



## О жизни, о службе, о тех, кого нет рядом

В Холмогорах состоялся концерт ансамбля «Голубые береты»

Стр. 6



Задача номера

### Нужно сохранить библиотеки -

об этом заявил Игорь Орлов на встрече с работниками детских библиотек области

Стр. 2

Визит номера

### На энтузиазме держится посёлок

В Луковецком побывали главы поселений района

Стр. 5

Советы номера

### Здравствуйте!

Где найти витамины зимой и как «потерять» лишние килограммы

Стр. 9

### Новости

## Разговор с главой

Начинается очередной цикл встреч главы Холмогорского района с населением.

Во вторник встреча состоялась в МО «Ухтоостровское», в четверг глава отправляется в Пиньгишу и Хаврогоры. Затем на очереди – Светлый, Двинской, Луковецкий... Объехать все муниципальные образования планируется до конца марта.

Во встречах главы района с населением примут участие председатель Собрания депутатов, главы поселений, специалисты некоторых отделов районной администрации, а также участковые уполномоченные полиции.

## Жемчужины Севера

Стартовал областной конкурс для красавиц и мастериц.

Центр поддержки молодой семьи совместно с общественной организацией «Арт-Север» проводит онлайн-конкурс фотографий «Жемчужины Севера».

Конкурс проводится по трём номинациям:

- «Поморская краса» (фото, отображающие одновременно образ современной северной женщины и красоту Русского Севера);

- «Поморская жёнушка на все руки мастерица» (образ мамы и ребёнка за делом, которое связано с нашим краем, его особенностями и традициями);

- «В ожидании чуда» (фото участниц, ожидающих малыша).

Фотографии нужно выкладывать в альбоме конкурса в группе «Поморская мама» в социальной сети «ВКонтакте». Принимаются работы до 8 марта.

## Происшествие

В Ухтоострове в пожаре погибла женщина.

Пенсионерка 1955 года рождения проживала в двухквартирном доме в д. Кашино. Она была инвалидом, не могла самостоятельно передвигаться. Как сообщается на сайте МЧС Архангельской области, скорее всего, к пожару привело использование обогревательных приборов, которые стояли слишком близко к кровати.

Пожар произошёл в воскресенье рано утром. Соседи услышали треск шифера. На место происшествия прибыли добровольцы ПСС Холмогорского района, пожарные из с. Ломоносово и п. Луковецкий. Но спасти хозяйку и дом уже не представлялось возможным. Огнём уничтожена и соседняя квартира, хозяин которой в это время находился в отъезде.

## 15 февраля - День памяти воинов-интернационалистов

**Уважаемые боевые друзья, земляки, члены семей погибших!**

15 февраля мы отмечаем 28-ю годовщину окончания выполнения боевой задачи ограниченным контингентом Советских войск в Демократической Республике Афганистан.

Прошло более трёх с половиной десятилетий с того момента, когда в ходе спецоперации ограниченного контингента Советских войск в Афганистане ценой огромных усилий были сорваны коварные планы приближения к нашим южным границам сил наговской коалиции, радикального ислама и международного терроризма.

Сегодня участники локальных войн и вооружённых конфликтов решительными действиями способствуют подъёму и укреплению духовно-нравственных сил ветеранов с целью не допустить «цветной революции» как в России, так и на постсоветском пространстве.

Выражаю искреннюю благодарность общественно-патриотическим и ветеранским объединениям Архангельской области, всем ветеранам боевых действий, кто продолжает активно служить интересам Отечества, воспитывать и учить молодёжь верности долгу и любви к своей стране.

Желаю всем воинам-афганцам, их родным и близким здоровья, счастья и благополучия!

**С уважением, А.П. БРАСЛАВЕЦ,  
председатель Совета  
АОО ВООВ «Боевое братство»**

**Уважаемые ветераны боевых действий,  
воины-интернационалисты, жители Холмогорского района!**

День памяти воинов-интернационалистов объединяет участников более чем тридцати локальных войн за пределами страны. Советские солдаты и офицеры воевали в Корее и Вьетнаме, Сирии и Египте, Мозамбике, Анголе и других странах. Сегодня мы вспоминаем ребят, воевавших на Северном Кавказе, защищавших Южную Осетию и Абхазию, тех, кто противостоял боевикам в Нагорном Карабахе, Таджикистане...

«Горячие точки» унесли жизни многих молодых солдат, которые до последнего остались верны воинскому долгу. В скорбных списках имена ребят из нашего района. Они не прятались от службы в армии, а считали её почётной обязанностью. Мы склоняем головы перед их родителями и скорбим вместе с ними. Сегодня мы отдаём дань мужеству и стойкости ветеранов военных действий, сохранивших нерушимое ратное братство, с честью выдержавших суровые испытания. Можно восстановить города, поднять из руин страну, но никто не воскресит тысячи людей, так и не успевших построить свой дом и воспитать своих детей. Мы этого никогда не забудем и не позволим забыть никому.

Воинам-интернационалистам в их день хочется сказать спасибо и пожелать долгих лет жизни, крепкого здоровья, счастья и удачи во всём.

**Честь и слава вам, воины-интернационалисты!  
Е.С. СТЕФАНИШИНА, председатель  
Холмогорского отделения  
АОО ВООВ «Боевое Братство»**

### Конкурс

## Слово о праве

**Библиотекарям предлагают рассказать об опыте правового просвещения граждан.**

Уполномоченный по правам человека в Архангельской области Любовь Анисимова объявила о проведении с 15 февраля конкурса среди библиотек региона на лучший проект по правовому просвещению жителей.

Мероприятие приурочено к 20-летию государственного института правозащиты. Отметим, что в 1997 году Архангельская область стала одним из первых регионов России, где начал работать уполномоченный по правам человека.

Любовь Анисимова уверена, что одним из важнейших направлений её работы было и остаётся правовое просвещение жителей: люди должны знать свои законные права и способы их защиты.

В рамках проекта «Дни правовой информации» главными площадками, на которых северяне имеют возможность получить самую актуальную правовую и социально значимую информацию, стали библиотеки региона.

Конкурс призван выявить лучший опыт в деле правового просвещения. Познакомиться с положением можно на официальном сайте Уполномоченного [www.pomgorupolnom.ru](http://www.pomgorupolnom.ru).

### Культура

# Хранилища главных ценностей

## Игорь Орлов: «Наша задача – сохранить имеющуюся систему библиотек»

Губернатор Архангельской области встретился с работниками детских библиотек области. Инициатором встречи стала Архангельская областная детская библиотека им. А.П. Гайдара.

На площадке читального зала «гайдаровки» речь шла о перспективах работы сети детских библиотек, о вариантах пополнения книжного фонда, о новых проектах и современных технологиях, делающих библиотеки интересными для сегодняшних школьников и дошколят.

В разговоре приняли участие заместитель губернатора по социальной политике Екатерина Прокопьева, министр культуры Вероника Яничек, заместитель председателя областного Собрания депутатов Виталий Фортыхин.

Открывая разговор, Игорь Орлов отметил важную роль детских библиотек в системе

воспитания подрастающего поколения: это хранилища главных ценностей – не только информации, но и нравственных ориентиров.

### Читающий регион

В области действует 36 детских библиотек, сохранена многоуровневая библиотечная система, и это позволяет говорить об Архангельской области как о читающем регионе. За последние пять лет число детей, посещающих библиотеки, особенно в сельской местности, значительно выросло. Радует, что увеличивается доля детей дошкольного возраста, которые приходят в библиотеки не только за книгами, но и на различные занятия.

Высоко оценивая просветительскую и воспитательную роль библиотек, Игорь Орлов заверил: «Мы не ставим перед собой за-

дачу трансформации сложившейся системы библиотек». Он также отметил, что перед властью, как и перед работниками библиотек, стоят новые совместные цели совершенствования работы.

«Мы готовы вкладывать ресурсы, чтобы вы соотвечивали времени, были интересны современному поколению и двигались вперед», - сказал Игорь Орлов.

### Новые проекты

Представители детских библиотек рассказали губернатору о новых формах работы. Среди них - участие во всероссийских акциях, различные региональные проекты, а также культурно-массовая работа, когда библиотеки становятся цен-

тром или даже домом, где всегда рады творческим людям.

Игорь Орлов и Виталий Фортыхин заверили, что новые социальные проекты детских библиотек, нацеленные на максимальный положительный эффект, обязательно найдут поддержку правительства

и депутатов области. В ходе встречи было высказано предложение проработать возможность централизованных закупок самых необходимых книг для пополнения фондов и создания системы их обновления.

Также Игорь Орлов поставил задачу перед правительством изучить возможности подключения библиотек к сети Интернет для формирования открытой базы и обмена информацией.

**За последние пять лет число читателей детских библиотек в области увеличилось на 11 455 человек, а число посещений - 143 418**

# Библиотекари встречаются

**В эти дни проходят семинары для работников библиотек Холмогорского района.**

«Библиотека: сохранение наследия и современные реалии» - такова тема семинара. Как пояснила директор МКУК «Холмогорская ЦМБ» Валентина Кузнецова, для удобства участников семи-

нар территориально поделили на две части: специалисты, представляющие «холмогорский куст» встретились 10 февраля в Луковецком, остальные - 15 февраля в Емецке. Всего библио-

течная система района сейчас объединяет 34 библиотеки.

- Это традиционное мероприятие, на котором мы подводим итоги прошедшего года и говорим о дальнейших планах работы учреждения, - сообщила руководитель ЦМБ. - Мы проводим эти ежегод-

ные встречи не в районном центре, а именно в сельских библиотеках, чтобы наши специалисты могли воочию увидеть, как работают их коллеги. В этом году первую встречу провели в одной из лучших библиотек района - Луковецкой библиотеке им. Ю.Т. Мамонтова.

Луковецкие библиотекари поделились с коллегами опытом работы с молодёжью, рассказали об участии в областных семинарах, провели экскурсию и представили фильм-зарисовку «Один день из жизни сельского библиотекаря». Участники семинара обсудили вопросы комплектования и учёта библиотечных фондов, работы с документами и отчётностью, а также вопросы определения стимулирующих выплат библиотекарям.

**Мария КУЛАКОВА  
Фото Анны Филик**



Сельское хозяйство

# «Просто продать» - недопустимо

## На базе ФГУП «Холмогорское» может появиться селекционно-семеноводческий центр

Перспективы развития федеральных предприятий, работающих на территории Поморья в сфере сельского хозяйства, обсудили на совещании под руководством губернатора Архангельской области Игоря Орлова.

Речь - о ФГУП «Архангельское», «Холмогорское» и «Котласское». В общей сложности здесь трудятся более 300 человек.

Предприятия имеют статус племенных хозяйств. Общая площадь их сельхозугодий превышает четыре тысячи гектаров. Основная продукция - картофель и молоко. Варианты дальнейшей судьбы ФГУП рассматривались с двух точек зрения - экономической и научной.

Участие в обсуждении приняли представители Федерального агентства научных организаций России (ФАНО), Федерального исследовательского центра комплексного изучения Арктики РАН и Приморского филиала - Архангельского НИИ сельского хозяйства, а также министерства АПК и торговли и минимущества региона.

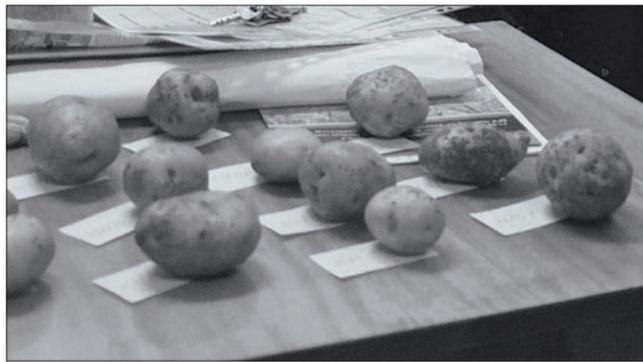
Стороны диалога сошлись во мнении: несмотря на непростую эконо-

мическую ситуацию на предприятиях, нельзя допустить их ликвидации. Более того, необходимо предпринять конкретные шаги для того, чтобы «Архангельское», «Котласское» и «Холмогорское» стали базой для научных изысканий в сфере АПК.

- Потерять предприятия в режиме «давайте просто продадим» недопустимо, - подчеркнул Игорь Орлов. - Создавая центр комплексного изучения Арктики в Архангельске, мы исходили из того, что его работа развернется по ряду направлений, в том числе по развитию северного сельского хозяйства.

Как отметил глава региона, в числе важнейших направлений - выращивание экологически чистой продукции, развитие семеноводческой деятельности, сохранение племенного фонда холмогорской породы коров и мезенской породы лошадей.

Есть идея по созданию на базе предприятий селекционно-семеноводческих центров (ССЦ). К примеру, на ФГУП «Котласское» - комплексный ССЦ (зерно, многолетние травы и картофель), на ФГУП «Холмогорское» - ССЦ по картофелю.



Семеноводство, выведение новых сортов картофеля - многолетняя специализация Холмогорской опытной станции

Заместитель начальника управления ФАНО Артём Антохин отметил: федеральное ведомство весьма заинтересовано в создании такой производственной базы для научных центров.

- Если будет принято решение о создании ССЦ, это должно заинтересовать инвесторов, - сказал Игорь Орлов. - Поручаю правительству региона совместно с ФАНО и Архангельским НИИ сельского хозяйства начать работу над инвестиционным проектом.

По словам заместителя председателя правительства Архангельской области Виктора Иконникова, рабочие совещания по разработке инвестпроекта с участием всех заинтере-

сованных сторон будут проходить в еженедельном режиме.

- В числе ближайших задач - детальная ревизия имеющейся базы предприятий, которую возможно задействовать под нужды научных организаций и потенциальных инвесторов для того, чтобы эти активы работали на благо региона, - сообщил Виктор Иконников.

В завершение обсуждения губернатор отметил: вопросы развития северного сельского хозяйства нужно продвигать на всех уровнях.

- На форуме «Арктика - территория диалога» я обязательно буду говорить об этом, - сказал Игорь Орлов.

В День науки

## Интересно всё, что неизвестно

Ежегодно 8 февраля отечественное научное сообщество отмечает свой профессиональный праздник - День российской науки. А в Емецкой школе стало традицией в этот день проводить семинары, фестивали, учебно-исследовательские конференции, интеллектуальные игры. В этом учебном году на классных часах шёл разговор о значении достижений современной науки в нашей повседневной жизни. Учителя на «Едином уроке науки» рассказали об учёных и научных открытиях. А ученикам дана возможность рассказать о своих экспериментах.

Активное участие приняли емецкие школьники в фестивале твор-

ческих работ, где были представлены проекты, рефераты, доклады, исследовательские работы «Моя малая родина», «О простой и удивительной глине», «Что значит имя Ломоносова сегодня», «Разнообразие природы родного края», «Крестный ход на озеро Святое», «Очищение воды способом фильтрация» и на другие темы.

В течение дня по школьному телевидению транслировались новости науки и техники, рассказывалось об истории праздника. В школьной библиотеке была организована выставка книг «За страницами учебника».

В кабинетах химии, физики, биологии, информатики, технологии прошёл День открытых

дверей. Учителя показали детям учебные предметы с неизвестной стороны: не в виде набора правил, а как нечто живое, постоянно развивающееся. Были показаны интересные опыты, например, кипение воды в пластмассовом стаканчике, «молния в миниатюре», «морской бой» и другие. А поступление нового оборудования для кабинетов вызвало особую радость у ребят.

В других школах также прошёл Единый методический день «Роль науки в современном образовании». А в Емецкой школе был организован фестиваль методических разработок педагогов.

Кроме этого, отличники учёбы собрались вместе, чтобы обсудить,

трудно ли учиться на «5» и что нужно сделать, чтобы среди одноклассников было больше хорошистов, кого нужно поддержать, кому помочь.

В завершение Дня науки состоялась интеллектуальная игра по математике, информатике, физике «Брейн-ринг», в которой приняли участие учащиеся 8-11 классов.

В течение дня удалось показать ребятам, как много интересного есть в окружающем мире, каким захватывающим может быть поиск ответа на самый простой вопрос, как многообразен мир науки, как ждёт он наших открытий!

**Александра ТЯПНИНА,**  
старший методист

Короткой строкой

### Материнский капитал

в 2017 году не изменится и составит 453 тысячи 26 рублей. За весь период действия программы, начиная с 2007 года, сертификаты на материнский капитал в Холмогорском районе получили более тысячи семей. Около 30 процентов из них уже распорядились его средствами.

### В кадастровой палате

заработал телефон доверия по вопросам противодействия коррупции. По бесплатному номеру 8(8182) 21-53-67 можно сообщить о фактах коррупционных проявлений и конфликта интересов в действиях работников филиала Росреестра, о фактах несоблюдения сотрудниками филиала ограничений и запретов, установленных законодательством.

### Выплаты за волков

будут продолжены. Губернатор Игорь Орлов дал поручение правительству региона выделить на эти цели ещё один миллион рублей. За охотничий сезон 2015-2016 годов в Поморье было добыто более 350 особей, с начала 2017 года - уже более 80. Вознаграждение за каждого хищника составляет 10 тысяч рублей.

### Берегитесь мошенников

На 950 % (!) увеличилось количество зарегистрированных случаев мошенничества в Холмогорском районе. Если в 2015 году было совершено 8 таких преступлений, то в 2016 - 84, сообщается в информации об итогах оперативно-служебной деятельности ОМВД России по Холмогорскому району. При этом раскрываемость мошенничеств составила всего 28,6%.

### Новый министр АПК

#### и торговли

назначен 10 февраля распоряжением губернатора Архангельской области. Региональное министерство возглавила Ирина Бажанова, ранее занимавшая должность замминистра по торговле. Алексей Коротенков, занимавший пост министра меньше года, стал исполнительным директором ОАО «Архангельский водорослевый комбинат».

### 110 лет Ухтостровской

#### школе

отмечается 17 февраля. Отсчёт ведётся с открытия церковно-приходской школы Троицкого прихода, размещалась которая на съёмной квартире. Современное здание школы было построено в 1992 году. Сейчас в ней семь классов-кабинетов, библиотека, столовая, актовый зал. Есть свой краеведческий музей, учебно-опытный участок. В школе 26 учеников и восемь учителей.

### Лыжная эстафета

на приз Героя Советского Союза П.И. Галушина пройдёт в Холмогорах. Соревнования, посвящённые памяти героя-земляка приурочены к Дню защитника Отечества. Они состоятся 24 февраля. Эстафета входит в перечень мероприятий муниципальной программы «Физическая культура и спорт в Холмогорском районе на 2015-2018 годы».

В мире музыки

# Волшебство «Северного Сияния»

В минувшую субботу Детская школа искусств № 52 посёлка Луковецкий принимала гостей. Здесь прошёл очередной открытый межрайонный конкурс исполнителей на народных инструментах «Северное сияние».

## География музыкального творчества

Конкурс ведёт отсчёт своей истории с начала 2000-х годов. Местами его проведения, помимо Холмогорского района, являются Мезенский и Пинежский. То есть каждое муниципальное образование раз в три года принимает музыкальные дарования и их наставников.

На этот раз на конкурс прибыли показать своё мастерство 41 солист и семь ансамблей из Виноградовского, Пинежского, Мезенского, Плесецкого, Приморского, Холмогорского районов, а также города Архангельска. Оценивало их выступления компетентное и беспристрастное жюри. Уже состав жюри подчёркивает высокий статус межмуниципального конкурса. В него вошли заслуженные работники культуры Российской Федерации, преподаватели Архангельского музыкального колледжа Василий Сыроватский и Сергей Харланов. Сергей Фёдорович – балалаечник-виртуоз, солист

Поморской филармонии, руководитель ансамбля народных инструментов «Спологи». Василий Николаевич – высококлассный специалист в сфере музыкального образования, энтузиаст открытия классов гармонии в музыкальных школах.

## Звучали мелодии...

Участники конкурса соревновались в игре на народных музыкальных инструментах – баяне, аккордеоне, гармонии, домре, балалайке, гитаре.

Конкурсанты должны исполнить два разнохарактерных произведения, - говорит директор ДШИ № 52 Татьяна Мелентьева. – Вся конкурсная программа исполняется на память. Репертуар выступлений разнообразен – звучит музыка русских и зарубежных композиторов, произведения современных авторов.

Целый день под сводами школы искусств не смолкали мелодии. Все пребывали в завораживающем прекрасном мире музыки.

На конкурсе я исполнила на домре два произведения: «Концерт-пиццикато» и «Мелодию», - говорит ученица ДШИ № 2 города Архангельска Ольга Прут. – Принимаю участие в «Северном сиянии» не первый раз. Сегодня мне очень понравилась атмосфера, царившая в зале среди участников, а также произведения в их исполнении.

Поделился впечатлениями преподаватель ДШИ № 17 посёлка Двинской Березник Виноградовского района Александр Мальцев:

В конкурсе «Северное сияние» участвуем с самого начала его проведения. В выступлениях, конкурсах происходит развитие творческой личности. Отмечу, что в Луковецкой школе искусств организован достойный приём гостей, мероприятие всегда проходит на высоком уровне. Мне есть с чем сравнить, ведь я езжу с воспитанниками не только по нашей области, но и в другие регионы, а также в ближнее зарубежье. В Луковецком – всё на пять.

## Победителей много

На методической конференции члены жюри Василий Сыроватский и Сергей Харланов отметили вы-



Участники и жюри конкурса

росший уровень юных музыкантов, стабильность и выразительность исполнения, интересный репертуар, возрождение интереса к гармонии, новые качественные инструменты, а также профессионализм преподавателей – увлечённых своим делом людей.

Завершился праздник музыки гала-концертом победителей конкурса и церемонией награждения победителей и участников. Все дети и преподаватели получили памятные подарки.

Победителей и призёров в каждой воз-

растной группе и номинации было много, поэтому назовём только наших земляков, музыкантов Холмогорского района.

Дипломом лауреата I степени награждены Татьяна Кривоцук (преподаватель Е.П. Кривоцук), Юлия Гусева, Ульяна Давыдова (преподаватель Г.Н. Антуфьева).

Ученики Ивана Николаевича Беликова Полина Ложкина, Валерия Чвокина, Владислав Ложкин (гитара) отмечены дипломами лауреата II степени и дипломами лауреата III степени – Светлана Фе-

дорушкова и Владислав Ложкин (гармонь).

Дипломами награждены Степан Софронов и Матвей Рогачёв.

Все перечисленные ребята – воспитанники МБОУ ДО «Детская школа искусств № 52» посёлка Луковецкий.

Грамотой за успешное выступление жюри поощрило Тимофея Попова из МАОУ «Холмогорская средняя школа имени М.В. Ломоносова».

Впереди у наших музыкантов новые выступления, достижения и победы.

Сергей ОВЕЧКИН

Образование

## В учении нельзя останавливаться

Чтобы стать мастером своего дела, учитель постоянно должен повышать профессиональный уровень. Поэтому ежегодно для педагогов района проводятся методические мероприятия. Так, в Двинской школе прошли «кустовые» заседания методических объединений учителей начальных классов, изо, музыки и учителей географии, химии, биологии.

Учителя начальных классов Двинской школы пригласили гостей на уроки русского языка и математики. Четвероклассники повторяли падежи через разнообразные увлекательные задания, второклассники совершили путешествие в царство Зимы: лепили «математического» снеговика, собирали снежинки, строили мост, для третьеклассников Фиксики приготовили различные испытания, чтобы проверить знание таблицы умножения. А на уроке музыки ребята учились играть на деревянных ложках.

Интересными были интегрированный урок истории, литературы, музыки и урок английского языка в 4 классе, урок ИЗО в 6 классе. На

уроках химии, биологии, географии были использованы различные формы работы: составление кластера, проведение эксперимента, работа с учебником, картой, атласом, контурными картами, использование игровых моментов, творческих заданий, сообщений учащихся.

Педагоги Емецкой и Зачатьевской школ провели для обучающихся разнообразные мастер-классы. Школьники с удовольствием занимались под руководством новых наставников и с гордостью показывали свои поделки одноклассникам и учителям.

Успели педагоги поделиться и опытом работы в подготовке учеников 9 класса к ОГЭ, развитии смыслового чтения, применении здоровьесберегающих технологий, развитии универсальных учебных действий школьников.

Спасибо всем учителям за участие в мероприятии. Надеемся, что эта встреча в Двинском откроет педагогам новые горизонты для их творческой деятельности.

**М. АКУЛИНИНА,  
С. ОПОКИНА,  
педагоги МБОУ  
«Двинская СП»**

## Школьники исследуют и находят

В Ломоносове прошла районная конференция учебно-исследовательских работ «Старт в науку».

К участию в очном туре конференции было допущено 27 работ из девяти школ района.

Защита проходила в четырёх секциях. Самые маленькие исследователи выступали в отдельной номинации. Несмотря на возраст авторов, темы работ очень серьёзные. Они затрагивают такие сферы, как православие, естествознание, художественное творчество.

На секции «Науки естественно-математического цикла» также царил многообразие работ на различные темы: о мерах безопасности в сети Интернет, языке программирования, недрах земли и многом другом. Так, девятиклассница Рембуевской средней школы Полина Чуркина представила своё исследование «Развитие координатных способностей в прыжках на уроках физкультуры у детей 8-9 лет». А луковчанин Александр Коробицын рассказал о своих исследованиях, касающихся действия натуральных биостимуляторов на корнеобразование и всхожесть семян

растений. Шестиклассник пришёл к выводу, что самыми эффективными стимуляторами являются мёд, сок алоэ, дрожжи, а также раствор ивы. И при правильном их применении, а также желаний, терпении и упорстве у нас на севере можно вырастить плоды далёкого юга. Его работа так заинтересовала присутствовавших взрослых, что предложенные памятки «ушли» нарасхват.

Больше всего выступающих было на секции «Краеведение». Например, луковчанка Полина Кречун рассказала о судьбе русского поэта Бориса Зубакина, который в 1929 году постановлением Особого совещания при коллегии ОГПУ был сослан на поселение в Северный край. Отбывал Борис Михайлович наказание в Архангельске, Холмогорах и Ломоносове. Суровые условия нашего региона не сломили его волю, наоборот, придали сил. Период пребывания в Архангельской области считается одним из самых плодотворных в его творческой карьере. Он

писал стихи, занимался исследовательской деятельностью, изучая историю развития косторезного промысла на Русском Севере. Забытое имя поэта, археолога, преподавателя вновь становится известным.

Работы в секции «Краеведение» были посвящены истории улиц районного центра, развитию массового спорта в Холмогорском районе, альтернативному формированию схемы избирательных округов в МО «Луковецкое».

Были интересны и познавательны работы по социально-гуманитарному и художественно-эстетическому направлениям.

После подведения итогов победителями были названы: Анастасия Кукина (Белогорская школа), Александра Климова (Рембуевская школа), Руслан Лукин (Луковецкая школа), Елизавета Анциферова (Емецкая школа). Напомним, что лучшие работы будут направлены для участия в заочном туре областной учебно-исследовательской конференции «Юность Поморья».

Сергей ОВЕЧКИН

Визит

# На энтузиазме держится посёлок

## В Луковецком побывали главы поселений района

Традиционный совет глав предложил провести на своей территории глава муниципального образования «Луковецкое» Ирина Соболева. Пригласила коллег, чтобы показать и рассказать, как живёт посёлок.

Население в Луковецком - немногим больше двух тысяч человек. И сначала кажется, что этот населённый пункт ничем особенным не отличается от других. Но как только Ирина

Станиславовна начинает экскурсию, мнение меняется.

Сопровождая гостей по улице и показывая то в одну сторону, то в другую, глава приговаривает: «Это мы сделаем», «Это у нас в планах на будущее...» «А на какие средства?» - слышится вопрос. На что хозяйка отвечает: на свои средства и силами жителей посёлка. Да, очень многое здесь держится на энтузиазме жителей.

### Будет набережная

Первая остановка - берег озера Долгое. Здесь планируется снести старые, ненужные постройки и сделать пешеходную зону - набережную,

вдоль которой посадить рябину. По словам Ирины Станиславовны, она уже вышла с предложением к руководству предприятий, которые работают на территории МО «Луковецкое», а

это группа компаний «Титан», ООО «Северная Энергетическая Компания», и предпринимателям поселения. Ну и, конечно, жители посёлка в стороне не останутся.



### Дом образцового содержания

С нескрываемым удовольствием показывает Ирина Станиславовна дом № 9 по улице Юбилейной. Это дом, как раньше говорили, образцового содержания: жильцы следят за порядком, поэтому здесь всегда чисто и уютно. Летом дом утопает в цветах, во дворе разбит пруд, а зимой территорию украшает ёлочка. Гости сошлись во мнении: все дома должны быть такими.



### Солнце своими руками

В участковой больнице глав встречаются улыбки женщин в белых халатах, проводят по кабинетам. Говорят, что для физиопроцедур есть такие аппараты, о каких в некоторых больницах и не мечтают. А на стенах физиокабинета красуются солнышко, цветы, зверушки:

- Это мы сами рисовали, чтобы детишкам нескучно было на процедурах сидеть.



### Банный день

Следующая остановка - общественная баня. Казалось бы, баня - что о ней говорить? Но Ирина Станиславовна настаивает: заходите, посмотрите. В начале небольшой магазинчик, где в продаже есть всё необходимое для забывчивых посетителей, дальше раздевалка и помывочный зал.

Уже около десяти лет баню содержит предприниматель А.Е. Копытов. Управляющая Светлана Корельская рассказывает:

- Баня работает в субботу и воскресенье, летом чаще. В среднем в день приходят 25-30 человек. Тепло, чисто, жалоб от жителей нет. Правда, в парилке полоч прохудился, но материал для его ремонта уже завезён. Стоимость помывки

для работающего населения составляет 230 рублей, для пенсионеров - 210, дети до пяти лет моются бесплатно, старше - за 120 рублей. Но этих средств не хватает на содержание бани. Мы всегда уходим в убыток. Несмотря на то, что администрация не берёт с нас аренду, дрова (у нас своё отопление), электроэнергия, вода, заработная плата трём работникам - всё это требует немалых средств.

- Для того, чтобы у здания был один хозяин и оно как-то преобразилось, решено выставить его на аукцион, но с обременением, чтоб функция бани сохранилась, и людям было где помыться, - поясняет глава поселения.

### Искусство - во всём

Зашли главы в Луковецкую школу искусств №52. Её директор Татьяна Мелентьева проводит по коридорам, классам:

- Раньше это был детский сад, затем начальная школа. Теперь в бывших группах дети учатся игре на музыкальных инструментах, рисовать. Мы проводим конкурсы разных

уровней, устраиваем концерты. Ремонт в школе сделан руками наших жителей, сделан с душой. А районная администрация помогла нам приобрести стулья для концертного зала.

Гости, присаживаясь на туго натянутую ткань золотистого цвета, улыбаются: красиво и удобно.



### Хорошие впечатления

Дальше - библиотека, где посетителей радушно встречает её хозяйка Анна Филик. Она рассказывает о своей работе, достижениях и победах. И здесь, в уютном зале библиотеки, главы вместе со специалистами районной администрации обсудили свои профессиональные вопросы, договорились о новых встречах.

После небольшой экскурсии по библиотеке гости отправились в Дом культуры, где их хлебом-солью встретил коллектив художественной самодеятельности, подготовивший концерт. А хлеб, выпеченный на пе-

карне местного предпринимателя Т.М. Шевдиной, надо сказать, отменный - от него не осталось и крошки.

Встреча подошла к концу, пора разъезжаться.

- Да, Ирина Станиславовна, - подытожили коллеги, - мы слышали о вашем посёлке только хорошее, а теперь лично убедились в том, что вы полны идей и энергии. Надеемся, что вашим планам суждено сбыться.

**Жанна  
КОСМИНИНА**  
Фото автора



Гости

# О жизни, о службе, о тех, кого нет рядом

В Холмогорах, в рамках тура, посвящённого 70-летию окончания войны, состоялся концерт ансамбля «Голубые береты».

В центре культуры «Двина» яблоку негде было упасть: на концерт легендарного ансамбля приехали люди со всего Холмогорского района. Каждую песню благодарные слушатели встречали на ура, а в ответ слышались добрые слова за тёплый приём.

После концерта — фотосессия с исполнителями, задача автографов. А уже потом музыканты, бывшие десантники, в неформальной обстановке встретились с членами Холмогорского отделения «Боевого братства».

Улучив момент, я задала несколько вопросов руководителю ансамбля Сергею Яровому.

**- Сергей Фёдорович, начнём с впечатлений: как вам у нас понравилось?**

- Ох, любим мы север нашей страны. Люди здесь, как и на Урале, Дальнем Востоке, в Сибири, дружные, сплочённые. Где теплее, там каждый чаще особняком как-то держится. А здесь людям нелегко придти, и они объединяются, чтобы преодолеть трудности.

**- Везде разные люди, получается?**

- Наоборот, русский человек везде один:

что у нас, что за границей. Он — патриот. Единственное скажу: москвичам не до концертов, они деньги зарабатывают, только об этом и думают, поэтому ходят хмурые. А чем дальше от Москвы, тем люди приветливее.

**- Расскажите, как вы попали в ансамбль?**

- Любовь к музыке у меня от родителей, они оба пели. А сестра закончила консерваторию. Когда я был мальчишкой, мучила меня игрой на рояле. Пытался записать в музыкальную школу. Я благополучно из неё сбежал. Всё-таки тогда мне ближе были хоккей, футбол, волейбол... Но от судьбы не уйдёшь: когда служил в армии, в 1985 году, вошёл в состав самодеятельного ансамбля второй роты первого батальона 350-го полка «Голубые береты». Первый концерт мы дали 19 ноября. Он и стал считаться днём рождения коллектива. Кстати, в один день с Ломоносовым... За время существования «Голубых беретов» сменилось пять составов. Срочники приходили и уходили, а когда ансамбль сделали штатным, мы впятером и обосновались в нём. Ездим по стране,



На концерт легендарного ансамбля приехали люди со всего Холмогорского района.

в бывшие союзные республики, не раз бывали за границей.

**- А как семьи относятся к вашему увлечению, вашей постоянной занятости?**

- Они молодцы — и жёны, и дети, и внуки. Никогда слова поперёк не скажут. Каждый приезд домой — это праздник. Если жена умная и видит, что мужчина занимается хорошим делом, то она ворчать не будет, только поддержит его. Так что почти вся жизнь у

нас — медовый месяц.

**- Вы сетовали, что не побывали на родине Ломоносова...**

- Для нас, как людей, выросших в Советском Союзе, есть определённые знаковые места. Например, мы раз пятнадцать были в Красноярском крае и только недавно посетили посёлок Шушенское — место ссылки Владимира Ленина. И Ломоносов для нас значимая фигура. Жаль, что гастрольный график очень плотный, и добраться

до музея нет времени. Ничего, съездим в следующий раз.

**- Что ж, надемся на ещё не одну встречу с вами.**

- Обязательно приедем! Хочется бывать в таких уголках нашей страны. Это сейчас у вас всё серо, невесело. А весной, когда растает снег, пойдёт река, поднимется лес, зазеленеет всё — ведь красота же неопишутая будет! И я не сомневаюсь, что здесь замечательно. Хотелось бы просто, чтобы нашим людям

лучше жилось, чтобы была работа, достойная зарплата, а остальное они сами всё сделают.

И вновь Сергей Фёдорович ушёл к воинам-интернационалистам. И вновь полились разговоры, разговоры... О жизни, о службе и тех, кого нет рядом.

Жанна  
КОСМИНИНА  
Фото автора

Наши люди

## Кто рано встаёт

В Холмогорах одной из «ранних пташек», наверное, можно назвать укладчицу кондитерского цеха райпо Надежду Миндерову.

Все довольны её работой, только хорошие отзывы слышала о ней. Рано утром работать тяжело, но Надежда Фёдоровна говорит, что уже привыкла.

В четыре часа она уже на работе. Бережно фасует товар. Пирожки и булочки нужно грамотно уложить в коробки. Не ошибиться с накладными (одного печенья около десяти названий!), а потом не запутаться и отправить выпечку по магазинам в нужном направлении.

Аромат выпечки чувствуется далеко за пределами кондитерского цеха. Выходя из комбина питания, ещё долго ощущаешь эти вкусные запахи. И вспоминаешь скромную, улыбчивую Надежду.

Кристина ГУРЬЕВА

Творчество

## Встреча со светлой музыкой

Именно такая встреча прошла в Брин-Наволоцкой школе

Концерт состоялся по инициативе насельника Антониево-Сийского монастыря игумена Варсонофия. Нас посетили авторы-исполнители Артём Белов (г. Москва) и Игорь Лунёв (г. Санкт-Петербург).

Артём Белов уже не раз выступал в Брин-Наволоке. Он — активный участник миссионерских поездок, православно-патриотических фестивалей, конкурсов и слётов, проводимых молодёжным отделом Архангельской и Холмогорской епархии.

В зале собрались почти

все обучающиеся школы и учителя. Нечасто в посёлке происходят встречи с живой музыкой. Светлые песни Артёма Белова чередовались с ироничными произведениями Игоря Лунёва. Гости были в Брин-Наволоке недолго: в этот день они уже выступили в Емецке и собирались в Архангельск. Музыканты сумели подарить хорошее предвесеннее настроение, помогли задуматься о чистой любви, верности, отваге и красоте мира.

Ольга МАЗУР



За здоровый образ жизни

# Не остались в стороне: поддержали Россию

## Более 500 человек вышли на «Лыжню России» в Холмогорском районе

В Холмогорах традиционный старт XXXV открытой всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России - 2017» состоялся 12 февраля. С погодой участникам гонки повезло: был небольшой морозец, ярко светило

солнце. На «Лыжню России» холмогорцы пришли целыми коллективами: трудовыми, семейными, спортивными, школьными и даже политическими. Всего в лыжной гонке в этот день приняли участие 98 жителей и



В Матигорах на «Лыжню России» вышло самое большое количество участников

гостей Холмогор. Награждение участников прошло в здании ДЮСШ. Каждый получил свой заслуженный приз – медали, грамоты, сладости или спортивные шапочки.

«Лыжню России», как это бывает ежегодно, поддержали и в других населённых

пунктах нашего района. По данным отдела молодёжной политики, культуры и спорта районной администрации, в Двинском на старт вышли 40 человек, в Емецке – 52, в Кехте – 50, Койдокурье – 89, Усть-Пинеге – 55. А самое большое количество участников

собралось в МО «Матигорское» – 110 человек. «Лыжня России», как и другие массовые спортивные мероприятия, помимо приобщения к здоровому образу жизни, способствует внедрению комплекса ГТО, которому в последние годы уделяется особое внимание.

Но, по мнению многих постоянных участников, в первую очередь, это отличная возможность провести выходной день на свежем воздухе, с пользой, в кругу семьи и друзей.

**Дарья СЕРГЕЕВА**  
Фото автора  
и Петра Окулова

Анонс

## «Холмогорская рыбка-2017»: призы готовы, осталось выявить сильнейших

В минувшем году соревнования рыболовов-любителей «Холмогорская рыбка» на призы депутата Эрнеста Белокоровина собрали свыше полусотни любителей зимней рыбалки. В нынешнем году 24 февраля на озере Белое, что неподалеку от деревни Ичково, ожидается ещё больше участников.

Главная интрига – участие команды из Москвы, со своими снастями, хитрыми приспособами и техникой лова. Готовятся и холмогорские, а также северодвинские и архангельские рыбаки.

Кстати, рекорд Сергея Пульного, установленный на самых первых соревнованиях, так и не побит – 2 кг 120 г принесли ему безусловную победу. А в минувшем году коллективными усилиями за несколько часов напряжённой рыбалки было выловлено 15,3 кг озерной рыбы.



Победители и участники прошлых соревнований

Места в 2016-м, напомним, распределились следующим образом: 1 место (улов 1 кг 360 г) – Иван Бобкин, с. Матигоры, 2 место (улов 1 кг 260 г) – Виктор Венедиктов, д. Копачёво, 3 место (улов 1 кг 165 г) – Дмитрий Цаплин, Архангельск. Как видите, победителей разделяли считанные граммы добычи. В командном зачёте по-

бедела Архангельская область. Всех победителей награждал лично Эрнест Анатольевич Белокоровин.

В этом году будет уже целых 10 номинаций, грамот и ценных подарков от депутата. Есть за что побороться. Но главное – хорошее настроение, адреналин и замечательная компания на льду Белого озера.

Напомним, сбор у Копачёвской переправы через реку в 10 утра 24 февраля, регистрация участников и консультации – у Владимира Лушева, тел. +7-952-255-71-72. Прогноз погоды тоже неплохой: малооблачно, лёгкий морозец, юго-западный ветерок.

**Сергей ВОЛКОВ\***

Волейбол

## Подача. Приём. Атака

В Холмогорах прошёл очередной этап районной спартакиады школьников.

В турнире по волейболу приняли участие семь команд старшеклассников из шести образовательных организаций.

Встречи были напряжёнными и интересными, как у юношей, так и у девушек. Команды демонстрировали комбинационную игру, работали связки волейболистов.

Упорной выдалась игра волейбольных дружин Рембуевской и Белогорской школ. Инициатива переходила из одних рук в другие. Ничейный счёт периодически сменялся небольшим отрывом той или иной команды. Зрителям явно нравилось такое развитие событий, и они энергично поддерживали волейболистов. Но в игре не предусмотрен ничейный результат. С небольшим отрывом в каждой из двух партий победу одержали белогорские спортсмены. Ученики Рембуевской школы сражались достойно, им просто немного не повезло. Тем не менее, они стали бронзовыми призёрами соревнования. Команда Белогорского стала второй, а чемпионами – ученики Холмогорской школы.

Среди девушек победу одержали представительницы райцентра. Второе место заняли лужковчанки, а третье – волейболистки Верхнематигорской школы.

**Сергей ОВЕЧКИН**

## Для настоящих мужчин

Соревнования по волейболу среди мужских команд пройдут в Холмогорах 23 февраля.

Соревнования будут посвящены Дню Защитника Отечества. Разыграть кубок приглашают команды из муниципальных образований района. Заявки принимаются в отделе молодёжной политики, культуры и спорта районной администрации по тел. 33-400.

Правопорядок

## Преступность выросла, раскрываемость упала

Как сообщает ОМВД России по Холмогорскому району, в 2016 году уровень преступности в районе по сравнению с 2015 годом увеличился со 157,5 до 172,8 преступлений на 10 тысяч населения. Количество зарегистрированных преступлений возросло на 6,3% и составило 402.

Возросло количество случаев мошенничества, убийств и тяжких телесных повреждений, преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков. Уменьшилось количество краж, грабежей, разбоев, преступлений превентивной направленности (причинение лёгкого и среднего вреда здоровью, побои, угрозы убийством). Общая раскрываемость преступлений составила 72%, в 2015 году – 78,3%.

Прокуратура сообщает

## Под домашний арест

Подозреваемого в грабеже жителя Холмогор заключили под домашний арест.

Холмогорским районным судом Архангельской области 03.02.2017 в отношении В.Н. Макавеева, подозреваемого в совершении преступления, предусмотренного п. «г» ч. 2 ст. 161 УК РФ (открытом хищении у гражданки М. женской сумочки с находившимся в ней имуществом, причинения тем самым ущерба в размере 7 540 руб.) по ходатайству следователя СО ОМВД России по Холмогорскому району избрана мера пресечения в виде домашнего ареста.

Судом учтено, что подозреваемый имеет постоянную прописку по месту жительства на территории Российской Федерации, тяжесть совершенного преступления, сведения о его личности, возрасте, состоянии здоровья, семейном положении и другие обстоятельства.

Постановление вступило в законную силу.

**А. СЕВОСТЬЯНОВ,**  
помощник прокурора района

## Признан виновным

Мировой судья судебного участка № 2 Холмогорского района согласился с позицией государственного обвинителя и признал 40-летнего жителя с. Емецк виновным в нанесении побоев и высказывании угрозы убийством в адрес своей родственницы.

Судом приняты во внимание данные о личности и поведении осуждённого, который характеризуется отрицательно, систематически употребляет спиртные напитки, не работает, ранее судим, и назначено окончательное наказание в виде реального лишения свободы с отбыванием в колонии общего режима.

Приговор в законную силу не вступил.

**Н. СИВЧЕНКО,**  
помощник прокурора района

## «Дом» обязали очистить крыши

Прокуратурой района выявлены нарушения требований жилищного законодательства в части содержания общего имущества многоквартирных жилых домов с. Холмогоры.

Установлено, что обществом с ограниченной ответственностью «Дом» не принято мер к очистке кровель от снега, наледи и сосулек, что ухудшает конституционные права граждан на благоприятные условия окружающей среды и создаёт реальную угрозу их жизни и здоровью.

В связи с этим прокурором района в адрес руководителя управляющей организации внесено представление с требованием устранить выявленные нарушения закона.

**А. СЛАСТИЛИН,**  
помощник прокурора района

Прокуратура сообщает

# Телефонных мошенников осудили

Оглашён приговор двум жителям Республики Коми за серию преступлений в сфере компьютерной информации.

Приговором Октябрьского районного суда г. Архангельска уроженцы Республики Коми 28-летний Антон Лямин и 27-летний Александр Фазилос осуждены за использование группой лиц по предварительному сговору компьютерной программы, заведомо предназначенной для несанкционированного уничтожения, блокирования, копирования компьютерной информации из корыстной заинтересованности (ч. 2 ст. 273 УК РФ), неправомерный доступ к охраняемой законом компьютерной информации, повлекший ее блокирование и копирование, из корыстной заинтересованности (ч. 3 ст. 272 УК РФ), мошенничество и покуше-

ние на мошенничество в сфере компьютерной информации с причинением значительного ущерба гражданам (ч. 2 ст. 159.6, ч. 3 ст. 30, ч. 2 ст. 159.6 УК РФ) и распространение компьютерной программы, заведомо предназначенной для несанкционированного уничтожения, блокирования, копирования компьютерной информации из корыстной заинтересованности (ч. 2 ст. 273 УК РФ).

Как установлено судом, Лямин и Фазилос в октябре 2013 г. приобрели вредоносную компьютерную программу, которая посредством смс-рассылок обманным путём устанавливалась на мобильные телефоны граждан, позволяла осуществлять доступ,

уничтожение и копирование информации о банковских картах, в том числе переводить денежные средства со счетов граждан на находящиеся в пользовании Лямина и Фазилова мобильные телефоны и кошельки в электронных платёжных системах. С помощью этой программы в период с 01.05.2014 по 07.09.2014 они похитили денежные средства с банковских карт 36 граждан на общую сумму 605 753,88 руб. и пытались похитить денежные средства у 7 граждан на сумму 122 250 руб.

Приговором суда по совокупности преступлений Лямину назначено наказание в виде 3 лет 6 месяцев лишения свободы с отбыванием в колонии-поселении, Фазилосу - 4 лет 6 месяцев лишения свободы с отбыванием в исправитель-

тельной колонии общего режима.

С осуждённых в пользу потерпевших по делу взыскана компенсация причинённого преступлением материального ущерба.

Приговор в законную силу не вступил.

Прокуратура района предупреждает: чтобы не стать жертвами мошенников, не следует открывать поступившие с неизвестных номеров смс, содержащие ссылки на сайты сети Интернет.

В случае обнаружения подозрительных операций по своим банковским счетам, необходимо незамедлительно обратиться на «горячую» линию банка, обслуживающего карту, и в правоохранительные органы.

**Евгений ТИТОВ,**  
прокурор района

Обучение

## Стань финансовым консультантом

У северян появилась возможность стать консультантом по финансовым вопросам. Для этого необходимо пройти бесплатное обучение в рамках проекта «Содействие повышению уровня финансовой грамотности населения и развитию финансового образования в Российской Федерации».

Обучение в форме повышения квалификации по программе «Финансовое консультирование» направлено на получение базовых представлений о состоянии финансовой грамотности взрослого населения, зарученном и отечественном опыте, способах и методах повышения уровня их финансовой грамотности. В дальнейшем консультанты смогут вести просвещение взрослого населения в Архангельской области.

Обучение проходит в дистанционном формате и позволяет:

- повысить квалификацию от ведущего ВУЗа страны с выдачей соответствующего удостоверения и статус Консультанта-Методиста Проекта Минфина России;
- расширить свои знания в области управления личными финансами и финансовой грамотности;
- стать востребованными финансовыми консультантами в различных областях: инвестиции, страхование,

пенсионное обеспечение, налоговые вопросы и т.д.

Вы сможете использовать полученные знания и материалы:

- на работе и в личной жизни для финансового просвещения своего ближайшего окружения и для улучшения личного финансового благополучия;
- для успешного начала или продолжения карьеры в сфере, связанной с финансовым консультированием.

Для руководителей предприятий обучение персонала и внедрение программы обучения финансовой грамотности способствует:

- снижению времени на решение личных финансовых проблем;
- лучшей экономической защищенности;
- снижению уровня стресса, улучшению экономической защищенности, благосостояния и здоровья;
- увеличению продуктивности, профилактике воровства;
- удержанию персонала (отсутствие затрат на поиск, обучение и адаптацию);

Базовые требования к кандидатам для зачисления на программу:

- обязательно наличие высшего образования;
- желательно наличие экономического, юридического или педагогического образования;
- общий стаж работы – более 3-х лет;
- опыт реализации обучающих проектов для взрослого населения и/или консалтинговых услуг;
- опыт публичных выступлений;
- желание и возможность провести минимум два образовательных мероприятия для взрослого населения.

**Ближайшие даты старта групп для выбора удобного для вас периода обучения:**

**с 20 марта по 24 апреля 2017 года,**  
**со 2 мая по 5 июня 2017 года,**  
**с 13 июня по 13 июля 2017 года,**  
**с 4 сентября по 10 октября 2017 года.**

Документы, необходимые для поступления на программу «Финансовое консультирование»:

- заявление (оригинал и скан-копия подписанного бланка, образец высылается по запросу);



- скан-копия диплома о высшем профессиональном образовании и приложения к нему;
- резюме (в произвольной форме).

Документы для зачисления должны быть предоставлены не позднее, чем за 14 дней до старта очередной группы обучения по электронному адресу: [dpo@narfu.ru](mailto:dpo@narfu.ru)

Обращаем внимание, что кандидаты на зачисление отбираются на конкурсной основе, предпочтение отдаётся тем, кто имеет желание развиваться в теме личного финансового консультирования, помогать людям решать личные финансовые проблемы, готов принимать участие в дальнейших инициативах и мероприятиях по повышению финансовой грамотности взрослого населения.

Контактное лицо: Шевчук Екатерина Юрьевна. Телефон для справок: (8182) 21-61-94. E-mail: [dpo@narfu.ru](mailto:dpo@narfu.ru).



## Страничка для тех, кто хочет быть здоров

Сезон

### Где найти витамины зимой

С приходом зимы меняется не только погода, но и процессы в организме человека. Солнечных дней становится меньше, холодный ветер продувает насквозь, а значит, и прогулок на свежем воздухе меньше. Неправильное питание, стрессы, инфекции снижают иммунитет человека. Так что же нужно есть зимой, чтобы чувствовать себя отлично?

### Вместо солнца

Как известно, зимой солнца намного меньше, чем летом. В связи с этим у человека возникает **дефицит витамина D**. Восполнить эту потерю можно при помощи продуктов питания. Витамин D содержится в треске, икре, молочных продуктах (сюда относятся молоко, сыры, сливочное масло) и яйцах. Ежедневное употребление этих продуктов способствует улучшению цвета кожи, нормализации кровяного давления и укреплению иммунитета.

### В капусте нашли...

Отличной закуской зимой может стать квашеная капуста. В ней сохраняются все витамины, а их там немало: **витамины группы В, С, К, различные микроэлементы**, например, цинк, железо, кальций и калий. Квашеная капуста во время брожения обогащается **органическими кислотами**, которые необходимы для работы желудочно-кишечного тракта.

### Мороженое, сушёное

Заготовки овощей и фруктов также способствуют насыщению организма витаминами в зимнее время. Однако речь идёт не о соленьях и вареньях, а о замороженных ягодах, сушёных травах и т.д. При заморозке ягоды не теряют полезные свойства, поэтому клубника, малина, вишня, любая другая ягода могут стать не только вкусным лакомством, но и источником микро- и макроэлементов. Укроп, базилик и петрушка даже в высушенном виде сохраняют эфирные масла. Поэтому не забывайте добавлять зелень в любое готовое блюдо!

### Варёное, тушёное

Зимой человек чувствует голод острее, чем в летнее время. Именно поэтому в рационе должно присутствовать мясо. В нем содержится оптимальное количество животных жиров и белка. Лучше всего запекать мясо в духовке или тушить, жареное мясо приносит больше вреда, чем пользы.

На завтрак или как гарнир к мясу идеально подойдут различные каши. Например, рис выведет шлаки и токсины из организма, а в гречке очень много железа. Овсянка – идеальный завтрак, ведь она не только полезна, но и очень питательна, а значит, вы долгое время не будете чувствовать голод.

### Свежее

Свежие фрукты и овощи можно найти в любом современном магазине. Конечно, парниковые уступают в количестве содержащихся в них витаминов грунтовым. Но это не повод исключать овощи и фрукты из рациона в зимний период. Питание должно быть разнообразным и сбалансированным.

### К чаю

Прекрасный способ согреться холодным зимним утром – выпить чашку горячего чая. Лучше всего заваривать чай с шиповником, мятой и другими сушёными травами, которые у вас есть. Вечером в чай можно добавить палочку корицы и немного гвоздики, ведь пряности улучшают кровообращение и способствуют расслаблению организма. Вместо пирожных к чаю лучше подать сухофрукты и орехи. В них много йода, магния и витамина Е.

Зимой рацион должен быть столь же разнообразен, как и летом. Стоит только проявить немного фантазии, и вы сможете радовать себя и своих близких вкусными и полезными блюдами.

Худеем

### «Потерять» лишние килограммы без риска для здоровья

Избыточный вес тела и его крайняя степень - ожирение являются факторами повышенного риска болезней сердца и кровеносных сосудов. Как снизить вес и с чего начать?



#### Для начала - оценка веса

Для оценки веса (массы) тела рекомендуется пользоваться показателем индекса массы тела (ИМТ)=вес в кг/рост в м<sup>2</sup>.

Например, если ваш вес 60 кг, а рост 160 см (1,6 м), то это будет 60 : (1,6 x 1,6) = 23,4 кг/м<sup>2</sup>. Оптимальный ИМТ находится в пределах **18,5-25 кг/м<sup>2</sup>**, избыточный вес регистрируется при ИМТ равном или больше 27 кг/м<sup>2</sup> (но меньше 30 кг/м<sup>2</sup>), ожирение при ИМТ равном или больше 30 кг/м<sup>2</sup>.

Обычно человеку с избыточной массой тела рекомендуется снизить вес до оптимального, но для многих это труднодостижимо. В таких случаях необходимо снизить общий вес на 10% от исходного или до ИМТ равной или меньшей **27 кг/м<sup>2</sup>** и **поддерживать его на достигнутом уровне**.

#### Показатель опасности - окружность талии

Наибольшую подверженность болезням сердца и сосудов, а также сахарному диабету, имеют люди с преимущественным отложением жира в брюшной полости, то есть с так называемым **абдоминальным (или центральным) ожирением**. При абдоминальном ожирении увеличен преимущественно живот и окружность талии. Показателем уже опасного для здоровья сердца и сосудов абдоминального отложения жира считается **величина окружности талии у мужчин 94 см, у женщин 80 см**. Окружность талии свыше данных значений указывает на необходимость принять меры для снижения веса тела.

#### Что делать, если эти показатели зашкаливают?

Снижение веса возможно за счёт уменьшения калорийности питания и увеличения физической активности.

**При оценке калорийности питания** полезно знать, что суточная калорийность при нормальной массе тела составляет для мужчин, в среднем, **2500 ккал**, для женщин - **2000 ккал**. Для того, чтобы достигнуть уменьшения веса тела, следует снизить калорийность рациона до 1800-1200 ккал/сутки то есть примерно **на одну треть**. Снижение веса должно быть медленным: **на 400-800 г в не-**

делю. Это идеальный темп потери «лишних» килограммов. Более быстрое похудение делает чрезвычайно трудным сохранение достигнутого успеха.

Наибольшей калорийностью обладают **жиры**, поэтому за счёт уменьшения их потребления рационально снижать калорийность питания. При расщеплении в организме 1 г жира образуется 9 ккал энергии, при расщеплении белков и углеводов - 4 ккал. Однако снижать потребление жиров **меньше 30% калорийности питания** не следует, так как при этом люди инстинктивно увеличивают потребление быстроусвояемых углеводов в виде сахара, сладостей и мёда. Это также ведёт к повышению массы тела и повышению уровня глюкозы в крови, что способствует развитию сахарного диабета типа 2, а также нарушению нормального спектра липидов крови, что способствует развитию атеросклероза.

**Первым и наиболее простым шагом в снижении калорийности** может быть уменьшение обычных для конкретного человека порций потребляемых блюд, **на одну четвертую - одну треть часть**. Ведь каждый человек знает, какую порцию того или иного продукта он обычно ест. Поэтому если вы не хотите заниматься вычислениями калорийности питания, легче всего отказаться **от трети (четверти)** каждого потребляемого вами блюда. Эффективен также переход на преимущественное потребление низкокалорийных продуктов вместо высококалорийных. Для того чтобы похудеть, разработаны различные типы диет. Обычно они и основываются на потреблении низкокалорийных продуктов или напитков. Примерами такого подхода являются замена жирных мясных блюд на рыбные, включение «овощных», «фруктовых», «белковых» и «рисовых» дней.

Медикаментозное лечение избыточного веса применяется в тех случаях, когда не удалось снизить вес путем уменьшения калорийности питания и повышения физической активности. Существуют медикаментозные препараты разного механизма действия, но они имеют нежелательные побочные явления и должны применяться только под строгим контролем врача.

По материалам Архангельского центра медицинской профилактики



## Гороскоп на 20 - 26 февраля

**♈ Овен (21.03 - 20.04)**  
Во вторник постарайтесь не способствовать конфликтной ситуации на работе, не создавайте себе лишних проблем. В субботу ситуация может измениться в лучшую сторону, однако придётся принять окончательное решение, от которого могут зависеть перспективы на будущее.

**♉ Телец (21.04 - 21.05)**  
Со вторника могут потребоваться контакты и консультации с юристами. В личных отношениях Тельца ждёт новый роман или счастливые переживания в прежнем союзе. Домашние проблемы с середины недели будут отнимать много времени, поэтому постарайтесь хотя бы не создавать новые.

**♊ Близнецы (22.05 - 21.06)**  
В начале недели Близнецам придётся спуститься с заоблачных высот хотя бы на одну ступень. Чем ближе к земным делам вы будете, тем больше шансов на успех в реальности, а не в воображении. Поменьше думайте об этике, морали, приличиях, побольше - о практичности.

**♋ Рак (22.06 - 23.07)**  
На службе и работе Раков в начале недели ждёт успех. Для своего ближайшего окружения и самих себя на этой неделе Раки способны творить чудеса. За здоровье волноваться не придётся. Вас будет трудно прогнать с работы, но помните, что начальство радуется, а семья не всё прощает.

**♌ Лев (24.07 - 23.08)**  
Неделя для Львов пройдёт под знаком духовной нерешительности и разочарований. Вы рискуете потерять надёжных партнёров, близких людей, занятые позиции в бизнесе. Вы сами вполне можете стать причиной чьего-то счастья, и это станет для вас лучшей наградой.

**♍ Дева (24.08 - 23.09)**  
В начале недели для Дев существует вероятность появления дополнительных расходов. В среду и четверг больше внимания стоит уделить детям, дома можно устроить небольшой праздник. Пятница может оказаться самым полезным и интересным днём этой недели.

**♎ Весы (24.09 - 23.10)**  
Весы, вашими оппонентами часто становятся недавние союзники, и вы уже не знаете, кому можно доверять, а кому — нет. Вспомните о накопившихся домашних делах и проблемах. Середина недели - вполне подходящее время для создания уюта в доме.

**♏ Скорпион (24.10 - 22.11)**  
Скорпионам в середине недели стоит быть внимательнее, делая покупки за границей, и ни в коем случае не приобретать товары, с которыми могут возникнуть проблемы на таможне. Вероятность того, что вас и ваш транспорт в это время будут досматривать, и не один раз, очень велика.

**♐ Стрелец (23.11 - 21.12)**  
Начало недели пройдёт без особых потрясений для Стрельцов, однако удача будет находиться только в их руках. Если вы чувствуете сомнения относительно своих намерений, то стоит подумать, прежде чем переходить к непосредственным действиям.

**♑ Козерог (22.12 - 20.01)**  
Ваши личные отношения проходят новый кризис взаимопонимания, который достигнет пика в середине недели. Отложите в сторону рутину: занимайтесь только тем, что интересно и перспективно. Вы столкнётесь с прогрессивными занятиями, получите возможности для роста и развития.

**♒ Водолей (21.01 - 19.02)**  
Идей у Водолеев в начале недели может оказаться больше, чем возможностей к их реализации. Впрочем, это не повод для расстройства - оставьте часть задуманного на будущее. Вы сможете с честью выйти практически из любого, сколь угодно трудного положения.

**♓ Рыбы (20.02 - 20.03)**  
Благоприятны обращения в вышестоящие организации, органы власти. Вероятно решение вопроса, определяющего ваше будущее. Ваши старания укрепить материальное положение принесут долгожданные плоды, но есть риск к концу недели их бездарно потратить.

К сведению

## В суд - через портал

С 1 января вступили в законную силу положения процессуальных законов в части применения электронных документов в деятельности органов судебной власти.

В настоящее время граждане и организации могут подавать в суд юридически значимые документы в электронном виде. Такая возможность реализована на сайте Холмогорского районного суда на портале ГАС «Правосудие».

Для того, чтобы авторизоваться на сайте суда, гражданин или организация должны иметь усиленную квалифицированную электронную подпись либо подтверждённый аккаунт в Единой системе идентификации и аутентификации (ЕСИА) на портале Госуслуг.

Документы в электронном виде должны быть оформлены в соответствии с Порядком подачи документов, с которым в электронном виде можно ознакомиться на сайте суда в разделе «Справочная информация».

А.В. ДОРОНИН, председатель суда

Фотоконкурс

## Север православный

Архангельская епархия и Северный Арктический федеральный университет объявляют о начале фотоконкурса «Север Православный», который пройдёт с 1 февраля по 1 мая.

Жюри рассмотрит работы на темы «Православный взгляд», «Моя малая родина», «Необычное в обычном». Возрастных ограничений для участия в конкурсе нет. Авторские цветные и чёрно-белые фотографии могут быть как в печатном варианте, так и на диске. От каждого участника в каждой номинации принимаются не более трёх фотоснимков.

Заявки на участие можно отправлять до 15 апреля по адресу: 163000, г. Архангельск, наб. Северной Двины, 17, каб. 1122, или по e-mail: m.mahina@narfu.ru, o.sorokina@narfu.ru. Справки по телефону: 8(8182) 21-61-44.

## Поправка

В информации о работе организаций и учреждений в номере от 25 января допущена неточность.

Аптека №17, филиал ГУП АО «Фармация», работает в субботу и воскресенье с 9 до 16 часов.

Отделение МФЦ работает в пятницу с 8.30 до 16.00.

Специалисты по вопросам персонифицированного учёта и администрирования страховых взносов в ГУ УПФ РФ в Холмогорском районе не работают.

Приносим извинения читателям.

## ПОДПИШИТЕСЬ на «Холмогорскую жизнь»

Впервые в Холмогорах с 16 по 19 февраля



КОНТАКТНЫЙ  
ЗООПАРК  
К/Т «ДВИНА»

ул. Ломоносова, 35  
ВРЕМЯ РАБОТЫ: с 10 до 19 ч.

Предъявителю объявления скидка 20 руб.

reclamaholm@yandex.ru

реклама

## МЕБЕЛЬ для Вашего дома

Диваны от 7 500 р !!!

Прихожие, ШКАФЫ, кухни, КОМОДЫ  
МАТРАСЫ, тюфяки, ЛИНОЛЕУМ, постельное белье

СКИДКИ до 20% !!! Наша группа в контакте vk.com/club119785060

с. ЕМЕЦК, ул. Горнчаровского 45а (рядом со Сбербанком)

Продам 3 к. кв-ру в двухкварт. д/д (вода, отопл), 77,2 кв.м. Недорого. Или обменяю на меньшую благ. Т. 89214910311

Продам 2 к. благ. кв-ру в Холмогорах ул. Октябрьская 27а, 41,2 кв.м., 2 эт., к/д. Т. 89643001238

ТРЕБУЮТСЯ ПРОДАВЦЫ-КОНСУЛЬТАНТЫ в салоны сотовой связи с.Холмогор, г. АРХАНГЕЛЬСКА (ЖИЛЬЁ в городе ПРЕДОСТАВЛЯЕМ) Достойная зарплата, оплачиваемое обучение и проезд, официальное трудоустройство, соц. пакет Тел.: 8-902-285-35-55, резюме: personal@nor-tel.ru.

Выкуп аварийных и целых авто, а также снегоходов, лод. моторов, лодок «Казанка». Т. 89212470002

Магазин «Ритуал» с. Холмогоры, ул. Галушина (рядом с комбинатом питания) с. Емецк, ул. Комсомольская д. 1 (здание бывшего Леспромхоза)

Всегда в продаже: домовины, венки, корзинки, цветы, памятники, ограды, столики, скамейки А также все виды ритуальных услуг: - организация захоронений (автотранспорт-копка могил); - транспортировка тел умерших по Архангельской обл.

Тел. 8-921-247-46-81, 8-921-720-08-12

22 февраля в ДК с. Матигоры  
ВЕРХНЯЯ ЖЕНСКАЯ  
ОДЕЖДА

куртки, пальто из драпа, кашемира, болоньевые. Весна 2017.

Распродажа дублёнок. г. Вологда

17 февраля (пятница) ДК с. Емецк  
18 февраля (суббота) ДК п. Усть-Пинега  
19 февраля (воскресенье) ДК п. Луковецкий

Большая распродажа шуб г. Пятигорск. ВСЕ МЕХА.

Натуральные шубы от 12 000руб.

А также в продаже дублёнки, головные уборы. Меняем старую шубу на новую с доплатой. Рассрочка платежа без первого взноса.

Ждём вас с 9 часов.

20 февраля

в кинотеатре с. Холмогоры  
УЛЬЯНОВСКАЯ ОБУВЬ  
весна-осень 2017

22 февраля в кинотеатре с. Холмогоры  
РАСПРОДАЖА ЗИМНЕЙ ОБУВИ

из натуральной кожи

фабрик г. КИРОВА от 3500 руб.

Приём и выдача обуви из ремонта

ПН 20 февраля

Первый 1

05.00, 09.20 Доброе утро
09.00, 12.00, 14.00, 15.00,
03.00 Новости
09.50 «Служебный роман» 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.15 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00 Вести
09.55 О самом главном 12+

НТВ

05.10 Х/ф «Адвокат» 16+
06.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 Сегодня
06.05 Таинственная Россия 16+

МАТЧ!

06.30 Дублёр 16+
07.00, 07.25, 08.55, 10.30,
12.00, 15.00, 17.25, 18.20,
20.45, 21.50 Новости

ВТ 21 февраля

Первый 1

05.00, 09.20 Доброе утро
09.00, 12.00, 14.00, 15.00,
03.00 Новости
09.50 Жить здорово! 12+

РОССИЯ 1

05.00, 09.15 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00 Вести
09.55 О самом главном 12+

НТВ

05.10 Х/ф «Адвокат» 16+
06.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 Сегодня
06.05 Таинственная Россия 16+

МАТЧ!

06.30 Дублёр 16+
07.00, 07.25, 08.55, 10.00,
12.25, 15.20, 18.05 Новости
07.05, 15.00 Спортивный репортёр 12+

СР 22 февраля

Первый 1

05.00, 09.20 Доброе утро
09.00, 12.00, 14.00 Новости
09.50 Жить здорово! 12+
12.15 Наедине со всеми 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.15 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00 Вести
09.55 О самом главном 12+

НТВ

05.10 Х/ф «Адвокат» 16+
06.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 Сегодня
06.05 Таинственная Россия 16+

МАТЧ!

06.30 Д/с «Заклятые соперники» 12+
07.00, 07.25, 08.50, 13.50,
15.55, 21.55 Новости
07.05 Спортивный репортёр 12+

ЧТ 23 февраля

Первый 1

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 Россия от края до края 12+

РОССИЯ 1

06.05 Х/ф «Старики-разбойники» 12+
08.00 Х/ф «Сюрприз для любимого» 12+

НТВ

05.00 Ржев. Незвестная битва
Георгия Жукова 16+
06.10, 08.20 Х/ф «Смерш. Легенда для предателя» 16+

МАТЧ!

06.30, 15.30 Д/с «Заклятые соперники» 12+
07.00, 09.00, 10.15, 12.20,
14.55, 18.20 Новости
07.05 Х/ф «Военный фитнес» 12+

ПТ 24 февраля

Первый 1

05.45, 06.10 Россия от края до края 12+

РОССИЯ 1

05.40 Х/ф «Кандагар» 12+
07.45 Х/ф «Легенда №17» 12+

НТВ

05.20 Оружие победителей 0+
06.05 Х/ф «Чистое небо» 0+

МАТЧ!

06.30 Д/с «Заклятые соперники» 12+
07.00, 09.00, 09.50, 11.55, 12.50,
14.45, 19.30 Новости

МАТЧ!

06.30 Смешанные единоборства. Bellator. Прямая трансляция из Ирландии

СБ 25 февраля

Первый 1

05.30, 06.10 Наедине со всеми 16+
06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.30 Х/ф «По законам военного времени» 12+

РОССИЯ 1

05.15 Т/с «Частный детектив Татьяна Иванова» 12+

НТВ

05.50 «Агент особого назначения» 16+
07.30 Смотр 0+

МАТЧ!

06.30 Смешанные единоборства. Bellator. Прямая трансляция из Ирландии

ВС 26 февраля

Первый 1

05.45, 06.10 Наедине со всеми 16+
06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.40 Х/ф «Фиктивный брак» 16+

РОССИЯ 1

05.00 Т/с «Частный детектив Татьяна Иванова» 12+

НТВ

05.25 «Агент особого назначения» 16+
07.00 Центральное телевидение 16+

МАТЧ!

06.30 «Заклятые соперники» 12+
07.00, 09.50, 16.55, 22.35 Новости
07.05 Все на Матч! События недели 12+

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Архангельской области и Ненецкому автономному округу 06.03.2012г. Регистрационный номер ПИ №ТУ29-00341

ЗВОНИТЕ: редактор 3-34-90; корреспонденты 3-36-60; бухгалтерия, рекламный отдел, факс 3-36-60
АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ: 164530, Архангельская область, с. Холмогоры, ул. Красноармейская, 13. E-mail: holmgaz@yandex.ru



Главный редактор – А.В. Угольников

Учредители: агентство по печати и средствам массовой информации Архангельской области, ГАУ АО ИД «Холмогорская жизнь», администрация МО «Холмогорский муниципальный район».

Газета набрана и сверстана в компьютерном центре редакции. Индекс 50514. Цена свободная. Номер отпечатан в ООО «Типография «Премьер» (160012, г. Вологда, ул. Элеваторная, д. 37-а). Тираж 2865 экз. Заказ 40 Дата выхода № 6 - 15 февраля 2017 года Номер подписан: по графику - 10.00, фактически - 10.00. За достоверность фактов несут ответственность авторы публикаций. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением автора. Материалы, поступившие в редакцию, не рецензируются и не возвращаются. Материалы, помеченные \*, публикуются на платной основе. Перепечатка материалов по согласию редакции.

**Мыза**

**Лидии Александровне ПЯТЛИНОЙ**

Сердечно поздравляем с 80-летним Юбилеем! Ты много трудилась и сил не жалела, Семейно воспитала и всё успевала.



Здоровье сейчас своё береги, Ты всех согреваешь, подольше живи. Желаем счастья и добра, Здоровья и сердечного тепла!

**Родные и коллеги.**

**Холмогоры**

**Юрию Константиновичу и Валентине Ивановне БАТРАКОВЫМ**

Поздравляем с Золотой свадьбой! Два преданных друг другу человека, Вы путь прошли по жизни непростой. Вы многое успели за полвека И вот дошли до свадьбы золотой! Порой вас жизнь вела упрямо в гору, Ну а порой качала вас слегка. Друг другу были вы во всём опорой И шли по жизни об руку рука. Конечно, жизнь – не ровная аллея, Но вы сумели обойти холмы. Живите дальше дружно, не болея! Вас от души спешим поздравить мы! **Сын, дочь, сноха, внук, Цветковы.**

**Холмогоры**

**Ирине Ивановне ЛИПСКОЙ**

Поздравляем с Юбилеем! И желаем от души Самой длинной,



самой светлой В жизни белой полосы! Пусть останется здоровье, сохранится красота. Пусть счастливо надеждой Жизнь всегда будет полна. Поздравляя с юбилеем, Очень хочется сказать: Ну совсем – совсем не верим, Что Вам целых 35!

**Мама, Виктор Евгеньевич, Ларины, Плотникова, Запорожец.**

**Холмогоры**

Любимую сестру, тётю, свояченицу **Ирину Ивановну ЛИПСКОЮ** поздравляем с 35-летием!



Пусть все твои затеи будут с плюсом, Желания в реальность перейдут,

Проблемы не достанут пусть укусом, Гармония с покоем в жизнь войдут. Пусть солнца свет не заслоняют тучи, Вершины покорятся без трудов, А если станут неприступны кручи – Родных зови – откликнемся на зов! Пусть обернётся дом твой полной чашей, Не допекают мелочность с тоской, И жизнь твоя пусть просто станет краше Сегодня, ну и дальше – день-деньской... Пусть ветер принесёт тебе удачу, Удача принесёт тебе успех, Любую пусть успех решит задачу, В итоге вышел чтобы добрый смех! Пусть этот смех бодрит тебя собою, Легко по жизни двигая вперёд, К гармонии тебя ведя, покою, Расплавив неприятности, как лёд... Пусть полон будет мир к тебе почтенья, Пусть ветры дуют в твою сторону попутно, Тебя мы поздравляем с Днём рождения! И пусть всё будет в жизни твоей – чудно!

**Анна, Александр, Карина, Андрей.**

**Куково, Пингиша**

**Василию Борисовичу МЕЛЬНИКОВУ**

Поздравляем с 60-летием! Богата Русская земля Своими славными сынами! Гордятся Вами вся семья И все друзья гордятся Вами! Огромный список послужной, Крутые в жизни брал преграды, За путь нелегкий трудовой Уже получены награды. Мы с юбилеем поздравляем, Здоровья, счастья, долгих лет От всей души тебе желаем, Замечательный наш дед!

**Жена, дети, внуки.**

17 февраля отмечает свой 80-летний Юбилей **Лидия Александровна ПЯТЛИНА.**

Благодарим, родная, за заботу, За каждый вздох ночной у изголовья, За то, что наши души ты охотно



И свято наполняешь так любовью! Прости ты нас за каждую морщинку, Ведь из-за нас бывает так несладко... Прости ты нас за каждую слезинку, С родной щеки утёртую украдкой. И как нам тяжко в жизни ни бывает, Когда тоска пугает чёрной тенью, От всяких бед нас свято охраняет Твоё, мамулечка, прикосновенье... Пусть не коснутся твоих дней напасти, И дай же Бог тебе подольше жить на свете! **Огромного здоровья и большого счастья От всей души желают тебе**

**внуки, снохи, дети.**

Копачёвский Совет ветеранов поздравляет юбиляров, родившихся в феврале:

**Елену Владимировну ЯКОВЛЕВУ Галину Васильевну ТОЛСТИКОВУ Андрея Валентиновича МАТУШКИНА Сергея Николаевича БАХТИНА Ольгу Анатольевну ЖДАНОВУ**

Юбилея славный день – Жизни новая ступень! Пусть удачи ожидают. Мудрость, опыт помогают Новых целей достигать! Планы все осуществлять! Долголетия! Везения! Праздничного настроения!

**Холмогоры**

**Лидии Ивановне ПОВОЙ**

Лидия Ивановна, с юбилеем Вас! Красивый возраст, достойный. Всегда собою хороша. Хотим пожелать здоровья на долгие годы. Благодарим Вас за доброе сердце. Живите на радость всем нам. Спасибо за то, что Вы есть. Мы Вас любим, ценим, уважаем. Пусть добрый ангел Вас хранит.

**Целуем, Климовы, Баянкины, Герасимовы, Чапурины и все наши дети и внуки.**

**Возьму в аренду, куплю помещение 50-100 кв.м.**

для осуществления предпринимательской деятельности (розничная торговля). Рассмотрю предложения по Холмогорскому району. **Контактный телефон 8-911-570-5000**

**Строительство и ремонт загородных домов,** а также ремонт квартир. ИП «Артемьев»: у нас дешевле. **Первым клиентам скидки. Т. 89815573085**

**Северные Теплицы**  
ОЦИНКОВАННАЯ ТРУБА  
ИНТЕРВАЛ ДУГ 65 И 50 СМ.  
ДОСТАВКА ДО АДРЕСАТА  
**8-9212-499-722**  
БЕСЕДКИ ЗАБОРЫ НАВЕСЫ

**ЗАВОД ГОТОВЫХ ТЕПЛИЦ**  
www.zavodtepic.ru  
**ТЕПЛИЦЫ**  
ПАРНИК В ПОДАРОК\*  
ДОСТАВКА ДО ДОМА  
от 8999 р.  
**8-921-243-19-40**

Наш адрес: **holmgaz@yandex.ru**

**ООО «ГеоСтройИнновации»**

**8-921-070-888-1**

164530, с. Холмогоры, ул. Октябрьская, д. 20, здание магазина «Шик», 2 этаж  
**от 8000 рублей**

- МЕЖЕВАНИЕ ЗЕМЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ
- ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЕ ПЛАНЫ
- ПРОЕКТИРОВАНИЕ
- СМЕТНАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ
- ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНВЕНТАРИЗАЦИЯ

- ОКНА, ДВЕРИ ПВХ
- КРОВЛЯ, ФАСАДЫ
- ОГРАЖДЕНИЯ, ВОРОТА
- НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- ЖАЛЮЗИ, РУЛОННЫЕ ШТОРЫ
- СТРОЙМАТЕРИАЛЫ ОПТОМ

Короткие сроки  
Гарантия качества  
E-mail: [gsi29holmogory@yandex.ru](mailto:gsi29holmogory@yandex.ru)  
<https://vk.com/gsi29holmogory>

ПОТОЛОЧНИКОФ.РФ  
**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
на которых хочется жить!  
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА  
закажи потолок! ВТОРОЙ СБЕДАЕМ БЕСПЛАТНО!  
**8-950-661-7070**  
Монтажники имеют доступ к работе с газобаллонным оборудованием

**ПЛАСТ-МАСТЕР**  
**РЕМОНТ КВАРТИР**  
ПЕРЕБОРКА ПОЛОВ  
НАСТИЛ ЛАМИНАТА, ЛИНОЛИУМА  
**ЛЮБЫЕ РАБОТЫ С ГИПСОКАРТОНОМ**  
ПЕРЕГОРОДКИ, УТЕПЛЕНИЕ, ШУМОИЗОЛЯЦИЯ  
**10 ЛЕТ ДЛЯ ВАС!**  
**ОКНА • БАЛКОНЫ**  
**ФОТООБОИ • ЖАЛЮЗИ**  
**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**  
**4-89-64 8-911-659-86-68**  
**8(818)52 4-89-64 8-921-473-98-73**  
г. Новодвинск, ул.3-й Пятилетки, 16А, 2-й этаж  
**ПРОВЕРЕНО ВРЕМЕНЕМ**

Ремонт стиральных и посудомоечных машин. Т. 89210819192

**ЗАЙМЫ**  
8-981-551-99-05  
с. Холмогоры, ул. Октябрьская, д. 20  
www.souzmf.ru. Услуга предоставляется ООО МФО "Союз микрофинансирования В", зарегистрировано в реестре МФО 21.02.2014 № 651403111004746, ИНН 2902077510.