

Главная газета нашего города

Вечерний Мурманск



8 декабря 2018, суббота

№ 226 (6588)



**ЧТО ХИМИЧАТ
В БИБЛИОТЕКЕ**

4

6 О вашем
ЗДОРОВЬЕ
РАССКАЖЕТ
объем талии

В школе учат
2 **ПОМОГАТЬ**
И ПОБЕЖДАТЬ



НОВОСТИ БЕЗ ПЕРЕРЫВА

vmnews.ru

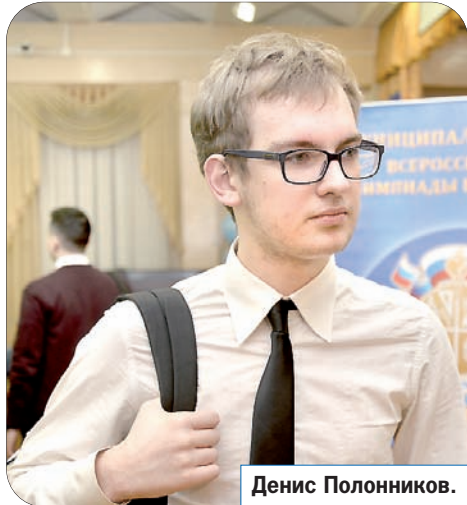
Со знаниями — на Олимп

В заполярной столице наградили победителей муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников. Он проходил в течение месяца на базе 15 образовательных учреждений города. Участниками стали более 2,5 тысячи ребят – учащиеся 5-11-х классов.

Традиционно самыми популярными олимпиадными дисциплинами среди мурманских школьников были английский язык, обществознание, математика и биология. Предметные олимпиады проходили по 21 дисциплине. В общей сложности победителями и призерами муниципального этапа стали 624 школьника.

В гимназии № 10 отметили тех, кто показал высшие результаты по биологии, экологии, химии и географии. Дипломы и награды ребятам вручал глава администрации города Мурманска **Андрей Сисоев**.

– Это итог большого серьезного труда, – сказал Андрей Иванович. – Я по-настоящему горжусь нашим мурманским образованием. Сейчас для ребят это первый этап, дальше будет региональная олимпиада, потом всерос-



Денис Полонников.

**В Мурманске
подрастают
будущие ученые**



сийская. Хочется, чтобы они и там показали такие замечательные результаты. Что еще важно: олимпиада дает возможность показать не только знания, но и умение мыслить нестандартно, быстро принимать решение. Эти ребята – молодцы!

Одним из тех, кто получил заслуженную на-



граду, стал учащийся химико-биологического класса Мурманского политехнического лицея **Денис Полонников**, победивший в предметной олимпиаде по химии.

– Если очень хорошо знаешь программу на школьном уровне и у тебя есть интуитивные способности, то вполне можешь решить кон-

курсные задания, – сказал Денис. – Но, конечно, надо изучать предмет и вне программы. Меня всегда тянуло к науке. В то время когда друзья зачитывались художественной литературой, я отдавал предпочтение разным энциклопедиям. Химия для меня с детства была чем-то вроде магии, когда из одного вещества можно сделать другое. Родители поддерживали мой интерес, поэтому получился такой результат в итоге. Эта победа – первое значительное достижение. В будущем надеюсь окончить хороший университет и стать ученым.

После городских олимпиад состязание среди самых одаренных школьников не закончится. Старшеклассники, набравшие необходимое количество баллов, представят Мурманск на региональном «олимпийском» этапе, который стартует уже в январе.

Юлия РОМАНОВА. gorod@vmnews.ru
Фото Максима КОТОВА.



Воспитанникам средней школы № 49 всегда есть чем заняться после уроков. В стенах учебного заведения вот уже четыре года успешно функционирует спортивный клуб «Север». Его посещают более 500 мальчишек и девчонок. Среди множества направлений работы клуба особенно выделяются три: туризм, спортивная и патриотическая деятельность.

На этой неделе в клубах школы № 49 побывали депутаты Совета депутатов города Мурманска. Они узнали, что помимо клуба «Север» старшеклассники посещают «Школу безопасности». Под руководством опытных педагогов ребята учатся выживать в экстремальных условиях и оказывать первую медицинскую помощь. Диву даешься, когда видишь, как грамотно школьники показывают на ма-

некене, как остановить кровотечение из руки или удалить инородный предмет из дыхательных путей. Таким подготовленным ребятам не страшны никакие внештатные ситуации.

В школе также уделяется большое внимание занятиям футболом, баскетболом, волейболом, аэробикой, гимнастикой и единоборствами. А с сентября этого года в спортивном клубе «Север» действует подразделение «Северный легион». Пока в нем состоит всего 15 ребят, но это только начало. Каждый легионер уверенно говорит, что сохранить память о тех, кто отважно защищал Родину от врагов, – наш священный долг. К примеру, ученик 11 класса, участник «Легиона» **Валерий Поздеев** уже несколько лет состоит в одном из поисковых отрядов Мурманска. Молодой человек последовал примеру своего старшего брата.

В ШКОЛЕ УЧАТ помогать и побеждать



– За три года наш отряд нашел 22 бойца, удалось установить личность только одного из них. В честь него в лесу под Ловозером стоит табличка с указанием имени и подвига. До сих пор в сопках лежит много воинов, которые не вернулись домой. Я считаю, что это наш общий долг – найти и достойно захоронить всех бойцов.

Уверен, что я и после окончания школы продолжу заниматься поисковой деятельностью, – рассказал корреспонденту «Вечерки» Валерий.

Директор школы № 49, депутат Совета депутатов города Мурманска **Юрий Гугин** подчеркнул, что некоторые дети планируют поступать в учебные заведения, связанные с силовыми

структурами, поэтому такая серьезная подготовка станет для них отличным подспорьем в будущем. К тому же полученные знания пригодятся школьникам и в обычной жизни.

Из последних успехов – победа команды 49-й школы в открытых областных соревнованиях по общевоинской подготовке на кубок военного комиссара Мурманской области. Ребята соревновались с 12 сильнейшими военно-патриотическими клубами области и сумели доказать, что именно «Северный легион» должен быть обладателем награды.

– Школьники с удовольствием рассказывали и показывали свои достижения в спортивном клубе. Я горжусь, что в Мурманске есть такие активные и увлеченные своим делом дети. Также хочу выразить огромную благодарность преподавательскому составу за их слаженную работу, – подвела итоги экскурсии по школьному клубу депутат Совета депутатов города Мурманска **Антонина Климова**.

Дарья ПУТИНЦЕВА. putintseva@vmnews.ru
Фото Константина БРАЙЦЕВА.



Образцовая «Альфа»



Столь высокого результата группа добилась всего за несколько лет. Свой творческий путь «Альфа» начала в 2015 году как детский музыкальный театр. Ее участники – ребята в возрасте от 6 до 13 лет. Они не раз становились лауреатами и дипломантами региональных конкурсов, представляли заполярную столицу на международных фестивалях творческих коллективов, таких как «Великая страна» и «Мы вместе», которые проходили в Москве. Жители Мурманска могли познакомиться с выступлениями «альфики» в рамках городских праздников и концертов.

В настоящее время в репертуаре ребят несколько десятков песен, в том числе и мурманского композитора **Марии Выходной**, специально написанных для шоу-группы.

Юлия РОМАНОВА. gorod@vmnews.ru
Фото из архива МБУК «Центр досуга и семейного творчества».



КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

РОДДОМ СТИРАЮТ С КАРТЫ

На территории больничного городка на улице Павлова начали сносить здание бывшего второго роддома. Двухэтажный стационар ввели в строй еще в 1938 году как родильное отделение Мурманской областной больницы. Это было второе каменное здание среди медучреждений города. В годы Великой Отечественной войны в нем размещался госпиталь.

После войны в здании вновь стали принимать роды у северянок. С 2008 года на базе роддома № 2 начал работать областной перинатальный центр, который в 2011 году переехал в новое здание на улице Лобова.

Старое помещение роддома на улице Павлова находилось в плохом состоянии, его было решено снести. Ранее на территории больничного городка снесли бывший лабораторный корпус. Здание было признано непригодным к эксплуатации.

ПРИЕМ В ДЕНЬ КОНСТИТУЦИИ

12 декабря, в День Конституции, администрация города Мурманска присоединится к проведению Общероссийского дня приема граждан. Жители города смогут обратиться лично за консультацией к заместителям главы администрации города Мурманска **Валентине Доцник**, курирующей решение вопросов жилищно-коммунального хозяйства, или к **Руфату Синякаеву**, отвечающему за вопросы предоставления жилья, программы по улучшению жилищных условий молодых и многодетных семей города Мурманска. Личный прием будет проходить с 12.00 до 20.00 в порядке живой очереди в администрации города Мурманска (просп. Ленина, 75, 3-й подъезд, каб. 103). Чтобы получить консультацию, заявитель должен будет предъявить документ, удостоверяющий личность (паспорт). Дополнительную информацию можно получить в отделе по работе с обращениями граждан администрации города Мурманска по телефонам 45-84-16, 45-60-80.

ЧТО СЛУЧИЛОСЬ В ГАРАЖАХ?

Ночью на улице Фролова в автогородке полыхали гаражи. Четырнадцать пожарным потребовалось два часа, чтобы полностью потушить строения. Огонь уничтожил два деревянно-металлических гаража. В одном из них огнеборцы обнаружили 48-летнего мужчину с ожогами приблизительно 70 процентов тела и признаками отравления продуктами горения. Мужчина умер до прибытия медиков. Одна из возможных причин пожара – неосторожное обращение с огнем.

ПОХОЛОДАЕТ

Сегодня в Мурманске местами небольшой снег. Ветер южный слабый, 6–11 градусов мороза. Гололедица.

ОФИЦИАЛЬНО

Информационное сообщение

11 декабря выйдет в свет специальный выпуск газеты «Вечерний Мурманск». В нем будут опубликованы следующие документы:

- № 4093 от 29.11.2018 «О внесении изменений в приложение к постановлению администрации города Мурманска от 06.07.2012 № 1505 «Об утверждении административного регламента исполнения муниципальной функции «Осуществление муниципального контроля в области торговой деятельности» (в ред. постановлений от 03.03.2015 № 598, от 21.05.2015 № 1319, от 06.11.2015 № 3085, от 04.05.2016 № 1172, от 07.10.2016 № 3017, от 10.03.2017 № 581);

- № 4157 от 03.12.2018 «О внесении изменений в Порядок предоставления субсидии на финансовое обеспечение затрат, связанных с выработкой и подачей тепловой энергии в горячей воде муниципальных котельных, утвержденный постановлением администрации города Мурманска от 05.06.2013 № 1379 (в ред. постановлений от 30.07.2013 № 1964, от 03.03.2015 № 601, от 25.05.2016 № 1423, от 05.12.2016 № 3698, от 06.02.2018 № 269);

- № 4078 от 27.11.2018 «О признании многоквартирного дома, расположенного по адресу: город Мурманск, улица Академика Павлова, дом 31, аварийным и подлежащим сносу»;

- № 4140 от 30.11.2018 «О внесении изменений в приложение к постановлению администрации города Мурманска от 10.11.2017 № 3601 «Об утверждении муниципальной программы города Мурманска «Развитие физической культуры и спорта» на 2018–2024 годы» (в ред. постановлений от 09.06.2018 № 1722, от 12.09.2018 № 3067);

- № 4141 от 30.11.2018 «О внесении изменений в приложение к постановлению администрации города Мурманска от 17.04.2013 № 830 «Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги «Выдача специального разрешения на движение по автомобильным дорогам тяжеловесного и (или) крупногабаритного транспортного средства в случае если маршрут, часть маршрута указанного транспортного средства проходят по автомобильным дорогам местного значения города Мурманска и не проходят по автомобильным дорогам федерального, регионального или межмуниципального значения, участкам таких автомобильных дорог» (в ред. постановлений от 30.04.2014 № 1247, от 24.02.2015 № 471, от 25.02.2016 № 470, от 10.02.2017 № 335, от 27.03.2017 № 771, от 12.12.2017 № 3929, от 23.07.2018 № 2254).

С опубликованными в спецвыпуске нормативными актами могут ознакомиться все желающие. Специальный выпуск газеты «Вечерний Мурманск» размещен в электронном виде в общем доступе для неограниченного круга лиц на официальном сайте газеты «Вечерний Мурманск» (<http://vmnews.ru>). Документ размещен в общем доступе для неограниченного круга лиц на официальном сайте администрации города Мурманска в сети Интернет (<http://citymurmansk.ru>). Помимо этого специальный выпуск будет предоставлен в ГОБ УК «Мурманская государственная областная универсальная научная библиотека», МБУ культуры «Центральная городская библиотека г. Мурманска», Информационное телеграфное агентство России (ИТАР-ТАСС). Также специальный выпуск газеты можно приобрести в киосках МАРПИ и в редакции газеты «Вечерний Мурманск».

«Серебро» из Сербии, «бронза» из Оренбурга



Мурманский фотограф **Виталий Новиков** занял третье место на фотоконкурсе «Технологические тренды Евразии» в Оренбурге. В нем участвовало 46 фотографов из России, Белоруссии и Узбекистана. В номинации «Технология личности» кадр Виталия «После вахты» принес автору бронзовую награду.

А в ноябре фотохудожник получил серебряную медаль Международной ассоциации художественной фотографии на международном фотосалоне «PreFOTO 2018» в Сербии за кадр «В строю».

Павел СТЕПАНЕНКО. stepanenko@vmnews.ru
Фото Виталия НОВИКОВА «В строю».



В библиотеке не должно быть тишины!

Гардеробщицы и уборщики научной библиотеки ворчат все чаще и чаще из-за обилия читателей. За последние годы «научка» преобразилась, и теперь каждый день туда обычно приходит не меньше 200 человек. Молодежь и пенсионеров приятно удивляют возможности, которые открывает главная библиотека области в год своего 80-летия.

От книг в Интернет и обратно

«Сами мы ходим только в школьную библиотеку. Нам нравится фантастика – Стивен Кинг, «Гарри Поттер» и новые книги. Их можно найти в Интернете, но мы бы лучше их брали в бумажном виде. А наших мальчиков уже не заставишь читать, они постоянно в телефонах сидят», – это откровение семиклассниц из мурманской гимназии № 3, которых учительница привела в научную библиотеку на выставку «Удивительный мир редкой книги». Пока девочки ходили за преподавателем и хотя бы делали вид, что слушают экскурсовода, мальчишки сели на диван и с головой ушли в виртуальный мир соцсетей и приложений.

Как привить любовь к чтению юным мурманчанам, если они сами не верят, что это возможно? Как снова заманить в библиотеку взрослых, которые воспитывались на бумажных книгах? Сотрудники научной библиотеки вместе с коллегами со всей России каждый день пытаются найти ответы на эти вопросы.

В фонде «научки» – более 700 тысяч книг на русском и иностранных языках, свыше 100 тысяч документов по культуре и искусству, а также бесчисленное количество материалов в электронном виде. Но все это не прельщало северян, и в последние 15 лет число посетителей неумолимо сокращалось.

Три года назад библиотека начала стремительно меняться, пытаясь угнаться за современными реалиями. Главное новшество – отказ от читальных залов в пользу книжных выставок и открытого хранения. Теперь залы художественной, научной и научно-популярной литературы на втором этаже похожи на торговые ряды книжных магазинов. Сотни новых изданий расставлены на стеллажах по тематикам и жанрам. А последние поступления в библиотечный фонд и самые популярные книги можно найти в отдельных шкафах. Если от разнообразия интригующих названий и ярких обложек разбегаются глаза, можно обратиться за советом к сотрудникам библиотеки, которые всегда готовы помочь. Полистать книги, чтобы сделать окончательный выбор, можно в этом же зале.

Также на втором этаже открылся зал наук, в котором расположен музей занимательных наук «Фокус», где каждые выходные проводятся познавательные мастер-классы для детей. Еще одно новое пространство «научки» – кафе «Ботаник», которое оказалось востребовано как сотрудниками библиотеки, так и посетителями.

Третий этаж – это центр доступа к электронным ресурсам, где можно бесплатно выйти в Интернет, поискать необходимый документ, диссертацию или издание в различных архивах, получить пароль к одной из электронных библиотек, чтобы бесплатно читать книги из их собраний на своем телефоне или планшете.

Не все знают, что сотрудники научной библиотек

несколько лет назад создали и регулярно пополняют электронную библиотеку «Кольский Север», которая содержит краеведческие книги из фондов «научки». Сейчас в ее базе более шести тысяч оцифрованных книг, аудио- и видеодокументов, фотографий, статей из журналов и сборников о нашей области. Эта электронная библиотека даже стала лауреатом Всероссийского конкурса «100 лучших товаров и услуг».

Библиотека-трансформер

В начале 2018 года в научной библиотеке открылся региональный центр Президентской библиотеки. Это фонд оцифрованных изданий различных библиотек России. Благодаря соглашению правительства Мурманской области

с Президентской библиотекой «научка» получила деньги на ремонт большого «президентского» зала. Теперь в нем можно проводить мероприятия с использованием видеоконференцсвязи. Там же стоят компьютеры с доступом к ресурсам Президентской библиотеки. В этом зале уже прошло несколько крупных событий областного масштаба, каждое из которых давало библиотекарям очередную возможность рассказать о своих ресурсах и возможностях.

В планах на ближайшие два года – превратить большой зал на четвертом этаже в современное пространство, которое можно будет трансформировать для проведения различных мероприятий. Проект уже разработали студенты-дизайнеры МАГУ. В помещении будут легкие складные столы и стулья, стенды на колесиках и большой экран. К подоконникам планируют пристроить мягкие ступенчатые сиденья, чтобы создать в зале уютное пространство, где можно будет провести встречу в неформальной обстановке. Руководство библиотеки уверено, что этот зал будет очень востребован, потому что у различных объединений есть большой спрос на площадки в центре города.

Вместе с пространством библиотека меняет и формат мероприятий. Уже привычными для мурманчан стали «Библионочи» с концертами, перформансами и танцами, показы фильмов различных стран, фестиваль фантастики, кино и комиксов «Поларфест», мини-концерты и даже танцевальные события. Они привлекают школьников и целые семьи. Также привычными стали квизы – командные интеллектуальные состязания сродни викторинам или «Брейн-рингу». Библиотека проводила их уже несколько раз, и участники мозговых штурмов увидели, как преобразилась библиотека, заинтересовались ее богатствами.

Популяризовать непосредственно чтение чрезвычайно сложно. К нему люди общаются во время развлекательных или познавательных мероприятий, когда сотрудники библиотеки предлагают книги, связанные с тематикой события.

– Мы все учимся работать, задумываясь о том, зачем люди

пойдут к нам, – рассказала **Ольга Вовк**, заместитель директора Мурманской областной научной библиотеки. – Должен быть ощутимый стимул в виде кинопоказа, концерта или мастер-класса, чтобы люди свободное время посвятили походу в нашу библиотеку. И наши усилия не пропадают даром. Мы заметили, что молодежь стала приходить не только за учебной литературой, но и за художественной. А мы можем предложить им даже комиксы, о чем многие не подозревают!

Книги на расстоянии клика

Допустим, что мурманчане всех возрастов пришли в библиотеку на увлекательное событие и решили взять домой несколько книг. Но как не разочаровать их ассортиментом и поддерживать интерес в течение многих лет? Этим занимается сектор комплектования фондов библиотеки. Его сотрудники отслеживают выход новых книг и в первую очередь заказывают в издательствах те произведения, авторы которых стали лауреатами литературных премий, или которые были экранизированы. Некоторые новинки можно бесплатно почитать в электронных библиотеках, если получить пароль в научной библиотеке, поэтому их не заказывают в бумажном виде. При формировании фондов учитываются также запросы читателей, которые оставляют пожелания сотрудникам в залах художественной и отраслевой литературы. Скоро они будут только давать консультации и, если нужно, выносить старые книги из закрытых хранилищ, ведь в 2020 году в «научке» начнется установка ворот-контролеров, как в супермаркетах. Они будут автоматически считывать номера читательских билетов и электронные метки на книгах. Бумажные бланки с отметками навсегда уйдут в прошлое.

И это только начало нового этапа в развитии библиотеки. Сейчас ее «технари» совершенствуют сайт www.mgoonb.ru. Он постоянно обновляется, и недавно на главной странице появилась строка поиска книг в различных электронных каталогах. Она поможет найти нужную книгу в «научке», а функция «Библиопоиск» заставит поисковик прошерстить все полнотекстовые базы литературы, к которым есть доступ в зале электронных ресурсов. В результате можно увидеть, есть ли в наличии искомая книга или ее сейчас читает кто-то другой. Также можно обратиться к онлайн-помощнику, который в течение нескольких минут ответит на любой вопрос, заданный в рабочее время.

– Несмотря на все старания мирового сообщества библиотек, интерес к книге неумолимо угасает, – признает **Светлана Баскакова**, директор Мурманской областной научной библиотеки. – Современное поколение хочет получать информацию здесь и сейчас, а не идти в библиотеку и листать книги. Поэтому в будущем библиотеки будут помогать людям ориентироваться в море окружающей нас информации. Многие ее источники недостоверны или навязывают нам чью-то точку зрения, а молодые люди бездумно пользуются легкодоступной информацией. Мы будем учить грамотно искать и анализировать полученную информацию.



Павел СТЕПАНЕНКО. stepanenko@vmnews.ru Фото автора.



Фокус не удался



Интересные находки ждали оперативников при досмотре поступивших в мурмашинскую исправительную колонию строгого режима № 18 передач для осужденных. В одной из них для сидельца из Карелии контролеры нашли три сим-карты для мобильных телефонов и тринадцать маленьких целлофановых свертков с веществом коричневого цвета.

Запрещенные предметы и вещества были аккуратно спрятаны внутри плодов киви. Гражданин, доставивший передачу, был задержан и передан сотрудникам полиции. Неизвестное вещество направлено на исследование в экспертно-криминалистический центр УМВД России по Мурманской области.

Практически таким же образом сим-карты пытались передать в колонию в Ревде. Их замаскировали в корнеплоды – в обыкновенную морковь. Но и эта уловка не удалась. Оперативники пресекли попытку передачи запрещенных предметов.

Осужденным любого исправительного учреждения запрещено иметь средства мобильной связи. Тем не менее эти предметы постоянно находят сотрудники колоний в посылках и передачах. Так, недавно в Мурманске полный набор для связи – мобильный телефон, сим-карту, USB-кабель – нашли в упаковке с халвой. Прятали средства связи и в пачках из-под сигарет.

Отдельные граждане в своих попытках перехитрить контролеров порой демонстрируют настоящие чудеса изобретательности и ловкости. В мурмашинской исправительной колонии особого режима № 16 при досмотре почтовой посылки, отправленной жительницей Мончегорска на

В продуктовой передаче заморские фрукты оказались с начинкой



имя одного из осужденных, обратили внимание на тубик с кремом «Финалгон». При детальном осмотре предмета сотрудники обнаружили, что внутри тубика находился миниатюрный мобильный телефон. По данному факту составлен протокол об административном правонарушении. В настоящее время проводится проверка.

Валерий ДМИТРИЕВ.
gorod@vmnews.ru
Фото предоставлено пресс-службой
УФСИН России по Мурманской области.

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

ПЕРЕПОЛОХ НА ЗАПРАВКЕ

Не совсем доброе утро выдалось у автомобилистов и сотрудников АЗС на Кольском проспекте, 181. В девять утра там была обнаружена большая черная сумка, которая выглядела подозрительно. На место происшествия был вызван наряд полиции. Через полчаса угрозе взрыва был дан отбой. Как выяснили полицейские, в сумке находились документы. Одна из посетительниц заправки случайно оставила сумку на бензоколонке и уехала. Документы были возвращены забывчивой мурманчанке.

СЕВЕРЯН ПРОДОЛЖАЮТ ОБМАНЫВАТЬ

За одни только сутки добычей мошенников стали 180 тысяч рублей доверчивых северян. Так, житель Умбы польстился на обещание неизвестного телефонного собеседника вернуть тому крупную сумму денег за покупку БАДов. Те якобы оказались поддельными, и теперь их покупателям положена компенсация. Пенсионер перевел 54 тысячи рублей на указанный расчетный счет, однако «компенсации» так и не получил. Догадавшись, что его обманули, он обратилась за помощью в полицию.

В Мурманске 32-летняя местная жительница рассталась с 44 тысячами целковых. Их женщина перевела в качестве оплаты за стиральную машину, объявление о продаже которой отыскала в Интернете. После перевода денег телефон «продавца» оказался отключен, стиральную машинку женщина так и не получила.

На мошеннической схеме про попавших в беду родственников погорели еще две северянки. У них мошенники украла в общей сложности 80 тысяч рублей.

По всем фактам возбуждены уголовные дела по статье 159 УК России «Мошенничество».

ДОРОГАЯ КУРИЦА

Оператор фискальных данных «Такском» по информации с контрольно-кассовых чеков за период с октября 2017 года по ноябрь 2018 года определил среднюю цену килограмма мяса курицы в Мурманске: она составила 372 рубля за килограмм, и это самый высокий показатель среди крупных городов России. А вот цена на мясо индейки в городе ниже – всего 306 рублей за килограмм.

В Мурманске самыми популярными оказались куриные голени. Их средняя цена составила 180–220 рублей за килограмм. На втором месте – бедра (170–200 рублей), на третьем – грудки (300–350 рублей), а замыкают рейтинг предпочтений крылья (170–200 рублей).

Самой популярной частью индейки стали грудки, которые стоят в среднем 390–430 рублей за килограмм. На втором месте – бедра (280–330 рублей), на третьем – крылья (200–240 рублей), на четвертом – голени (210–240 рублей).

КАЛЕНДАРЬ

Праздники

Международный день художника. Праздник был учрежден в 2007 году Международной ассоциацией «Искусство народов мира».

День российского казначейства. 8 декабря 1992 года президент России Б. Н. Ельцин подписал Указ № 1556 «О Федеральном казначействе», согласно которому была создана система органов Федерального казначейства России. Эта дата считается днем образования российского казначейства.

День рождения

1911
Родился **Георгий Бородулин**, первый руководитель «Северьхолодфлота», почетный гражданин города-героя Мурманска. С 1932 года работал в Мурманске – был механиком на промысловых судах. В 1935 году арестован НКВД, обвинен по статье 58–6 («Шпионаж»). Из-за недоказанности обвинения освобожден. В 1941–1945 годы воевал в составе экипажей боевых кораблей Северного флота. С 1946 года работал в «Мурманрыбе», с 1957 года – начальник «Мурмансельди», с 1965 года – начальник «Северьхолодфлота». С 1974 года – на пенсии. Автор книг «Неизменным курсом», «Ничего, кроме правды». Умер в 1991 году, похоронен в Санкт-Петербурге.

1921
Родился **Борис Зайцев**, капитан на промысловых судах Мурманского тралового флота (1954–1966 гг.), почетный гражданин города-героя Мурманска. Зайцев родом из Мурманска. С 1938 года учился в Мурманском морском рыбном техникуме. После 3-го курса поступил в 1-е Ленинградское артиллерийское училище. С 1941 года участвовал в боях Великой Отечественной войны. В 1946 году вернулся в Мурманск. Окончил Мурманское мореходное училище. С 1948 года работал на судах МТФ, с 1954 года – капитан, с 1966 года – зам. начальника МТФ. Проводник новых идей на рыбных промыслах (перегрузка продукции с траулеров на плавбазы непосредственно в море, заправка топливом судов без швартовки к танкеру и др.). С 1980 года – на пенсии. Именем Зайцева названо промысловое судно. Редкий случай в истории МТФ, когда траулеру было присвоено имя здравствующего человека. Умер в 2009 году Мурманске.

1941
Родился **Валерий Иванов**, музыкант, педагог, директор Мурманского музыкального училища в 1975–1981 годы. Окончил Мурманское музыкальное училище (1962 г.), Ленинградскую государственную консерваторию (1970 г.). Работал руководителем хора и учителем пения в школе, преподавателем в Мурманском музыкальном училище. В 1970 году основал камерный хор «Амадеус».

**АРКТИК-ТВ**
ТЕЛЕКАНАЛ

**RECORD**
DANCE RADIO
MURMANSK

ОТКРЫТЫЙ ДИАЛОГ **В ПРЯМОМ ЭФИРЕ**

ОТКРЫТАЯ
СТУДИЯ

**Анастасия Карева**

СЛУШАЙТЕ!
СМОТРИТЕ!
ПН-ПТ
12:00

12+

Реклама.



Простой тест на сахарный ДИАБЕТ

Чтобы его пройти, нужно измерить талию

Возьмите сантиметровую ленту... Если объем талии составляет более 94 см у мужчин и более 80 см у женщин, то с каждым лишним сантиметром растет риск развития сахарного диабета и сердечно-сосудистых заболеваний. Каковы симптомы сахарного диабета? Почему так важно следить за своим весом? И как питаться правильно? Об этом читателям «Вечернего Мурманска» рассказывает врач-эндокринолог **Зули Анзоровна Попова.**

Случайная «находка»

– Сахарный диабет – это группа обменных заболеваний, характеризующихся хроническим повышением уровня сахара в крови. А повышается он из-за нарушения секреции или действия инсулина, – рассказывает Зули Анзоровна. – Если раньше это была болезнь пожилых, то сейчас люди в возрасте 40 лет попадают в зону риска. Человеку стоит записаться на прием к эндокринологу, если он отмечает такие симптомы, как сухость во рту, жажда, учащенное мочеиспускание, особенно ночью, кожный зуд, в том числе в области наружных половых органов, повышение аппетита, резкое снижение или увеличение массы тела, плохое заживление ран, онемение пальцев рук и стоп, нарушение зрения при отсутствии органической патологии, темные пятна на локтях, шее и коленях, жировое отложение в виде горбика в области 7-го шейного позвонка. У людей, страдающих сахарным диабетом, может появиться слабость, вялость, утомляемость, снижение работоспособности.

Как видим, некоторые симптомы сахарного диабета перекликаются с другими заболеваниями. Поэтому врач-эндокринолог рекомендует делать анализ глюкозы в плазме натощак или глюкозотолерантный тест всем старше 45 лет один раз в год. В любом возрасте при наличии лишнего веса и ожирения, а также отягощенной наследственности, привычно низкой

физической активности, сердечно-сосудистых заболеваниях, повышении артериального давления, повышенном уровне холестерина – раз в год.

– Важно понимать, что большинство пациентов страдает сахарным диабетом второго типа – не врожденного, а приобретенного в течение жизни. Развитие сахарного диабета второго типа можно предотвратить, если вовремя его диагностировать, – предупреждает врач-эндокринолог. – Сегодня, по статистике, каждый второй пациент, пришедший на прием к врачу, даже не подозревает, что у него сахарный диабет. Выявление этого серьезного заболевания иногда является случайной «находкой». По опыту сахарный диабет часто находят на стадии осложнений. У меня был пациент, который сначала обратился к офтальмологу, потому что у него очень упало зрение. Назначенное врачом стандартное обследование показало, что на самом деле пациент страдает сахарным диабетом уже несколько лет, что и привело к снижению зрения.

Кому 45 и старше...

– Безусловно, самым серьезным определяющим фактором риска развития сахарного диабета являются лишний вес и ожирение. Помимо этого бич современного общества – гиподинамия. В настоящее время в России 52



процента женщин и 47 процентов мужчин из-за проблем с избыточным весом рискуют заболеть сахарным диабетом, – приводит неутешительные цифры Зули Анзоровна Попова. – Распространенность ожирения в наши дни приобрела масштабы пандемии, неинфекционной эпидемии. Многие расценивают ожирение только как косметический визуальный дефект. Но это серьезная болезнь, приводящая к нарушению многих важных процессов в организме: нарушению углеводного обмена с развитием предиабета и диабета, заболеваниям ЖКТ, таким как неалкогольная жировая болезнь печени, сердечно-сосудистым проблемам, заболеваниям опорно-двигательного аппарата, суставов с развитием деформаций и ухудшением качества жизни, патологии репродуктивной сферы, увеличению риска развития онкологических заболеваний.

Ожирение – не результат гормональных проблем, как многие думают. Процент именно «эндокринного» ожирения крайне мал. Ожирение развивается из-за избыточной калорийности питания в сочетании с малоподвижным образом жизни у людей с наследственной предрасположенностью.

Помимо этого к факторам риска можно отнести возраст 45 лет и старше, отягощенную по сахарному диабету наследственность, привычную низкую физическую активность, предиабет, артериальную гипертензию, дислипидемию, или патологию обмена жиров, синдром поликистозных яичников, наличие сердечно-сосудистых заболеваний.

Боритесь с лишним весом

По словам Зули Анзоровны, последние статистические данные просто поражают. В 2017 году 425 миллионов россиян в возрасте 20–79 лет имели сахарный диабет. Сахарный диабет стал причиной более 4 миллионов смертей в

прошлом году, он ведет к слепоте, почечной недостаточности, инфарктам, инсультам и ампутации нижних конечностей. Это ли не повод задуматься и пересмотреть свои пищевые привычки и образ жизни?

– Сахарный диабет и ожирение неразлучны, поэтому нужно нормализовать свой вес и поддерживать его в допустимом диапазоне, – рекомендует врач-эндокринолог. – Необходимо регулярная физическая активность, предпочтительно 30–40 минут в день. Бюджетный вариант – ходить на работу, с работы пешком или совершать продолжительные прогулки перед сном. Следует отказаться от курения. Ежегодно проходить профилактический осмотр. И конечно, нужно питаться рационально и сбалансированно, уменьшить потребление сахара, насыщенных жиров, соли.

Зули Анзоровна Попова дает несколько простых и действенных советов, как наладить свой режим и рацион.

– Приучите себя жить по режиму, принимайте пищу примерно в одно и то же время 3–6 раз в день, – говорит врач-эндокринолог. – Есть нужно небольшими порциями, объем порции должен составлять не более площади ваших ладоней. Для трапезы выбирайте тарелки маленького диаметра, не ешьте перед телевизором, компьютером, радио, на ходу, занимаясь каким-либо другим делом.

Прием пищи – важный ритуал

А еще есть нужно медленно, тщательно пережевывая, думая о том, что делаете и зачем, использовать столовые приборы, чтобы есть маленькими кусочками.

– Процесс приема пищи должен занимать не менее 20 минут, потому как только спустя это время мозг «понимает», что желудок полон, и чувство голода проходит, – подчеркивает Зули Анзоровна. – Если проглотить обед за три минуты, то еще 17 минут человек будет есть что-то еще, хотя на самом деле он уже не голоден. Пейте воду! Рекомендуется 1,5–3 литра воды в сутки, правда, в зависимости от половой принадлежности, возраста, физической активности, сопутствующих заболеваний. Выпивайте по стакану воды за 20–30 минут перед основными приемами пищи. Часто человек путает чувство жажды и голода. Поэтому если вам кажется, что вы хотите есть, выпейте стакан воды, подождите 10–20 минут. Если чувство голода остается, смело наслаждайтесь приемом пищи. Помните, организм человека на 70 процентов состоит из воды. И если мы ее не пьем, организм восполняет потребность в воде из пищи.

Также не следует ходить в магазин на голодный желудок, покупать готовые блюда или полуфабрикаты. Составьте список необходимых продуктов, внимательно читайте этикетки на товарах, выбирая те, что содержат минимум сахара и соли, отдавайте предпочтение натуральным. И продумывайте свой рацион питания, чтобы не забивать холодильник лишними и не всегда полезными продуктами.

Реклама.

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-51-01-001848

КУПОН НА СКИДКУ

20% на прием

ЭНДОКРИНОЛОГА*

Купон действителен до 31 января 2019 г.

212-000

Мурманск, пр. Ленина, 89

flamingomed.com

vk.com/flamingomed

ФламингоМед

КЛИНИКА СЕМЕЙНОЙ МЕДИЦИНЫ

*** Прием ведет врач-эндокринолог Попова З. А.**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Предъявите данный купон в регистратуре Клиники «ФламингоМед» при записи на прием к эндокринологу.

Оксана ГУРОВА. Фото из архива клиники «ФламингоМед».

ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Дорогая Тамара Тимофеевна Травникова, поздравляем тебя с днем рождения! Для Тамары только лучшие слова, для Тамары все сегодня поздравления! Как хорошо, что нас судьба свела в какое-то прекрасное мгновение! Ты – клад премудростей и добрая душа, пусть все тебе легко всегда дается! Ты окружающих умеешь возвышать, пусть жизнь твоя дорогой длинной вьется!

С любовью и уважением соседи
Лилия Дмитриевна, Тамара Борисовна,
Нина Павловна и др.



Дорогая Антонина Александровна Калмыкова! В этот замечательный юбилей разрешите поздравить вас и от всего сердца пожелать: всего вам в жизни только наилучшего – достатка и тепла, благополучия! Вы прекрасны сегодня, как никогда, несомненно, идут вам все ваши года. Эта мудрость в глазах... А улыбка? Как луч, что осветит небесную синь среди туч. Целых восемь десятков и пять еще лет украшаете белый собою вы свет. Что желать? Мира, счастья, здоровья, добра, чтобы ценили вас взрослые и детвора. Пусть любовь вас окутает теплым плащом, берегите себя, мы еще поживем!

Совет ветеранов общеобразовательных учреждений
областного подчинения «Оптимист».



Поздравляю свою жену Елену Николаевну Лебедеву с днем рождения! Ненаглядная моя, милая, родная, в этот день тебе желаю много разного – добра, и улыбок, и удачи, потому что для меня ты в этой жизни много значишь. Желаю, чтобы вспоминали только добрыми словами ненаглядную мою, милую, родную, чтобы все вокруг узнали, как же я тебя люблю!

Любящий муж Владимир.



Уважаемую Таисию Петровну Мясникову поздравляем с замечательным юбилеем! Желаем жить без мелочных забот, чтоб будни были, словно воскресенье, и пусть найдет вам всемогущий Бог хотя бы чуточку везенья. И еще желаем темпа в жизни не менять, оставаться энергичной, милой, доброй, симпатичной. И невзирая на года душа пусть будет молода. Здоровья, счастья, всех благ!

С уважением Мария Васильевна МИНЬКОВА, Екатерина Федоровна АКИШИНА.

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Реклама.
РЕМОНТ МЕБЕЛИ

Плотник: ремонт, сборка, разборка мебели, карнизы, полки, сверление.
Тел. 24-63-86.

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

Салон «ВЕЧНОСТЬ» предлагает:
ВЫВОЗ УМЕРШИХ 75-18-12
(круглосуточно, бесплатно).
РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ, груз 200, ПАМЯТНИКИ
(большой выбор, скидки, рассрочка платежа),
ул. Павлова, 23 (центральный вход с крыльца).
Тел.: 25-01-02, 75-18-12 (без выходных).

КУХНИ по индивидуальному заказу **НЕДОРОГО**
Срок исполнения заказа от 3 недель.
Тел. **75-06-76.**
Адрес: ул. Кирпичная, 3.
С нашими работами можно ознакомиться в «ВКонтакте»: **группа nmebel51**
E-mail: **mary 2104@yandex.ru** Время работы: с 12.00 до 19.00.
вс. – по предварительной записи.

ЦЕНТР НАРКОЛОГИИ
ГАРМОНИЯ
18 лет успешной работы
СНЯТИЕ ЗАПОЯ
выезд врача на дом
КОДИРОВАНИЕ
•Алкоголь •Табак •Вес
г. Мурманск, Кольский просп., 33 **8 (8152) 25-46-46**
Наш сайт: **гармония-51.рф**
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ. УТОЧНИТЕ ВОЗМОЖНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

ПОХОРОННЫЙ ДОМ
Мы не сможем вернуть,
мы можем достойно помочь
ВЫВОЗ УМЕРШИХ
круглосуточно и бесплатно
тел. **20-04-20**
♦ Все виды ритуальных услуг
♦ Помощь в оформлении похоронных документов (медицинское свидетельство, гербовое свидетельство, справка о получении единовременного пособия)
♦ Транспортные услуги (катафалк)
♦ Пассажирские автобусы
♦ Похороны от 7 000 руб.
♦ Отпевание
г. Мурманск, ул. Павлова, 23а
Пн - пт с 9.00 до 17.30, сб с 9.00 до 15.00, вс - выходной
Действует система скидок

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ
«МИЛОСЕРДИЕ»
ВЫВОЗ УМЕРШИХ
20-17-20
КРУГЛОСУТОЧНО
Полный комплекс ритуальных услуг
ул. Павлова, 23а • **miloserdie51.ru**

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ
принимаются по адресу:
Кольский просп., 9
с 9.00 до 17.00, перерыв с 13.00 до 14.00
(кроме субботы и воскресенья).

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
Выезд в ЗАТО.
В Североморск, Полярный, Снежногорск, Гаджиево, Заозерск, Мурманск. **ЗАМЕРЫ БЕСПЛАТНО!**
www.skypotolok51.ru
НИЗКАЯ ЦЕНА
ИЗГОТОВЛЕНИЕ КОРПУСНОЙ МЕБЕЛИ и ДВЕРЕЙ для ШКАФА-КУПЕ. РАСПИЛ.
МАТОВЫЙ ПОТОЛОК 18 м² – 6300 руб.
ГЛЯНЦЕВЫЙ ПОТОЛОК 18 м² – 8100 руб.
8 (8152) 75-42-70, 8-902-281-42-70.
г. Мурманск, ул. Буркова, 19/2.

Производственная компания
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
КУХНИ
ОКНА
ДВЕРИ
ЖАЛЮЗИ
20-20-72
Sky-51.ru
ТЦ «Фараон», ул. Книповича, 34.
https://vk.com/murmansk_sky, https://vk.com/sky51murmansk

Отдел оптики «ГОТОВЫЕ ОЧКИ»
Большой выбор очков для коррекции зрения от 300 до 1600 рублей.
Контактные линзы, очки для компьютера, очки для автомобилистов, большой выбор футляров.
Тел. **8 (952) 290-33-75.**
скидка 10% при предъявлении купона.
Акция действует до 25 декабря.
У нас все просто. Пришел. Примерил. КУПИЛ!
ТЦ «Аметист» – просп. Ленина, 52, 1-й этаж.
ПРЕДУПРЕЖДАЕМ О НЕОБХОДИМОСТИ ПОЛУЧЕНИЯ КОНСУЛЬТАЦИИ У СПЕЦИАЛИСТА

АРКТИКТРАНСКОМ
Квартирные переезды по России
Пенсионерам **СКИДКИ**
www.51cargo.ru
Vk.com/arktiktranskom*
arktiktranskom@mail.ru
г. Мурманск, ул. К. Либкнехта, 37а.
(8152) 707-800.

РАЗМИНКА ДЛЯ ЭРУДИТОВ

1		2		3			4			5	6		7		8
					9				10						
11									12						
					13										
14									15						
					16										
17	18		19		20					21		22		23	
					24										
	25									26					
					27			28							
29		30		31						32	33		34		35
					36				37						
38									39						
					40										
41									42						
					43										
44										45					

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Трава-дурман. 5. Копченое бедро. 9. Принудительные поборы с крестьян. 11. Нарушитель общественного порядка. 12. Раскрытие секрета всему свету. 13. «... гитары желтой». 14. Утолитель жажды. 15. Ювелирный камень. 16. Сериал без конца «... Барбара». 17. Воспаление сустава. 21. Нелады внутри партии. 24. Рохля, у которого все валится из рук. 25. Душечка «из джаза». 26. Император, поджегший Рим. 27. Бесхитростный простофиля. 29. Храм, где Будде молятся. 32. Учебник для Буратино. 36. Нудная и трудная работа. 38. Маковая капелька во рту. 39. Город, испепеленный Богом за грехи. 40. Кладовка в избе. 41. Трезвый практик. 42. День ангела. 43. Ценная бумага пайщика. 44. «Посох» джентльмена. 45. Абориген острова Невезения.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Хлеб кирпичиком. 2. Карлик у ног Гулливера. 3. Календула иначе. 4. Минерал из карбонатов. 6. Обрядовая песня на Рождество. 7. Работа художника. 8. Часть города. 9. Поделочный камень. 10. Королевская ядовитая гадина. 18. Барьер с подсветкой сцены. 19. Повторная форма музыки и стиха. 20. Стежка в лесу. 21. Царапина, залитая йодом. 22. Очищающая маска для лица. 23. Студент, учащийся днем. 28. Парадная комната в доме в старину. 29. Лицо на холсте живописца. 30. Фашистская пыточная. 31. Стоматолог. 33. Река в Африке. 34. Страна сала и горилки. 35. Чукотская столица. 36. «Столб», несущий паруса. 37. Барто по имени.

Составитель Елена ТИМОШЕНКО.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 6 ДЕКАБРЯ

По горизонтали: 1. Зыкина. 5. Старье. 9. «Медео». 11. Реторта. 12. Раппорт. 13. Сцена. 14. Донбасс. 15. Вальтер. 16. Анапа. 17. Анклав. 21. Хватка. 24. Светило. 25. Стерх. 26. Ритон. 27. Орясина. 29. Ричард. 32. Ловкач. 36. Помет. 38. Купание. 39. Обрезок. 40. Рулон. 41. Трицепс. 42. Наигрыш. 43. Тында. 44. Абажур. 45. Тамара.
По вертикали: 1. Зарядка. 2. Катанок. 3. Нирвана. 4. Адресант. 6. Туполев. 7. Реостат. 8. Евтерпа. 9. Масса. 10. Орава. 18. Несси. 19. Лиела. 20. Восток. 21. Хорал. 22. Актив. 23. Кинза. 28. Симулянт. 29. Ракетка. 30. Чуприна. 31. Рандеву. 33. Окраина. 34. Казарка. 35. Чекушка. 36. Перст. 37. Тонна.

Вечерний Мурманск СОУЧРЕДИТЕЛИ: администрация города Мурманска, муниципальное автономное учреждение «Редакция газеты «Вечерний Мурманск». И. О. ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА О. С. ГИМОДЕЕВА.	АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ: 183032, г. Мурманск, Кольский проспект, 9. ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ: отдел подписки и доставки – 47-75-83; приемная – тел./факс 25-46-77, e-mail: info@vmnews.ru, vmpres@gmail.com отдел рекламы и развития – 25-82-19, 23-70-17 (факс); e-mail: reklama@vmnews.ru служба новостей – 25-04-42, 25-10-38, 25-46-90, 25-46-79; e-mail: vmnews@vmnews.ru бухгалтерия – 47-75-84. Свободная (договорная) цена. Подписные индексы: 52844 (ежедневная газета), 31496 (пятничный номер).	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. Все материалы, подготовленные журналистами «Вечернего Мурманска», являются интеллектуальной собственностью. Запрещается использование авторских материалов без разрешения авторов и правообладателя исключительных прав на произведения – МАУ «Редакция газеты «Вечерний Мурманск». Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются. Материалы под рубриками «Экономика и бизнес», «Образование и жизнь» печатаются на коммерческой основе. Газета набрана и сверстана в компьютерном центре «Вечернего Мурманска», отпечатана с готовых позитивных пленок в ООО «Северные Телесистемы», адрес: 183010, г. Мурманск, ул. Зеленая, 47. Время подписания в печать 7.12.2018 – 18.00. По графику – 18.00. Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Мурманской области, свидетельство ПИ № ТУ51-00262 от 06 июня 2014 г. Тираж – 6157 экз. Зак. 1215. (16+)
---	--	--



Вместо «аналога» – цифра

Уважаемые пользователи аналогового телевидения!

После 14 января 2019 года аналоговое эфирное телевизионное вещание в населенных пунктах, где живет менее 100 тысяч человек, будет постепенно отключаться. В будущем последует отключение и в более крупных городах. Об этом сообщил заместитель министра цифрового развития, связи и массовых коммуникаций **Алексей Волин**.

Телевизор перестанет показывать у тех, кто принимает аналоговый сигнал через комнатную антенну дециметрового диапазона или через дециметровую антенну на крыше дома.

Чтобы подключиться к бесплатному цифровому вещанию, достаточно приобрести антенну дециметрового диапазона (коллективную или индивидуальную, наружную или комнатную) и подключить ее к телевизору, если он поддерживает стандарт цифрового вещания DVB-T2. Это относится ко многим телевизорам, выпущенным в последние пять – семь лет. В ином случае необходимо приобрести и подключить к антенне и телевизору специальную приставку. Стоимость дециметровой антенны начинается от 300 рублей, цифровой приставки – от 700 рублей. Приобрести их можно в магазинах электроники.

Вопросы о подключении цифрового эфирного вещания можно круглосуточно задать по бесплатному номеру 8-800-220-20-02.

ПРАВОВАЯ ЗАЩИТА

Для вас и в ваших интересах профессиональная юридическая помощь

Гражданское Административное Военное Жилищное Семейное Наследственное Трудовое право

Пенсионное законодательство Представительство в судах общей юрисдикции

Адрес: ул. Кирпичная, 3.
☎ 7 (921) 042-47-82,

ИП Жолнерович Валентина Витальевна
ИНН: 511301168810 ОГРН: 317519000005071

СТОМАТОЛОГИЯ Арктикстотакс-2

Лиц. ЛО-51-01-000-769 УКК МП ЛОВД МО.

- Качественное лечение и восстановление зубов.
- Пародонтология.
- Гигиеническая чистка.
- Опытный хирург.

Гибкая система скидок.

АДРЕСА: Кольский просп, 176/3 (рядом с ДБ «Жемчуг»). Тел. 53-96-86; ул. Профсоюзная, 1 (за к/т «Родина»). Тел. 45-78-93.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА.

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА ООО «ДЕЛОММ»

г. Мурманск, ул. Буркова, 17а

- Лечение, удаление, имплантация.
- ВСЕ ВИДЫ ПРОТЕЗИРОВАНИЯ:**
 - виниры, коронки (керамика и диоксид циркония),
 - съемные протезы (бюгельные и нейлоновые).
- ЗУБЫ** фирмы «IVOCLAR» (Германия).
- РЕНТГЕН** (панорамные снимки). Гарантия на все виды услуг. Гибкая система скидок, подарочные сертификаты, акции. Заключаем договоры.

ВСЕ ДЕКАБРЬ КОНСУЛЬТАЦИИ БЕСПЛАТНЫЕ.

Запись по тел. (815-2) 56-78-82. Время работы: пн. – пт. – с 8.30 до 20.00, сб., вс. – выходные дни.

ПЕНСИОННЫЙ ЮРИСТ

70-13-42

ул. Папанина, 7, офис 20

www.pravoplus51.ru

Ателье АМЕТИСТ

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ МАСТЕРА

с огромным опытом работы **ОКАЖУТ УСЛУГИ** по пошиву, ремонту и обновлению всех видов одежды любой сложности.

АДРЕСА:

просп. Кирова, 23, тел. 27-91-98, тел./факс 25-04-90.

просп. Ленина, 52 (5-й этаж), тел. 47-37-13.

ametist-051@mail.ru

Лиц. 51-01-000344 ФСН СЗ СР.

АРХИМЕД

Прерывание запоя. Кодирование.

Вызов врача на дом, в т. ч. пригород, ЗАТО.

Тел. 40-00-99.

Тел. 8-921-15-15-115. Адрес: ул. Книповича, 23, гост. «Моряк», офис 731.

www.archimed51.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА.

ИМПЕРИЯ ОКОН

Наши окна выгоднее!

- ОКНА • БАЛКОНЫ •
- НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ •
- РУЛОННЫЕ ШТОРЫ •
- ЖАЛЮЗИ • ДВЕРИ •

г. Мурманск ул. Полярные Зори, д. 25/1 ТЦ «Сокол»

Тел.: (8152) 75-18-30 www.imperia51.com

НИЗКИЕ ЦЕНЫ!

ООО "Лидер-Сервис"

Платный и гарантийный ремонт аудио-, видео-, бытовой техники.

Поставка аксессуаров. Списание ТМЦ.

ул. Книповича, 46. Комиссионный магазин.

Тел. 40-00-83, mail@service-murmansk.ru

ПРОДАЖА И УСТАНОВКА водонагревателей

Установка – 2500 руб. + расходные материалы. **БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА.**

☎ 60-08-08

РЕМОНТ ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ

Есть ЗАПЧАСТИ.

☎ 78-08-08

ВЫСТАВОЧНЫЙ ЗАЛ ПАМЯТНИКИ

- карельский природный камень
- оградки столики скамейки
- скидка **30%**

ул. Щербакова - 18 тел. 52-48-38
ул. Гаджиева - 9 тел. 20-60-90

www.ornament51.narod.ru

компания «Гран-север»

Тел.: 20-16-56, 8 (964) 685-24-74. vk.com/murmansk_okna ул. К. Либкнехта, 34а, оф. 82.

Окна ПВХ, потолки, двери. Мурманск, Североморск. Консультация и замер БЕСПЛАТНО.

П-образный 40 500	Г-образный 35 500
Балконный блок 14 500	Оконный блок 10 500

Лиц. № ЛО-51-01-000694 УКК МП ЛОВД МО.

БАРЕНЦ-ДЕНТ **СТОМАТОЛОГИЯ**

СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ КАБИНЕТ ООО «БАРЕНЦ-ДЕНТ»

ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ

Лечение, восстановление разрушенных зубов. Эстетическая реставрация. Все виды протезирования. Пародонтология. Хирургия. Профессиональная гигиеническая чистка полости рта.

Мурманск, просп. Кирова, 53. Тел.: 25-21-11, +7-921-734-03-86.

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ по России.

ДОМАШНИЕ ПЕРЕЕЗДЫ из Мурманска и области по РФ, в Крым и Беларусь.

Опытные грузчики, помощь в упаковке. Пакет документов.

Тел. 8 (8152) 255-065, +7-911-306-16-50, +7-911-323-91-48.

www.irbis-nord.ru

СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ

- ПЕРИЛА ИЗ НЕРЖАВЕЙКИ
- ДОМОФОНЫ - аудио/видео
- ЗАМКИ И РУЧКИ

для китайских дверей

КОМПЛЕКТ ЦВЕТНОГО ВИДЕОДОМОФОНА

9 999р.

РЕМОНТ ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН

ООО «Ирбис-Север» 400-250, 254-759 пр. Кольский, 27а, оф.39 8-921-605-50-66

Информационное сообщение

Кадастровым инженером Яшиным Михаилом Викторовичем, ООО «Росич-Мурманск», г. Мурманск, ул. Халтурина, д. 7, кв. 33, e-mail: mikha-mikha00@rambler.ru, тел. 8-911-306-00-17, номер регистрации в государственном реестре лиц, осуществляющих кадастровую деятельность, – 8694, в отношении земельных участков с кадастровыми номерами: 51:20:0002014:20 (г. Мурманск, ул. Куйбышева, д. 23); 51:20:0002102:25 (г. Мурманск, пер. Русанова, д. 13); 51:20:0001303:27 (г. Мурманск, ул. Бондарная, д. 22) выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границ земельных участков.

Заказчиком работ является комитет имущественных отношений г. Мурманска, г. Мурманск, ул. Комсомольская, 10, тел. (8152) 45-28-67.

Собрание по поводу согласования местоположения границ состоит по адресу: г. Мурманск, ул. Софьи Перовской, 17, оф. 226 23.01.2019 г. в 12.00.

С проектами межевых планов можно ознакомиться по адресу: г. Мурманск, ул. Софьи Перовской, 17, оф. 226. Обоснованные возражения по проекту межевого плана и требования согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с 8 декабря 2018 г. по 23 января 2019 г. по адресу: г. Мурманск, ул. Софьи Перовской, 17, оф. 226.

Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ: 51:20:0002014:19 (г. Мурманск, ул. Куйбышева, д. 21); 51:20:0002014:12 (г. Мурманск, ул. Чехова, д. 10); 51:20:0001303:26 (г. Мурманск, ул. Бондарная, д. 16).