



Салдинский РАБОЧИЙ

16+

№ 52 (11779)
30 декабря
2015 года



ВЫХОДИТ ЕЖЕНЕДЕЛЬНО С 1930 ГОДА



С Новым годом и Рождеством

112

Звоните по этому номеру в любых экстренных случаях и непредвиденных ситуациях. Вам придут на помощь.

Можно звонить со стационарных телефонов и сотовых телефонов, обслуживаемых оператором Мотив.

Пусть новогодние праздники пройдут без происшествий, весело и безопасно.

Уважаемые сотрудники НИИ Машиностроения,
жители города Нижняя Салда!

Уходит 2015 год. Для НИИМаш, наверное, как и для всей страны, этот год был напряженным, тревожным, стрессовым. Нас как будто постоянно испытывали на прочность, проверяя нашу выдержку, умение держать удар, крепость нашего духа, нервов и воли. Кое-кто даже спаниковал, когда зарплату задержали на две недели – дело невиданное за последние десять с лишним лет. Головное предприятие, само находясь в сложном экономическом положении, задолжало нам очень крупную сумму денег за уже отгруженную продукцию. При этом мы брали кредиты, чтобы изготавливать двигатели для новых космических запусков. И нашли выход из ситуации, найдя новых партнёров и новые заказы!

Весь год мы занимались подготовкой проектной документации в рамках программы стратегических преобразований космической отрасли, доказывая нужность, надежность и конкурентность нашей продукции. При этом продолжали строить, обновлять и модернизировать. В рамках государственных инвестиционных программ реконструирована испытательная база, приобретено современное оборудование, что позволит поднять производительность труда с последующим обеспечением роста заработной платы работников.

С некоторым облегчением можно сказать, что первый тайм мы выиграли. Однако, это только начало испытаний, которые с большой долей вероятности ожидают нас в Новом 2016 году. Но я уверен, что коллектив НИИМаш, как это уже не раз происходило, с честью справится с новыми задачами и новыми заказами.

Поздравляю Вас с наступающим Новым 2016 годом! Желаю вам, вашим семьям и близким крепкого здоровья, отличного настроения, успехов во всех начинаниях, оптимизма и упорства, уюта, достатка, любви и радости!

Директор НИИМаш
Анатолий Долгих



Когда Дед Мороз согревает

Они дети как дети. Любят игры и сладости, нуждаются в заботе и ласке, радуются, когда их хвалят, и огорчаются, когда ругают. Обожают смотреть мультфильмы и не очень любят учиться. Мечтают вырасти большими и стать самыми успешными. И, конечно, верят в чудеса.

Вот такое маленькое чудо сотворили для воспитанников Нижнесалдинского реабилитационного центра для несовершеннолетних неравнодушные дяди и тети.

Это была совместная акция политсовета нижнесалдинского отделения партии «Единая Россия» и редакции газеты «Салдинский рабочий». На призыв поучаствовать в организации праздника детишкам из ЦРН охотно откликнулись предприниматели Леонид Чукин и Александр Попов. Спасибо им! Несмотря на громадную занятость накануне Нового года, работники дворца культуры имени Ленина – Максим Волгин, Юлия Лукоянова, Ирина Калашникова – нашли время, чтобы совершенно безвозмездно при «полном параде», то есть в гриме и костюмах, предстать перед восхищенными ребятами, а затем веселиться с ними до упаду перед нарядной ёлкой. Даже директор центра Ирина Кузина не удержалась и пустилась в пляс.

Деда Мороза ждали, учили стихи и песни. И теперь, на утреннике, с воодушевлением декламировали дедушке довольно длинные вирши о ёлке. Очень патриотично

прозвучала песенка о Российском Деде Морозе. И правильно! Санта Клаус в своей куцей курточке и красном колпаке пусть развлекает ребятшек из Европы и Америки. У нас свой Мороз есть, не в пример красивее. В роскошной, расшитой серебром шубе, с белой кудрявой бородой и волшебным посохом. А озорного Оленёнка и клоунессу дедушка прихватил с собой для компании. Пусть забавляют ребятню!

Разумеется, все дети получили от Деда Мороза сладкие гостинцы. Но главный подарок – пакет телевизионного оборудования для установки «Триколор» - вручил член нижнесалдинского политсовета «Единой России» Павел Хорьков. Ребятам еще предстоит оценить достоинства подарка. Отныне они будут смотреть детские передачи в отличном качестве. До сих пор им приходилось довольствоваться заезженными мультиками из старенькой приставки.

Есть пословица: «Дорога ложка к обеду». Для многих из этих, прямо скажем, не очень счастливых детишек, этот праздник был первым в их жизни. Их маленькие сердечки уже познали страх, горе, обиды. Хотя на час наполнились безмятежной радостью, весельем, сказкой! На мой взгляд, у работников Дворца им. Ленина это получилось.

А от себя скажу: подчас требуется совсем немного усилий, времени и материальных затрат, чтобы сделать людей чуть-чуть счастливее. Это благодарный труд. Тем более, что люди эти - маленькие беззащитные человечки.

Инна Долгих

Чтобы Новый год был лучше, чем Старый



Сергей Малахов

Хочу, чтоб завод НСМЗ заработал должным образом. Желаю всем здоровья. Были огорчения в прошедшем году в связи с плохой работой в сельском хозяйстве.



Дарья Шульгина

Родилось счастье – ребенок. Всем желаю счастья, любви. Чтоб заработал завод, чтоб прибавили зарплату. Пусть в Новом году дороги будут чистыми. Городу желаю процветания.



Татьяна Незнахина

Хочу, чтобы власти больше делали для города, отремонтировали бассейн, дороги. Лично желаю всем здоровья, благополучия, в жизни больше добра. Чтоб люди были добрее друг к другу.

А. Каледенков, Сторожнов, П. Некрасов

Всем учителям желаем здоровья, счастья, ребятам хороших отметок, всем – добра. В Новом году пожелаем, чтобы завод заработал. Чтобы год был лучше, чем старый.



Мирхан Бейкзот

Живу в Салде 5 лет. Желаю всем денег, чтоб было больше работы. В Новый год поеду на родину.

Опрос проводила Галина Бородулина

5 правил для встречи года Обезьяны

Приумножить богатство, обрести личное счастье, выбраться из черной полосы и начать светлую, новую жизнь легко. Особенно в тот переломный период, когда один год уступает главенство другому. Следуя правилам астролога, вы легко подойдете к этому рубежу, оставив все плохое позади, и станете гораздо успешнее и счастливее.

Первое правило

Встречая год Обезьяны, заручитесь покровительством Хозяйки года. Даже если вы скептически относитесь к астрологии и открыли эту статью просто из любопытства. Ведь это не так долго — обзавестись подходящим талисманом для праздничной ночи, а Мартышка уже почувствует, что вы ей рады. Например, поставьте на стол вазу с фруктами, украсьте елку в красно-желтых тонах — 2016 год будет Огненным по восточному календарю.

Второе правило

Следуйте всем рекомендациям в меру. Так, специалисты в области фэн-шуй советуют встречать Новый год в красной одежде. Но если вы считаете, что вам не идет это красное платье или этот красный галстук, не надо надевать его через силу и потом переживать весь вечер. Эти жертвы Обезьяна не оценит.

Носите то, в чем вам комфортно, ну а благоприятный цвет пусть станет бонусом.

Третье правило.

Год Обезьяны — традиционно один из самых непредсказуемых и насыщенных годов китайского календаря. С особым вниманием относитесь к выбору новогоднего желания. Сформулируйте его так четко, насколько можете. Обезьяна шедра на подарки, но если вы предоставите ей волю, она интерпретирует ваши слова по-своему. Например, пожелав крепкой любви и не уточнив, что вы имеете в виду преодоление разлада в семье, вы можете прочно увязнуть в романе на стороне.



Четвертое правило

Солнечная активность в декабре 2015 года будет благоприятна по астрологическим прогнозам. Ведь Огненная Обезьяна любит тепло и свет, и Солнце ей просто необходимо. Но для здоровья эти вспышки не слишком полезны: дело может обернуться магнитными бурями. Чтобы чувствовать себя хорошо и быть во всеоружии к началу 2016 года Обезьяны, укрепляйте свое здоровье постепенно и заранее. Занимайтесь и биоэнергетикой: освоите позитивное мышление, откажитесь от негативных программ в собственной психике. Для этого астролог советует каждое утро отучать себя от негативных формулировок вроде «я не справлюсь» или «сегодня у меня точно ничего не получится». Новый год приходится на время Козерога, а тот всегда говорит то, что делает. Так что и вы — говорите и мыслите созидательно, и действия не разойдутся со словом.

Пятое правило

Будьте готовы вовремя отступить от правил. С точки зрения астрологии, покровительство Козерога могло бы войти с Обезьяной в некий диссонанс, так как по своей энергетике эти два покровителя совершенно разные. Козерог тяготеет к обдуманному, взвешенным решениям, и вы тоже наверняка захотите упорядочить течение жизни, разложить все в ней по местам и по полочкам. Но с 1 января Хозяйка следующего года будет забирать себе день за днем. Она оценит не умение следовать сценарию, а талант к импровизации, так что не будьте слишком строги к себе, пробуйте новое и помните: хотя бы раз в месяц стоит отступить от заведенного когда-то правила.

Удачных
новогодних праздников!

Из публикации журнала МиллиардерЪ

На спортивных орбитах

Волейбол

Традиционный новогодний турнир по волейболу среди образовательных учреждений Нижней Салды состоялся 25 декабря в спортивном зале гимназии.

Участие в соревнованиях приняли 6 команд: 2 команды выставила гимназия, по одной — все школы города и филиал «НТГМК».

Изюминкой турнира стало участие в каждой команде двух педагогов, которые вели учащихся к победе. Все команды достойно боролись на площадке, а переполненный зал дружно поддерживал игроков. По итогам почти четырехчасовой борьбы определились призёры: первое место заняла команда филиала «НТГМК», 2 место — школа № 7, 3 место — первая команда «Гимназия».

Хочется отметить преподавателей, которые личным примером показали, как надо бороться на площадке.

В школе № 5 два Андрея Иванова — отец и сын, в школе № 7 — Татьяна Ерёмченко, Надежда Медведева, Вероника Хирнова, в школе № 10 — Владимир Медведев и Дарья Суздальова, в команде «НТГМК» — Александр Павлов и Павел Балакин.



Победители турнира с учителем физкультуры Павлом Балакиным (слева)

По мнению зрителей и участников, турнир удался. Победители и призёры получили грамоты и кубки. До новых встреч на волейбольных площадках!

Александр ПАВЛОВ, главный судья

Шахматы

Уважаемые любители шахмат!

Со 2-го по 4-е января 2016 г. в шахматном клубе (ул. Строителей, 21а) проводится новогодне-рождественский турнир по быстрым шахматам.

Начало тура 2-го января в 12 часов.

В соревновании могут принять участие все желающие шахматисты, уплатившие турнирный взнос 100 рублей (женщины, дети до 14 лет и неработающие пенсионеры — по 50 рублей).

Турнир проводится по круговой системе. Шахматисты, занявшие 1-3 места, награждаются ценными призами.

А. ВОЛКОВ, руководитель клуба,
В. ФИГУРА, главный судья турнира



Хоккейный сезон набирает обороты



16 декабря
«Металлург» — «Огнеборец»
(Нижний Тагил) 1:3
Шайбу забросил: С. Латухин
«Факел» (Лесной) — «Титан» 5:6
овертайм
Шайбы забросили: А. Жуков (2), В. Дудров (2), С. Медведев, А. Пензин
19 декабря
«Святогор» (Красноуральск) — «Титан» 5:9

Шайбы забросили: С. Медведев (3), Н. Морозов (2), В. Дудров (2), А. Удинцев, Р. Алламурастов

«Авто 8» (Серов) — «Металлург», матч перенесён в связи поломкой автобуса
26 декабря

«Металлург» — «Святогор» 4:6

Шайбы забросили: Алексей Мыколайчук (2), Михаил Путилов, Сергей Латухин.

«Огнеборец» — «Титан» 3:5. Шайбы забросили: П. Попов (3), А. Удинцев (2)

Хоккейный сезон вступает в решающую стадию, первый круг соревнований завершился в эту субботу. Для наших команд он сложился по-разному.

«Металлург» после победы в принципиальном матче против соседей из Верхней Салды «забуксовал» и проиграл два матча подряд. Верхнесалдинский «Титан» же, напротив, после обидного поражения в дерби сделал правильные выводы и выдал трехматчевую победную серию. Последняя победа была одержана над лидером турнирной таблицы — «Огнеборцем» — в Нижнем Тагиле.

Всё самое интересное теперь уже ждёт нас после Нового года. Новогодние каникулы уже по традиции насыщены хоккейными поединками. Борьба за четыре путёвки в «плей-офф» обещает быть очень напряжённой; жаль только, что болельщики хоккея в Верхней Салде остаются в стороне этих событий.

Из-за отсутствия льда команда «Титан» была вынуждена провести все поединки первого круга на выезде. И по сей день эта проблема не решена. Не исключено, что подопечные Ильи Емца будут вынуждены и второй круг сыграть вне родного города. Хотелось бы все-таки, чтоб вопрос со льдом решился, и болельщики в новом году увидели свою любимую хоккейную дружину если не в «куполе», то хотя бы на льду хоккейного корта школы № 2, или в гостях в соседней Нижней Салде.

Следующие поединки команды проведут на выезде: 3 января «Металлург» отправится в Красноуральск, а «Титан» вновь в Нижний Тагил. Домашний поединок «Металлург» сыграет в субботу 9 января против команды «Авто8», начало встречи в 14-00.

Всех с Новым Годом и до новых встреч на хоккее в 2016 году!

Антон ГРИГОРЬЕВ

Турнирная таблица на 26.12.2015 г.

	Команды	игры	очки	шайбы
1	«Титан» Верхняя Салда	5	8	26-29
2	«Факел» Лесной	3	7	15-13
3	«Огнеборец» Нижний Тагил	3	6	21-9
4	«Святогор» Красноуральск	4	5	20-33
5	«Авто8» Серов	3	4	21-15
6	«Металлург» Нижняя Салда	4	3	12-16

Пусть будет много добрых дней в году, который наступает

Все мы в преддверии Нового года ожидаем чуда. Чудесами, как известно, наполнены сказки. Каждый, кто поучаствовал в конкурсе елочных игрушек ФГУП НИИМаш, стал волшебником. Участники конкурса совершили тематическое «Путешествие в мир сказок народов мира» и своими руками проторили дорогу к исполнению новогодних желаний.

Мы уже говорили о том, что новогодние игрушки для главной елки института имеют свои особенности: кроме яркости, они должны быть непромокаемыми, большими и не очень легкими. Самое большое количество баллов компетентного жюри набрала «Красная шапочка» Юлии Кузьминой (отд. 4), второе место в конкурсе досталось «Колобку» Галины Дудиной (ц.106)

(кстати, Галина взяла еще приз за оригинальность и в другой игрушке – «Аладдине»), третье место у Ларисы Муравьевой (ц.102). У Галины и Ларисы герои сказок из папье-маше, а у победительницы Юлии «Красная Шапочка» из интересного материала, получившего



недавно признание рукодельниц – из фомы. Юлия открыла нам секрет, почему героиней елочной игрушки стала «Красная шапочка».

- Во-первых, у меня две дочери – Настя и Маша, которые и помогли мне делать милую куклу. Во-вторых, у нас по родственной линии почти одни девчонки. В-третьих, мы очень привязаны к своим любимым и замечательным бабушкам. Красная Шапочка – это пример заботливой и внимательной внучки. Фом для меня – привычный материал, я давно увлекаюсь изготовлением кукол из него. Только мои куколки были небольшие и сувенирные, а здесь непривычно большого «роста». Приятно, что мои старания и помощь моих дочерей оценили. Делали от души. Новогодние хлопоты – это всегда

праздник. Мы свое праздничное настроение уже подкрепили. Всем читателям «Салдинки», коллегам, близким хочу пожелать здоровья, мира и любви. Пусть будет много добрых дней в Новом 2016!

Конкурсное жюри отметило оригинальные работы еще нескольких участниц: Марии Хламкиной (отд. № 13) – Щелкунчик, Анны Туровой (ц.103) – Дед Мороз, Веры Трофимовой (ц.106) – Грибок.

Участницы конкурса «Путешествие в мир сказок народов мира» окунулись в фантазию, и они-то уж точно знают заветный рецепт исполнения желаний. Они поделились им с нашими читателями:

- Что мы желаем в наступающем Новом году дорогим и близким людям? Здоровья, счастья, добра, достатка, исполнения желаний...

А для этого надо: декоративную свечу, которая будет гореть за праздничным столом, сжигая все негативное. Свеча может быть в форме елочки или символа года – обезьянки. Скатерть – символ достатка и изобилия. Нарядный

кувшин для записи новогодних пожеланий и бутылка шампанского. На скатерти, перед тем как постелить ее на новогодний стол, напишите или прикрепите (с обратной стороны) – «Скатерть-Самобранка». На доньшке кувшина – «Сосуд Здоровья», а на бутылке шампанского – «Волшебный напиток, исполняющий желания!». Накрывая праздничный стол, в центр поставьте кувшин с чистой водой: эта вода «запишет» все хорошие пожелания и слова поздравлений, которые будут произноситься за праздничным столом (утром ее надо будет разделить между всеми членами семьи и выпить натощак). Провожая Старый Год, первым делом зажгите свечу. Загадывая желания и выпивая под бой курантов бокал Волшебного шампанского, обязательно улыбнитесь сердцем. И все чудесные пожелания в Новом году обязательно исполнятся!

Вероника ПЕРОВА



Уважаемые салдинцы!

Примите мои самые искренние поздравления с наступающим Новым 2016 годом и Рождеством Христовым

Эти праздники были и остаются символом добра и надежд. Они по-прежнему согревают нас теплотой душевного общения с близкими и родными людьми.

Пусть все хорошее, что радовало нас в уходящем году, непременно найдет свое продолжение.

От всей души желаю вам благоденствия и процветания, успеха и вдохновения, свершения всех надежд, доброго здоровья, личного счастья, семейного благополучия и сиполнения самых заветных желаний.

С уважением к вам,
Авенир Игнатьевич ВОЛКОВ,
помощник депутата Государственной Думы

Уверенности и оптимизма!

Дорогие ветераны войны, труда, боевых действий, государственной службы, пенсионеры!

Уважаемые салдинцы!

От имени Совета ветеранов Верхнесалдинского городского округа примите сердечные поздравления с наступающим 2016-ым Новым годом – праздником, который дарит всем счастье и радость, несет в каждый дом тепло и уют!

Уходящий год был насыщен важными для страны событиями, он радовал новыми достижениями, яркими победами. Во многом это стало возможным благодаря колоссальному вкладу в общее дело всех жителей нашего Верхнесалдинского городского округа.

Встречая Новый год, мы ждём добрые и радостные перемены. И наши собственные планы неотделимы от России, от высоких и благородных чувств к своей Родине – Российской Федерации. Её развитие, продолжение её тысячелетней судьбы зависят от нашей общей энергии и труда, от нашего единства и стремления сделать как можно больше полезного для её блага. Только вместе мы, народ России, сможем уверенно идти вперёд, противостоять любым испытаниям, решать самые сложные задачи, строить сильное, успешное государство, современное и свободное общество. Вместе мы сделаем Россию сильнее!

Пусть новый год будет наполнен приятными сюрпризами и интересными событиями, станет успешным для каждого человека, для каждой семьи, чтобы профессиональные и жизненные достижения воплощались в намеченные планы и надежды!

Хотелось бы, чтобы грядущий год стал для вас периодом преодоления всех трудностей, принес в ваши дома и семьи спокойствие, благополучие и уют, стал временем реализации задуманных планов и сокровенных желаний.

От всей души желаю вам крепкого здоровья, счастья, мира, жизнеутверждающей энергии и спокойствия на родной уральской земле.

Уверенности и оптимизма вам, дорогие друзья, во имя процветания нашей великой Родины!

С наилучшими пожеланиями,
Николай КОНДРАШОВ,
председатель Совета ветеранов
Верхнесалдинского городского округа

Начудили по-снежному

У нижнесалдинцев и гостей города давно стал любимым снежный городок у спорткомплекса «Вымпел». В канун новогодних праздников работники НИИ с удовольствием участвуют в конкурсе снежных фигур, который проводит институт.

- Я приезжаю в гости к бабушке и дедушке в Нижнюю Салду и хожу на горку и елку на спорткомплекс. Каждый год там новые фигуры. Много детей. Елка настоящая! – говорит десятилетняя Машенька, гостя из Верхней Салды.

Елка, действительно, там всегда пушистая, разлапистая, с мягкими иголочками. А почему она так радует глаз? Потому что Виктор Семенович Распопов выбирает ее по-особому:

- Выбираю ее как невесту. Чтоб не только твой глаз радовала, но и собирала около себя большие и счастливые семьи, - говорит Виктор Распопов.

Виктор Распопов и его семья тоже ваяли снежную фигуру – символ года - Обезьянку, но только вне конкурса. Он и жюри считают незачитным профессиональному художнику бороться с любителями-скульпторами.

Когда шел процесс воздвижения снежных фигур на аналогичную тематику елочного конкурса «Путешествие в мир сказок народов мира», погода благоволила талантливым участникам. В итоге все участники были отмечены жюри конкурса. Но все же первое место пришлось отдать статной и заносчивой Снежной королеве – создатель Ольга Орищенко из соцбытотдела. Второе место у скульпторов ц. 29 – Наталья Биянова и Анна Мартынова предложили фигуры Маши и Медведя, одной из самых сегодня популярных сказок в современной интерпретации. Бронзовыми «строителями» стали: Ирина Волкова (отд. 31) с джинном Аладдином, Ольга Кулябина и ее воздушный замок, и Елена Марусей с Белоснежкой и Гномом.

Но самое главное – все участники конкурса сотворили маленькое чудо, которое объединит и согреет многие семьи нижнесалдинцев у главной елки НИИ машиностроения..

Вероника ПЕРОВА

тел./факс: (34345) 3-07-07; saldarab@mail.ru



Что есть с алкоголем за новогодним столом



В преддверии Нового года мы собрали для вас различные исследования и рекомендации российских и зарубежных врачей - с чем не сочетаются спиртные напитки. Сейчас вы будете немного удивлены - среди продуктов, названных врачами и учеными, немало привычной нам закуски. Но если не хотите проблем, лучше все же прислушаться к рекомендациям. И следовать им не только в Новогоднюю ночь!

Чем не стоит злоупотреблять:
1. Пирожными и тортами с кремом.
Алкоголь и сладкое - это конкуренты в очередь на переработку. В первую очередь организм бросится расщеплять жирные сладкие тортики, ведь для него глюкоза важнее. А расщепление алкоголя отложит на потом. В итоге - выброс инсулина в кровь, быстрое опьянение и жестокое похмелье, поскольку организм успел отравиться токсичными веществами из алкоголя.

2. Шоколадом.
Шоколад в сочетании с алкоголем очень больно ударяет по поджелудочной железе. Алкоголь и без того нагружает поджелудочную, вызывая кратковременные спазмы. А шоколад может заблокировать некоторые протоки. Вследствие чего возникает воспаление - и панкреатит. Так что, если вы любитель коньячка с шоколадом, рекомендуем пересмотреть приоритеты.

3. Свежими помидорами.
Крепкие напитки, особенно водка, с помидорами не ладит. - Оба они усиливают негативные качества друг друга, - поясняет наш постоянный эксперт, врач-диетолог Людмила Денисенко. - В частности, влияние органических кислот из помидоров на стенки слизистой желудка. Из-за чего может быть вздутие живота или несварение.

4. Жирным жареным мясом.
Жирное и жареное обостряет, продлевает действие спирт-

ного. Плюс дополнительная нагрузка на желудок и печень, и конечно желчный пузырь.

5. Острыми закусками.
Как ни странно, но острые штучки, типа мексиканских закусок тоже способны усилить действие алкоголя. А в сочетании с крепким может «обеспечить» ожог слизистой желудка или пищевода.

6. Маринованными огурцами.
В отличие от соленых собратьев, которые поддерживают водно-солевой баланс в организме, маринованные огурчики и помидорчики дают лишнюю нагрузку на почки и печень, и без того отягощенные алкоголем.

7. Виноград, дыни, арбуз.
Вообще-то фрукты неплохо сочетаются с вином, особенно белым. Но чем они слаще, тем организму будет приятнее переработать сначала их, как в случае с тортами (см. пункт первый), и тем ощутимее будет опьянение. А дыня в сочетании с крепким алкоголем дает в прямом смысле взрывной эффект в кишечнике - начинает там весело бродить и даже петь песни.

А ЧЕМ ЖЕ ЛУЧШЕ
Вино хочет сыра...
Для вина лучше всего подойдет сыр, в котором органично сочетается кальций и другие минералы. Они помогают усваивается полезным полифенолом из вина. В общем, и вкус подчеркивает, и пользу дает.

...А водка требует мяса
Водку же у нас традиционно закусывают винегретом. И правильно делают! Ведь он чудесным образом сочетает картофель-адсорбент и квашеную капусту - источник витамина С. Именно последний лихо вымывается из организма вместе с алкоголем. Поэтому с вечера организму необходима квашеная капуста как закуска, а наутро рассол из-под нее - как лечебный бальзам.

Еще водку хорошо закусывать нежирным мясом (отварным или запеченным) или рыбой, а также морепродуктами. Животные белки перевариваются долго - от четырех до восьми часов. А под воздействием алкоголя - еще дольше, поскольку их молекулы связываются в кишечнике. При этом сохраняется относительное чувство безопасности - организм сыт, чуть пьян, благодушно переваривает мясо и в процессе потихонечку отдает алкоголь, который также неторопливо расщепляется в печени. В таком состоянии можно хоть всю ночь просидеть!

ВАЖНО
Гастроэнтерологи напоминают: если хотите быстрого опьянения, то положите себе в тарелки

фруктов, тортиков, налейте стакан газировки. Если хотите с достоинством продержаться всю новогоднюю ночь, отдавайте предпочтение печеным или вареным овощам. А также нежирной белковой пище.

Белковую пищу, в частности различное мясо, сочетать со сладкими настойками или десертными винами гастроэнтерологи не рекомендуют. Иначе будет затруднена секреция желудочного сока, из-за чего, мясо проскочит через желудок и упадет в кишечник не переваренным. Утром живот будет бурчать, а печень в ужасе попытается переработать все продукты распада - и алкогольного, и не переваренного мясного.

Десять простых шагов чтоб не болеть утром 1 января
Головная боль, жажда и другие последствия веселой ночи отступят, если следовать нехитрым правилам

Ой, ну до чего же весело нам гуляется в Новый год! И шампанское, и пляски вокруг елки, и салаты, и лампочки нарядные и Дед Мороз такой веселый! И вообще, все такие веселые что хочется со всеми выпить за здоровье и за счастье в Новом году.

Правда, первый же день этого самого нового года, как правило, получается уже не таким радостным и уж совсем нездоровым. Головная боль, тошнота и прочие «радости» похмелья возвращают нас на грешную землю, заставляя в который раз давать торжественную клятву: «Да что бы я... еще хоть каплю... Никогда!»

И тем ни менее, раз уж мы не относимся к числу абсолютных трезвенников и нам время от времени все таки приходится сталкиваться с алкоголем и как следствие - бороться с похмельем, то стоит запомнить несколько простых шагов выживания после праздника.

Шаг 1
Преодолеваем тошноту
Этот шаг первый, потому что не совершив его, вы не сможете добраться до остальных спасительных пунктов. И помните, рвота и тошнота - это естественная защита вашего организма от тех немислимых доз алкоголя, которыми вы его угощали накануне. Теперь этот алкоголь распался на токсины и организм пытается их поскорее убрать. Пусть и не так эстетично, как вам бы хотелось. Поэтому забывайте, что еще вчера ночью вы были новогодней принцессой, а отправляйтесь в санузел и тошнитесь на здоровье.

Если тошнота есть, а рвота отсутствует, попейте водички. Два, а то и три-четыре стакана чуть теплой воды, небольшими глоточками. Будет трудно. Но человек, который еще пару часов назад пил и плясал до утра, сможет и это. Как только промоете себе желудок, поймете, насколько вам станет легче.

Так же справиться с утренней тошнотой поможет чай из свежего имбиря. Для этого нарежьте кусочек корня имбиря, залейте несколькими стаканами воды и прокипятите под крышкой около 7 минут. Пейте с медом и медленными глотками.

Шаг 2
Очищаемся сорбентами
Если похмелье - это ни что иное, как сильное отравление продуктами распада алкоголя, то одна из первых задач - вывести эти самые «продукты» из организма. Поэтому, в помощь нам - сорбенты.

>>>продолжение на стр. 16

**МАГАЗИН
СЕКОНД-ХЕНД**

Стильга

ПРИГЛАШАЕТ ЗА ПОКУПКАМИ!!!
ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО
ПО НИЗКИМ ЦЕНАМ
СКИДКИ ДО 50%!!!
АКЦИИ, ПОДАРКИ, РОЗЫГРЫШИ
СКИДКА 10% В ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ!!!

ГРАФИК РАБОТЫ:
С 11.00 ДО 19.00
БЕЗ ПЕРЕРЫВА И ВЫХОДНЫХ

АДРЕС МАГАЗИНА:
г. ВЕРХНЯЯ САЛДА
ул. ЭНГЕЛЬСА 85/1

В. Салда, ул. Воронова, д. 2, корп. 1
Маг. "Природа", отдел (Рыбачьте с нами).

Валенки-самокатки

(пр-во Режевской р-он)
Детские - от 500р. Женские - от 1200р. Мужские - от 1300р.

ШЛАКОБЛОК
полнотелый, пустотелый
от производителя.

Доставка манипулятором.
Оптовикам скидка

ЦЕМЕНТ, ЩЕБЕНЬ, ОТСЕВ, ПЕСОК, ШЛАК

тел. 8-9090298265;

АССЕНИЗАТОРСКИЕ УСЛУГИ

Полноприводная машина V-5м3,
устранение аварий на канализации.

Услуги а/м КАМАЗ - манипулятор, самосвал.

ЩЕБЕНЬ, ШЛАК, ОТСЕВ, ПЕСОК,
ТОРФ, ОПИЛ, НАВОЗ

8-953-001-80-76

АВТОЭВАКУАТОР
ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ
все легковые и грузовые машины
до 8 т предоставляются
отчетные документы

8 922-612-2727
КРУГЛОСУТОЧНО 8 902-267-4341

**КУПИ КРОВАТЬ
И МАТРАС —
ПОЛУЧИ СКИДКУ 5%**

САЛДАМЕБЕЛЬ.РФ
ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН
МЕБЕЛИ И ДВЕРЕЙ
ТЕЛ. 47-6-40

[УЗНАТЬ ПОДРОБНЕЕ >](#)

ГАЗОВЫЕ КОТЛЫ
импортные и отечественные.
Индивидуальный подбор,
консультации.

Доставка, установка, ремонт.
8-912-231-95-20; 8-904-167-73-23

ДРОВА В НЕОГРАНИЧЕННОМ
КОЛИЧЕСТВЕ
ДОСТАВКА
А/М ГАЗЕЛЬ
БЕЗ ВЫХОДНЫХ

КОЛОСТЬЕ

отличного качества до дачи, сада, бани
ТЕЛ. 89527344617 89632744315

Поздравления

С ЮБИЛЕЕМ

Валентину Владимировну Волкову,
Владимира Васильевича Медведева,
Николая Капионовича Рылова,
Ефима Алексеевича Шадрина,
Валентину Ивановну Шитову,
Владимира Михайловича Григорьева,
Вячеслава Михайловича Кондратьюка,
Генриэтту Павловну Маклакову,

Валентину Викторовну Терентьеву
С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ
Александра Николаевича Боронина,
Татьяну Степановну Бызову,
Людмилу Ивановну Ильину,
Василия Николаевича Капкова,
Нину Кузьмовну Коростелеву,
Владимира Григорьевича Левченко,
Маргариту Григорьевну Махаеву,
Александр Николаевичу Медведеву,
Веру Петровну Ольховик,
Клавдию Леонтьевну Постникову,
Ираиду Васильевну Прокофьеву,
Евгению Александровну Соловьеву,
Тамару Михайловну Трубину,

Людмилу Петровну Анисимову,
Галину Викторовну Воскрещеву,
Александра Ивановича Елькина,
Галину Викторовну Зубареву,
Светлану Максимовну Кожевникову,
Людмилу Ефимовну Распопову,
Любовь Андреевну Усольцеву,
Юрия Григорьевича Шульгина.

**Всех пенсионеров НИИМаш –
С Новым Годом и Рождеством!**

**В самый яркий и чудесный
День рождения
Пусть исполнится
заветная мечта,
Ждут приятные
сюрпризы, впечатления,
От души звучат сердечные слова!**

Совет ветеранов НИИМАШ

С ЮБИЛЕЕМ

Михаила Ивановича Кияшко
Нину Семеновну Коновалову
Людмилу Николаевну Постникову
Елену Тимофеевну Чиж

С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ

Георгия Васильевича Бессонова
Галину Александровну Волкову
Валентину Ивановну Долбилову
Татьяну Александровну Жвакину
Маргариту Алексеевну Кобенину
Валентину Константиновну Левину
Нину Павловну Левину
Светлану Михайловну Орлову
Татьяну Ивановну Парфенову
Виктора Никитича Патимова
Анну Андреевну Распопову
Ирину Алексеевну Тёткину

**Успехов от души, благополучия
И в настроении отличном
быть желаем,
Судьба чтобы дарила
только лучшее,
Здоровья крепкого и счастья!
ПОЗДРАВЛЯЕМ!**

**Совет ветеранов
ОАО «ЕВРАЗ – НТМК» - НСМЗ**

ГОРОСКОП

с 04.01.2016 г.
по 10.01.2016 г.



ОВЕЖ (21.03-20.04)

Это самая удачная неделя этого месяца, когда успехи в делах будут дополняться не менее приятными событиями в личной жизни. Нет никаких ограничений, если вы планируете важные мероприятия на работе или дома.



ЛЕВ (23.07-23.08)

Если у вас есть надежный партнер, то сейчас можно доверить ему решать важные вопросы. Пока лучше придержать личный эгоизм и взять паузу в тех темах, где вы привыкли доминировать.



СКОРПИОН (23.11-21.12)

Вам нужно максимально сосредоточиться на самом главном, что сейчас у вас есть. Определяющим днем будет понедельник.



ТЕЛЕЦ (21.04 -21.05)

Вы могли долгое время идти к какой-то цели, но именно сейчас появляется возможность ее реализовать. Обращайте внимание на новости, не отказывайтесь от встреч и поездок.



ДЕВА (24.08-23.09)

Если у вас есть надежный партнер, то сейчас можно доверить ему решать важные вопросы. Пока лучше придержать личный эгоизм и взять паузу в тех темах, где вы привыкли доминировать.



КОЗЕРОГ (22.12-20.01)

Если на этой неделе получите предложение - подумайте над ним, даже если сразу и не захотите ничего менять.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05-21.06)

Вам нужно очень много успеть на этой неделе. Работать лучше в команде, а не в одиночку. Решения принимать - тоже.



ВЕСЫ (24.09-23.10)

События развиваются стремительно. Не увлекайтесь чем-то одним, вы можете достичь невероятных результатов сразу в нескольких направлениях.



ВОДОЛЕЙ (21.01-19.02)

Постарайтесь сделать так, чтобы какое-то из ваших усилий увенчалось успехом. Стремитесь к конкретным результатам - подписывайте документы, подводите черту в переговорном процессе, решайтесь на важный шаг в личных отношениях.



РАК (22.06-22.07)

Ваши намерения становятся серьезными. Ищите с партнерами достойные внимания цели и действуйте сообща. Лучше попросить помощи, но успеть сделать самое главное, чем пропустить удачный момент.



СКОРПИОН (24.10-22.11)

У вас много дел дома, но это приятные заботы. Хорошая неделя, чтобы начать ремонт - вас посетят оригинальные идеи, а близкие поддержат ваш энтузиазм.



РЫБЫ (20.02-20.03)

Позволяйте себе новшества, занимайтесь реформами на рабочем месте, делайте перестановки дома. Если почувствуете, что назрела необходимость - меняйте все, что вам надоело.

45 лет вместе

Любовь. Брак. Семья.

Эти понятия сегодня с каждым днём утрачивают своё значение. Современной молодежи всё труднее понять, как можно прожить с одним человеком всю жизнь. Может быть, поэтому, глядя на идущую под руку пожилому пару, возникает чувство уважения, восхищения.

Мои родители, Головановы Галина и Владимир, 30 декабря отмечают 45 лет супружеской жизни. 45 лет они поддерживают друг друга, заботятся друг о друге, как говорится «и в радости, и в горе».

А всё начиналось, как и у всех. Они познакомились, когда ей было 18, ему – 23. Владимир – плавильщик в цехе №32, Галина – работник торговой сферы. Молодые, красивые, полные оптимизма и уверенности. Они поженились 30 декабря 1970 года. Новый год – мечты, желания, вера в светлое будущее, но семейная жизнь – это совсем не сказка, и чудес в ней не бывает.

Начинали они свою семейную жизнь, как многие другие супружеские пары того времени: частное съемное жильё без удобств, вечерняя школа после работы, маленькие дети, отработка за квартиру. Но их это не пугало, ведь главное – они вместе, они всё преодолеют. И у них всё получилось.

В 1975 году, перед самым Новым 1976 годом, они получили ордер на новую квартиру – собственную квартиру с горячей водой! «Радости не было предела - не верилось», - вспоминает мама.

Ждать не стали, на табуретках и узлах встречали Новый год, ели вареную картошку, танцевали под «Ах, мамочка!» и были самыми счастливыми. Они, как и все советские семьи, покупали в кредит серванты, цветные телевизоры, копили деньги на отпуск у моря.

Они жили, воспитывали детей, не жалуясь и не надеясь на чью-то помощь. Добивались всего сами, четко зная свои обязанности и

выполняя их. Папа был всегда главным – добытчиком. Чтобы обеспечить свою семью, он искал дополнительную работу. Мама вела хозяйство: уборка, готовка, стирка.

Тогда, в детстве, мы много не понимали и не ценили. Только сейчас, имея своих детей, понимаем, как им было тяжело. Они тоже уставали, отказывали себе, чтобы было нам хорошо. Обе дочери получили высшее образование, имеют достойную работу.

Родители и сейчас остаются нашими незаменимыми советчицами и помощниками. С годами начинаешь понимать, как здорово, что они смогли сохранить нашу семью, которая могла разбиться о бытовые трудности, финансовые проблемы 90-х, но они выстояли, выдержали, потому что были вместе. И как же нам повезло, что у нас есть «родительский дом», в котором всегда ждут, любят, заботятся. И как хочется, чтобы наши дети брали пример со своих бабушек и дедушек, не боялись трудностей, берегли любовь и верили в её силу.

Сегодня они пенсионеры ВСМПО. Папа, Голованов Владимир Семёнович, проработал на ВСМПО 41 год, ветеран труда, за трудовые успехи награжден орденом «ЗНАК ПОЧЁТА». Мама, Голованова Галина Леонтьевна, проработала на ВСМПО 33 года. Долгое время её фото украшало ДОСКУ ПОЧЁТА цеха №9.

Но покой им только снится. Как и все пенсионеры, они работают на своём огороде, заботятся о внучке. Без дела сидеть не могут – привычка.

Дорогие наши мама и папа! От всего сердца поздравляем Вас с 45-летием супружеской жизни! Желаем здоровья, долгих лет жизни. Вы – пример для нас. Мы любим вас и гордимся вами!

Ваши любящие дети, внучка.



Помощь в оформлении займа под материнский капитал на улучшение жилищных условий
до исполнения ребенку 3х лет
выкуп доли до целого
сделки между близкими родственниками

Представитель по Свердловской области

8-908-633-88-50, 8-912-658-63-29

8 800 100 47 44

звонок бесплатный

Заказчик ООО АН «Доминанта»

Отдел одежды Эконд хэнд.
Яркая и стильная одежда из Европы по доступным ценам.
г. Нижняя Салда,
ул. Ломоносова, 44 (маг. «Волна»)

**НЕДВИЖИМОСТЬ
КУПЛЮ**

***1,2,3-х комнатные квартиры в пос. Басьяновский. Дом на тагильском кордоне. Без посредников.//8-908-63-73-603

СДАМ

*** Двухкомнатная квартира в Нижней Салде, бригаде. Очень теплая. Имеется холодильник, водонагреватель, телевизор и т.д // 8-922-132-32-06;

МЕНЯЮ

* Малосемейку в Нижней Салде на двухкомнатную квартиру в Верхней Салде с доплатой. //8-904-386-2228

** *Двухкомнатную квартиру в Нижней Салде на частный дом с отоплением и водой, или на малосемейку с вашей доплатой// 8-952-74-21-241

ПРОДАЁМ:

*2-х комнатную квартиру на Песчаном карьере. 2-ой этаж, 43\28\6. Комнаты изолированы. Санузел раздельно. Трубы металлопластик, счетчики на воду. Никто не прописан. Цена 359 т. руб. Возможен расчет материнским капиталом.// 8-932-116-48-44

* Жилой двухэтажный дом в центре Нижней Салды, ул. Ленина,8, 109 кв.м жилая площадь, централизованное отопление, водопровод, все благоустроено, огород, теплицы, баня.// 8-953-00-23-759

* Гараж в Нижнем Тагиле (район Тагилстрой)// 8-909-703-53-07

*3-х комнатную квартиру в пос. Басьяновский, Ленина,3. 20 км от Нижней Салды. Общ. пл. 57, кухня – 6. Состояние обычное, трубы заменены. 587 т.руб. Поблизости есть школа, садик, магазин. // 8-908-637-36-03

*Дом в Нижней Салде по улице Октябрьской революции, 60, с подсобным хозяйством. Есть все надворные постройки(баня, хлев, 3 сарая, гараж 18x12), животные – коровы, вьетнамские свиньи, Ландрасы всех возрастов, 18 соток земли. Все в собственности. // 8-963-44-00-791; 8-952-130-40-49

*Дом бревенчатый 20 км от Нижней Салды(

Покупаем дорого
ШКУРЫ КРС
8-909-021-22-22
8-92222-533-07

Дрова колотые.
Доставка
а\м «Газель»
8-952-733-67-17

Вниманию охотников!
Покупаю шкурки куниц
по высоким ценам!
тел. 8-919-370-86-83

**ШЛАКОБЛОК,
керамзитобетонные БЛОКИ,
ЖБ КОЛЬЦА для колодцев,
ТРОТУАРНАЯ ПЛИТКА,**
ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО 8(3435) 92-01-92

Кровельные и фасадные материалы
(металлочерепица, профнастил,
сайдинг металлический и виниловый).
Бесплатный замер и расчет.
Консультации.
8-952-738-31-88; 8-906-811-56-11

тагильский кордон), общ.пл. 39 кв.м, Две комнаты + кухня. Печное отопление. Огород 12 соток. Выходит на р. Тагил. Дорога асфальтовая. Цена 349 т. руб. //8-953-046-35-59

***Однокомнатную квартиру в п. Басьяновский, по ул. Жукова,4, 35 км от В.Салды, 1 этаж в двухэтажном доме. Общ. пл. 31 кв.м, жилая 18 кв.м, кухня 6 кв.м. Теплая остается частично мебель. Никто не прописан. В поселке есть школа, садик, магазины. Цена 365 т. руб// 8-908-63-73-603

*** Трехкомнатную квартиру, общ.пл. 63,8 кв.м, ул. Ломоносова, 2 этаж. Стеклопакеты, заменена сантехника. Квартира теплая, хорошие соседи. // 8-906-859-94-56; 8-912-255-01-97

* Срочно! Малосемейку в Нижней Салде по ул. Строителей 46. Общ. пл. 29,9 кв.м. Торгу уместен.//8-904-386-2228

* Двухкомнатную квартиру в Нижней Салде в доме СМЗ. Частично сделан ремонт. Натяжные потолки. Теплая, уютная// 8-92222-316-81, Сергей; 8-922-141-83-07, Елена

* Трехкомнатную квартиру в Нижней Салде, в доме СМЗ, 1 этаж. Квартира теплая. // 8-909-028-14-98

* Жилой дом в Нижней Салде, ул. Урицкого,4. Пл. 50 кв.м, двор, баня., центральное отопление, скважина, с перспективой на газ. Можно на два материнских капитала// 8-961-774-26-68

* Трехкомнатную квартиру в Нижней Салде Ломоносова,17, 4 этаж// 8-909-706-42-43

*Однокомнатную квартиру в п. Басьяновский, по ул. Труда,3. 1 этаж, в 4-х этажном доме. Площадь: 40\20\9. Теплая, никто не прописан, напротив детский сад, школа. Цена 343 т. руб. Возможна продажа на материнский капитал.// 8-908-63-73-603

* Малосемейку в Верхней Салде, 25 Октября д.8// 8-929-221-53-34; 8-908-900-86-17

* Трехкомнатную квартиру в Нижней Салде, ул. Уральская, 7 Общ. площадь50,3. Удобное местоположение, рядом магазины, детсад. Цена 1 млн. 850 т. рублей. Торгу уместен //8-952-73-49-53

* Дом бревенчатый (обшит) в Нижней Салде по ул. Лермонтова. Пластиковые окна. Общ. пл. 41 кв.м, две комнаты плюс кухня, баня скважина, в дом заведена вода. Огород 7 соток. В прекрасном состоянии.// 8-908-63-73-603

* В связи с отъездом продается хорошая малосемейка в Нижней Салде. Капитальный ремонт. Общ. пл. 30 кв.м, 4 этаж, балкон // 8-965-514-84-51

** В связи с переездом продается 2-х комнатная квартира в Верхней Салде, с мебелью, 4 этаж. Дом крупноблочный, кооперативный. Район хороший. Недалеко ВСМПО, магазины, садик. Спокойные соседи. Около дома зеленые насаждения, летом как в саду.// 8-909-701-78-46

*** Двухкомнатную квартиру в Нижней Салде, Уральская,5, 3-й этаж. Комнаты раздельные . общ. пл. 47,5 кв.м //8-912-670-39-32

** Трехкомнатную квартиру в Верхней Салде, улучшенная планировка, стеклопакеты, сделан качественный ремонт, душевая кабинка, счетчики на воду, трубы поменяны. Возможен обмен на недвижимость в Екатеринбурге// 8-922-125-65-95

* Трехкомнатную квартиру в Нижней Салде, дом СМЗ, общая площадь 63 кв.м, 2 этаж, стеклопакеты, стояки поменяны.//8-922-030-22-60

* Дом в центре Нижней Салды. Пл.90 кв.м, центральное отопление, водопровод, канализация, газ подведен. Баня, погреб, огород. Цена 950 т. руб. // 8-950-19-888-74

* Трехкомнатную квартиру в Верхней Салде, или обменяем на две однокомнатные// 8-9000-4116-92

* Срочно! Дом-дача. Баня, гараж, огород. В хорошем месте в Нижней Салде// 8-963-44-26-337

* *Срочно! Дом в Нижней Салде, с газом, баней,

гаражом, участком,Заводская1-1. Цена 1 млн.600т. рублей// 8-950-657-21-73, 8-908-918-83-99

* Двухкомнатную квартиру в Нижней Салде, 44 кв.м, Ломоносова,17// 8-906-803-19-06

* Комната с подселением в Нижней Салде, в районе Кержаков// 8-922-605-52-14

ТРАНСПОРТ

*** Фиат Албея 2008 г., цвет синий // 8-952-741-51-83

*ВАЗ 2112, 2001 г.в., цвет фея. В хорошем состоянии// 8-909-31-76-28

*Volkswagen Polo 2014 г.в, серебристый металлик. В максимальной комплектации, резина зима\лето. Налить, один хозяин. Цена 600 т. руб. Торгу// 8-912-051-15-48

*Seat IBIZA 2011 г.в(в эксплуатации с середины 2012 г.). Испанская сборка. Цвет бордовый. Кондиционер, стеклоподъемники, подогрев сидений, аудиоподготовка, усилитель руля, 2 комплекта резины, пробег 74 т. км, Цена 390 т. руб. Торгу// 8-909-703-53-07

*** Лада Гранта, белая, 2012 г.в. Пробег11 т.км. Есть все. Один хозяин// 8-909-029-47-24; 8-961-776-32-24

** ГАЗ 31105, 2007 г.в., европанель, климат-контроль, центральный замок, цвет Лас-Вегас, резина зима-лето, небитая, один хозяин, пробег 67 т. км, в отличном состоянии.// 8-909-004-64-51

** ГАЗ 31105, «Волга», 2005 г.в, цвет белый, не гнилая, в хорошем состоянии 70 т. рублей// 8-961-763-07-07

ЖИВОТНЫЕ

Продаём:

* Щенков йоркширского терьера//8-909-705-57-76

РАЗНОЕ

Продаём:

*Молоко коровье, 3 л-140 руб, творог//8-963-44-00-791; 8-952-130-40-49

* Мясо говядина четвертями (передняя часть) - 230 руб\кг, задняя часть – 240 руб\кг // 8-963-44-00-791; 8-952-130-40-49

* Очаровательный комбинезон (розовый с бантиками) и угги (сапожки) на маленькую собачку. Дешево// 8-963-8-55-66-99

* Ортез новый на левый лучезапястный сустав (при переломах и растяжениях). Дешево// // 8-963-8-55-66-99

* Приставка для цифрового телевидения. Цена 1 т. рублей//// 8-909-703-53-07

* Мутоновую шубу р.52, мужское драповое пальто р. 48// 8-922-123-56-45

* Зимние женские сапоги р. 39// 8-922-123-56-45

*Сало соленое, Сало внутреннее свиное. Сало свежее. Все по 300 руб. // 8-963-44-00-791; 8-952-130-40-49

*** Электрическая швейная машинка «Тула»// 8-950-205-37-62

** *Лопаты для снега. Разных размеров// 8-909-029-95-42

***Свежее домашнее мясо (говядина), бык 1,5 года. Передняя часть – 280 руб., задняя часть – 300 рублей// 8-908-925-12-88

*** Картофель // 8-9222-915-456

*Две новые натуральные мужские дубленки. Цвет черный, размер 54-56, размер 58. Недорого. // 8-908-912-98-41; 8-961-777-44-82

РАБОТА

*В парикмахерскую требуются мастера-универсалы. Аренда. Все подробности по телефону.// 8-902-874-32-13

УСЛУГИ

Грузоперевозки

*Междугородние пассажирские перевозки на

ДВЕРИ
по уникальной технологии
Выполненные из экологически чистых материалов:
МЕТАЛЛ и ДЕРЕВО
Изготовление по индивидуальным размерам
Быстро! Качественно! На века!
Эксклюзивная, ручной работы, утепленная железная дверь, обшитая с двух сторон фигурной рейкой.
Учитываются желания заказчика.
Возможна рассрочка.
8-909-028-5873

**БУРЕНИЕ СКВАЖИН
И РЕМОНТ СКВАЖИН**
8-950-19-81-191

ДРОВА.
КОЛОТЫЕ, БЕРЕЗОВЫЕ И СМЕШАННЫЕ. ДОСТАВКА
В ЛЮБОЙ РАЙОН ВЕРХНЕЙ И НИЖНЕЙ САЛДЫ А\М «УРАЛ»
8-982-601-10-61; 8-912-606-44-81; 8-908-919-22-19

Установка замков любой сложности
в железные и деревянные двери.
Вскрытие дверей (с участковым)
с последующей заменой замков, двери.
8-909-028-58-73

Быстро выкупим Ваш автомобиль,
иномарки от 1995 г.в.
до абсолютно новых.
В любом состоянии, после ДТП,
неисправные, с большим пробегом.
Быстрый расчет. бесплатное оформление
документов и эвакуация.
8-963-035-17-45

СКВА мастер

БУРЕНИЕ СКВАЖИН

- Бурение скважин на воду
- Водоснабжение под ключ
- Автономная канализация

Документы

ОДИН ПОДРЯДЧИК - ВСЕ ВКЛЮЧЕНО
8 (3435) 466-444; 8 (900) 202-00-99

МЕЖДУГОРОДНИЕ ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ

на комфортных авто (иномарки)
Нижний Тагил, Екатеринбург, Кольцово
и другие направления области и России,
имеется детское кресло.

Цены умеренные,
Поездки в любое время.

Предварительный заказ машины
8-909-703-53-07; 8-902-266-48-88

с 10 до 14 часов. Понедельник – выходной // 4-777-5

комфортных авто (иномарки) Нижний
Тагил, Екатеринбург, Кольцово и другие
направления области и России, имеется
детское кресло. Цены умеренные, Поездки
в любое время. Предварительный заказ
машины // 8-909-703-53-07;

* Грузоперевозки, Газель, борт 3 м и Газ-
борт 6м// 8-906-811-22-24

* Грузоперевозки, Газель. В любое
время//8-963-035-15-83

Строительство, монтаж, материалы

* Пиломатериал обрезной (брус, доска), доска необрезная (от 2 тыс.руб), доска
обрезная (от 6 тыс.руб), евровагонка, блок-хаус, наличники, плинтус, бруски,
штaketник Доставка // 8906 -811-22- 24;

* Щебень всех фракций: отсев, песок серо-зеленый, песок желтый, песок речной.
Доставка. // 8-906-811-22-24

* Дрова (колотые, чурки), срезка, горбыль, опил. Доставка // 8-906-811-22-24

* Установка замков любой сложности в железные и деревянные двери. Вскрытие
дверей (с участковым) с последующей заменой замков, двери. //8-909-028-58-73

* Евровагонка (сосна, осина) блок-хауз, половая рейка, штaketник, бруски,
скамейки, столы. Доставка. //8-906-811-22-24

* Услуги электрика: замена проводки, счетчиков, розеток, выключателей и др. //
8-963-041-18-84; 8-902-502-50-60

* Профилист С-8, 045, цвет шоколад 2м, п. -400 руб/лист, С-8 оцинкован, 0,45, 1,8
м - 300 руб/лист; 2м – 320 руб/лист// 8-906-800-56-11

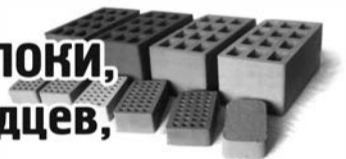
* Дрова колотые. Доставка а\м «Газель»//8-952-733-67-17

* Пиломатериалы: Доска. Брус. Дрова колотые// 8-953-60-06-702; 8-952-147-32-62

Лечение, обучение и другое

* Ветеринарная клиника «Маркиз» (Верхняя Салда) оказывает услуги,
консультации, вакцинации, операции, противоклещевая обработка. В. Салда, ул.
Ленина, 56 (площадь) Вт-сб с 10ч. До 19 ч, перерыв с 14 до 15 часов. Воскресенье:

**ШЛАКОБЛОК,
керамзитобетонные БЛОКИ,
ЖБ КОЛЬЦА для колодцев,
ТРОТУАРНАЯ ПЛИТКА,**
ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО 8(3435) 92-01-92



КОМИССИОННЫЙ МАГАЗИН

Верхняя Салда,
Восточная, 15
м-н «Лидер»
8-904-38-03-349



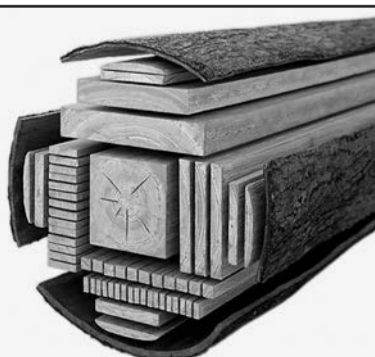
ПИЛОМАТЕРИАЛ

Обрезной (доска, брус)
Необрезной

Прожилины и доска для забора.
Горбыль.

Кирпич строительный и печной.
Услуги лесовоза с манипулятором.

8-950-658-14-39



профиля// 8-950-650-71-39

* Домашний мастер. Быстро и профессионально устраним любые неисправности
в Вашей квартире, связанные с электрикой, сантехникой, мебелью. Выполним
любую домашнюю работу – от забивания гвоздя – до небольшого ремонта// 8-922-
186-03-93; 8-950-643-40-51

* Магазин «Салдинский» осуществляет продажу и доставку кормов для КРС,
отруби, птиц, поросят, перепелов, а также овес, пшеницу, дробленку, примиксы и
добавки (производство Омск, Курган и Богданович). г.Н.Салда, ул. Энгельса, 93//
8-929-219-98-28; 8-953-695-81-87; 8-909-0155-440; 8-919-380-90-34

* Массаж любой сложности, медсестра высокой квалификации// 8-92222-101-66

КУПЛЮ

* Куплю аккумуляторы б\у. Дорого. Самовывоз// 8-965-5306-124

* Рога лося. 1 кг – 200 рублей. В любом виде// 8-952-742-60-18

* Кресло кровать, б/у, небольшой холодильник. // 8-902-27-22-375

31 декабря с 22.00 до 04.00

Живой вокал, шоу программа,
стол деликатесов и салют!
Новогодняя «Дисотека 80-х»!
Всего за 2800 р.!

1 января с 19.00 до 01.00

Поют Сергей Ширма и Антон Волгин,
праздничный стол.
Цена 1500 рублей.

Количество мест ограничено!

КАФЕ «БИРЮЗА»
(Г. Н. САЛДА, УЛ. К. МАРКСА, 70)
ТЕЛ. 8-922-180-0603



САМЫЕ ДЕШЕВЫЕ ЦЕНЫ В ВЕРХНЕЙ САЛДЕ НА ЩЕБЕНЬ, ПЕСОК, ОТСЕВ

ДОП. НАВЕС:
-лопата
-гидромот

ТРАКТОР
JCB 280



МАН 3-ОСНЫЙ
ДЛИННОМЕР



КРАНЫ:
МАЗ 25 т, стрела 29 м,
Урал 25 т, стрела 22 м



МАНИПУЛЯТОР-
АВТОВЫШКА

УРАЛ
КУЗОВ 10Т
СТРЕЛА 7Т 22М



АВТОБЕТОНО-
СМЕСИТЕЛЬ



КАТОК
БЛАГОУСТРОЙСТВО
ТЕРРИТОРИИ,
АСФАЛЬТИРОВАНИЕ



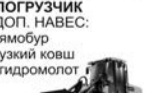
ФРОНТАЛЬНЫЙ
ПОГРУЗЧИК
КОВШ 3 Т



САМОСВАЛЫ 20 Т
(МАЗ- МАН)



ЭКСКАВАТОР
ПОГРУЗЧИК
ДОП. НАВЕС:
-ямобур
-узкий ковш
-гидромот



902-879-5555, 912-222-0302

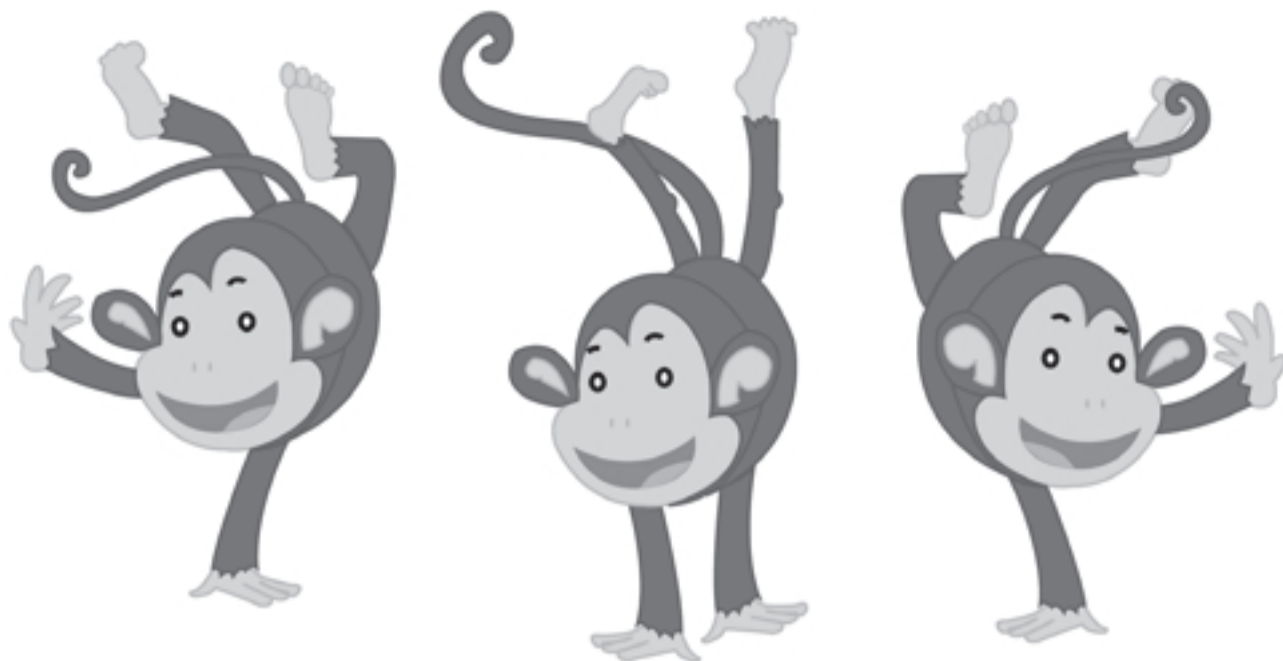
«САЛДА-БЕТОН»
- РАСТВОР
- БЕТОН
- БЛОКИ ФБС
6, 5, 4, 3
- БОРДЮРЫ

Щебень, песок,
отсев, шлак
любой фракции
чем больше объем,
тем ниже цена

ЖБИ КОЛЬЦА,
КРЫШКИ
ДОСТАВКА,
МОНТАЖ

ДОСТАВКА
ОТ 1 ДО 25 Т
В ТЕЧЕНИЕ ЧАСА

НАЛИЧНЫЙ/
БЕЗНАЛИЧНЫЙ
РАСЧЕТ



Шутливый гороскоп на 2016 год

Близнецам

Близнецы вдруг обнаружат, что беззаботная Мартышка устроила в их жизни полный кавардак. Поэтому небесные светила рекомендуют не лениться, а собраться с силами и навести порядок в своей судьбе только так. Пусть не будет в вашей жизни скуки, хандры и безделья. Избавьтесь от ненужного хлама в жилище и выбросьте его без сожаления. Не пытайтесь рассматривать каждую ненужную тряпку и думать, что она вам еще пригодится. Смело отправляйте все накопившееся старье в мусорную корзину, и непосредственная Обезьянка достойно оценит ваши старания и вместе с вами повеселится.

Ракам

Небесные светила настоятельно рекомендуют Ракам подружиться с Обезьяной. В противном случае успех возможен только тогда, когда Рак свистнет. Назойливая Мартышка буквально завалит Раков работой. Поэтому представители этого знака просто обязаны будут составить четкий план действий и упорно следовать каждому его пункту. Упрямые Раки будут настойчиво преодолевать все трудности и подводные камни, которые время от времени им будет подкидывать бессовестная Мартышка, чтобы проверить Раков на устойчивость к стрессам. Ракам, выдержавшим все испытания, Обезьяна доверит руководящую должность или откроет возможность заняться собственным прибыльным делом. Однако небесные светила предупреждают Раков-бизнесменов о необходимости внимательно относиться к подбору партнеров, так как есть вероятность внедрения в ваши ряды отпетого мошенника. Всецело отдаваясь труду, и пропадая дни напролет на работе, не оставляйте без внимания семью и детей. В противном случае вы рискуете тем, что дети просто перестанут вас узнавать. Не забывайте о выходных днях и об отпуске, чтобы ваши домочадцы не забывали ваш несравненный облик.

Львам

Царственным Львам Обезьяна поможет во всех отношениях. Главным представителям этого знака не лениться и доказать Мартышке, что Лев на многое годится. Талантливым и настойчивым Львам хозяйка 2016 года приготовила много подарков и веселых сюрпризов. Главное, чтобы Львы поменьше сердились и не рычали, а чаще шутили и хохотали. Игриво настроенные Львы имеют шанс встретить свою любовь, пусть даже это будет не Львица, а Рак, Рыба, Коза или неотразимая Тигрица. Для своей половинки Лев постарается на удачу: заработает на машину, кругосветный круиз и шикарную дачу.

Девам

Веселая Мартышка велит всем скачущим Девам отставить в сторону глупую книжку. Отправляйтесь в поход на природу или на пикник с друзьями. Там веселитесь, общайтесь, пойте и пейте, закусывайте бананами и шашлыками. Главное условие в год Обезьяны – не сидеть, сложа руки, а отправляться в дальние страны. Там терпеливо всему обучайтесь, не ленитесь и очень

старайтесь. Новые знания вам пригодятся повсюду: в бизнесе и в работе. С помощью знаний финансовую стабильность приобретете. В новом году к Девам Обезьяна благоволит, счастье, удачу и новые встречи им сулит. Девы, в наступающем году не скупитесь, а щедро своими приобретениями делитесь. За это вас Мартышка отблагодарит: шутками и весельем Дев одарит.

Весам

Весам Обезьяна советует не сомневаться, а скорее полезными делами заняться. Главное постараться всюду успеть, чтобы потом не пришлось ни о чем не жалеть. За своим здоровьем и за фигурой следите, и ни в коем случае передать не спешите. Питайтесь весь год, как Обезьяна. Кушайте фрукты, кокосы, бананы. Мяска ешьте меньше, а салатов больше, вот и проживете лет на сто подольше. Стройность, уверенность приобретете, так и любовь свою скоро найдете. Чаще веселитесь, с друзьями шутите, и приятные сюрпризы своим близким дарите. Не капризничайте, понапрасну не плачьте, и Мартышка в новом году принесет вам удачу.

Скорпионам

Всем Скорпионам желает Обезьяна яд свой не лить понапрасну в стаканы. Пусть он из него приготовит лекарство от скуки и лени, нужды и мытарства. Ведь Скорпион в этом деле мастак, пусть кто-то скажет, что это не так. Подобно химику Скорпион будет трудиться, пока зелье любовное создать не изловчится. Зелье чудесное на себе испытает и к противоположному полу страстью воспылет. Чувства взаимного будет добиваться и всячески с подарками изощряться. Мартышка к Скорпиону в этом году благоволит, поэтому Скорпион в любви победит. К нему воспылают любовью ответной, чистой и светлой, взаимной, заветной.

Стрельцам

Много завистников у Стрельцов. В этом году они все ополчились и на борьбу со Стрельцами решились. Так что Стрельцам не время дремать, надо с врагами что-то решать. Тут-то Мартышка и пригодится, Стрельцу вовремя помочь изловчится. Шуткой язвительной и метким словом Стрелец поразит всех врагов поголовно. Так Стрелец заслужит уважение и у всех порядочных людей одобрение. Все станут хвалить и лелеять Стрельца, такого прекрасного удалого молодца. Станут о помощи Стрельца все просить, только помочь всем не надо спешить. Пусть здесь вмешается Обезьяна, и подскажет, где нет обмана, кто действительно нуждается, а кто только вашей помощью воспользоваться пытается. Обезьяна оценит отвагу Стрельца и наградит, денег в достатке ему отвалит.

Козерогам

Козерогов закружит в вихре любовном, сильном и властном, страстном, бездонном. Будут подарки, улыбки и смех, только касается это не всех. Иных Козерогов ждет невезение в любви безответной и поражение. Чувства свои проверять постарайтесь и в новые отношения не бросайтесь. Мартышка поможет все взвесить, чтобы с любовью не

Обезьяна – непредсказуемое животное. Никто не знает, чего можно от нее ожидать в любую минуту. Поэтому наступающий 2016 год будет полон неожиданных сюрпризов.

Веселая Обезьяна любит дразнить и смешить окружающих, а это значит, что в Новом году вас ждет много веселья, шуток и забавных случаев.

Небесные светила рекомендуют в наступающем году с юмором относиться к любым мелким неприятностям и не обижаться на Обезьянку. Ведь для каждого зодиакального знака она приготовила забавные подарки:

накурлесить. Если в любви не везет, не беда. Значит, еще не настала пора. Лучше полезным и нужным чем-то займитесь и от страданий амурных отвлекитесь. Можно на грядках дачных покопаться, а можно просто с интересной книгой на диване поваляться.

Водолеям

Всем Водолеям Обезьяна желает успеха, хотя многим из них не до смеха. Ждут их дела и заботы и очень много рутинной работы. Но не стоит огорчаться. Надо просто улыбаться. Но не забывать трудиться, чтоб потом повеселиться. Обезьяна поможет с далеко идущими творческими планами и деловыми четкими программами. В этом году Водолеев ждут интересные мероприятия и увлекательные, полезные занятия. Всех Водолеев ждут в новом году счастливые мгновения, среди них творческие успехи, победы и крупные достижения. Главное, чтобы Водолеи не загордились и дружбы с хорошими людьми не лишились.

Рыбам

Рыбам не стоит тихонько помалкивать в углу, дайте волю словам в новом году. Ваше красноречие оценят все без исключения, и вы добьетесь успеха без лишнего волнения. Смело плывите вперед, там вас удача ждет. Пусть неизвестность вас не пугает, ведь Обезьяна вам помогает. Отбросьте условности и не стесняйтесь, смейтесь, шутите и жизнью своей наслаждайтесь. Не бойтесь бурного жизни течения, там впереди вас ждет масса везения. Таланты свои глубоко не зарывайте, а повсюду их проявляйте. В этом случае ждет вас удача и успех, и вы сумеете своим искусством поразить всех. Ждут вас в новом году удивительные открытия и приятные во всех отношениях события.

Овнам

Упрямство Овнов давно всем известно, но без него жить неинтересно. Овен умеет идти напролом, ведь слишком упрям и настойчивый он. Часто упрямство его выручает, а иногда — только очень мешает. Светила советуют: будьте терпимы и не упрямитесь, вы ведь любимы. Стоит ли силой вопросы решать, лучше к проблеме ум подключать. И не рубите с плеча, если в споре, юмор поможет при каждом споре. Если шутя все проблемы решить, можно Мартышке всегда угодить. Ну а она в долгу не останется, Овнам удача скоро достанется.

Тельцам

Тельцам трудолюбивым нелегко придется. Ведь для них у Обезьяны куча дел найдется. Постарайтесь не зевать, а повсюду успевать. Ваше упорство по достоинству сумеют оценить, и о вас похвально все будут говорить. Подобно орлу ввысь карьера взойдется, слава повсюду о вас разнесется. Станут к Тельцам обращаться друзья, ими гордиться будет семья. Планы перспективные посыплются градом так, что Телец не всегда будет рад им. Так что придется Тельцу выбирать, чем заниматься, а что отсекать. В этом поможет Мартышка Тельцам и конца не будет у Тельца деньгам.

Постный новогодний стол



Согласно православному христианскому календарю 31 декабря приходится на Рождественский пост.

Традиции предписывают верующим употреблять в такие дни скромную еду и не включать в меню жирную пищу, молочные продукты и калорийные сладости. Перед теми, кто придерживается религиозных канонів, встает довольно трудная задача: какие блюда поставить на новогодний стол 2016, чтобы и требований церкви не нарушить, и праздник хорошо провести.

Что включить в постное новогоднее меню

Продумывая постный новогодний стол 2016, стоит обратить внимание на легкие салаты с зеленью, запеченные овощи, бобовые и грибные подливы, рыбные блюда и некалорийные фруктовые десерты. Все эти кушанья позволяют соблюсти правила, связанные с религией и очень порадуют покровительницу будущего года – Огненную Обезьяну.

Салат «Нежность» на постный новогодний стол 2016

Это блюдо очень необычно и обладает свежим вкусом. Клюквенная кислинка удачно дополняет мягкость брокколи, а кусочки жареного фундука придают овощам приятную пикантность.

Ингредиенты: капуста брокколи замороженная - 350 гр., сладкая красная луковица – 1 шт., крупная, клюква – 100 гр., фундук – 100 гр., горчица французская – 1 ст.л., лимонный сок – 1 ст.л., оливковое масло – 4 ст.л., соль, бальзамический уксус, черный перец.

Приготовление: Брокколи разморозить и отварить в течение 3 мин. в подсоленной воде. Потом откинуть на дуршлаг, дать стечь и хорошенько остудить. Фундук мелко порубить и подсушить на сковороде, постоянно помешивая. Орех должен приобрести светло-золотой оттенок. В небольшой емкости соединить горчицу, сок лимона, масло, уксус, соль и перец. Вымешать заправку до однородности, а потом слегка взбить вилкой. Холодную капусту разобрать на веточки и сложить в салатницу. Туда же добавить нашинкованный тонкой соломкой лук. Всыпать орехи и большую часть клюквы. Обильно полить соусом и перемешать, стараясь не ломать кусочки брокколи. Сверху красиво разложить оставшиеся ягоды и сразу же подать к столу.

Главное блюдо на постный новогодний стол 2016

В 2016 году новогодняя ночь удачно выпадает на четверг, а это означает, что православные христиане, не нарушая правил Рождественского поста, вполне могут побаловать себя ароматной рыбкой.

Ингредиенты: семга – 800 гр., лимон – 1 шт.,

молотый имбирь – 1 ст.л., оливковое масло – 1/3 ст., уксус бальзамический, приправа для рыбы, смесь перцев, соль, тимьян, орегано, майоран – по 2 тонких веточки.

Приготовление: Рыбу разморозить и разделить на равные порции, натереть филе смесью перцев, соли и рыбной приправы. В отдельной емкости соединить масло, свежевыжатый лимонный сок и уксус. Хорошо перемешать и по очереди обмакнуть туда кусочки семги. Выложить каждую часть рыбы на отдельный квадрат фольги, чуть-чуть присыпать сверху имбирным порошком и добавить пряную зелень для усиления аромата. Тщательно завернуть рыбу в фольгу, поместить в огнеупорную форму и отправить в предварительно разогретую до 200 °С духовку. Через полчаса вынуть готовую рыбу. Дать ей настояться 15-20 минут. Развернуть фольгу, выложить филе на тарелки, гарнировать картофелем и овощами и подать на новогодний стол.

Пирог «Грушевое очарование» на постный новогодний стол 2016

Пробуя это блюдо, вашим гостям даже в голову не придет, что вы приготовили его согласно постному рецепту.

Ингредиенты: сахарный песок – 1 ст., вода – 1 ст., мед – 2 ст.л., сода – 1 ч.л., масло подсолнечное – 1/2 ст., мука высшего сорта – 1,5-2 ст., грецкий орех – 1/4 ст., спелые груши – 4 шт., корица, кориандр.

Приготовление: Воду вылить в эмалированную емкость, положить часть подсолнечного масла и всыпать весь объем сахара. Перемешать и подогреть на среднем огне. Добавить мед и мешать до тех пор, пока масса не станет однородной, а крупинки и комочки исчезнут. Затем всыпать лимонную кислоту, соду, корицу, измельченные в порошок орехи и 1,5 стак. муки. Осторожно вымешать ложкой до консистенции густой сметаны. Если тесто жидковато, подсыпать еще муки. Груши хорошо вымыть, очистить от шкурки, удалить косточки и порезать квадратиками средней величины, после чего осторожно соединить с тестом. Массу поместить в огнеупорную форму и отправить в духовку. Печь 35-40 мин. при температуре 200 °С.

Как проходили новогодние праздники в детских садах и школах в войну и в послевоенные годы



Валентина Шпанович

Мои воспоминания касаются только Полушат, где я училась и жила

Новогодние праздники (елки) в 1942-1943 годах в детском саду во Второй Полушенской (ул. Пионеров) вспоминаются как сказка.

Ставили елку в зале, украшали очень нарядно, даже электрогирляндами. Игрушки были в большинстве самодельными.

До сих пор помню, как воспитатели Татьяна Степановна и Фаина Григорьевна научили нас делать из бумаги разнообразные, замысловатые фонарики, бонбоньерки, гирлянды из соломы, цепи из бумаги. Одевали нас снежинками, зайчиками, медведями в детсадовские костюмы из старых запасов.

Был и Дед Мороз, который говорил: «На льдине-холодине на полюсе я был» и т.д. Эти слова я запомнила и говорила, когда, будучи взрослой, приходилось «играть» Деда Мороза.

Дальше – школа № 5, елки там были. Украшения бедные, самодельные и фабричные игрушки приносили из дома.

После большого неурожая из-за проливных дождей лета 1943 года был страшный голод. Нас, самых изможденных голодом, в том числе и меня, спасали в больнице. Но подарки были. Помнится, по 2-3 пряника, конфеты «горшечки», по очень

маленькой серой булочке. Всего-то, наверное, подарок был до 200 грамм.

Даже голодные, мы водили хороводы, читали стихи.

Столько лет прошло, а пишу я эти строки и не могу удержаться от слез. Как только выжили!..

Был у меня такой случай на елке в клубе. Встречали 1945 год. Маме на работе дали один билет на елку в клуб. Билет достался мне. Знакомых на празднике я не встретила, но мне было интересно, весело.

В конце утренника выдали подарки, и я пошла в раздевалку. Встала в очередь и не заметила, как меня окружили высокие люди, мне стало тесно, темно. Кто-то схватил мой подарок, и он как улетел вверх!.. толпа исчезла. Было это так неожиданно, быстро, что я никого не видела. Мне, голодной, потерявшей когда-то подарок, в памяти этот случай всплывает вновь и вновь...

Росли мы самоорганизованными. После войны несколько раз устраивались новогодние елки у нас в доме. С радостью готовили игрушки-самodelки. Собирали какие-то деньги, закупили все необходимое для подарков, сами готовили номера для выступлений.

За Первой речкой много елей, но мы с девочками от Первой речки пересекали пруд по сугробам и, выбрав елку на противоположном берегу, долго, попеременно, срубали ее.

Еще дальше волоком, без веревки, тащили ее домой. Почему-то такой труд нам казался радостным. Ставили елку на табуретку, протапливали нежилую часть дома, украшали и все это – без мальчишек. На праздник к нам приходили бабушки. А на балалайках в разные годы играли взрослые или Молоков Петр или Килин Павел.

Средняя школа № 1.

Страна восстанавливалась от военной разрухи, и новогодние елки украшали год от года все нарядней. Они начинали блестеть во всем великолепии электрическими гирляндами, дождем, разноцветными шарами. Много учащих стали приходить в карнавальных костюмах, за что получали призы. Играл школьный ансамбль народных инструментов. Пели те же песни, что и сейчас: «В лесу родилась елочка», «Маленькой елочке холодно зимой». Но пели и забытые сегодня – «Елочка смолистая», «Ах, какой хороший, добрый Дед Мороз» и другие.

Водили хороводы: «Светит месяц», «Вдоль по улице метелица метет». В этих хороводах много разнообразных движений, участвовали все, поэтому было массовое веселье..

Ежегодно в клубе 31 декабря был Бал-маскарад. На нем собиралась, наверное, вся Салда – молодежь со старшеклассниками. Играли баянисты и духовой оркестр. Вокруг очень нарядной крутящейся елки водил хороводы, танцевали. Развлекали всех массовик-затейник и Дед Мороз. Костюмированных персонажей было много.

Новогоднее представление начиналось ровно в 12 часов, а потом – танцы, танцы, знакомства – до двух часов. Там, где сейчас раздевалка, было большое зало, где работал богатый буфет, стояли по-зимнему украшенные столики. Спиртного не

продавали, пьяных не было.

Старшее поколение помнит, какое было наслаждение – слушать или танцевать под музыку духового оркестра!

Сейчас молодежь массово скачет или качается, помахиывая руками под грохочущие усилители.

Еще в клубе в новогодние каникулы проводились бесплатные утренники, собиравшие полный зал. Под руководством известного талантливого режиссера В. Степанова работали драмкружки для взрослых детей, детский посещала я с 5 по 9 класс и поэтому участвовала в спектаклях для детских утренников. В школе тоже был драмкружок. Пока им руководили Н.П. Милютин, я была занята во всех спектаклях.

Немало школьников, в том числе моя одноклассница, посещали в клубе танцевальный кружок. Прямо в классе после уроков она обучала нас вальсировать, кружиться без музыки.

В зимние каникулы посещали новогодние праздники в других школах и в Верхней Салде.

Классом ходили кататься на лыжах на Василье (это крутой берег за Первой речкой). Посещали каток. Мальчишки в классе катались все, а из девочек умели кататься только Рита Мамонтова, Валя Шатохина и я.

Раз в крещенский вечерок девушки гадали, за ворота башмачок, сняв с ноги, бросали... - это в стихах. А мы выходили вечером на дорогу, бросали свои валенки несколько раз – не узнать, откуда будет жених, а просто так, для забавы.

В Крещение ночью кто-то и мы подвешивали редьку на ворота или крышу – это означало, что в этих домах есть засидевшиеся в невестах девушки.

С соседями и одноклассниками ходили кататься на высокие городские елки. Впереди вставали смелые крепкие мальчишки, мы прицеплялись к ним сзади, и весь поезд с визгом, криком катился вниз.

Когда нам было от 10 до 14 лет, катались с горки на санках поодиночке и поездом, на тарантайках (сейчас многие ученики, наверное, не знают, что это такое). Когда катались поездом, у нас были пулевые и разноязычные мальчишки. Мы знали три переулка, которые ик руто спускались к пруду, это Цыпушкин, Гарусный и Агашин. Мы катались по Агашинскому переулку в Порлушатах, который катил нас две улицы, два переулка и часть пруда. Сейчас на этих переулках никто не катается.



Желаю всем школьникам веселых новогодних праздников с хорошей музыкой в компании близких и интересных друзей.





Варенька Рыбакова

Звездочка в небе легко заиграла:
«Что же за праздник скоро, Варвара?»
- Это тот День, когда ждут чудеса?
Знаю! И всех поздравляю
с Днем Рождества!



SALDA-BABY 11
один голос за

Что есть с алкоголем за новогодним столом

>>>продолжение. Начало на стр. 10Таким звучным словечком называются вещества, способные оттягивать на себя токсины, а затем выводить их из организма. Самы й простой из них - активированный уголь, черный или белый. Более современные - «Полифепан», «Полисорб», «Фильтрум» или «Смекта». По хорошему, принимать их надо в тот момент, когда вы почувствовали, что уже сильно навеселе или перед тем, как лечь спать. На утро, когда алкоголь уже достаточно всосется в кровь, эффект от сорбентов снижается, но это все равно лучше, чем ничего.

Активированный уголь: берем с расчетом 1 таблетка на 10 кг веса. Разминаем в порошок и размешиваем в 0,5 стакана воды. Выпиваем. Через несколько часов повторяем процедуру.

«Полифепан»: 3 ст. ложки лекарства записываем 2-мя стаканами воды. Через 2 часа повторяем процедуру.

«Полисорб»: 2 ст. ложки лекарства размешиваем в 0,5 стакана воды. Повторяем процедуру еще 2 раза через каждые 2 часа.

«Фильтрум»: за раз принимаем 5-6 таблеток и записываем 2-мя стаканами воды.

«Смекта»: 1-2 пакетика размешиваем в 1 стакане воды. Повторяем процедуру через 2 часа.

Важно! Через 2-3 часа после приема любых сорбентов необходимо опорожнить кишечник. Иначе скопившиеся там сорбенты начнут «отдавать» собранные токсины обратно в организм и ваше состояние ухудшится.

Шаг 3

Устраняем головную боль

Вчера вы своим вокалом в караоке развлекали весь квартал, а сегодня даже скрип половицы раскалывает вашу бедную голову на части. Шум в ушах, светобоязнь и головная боль - еще один «привет» от обильных возлияний накануне. Устранить эти симптомы помогут «Аспирин», «Алка-Зельцер», «Антипохмелин», «Зоракс», либо другое антипохмельное средство, что продается в любой же аптеке без рецепта. Предпочтением лучше отдать шипучим формам, поскольку они быстрее всасываются в организм. Но если вам не до новомодных выкрутасов, то примите обычный «Цитрамон». И помните - одна из причин вашей сегодняшней головной боли - недостаток глюкозы в крови. Так что некрепкий сладкий чай, пара ложечек меда, горсть изюма или сладкие фрукты, которые вы сможете съесть, тоже помогут справиться со «взрывом мозга».

Шаг 4

Боремся с обезвоживанием

Сухость во рту и неутолимое желание выпить море - еще один признак жестокого похмелья. Алкоголь в чрезмерных дозах вызывает обезвоживание. Так что вам сейчас необходимо восстановить водно-солевой баланс. Лучше всего для этого подходит лечебно-столовая минеральная вода. Бутылки 3-4 в сутки и не меньше. И лучше перед употреблением выпустить из нее

газ, лишние раздражители вашему травмированному шампанским/виски/текилой (нужное подчеркнуть) желудку сейчас ни к чему. Если минералкой не запаслись, пейте обычную чистую воду. Но обязательно добавьте в нее хотя бы несколько капель лимонного сока или выдавите апельсин. Чистый свежесжатый апельсиновый сок не приветствуется. В нем высокая концентрация фруктовых кислот, которые станут дополнительным раздражителем для желудка. Так что сок лучше разбавить водой 1:1.

Шаг 5

Употребляем натуральные ферментированные продукты

Не зря страждущие всех времен и народов с похмелья пьют рассол. Ферментированные продукты, которые содержат витамин С и молочную кислоту, действительно, помогают восстановить нарушенный в организме метаболизм. И вам в это хмурое похмельное утро могут помочь такие простые, но действенные вещи, как моченые яблоки, квашеная капуста и огурцы, натуральный кефир (с низкой степенью жирности), тан или айран. Но ни в коем случае не употребляйте никаких маринадов! Укус только усугубит ваше состояние. А вот стакан огуречного или капустного рассола, о котором говорилось выше - уже лекарство.

Шаг 6

Подбираем антипохмельное меню

Итак, спустя два-три часа, после того, как вы промыли желудок, сняли головную боль и отвели сорбентов, вам наверняка, захочется поесть. Оставшиеся после ночи майонезные салаты лучше отдать врагу. Эта жирная тяжелая пища вам, болезному, сейчас не нужна. Тут самое время вспомнить про «острую-горячую закуску», рекомендованную в таких случаях классиком. Впрочем, многие городские заведения именно 1 января включают в свой репертуар целый комплекс антипохмельных блюд. Если есть силы, идите туда. Если все, что вы сейчас можете - это доползти до кухни, то вас спасут пряный, но нежирный куриный бульон, острая сборная солянка, рассольник, холодное отварное мясо с соевым огурчиком или знаменитый кавказский хаш.

Если сможете, то приготовьте себе натуральное ягодное желе. Просто выдавите сок из стакана клюквы или брусники. Отдельно, в стакане воды прогрейте 1,5 ст. ложки желатина. Затем смешайте это все вместе, добавьте по вкусу мед и на 40-50 минут уберите в холодильник. Так вы одним взмахом получите сразу три антипохмельных лекарства: 1) большую порцию витаминов; 2) легкую питательную пищу; 3) обволакивающий раздраженный желудок продукт.

Шаг 7

Отказываемся от похмельной рюмки

Наверняка же, глядя на ваши страдания, найдутся «добрые» люди, которые тут же вам предложат «лечить подобное подобным», а попросту - опохмелиться. Но если вы себе не враг, то от такой «терапии» лучше отказаться сразу. Ваш организм и

так пытается справиться с алкогольной интоксикацией, а вы ему только добавляете работы. Сердце, печень и поджелудочная уже трудятся в авральном режиме, так что если не хотите прямо в праздники загреметь на больничную койку, лучше не испытывайте себя на прочность. Да и к тому же, по наблюдению наркологов, похмельная терапия в большинстве случаев приводит к запоям. Если вы накануне пили, не видя краев, то нет никакой гарантии, что и сегодня сможете вовремя остановиться.

Шаг 8

Принимаем контрастный душ

Еще один, так называемый, народный метод, попариться с похмелья в бане. Здесь опять вспоминаем про сердце, которое благодаря вашему загулу, уже и так испытывает перегрузки. Артериальное и внутричерепное давление во время похмелья повышены. А баня с высокой температурой только ухудшит ваше состояние. Но что не повредит «перепелу» - так это контрастный душ. Самый удобный цикл - по 20-30 секунд горячей и холодной воды. Причем, начинать нужно с горячей, затем переключить на холодную и так повторить 5-6 раз. Таким образом, вы сможете организму избавиться от отеков, вызванных застоем жидкости, взбодрите нервную систему, смоете токсины, которые выделились через поры кожи, а заодно и понизите кровяное давление.

Шаг 9

Идем дышать свежим воздухом

Как только почувствовали, что можете стоять на ногах, сразу же выбирайтесь на свежий воздух. А чтобы прогулка была эффективнее, перед выходом из дома примите любые комплексные витамины. Или выпейте чай из шиповника.

На улице попробуйте активно пройтись, поиграть в снежки или хотя бы расчистить дорожки от снега. Чем больше вы сейчас подвигаетесь, тем больше кислорода попадет в организм. Это обеспечит более активную работу внутренних органов и продукты распада алкоголя выведутся быстрее. Но все эти физические нагрузки должны быть умеренными, активные тренировки или фитнес до упаду в первый день похмелья вам противопоказаны.

Шаг 10

Восстанавливаем нервную систему и снимаем депрессию
Угнетенное состояние, раздражительность, нервозность, чувство вины - тоже верные спутники тяжелого похмелья. Возникают они из-за дефицита магния, вызванного алкогольной интоксикацией. Устранить эти симптомы помогут простые успокаивающие средства: «Глицин», «Ново-пассит», настои зверобоя и пустырника, стакан теплого молока. Прекрасно подойдет натуральный домашний антидепрессант - какао. Примите что-нибудь из этого и постарайтесь лечь спать. Ничто так не помогает организму справиться с похмельными муками совести, как здоровый крепкий сон.



г. В. Салда,
пос. Свободный

**ПРИГЛАШАЕМ НА ВАКАНСИИ:
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА МАГАЗИНА
Официальная заработная плата 23 000 – 24 000 руб.*
ПРОДАВЕЦ-КАССИР**

Официальная заработная плата 18 400 – 19 400 руб.*
ТЕХСЛУЖАЩАЯ

Официальная заработная плата 10 000 руб.

**11 000 СОТРУДНИКОВ УЖЕ СДЕЛАЛИ
СВОЙ ВЫБОР В ПОЛЬЗУ:**

- Официального трудоустройства и стабильной заработной платы
- Бесплатного внутрикорпоративного обучения
 - Работы рядом с домом
- Профессионального развития, карьерного роста:
Возможность вырасти от Продавца до Директора магазина за 1 год!
 - Работы в крупной стабильно развивающейся Компании!

* Зарплата указана до налогообложения

С НАМИ ТЫ УПРАВЛЯЕШЬ СВОИМ БУДУЩИМ!

Информация по тел.: 8-922-100-76-86

Эл.адрес: arudenko@monetka.ru

ПРОФБУР
БУРОВАЯ КОМПАНИЯ

тел. 8 904 163 89 49, 8 950 544 22 66

БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

- Геофизические исследования
- Инженерно-геологические изыскания под строительство
- Монтаж водоподъемного оборудования

ДОКУМЕНТЫ НА СКВАЖИНУ, РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА

ГАРАНТИЯ 5 ЛЕТ

телефон
рекламной
службы
(34345)
3-07-07

салон дверей

ХОРОШИЕ ДВЕРИ

Восточная, 19
бывший магазин «Радиомызыка»

690 ДВЕРЕЙ

www.kompasvs.ru

МОНТАЖНАЯ ПЕНА «Titan» ВСЕГО 260 руб.