



Вечерний МУРМАНСК

№ 96 (4030)

3 ИЮНЯ 2008, ВТОРНИК

Помощь многодетным

Глава муниципального образования город Мурманск Михаил Савченко подписал постановление "О выплате единовременной материальной помощи многодетным малоимущим семьям, имеющим трех и более детей, к Международному дню защиты детей". Согласно документу проживающие в Мурманске многодетные малоимущие семьи, имеющие трех и более детей, получают единовременную выплату в размере одной тысячи рублей на каждого ребенка в семье.

Движение закрыто

В Мурманске до 24 часов 30 июня в связи с ремонтными работами по прокладке водопровода будет закрыто движение всех видов транспорта на проезжей части улицы Полярной Дивизии на участке от дома № 7 до дома № 11.

Пеймали сulichным

На мурманском вокзале был задержан подросток, который рисовал на стенах здания аэрозольной краской. Теперь его родителям предстоит компенсировать материальный ущерб - более 19500 рублей. Напомним, в 2005 году в ходе ремонта здание вокзала покрыли специальным морозоустойчивым составом "Аллигатор". Поэтому теперь невозможно устранить надписи со стены, просто закрасив их. Требуется полный ремонт участка фасада здания, пострадавшего от действий подростка. Администрация вокзала обращает внимание горожан, что на перроне постоянно дежурят наряды линейной милиции, ведется круглосуточное видеонаблюдение всей территории вокзального комплекса.

1:0 в нашу пользу

В матче 9-го тура чемпионата России по футболу мурманский "Север" выиграл у ивановского "Текстильщика" со счетом 1:0. Во многом положительный для мурманчан результат матча предопределил быстрый гол. Его на 10-й минуте встречи забил Денис Федотов: дальним ударом капитан "Севера" положил мяч точно в "девятку" ворот "Текстильщика". Эта победа позволила "Северу" подняться в середину турнирной таблицы. Очередным соперником мурманчан станет костромской "Спартак". Эта команда идет сейчас в лидирующей группе, занимая 5-е место. Игра состоится в среду, 4 июня.

Подгузники для малышей

В воскресенье в мурманском торговом-развлекательном центре "Форум" прошла всенародная благотворительная акция "Сухая папа". Участвующие в ней мурманчане покупали подгузники и приносили их в пункт сбора в "Форуме". Все они собрали 15 больших мешков с памперсами. Сегодня все собранные подгузники передадут в мурманский Дом ребенка для детей, оставшихся без попечения родителей. Такая акция регулярно проводится в Москве, Санкт-Петербурге и других городах России. В столице Заполярья ее организовал мурманский областной благотворительный фонд "Новое начало".

Будут ходить по-летнему

С 1 июня в Мурманске троллейбусы начали ходить по летнему расписанию. Как сообщили в МУП "Электротранспорт", в будни количество машин уменьшится только на одном маршруте - № 6. Здесь вместо 33 троллейбусов будет кур-



сировать 31. Остальные маршруты в будни будут работать без изменений. А вот в выходные на каждом из четырех троллейбусных маршрутов будет работать на 2-3 машины меньше.

Загс переезжает

10 июня в Мурманске на проспекте Ленина, 16а состоится торжественное открытие нового помещения отдела ЗАГС. В этот день загс работать не будет. За-



явления на регистрацию брака на 8 и 9 августа 2008 года будут приниматься с 11 июня по новому адресу.

"Летучий гелландец"

Мурманские пограничники задержали в Баренцевом море очередного "летучего голландца". Как рассказали в группе общественных связей аппарата Пограничного управления ФСБ России по Мурманской области, судовладелец и экипаж нарушили все правила мореплавания. Судно находилось в море без названия, иных опознавательных знаков, без документов и с отключенными средствами технического контроля. Кроме этого "летучий голландец" вел промысел в районе, где требуются разрешения российских контролирующих органов. А накануне в Карелии возле поселка Чупа сотрудники погранслужбы, таможни и МВД задержали фуру, груженную 20 тоннами мороженой нелегально добытой рыбпродукции.

Штраф за шум

На последнем заседании административной комиссии Октябрьского округа города Мурманска рассмотрено 13 материалов. По сообщению Интернет-сайта городского ЖКХ, в результате работы комиссии каждого из мурманчан, торговавших в неустановленном месте, оштрафовали на 500 рублей. Также наказанию подвергся горожанин, выгуливавший своего питомца без поводка и намордника. Его оштрафовали на тысячу рублей. Самый большой штраф наложен на жителя одного из домов, шумящих в ночное время, - три тысячи рублей.

Лошади и подарки

В Мурманске в офисе консультативно-го пункта по работе с семьей Мурманского Центра социальной помощи семье и детям в рамках празднования Международного дня защиты детей прошел праздник "Фейерверк радости". Он был организован для юных мурманчан из семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Ребят покатали на лошадях, а затем на праздничном обеде в ресторане "Медведь" их ждали игры, конкурсы, призы и подарки.

"Весенний вернисаж"

На выходных в Мурманском областном Дворце культуры имени Кирова состоялась традиционная цветочная выставка "Весенний вернисаж". В ней приняли участие свыше 20 мурманчан, которые принесли на выставку свои самые интересные домашние растения. Все посетители дворца в эти дни бесплатно получали консультации специалистов по выращиванию комнатных растений и оформлению цветочных композиций. Кроме того, они узнали, как использовать комнатные растения в лечебных целях.

Вандалы разрушили фонтан

В Мурманске по вине вандалов отложено открытие фонтана, который находится у гарнизонного Дома офицеров на проспекте Ленина. По сообщению Интернет-сайта ЖКХ города Мурманска, фонтан должны были включить с приходом теплых дней. Но в связи с тем, что вся его облицовка разрушена - вандалы раскидали стокилограммовые камни, открытие фонтана пока откладывается. Восстановление архитектурной композиции займет недели две и потребует не менее 100 тысяч рублей.

Гибель на дороге

В дорожно-транспортном происшествии в Медвежьегорском районе Карелии погибла мурманчанка. Авария произошла около двух часов дня 1 июня на 597-м километре автодороги Медвежьегорск - Пудож. Семья из Мурманской области на автомобиле ВАЗ-2106 возвращалась домой. По предварительным данным, находившаяся за рулем женщина, 1949 года рождения, превысила скорость, машина вылетела с трассы в кювет и опрокинулась. В результате ДТП водитель погибла. Пострадали и двое пассажиров - 55-летний мужчина и 34-летняя женщина.

Нежарко

Сегодня в Мурманске погода практически не изменится. Днем столбик термометра покажет плюс 6-8 градусов, к вечеру похолодает до плюс 2-5 градусов. Западный ветер будет дуть с силой 3-6 метров в секунду.

Шеф-редактор службы новостей
Елена НАГАЕВА.

Городские новости
www.night.murmansk.ru

"Мурманск за счастливое детство!"

Презентация этого альбома состоялась 1 июня

ГОД СЕМЬИ В МУРМАНСКЕ

"Меня зовут Саша. Мне 15 лет. Учусь в 9-м кадетском классе средней школы № 19. Хочу пойти учиться на повара. Мне нравится готовить разные блюда, вкусно кормить людей", - как-то написал в своем письме воспитанник детдома Александр Никишин.

Его мечта уже наполовину сбылась. Прочитав это искреннее послание неизвестному другу, генеральный директор ОАО "ГДЦ "Меридиан" Марина Калмыкова пообещала, что как только Саша подрастет, она организует ему поварскую практику на своем предприятии и всячески будет помогать в освоении профессии.

В альбоме "Мурманск за счастливое детство!" содержится более сотни таких писем. В них воспитанники детских домов рассказывают о том, как они живут и учатся, чем увлекаются, о какой профессии мечтают. Некоторые из них честно признаются, что больше всего на свете желают жить дома, с мамой и папой.

Издатели альбома - администрация города Мурманска и издательство "Борей" - надеются, что его выпуск поможет ребятам осуществить все их мечты. Ведь это совсем нетрудно. Что стоит серьезной строительной организации, например, взять под свое крыло мальчика, мечтающего стать строителем? А автомастерской - того, кто хочет быть автомехаником? Вот, например, один из мурман-

ских банков уже несколько лет отечески опекает воспитанницу детдома Ксению Горшкову. Здесь ее любя называют дочерью банка.

- Альбом задумывался как письмо к незнакомому другу, - говорит директор детского дома № 5 На-



церт. Первым с праздником их поздравил мэр Мурманска Михаил Савченко.

- Дорогие ребята, - обратился к ним Михаил Юрьевич. - Я рад видеть вас всех здесь - таких активных, нарядных, красивых. Хотя вы еще маленькие, но так как прошли непростую школу жизни, знаете намного больше ваших



К ТЕМЕ:

В альбоме "Мурманск за счастливое детство!" также рассказывается о формах семейного устройства детей. В нем даны адреса и телефоны мурманских детдомов и всех учреждений, занимающихся защитой дет-

ства. Тираж альбома - 1000 экземпляров. Издание распространяется среди образовательных учреждений, структур, занимающихся проблемами воспитания и детства, предприятий и организаций города Мурманска.

сверстников. И, несмотря на все постигшие вас невзгоды, не забывайте, что детство - это прекрасная пора. Вы не заметите, как повзрослеете. Но мы уже сейчас думаем о вашем будущем, готовим каждому из вас жилье. И когда вам исполнится 18 лет, вы будете жить в отдельных квартирах, создадите свои семьи и воспитаеете своих детишек. Я верю, что у вас все получится!

Надежда ТУРЛОВА.

Фото
Дмитрия СУРКОВА.



Презентация альбома состоялась 1 июня, в Международный день защиты детей, в ГДЦ "Меридиан". Там для всех воспитанников детских домов, написавших письма и тем самым ставших соавторами альбома, накрыли сладкий стол и приготовили небольшой кон-

В КОРИДОРАХ ВЛАСТИ

С думой о дорогах

Состояние автодорог в нашей области можно считать весьма плачевным

"Состояние региональных автодорог не соответствует нормативным требованиям. Только 460 километров (22,6 процента) их находится в удовлетворительном состоянии, 895,7 километра (44 процента) требуют ремонта и капитального ремонта, на 679,9 километра (33,4 процента) необходима реконструкция. Необходимо отремонтировать более 60 мостов". Такие данные были озвучены на "круглом столе", организованном в стенах Мурманской областной Думы.

Почаствовать в мероприятии собрались думские депутаты, представители областного правительства, руководители предприятия "Мурманскавтодор", управления федеральной автодороги "Кола", просто автомобилисты.

В роли ведущего заседания выступил председатель комитета областной Думы по экономической политике и хозяйственной деятельности Валерий Горин. Состояние автодорог, подчеркнул он, напрямую влияет на развитие экономики региона.

Особые нарекания вызывает состояние федеральной автомобильной дороги М-18 "Кола" - единственной дороги, связывающей Кольский полуостров с материком. Ее протяженность по территории области составляет 537,4 километра.

По мнению депутатов, качество ремонта этой трассы оставляет желать лучшего, немало вопросов вызывает и организация ремонтных работ, а также содержание дороги в зимних условиях. Управлением дороги занимается федеральное государственное учреждение "Упрдор "Кола", расположенное в Карелии. По словам выступавших, удаленность руководства этого федерального учреждения (оно находится в Петрозаводске) мешает принятию оперативных решений по управлению дорогой.

Вину заместителю начальника ФГУП "Упрдор "Кола" Дмитрию Гусеву ставилось и то, что в Карелии дорога намного лучше, чем в нашей области, и то, что трасса неправильно эксплуатируется (особенно зимой), и то, что обочины усыпаны скорбными венками и крестами на местах автокатастроф.

Заместитель руководителя департамента промышленности и транспорта Мурманской области Сергей Леус отметил, что хотя дороги регионального подчинения выглядят на фоне федеральной трассы гораздо лучше, все же нужно приложить много сил и вложить много денег в их ремонт.

Начальник управления областной ГИБДД Александр Глебов не добавил позитива: по его словам, обстановка на дорогах области крайне сложная, 23 процента всех ДТП происходит из-за низкого качества дорог.

В результате участники "круглого стола", в частности, решили, что автодороги Мурманской области должны стать приоритетным региональным проектом. Региональным властям предложено "рассмотреть вопрос об увеличении финансирования на ремонт и содержание дорог уже в этом году в связи с тем, что по нормативам, утвержденным правительством РФ, на дороги области необходимо более 5 миллиардов рублей вместо запланированных 811,8 миллиона".

Свою тревогу за качество автодорог участники "круглого стола" высказали и в письме в адрес министра транспорта России Игоря Левитина.

Юрий ЗАВЬЯЛОВ.

ПРЕДПРИЯТИЯМ И ОРГАНИЗАЦИЯМ!

Только в "Цифрограде" все товары ЗА БЕЗНАЛИЧНЫЙ РАСЧЕТ!

РЕКЛАМА



Цифроград

Вперед за Новым!

тел.: 700-921, www.egrad.ru

Уважаемые работники Мурманского морского рыбного порта, ветераны предприятия!

Администрация, профсоюзный комитет и совет ветеранов ОАО «ММРП» поздравляют вас с 74-летней годовщиной образования нашего родного предприятия.

История первого в России специализированного рыбного порта началась летом 1926 года, когда у мыса Варничного развернулось большое строительство траловой базы.

Приказом Госрыбпротреста «Мурманрыба» от 3 июня 1934 года на месте траловой базы был образован Мурманский морской рыбный порт.

Наш порт переживал разные времена, но всегда портовики полностью отдавались любимому делу, вы всегда работали на благо региона и государства в целом. Порт выстоял в суровые годы Великой Отечественной войны, выжил в хаосе экономических реформ, работает порт и сейчас. Несмотря ни на что, порт был и будет важным звеном в системе продовольственной безопасности страны.

Особую благодарность мы выражаем ветеранам предприятия! Именно вы создавали славную историю нашего порта! Спасибо за ваш труд, за смекалку и новаторские идеи! Мы помним и любим вас!



С праздником, дорогие портовики! Пусть в ваших семьях всегда главенствуют любовь и взаимопонимание!

Генеральный директор ОАО «ММРП» В. В. СОКОЛОВ

Председатель профкома ОАО «ММРП» Н. В. ФЕДОРОВ

Председатель совета ветеранов ОАО «ММРП» Л. П. ПАДЕРИНА



Дети - цветы жизни: чем их больше, тем лучше

Мурманчане еще раз доказали это на общегородском фестивале "Семья для ребенка"

ление. Или, например, что можно сделать с помощью трубочки от сока и краски? "Картину!" - утверждали в классе. И тут же рисовали картину "Цветочная поляна", попутно используя зубочистки, штампы-трафареты и даже ватные палочки. В это время в спортзале детям и родителям на откуп был отдан целый бассейн игрушек.

Организаторы фестиваля - комитет по делам молодежи города Мурманска и городской комитет по образованию - помимо прочих ставили перед собой и такую цель.

Сейчас, в Год семьи, главное не только отметить значимость семьи, но и помочь ей, - отметила **председатель комитета по делам молодежи администрации города Мурманска Алена Мартынова**. - Важно, чтобы близкие люди не отдалялись друг от друга. В наше время постоянной занятости бывает так, что детям приходится самим искать себе игры, часто "заменителем родителей" становится компьютер. Поэтому наша задача была не только устроить праздник для детей, но и показать родителям, как весело можно проводить время вместе со своими домашними. При этом для этого не требуется ни много времени, ни особенных игрушек.

Это подтверждали все пришедшие родители, которые сами с увлечением творили вместе с детьми.

- Мои девочки уже давно ходят в школу № 36 в кружок ИЗО, - рассказала **мама**

двух очаровательных дочек Таисии и Софьи Анастасия Малыгина. - Они постоянно что-то необычное и красивое творят, так что дома целая коллекция их работ! И мне было очень интересно узнать, как же все это рождается. Оказывалось, это очень веселый процесс.



А для тех родителей, у кого накопились серьезные вопросы, работали консультации, семинары и тренинги.

- Причем все вопросы поступили от самих родителей, - отметила Алена Мартынова. - Мы задолго начали собирать информацию о том, что волнует современных мам и пап. И постарались охватить все отмеченные моменты.

Были организованы психологические тренинги и лекции по различным вопросам, касающимся здоровья и развития ребенка, его воспитания, а также индивидуальные консультации медиков, психологов и педагогов.

Помогали и тем, кто только собирается стать родителями.

Интересно, как меняется отношение людей, которые видят, что ты ждешь ребенка, - поделилась **будущая мама Катерина Гурявичене**. - Все сразу так трепетно к тебе относятся, беспокоятся за тебя, спрашивают, как себя чувствуешь, кого ждешь - сына или дочку, и многое другое. Во время беременности дни не становятся скучнее. Я, например, веду такой же активный образ жизни. Просто добавляются свои, приятные хлопоты. Так что хорошо, что проводятся такие фестивали, где можно узнать много полезного, подготовиться к рождению и воспитанию ребенка.

И какой же праздник без подарков! Их получили дети, авторы лучших рисунков и поделок, за работы на темы: "Идеальная профессия" и "Дети - цветы жизни!", а также авторы лучших семейных фотографий.

Маленький штрих. Каждый, кто приходил на праздник, мог принять участие в создании клумбы из бумажных цветов. Считалось, кто сколько цветов сделает - столько детей он и хочет. К концу дня вся клумба была заполнена...

Анна МАЛЫШЕВА.
Фото **Дмитрия СУРКОВА.**

Вместо задумчивых лиц - Вулыбки и смех, вместо учеников - краски и игрушки, а вместо классов - сплошь игровые площадки и кружки! Так выглядела мурманская школа № 36 всю субботу. Метаморфоза объяснялась просто: здесь прошел первый общегородской семейный фестиваль "Семья для ребенка".

Весь день в школу № 36 прибывали семьи - мамы и папы с детьми, бабушки и дедушки с внуками, будущие родители. И всем им было чем заняться. Дело в том, что на весь день школа была разделена на несколько зон, которые занимали целые этажи: зона детского творчества, зона игр и развлечений, зона консультаций, семинаров и тренингов. Перечислить все мероприятия невозможно. Например, на мастер-классе "Цветные ладошки" дети занимались с родителями "чудной деятельностью" - пачкали краской пальцы, бумагу и всех окружающих. Что удивительно: при этом получались интересные разноцветные картины. В просторке было и старшее, и младшее поко-

Дорогу - ребятам. И безопасность ей же

День защиты детей в столице Заполярья прошел под знаком игрушечного медвежонка и грозного меча со щитом - эмблемы ГИБДД. Именно с ними ассоциируется у маленьких мурманчан, победивших в конкурсе рисунков на асфальте, безопасность дорожного движения. Первое место заняла одиннадцатилетняя Саша Полянская.

В честь праздника на Пяти Углах проходило сразу два масштабных мероприятия. Управление автоинспекции при поддержке мэрии Мурманска и областной администрации провело профилактическую акцию "Безопасные дороги - детям", а руководство нового телеканала "Арктик ТВ" организовало фестиваль живых скульптур. Судя по количеству участников и зрителей, мурманчанам понравились обе затеи.

Родители и дети смогли напрямую пообщаться с инспекторами ГИБДД в общественной приемной.

В основном мурманчан интересовала регистрация транспортных средств и приобретение перед отпуском специальных детских удерживающих устройств в автомобиле. Хотелось бы, конечно, чтобы было больше вопросов о поведении ребят на дорогах. Многие родители, нарушая правила дорожного движения в присутствии



ребенка, не понимают, что их сын или дочка будут следовать примеру родителей, - рассказывает инспектор отдела дорожно-патрульной службы Ирина Каранда.

Впрочем, как выяснилось на конкурсе рисунков, дети неплохо разбираются в дорожной обстановке. Что только не появилось на асфальте! Машины, троллейбусы, пешеходные переходы, светофоры, дорожные знаки и даже... лошадь. Самым маленьким участникам рисовать

помогали родители. Восемилетний парнишка изобразил ДТП возле школы и прокомментировал: "Нужно, чтобы детей было больше, а машин меньше!"

К тренажеру, призванному доказать необходимость применения ремней безопасности, выстроилась огромная очередь. Родители вместе с детьми крутились в "Вольво", испытывая все прелести висения вниз головой.

- Я и так всегда пристегиваюсь ремнем. Теперь наконец-то понял, зачем это делаю, - улыбается мурманчанин Евгений Барышев. Он испробовал тренажер вместе с женой и дочкой.

Оживление среди присутствующих на празднике вызвал выезд байкеров - членов клуба "Мурман Райдерз".

- Клубу уже три года. У нас существует традиция открытия и закрытия сезона езды на мотоциклах. Обычно мы начинаем семнадцатого мая. Но в этом году из-за плохой погоды открытие решили приурочить к сегодняшнему



дню, - признается байкер со стажем Валерий.

Законных владельцев на мотоциклах сменила ребятня. Малыши с гордым видом фотографировались на огромных байках в настоящих шлемах и перчатках.

А в это время на сцене выступали мурманские творческие коллективы, а неугомонный ди-джей "Пауэр Хит Радио" пригла-

шал зрителей участвовать в различных конкурсах.

Первый раз в Мурманске прошел фестиваль живых скульптур. На парпете у гостиницы "Арктика" замерли клоун, Баба Яга, Зайчик, Клеопатра с Юлием Цезарем, дама в бальном платье. Костюмы и грим участников отличались продуманностью и соответствовали их персонажам.

В итоге первое место заняла композиция двух подружек, Насти и Арины, "Дама с девочкой".

- Труднее всего стоять неподвижно, а вот наряды мы шили всего два дня, - говорят девочки.

Самой пожилой участницей фестиваля была 84-летняя Александра Федоровна, изображавшая Зайчика.

Ирина ТВЕРИТИНОВА.
Фото **Дмитрия СУРКОВА.**



"Охотникам" нужно забыть про капусту, а "земледельцам" - про мясо

Замечено: начало летних отпусков - сезон пика новомодных диет. Обычно в тяжелой - а подчас и неравной, чего греха таить! - схватке с собственным весом за его же снижение преуспевают барышни. Но эта диета не только подойдет большинству мурманчан, но и может стать одной из составляющих образа жизни.

Итак, питание по группе крови. Врачи, правда, пока не пришли к единому мнению о том, насколько эффективно это питание, но мурманские диетологи считают эту теорию как минимум имеющей право на существование.

Внимание! Людям, страдающим какими-либо хроническими заболеваниями, такую диету надо применять очень осторожно, обязательно проконсультировавшись с врачом.

Так что же должны есть, а о чем забыть люди с разными группами крови?

Питание по первой группе крови

Основу питания людей, имеющих 1-ю группу крови (0) и названных "охотниками", должны составлять животные белки, а от хлеба, макарон и молочных продуктов им надо отказаться.

Группа крови 1 (0) - самая древняя и наиболее распространенная. Люди с первой группой крови - потребители мяса со стойким пищеварительным трактом, сверхактивной иммунной системой, плохой адаптацией к новым диетам. К молочным продуктам и зерновым пищеварительный тракт "охотников" еще не приспособился.

Особо полезные продукты: нежирное мясо (баранина, говядина), лососевые, треска, щука, оливковое масло, грецкие орехи, тыквенные семечки, свекла, инжир.

Продукты, употребление которых необходимо ограничить: молочные продукты, сыры, творог, жирное мясо, особенно свинина, макароны и другие мучные продукты, картофель, земляника, мандарины, апельсины, дыня, авокадо, кукурузное и арахисовое масло, маслины.

Продукты, способствующие наращиванию веса: пшеница, кукуруза, фасоль, бобы, кочанная капуста, цветная капуста.

Продукты, способствующие снижению веса: красное мясо, печень, морские продукты.

Питание по второй группе крови

Представителям 2 группы крови (A) - "земледельцам" - рекомендовано вегетарианское питание.

Появление группы крови 2 (A) связано с переходом людей к земледелию. Обладатели второй группы крови - вегетарианцы с чувствительным пищеварительным трактом. Им требуется экологически чистая натуральная пища. Людям со второй группой крови нужно исключить из рациона мясо: если в организме "охотников" мясо сжигается подобно топливу, то у "земледельцев" оно превращается в жир. Так же плохо усваивают они молочную пищу. Зато "земледельцы" могут употреблять разнообразные натуральные

продукты с низким содержанием жиров, овощи и крупы.

Особо полезные продукты: морепродукты в умеренных количествах, соя, фасоль, бобы, гречка, рис, артишоки, топинамбур, растительные масла, соевые продукты, овощи и ананасы.

Продукты, употребление которых необходимо ограничить: пшеничный хлеб, картофель, абрикосы, клюква, кетчуп, майонез. Желательно полностью исключить из рациона мясо и мясопродукты.

Продукты, способствующие наращиванию веса: мясо, молочные продукты, пшеница.

Продукты, способствующие снижению веса: растительные масла, соевые продукты, овощи, ананасы.

Питание по третьей группе крови

Группа крови 3 (B) появилась, когда человеческие племена начали мигрировать к северу, на территории с суровым климатом. Поэтому обладателей третьей группы крови Д'Адамо называет кочевниками.

Иммунная система у них мощная, и выбирать продукты питания они могут более свободно, чем люди с 1-й и 2-й группами крови. "Кочевники" - основные потребители молока. Сохранить фигуру и хорошее настроение им поможет гармоничное сочетание физической и умственной активности.

Кто победит в схватке с собственным весом за его же снижение?



Людям с третьей группой крови противопоказаны соя, куриное мясо, подсолнечное масло, помидоры и гранаты, полезны же все молочные продукты, рыба, баранина, крольчатина и льняное масло.

Особо полезные продукты: баранина, крольчатина, скумбрия, треска, камбала, сыр из козьего молока, оливковое масло, овсяная крупа, рис, петрушка, белокочанная капуста, ананасы, сливы.

Продукты, употребление которых необходимо ограничить: гусятина, курятина мясных пород, говядина, свинина, сердце, креветки, анчоусы, омары, угорь, подсолнечное, арахисовое и кукурузное масло, гречка, ржаной хлеб, томаты, гранаты, хурма.

Продукты, способствующие наращиванию веса: кукуруза, чечевица, арахис, гречка, семена кунжута.

Продукты, способствующие снижению веса: красное мясо, печень, ливер, молочные продукты с низкой жирностью, зеленые овощи, яйца.

Питание по четвертой группе крови

Группа крови 4 (AB) появилась менее тысячи лет назад в результате смешения двух групп. Отсюда название - "новые люди".

СПРАВКА "ВМ"

Методику питания по группам крови разработал американский врач Питер Д'Адамо. Согласно его теории усвояемость пищи, эффективность ее использования организмом напрямую связаны с генетическими особенностями человека. А именно - с его группой крови. Для нормальной деятельности иммунной и пищеварительной систем человеку нужно употреблять продукты, соответствующие группе крови, иными словами, те, которыми в давние времена питались его предки. Исключение из рациона веществ, несовместимых с кровью, уменьшает зашлакованность организма, улучшает работу внутренних органов, способствует похудению. Потребление же "чужеродных" продуктов приводит к обратному эффекту: зашлакованности организма и быстрому росту жировых отложений.

Теория питания по группе крови вызвала среди медиков острые дискуссии, которые не утихли до сих пор. Однако на основе методики Питера Д'Адамо разработаны различные диеты по группам крови, ставшие в последнее время очень модными и популярными.

Людям с четвертой группой крови быстро реагируют на изменения окружающей среды и питания. У них чувствительный пищеварительный тракт и чересчур толерантная иммунная система. Лучший способ держать себя в форме - совмещение интеллектуальной работы с легкой физической активностью.

Основу питания для обладателей четвертой группы крови должны составить кисломолочные обезжиренные продукты, баранина, оленина, овощи и фрукты.

Набор лишних килограммов влияет смешанная наследственность. Чтобы сбросить вес, обладателям 4-й группы крови нужно ограничить употребление мяса, сочетать его с овощами. Наследство "В-предков" - негативная инсулиновая реакция на фасоль, кукурузу, гречку и кунжут. Но благодаря "А-предкам" чечевицу и арахис их организм принимает хорошо. В отличие от тех и других "AB-люди" неплохо реагируют на пшеницу.

Особо полезные продукты: баранина, мясо индейки, треска, скумбрия, кисломолочные продукты, кукурузное масло, овсяная крупа, пшеничный хлеб, капуста листовая, клюква, ананасы.

Продукты, употребление которых необходимо ограничить: говядина, бекон, утятинка, камбала, краб, лосось, цельное молоко, оливковое масло, тыквенные семечки, бобы, гречка, редька, авокадо, бананы, гранаты.

Продукты, способствующие наращиванию веса: красное мясо, фасоль, кукуруза, гречка, пшеница.

Продукты, способствующие снижению веса: морские продукты (кроме консервированных, сушеных, вяленых и копченых), соя, молочные продукты, зеленые овощи, ананасы.

Это основные продукты, рекомендованные для питания по каждой группе крови. Однако каждый из нас имеет свои индивидуальные особенности. Поэтому при подборе продуктов питания, выборе диеты по

КУХНЯ "ВМ"

А вот "экономичные" рецепты, которые способны украсить любую, даже самую унылую диету.

Рыбный торт

Вам понадобится: 600-700 г филе любой рыбы, 2-3 морковки, 2-3 луковицы, 1-2 стакана черносливы без косточек, майонез.

Для заливки: 2 яйца, 3 столовые ложки муки, 1 стакан молока, соль и перец.

Форму застилаем пергаментом, укладываем на дно слой тертой моркови, потом слой нарезанной рыбы, ее присаливаем слегка и смазываем тонким слоем майонеза. Затем кладем слой мелко порубленного чернослива и слой лука. Потом опять слой моркови, рыбы, чернослива, лука. Последний слой - морковь.

Готовим заливку: взбиваем яйца с мукой и молоком, солим, перчим. Заливаем рыбный торт. Запекаем примерно 40 минут. Даем остыть прямо в форме. Потом выкладываем на тарелку и снимаем осторожно пергамент. Осторожно нарезаем, подаем на стол.

Салат из репчатого лука

Вам понадобится: 4-5 головок репчатого лука, 4-5 яиц, сваренных вкрутую, 200 г твердого сыра, майонез.

Нарежьте лук полукольцами и пробланшируйте его примерно 3-5 минут. Облейте холодной водой и дайте ей стечь, после этого выложите лук на бумажную салфетку и слегка подсушите. Яйца нарежьте кубиками, сыр натрите на крупной терке и все смешайте. Заправьте майонезом и посолите по вкусу.

Салат со шпротами

Вам понадобится: 1 банка шпрот, 1 маленькая луковица, 2 яйца, 150-200 г вареного риса, майонез.

Салат выкладывают слоями. На дно большой тарелки положить шпроты и размять их вилкой. Сверху уложить мелко нарезанный лук. Промазать майонезом. Затем сверху натереть на терке яйца. Потом выложить рис, смазать его майонезом и украсить салат мелко натертым желтком и зеленью.

группе крови надо учитывать не только общие рекомендации, но и свою индивидуальность.

Подготовила
Ангелина НИКОЛАЕВА.

Что пишут о нашем крае

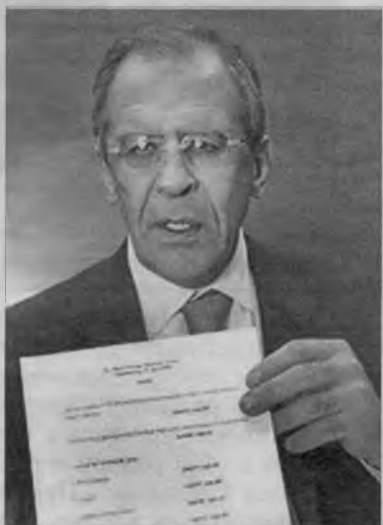
Министры иностранных дел России и Норвегии займутся спором 30-летней давности

Министр иностранных дел Норвегии Йонас Гар Стере и глава МИД России Сергей Лавров решили внести вопрос о спорной зоне Баренцева моря в число основных пунктов повестки встречи в Киркенесе и Мурманске, намеченной на 9 июня.

Оба министра приняли участие в конференции по Арктике в Гренландии, на которую были приглашены страны, имеющие выход к Северному Ледовитому океану. На борту самолета по пути в Гренландию Стере и Лавров имели возможность побеседовать в неофициальной обстановке. В беседе они затронули вопрос о спорной зоне между двумя странами в Баренцевом море. Как сообщил Стере норвежскому новостному сайту “ABC Nyheter”, этот вопрос будет поднят на встречах двух министров в Киркенесе и Мурманске 9-10 июня.

Переговоры о границе в зоне площадью более 175 тысяч квадратных километров идут уже больше 30 лет. Норвежский министр выразил надежду, что на встречах в Киркенесе и Мурманске прозвучат свои аргументы.

Правда, Стере отказался уточнить, близок ли 30-летний спор к завершению. “Каждый день мы делаем очередной шаг к окончательному договору”, - сказал он.



По информации норвежской газеты “Stavanger Aftenblad”, по пути в Гренландию Лавров сказал Стере, что пора уже что-то предпринять в этом “вековом” споре. Это и дало Стере основания рассчитывать на какой-то прогресс на предстоящей встрече.

norge.ru

Первый в мире атомный ледокол “Ленин” включен в программу приватизации госимущества на 2009 год, что позволит поменять собственника атомохода и приступить к его переоборудованию в музей Арктики.

Атомоход “Ленин”, выведенный из состава флота в связи с достижением предельных сроков эксплуатации в 1989 году, является федеральной собственностью и находится в доверительном управлении ММП. В 1995 году возникла идея переоборудовать первенец гражданского атомного флота в музей Арктики и освоения Северного морского пути.

“Собственник ледокола Росимущество не давало разрешение на переоборудование атомохода в музей, поскольку для этого требуется целый ряд изменений в федеральном законодательстве и специальное постановление правительства РФ. Поэтому парокходство выступило с инициативой включить его в план приватизации, которая на сегодня принята”, - рассказал генеральный директор Мурманского морского парокходства (ММП) Александр Медведев.

Он пояснил, что в рамках процедуры приватизации “Ленин” может быть приобретен на конкурсной основе организацией, которая сможет обеспечить в будущем содержание радиационно опасного объекта.

Атомоход “Ленин” приватизируют

“Атомоход может приобрести любая организация, способная в будущем содержать радиационноопасный объект. Поскольку на ледоколе еще присутствует оставшаяся наведенная радиация, к нему нужно относиться с должным уважением и вовремя выполнять все необходимые регламентные работы, обеспечивающие безопасность судна”, - сказал Мед-

ведев, отметив, что это может быть и ММП, и администрация Мурманской области.

Он уточнил, что с момента вывода атомохода из состава флота его ежегодное содержание обходится минимум в 18 миллионов рублей.



Для решения вопроса о переоборудовании первенца атомного судостроения в музей в 2000 году в Мурманской области был создан Фонд поддержки атомного ледокола “Ленин”.

Как рассказал на заседании попечительского совета председатель фонда Анатолий Александрович, на сегодняшний день за счет собранных средств проведены подготовительные работы по постановке “Ленина” на вечную стоянку в районе Мурманского морского вокзала на сумму более 130 миллионов рублей.

“В частности, проведены инженерные изыскания, выполнены дноуглубительные работы на месте будущей вечной стоянки ледокола, выполнены мероприятия по очистке акватории, основательно обновлен

корпус ледокола”, - привел некоторые примеры проведенных мероприятий Александрович.

Как сказали члены попечительского совета, работы по переоборудованию “Ленина” в музей ведутся по мере поступления средств в фонд и решения организационных вопросов, поэтому даже приблизительно назвать дату создания такого музея и общую стоимость проекта пока невозможно.

После вывода из эксплуатации на судне была проведена работа по консервации и разоружению ядерной установки, полностью дезактивированы машинное отделение и сама установка, залита цементом и закрыта крышкой центральная часть ядерного реактора, и сейчас судно находится в ядерно безопасном состоянии.

РИА “Новости”.

Отмены виз в Израиль осталось ждать 4-5 месяцев

25 мая еврейская община Мурманска участвовала в телемосте с представителями политической и общественной элиты Израиля. Мероприятие проходило одновременно в четырех городах: Мурманске, Санкт-Петербурге, Калининграде и Иерусалиме.

С российской стороны интересовались положением дел в Израиле: угрозой со стороны соседей и террористических организаций, тем, как влияет обстановка вокруг (в частности, мировой финансовый кризис) на состояние экономики государства, возможностью связи с Израилем, отменой виз.

Депутат кнессета Зеев Элькин, отвечая на этот вопрос, детально описал процедуру ратификации договора о безвизовом режиме между Россией и Израилем: после подписания соглашения министрами иностранных дел двух государств 21 марта документ был передан в кнессет. Он, что называется, лег на стол 19 мая и теперь должен выдерживать все положенные обсуждения и поправ-



ки. Это может занять около полутора месяцев.

Затем, когда документы будут утверждены с обеих сторон, произойдет обмен ратификационными грамотами. И с этого момента должно пройти 90 дней, которые даются на техническую подготовку. Следовательно, отмены виз осталось ждать, если ничего не произойдет, 4-5 месяцев.

“Еврейский журнал”.

Мошенника экстрадировали

Из Германии в Россию по требованию Генеральной прокуратуры экстрадирован россиянин Александр Кабаев, обвиняемый в мошенничестве.

30-летний Кабаев обвиняется в том, что создал в городе Апатиты Мурманской области организованную группу для совершения преступлений. “Ее участники приобретали ранее похищенные автомобили, затем по поддельным документам регистрировали их в ГИБДД и сбывали. Деятельность группы было пресечена в 2004 году”, - отметили в генпрокуратуре.

Всего следствием установлено девять фактов незаконного приобретения автомобилей, их последующей документальной легализации и сбыта на общую



сумму около 1,8 миллиона рублей.

Уголовное дело по обвинению

Александра Кабаева в мошенничестве и подделке документов находится в производстве следственного управления Следственного комитета при Прокуратуре России по Мурманской области.

В июле 2007 года Генеральной прокуратурой в компетентные органы ФРГ был направлен запрос о его выдаче. Решение о выдаче Кабаева было принято в феврале 2008 года.

Но поскольку Кабаев отбывал наказание за совершение преступления на территории Германии, его передача России была отсрочена, сообщили в генпрокуратуре.

Газета. ру



Металлурги подрабатывают извозом

На предприятиях Олега Дерипаски в ближайшие месяцы могут вспыхнуть новые забастовки. К такому заключению пришли специалисты Института глобализации и социальных движений (ИГСО), проанализировав ситуацию в производственной сфере деловой империи миллиардера.

Причины напряженной ситуации на ряде предприятий - плохие условия труда, репрессии против профсоюзов и политика принципиального отказа от диалога с организациями рабочих. “Уже в краткосрочной перспективе названные условия могут обернуться перерастанием тлеющих трудовых конфликтов в серьезное забастовочное движение”, - говорится в пресс-релизе, распространенном ИГСО.

На Кандалакшском алюминиевом заводе, входящем в группу СУАЛ, рабочие вынуждены непрерывно искать дополнительный заработок, чаще всего занимаясь извозом.

Агентство бизнес-новостей.

Страницу подготовил Юрий ЗАВЬЯЛОВ.

Финальный аккорд празднования 70-летнего юбилея Кольского Заполярья прозвучал в Мурманске. Я бы сказала, оглушительный аккорд. Концерт национального филармонического оркестра под управлением Владимира Спивакова явил мурманчанам, что называется, музыку от сердца. Разумеется, тем мурманчанам, кто сумел попасть на концерт.

Сам Владимир Теодорович радовался встрече с последними не меньше их самих: "Очень рад приехать к вам в Мурманск! Тем более что два

Музыка от сердца к сердцу

В Мурманске Владимиру Спивакову помог... полярный день

с лишним года назад мы обещали вновь приехать к вам и слово сдержали!".

К слову, хлопоты по организации гастролей национального оркестра взяла на себя мэрия Мурманска. Открывая пресс-конференцию с участием маэстро, Михаил Савченко эмоций не скрывал: "Волнуюсь! Впервые приходится открывать мероприятие такого рода".

Благодарил Владимира Спивакова: "Спасибо вам, вашему оркестру, вашей команде за гастролы в Заполярье, за этот подарок".

"Насчет команды вы все правильно сказали, - откликнулся маэстро. - Без ощущения команды нет вообще ничего... Вот даже государство должно чувствовать себя настоящей командой. А в нашем деле это прежде всего умение скрывать недо-

статки друг друга. И это кажется мне важным. Марина Ивановна Цветаева замечательно сказала, что оркестр - это единство множеств. Так оно и есть".

Михаил Юрьевич поздравил "единство" Спивакова с грядущим в сентябре пятилетием: "Надеюсь, что впереди у Мурманска с оркестром не одна встреча". Шутя заметил: "У нас с началом ваших гастролей впервые погода летняя установилась до плюс 15-ти. Теперь уверен, лето будет!". Заметил в адрес музыканта не без восторга: "Знаю, у вас до 120 выступлений в год! И вы недавно из Америки, пересекли столько часовых поясов, сразу попали в наш полярный день...".

"Непросто мне, действительно непросто, - не стал спорить Владимир Теодорович, - смещенное ощущение времени не может не влиять. Сон наступает тогда, когда совершенно не нужно, чтобы он наступал. А бодрствование, напротив, наступает, когда все нормальные люди спят уже. Но ваш полярный день мне помогает! Размывает, что ли, время".

Вместе с маэстро в Мурманск прибыла солистка Мариинского театра, в прошлом



Маэстро, кажется, парил над оркестром.

мурманчанка Татьяна Павловская, отметившая на гастролях в городе детства свой очередной день рождения. "Здорово, что Танечка приехала с нами вместе в свой родной город, - делился Спиваков. - Приятно возвращаться в детство... Вчера вот мы проезжали мимо дома на улице Александрова, в котором она жила".

По поводу нынешних гастролей в Заполярье напомнил: "У нас уже была одна чудесная встреча - вчера в Североморске на авианосце "Адмирал Кузнецов" с офицерами, с

морьяками, матросами. Потом был чудесный концерт. Чудесная публика! Вот то, чего не хватает нам в жизни, мы добиваем в таких гастролях по России. И здесь, в России, подтверждаются слова Бетховена о том, что музыка идет от сердца к сердцу".

Подробнее о гастролях национального филармонического оркестра под управлением Владимира Спивакова читайте в субботнем выпуске "Вечерки".

Ангелика КОВАЛЕВА.
Фото Дмитрия СУРКОВА.



Спивакову было жарко - он привез в Мурманск летнюю погоду

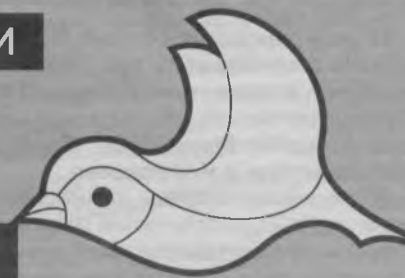
Не экономьте эмоции,

экономьте деньги!



Любите общаться с друзьями и близкими из других городов?

МТТ. Подключайтесь к нашим летним скидкам!



Воспользуйтесь услугами МТТ – национального оператора связи. Выгодные тарифы позволят Вам сократить расходы на междугородную и международную связь при звонках с домашнего телефона.

(8152) 288 606
8-800-555-53-58
(звонок бесплатный)

1 Подключитесь к МТТ на постоянной основе: просто обратитесь в Представительство МТТ в Мурманске по телефону (8152) 288-606.

2 Подключитесь до 30 июня 2008 г. и следующие 3 месяца Вы сможете разговаривать по домашнему телефону со своими друзьями и родными из России и других стран со скидкой до 20%.



Лицензия Россыязнадзора №32042 На правах рекламы

Примите поздравления

Поздравляю с днем рождения уважаемую и дорогую Любовь Васильевну Чернышеву! Желаю, чтобы в жизни вам всегда удача помогала, успех сопутствовал делам, мечта любая явью стала! Достатка и благополучия, идеям всем - осуществления. Всего вам в жизни наилучшего, здоровья, счастья. С днем рождения!



С уважением З. С. Н.

Уважаемые читатели!

Поздравления присылайте за неделю до события с указанием даты, иначе поздравления не дойдут до адресата.

Без обратного адреса и телефона отправления поздравление публиковаться не будет.

Для возврата фотографии вложите конверт с обратным адресом и маркой.

УСЛУГА ОКАЗЫВАЕТСЯ БЕСПЛАТНО.

Напоминаем вам: присылая в редакцию поздравления, необходимо учесть, что текст поздравления не должен быть слишком большим, а фотографии должны быть четкими.

ИЗМЕНЕНИЯ В ДОКУМЕНТАЦИЮ К ОТКРЫТОМУ АУКЦИОНУ

на право заключения муниципальных контрактов на выполнение работ по капитальному ремонту дворовых территорий в городе Мурманске

Отделом по размещению муниципального заказа администрации города Мурманска в соответствии с частью 3.1. статьи 33, частью 9 статьи 34 Федерального закона от 21.07.2005 № 94-ФЗ "О размещении заказов на поставки товаров, выполнение работ, оказание услуг для государственных и муниципальных нужд" и в соответствии с обращением муниципального заказчика принято решение внести изменения в документацию к открытому аукциону и извещение о проведении открытого аукциона на право заключения муниципальных контрактов на выполнение работ по капитальному ремонту дворовых территорий города Мурманска (извещение опубликовано в газете "Вечерний Мурманск" от 22.05.2008 г.)

Полный текст изменений размещен на официальном сайте Мурманской области на Интернет-сайте "Государственный заказ Мурманской области" <http://gz-murman.ru>

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА МУРМАНСКА ПОСТАНОВЛЕНИЕ

21.05.2008

№ 665

О мерах по обеспечению безопасности людей на водных объектах, охране их жизни и здоровья на территории муниципального образования город Мурманск

В соответствии с требованиями Федерального закона от 06.10.2003 № 131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации", постановлением правительства Мурманской области от 04.06.2007 № 271-ПП "Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах в Мурманской области", а также в целях обеспечения безопасности людей на водных объектах, охраны их жизни и здоровья на территории муниципального образования город Мурманск постановляю:

1. Отделу по гражданской обороне и защите населения от чрезвычайных ситуаций администрации города Мурманска (Осадчук Ю. А.) в срок до 23.05.2008 разработать и утвердить план мероприятий по обеспечению безопасности людей на водных объектах, охране их жизни и здоровья в границах муниципального образования город Мурманск.

2. Заместителям главы администрации города Мурманска - начальникам управлений Ленинского, Октябрьского и Первомайского административных округов Зикееву Н. Г., Баскову О. Г. и Владову Д. В. организовать установку знаков безопасности у водных объектов в местах неорганизованного массового отдыха людей.

3. Управлению финансов администрации города Мурманска (Леонтьев Т. П.) обеспечить финансирование расходов на выполнение мероприятий по изготовлению и установке знаков безопасности за счет фонда непредвиденных расходов главы администрации города Мурманска согласно отдельному распоряжению.

4. Директору ММУП "Городской парк культуры и отдыха" Максимова А. А.:
4.1. Подготовить маломерные суда к навигации с предъявлением ГИМС МЧС России по Мурманской области установленным порядком для получения разрешения на эксплуатацию на воде.

4.2. Обеспечить выполнение Правил охраны жизни людей на водном объекте - озере Семеновское - в период функционирования лодочной станции.

5. Комитету по физической культуре и спорту администрации города Мурманска (Андреева И. Е.) обеспечить выполнение требований по оборудованию места массового отдыха - "Домика моржей" школы зимнего плавания на озере Семеновском.

6. Комитету по образованию администрации города Мурманска (Коган Б. С.) обеспечить выполнение требований нормативных правовых актов по охране жизни людей в месте массового отдыха на водном объекте - озере Кильдинское - в период работы детского лагеря в центре детско-юношеского туризма "Парус".

7. Просить УВД по Мурманской области (Федотов В. П.) о принятии дополнительных мер по охране общественного порядка в местах несанкционированного массового отдыха людей у водных объектов.

8. Просить Главное управление МЧС России по Мурманской области (Светельский В. Н.) организовать деятельность аварийно-спасательных формирований по спасению людей на водных объектах в границах муниципального образования город Мурманск.

9. Признать утратившим силу постановление администрации города Мурманска от 06.06.2007 № 765 "О мерах по обеспечению безопасности людей на водных объектах, охране их жизни и здоровья на территории муниципального образования город Мурманск" за исключением пункта 8.

10. Редакции газеты "Вечерний Мурманск" (Шиганов В. В.) опубликовать настоящее постановление.

11. Контроль за выполнением настоящего постановления возложить на заместителя главы администрации города Мурманска Лыженкова А. Г.

Глава муниципального образования город Мурманск
М. Ю. САВЧЕНКО.

Учредители:

администрация города Мурманска;
трудовой коллектив редакции газеты "Вечерний Мурманск".

Адрес редакции:

183032, г. Мурманск, Кольский проспект, 9.

Телефоны редакции:

отдел подписки и доставки - 45-45-27, 47-65-67;
коммутатор - 25-46-92;
приемная - тел./факс 25-46-77;

e-mail: vm34@rambler.ru
отдел рекламы и развития - 25-82-19, 25-47-11, 27-17-34, 27-91-10;
факс - 23-70-17;

e-mail: vmadv@aspol.ru
служба новостей - 23-29-03, 25-46-90; факс - 25-46-79;

e-mail: vmnews@aspol.ru
отдел городской жизни - 25-14-99;
бухгалтерия - 25-10-34.

<http://www.night.murmansk.ru>

Главный редактор

В. В. ШИГАНОВ

Ответственный за выпуск

А. Н. КОВАЛЕВА

Мнение авторов отдельных публикаций может не совпадать с позицией редакции. За достоверность текстов публикуемых частных объявлений и рекламы редакция ответственности не несет.

В газете используются материалы российских СМИ, размещенных на открытых для пользователей web-узлах глобальной сети Интернет.

*Свободная (договорная) цена.

*Подписные индексы: 52844 (ежедневная газета), 31496 (субботний номер).

Все материалы, подготовленные журналистами "Вечернего Мурманска", являются интеллектуальной собственностью редакции и охраняются законом. Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются.

Газета набрана и сверстана в компьютерном центре "Вечернего Мурманска", отпечатана с готовых позитивных пленок в ОАО "МИПП "Север" - 183624, г. Мурманск, ул. К. Маркса, 18.

Время подписания в печать - 17.00.

По графику - 17.00.

Газета зарегистрирована в Региональной инспекции по защите свободы печати и массовой информации (город Санкт-Петербург), свидетельство П 0663 от 14 декабря 1993 г.

Тираж: в обычные дни - 10082 экз., по субботам - 13201 экз.

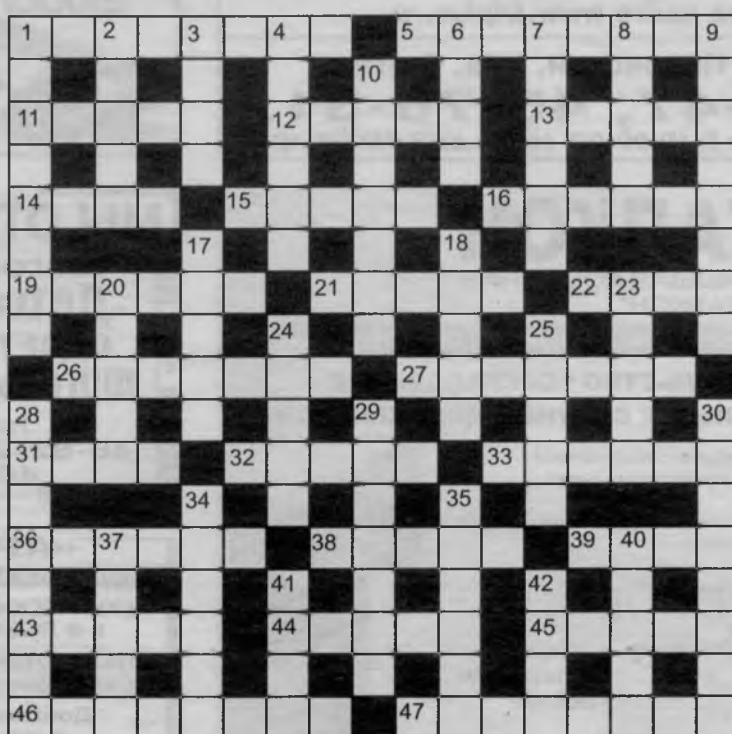
Зак. 2240.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Воинское звание, в переводе с немецкого - "освобожденный от некоторых обязанностей рядового". 5. То, за что всегда пьют во время любого застолья. 11. Отравляющее вещество, своим названием обязанное городу в Бельгии. 12. "Под ольхой задремал ... молоденький./ Приклонил голову к доброму седлу" (А. Розенбаум). 13. Один из двух у п. 23. 14. Старинное пахотное орудие, использовавшееся до XX в. 15. Важная персона. 16. Кривой клинок турецких янычар. 19. Возглас из зала в ходе собрания. 21. На дороге ..., так овес князь (посл.). 22. Мелкие сушеные абрикосы с косточками. 26. Основное занятие разведчиков на чужбине. 27. "Эшелон уходит ровно в .../ Паровоз-балбес пыхтит - Шалом! -/ Вдоль перрона строем стала сволочь./ Сволочь провожает эшелон" (А. Галич). 31. Не сказка. 32. Глас несмазанных петель. 33. Препграда между барменом и посетителем. 36. Галиматия либо ахиня. 38. "Я люблю тебя, .../ Что само по себе и не ново" (песен.). 39. Бревенчатые венцы, уложенные в "стопочку". 43. Страница, на которой помещено заглавие книги и фамилия автора. 44. Город, вместе с Гоморрой погрязший в распутстве (библ.). 45. Труба для усиления звука, в

ПРОСТОРЕЧИИ - МАТЮГАЛЬНИК.

46. Вампир. 47. Знаменитая малороссийская писательница по имени Леся.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Злоба вкупе с язвительностью как черта характера. 2. Русский художник, археолог, писатель и философ-мистик, похороненный в Индии. 3. Греческая буква - синоним самой малости. 4. Город, где, по мнению Остапа Бендера, делается вся контрабанда. 6. "В борьбе за народное ... я был инородное тело" (И. Губерман). 7. От нее и кони дохнут. 8. Скандинавский разбойник в старину или легионер в футбольной команде в наши дни. 9. Теория о наследственности человека и путях ее улучшения. 10. Отдел в конторе с долбящими по клавишам сотрудниками. 17. Солдатский вещевой мешок (разг.). 18. Членский платеж (партийн.). 20. Ограничитель "высоких стремлений" цирковых акробатов. 23. Водный источник, близ которого цветет калина (песен.). 24. Собака без роду и племени (разг.). 25. Высший слой аристократии. 28. "Глаз" телескопа или микроскопа. 29. Головной убор внутри автомобильного двигателя. 30. Австралийская столица. 34. Сговор с собственной совестью (песен.). 35. Фотокарточка на память. 37. Чеховский Пришибеев или имя валета в карточной игре



"скат". 40. "Запорожцы пишат письмо турецкому султану" (автор картины). 41. "Виночерпий, опять моя чаша пуста! Чистой влаги иссохшие жаждут ..." (О. Хайям). 42. Овца, еще не вкушившая прелестей любви.

Ответы на кроссворд, опубликованный 30 мая

По горизонтали: 7. Свинство. 8. Мостовая. 10. Удивление. 11. Кокос. 13. Кроль. 15. Конеч. 16. Попытка. 18. Аукцион. 20. Зайчик. 21. Квашня. 25. Перевал. 27. Заметка. 28. Ижица. 29. Семья. 31. Штамп. 32. Скульптор. 33. Чиновник. 34. Салфетка.

По вертикали: 1. Светофор. 2. Искус. 3. Овчинка. 4. Конница. 5. Отсек. 6. Хамелеон. 9. Планер. 12. Обыватель. 14. Рецензент. 17. Кочка. 19. Удача. 22. Репейник. 23. Бритве. 24. Скамейка. 26. Лимузин. 27. Завтрак. 30. Яство. 31. Шрифт.

РЕМОНТ ПО ПЛАНУ

Как сообщают администрация Мурманска и городская служба "051", для обеспечения надежной и качественной работы систем водо-, тепло-, газо- и электроснабжения сегодня, **3 июня**, проводятся плановые ремонтные и профилактические работы. В связи с этим **будут временно отключены от горячего водоснабжения:**

- с 9.00 до 10.00 дом № 8 на улице Шмидта;
- с 9.00 до 15.00 дома по адресам: улицы Фадеев Ручей, 16, 21, Шевченко, 7, 7а, Кольский проспект, 186.

Горячей и холодной воды не будет:

- с 8.30 до 18.00 в домах по адресам: улицы Самойловой, 16, Комсомольская, 6;

- с 9.00 до 11.00 в доме № 9 на улице Гвардейской;

- с 9.00 до 12.00 в домах по адресам: улицы Копытова, 18, 19, 20, 43, К. Либкнехта, 54;

- с 9.00 до 14.00 в доме № 9 на улице Полярный Круг;

- с 9.00 до 15.00 в доме № 1 на улице Бабикова;

- с 9.00 до 16.00 в доме № 160 на Кольском проспекте;

- с 13.00 до 15.30 в домах по адресам: Терский переулок, 3, улица К. Либкнехта, 27;

- с 13.00 до 17.00 в домах по адресам: улица Бабикова, 8, Кольский проспект, 38.

От горячего водоснабжения и отопления будут отключены:

- с 8.00 3 июня до 24.00 4 июня все дома, подключенные к ЦТП квартала 2 на улице Новое Плато;

- с 9.00 до 17.00 дома по адресам: улицы К. Либкнехта, 44, Павлова, 5, Водопроводный переулок, 3;

- с 8.00 3 июня до 24.00 5 июня все дома, подключенные к котельной "Восточная", все дома, подключенные к котельной "Северная", все дома, подключенные к ЦТП квартала 2а (Больничный городок).

Отопления не будет:

- с 9.00 до 17.00 в домах по адресам: улицы Привокзальная, 24, Орликовой, 18, 19, Павлова, 9;

- с 9.30 до 17.00 в домах по адресам: улицы Октябрьская, 10, Папанина, 14.

Останется без электроснабжения с 10.00 до 15.00 дом № 13 на улице Радищева.

От газоснабжения отключат с 10.00 до 17.00 дома № 28, 30, 32/19 на улице Сафонова.

Останутся отключенными от горячего водоснабжения:

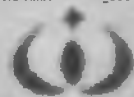
- до 17.00 4 июня дома по адресам: улицы Шмидта, 9, 11, ул. Орликовой, 10, 11, 12, проспект Ленина, 45.

Все отключения, не обозначенные в этом списке, являются незаконными. О фактах самовольных отключений просим сообщать по телефону 051.

ВМ_003_1

Служба "051". www.zkh.murmansk.ru

РЕКЛАМА 14_058



Триада Плюс

ИНВЕСТИЦИОННАЯ КОМПАНИЯ "Триада Плюс"

Лицензия № 051-06103-010000 выдана 19.08.2003 г. ФКЦБ России.

● КУПЛЯ-ПРОДАЖА ЦЕННЫХ БУМАГ МУРМАНСКИХ ЭМИТЕНТОВ

● ЭМИССИЯ ЦЕННЫХ БУМАГ

Подготовка необходимых решений, проспектов, отчетов для государственной регистрации ценных бумаг

● РЕГИСТРАЦИЯ ПРЕДПРИЯТИЙ

● РЕОРГАНИЗАЦИЯ ПРЕДПРИЯТИЙ

● ПРОВЕДЕНИЕ СОБРАНИЙ АКЦИОНЕРОВ

● ПРОДАЖА ГОТОВОГО БИЗНЕСА

Вся информация на сайте www.triplus.ru

Мурманск, ул. Софьи Перовской, 17а, 5 этаж.

Тел.: 45-74-47, 45-76-31.

ВРЕМЯ СОВЕРШЕНИЯ СДЕЛОК: с 10.00 до 16.00, БЕЗ ПЕРЕРЫВА.

СТАЛКОН

ООО УПРАВЛЯЮЩАЯ КОМПАНИЯ
"СТАЛКОН"

инновации, компетентность, качество продукции, стабильность

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ • СТРОИТЕЛЬСТВО • СОГЛАСОВАНИЕ
РЕКОНСТРУКЦИЯ • СОСТАВЛЕНИЕ СМЕТНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ**



● Функции генерального подрядчика и генерального проектировщика

● Изготовление и монтаж металлоконструкций зданий и сооружений



ДИЗАЙН - ПРОЕКТЫ

• дизайн интерьеров и фасадов
• ландшафтный дизайн
• отделка
• декорирование

• подбор и доставка материалов
• ремонт

183038, г. Мурманск, ул. Октябрьская, 1.

Тел./факс (8152) 45-40-83, (8152) 42-06-26.

E-mail: stalkon@com.mels.ru

ОАО МИПП "Север"

на постоянную работу ТРЕБУЮТСЯ:

- ПЕРЕПЛЕТЧИК, женщина, з/п - от 11 тыс. руб.;
- УЧЕНИК ПЕЧАТНИКА

на газетную ротацию, з/п в период обучения - 3 тыс. руб., после обучения - от 12 тыс. руб., работа сменная.

Тел.: 45-49-78, с 8.00 до 16.00.

ИП Пчельников

Мурманск,
ул. Кооперативная, 4.

АВТОКЛУБ ВЕДАП

ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКОГО ОСМОТРА АВТОМОБИЛЕЙ, ТРАССОЛОГИЧЕСКАЯ ЭКСПЕРТИЗА УЗЛОВ И АГРЕГАТОВ. Тел. 25-16-47.

ЗАПЧАСТИ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ. Тел. 25-94-84.

КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА И РЕМОНТ ВСЕХ МОДЕЛЕЙ АВТОМОБИЛЕЙ. Тел.: 25-16-55, 70-11-12.

ПРОМЫВКА ИНЖЕКТОРОВ И УЛЬТРАЗВУКОВАЯ ЧИСТКА ФОРСУНОК.

РЕКЛАМА

04-009

ВНИМАНИЮ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКОВ!

Инспекция Федеральной налоговой службы по г. Мурманску сообщает о графике проведения семинаров с налогоплательщиками в июне 2008 года.

Семинары для физических лиц по порядку предоставления социальных, имущественных вычетов по налогу на доходы физических лиц (далее по тексту - НДФЛ):

02.06.2008 в 17.00,

09.06.2008 в 17.00,

16.06.2008 в 17.00,

23.06.2008 в 17.00,

30.06.2008 в 17.00.

Семинары для индивидуальных предпринимателей по общим вопросам налогообложения (НДФЛ, упрощенная система налогообложения, единый социальный налог и др.):

04.06.2008 в 16.00,

18.06.2008 в 16.00.

Семинары для индивидуальных предпринимателей и руководителей организаций о преимуществах перехода на технологию представления налоговых деклараций, бухгалтерской отчетности и иных документов в электронном виде с участием специализированных операторов связи и их уполномоченных представителей, а также о правильном заполнении полей платежных документов на перечисление платежей в бюджет:

19.06.2008 в 14.00.

Семинары проводятся в актовом зале ИФНС РФ по г. Мурманску (ул. Комсомольская, 4).

В случае внесения изменений в график проведения семинаров информация будет размещаться на информационных стендах в зданиях ИФНС на ул. Комсомольской, 2 и ул. Комсомольской, 4.

Контактные телефоны для справок по вопросам организации семинаров: 68-04-88, 68-03-68.

ИФНС России по г. Мурманску.

АРЕНДА

АВТОВЫШКИ ВС-22.01.

**ВЫПОЛНЕНИЕ РАБОТ.
ЗАКАЗ ОТ 1 ЧАСА.**

**ЗАЯВКИ
ПО ТЕЛЕФОНУ
25-97-91.**

РЕКЛАМА 24_079

ООО "Дорстрой-Сервис"

Лицензия Д 356178 от 10.07.2003 г.

Изготовление и монтаж:

• металлических ограждений;

• решеток на окна;

Изготовление металлоконструкций любой сложности.

Полимерное покрытие.

Быстро, недорого, надежно.

г. Мурманск, ул. Свердлова, 33

тел./факс: 8(8152) 43-85-75

07_052

РЕКЛАМА

МЫ ОТКРЫЛИСЬ!

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР
"Детский мир"
сдаст в аренду
торговые площади.

Телефоны:
48-82-29, 48-82-36,
48-82-44.

«АРМАДА»

КОМПЛЕКСНОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ СНАБЖЕНИЕ

ТЕХНИЧЕСКИЕ ГАЗЫ ВСЕХ ВИДОВ
И В ЛЮБОМ КОЛИЧЕСТВЕ.

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
для рыбопромысловых судов.

Доставка ХЛАДОНА-22
в порты Норвегии.

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА.
Широкая группа товаров по сниженным ценам.

Офис: ул. Полярные Зори, 17/2, тел./факс: 44-12-65, 48-87-67.

armada@com.mels.ru

24_073_1

ЧАСТНЫЕ РЕКЛАМНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПРОДАДИМ

212. Беседку, забор для дачи декоративный, несколько видов, будки для собак, строит. забор.

Тел.: 8-911-321-18-12, 8-921-039-58-00.

ОБСЛУЖИМ

17. Мет. двери, решетки, оруж. сейф. Обшивка, быстро, качественно. Балконы, лоджии. Остекление, утепление. Тел.: 701-101, 52-83-25, 57-51-01.

33. ПАМЯТНИКИ. Мастерская "Каменный цветок".

Обращаться: ул. Ч.-Лучинского, 13. Тел. 31-69-20 (с 10.00 до 19.00, воскр. - выходной).

265. Изг. мет. дв., перегород., гар. ворота, реш., калитки, уст. замков. Тел. 44-51-62.

РЕМОНТИРУЕМ ТЕЛЕВИЗОРЫ И АППАРАТУРУ

6. Ремонт ТВ + DVD + муз. центров. Тел. 70-14-90 (бывший 49-29-99).

22. Ремонт телевизоров с гарантией. Тел. 22-42-46.

Тел. 22-42-46.

Подлежит обязательной сертификации.