

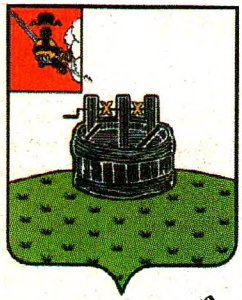
Воскресенье 28.08	Понедельник 29.08	Вторник 30.08
днем +16 °С ночью +18 °С	днем +14 °С ночью +6 °С	днем +17 °С ночью +9 °С
ветер СЗ, 7 м/с	ветер СЗ, 2 м/с	ветер Ю, 6 м/с

Информация с сайта <http://pogodnik.com>



Гость редакции

В следующий вторник, 30 августа, в качестве гостей в редакцию приглашены руководители учреждений социальной сферы **Кашина Татьяна Владимировна, директор БУ СО ВО «Комплексный центр социального обслуживания населения Грязовецкого района»;** **Тинькова Любовь Павловна, директор БУ СО ВО «Грязовецкий социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Лада».**
В этот день с 10.00 до 11.00 вы можете задать свой вопрос руководителям по телефону 2-10-76. Кроме того, вопрос можно сформулировать заранее и направить в редакцию на адрес электронной почты gtgrk@yandex.ru, на страницу группы «Сельская правда» в «ВКонтакте» либо по телефону 2-13-32. Все вопросы будут переданы гостям, ответы на них опубликованы на страницах газеты.



Выходит с 1 марта 1919 года

№ 65 (670)

16+

Газета Грязовецкого муниципального района
Вологодской области

Суббота,
27 августа
2016 года

Сельская ПРАВДА

Рекомендуемая цена газеты в розницу - 15 рублей

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

Проект газеты при поддержке Управления информационной политики Правительства Вологодской области

ПРОФИЛАКТИКА, ЛОКАЛИЗАЦИЯ, ПОМОЩЬ

В деревне Спасское открыт пожарно-спасательный пост



Работа отдельного поста позволит обеспечить первичное тушение пожаров силами добровольцев до приезда основных подразделений противопожарной службы.



Добровольным пожарным были подарены мотопомпа и специальные костюмы с логотипом добровольной пожарной охраны.



Необходимость в этом назревала давно. Деревня Спасское с близлежащими населенными пунктами находится на значительном расстоянии от районного центра. В случае вызова пожарных с Вохтоги пожарная машина могла в любой момент задержаться на железнодорожном переезде. Для прикрытия пожарными подразделениями населенных пунктов МО Сидоровское в районе железнодорожной станции Лежа и был создан пожарно-спасательный пост.

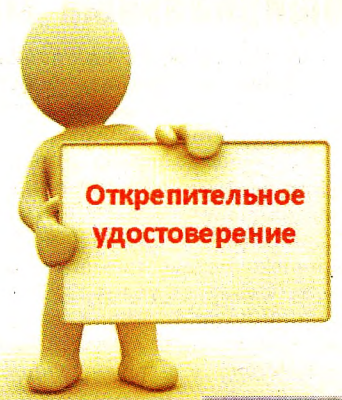
Торжественное открытие поста состоялось 17 августа. В этот день в деревне Спасское собрались гости различного ранга: Владимир Вадимович Кустов, директор общественного учреждения «Добровольная пожарная команда Вологодской области»; Александр Вячеславович Белых, председатель Совета Вологодского областного отделения ВДПО; Станислав Николаевич Коричев, временно исполняющий обязанности начальника ФГКУ «1 отряд ФПС по Вологодской области»; Юрий Николаевич Козин, начальник управления по мобилизационной работе и защите информации

администрации района; Михаил Валерьевич Кургин, начальник отделения отдела надзорной деятельности; Михаил Юрьевич Богачев, начальник 7-й пожарно-спасательной части; Валерий Иванович Паутов, начальник Грязовецкого мастерского участка ВДПО; Александр Васильевич Смирнов, глава МО Сидоровское. Столь высокое внимание к событию



стр. 2-3

О форс-мажорных ситуациях в быту



стр. 3

Уже больше 600 вологжан изъявили желание проголосовать на других избирательных участках



стр. 5-6

Первая грязовецкая семья переехала в детскую деревню-SOS



стр. 6

Грязовчане отметили День флага



стр. 8

Поход в спортзал

стр. 2

НОВОСТИ

НА УРОВНЕ РЕГИОНА

О государственной услуге по переводу земельных участков из одной категории в другую

Департамент имущественных отношений области информирует о возможности получения гражданами и юридическими лицами государственной услуги по переводу земельных участков из одной категории в другую в электронном виде на Региональном портале государственных и муниципальных услуг области по адресу: <http://gosuslugi35.ru> (информация по вышеуказанной услуге содержится по адресу: http://gosuslugi35.ru/service_cat?serviceUnionId=971).

Государственные служащие сдают подарки, полученные во время официальных мероприятий

В целях борьбы с коррупцией в органах власти в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации в случаях, когда государственный гражданский служащий в связи с протокольными мероприятиями, другими официальными мероприятиями или находясь в служебной командировке, получает в качестве подарка какую-либо материальную ценность, он обязан передать её в собственность государства. Если стоимость подарка не превышает 3000 рублей, он возвращается сдавшему его лицу. Если стоимость подарка превышает 3000 рублей, такой подарок может быть выкуплен государственным гражданским служащим.

За первое полугодие 2016 года государственным гражданскими служащими было сдано восемь подарков общей стоимостью 66 484 рубля. Среди них имеются те, стоимость которых превышает 3000 рублей. По состоянию на 1 августа 2016 года ни один из государственных гражданских служащих не изъявил желания о выкупе подарка.

Получение государственным служащим подарка в других случаях недопустимо, так как создает условия для конфликта интересов, ставя под сомнение объективность принимаемых им решений, а также влечет ответственность, предусмотренную законодательством, вплоть до увольнения в связи с утратой доверия, а в случае, когда подарок расценивается как взятка, уголовную ответственность.

<http://vologda-oblast.ru/>

Вологжане могут претендовать на премию «Я – гражданин»

Стартовал прием заявок на премию Общественной палаты РФ в области гражданской активности «Я – гражданин». Ее миссия — содействие развитию лидеров некоммерческого сектора, способных независимо действовать и вносить существенный вклад в развитие гражданского общества в стране.

Чтобы стать соискателем, достаточно зайти на сайт <http://премиягражданин.рф> и заполнить заявку. Традиционно 4 ноября победители получают премии в 15 номинациях — по 200 тысяч рублей.

Как рассказал заместитель Губернатора Вологодской области Алексей Макаровский, прием заявок продлится всего шесть недель, поэтому вологжанам стоит поспешить и заявиться на конкурс. «В Вологодской области много активных и инициативных граждан, которые реализуют интересные и актуальные проекты. Достаточно сказать, что в прошлом году от активных граждан нашего региона поступило более 60 заявок на получение премии. По количеству поданных заявок Вологодская область не только стала первой на Северо-Западе, но и вошла в тройку лидеров в целом по России. В результате двое из 12 победителей — лидеры общественных организаций из Вологодской области. Кроме того, проект «Деревня – душа России» победительницы премии Общественной Палаты «Я – гражданин» гражданской активистки Валентины Погожевой приобрел в 2015 году всероссийское признание и в 2016 году Общественной палатой Российской Федерации в области прошел Всероссийский Форум «Деревня – душа России». Поэтому я призываю наших общественников активно заявить о себе», — подчеркнул Алексей Макаровский.

<http://vologda-oblast.ru/>

В ПРОКУРАТУРЕ РАЙОНА

По факту смерти несовершеннолетнего гражданина возбуждено уголовное дело

В ходе проверки, проведенной прокуратурой района, по факту смерти несовершеннолетнего Т. 2002 г. р., установлено следующее. Около 2 часов ночи 11 июля 2016 года граждан Б., 1986 г. р., находясь на рыбалке на берегу р. Великая в 2 км к западу от д. Боброво Грязовецкого района, допустил небрежное хранение принадлежащего ему охотничьего огнестрельного гладкоствольного оружия, создав при этом условия для его использования несовершеннолетним Т., который погиб в результате огнестрельного ранения.

Таким образом, в действиях гражданина Б. усматриваются признаки преступления, предусмотренного ч. 2 ст. 224 УК РФ. Прокуратурой района 13 июля 2016 года в Грязовецкий межрайонный следственный отдел следственного комитета РФ по Вологодской области в порядке п. 2 ч. 2 ст. 37 УПК РФ направлен материал для решения об уголовном преследовании гражданина Б.

17 августа Грязовецким межрайонным следственным отделом следственного комитета РФ по Вологодской области возбуждено уголовное дело в отношении Б. по ч. 1 ст. 224 УК РФ. В настоящее время по уголовному делу ведется следствие.

Муниципальные образования области должны стремиться быть экономически самодостаточными

Об этом шла речь на общем Собрании Ассоциации «Совет муниципальных образований Вологодской области», в котором приняли участие главы городов, районов, городских и сельских поселений региона. Главной темой мероприятия стало развитие муниципальных образований области.

«Ассоциация муниципальных образований Вологодской области подводит итоги по предыдущим периодам и ставит себе задачи на ближайший трехлетний период. Мы знаем, что у нас изменилось законодательство, мы снова переходим к планированию бюджета Вологодской области на три года, к плановой экономике. И перед муниципалитетами стоит серьезная задача планирования своего местного бюджета на предстоящие три года», — заявил первый заместитель Губернатора Алексей Шерлыгин.

Отдельным вопросом стали итоги объединения муниципальных образований и сельских поселений Вологодской области.

«В этом году мы прошли путь объединения 81 сельского поселения, и надо сказать, что поддержка таких объединенных сельских поселений составила за последние три года более 200 миллионов рублей. И порядка 140 из них пошли

на улучшение инфраструктуры, народного хозяйства внутри этих муниципальных образований. Кроме того, это положительно сказалось на налоговом обложении. По ряду муниципальных образований, которые объединились, увеличение налогов с их территорий составило более 220%. Многие из них перестали быть дотационными, а многие снизили уровень зависимости от областного бюджета более чем в 20 раз. Это очень хорошие результаты», — отметил Алексей Шерлыгин.

Так, укрупненные поселения повышают свою самодостаточность за счет вложения средств областной поддержки в инфраструктурные проекты — ремонтируют Дома культуры, строят спортивные площадки, то есть создают условия для развития спорта и досуга жителей, улучшения жизни на селе.

Сегодня главам поселений и районов была поставлена задача, касающаяся экономических пер-

спектив развития их территорий. Главное — это обеспечение достойного качества жизни жителей региона, ведь цель Стратегии развития области до 2030 года, которая сейчас формируется, — сохранить население в территориях.

Напомним, Ассоциация «Совет муниципальных образований Вологодской области» начала свою работу с 31 марта 2006 года. В настоящее время в нее входят 233 муниципальных образования области — 26 муниципальных районов, 2 городских округа, 22 городских поселений и 183 сельских поселений, председателем Правления Ассоциации является Александр Гордеев, глава Вологодского района.

Ассоциация является площадкой для проведения конструктивного и эффективного диалога региональной и муниципальной власти. Правительством области и Ассоциацией осуществляется активное взаимодействие, в том числе в форме участия в заседаниях Ассоциации Губернатора, членов Правительства области, руководителей и специалистов органов исполнительной власти региона.

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

Проект газеты при поддержке Управления информационной политики Правительства Вологодской области

ПРОФИЛАКТИКА, ЛОКАЛИЗАЦИЯ, ПОМОЩЬ

Окончание. Начало на стр. 1

обосновано. Дело в том, что с появлением пожарно-спасательного поста в деревне Спасское пожарная защищенность района стала гораздо выше. Работа отдельного поста позволяет обеспечить первичное тушение пожаров силами добровольцев до приезда основных подразделений противопожарной службы. Кроме того, пожарные добровольцы будут задействованы в профилактических мероприятиях с населением, в чистке и содержании пожарных водоемов, в локализации пала травы.

В своем выступлении Александр Вячеславович Белых подчеркнул важность данного мероприятия:

«Обстановка с пожарами нестабильная. В Вологодской области в 2015 году в огне погибло 123 человека. В десятки раз больше людей остаются без крова. Всех нас беспокоит эта проблема, особенно проблема неприкрытых населенных пунктов, подобных этому. В МЧС была принята директива о создании пожарно-спасательных постов, где в каждом таком подразделении будет работать один человек, прошедший специальную подготовку, вокруг которого сформируется бригада добровольцев. Деревня Спасское и близлежащие населенные пункты, а это больше 500 человек, будут защищены от огня.»

По словам Александра Вячес-

лавовича, пожарно-спасательный пост в данном населенном пункте — первый в Вологодской области. В этом году еще одно такое подразделение будет открыто в Бабаевском районе.

Добровольным пожарным были подарены мотопомпа и специальные костюмы с логотипом добровольной пожарной охраны.

В завершении встречи главой МО Сидоровское Александром Васильевичем Смирновым было подписано трехстороннее соглашение о сотрудничестве по обеспечению пожарной безопасности с первым отрядом ФПС и региональным общественным учреждением «ДПК Вологодской области».

Анна ТАРАСЕНКО

НА ЗАМЕТКУ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...

О форс-мажорных ситуациях в быту

Наверное, каждый хотя бы раз в своей жизни сталкивался с непредвиденными ситуациями. Что нужно делать и как вести себя? Главное — не паниковать, советуют специалисты.

Итак, начнем с аварий в коммунальной сфере, возникающих как по вине самих работников ЖКХ, так и по вине владельцев или арендаторов жилых помещений. В экстренной ситуации нужно обращаться в круглосуточную диспетчерскую службу, которая обязана направить к вам аварийную бригаду. В течение какого времени должна быть устранена авария? Этот вопрос мы задали компетентным лицам.

ВРЕМЯ УСТРАНЕНИЯ АВАРИИ

Вячеслав Владимирович Перунов, директор МУП «Грязовецкие электросети»:

«Все потребители по некоторой условной важности подразделены на три категории. К I категории энергоснабжения относятся социально-значимые объекты с непрерывным технологическим процессом. Поэтому здесь происходит автоматическое срабатывание

резерва, и в течение нескольких секунд электроснабжение переключается на аварийный режим. Потребитель I категории о себе должен побеспокоиться сам, т. е. установить резервные точки питания, как, например, реанимационное отделение больницы, где стоит дизельный генератор, запускаемый мгновенно при отключении электроэнергии. Во II категорию входят организации и предприятия, в основном котельные, время простоя

НАДО ЗНАТЬ

Представители
Ассоциации
юристов России
посетили Грязовец

Информационная встреча членов Вологодского регионального отделения Общероссийской общественной организации «Ассоциация юристов России» и Правительства области с представителями юридического сообщества Грязовецкого, Междуреченского и Тотемского муниципальных районов состоялась 18 августа в городе Грязовец.

В заседании приняли участие заместитель Губернатора Вологодской области Эдуард Насехович Зайнак, начальник Государственно-правового департамента Правительства области; член Совета Вологодского регионального отделения Общероссийской общественной организации «Ассоциация юристов России» Сергей Николаевич Сорокин; председатель Вологодского регионального отделения Общероссийской общественной организации «Ассоциация юристов России» Виталий Петрович Федотов; глава Грязовецкого района Михаил Андреевич Лупандин.

Участники встречи были проинформированы о деятельности Ассоциации юристов России в 2015 году и планах на перспективу, а также о результатах социально-экономического развития Вологодской области.

В ходе работы руководители органов исполнительной государственной власти области осветили вопросы изменений областного и федерального законодательства, озвучили тему реализации отдельных норм Земельного кодекса Российской Федерации, группу вопросов противодействия коррупции и кадровой политики.

Напомним, что в состав Вологодского регионального отделения Ассоциации входят юристы, ученые, руководители территориальных федеральных органов исполнительной власти, общественные деятели, представители бизнеса и молодые юристы.

Региональное отделение Ассоциации ведет активную работу по многим направлениям, в том числе по общественной экспертизе законопроектов, повышению качества юридического образования, формированию правовой культуры и повышению уровня юридической грамотности среди молодежи, оказанию бесплатной юридической помощи населению. Эта общественная организация позволяет юристам обмениваться опытом и совершенствовать свои профессиональные знания, организовывать работу с молодыми юристами, повышать авторитет профессии.

На встрече было отмечено, что необходимо более активно вовлекать в мероприятия новых членов регионального отделения и создать на территории районов местные отделения Ассоциации юристов России.

Анна ТАРАСЕНКО

НА ЗАМЕТКУ

Окончание. Начало на стр. 2

которых допускается в промежутке, пока не прибудет аварийная бригада. Основное население подпадает под III категорию энергоснабжения. Гражданам мы должны восстановить электроснабжение в течение суток.

Заместитель директора по водоснабжению и водоотведению МУП ЭТС Вера Николаевна Rogozina:

Продолжительность перерыва подачи холодной воды при устранении аварии не превышает установленных ограничений СНиП (строительных норм и правил). Специалисты бригад по аварийно-восстановительным работам стараются в кратчайшие сроки выполнить данные мероприятия, не считаясь с личным временем. Максимальный период для устранения аварии - 4 часа. Столько же времени уходит на выполнение подготовительных работ. Водоснабжение на этот период чаще всего не отключается. Водоотведение сточных вод обеспечивается круглосуточно. При возникновении аварийных ситуаций и выполнении мероприятий по их устранению сточные воды в этот период откачиваются ассенизационными машинами и сливаются в рабочие участки канализации.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВАС ЗАТОПИЛ СОСЕД?

Большая тема для жителей многоквартирных домов – потоп. Как выйти сухим из воды? Нас проконсультировала **Юлия Игоревна Корепина, главный специалист административно-правового управления, ответственный секретарь административной комиссии администрации Грязовецкого района:** «В любом случае



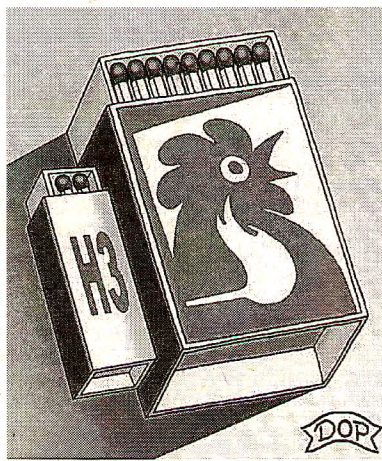
виновного в затоплении соседа сможет определить только специальная комиссия. Для выяснения причины «потопа» и установления лица, несущего ответственность, необходимо обратиться в управляющую компанию либо к независимым экспертам. Будет составлен акт, в котором пропишут все повреждения и сумму компенсации за причиненный ущерб. Техническая комиссия установит причину и размер причиненного жилья ущерба. Акт составляется в первые 3 дня, пока следы протечки еще свежие. Комиссия должна зафиксировать в нем место, время, причину и виновника аварии. Помимо этого, в нем отражается и степень повреждений жилья. После этого составляется второй акт, в котором указывается размер ущерба (подробная опись). Это делается потому, что пострадать могут не только потолок и стены, но и находящаяся в квартире мебель, бытовая техника, одежда, обувь и т. д.

Что делать, если соседи отказываются оплачивать нанесенный ущерб? В таком случае необходимо обратиться в суд. Там потребуются квитанция почтового перевода либо претензия с отказом соседей возместить ущерб. С обоих документов нужно сделать копии. До вынесения судом решения квартиру приводить в порядок не стоит. Соседи могут начать оспаривать сумму ущерба.

В таких случаях суд назначает дополнительную экспертизу для уточнения размера денежного возмещения потерпевшему. Все затраты и судебные издержки будут оплачиваться ответчиком».

СОЗДАЙТЕ НЕПРИКОСНОВЕННЫЙ ЗАПАС

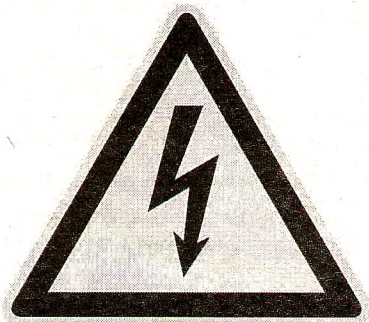
Коммунальные аварии, как правило, ликвидируются в кратчайшие сроки, однако не исключено длительное нарушение подачи воды, электричества, отопления помеще-



ний. Для уменьшения последствий таких ситуаций специалисты советуют создать в доме или квартире неприкосновенный запас спичек, хозяйственных свечей, керосина, элементов питания для фонарей. При скачках напряжения в электрической сети квартиры или при его отключении нужно немедленно обесточить все электробытовые приборы, выдернуть вилки из розеток, чтобы при внезапном включении электричества не произошел пожар. Используя для освещения квартиры хозяйственные свечи, соблюдать предельную осторожность. При исчезновении в водопроводной системе воды закрыть все открытые до этого краны. В случае отключения центрального парового отопления для обогрева помещения использовать электрообогреватели только заводского изготовления. В противном случае высока вероятность пожара или выхода из строя системы электроснабжения. Помните: отопление квартиры с помощью газовой или электрической плиты может привести к трагедии. Для сохранения в помещении тепла нужно заделать щели в окнах и балконных дверях, завесить их одеялами или коврами. Разместить всех членов семьи в одной комнате, временно закрыв остальные. Одеться теплее и принять профилактические лекарственные препараты от ОРЗ и гриппа.

ОСТОРОЖНО: ТОК!

Неординарная ситуация может случиться и вне дома или квартиры. Например, на даче оборвался электрический провод. Как правильно мы должны отреагировать? Об обеспечении электробезопасности рассказал **заместитель начальника Грязовецкого РЭС ПО ВЭС Александр Николаевич Ссорин:** «Все знают, что с электрическим током нужно обращаться осторожно. Однако в повседневной жизни многие забывают, что из надежного друга он может легко превратиться



в смертельного врага. Поэтому нужно соблюдать основные правила и быть осторожными при обращении с электроприборами и вблизи электроустановок. Хочется напомнить: провода линий электропередачи и оборудование подстанций, находящиеся под напряжением, представляют смертельную опасность для людей и животных. Категорически запрещается несанкционированное подключение к электросетям. Нельзя самовольно устранять неисправности на оборудовании и линиях электропередачи, загромождать посторонними предметами доступ к объектам электросетевого хозяйства. В охранной зоне линий электропередач запрещено находиться людям и животным, также нельзя привязывать домашний скот к опорам линий электропередачи, возводить постройки и складировать сено, дрова и другие материалы. Убедительная просьба: разъяснить детям, что недопустимо играть, влезать на опоры, запускать воздушных змеев, забрасывать удочки для ловли рыбы в охранных зонах линий электропередачи. При нахождении на улице нельзя приближаться ближе 5-8 метров к оборванным или провисшим проводам. Нужно организовать охрану места повреждения, предупредить окружающих об опасности и немедленно сообщить в аварийную службу. Если провод, оборвавшись, упал вблизи от вас - выходите из зоны поражения током мелкими шажками или прыжками (держите ступни ног вместе), чтобы избежать поражения шаговым напряжением. При обнаружении каких-либо неисправностей немедленно сообщать диспетчеру района. Горячая линия для населения Вологодской области: 8-800-333-02-52, (8172)76-86-01, (8172)2-23-76 (диспетчер Грязовецкого РЭС).

Аварийная служба устраняет неисправности на участках, относящихся к общему имуществу дома. Ремонт оборудования в коммунах и квартирах (кроме общих стояков) проводится за счет средств собственника. ПРОРЫВ ЛИНИЙ ЭЛЕКТРОПЕРЕДАЧ, ПАДЕНИЕ ОПОР:

круглосуточная диспетчерская служба Грязовецкого РЭС ПО ВЭС 2-23-76 (сюда могут позвонить жители сельских поселений, завозкальной части города и района телевизки);

круглосуточная диспетчерская служба МУП «Грязовецкие электросети» 2-24-31 (обслуживает город).

ПРОРЫВ ВОДО- И ТЕПЛОСЕТЕЙ:

круглосуточная диспетчерская служба МУП «Грязовецкая ЭТС» 2-24-31;

круглосуточная диспетчерская служба ООО «Служба заказчика» 2-12-30.

Если авария произошла в сельском поселении и касается обслуживания наружных сетей, то жители могут также набрать номер круглосуточной диспетчерской службы МУП «Грязовецкая ЭТС» 2-24-31.

В случае аварии во внутридомовом хозяйстве следует обращаться в отдел ЖКХ сельских поселений или Управляющую компанию.

Подготовила
Екатерина ЩУЧКИНА.

ВЫБОРЫ

Уже больше
600 вологжан
изъявили желание
проголосовать
на других
избирательных
участках

В территориальных избирательных комиссиях области продолжается выдача открепительных удостоверений. Они необходимы для того, чтобы в единый день голосования 18 сентября реализовать свое избирательное право за пределами своих избирательных участков. Об этом желании заявили уже больше 600 вологжан.

Как рассказал председатель территориальной избирательной комиссии города Череповца Олег Шляпаков, открепительное удостоверение позволяет избирателю проголосовать на любом избирательном участке на территории города, области или даже за пределами Российской Федерации.

«Это способ реализации своих гражданских прав для тех, у кого не получается прийти именно на свой участок. Это может быть командировка, отпуск, учеба или другие объективные причины. При этом не требуется никакого документального подтверждения, необходимо лишь письменное заявление. По 6 сентября удостоверение можно получить в территориальных, а с 7 по 17 сентября – в участках избирательных комиссиях», - отметил Олег Шляпаков.

На сегодняшний день этим правом уже воспользовались несколько сотен вологжан. Территориальными комиссиями области выдано 613 открепительных удостоверений по выборам депутатов ГосДумы и 567 - по выборам депутатов областного парламента.

Открепительные удостоверения в ТИКе города Череповца получил и глава региона Олег Кувшинников. Он пояснил, что в день голосования будет находиться на своем рабочем месте в Вологде, однако обязательно выделит время, чтобы прийти на избирательный участок и выполнить свой гражданский долг.

По мнению Олега Кувшинникова, 18 сентября предстоит выбрать людей, которые будут определять будущее нашей страны и нашего региона на годы вперед. Поэтому очень важно, чтобы каждый вологжанин сделал выбор и отдал свой голос. Законодательство дает для этого все возможности, а отпуск или командировка – не причина отказываться от своего избирательного права.

СЧАСТЬЕ В СЕМЬЕ

Проект газеты при поддержке Управления информационной политики Правительства Вологодской области

«...У НАС ВСЕ ХО-РО-ШО!»

Первая грязовецкая семья переехала в детскую деревню-SOS

У каждого ребенка должна быть семья. Это в идеале. На деле огромное количество мальчишек и девчонок проживают в детских домах и интернатах, так как самые родные люди таких ребят ограничены в родительских правах или вовсе их лишены.

В нашем районе специалисты органов опеки и попечительства и социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних «Лада» стараются найти замещающую семью каждому ребенку, оставшемуся без родительской заботы и участия. В настоящее время в 175 семьях грязовчан проживает 246 приемных детей.

Семья Труфановых тоже относится к тем, кто не побоялся ответственности за чужих детей, которые впоследствии стали родными. Мария Владимировна - первая в районе женщина, взявшая приемных детей к себе в семью. Поэтому она имеет большой опыт воспитания таких ребят. Две приемные девочки Труфановых уже выросли, четверо остальных еще дошколята. И это при том, что супруги воспитали двух собственных детей.

Труфановы - активные члены клуба приемных родителей «Доброе сердце» при центре «Лада», помогают специалистам службы сопровождения и подготовки замещающих семей Грязовецкого района в организации и проведении мероприятий для приемных родителей, пропагандируют активные формы организации семейного досуга. Этим летом на одно из заседаний клуба были приглашены представители Детской деревни-SOS Вологда, которые рассказали о своей работе с приемными семьями и предложили нашим семьям поучаствовать в конкурсном отборе семей для проживания в комфортабельных домах на территории Детской деревни-SOS. Мария Владимировна заинтересовалась предложением, а спустя несколько дней на семейном совете было принято решение об участии в конкурсе, который завершился победой семьи Труфановых.



Гости на пороге нового дома Труфановых.

можно не беспокоиться за безопасность детей: территория деревни обнесена забором и находится под охраной. Вот такая маленькая семейная республика на окраине Вологды появилась пять лет назад в нашем регионе.

Гости, пройдя по новым апартаментам Труфановых, не сдерживали эмоций: «Ой, какая красота! А удобно-то как!» Действительно, здесь все подчинено тому, чтобы семья жила в максимально комфортном окружении. Прекрасные условия созданы не только для детей, но и для хозяйки большой семьи. Под рукой - посудомоечная и стиральная машины; номера телефонов, по которым можно заказать, например, уборку коттеджа, присмотр за детьми в случае, если маме нужно куда-то уехать. Коммунальные платежи для Труфановых остались в прошлом. Таковы условия пребывания здесь.

По словам Марии Владимировны (кстати, переехали Труфановы сюда меньше месяца назад), всем всё очень понравилось: «Мы даже с дачи привезли сухой бассейн, который не было возможности использовать круглогодично. А здесь мы его поставили под лестницу. Там теперь у ребят игровая зона».

Очень важный плюс - это возможность бесплатного сопровождения детей. Каждый ребенок может рассчитывать на квалифицированную помощь, будь то массаж, занятия с психологом, логопедом или прием врача. «Живя

в Грязовце, нам приходилось платить за все эти услуги, да и не всегда они были в нужном объеме, - уточняет женщина. - Это была главная причина нашего переезда сюда».

Михаилу Михайловичу и Марии Владимировне пришлось выдержать непростой экзамен. 14 семей претендовали на проживание в детской деревне. «Был очень сложный отбор, - делится с нами многодетная приемная мама. - Кроме многочасовых бесед, тестирования, мы разговаривали по скайпу с московскими организаторами. Интересовались буквально всем, вплоть до того, какие у нас домашние животные».

Чтобы было понятно нашим читателям, поясним: детская деревня-SOS - это несколько домов, где используется семейная форма долгосрочного воспитания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обеспечивающая их надежную адаптацию в обществе. «Деревня не изолирована от окружающего мира: дети ходят в обычные школы, детские сады, кружки и спортивные секции, а когда болеют, посещают вместе с приёмной мамой участкового врача. Общение со сверстниками не ограничивается. Деревня всегда открыта для друзей», - пояснила нам Ольга Евгеньевна Чёрствая, директор вологодской

Первая Детская деревня-SOS появилась в 1996 году в подмосковном Томилино. Сегодня под опекой благотворительной организации «ПК «Детские деревни-SOS» в России находятся более чем 1300 детей-сирот и детей из неблагополучных семей в Санкт-Петербурге, Вологде, Пскове, Мурманской, Орловской и Московской областях.

Интересно, как обустроились грязовчане на новом месте, привыкли ли родители, нравится ли детям? Эти вопросы витали в воздухе, когда 16 августа по приглашению новоселов члены клуба «Доброе сердце», а также специалисты службы подготовки и сопровождения замещающих семей нашего района ехали в гости к ним.

Оказалось, что до сих пор Труфановы находятся под впечатлением. Более всего рады детки. В Грязовце семья проживала в просторной квартире, а здесь целый дом! Спальни на втором этаже, отдельные туалеты, ваннные комнаты, а самое главное, что на улице можно развернуться. Тут тебе и спортплощадка, и ролики, и велосипеды. Маме

стр. 6

МЕСТНОЕ ВРЕМЯ



В КОЛОНИИ-ПОСЕЛЕНИИ № 6 СОСТОЯЛСЯ ДЕНЬ СМОТРА ПОЛЕЗНЫХ ДЕЛ

Ежегодный День смотра полезных дел коллектива осужденных состоялся 17 августа в ФКУ КП-6 УФСИН России по Вологодской области.

Гостям, в числе которых были представители общественности, Русской Православной Церкви, ветераны уголовно-исполнительной системы, родственники осужденных, показали главные достижения колонии-поселения № 6 за год. Были подведены итоги конкурса среди осужденных «Лучший по профессии», победителям вручили награды.

Гости побывали в общежитии для спецконтингента, где состоялось торжественное открытие новой столовой, оборудованной всем необходимым для приготовления и хранения пищи и прекрасно мебелированной. Все отметили, что за последнее время колония-поселение заметно преобразилась: благоустроена ее территория, отремонтированы общежития для проживания. Выставки швейной и столярной продукции поразили разнообразием ассортимента, а презентация кружковой работы в очередной раз убедила гостей, что среди осужденных немало талантов.

Приятный сюрприз ждал в клубе учреждения, украшенном по случаю Года российского кино портретами известных киноактеров. На концерте, подготовленном осужденными, прозвучали песни из фильмов, вошедших в золотой фонд российского кино. Яркой и зрелищной была постановка фрагмента из кинокартины «Александр Невский». Незабываемые впечатления оставил танец цыган по мотивам фильма «Жестокий романс».

Торжественное мероприятие закончилось условно-досрочным освобождением осужденных.

Подготовила Анна ТАРАСЕНКО.

СЧАСТЬЕ В СЕМЬЕ

Проект газеты при поддержке Управления
информационной политики Правительства Вологодской области

«... У НАС ВСЕ ХО-РО-ШО!»

Окончание. Начало на стр. 5



Мария Владимировна Труфанова угощает дорогих гостей.

детской деревни-SOS, частного учреждения социального обслуживания. Ольга Евгеньевна очень тепло отозвалась о грязовецкой семье, отметив, что рада таким благожелательным, активным, позитивным и опытным приемным родителям. «Мне хватило нескольких минут разговора с этой женщиной. Без результатов тестирования я поняла: она подходит нам на все 100%», - с восторгом говорит О. Е. Чёрствая.

«Воспитание приёмных детей в семье Труфановых - это демонстрация положительного опыта функционирования замещающих семей в Грязовецком районе», - подчеркнула Ольга Владимировна Богданова, психолог Центра «Лада», руководитель службы подготовки и сопровождения замещающих семей.

4, 5, 6, 7 лет - таков возраст последних приемных детей Труфановых. В перспективе в семье должен появиться пятый ребенок. Это тоже одно из условий детской деревни. «Трудно бывает с одним, - улыбаясь, говорит Мария Владимировна. - У нас проблем нет. Мы приучаем детей к самостоятельности. А вообще, нас все здесь встретили очень хорошо. Мы подружались с семьями, с детьми. Так что у нас все ХО-РО-ШО!»

В новом, еще не обжитом коттедже рачительная хозяйка создала необыкновенную домашнюю атмосферу. В каждой комнате со вкусом подобранные шторы и коврики, радует глаз множество предметов декора. Невероятно уютно и красиво. С лица Марии Владимировны не сходит улыбка... Глядя на эту женщину, подумалось: какое огромное сердце нужно иметь, чтобы любить чужих детей не меньше, чем своих.



Комната для девочек.

Сегодня «Детские деревни-SOS Интернешнл» - крупнейшая международная, независимая, негосударственная, социальная организация, осуществляющая благотворительную деятельность в пользу детей-сирот и детей из группы риска социального сиротства в 134 странах мира.



Семья потихоньку облагораживает свой участок.



Екатерина ЩУКИНА



Половина этого дома теперь в распоряжении семьи Труфановых.

СОБЫТИЕ

Под флагом России

Грязовчане отметили День флага праздничным шествием с 6-метровым триколором



Сбор участников патриотической акции проходил на центральной площади. Отсюда колонна двинулась на территорию городского стадиона.

Слово для приветствия и открытия акции было предоставлено главе района Михаилу Андреевичу Лупандину, который отметил важность данного события и поздравил всех грязовчан с праздником.

Бодрым настроением задали юные унициклисты и спортсмены, а значимость происходящего подчеркивал шестиметровый триколор, который пронесли по улицам города под звуки патриотических мелодий.

В акции приняли участие госслужащие, представители управления федеральной службы судебных приставов, предприятий и учреждений города, сферы культуры, спорта, образования, социальной защиты и здравоохранения, творческая и активная молодежь.

В исполнении юных грязовчан прозвучали патриотические стихи и песни.

Напомним, российский трехцветный флаг ведет свою историю со времен петровских преобразований и побед, которые утвердили Россию, как великую мировую державу. Во все эпохи российский флаг олицетворял собой могущество и независимость Отечества, выражал идеи и принципы государства.

Традиция торжественного шествия с триколором в День флага появилась не так давно. Ежегодно в данной акции участвуют новые города и поселки. В этот год к ней присоединился и наш город.



Анна ТАРАСЕНКО



СЕЛЬСКИЕ ВСТРЕЧИ

«СПАСИБО, РОДНЫЕ, ЗА ТО, ЧТО НЕ ДАЛИ ИСЧЕЗНУТЬ ДЕРЕВНЕ!»

О Дне деревни Тимонино мы уже рассказывали в рубрике «Местное время» в небольшой заметке «Такого Тимонино еще не видели!» Однако письмо старосты деревни Елены Виноградовой, пришедшее в адрес редакции, мы не можем не опубликовать. Мероприятие то же, но взгляд на событие уже не гостя праздника, а его организатора.

«Наша, недавно возникшая традиция, набирает обороты! Уже третий год подряд мы собираемся все вместе, чтобы отпраздновать праздник нашей деревни Тимонино. Хочется начать с истории. Первое упоминание о деревнях Тимонино, Алфёрово, Дядинское и Лукино (Лукинская пустошь) было в 1628 году. Население в них было многочисленное, семьи большие и дружные. И у меня давно была мечта: возродить празднование Дня деревни Тимонино.

Но, честно говоря, я до последнего момента сомневалась. Думала, правильно ли делаю, что отрываю людей от забот? Ведь перед таким днём нужна была подготовка. Мы красили на площадке спортивные сооружения (большую часть краски выделила глава Ростилковского МО Н. Г. Острякова, остальное принесли жители), окашивали траву, кусты (спасибо за помощь Алексею Хазову), украшали территорию. В складчину закупили одноразовую посуду, призы, сладости детям. Оригинально украсил стол придумала Татьяна Двиницкая: распечатала фотографии с прошлых праздников и подложила под прозрачную скатерть.

В день праздника с утра ко мне стали приходить жители и предлагать помощь (со-



С каждым годом на День деревни Тимонино собирается всё больше и больше людей.

Юлия Грачёва: «Праздник просто класс! Мы поражены организацией и проведением мероприятия. Всё было весело и с размахом. Столько народу! Все весёлые, радужные! Любо-дорого побывать на таком мероприятии! Молодцы! Так держать!»

брать столы, скамейки). Как же я ошибалась, думая, что людям будет неинтересно!

Первые гости, семья Щукиных, приехали за 2 часа до начала. Они просто перепутали время, но дождались положенного срока, никуда не уехали и даже помогли спасти музыкальную аппаратуру от нахлынувшего дождя! А в назначенное время на спортивной площадке, сделанной совместными силами всех неравнодушных сельчан, стал собираться народ. Все шли нарядные, весёлые, радостные. В руках у каждого – приготовленное блюдо. На костре уже варилась в большом ведре уха, на столе стояли 2 самовара с чаем (спасибо Валентине Набатовой). На праздник шли большими семьями: с детьми, внуками и даже правнуками. И

вот все гости расселись на заранее собранные со всей деревни скамейки и праздник начался!

На самодельной сцене выступали и вели программу наши неизменные помощники – работники Сидоровского Дома культуры: Светлана Валентиновна Серова и Людмила Геннадьевна Левашова. Первое слово предоставили уважаемому гостю – Альберту Ивановичу Котову. По многочисленным пожеланиям жителей и гостей нашей деревни мы всегда приглашаем его на праздник. И Альберт Иванович нам не отказывает. Большое спасибо ему за это! Дети подготовили стихи о деревне, танцы, песни. Очень понравилось всем выступление дуэта Грачёвых. Такие душевные песни! Спасибо им от всех присутствующих.

Изюминкой концерта стала «Минута славы». Здесь выступали самые маленькие артисты. А в эстафетах и конкурсах участвовали все.

После концерта все собрались за накрытым столом, и праздник продолжился. Уже по традиции спели вместе песню «Деревня моя». Приятно было наблюдать, как люди не встречавшиеся лет по 20, вдруг увиделись. Столько радости и эмоций! Жаль, что не удалось сделать общее фото, по моим подсчётам на празднике было более 120 человек. Только детей было около 60. И с

каждым годом гостей и жителей собирается всё больше и больше.

Хочу поблагодарить всех жителей, гостей и друзей за участие в нашем празднике! Без вас он бы не состоялся!»

Специально для этого дня Татьяна Коровушка сочинила стихотворение о деревне Тимонино.

Мы дружно в родную деревню
Спешим на свидание с детством:
Проведать родительский домик,
И милые сердцу местечки!
Пройтись по Тимонину снова,
Увидеть знакомые лица,
Погладить берёзку у дома,
Воды из колодца напиться!
И всё здесь до боли знакомо,
Хотя изменилось, конечно,
Но в памяти снова и снова
Всплывают то клуба крылечко,
Где в юности к ночи сбегались,
То поле футбольное наше.
Какие там страсти пылали!
Как долго колоду тянули в наш пруд –
В ней поплавать мечтали!
Ах! Милое-милое детство,
Туда мы вернемся едва ли...
Мы рады, что в нашей деревне
Слышны петухов переклички,
И дети здесь в прятки играют,
Алеют цветы у крылечка...
И низко хотим поклониться
Здесь ныне живущим соседям:
«Спасибо, родные, за то, что
Не дали исчезнуть деревне!»



Дети подготовили стихи о деревне, танцы, песни.



Гость праздника - Альберт Иванович Котов.

Елена ВИНОГРАДОВА

ФАБРИКА ЗДОРОВЬЯ

Проект газеты при поддержке Управления информационной политики Правительства Вологодской области

Бокс и дети: воспитание или повод подраться?

В прошлый раз мы говорили о плавании, сейчас - о боксе



Бокс является контактным видом спорта, что пугает многих родителей, ведь ребенок может получить травму или ушиб. Попробуем разобраться, нужен ли бокс детям.

Врачи и некоторые специалисты считают, что в бокс ребенка нужно отдавать, начиная только с 9-летнего возраста, так как из-за специфической боксерской стойки могут возникнуть проблемы с осанкой. Но многие дети начинают тренироваться с 6 лет и выполняют профилактические упражнения, чтобы осанка была правильной, поэтому решение остается за родителями.

В начале подготовки можно не бояться, что ребёнка побьют и сразу же травмируют. Пока спортсмен не будет готов, тренер не выставит его в спарринг. Юные спортсмены

начинают с азов техники и общефизической подготовки, и только когда ребенок будет подготовлен, отработка технических навыков начнется в спарринге. Тренером в Грязовецкой ДЮСШ является Дмитрий Михайлович Крупеников, мастер спорта. Он

подготовил немало хороших спортсменов. В этом году он выпустил Тимура Михайловского и Евгения Наумышева, неоднократных победителей и призеров соревнований различного уровня. Оба парня являются кандидатами в мастера спорта по боксу и сдали нормы ГТО на золотой знак отличия.

Тренировки проходят по три раза в неделю в ФОКе, расположенном на ул. Рабочей, 1. Проезжая мимо здания комплекса, можно видеть баннер, на котором изображен тренер со своими воспитанниками.

Многие боятся, что отдав сына в бокс, получают драки в школе, где он будет доказывать свое превосходство. Но бокс дисциплинирует, а Дмитрий Михайлович регулярно вывозит спортсменов на соревнования, поэтому, показывая успехи на ринге, ребенок не будет нуждаться в

демонстрации своих умений в драке.

Бокс развивает у ребёнка силу воли, интеллект, выносливость, оказывает оздоровительное действие на дыхательную, нервную и сердечно-сосудистую системы.

В этот вид спорта можно отдать не только сына, но и дочь. Главное, чтобы у ребенка было желание. И если ваше чадо задирается в школе, гиперактивно, то поверьте, что после тренировок ему не захочется так себя вести.

Запись на секции начинается с конца августа. Будьте здоровы и занимайтесь спортом!

В следующий раз мы расскажем, чем еще живет ДЮСШ.



Анна ПОПОВА

ФАБРИКА ЗДОРОВЬЯ

Проект газеты при поддержке Управления информационной политики Правительства Вологодской области

ЗАХОЧЕШЬ - НАЙДЕШЬ ВРЕМЯ, НЕ ЗАХОЧЕШЬ - НАЙДЕШЬ ПРИЧИНУ

Нам всем знакома тема: «Похудеть к летнему сезону, или Влезть в платье к празднику». Но всё не так просто, как кажется на первый взгляд. Убрать «наеденные» килограммы не так легко, как их набрать. Это тяжёлый труд, не только физический, но и моральный.

Об этой болезненной теме я хочу сегодня поговорить. Каждый задумывается над тем, какое выбрать направление фитнеса, чтобы привести себя в форму. На некоторых направлениях остановлюсь более подробно. Но начнем с того, как вы готовы сами к процессу тренировок.

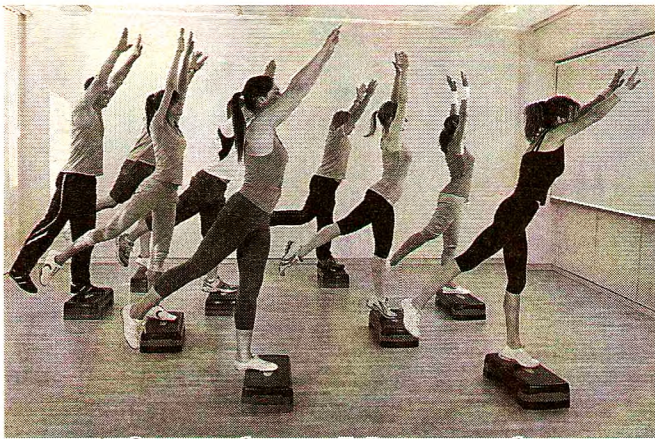
Представим картинку: вы приходите в спортзал, вас встречает тренер и начинает задавать вопросы, на которые вы должны дать конкретные ответы. Например, «Занимались ли вы раньше спортом? Каким?», «Сколько раз в день вы питаетесь?», «Сколько простой воды вы выпиваете за день?». Это основа.

И вот первый вывод: «Прежде, чем идти в спортзал, вы должны быть готовы изменить свои привычки».

Следующим вашим шагом к цели станет правильный выбор тренировочного процесса, от которого будет зависеть результат. Вы должны понять: хотите ли вы заниматься персонально с тренером, отдадите ли предпочтение большим или мини-группам, а может, вы настолько уверены в себе, что готовы заниматься самостоятельно? Всё зависит только от вас, но помните, что при самостоятельных тренировках вы можете допускать технические ошибки, которые впоследствии могут стать для вас роковыми.

Вывод в этом случае таков: «Лучше взять пробный курс тренировок, где вам поставят технику и объяснят все тонкости, а уж потом приступать к самостоятельным тренировкам».

Вы определились с поставленной целью, теперь стоит вопрос: каким видом фитнеса заняться? Давайте думать вместе. Начнем со степ-аэробики.

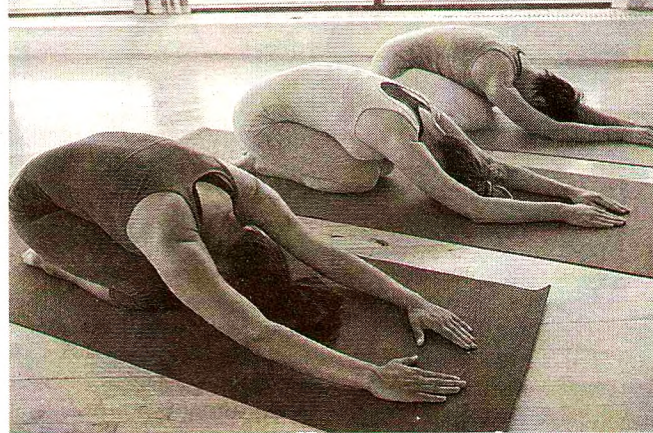


Степ-аэробика подойдет тем, кто любит танцевать.

СТЕП-АЭРОБИКА – это танцевальные движения, выполняемые на специальной платформе, именуемой степером. Платформа имеет механизм, с помощью которого можно регулировать высоту. Это необходимо, чтобы регулировать интенсивность тренировки, так как для новичка нужен низкий степер (15 сантиметров), а профессионал с удовольствием будет заниматься на самом высоком положении платформы (25-20 сантиметров). Степ-аэробика насчитывает более 200 движений, которые могут выполнять люди с любым уровнем подготовки, вне зависимости от возраста. Упражнения помогают поддерживать мышцы в тонусе и сбросить лишний вес. Учитывая ваши потребности, тренер поможет подобрать необходимый комплекс. Если вам не хватает нагрузки при стандартных движениях, можно использовать гантели разного веса. Благодаря гантелям вы сможете прорабатывать не только нижнюю часть тела (бедра, голени, ягодицы), но и верхнюю (бицепсы, трицепсы и т.д.). Этот вид фитнеса подойдет тем, кто любит яркость и насыщенность в движении, проще говоря, танцевать.

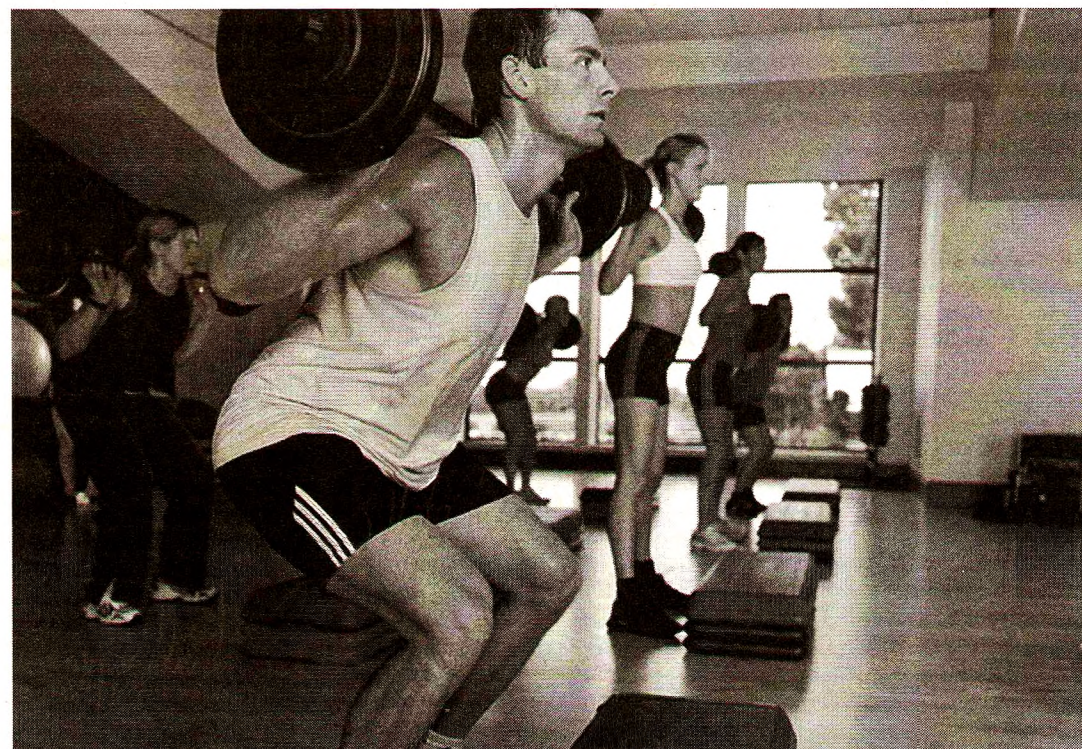
Следующий вид фитнеса - **КАЛЛАНЕТИКА**. Это особая система растягивающих упражнений для всех глубоко расположенных групп мышц, которая вызывает невероятную рабочую активность мышц. Это своего рода медленная неспешная гимнастика, дающая колоссальную статическую нагрузку. Всего один час занятия калланетикой по своей нагрузке на организм и общей эффективности равен семи часам шейпинга или двадцати четырем часам обычной аэробики. Каждое упражнение калланетики разработано таким образом, что одновременную нагрузку получают сразу все мышцы тела. Калланетика может стать любимым видом фитнеса для тех, кто предпочитает размеренные, вдумчивые и спокойные занятия подвижным и сложным в отношении координации танцевальным и подвижным методикам. Та-

кая программа тренировок способствует созданию гармоничного баланса между разумом и телом, позволяет обрести хорошую физическую форму и избежать травм, развивает способность человека сосредоточиться на себе. С помощью занятий калланетикой вполне реально добиться следующего: снизить массу тела и уменьшить его объемы в желаемых местах, полностью восстановить обмен веществ (а это будет способствовать поддержанию нужного веса), научиться абсолютному владению своим телом, привести в необходимый тонус и укрепить мышцы.



Калланетика - вид фитнеса для тех, кто предпочитает спокойные занятия.

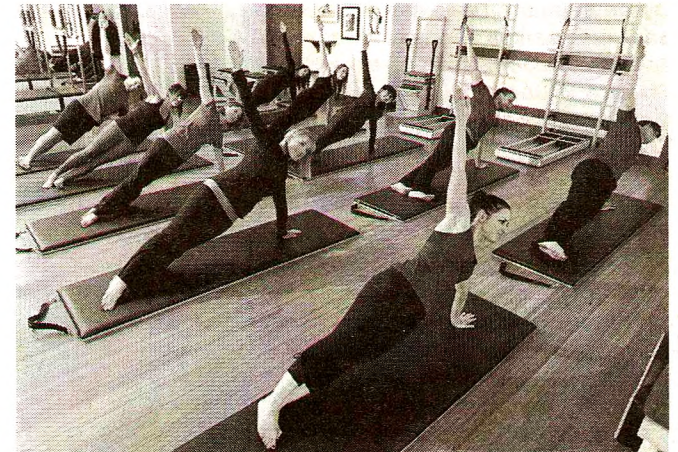
СИЛОВЫЕ ТРЕНИРОВКИ подразумевают под собой физические упражнения, выполняемые с дополнительным отягощением, и направлены главным образом на развитие мускулатуры («рельеф мышц»). Специально разработанные силовые упражнения укрепляют уже имеющийся мышечный потенциал, формируют красивую и стройную фигуру за счет сжигания объемных жировых клеток, способствуют поддержанию тела в прекрасном состоянии. Несмотря на то, что упражнения с тяжёлым весом считаются мужским занятием, как раз женщинам они более необходимы. Ведь в женском организме содержится около 25% жира, а в мужском - всего лишь 15%. За быстрое наращивание бицепсов и трицепсов отвечает мужской гормон тестостерон. Из-за его низкого уровня и высокого уровня гормона эстрогена мышечная масса у женщин формируется гораздо медленнее, чем у представителей сильного пола. Часто девушки боятся, что сильно накаченные мышцы будут выглядеть не очень женственно. Опасаться здесь нечего: если не принимать специальные препараты и биологические добавки, жен-



Специально разработанные силовые упражнения формируют красивую и стройную фигуру за счёт сжигания объёмных жировых клеток.

Один из мифов о силовых тренировках: женщины, занимающиеся подъемом тяжестей, приобретают большие, массивные мышцы. На самом деле у женщин просто не хватает уровня тестостерона, чтобы так резко прибавить в мышечной массе. Большинство женщин лишь восстановят те мышцы, которые они потеряли из-за соответствующего образа жизни, неправильного питания, нарушенного обмена веществ и т. д.

щина вряд ли станет похожей на культуристку.



Пилатес - комплекс упражнений, укрепляющий мышцы спины и позвоночник.

ПИЛАТЕС. Название гимнастики произошло от имени её создателя - Джозефа Пилатеса. Он решил создать комплекс упражнений, который бы заставил работать мышцы спины и помог укрепить позвоночник. Получившаяся система отлично укрепляет не только опорно-двигательный аппарат, но и все внутренние органы человека. Пилатес предполагает безостановочное выполнение всего комплекса в медленном темпе. При выполнении одного упражнения работают одновременно несколько мышц, что позволяет придать им больше упругости, гибкости и эластичности. Кроме того, эта система предполагает работу над глубокими мышцами, что позволяет тренировать все тело и способствует похудению и улучшению фигуры.

Есть одно «но»: многие женщины и мужчины совершают ошибку, полагая, что если они тренируются, то теперь могут есть все, что им вздумается. Однако если вы серьезно тренируетесь длительное время, то должны знать, что в долгосрочном плане плохое питание может свести всю работу в спортзале на нет. Поэтому ваше питание должно быть сбалансированным и правильным. Тело человека – это сложная машина, которая работает как часы, а если мы начинаем сбивать эти часы, она начинает работать против нас.

Еще одна знакомая женщинам проблема – целлюлит. Если она беспокоит вас, задумайтесь в первую очередь о том, сколько воды вы выпиваете за день, и что вы едите. Конечно, это не все причины возникновения данной проблемы, но одни из самых главных. Вода обеспечивает нормальную работу организма и помогает вывести из него токсины и прочие вредные вещества. Ежедневно выпивайте не менее 2 литров воды. Нерациональное и нерегулярное питание (злоупотребление алкоголем, чрезмерное увлечение кофе и острой едой) способствует появлению целлюлита, поскольку вырабатываемые токсины «застревают» в жировой клетчатке и образуют отложения. Соблюдайте элементарные правила, и результат не заставит себя ждать.

Конечно, эта информация - лишь капля в море. Но теперь вы можете выбрать то, что вам ближе, узнать побольше о каждом направлении и, наконец, начать движение к цели. Захочешь – найдешь время, не захочешь – найдешь причину. Физкульт-пока!

Оксана ДЕБЕЛАЯ

ПЯТНИЦА, 2 СЕНТЯБРЯ

СУББОТА, 3 СЕНТЯБРЯ

1 05.00 «Доброе утро»
 09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
 09.10 Контрольная закупка
 09.40 Женский журнал
 09.50 «Жить здорово!» 12+
 10.55 Модный приговор
 12.15 «Пусть говорят» 16+
 13.25 «Таблетка» 16+
 14.00, 15.15 «Время покажет» 16+
 15.55, 04.45 «Мужское / Женское» 16+
 16.55 «Человек и закон» 16+
 19.00 «Выборы-2016»
 19.50 «Поле чудес» 16+
 21.00 Время
 21.30 Т/с «Голос» 12+
 23.30 «Вечерний Ургант» 16+
 00.15 «Написано Сергеем Довлатовым». К юбилею писателя 16+
 01.15 Х/ф «Короли улиц-09. Город моторов» 18+
 03.00 Х/ф «Верные ходы» 16+
РОССИЯ 1 05.00, 09.15 «Утро России»
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести
 10.00 «О самом главном» 12+
 11.30, 14.30, 17.30, 20.45 Местное время. Вести-Вологодская область
 12.00, 00.55 Т/с «Каменская» 16+
 14.55 Т/с «Тайны следствия» 12+
 17.50 Выборы 2016. Дебаты
 18.30 «Прямой эфир» 16+
 21.00 Т/с «Красивая жизнь» 12+
 03.00 Т/с «Семейный детектив» 12+
НТВ 05.00 Т/с «Дорожный патруль» 16+
 08.30 «Студия Юлии Высоцкой»
 09.00 Т/с «Возвращение Мухтара» 16+
 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
 10.20 Т/с «Дельта» 16+
 12.00 «Суд присяжных» 16+
 13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
 13.50, 00.25 «Место встречи» 16+
 15.00 Т/с «Я работаю в суде» 16+

16.20 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
 18.00 «Говорим и показываем» 16+
 19.40 «Экстрасенсы против детективов» 16+
 21.20 Х/ф «Зеленая карета» 16+
 23.10 Большинство
 01.30 «Победить рак» 16+
 02.45 Их нравы
 03.10 Т/с «Закон и порядок» 18+
 04.10 Т/с «Врачебная тайна» 16+
ТВУ 06.00 «Настроение»
 08.00 Д/ф «Последняя обида Евгения Леонова» 12+
 08.50 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать» 16+
 10.45, 11.50 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать... снова» 16+
 11.30, 14.30, 22.00 События
 13.20, 14.50 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать... на свадьбе» 16+
 15.35 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать... Отец невесты» 12+
 17.30 Город новостей 16+
 17.55 Х/ф «Полосатый рейс» 12+
 19.40 «В центре событий»
 20.40 «Право голоса» 16+
 22.30 «Приют комедиантов. Александр Ширвиндт» 12+
 00.25 Х/ф «Бабки» 16+
 01.50 «Петровка, 38» 16+
 02.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» 12+
 03.55 Д/ф «Кавказская пленница» 12+
 04.15 Т/с «Чёрные кошки» 16+
СТС 06.00, 05.10 «Ералаш» 0+
 06.35 М/с «Барбоскины» 0+
 07.15 М/с «Приключения Джеки Чана» 6+
 08.30 Т/с «Мамочки» 16+
 09.30 Х/ф «Скала» 16+
 12.00 Т/с «Молодёжка» 16+
 13.00 Т/с «Кухня» 12+
 16.00 Т/с «Воронины» 16+
 19.00 «Уральские пельмени. Любимое» 16+
 19.30 Шоу «Уральских пельменей» 16+
 21.00 Х/ф «Назад в будущее» 0+
 23.15 Х/ф «Зелёный шершень» 12+
 01.30 Х/ф «Чужой против хищника» 12+

03.15 Х/ф «16 кварталов» 12+
 05.50 «Музыка на СТС» 16+
5 06.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30 «Сейчас»
 06.10 «Момент истины» 16+
 07.00 «Утро на «5» 6+
 09.10 «Место происхождения»
 10.40, 11.45, 12.40, 13.35, 14.35, 16.10, 16.25, 17.25 Т/с «Меч» 16+
 19.00, 19.45, 20.35, 21.25, 22.10, 23.00, 23.50, 00.40 Т/с «След» 16+
 01.25, 02.05, 02.45, 03.25, 04.05, 04.45, 05.30 Т/с «Детективы» 16+
РС 06.00 Д/ф «У мыса Гангут» 16+
 06.30, 19.20 Документальный цикл «История государства Российского» 12+
 06.45 Короткометражный сериал «И в шутку, и всерьёз» 12+
 07.00 Сериал «Полнолуние» (фэнтези, Испания, 2012) 16+
 08.50, 14.30, 0.45 Авторские программы «Русский Север – лучшее» 16+
 09.00 Мультимир 6+
 09.30 Д/ф «Стиляги из Конго» 16+
 10.00, 15.00, 19.30, 22.15 «Новости» 16+
 10.25, 15.25, 19.55, 22.40 «Прогноз погоды» 16+
 10.30 Анимационный сериал «Котики, вперед!» 6+
 10.35 Анимационный сериал «Пузыри» 6+
 10.45 Сериал «Учителя» (мелодрама, Россия, 2013) 16+
 12.35 Короткометражный сериал «И в шутку, и всерьёз» 12+
 12.45 Х/ф «Временно беременна» (мелодрама, США, 2009) 16+
 15.30 Сериал «Под прикрытием» (боевик, Россия, 2012) 16+
 17.30 Сериал «Полнолуние» (фэнтези, Испания, 2012) 16+
 20.00 Х/ф «Наблюдатель» (боевик, Франция, 2013) 16+
 21.45 Д/ф «У мыса Гангут» 16+
 22.45 Сериал «Учителя» (мелодрама, Россия, 2013) 16+
 0.35 Короткометражный сериал «И в шутку, и всерьёз» 12+

1 05.50, 06.10 «Наедине со всеми»
 06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости
 06.55 Х/ф «Дети понедельника» 16+
 08.45 «Смешарики. Новые приключения»
 09.00 Игрой, гармониялюбимая! 0+
 09.45 Слово пастыря
 10.15, 16.55 «Евгений Леонов. «Я король, дорогие мои!» 12+
 11.20 «Смак» 12+
 12.15 «Идеальный ремонт»
 13.15 «Теория заговора» 16+
 14.10 «На 10 лет моложе» 16+
 15.00 Х/ф «Осенний марафон» 12+
 18.10 «Голос»
 20.00 «Кто хочет стать миллионером?»
 21.00 Время
 21.20 «Сегодня вечером» 16+
 22.40 «КВН» Премьер-лига. Финал 16+
 00.20 Х/ф «Код доступа «Кейптаун»» 16+
 02.30 Х/ф «Все любят китов»
 04.30 «Мужское / Женское» 16+
РОССИЯ 1 04.50 Х/ф «Превратности судьбы» 12+
 06.45 «Диалоги о житейных»
 07.40, 11.25, 14.20 Местное время. Вести-Вологодская область
 08.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
 08.20 Россия. Местное время 12+
 09.25 «Утренняя почта»
 10.05 «Сто к одному»
 11.35 «Юмор! Юмор! Юмор!» 16+
 14.30 Х/ф «Пять лет и один день» 12+
 16.30 Х/ф «Дочь за отца» 12+
 20.35 Торжественное открытие Международного конкурса молодых исполнителей «Новая волна-2016» Прямая трансляция из Сочи
 23.05 Х/ф «Во имя любви» 12+
 17.00 Х/ф «Васильки для Васильки» 12+
 03.05 Т/с «Семейный детектив» 12+
 04.05 «Комната смеха»
НТВ 05.05 «Их нравы»
 05.35 Т/с «Следопыт» 16+

07.25 Смотр
 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
 08.15 «Жилищная лотерея Плюс»
 08.45 «Готовим»
 09.10 «Устами младенца»
 10.20 «Главная дорога» 16+
 11.00 «Еда живая и мёртвая» 12+
 12.00 «Квартирный вопрос»
 13.05 Х/ф «Зеленая карета» 16+
 15.05 Своя игра
 16.20 «Детки» 16+
 17.15 «Герои нашего времени» 16+
 18.00 «Следствие вели...» 16+
 19.00 «Центральное телевидение»
 20.00 Новые русские сенсации 16+
 21.00 Ты не поверишь! 16+
 22.00 «Салтыков-Щедрин шоу» 16+
 23.00 «Международная пилорама» 16+
 23.50 Х/ф «Волчий остров» 16+
 01.40 «Победить рак» 16+
 02.55 Их нравы
 03.10 Т/с «Закон и порядок» 18+
 04.05 Т/с «Врачебная тайна» 16+
ТВУ 05.40 «АБВГДейка» 0+
 06.05 Х/ф «Вам и не снилось» 12+
 07.55 «Православная энциклопедия» 6+
 08.25 Х/ф «Королевство Кривых Зеркал»
 09.40 Х/ф «Петровка, 38» 12+
 11.30, 14.30, 21.00 События
 11.45 Х/ф «Огарева, 6» 12+
 13.30, 14.45 Х/ф «Счастье по рецепту» 12+
 17.20 Х/ф «Мачеха» 12+
 21.15 Ток-шоу «Право знать!» 16+
 22.35 «Право голоса» 16+
 01.50 «Люди одной кнопки» Специальный репортаж 16+
 02.20 Т/с «Инспектор Льюис» 12+
 04.10 Д/ф «Ия Саввина. Что будет без меня?» 12+
 05.00 Д/ф «Закулисные войны в балете» 12+
 05.10 «Марш-бросок» 12+
СТС 06.00, 05.00 «Ералаш» 0+
 06.50 Х/ф «Джек - покоритель великанов» 12+
 08.30 М/с «Смешарики» 0+
 09.00 М/с «Фиксики» 0+
 09.15 М/с «Три кота» 0+
 09.30 «Руссо туристо» 16+
 10.30 «Успеть за 24 часа» 16+

11.30 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря» 0+
 13.35 Х/ф «Астерикс и Обеликс. Миссия Клеопатра» 0+
 15.35 «Уральские пельмени. Любимое» 16+
 16.30 Шоу «Уральских пельменей» 16+
 17.10 Х/ф «Назад в будущее» 0+
 19.25 М/ф «Мадагаскар-2» 6+
 21.00 Х/ф «Назад в будущее-2» 0+
 23.05 Х/ф «Чужой против хищника» 12+
 00.50 Х/ф «Чужие против хищника. Реквием» 16+
 02.45 Х/ф «Зелёный шершень» 12+
 05.50 «Музыка на СТС» 16+
5 06.10 Мультфильмы 0+
 09.35 «День ангела» 0+
 10.00, 18.30 «Сейчас»
 10.10, 11.00, 11.55, 12.40, 13.35, 14.20, 15.10, 16.00, 16.55, 17.40 Т/с «След» 16+
 19.00 Х/ф «Курьер из «Рая»» 12+
 20.55 Х/ф «Авантюристы» 12+
 22.45 Х/ф «На крючке!» 16+
 00.35, 01.30, 02.30, 03.20, 04.20, 05.15 Т/с «Меч» 16+
РС 06.00 Мультимир 6+
 06.30 «Новости» 16+
 06.55 «Прогноз погоды» 16+
 07.00 Х/ф «Безумный день, или женитьба Фигаро» 12+
 08.50, 1.05 Авторские программы «Русский Север – лучшее» 16+
 09.00 Х/ф «Зверобой» 16+
 10.25 Анимационный сериал «Котики, вперед!» 6+
 10.30 Анимационный сериал «Пузыри» 6+
 10.40 Х/ф «Инструкции не прилагаются» 16+
 13.05 Х/ф «Бумбараш» 12+
 15.35 Х/ф «Безумный день, или женитьба Фигаро» 12+
 17.25 «Мировые новости» 16+
 17.45 Развлекательная программа «Достоинство республики» 16+
 20.10 Сериал «Неудачников NET» (комедия, Россия, 2010) 16+
 22.55 Х/ф «Скорость: автобус 657» (боевик, США, 2015) 16+
 0.40 Короткометражный сериал «И в шутку, и всерьёз» 12+
 0.50 Документальный цикл «История государства Российского» 12+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 4 СЕНТЯБРЯ

1 05.40, 06.10 «Наедине со всеми»
 06.00, 10.00, 12.00 Новости
 06.45 Х/ф «Четвертый» 12+
 08.10 Т/с «Часовой»
 08.40 М/с «Смешарики. Пин-код»
 08.55 «Здоровье» 16+
 10.15 «Непутевые заметки» 12+
 10.35 «Пока все дома»
 11.25 Фазенда
 12.15 Д/ф «Светлана Крюкова. «Я научилась просто, мудро жить...»» 12+
 13.20 Х/ф «Большая перемена»
 18.30 Юбилейный вечер Раймонда Паулса
 21.00 Воскресное «Время»
 22.30 «Афтар жот» 16+
 23.30 Х/ф «3 сердца» 16+
 01.35 Х/ф «Мясник, повар и мещеносец» 16+
 03.20 «Мужское / Женское» 16+
 04.15 Контрольная закупка
РОССИЯ 1 04.35 Х/ф «Любовь до востребования» 12+
 06.40 МУЛЬТ утро
 07.15 «Утренняя почта»
 07.55 «Сто к одному»
 08.40 Фестиваль детской художественной гимнастики «АЛИНА»
 10.20 Местное время. Вести-Вологодская область. Неделя в городе
 11.00, 14.00 Вести
 11.20 «Смеяться разрешается»
 14.20 Х/ф «Другой берег» 12+
 16.15 Х/ф «Моя мама против» 12+
 20.00 Вести недели
 22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+
 23.30 «Новая волна-2016»
 01.20 Х/ф «На всю жизнь» 12+
 03.25 «Смехопанорама Евгения Петросяна»
 03.55 «Комната смеха»
НТВ 05.00 Т/с «Следопыт» 16+
 07.00 «Центральное телевидение» 16+
 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
 08.15 «Русское лото плюс»
 08.50 «Стрингеры НТВ» 12+

09.25 «Едим дома»
 10.20 «Первая передача» 16+
 11.05 «Чудо техники» 12+
 12.00 «Дачный ответ»
 13.05 «Наш ПотребНадзор» 16+
 14.10 «Поедем, поедим!» 0+
 15.05 Своя игра
 16.20 «Большие родители» 12+
 17.00 «Секрет на миллион» 16+
 19.00 Акцент недели
 19.55 Х/ф «Беги!» 16+
 23.50 Концерт «Душа» 12+
 01.50 «Победить рак» 16+
 03.00 Т/с «Закон и порядок» 18+
 04.00 Т/с «Врачебная тайна» 16+
ТВУ 05.50 Х/ф «Запасная игрок»
 07.25 «Фактор жизни» 12+
 08.00 Х/ф «Дело было в Пенкове» 12+
 10.00 Д/ф «Вячеслав Тихонов. До последнего мгновения» 12+
 10.55 «Барышня и кулинару» 12+
 11.30, 23.00 События 16+
 11.45 Х/ф «Полосатый рейс» 12+
 13.30 «Смех с доставкой на дом» 12+
 14.30 Московская неделя 16+
 15.00 «Льон Измайлов и все-все-все» 12+
 16.20 Х/ф «Дилетант» 16+
 20.00 «Спасская башня». Фестиваль военных оркестров на Красной площади
 23.15 «Петровка, 38» 16+
 23.25 Х/ф «Жених из Майами» 16+
 01.00 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать» 16+
 02.55 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать... снова». 16+
 05.05 «Осторожно, мошенники!» Страшная порча» 16+
СТС 06.00 «Ералаш» 0+
 06.55 М/с «Приключения Тайо» 0+
 07.30 «Большая маленькая звезда» 6+
 08.30 М/с «Смешарики» 0+
 09.00 М/с «Три кота» 0+
 09.15 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря» 0+
 11.20 Х/ф «Астерикс и Обеликс: Миссия «Клеопатра»» 0+

13.25 М/ф «Мадагаскар-2» 6+
 15.00 Т/с «Два отца и два сына» 16+
 17.00 Х/ф «Назад в будущее-2» 0+
 19.05 Х/ф «16 кварталов» 12+
 21.00 Х/ф «Назад в будущее-3» 0+
 23.10 Х/ф «Чужие против хищника. Реквием» 16+
 01.05 Х/ф «Вам письмо» 0+
 03.25 Т/с «Кости» 16+
 05.15 «6 кадров» 16+
 05.45 «Музыка на СТС» 16+
5 06.15, 03.15, 04.10, 05.05 Т/с «Меч» 16+
 07.10 Мультфильмы 0+
 10.00 «Сейчас»
 10.10 «История из будущего» 0+
 11.00 Х/ф «Морозко» 6+
 12.40 Х/ф «Разные судьбы» 12+
 14.50 Х/ф «Классик» 16+
 17.00 «Место происхождения. О главном»
 18.00 Главное
 19.30, 20.25, 21.25, 22.20, 23.20, 00.20, 01.20, 02.20 Т/с «Спецназ по-русски 2» 16+
РС 06.00 Мультимир 6+
 06.30, 08.30, 01.45 Авторские программы «Русский Север – лучшее» 16+
 06.50 Короткометражный сериал «И в шутку, и всерьёз» 12+
 07.00, 15.40 Х/ф «Безумный день, или женитьба Фигаро» 12+
 09.45 Д/ф «Ямал. Дыхание земли» 16+
 10.15 Документальный цикл «История государства Российского» 12+
 10.30 Анимационный сериал «Котики, вперед!» 6+
 10.35 Анимационный сериал «Пузыри» 6+
 10.45 Х/ф «Бумбараш» 12+
 13.15 Х/ф «Инструкции не прилагаются» 16+
 17.10 Юбилейный концерт Льва Лещенко 16+
 19.00 Х/ф «Зверобой» 16+
 20.25 Сериал «Неудачников NET» (комедия, Россия, 2010) 16+
 23.10 Х/ф «Легенда» 18+
 05.30 Д/ф «Ямал. Дыхание земли» 16+

реклама

Реструктуризация или банкротство? ВЫБИРАЙТЕ САМИ! Часть 2.

Мы уже рассказывали о том, как вступивший в действие с 1 октября 2015 года Закон о банкротстве физлица помогает людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию из-за долгов перед банками. Но многие наши читатели хотели бы знать, какие варианты может предложить должнику суд после того, как тот подал документы о признании его банкротом. Об этом мы попросили рассказать специалистов Федеральной юридической компании «Банкротовед».

НЕСТРАШНОЕ БАНКРОТСТВО
 — Итак, человек отказался в суде от реструктуризации и стал банкротом. Что дальше?
 — После официального признания банкротом его имущество подлежит реализации.
 — То есть продано будет все? И машина, и квартира, и холодильник, и мебель?
 — Нет, такой «тотальной распродажи» точно не будет. Статья 446 Гражданского процессуального кодекса Российской Федерации четко прописывает, какое имущество гражданина-должника не может быть реализовано. Так, к примеру, если квартира является единственным жильем должника, то, вне зависимости от того, сколько в ней комнат и какова площадь, он имеет право остаться проживать в ней. Бывают случаи, когда даже судьи советуют должнику продать часть квартиры, переехать в жилье меньшей площади — допустим, из трехкомнатной квартиры в однокомнатную. Но, поскольку закон не предусматривает какого-то норматива по жилплощади, который может быть оставлен должнику, то следует понимать, что это — всего лишь рекомендация, и продавать или разменивать свою квартиру на меньшую вас не может заставить даже суд. Исключением является только жилье, по которому должник не выплатил ипотеку, но про такие ситуации мы подробнее расскажем в одном из наших следующих интервью.
 — С квартирой понятно, а какое еще имущество должника не может быть реализовано на торгах?
 — Все, что необходимо человеку для жизни и работы. То есть если у вас дома всего один холодильник, одна стиральная машина — их не заберут. Если вы зарабатываете на жизнь, сидя у компьютера, его обязаны оставить. Так же, как и предметы домашней обстановки и обихода, вещи индивидуального пользования (одежда, обувь), за исключением драгоценностей и предметов роскоши. Список того, что обязаны оставить должнику, довольно обширен.
 — А автомобиль? Из новостей мы знаем, что машина должника описывается чуть ли не в первую очередь. Это все-таки «роскошь» или средство передвижения?
 — Допустим, если человек проживает в сельской местности и машина — единственная возможность добраться до больницы, отвести ребенка в школу или даже банально поехать в магазин за продуктами, ее не имеют права выставлять на торги. Также автомобиль не может быть реализован в случае, если его владелец воспитывает ребенка-инвалида. Так что по каждому случаю юристы разбираются индивидуально.
 — Допустим, человек объявлен банкротом, имущество, подлежащее реализации, распродано, но полученная в итоге сумма недостаточна, чтобы закрыть все долговые обязательства. Что будет тогда?
 — Завершающая стадия банкротства — это списание долгов. Независимо от того, какую сумму вы были должны банку, их просто больше не будет на основании Закона о банкротстве физических лиц. У банка просто не будет другого выхода, кроме как списать ваши долги, когда у вас на руках будет решение суда о признании вас банкротом и освобождении от всех долгов. Вы совершенно законно с помощью грамотных юристов «Банкротоведа» пройдете через эту процедуру и начнете новую жизнь.

БАНКРОТОВЕД горячая линия
 8-960-299-85-85
 Козленская, д. 3, 4 этаж, оф. 2, 3,
 ТЦ «Кристалл»
 http://банкротоведвологда.рф

ПРОДАЮ однокомнатную квартиру в панельном доме (г. Грязовец, ул. Пылаевых, 46). Сделан косметический ремонт в комнате, кухне и прихожей. Ванная комната совмещена с санузлом. Сделан полный ремонт кафелем, установлена новая сантехника. Информация по телефону. 8-909-596-99-70, Александр. Цена договорная.

ВНИМАНИЕ! ОГРАНИЧЕНИЕ ПРИ ПРОСМОТРЕ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
 В связи с принятием Федерального Закона № 139-ФЗ от 28.07.2012 г. «О внесении изменений в Закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» и отдельные законодательные акты Российской Федерации» с 01 сентября 2012 года программы передач промаркированы специальными знаками пяти возрастных категорий зрителей: 0+ (от 0 до 6 лет); 6+ (от 6 до 12 лет); 12+ (от 12 до 16 лет); 16+ (от 16 до 18 лет); 18+ (старше 18 лет). Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи, или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

ИНФОРМАЦИОННОЕ СООБЩЕНИЕ

Решением Арбитражного суда Вологодской обл. от 10.02.15 по делу А13-15724/14 ООО (колхоз) «Спасское» (Вологодская обл., Грязовецкий р-н, д. Спасское, 34; ОГРН 1113529000969; ИНН 3509010529) признано банкротом. Конкурсный управляющий Матвеева Екатерина Николаевна (ИНН 352508509225; СНИЛС 077-983-774-48, Союз «МЦАУ» (Ярославль, ул. Некрасова, 39Б, ОГРН 1117600001419; ИНН 7604200693)). Адрес: Вологда, Благовещенская, 53, 1 эт.

1. Организатор торгов ООО «Эпицентр» (Вологда, Чехова, 4-19; ОГРН 1103525000952; ИНН 3525235135, epicentr.torgi@gmail.com, (8172)330862) сообщает о проведении на электронной площадке bankruptcy.lot-online.ru открытых торгов в форме публичного предложения. Лоты (наименование, кадастровый номер*, площадь, начальная цена/наименование, год выпуска, гос. номер, начальная цена): 1 - земельный участок (далее - з/у) :235, 14000 м2, 20160 р., 2 - з/у :236, 28000 м2, 40320 р., 3 - з/у :237, 36000 м2, 51840 р., 4 - з/у :238, 179000 м2, 257760 р., 5 - з/у :239, 56000 м2, 80640 р., 6 - з/у :240, 12000 м2, 17280 р., 7 - з/у :241, 21000 м2, 30240 р., 8 - з/у :242, 42000 м2, 60480 р., 9 - з/у :243, 50000 м2, 72000 р., 10 - з/у :244, 109000 м2, 156960 р., 11 - з/у :245, 43000 м2, 61920 р., 12 - з/у :246, 21000 м2, 30240 р., 13 - з/у :247, 38000 м2, 54720 р., 14 - з/у :248, 10000 м2, 14400 р., 15 - з/у :249, 24000 м2, 34560 р., 16 - з/у :250, 31000 м2, 44640 р., 17 - з/у :251, 91000 м2, 131040 р., 18 - з/у :252, 98000 м2, 141120 р., 19 - з/у :253, 35000 м2, 50400 р., 20 - з/у :254, 31000 м2, 44640 р., 21 - з/у :255, 15000 м2, 21600 р., 22 - з/у :256, 53000 м2, 76320 р., 23 - з/у :257, 14000 м2, 20160 р., 24 - з/у :258, 35000 м2, 50400 р., 25 - з/у :259, 18000 м2, 25920 р., 26 - з/у :260, 49000 м2, 70560 р., 27 - з/у :261, 89000 м2, 128160 р., 28 - з/у :262, 32000 м2, 46080 р., 29 - з/у :263, 11000 м2, 15840 р., 30 - з/у :264, 30000 м2, 43200 р., 31 - з/у :265, 11000 м2, 15840 р., 32 - з/у :266, 24000 м2, 34560 р., 33 - з/у :267, 22000 м2, 31680 р., 34 - з/у :268, 62000 м2, 89280 р., 35 - з/у :269, 18000 м2, 25920 р., 36 - з/у :270, 19000 м2, 27360 р., 37 - з/у :271, 51000 м2, 73440 р., 38 - з/у :272, 18000 м2, 25920 р., 39 - з/у :273, 32000 м2, 46080 р., 40 - з/у :274, 32000 м2, 46080 р., 41 - з/у :275, 80000 м2, 115200 р., 42 - з/у :276, 190000 м2, 273600 р., 43 - з/у :277, 28000 м2, 40320 р., 44 - з/у :278, 43000 м2, 61920 р., 45 - з/у :279, 37000 м2, 53280 р., 46 - з/у :280, 65000 м2, 93600 р., 47 - з/у :281, 30000 м2, 43200 р., 48 - з/у :282, 29000 м2, 41760 р., 49 - з/у :283, 34000 м2, 48960 р., 50 - з/у :284, 33000 м2, 47520 р., 51 - з/у :353, 18000 м2, 25920 р., 52 - з/у :354, 45000 м2, 64800 р., 53 - з/у :355, 385000 м2, 554400 р., 54 - з/у :356, 156000 м2, 224640 р., 55 - з/у :357, 22000 м2, 31680 р., 56 - з/у :358, 28000 м2 40320 р., 57 - з/у :359, 247000 м2, 355680 р., 58 - з/у :360, 368000 м2, 529920 р., 59 - з/у :361, 41000 м2, 59040 р., 60 - з/у :362, 22000 м2, 31680 р., 61 - з/у :520, 67000 м2, 96480 р., 62 - з/у :521, 108000 м2, 155520 р., 63 - з/у :522, 69000 м2, 99360 р., 64 - з/у :523, 26000 м2, 37440 р., 65 - з/у :524, 86000 м2, 123840 р., 66 - з/у :525, 60000 м2, 86400 р., 67 - з/у :526, 47000 м2, 67680 р., 68 - з/у :527, 54000 м2, 77760 р., 69 - з/у :528, 142000 м2, 204480 р., 70 - з/у :529, 94000 м2, 135360 р., 71 - з/у :530, 234000 м2, 336960 р., 72 - з/у :531, 42000 м2, 60480 р., 73 - з/у :532, 60000 м2, 86400 р., 74 - з/у :533, 23000 м2, 33120 р., 75 - з/у :534, 231000 м2, 332640 р., 76 - з/у :535, 35000 м2, 50400 р., 77 - з/у :536, 26000 м2, 37440 р., 78 - з/у :537, 40000 м2, 57600 р., 79 - з/у :538, 20000 м2, 28800 р., 80 - з/у :539, 95000 м2, 136800 р., 81 - з/у :540, 33000 м2, 47520 р., 82 - з/у :541, 61000 м2, 87840 р., 83 - з/у :542, 83000 м2, 119520 р., 84 - з/у :543, 28000 м2, 40320 р., 85 - з/у :544, 17000 м2, 24480 р., 86 - з/у :545, 78000 м2, 112320 р., 87 - з/у :546, 55000 м2, 79200 р., 88 - з/у :547, 49000 м2, 70560 р., 89 - з/у :548, 18000 м2, 25920 р., 90 - з/у :549, 346000 м2, 498240 р., 91 - з/у :667, 144000 м2, 207360 р., 92 - з/у :668, 92000 м2, 132480 р., 93 - з/у :669, 26000 м2, 37440 р., 94 - з/у :670, 60000 м2, 86400 р., 95 - з/у :671, 26000 м2, 37440 р., 96 - з/у :672, 405000 м2, 583200 р., 97 - з/у :673, 135000 м2, 194400 р., 98 - з/у :674, 294000 м2, 423360 р., 99 - з/у :675, 225000 м2, 324000 р., 100 - з/у :676, 91000 м2, 131040 р., 101 - з/у :677, 65000 м2, 93600 р., 102 - трактор Беларусь 1221.2, 2010, 6788ВА35, 897610,5 р., 104 - прицеп тракторный 2ПТС-8, 2011, 6795ВА35, 165809,7 р., 105 - УАЗ - 390945, 2011, В894МН35, 245025 р., 106 - трактор МТЗ-82 с погрузчиком ПЭФ-1БМ, 2012, 6962ВА35, 836820 р., 107 - трактор ХТЗ-17221, 2011, 6790ВА35, 1423800 р., 108 - плуг оборотный ППО-4+1-40К, 2011, 294143,4 р., 109 - плуг оборотный ППО-4+1-40К, 2011, 294143,4 р., 110 - полуприцеп ПС-45, 2011, 6798ВА35, 481067,1 р., 111 - полуприцеп ПС-45, 2011, 6799ВА35, 481067,1 р., 112 - комбайн ДОН-680М, 2011, 6789ВА35, 1592167,5 р., 113 - комбайн РСМ-101 «Вектор-410», 2010, 6797ВА35, 1785883,5 р., 114 - кормораздатчик тракторный КТ-10-01, 2012, 157847,4 р., 115 - опрыскиватель ОПМ-2001, 2011, 150300 р., 116 - культиватор КБМ-7,2П, 2011, 308624,4 р., 117 - культиватор КБМ-7,2П, 2011, 308624,4 р., 118 - разбрасыватель удобрений МВУ-1200, 2011, 68490 р., 119 - разбрасыватель удобрений МВУ-1200, 2011, 68490 р., 120 - сеялка СЗУ-6, 2011, 516899,7 р., 121 - сеялка СЗУ-6, 2011, 516899,7 р., 122 - зернозагрузчик ЗШН-20, 2011, 26449,2 р., 123 - косилка роторная навесная, 2010, 64785,6 р., 124 - резервуар-охладитель Г6-ОХЗ-3000, 146174,4 р., 125 - форвардер МПТ 2661-01, 2012, 6963ВА35, 4010961,6 р.

Задаток по каждому лоту - 5% начальной цены. Задаток вносится на счёт Организатора в Отделении № 8638 Сбербанка России г. Вологда № 40702810512000003058, к/с 30101810900000000644, БИК 041909644.

Начало приема заявок - 27.09.16. Заявки направляются Оператору эл. площадки ОАО «Российский аукционный дом» на <https://bankruptcy.lot-online.ru>. Заявка (электронный документ) содержит: фирменное наименование (наименование), сведения об организационно-правовой форме, месте нахождения, почтовый адрес (для юридического лица); фамилию, имя, отчество, паспортные данные, сведения о месте жительства (для физического лица); номер телефона, адрес эл. почты, ИНН, обязательство соблюдать требования из сообщения о торгах; сведения о наличии/отсутствии заинтересованности к должнику, кредиторам, управляющему, о характере заинтересованности; сведения об участии в капитале заявителя управляющего, а также СРО арбитражных управляющих, членом/руководителем которой является управляющий; копии документов о полномочиях руководителя (для юр. лиц); действительную выписку из ЕГРЮЛ или заверенную нотариусом копию выписки (для юр. лица); действительную выписку из ЕГРИП или заверенную нотариусом копию выписки (для индивидуального предпринимателя); копии документов, удостоверяющих личность (для физ. лица); заверенный перевод на русский язык документов о гос. регистрации юр. лица или гос. регистрации физ. лица в качестве предпринимателя (для иностранного лица); копию решения об одобрении/совершении крупной сделки, если требование о таком решении установлено законодательством РФ и (или) учред. документами юр. лица, и если для участника приобретение имущества/внесение задатка - крупная сделка.

По истечении 7 дней с даты начала приема заявок и дальше каждый раз по истечении 7 дней цена уменьшается на 5% от начальной. Снижение продолжается до момента снижения цены до суммы, равной 50% от начальной. Каждая цена действует в течение 7 дней с 00 ч. 00 м. 01 сек. до 23 ч. 59 м. 59 сек. В этот промежуток можно подать заявку по действующей в течение дня цене. Цена снижается, если нет заявки с предложением о цене не ниже действующей в период.

Форма подачи предложений о цене - открытая. Решение Организатора о допуске - на следующий день после истечения срока действия каждой цены. Победитель - участник, первым представивший в срок заявку с предложением о цене не ниже цены продажи, установленной на дату подачи заявки, и допущенный к торгам.

Если несколько участников в срок представили заявки с разными предложениями о цене, но не ниже начальной, установленной для периода, победитель - участник, предложивший максимальную цену.

Если несколько участников в срок представили заявки с равными предложениями о цене, но не ниже начальной, установленной для периода, победитель - участник, первым представивший в срок заявку. Победитель определяется в 2 раб. дня с окончания действия данной цены. Прием заявок - до определения победителя.

Итоги торгов подводятся на <https://bankruptcy.lot-online.ru> после завершения. Протокол об итогах составляется Оператором в течение 2 часов после окончания, направляется Организатору, который утверждает его, направляет Оператору в течение 1 часа с момента получения. Протокол размещается на <https://bankruptcy.lot-online.ru> в течение 10 минут после получения Оператором. В течение 5 дней с даты подписания протокола об итогах Организатор направляет Победителю и управляющему предложение заключить договор. Победитель в 5 дней с даты получения предложения подписывает договор. Победитель оплачивает лот в 30 дней со дня подписания договора. Передача имущества - после полной оплаты. Ознакомление - у Организатора по телефону и эл. почте.

*указаны окончания кад. номеров: для лотов с 1 по 50 начало номера - 35:28:0202050; для лотов с 51 по 60 начало номера - 35:28:0203001; для лотов с 61 по 90 начало номера - 35:28:0203020, для лотов с 91 по 101 начало номера - 35:28:0203042; место нахождения участков: Вологодская обл., Грязовецкий р-н, с/п Перцевское.

2. Организатор торгов ООО «Эпицентр» сообщает, что 04.10.16 в 10.00 пройдут повторные торги. Лоты: 1 - Трактор колесный МТЗ-80 1992 г., гос. № 6807ВА35 - 45 000 руб. 2 - Трактор колесный МТЗ-80 1987 г., гос. № 6793ВА35 - 36 000 руб. 3 - Трактор колесный МТЗ-80Л 1988 г., гос. № 6792ВА35 - 18 000 руб.

Задаток по каждому лоту, шаг аукциона - 5% начальной цены. Задаток вносится на счёт Организатора. Заявки на участие в торгах предоставляются Оператору эл. площадки ОАО «Российский аукционный дом» с 10:00 22.08.16 до 16:00 28.09.16 на <https://bankruptcy.lot-online.ru>. Заявка должна соответствовать требованиям, указанным в разделе 1 настоящей публикации.

Решение Организатора о допуске - 30.09.16. Уведомление направляется Оператором в течение 1 дня со дня получения протокола. Форма подачи предложений о цене - открытая. Победитель - участник, предложивший максимальную цену. В случае предложения равной цены представленным признается более раннее предложение. Итоги подводятся на <https://bankruptcy.lot-online.ru> после завершения. Протокол об итогах составляется Оператором в течение 2 часов после окончания, направляется Организатору, который утверждает его, направляет Оператору в течение 1 часа с момента получения. Протокол размещается на <https://bankruptcy.lot-online.ru> в течение 10 минут после получения Оператором. Порядок заключения договора, оплаты, передачи имущества, ознакомления такой же, как в разделе 1 настоящего сообщения.

В случае незаключения договора купли-продажи по результатам повторных торгов, имущество продается посредством публичного предложения в порядке, изложенном в разделе 1 настоящей публикации с учетом следующего. Начальная цена равна начальной цене на повторных торгах. Начало приема заявок - 16.01.17. По истечении 3 раб. дней с даты начала приема заявок (включая 1-й день приема заявок), а в дальнейшем - каждый раз по истечении 1 раб. дня, цена уменьшается на 5% от начальной цены на повторных торгах. Правило действует до момента снижения цены до 50% цены продажи на повторных торгах.

реклама Афоничев Н.П.

**КАМАЗ
С ПРИЦЕПОМ
ПРИВЕЗУ
НАВОЗ, ПЕСОК, ПГС,
ЗЕМЛЮ, ДРОВА.
ПЕРЕВОЗКА ТРАКТОРОВ.
8-921-830-88-08,
8-900-540-23-23.**

реклама ИП Тетерин Р.С.

Организация оказывает услуги по земельным работам:
**КОПКА КОЛОДЦЕВ
СЕПТИКОВ
ТРАНШЕЙ
ЧИСТКА КОЛОДЦЕВ
Почка ВОДЫ
Доставка колец**
**КАЧЕСТВО
ДОГОВОР**
Пенсионерам скидка 10%
Вызов СПЕЦИАЛИСТА
тел.: (8172) 70-26-56
8-953-521-21-35

реклама ИП Громов С.В.

**РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
НА ДОМУ
(город, село)
Т. 8-965-738-29-73**

реклама ИП Крутикова Н.Н.

**КОПКА колодцев,
септиков**
ДОСТАВКА колец
**Телефон
8-921-716-15-04.**

реклама

**ООО «ЛЕФОРТ»
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- 15 кв. м - 5500 руб.
Франция-Россия.
Шовные, бесшовные,
любой сложности.
Опыт работы 10 лет.
г. Вологда.
(8172) 72-13-68,
8-921-716-07-77,
8-921-233-33-26.**

реклама Зиновьева А.И.

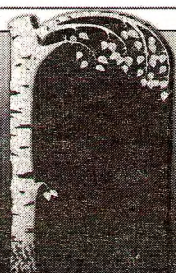
**ОТРЕМОНТИРУЮ
НА ДОМУ
ХОЛОДИЛЬНИК,
СТИРАЛЬНЫЙ АВТОМАТ,
ШВЕЙНУЮ МАШИНУ.
8-953-520-19-58.**

реклама ООО «Железобетон-35»

ЗАВОД ЖБИ
реализует
железобетонные
КОЛЬЦА С ЗАМКОВ
любых размеров +
комплектующие.
Доставка, поиск воды,
копка колодцев,
септиков, траншей.
**Телефон
8-911-501-27-12.**

реклама
**ПАМЯТНИКИ
«НА ВЕКА»**

памятники От производителя
ограды - доставка
столы - установка
скамьи - благоустройство



доставка умерших в морг (круглосуточно);
копка могил, организация похорон;

продажа и доставка гроба, венков, крестов (в любой населенный пункт)

ИП Першин Е.А.
**РИТУАЛЬНАЯ
СЛУЖБА**

оформление любых документов (справки из морга, свидетельство о смерти, получение места на кладбище)

Мы понимаем ваше горе и подходим к делу ответственно.

**КУПЛЮ ИКОНЫ
И ДР. ДОРОГО.
8-921-230-84-31,
8-953-515-65-96.**