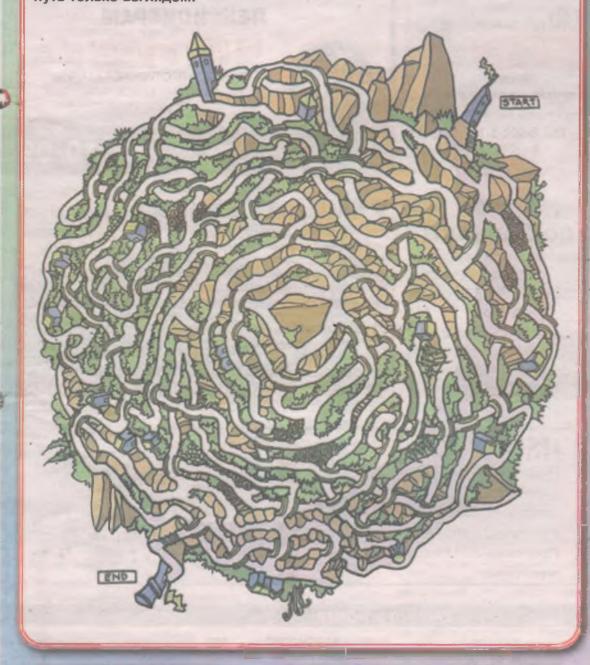
## на зарядку становись!

Страница поможет вам сохранить память, внимание и здоровье



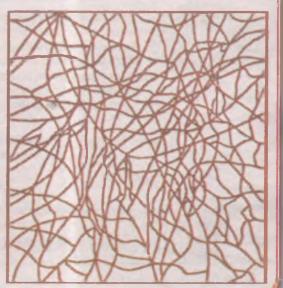
#### ЛАБИРИНТ

Перед вами сложный лабиринт. Попытайтесь отслеживать путь только взглядом.



#### кто здесь?

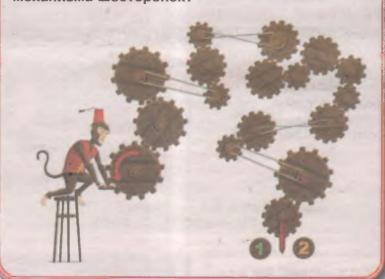
■ Какое животное здесь изображено? Смотрите внимательно.



#### **MEXAHUKYM**

**МЕДТЕХНИКА** 

**Какой номер покажет стрелочка от работы механизма шестеренок?** 



доступные цены

**ОРТОПЕДИЯ** 

#### СПИЧКИ

**Переложите одну спич-** ку так, чтобы равенство стало верным



#### **ТРОПИНКИ**

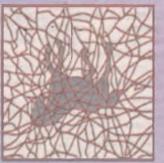
Проведите тропинки между одинаковыми цифрами так, чтобы тропинки не пересекались.



## ОТВЕТЫ



MEXAHNKYM



кто здесь?



СЦИАКИ

СКИДКА = 20%

на МЕДИЦИНСКУЮ ОДЕЖДУ
и ОРТОПЕДИЧЕСКУЮ ОБУВЬ

Телефом (3955) 52-33-68

ЗО КВ-л, дом 5

АДЕСЗ: 76 КВ-л, дом 12

22 мрн, дом 43

Скидка применяется при покупке не менее двух товаров
Срок проведения акции с 01.08.2021 го 31.08.2021 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПО КАЗАНИЯ.

ГЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА





#### **ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МОЙКА КОВРОВ**

140 руб. за кв.м



\*! ЯКЦИЯ! І Озонация ковров бесплатно %І

Услуга ЗАБРАТЬ-ДОСТАВИТЬ - 150 руб. Тел. 8-902-5-147-637,

8 (3955) 637-637. www.enot38.ru



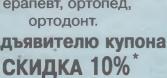
Запись на приём: 8-3955-52-10-09

## OUVSE

### СТОМАТОЛОГИЯ

для взрослых и детей

Материалы из Японии, Германии, США. Терапевт, ортопед, ортодонт.





Предъявителю купона 82 кв-л, д. 7, офис 63, тел. 52-10-57. Работаем без выходных

ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО - ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА УСЛОВИЯ УТОЧНЯИТЕ У АДМИНИСТРАТОРА

#### **ТРЕБУЮТСЯ** почтальоны

для доставки по городу газеты «Время»

РАБОЧИЕ ДНИ: четверг, суббота, с 8.00 до 12.00

> 29 мрн, 84 и 95 кв-лы

Обращаться в редакцию газеты "Время" (Ангарские ворота). Тел.: 52-29-55, 8-950-134-77-30

**РЕМБЫТТЕХНИКА** 

Любые заказы

reseculente

Bosee 70 sell

**РЕМОНТ** холодильников, стиральных машин и др. бытовой техники ПРОДАЖА витрин и холодильников

ПРОДАЖА кондиционеров всех типов

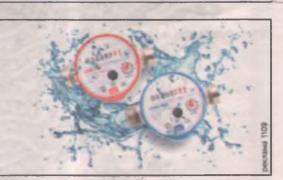
(решетки, двери, ворота, заборы и др.) ПЕРЕТЯЖКА мебели ПОШИВ чехлов

**2** 005, 52-33-06, **68-60-89**, **8-901-641-60-89** 



#### РСТ иркутский цен ПОВЕРКА ВОДОСЧЕТЧИКОВ В АНГАРСКЕ

Телефон: +7 (3955) 95-70-39 оплатить услугу можно на сайте Иркутского ЦСМ Росстандарта www.ircsm.ru



#### MEOY «COM Nº 11» (seps Euroš)

ОБЪЯВЛЯЕТ дополнительный набор в 7 КАДЕТСКИЙ КЛАСС

Малышка

4 месяцев ждёт счастливой

встречи

с ответственным

мониксох.

Это чудо украсит

вашу жизнь

и имынвитивоп

веселыми

событиями

Телефон

8.950 133 05 55

реклама 1901

#### **УСЛУГИ**

#### **PEMOHT**

РЕМОНТ КВАРТИР. Быстро. **Недорого.** Тел. 8-908-651-75-41. 18

САНТЕХНИК. ОПЫТ. Качество. Тел. 8-964-225-69-21. 1714

РЕСТАВРАЦИЯ ВАНН с гарантией полного восстановления эмали. Распродажа.

Тел. 8-902-5-607-808. www.vannaplus.ru 1828

РЕМОНТ, НАСТРОЙКА ПК. ановка ОС, программ. **У**становка программ. Удаление вирусов, баннеров. Выезд специалиста на дом. Приемлемые цены.

Тел. 8-914-010-43-44.

e-mail: Dr.Kmp38@mail.ru. 807 • ЗАМКИ-ПОМОЩЬ ПРИ ОТКРЫ-

**ВАНИИ, РЕМОНТ.** Тел. 63-33-33. <sup>1744</sup> • РЕМОНТ ЛЮБОЙ МЕБЕЛИ. **ПЕРЕТЯЖКА.** Тел. 635-655. <sup>637</sup>

#### ПЕРЕВОЗКИ

4 WD, ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ. ГРУЗЧИКИ ПО ВСЕМ ВИДАМ **РАБОТ.** Тел. 8-950-082-1111. 128

#### *PA3H0E*

• ИЗБАВИМ ОТ ТАРАКАНОВ и **КЛОПОВ.** Тел. 8-904-139-32-55. <sup>18</sup>

#### **НЕДВИЖИМОСТЬ** ПРОДАЖА

• НОВЫЙ БРУСОВЫЙ ДОМ В д. Архиереевка ( 6 х 4 м, участок 800 кв. м, солнечный, рядом р. Китой, 2 магазина, автобусная остановка, возможна продажа под мат. капитал).

Тел. 8-924-530-85-31. <sup>во</sup>реклама

#### ПОКУПКА

- дачу, гараж.

Тел. 8-952-637-27-52, спросить

дачу, участок, гараж, блемный.

Тел. 8-902-544-20-78. <sup>1700</sup>

**УЧАСТОК (В ЛЮБОМ СОСТОЯНИИ,** лектив. Тел. 8-908-6-558-412. 1899

#### СРОЧНО В НОМЕР P-HE, **РАССМОТРЮ**

#### ВАРИАНТЫ). Тел. 8-950-127-00-99. 1799

ГАРАЖ при срочной продаже. Тел. 8-902-544-20-78.

• ГАРАЖ в Майске, «Стрижах», «Сибиряке - до 100 тыс. руб. Тел. 8-902-544-20-78.

ГАРАЖ в микрорайонах - 170 тыс. руб. Тел. 8-901-641-68-50. 1701

• ГАРАЖ в пределах 160 тыс. руб., можно без ремонта. Тел. 8-952-63-71-569. 170

ГАРАЖ в «Содействии», «Моторе», «Тепличном», «Контакте», »Мечте», «Объединенном», «Клаксоне», «Хвойном», «Мирном-89», в пределах 250-300 тыс. руб. Тел. 8-914-006-71-27. 1704

#### РАБОТА **ТРЕБУЕТСЯ**

• ПРОДАВЕЦ в «Карлен», отличная работа для пенсионеров, • ГАРАЖ, ДАЧУ, НЕДОСТРОЙ, удобный график, дружный кол-

• Ангарск, на мебельное производство требуются РАСпиловщики лдсп (2-е номера), КРОМЩИКИ (станки), СБОРЩИКИ (опыт, цех/адрес), ГРУЗЧИКИ (доставка), МОН-ТАЖНИКИ. Тел. 8-950-090-03-30. <sup>85</sup> реклама

• УБОРЩИЦЫ административных помещений, режим работы с 10.00 до 19.00, з/п от 20 тыс. руб. Тел. 8-964-218-15-44. <sup>893</sup> реклама

• Приму на работу непьющего РАЗНОРАБОЧЕГО. Оплата 1 раз в неделю.

Тел. 8-904-11-22-555. <sup>1895</sup> реклама

#### **ЗООПАРК**

· ОТДАМ КОТЯТ. Фото Viber, Whatsapp.

Тел. 8-950-064-05-67. 1889



АНГАРСКАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

Материалы с подписью «Ракляма» свляются заказными. Отпечатано на удаленном производственном участке АО «Советская Сибирь» в городе Иркутск 664043. Иркутская обл., г. Иркутск, бульвар Рабикова, 96, строение 1. 
Гл. редактор: 52-25-46. Репортары: 52-26-58, 52-37-90. Отдел рекламы: 52-21-37. Отдел подлиски и доставки: 52-29-55. 
Все справки по содержанию объявлений - у рекламодателя. "Мнение авторов публикаций не обязательно отражает точку эрения редакции. 
"Редакция работает с письмами по закому о средствах массовой информации - рукописи не рецензируются и не возвращаются. 
"При полном или частичном использовании материалов ссылка на тазету «Время» обязательна. Учредитель: 000 «Газета Время». Совдетельство о регистрации ПИ № ФС13-0219. Выдама 4 феврале 2005 года Восточно-Сибирским управлением 
Федеральной службы по надвору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федеральяются агентства по печати и массовым коммуникациям.

п падахент: 665220 : Ангерск, ун. Пенкио. 43 — www.angvremyo.ru — e-m

ГЛ.РЕДАКТОР АМЯГА Г.В.