

НУЖЕН ПОПУТЧИК?
vse_svoi.poputchiki
Всесвой.Попутчики

Яндекс все свои попутчики

А Вы подготовились к школе?
Если нет, то мы прилетаем Вас в м-н «Аполлон»
Нолинск, Ленина, 11
м-н «Молния»
Уржум, Белинского, 31
Низкие цены!

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ В ГОРОДЕ!
наличный и безналичный расчет

ДЕТСКИЙ

КАНЦТОВАРЫ

ВСЕГДА ХОРОШИЙ ВЫБОР:
ДЛЯ ДЕТСКОГО САДА
ДЛЯ ШКОЛЫ
ДЛЯ ОФИСА

г. Уржум, ул. Советская, 24а
тел. 8-912-367-98-23

ПОМОЩЬ БЕЗДОМНЫМ ЖИВОТНЫМ
КИРОВСКОЙ ОБЛ.

В контакте
public170414753

8-912-822-48-44

ВЕРНЫЙ ДРУГ

№ 8 (226) 15 августа 2019 года

Нолинск, Уржум, Суна

ТИРАЖ ГАЗЕТЫ « ВСЕ СВОИ » 10 000

ВСЕ СВОИ

РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ИЗДАНИЕ



Привезем всё!
НАДЕЖНО, БЫСТРО, НЕДОРОГО

СТРОЙМАТЕРИАЛЫ
ЦВЕТЫ / ПОДАРКИ
БЫТ. ТЕХНИКУ
ТОПЛИВО
ЛОДКУ...
+
УСЛУГИ ПРИЦЕПА!

8-919-505-33-55 Уржум | Область | РФ

Сеть магазинов **СТИЛЬ Зимний**
Товары кировских производителей

Куртки из болоньи и эко-кожи
-50%*

Пальто из драпа и болоньи
-20%*

обувь из натуральной кожи/замши
-30%*

БОЛЕЕ 2000 моделей верхней одежды, обуви и аксессуаров
БЕСПРОЦЕНТНАЯ РАССРОЧКА, КРЕДИТ!
Нолинск, Ленина 26, 2 этаж Уржум, Кирова 38а, 2 этаж

ООО "АЗ" ОГРН 5167746450372, Юр. адрес: 123112 г. Москва, набережная Пресненская, д.12, Э 45, ком 10, оф 294

ТЕХПРОМ МАКСИМУМ ТЕХНИКИ

в честь открытия
17, 18 августа

СУПЕРЦЕНЫ

НА БЫТОВУЮ ТЕХНИКУ И ЭЛЕКТРОНИКУ!



от 11990 руб.

от 12999 руб.



от 13899 руб.



от 8999 руб.



от 1999 руб.



от 350 руб.



от 1990 руб.

г. Уржум, ул. Рокина, 7 www.techprom.ru

ПРОДАЮ

- ½ дома в Нолинске. Индивидуальное газовое отопление, водопровод, земельный участок, баня, хоз.постройки. Цена: 450 тыс. руб или за материнский капитал Тел.: 8-922-953-16-97
- Дом по ул.Бехтерева в Нолинске, большой земельный участок, ИГО Тел.: 8-912-330-52-87
- Дом 30,5 кв.м в Нолинске Тел.: 8-912-364-97-26, Надежда
- Дом в коттеджном комплексе «Солнечная долина» (г.Киров). В доме газ, электричество, скважина, канализация. Полностью благоустроен Тел.: 8-922-908-23-13
- Квартиру в центре Нолинска, кирпичный дом, второй этаж, 28 кв.м, две комнаты, ИГО, водопровод, канализация, крыша из профнастила, пластиковые окна, грядки, яма, необходимая мебель Тел.: 8-912-723-72-00, цена: 550 тыс. руб.
- Квартиру-студию в кирпичном доме 2016 г.в районе ОЦМ (Киров). Квартира теплая и уютная.Есть лоджия. Ванная в плитке. В квартире остается кухня и частично мебель. Рядом: поликлиника, магазины, остановка, школа, детский сад. Собственник Тел.: 8-919-524-22-20
- Однокомнатную квартиру в центре Тел.: 8-919-511-58-26
- Однокомнатную квартиру в кирпичном доме, пластиковые окна, проведен газ, отопление, вода. Ул. Чапаева Тел.: 8-953-131-23-84
- Однокомнатную квартиру в центре, заходи и живи. Недорого Тел.: 8-919-511-58-26
- Однокомнатную квартиру (38 кв.м) в центре города. Сделана небольшая перепланировка (документы в порядке). Пластиковые окна, натяжные потолки, железная входная дверь. Газовый котел. Рассмотрю варианты обмена на 2-х комнатную с ИГО Тел.: 8-912-337-51-19
- Однокомнатную квартиру в центре города. Ул. Фрунзе, д.4. 5 этаж Тел.: 8-912-364-51-01
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру (Нолинск, ул.Заводская, 2) на первом этаже, площадь: 50 кв.м., индивидуальное газовое отопление Тел.: 8-912-824-42-34
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру в центре. В квартире: газовое отопление, пластиковые окна, натяжные потолки Тел.: 8-912-713-86-49
- 2-х комнатную квартиру с газовым отоплением. В центре города. Возможен торг с реальным покупателем Тел.: 8-922-943-63-21
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру в деревянном доме. Имеется небольшая огорода, гараж с бетонированной овощной ямой Тел.: 8-912-713-23-53
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру (52 кв.м) в кирпичном 3-х этажном доме на РМЗ, солнечная сторона, удобная планировка комнат. ИГО Тел.: 8-963-000-54-55
- 2-х комнатную неблагоустроенную квартиру на Чапаева, 25. Окна пластик, крыша металлопрофиль Тел.: 8-977-617-06-53

РАЗНОЕ

- «АВТОКОЛОП» / Нолинск, ул.Ленина, 3А / - У нас можете приобрести полировальную пасту на разлив; - Также имеется полировальная паста для стекла; - Предоставляем скидки автосервисам и постоянным покупателям Тел.: 8-919-516-62-79
- В магазине «Фаворит» поступление нового товара: куртки, джемпера, спортивная одежда, а так же школьная одежда и многое другое, приглашаем за покупками. Нолинск, Ленина 24А Тел.: 89195169828, Дмитрий
- Уважаемые граждане В селе Кырчаны Нолинского района ведется строительство храма. Всех неравнодушных просим откликнуться и помочь в строительстве храма. Денежные средства можно перечислять на следующие реквизиты: р/с 42301810227005412291, банк получателя: доп.офис № 8612/0463 ПАО Сбербанк, к/с 30101810500000000609, БИК 043304609, Ф.И.О. получателя - Буга Василий Иванович
- Отдам люминесцентные лампы (30 шт.) и упаковку стартеров Тел.: 8-912-729-25-64

- Однокомнатную квартиру в центре. Недорого Тел.: 8-912-709-39-08
- «Евродушку» в Кирове, ЖК. Дом - кирпич, этаж 2/9, лоджия, площадь комнат: 16.0 и 16.5, ремонт сделан. Собственник, свободная продажа Тел.: 8-912-336-94-84
- 3-х комнатную благоустроенную квартиру (на горе), 5/5. Торг при осмотре Тел.: 8-912-377-01-23
- 3-х комнатную квартиру в центре (47 кв.м), водопровод, канализация, печное отопление, подведен газ Тел.: 8-912-335-82-02
- 3-х комнатную квартиру на втором этаже кирпичного дома, автономное печное, электро отопление, водопровод, канализация местная, два дровяника, во дворе гараж с овощной ямой, грядка с парником Тел.: 8-919-517-39-25
- 3-х комнатную неблагоустроенную квартиру в центре, печное отопление, водопровод, канализации нет, огород. Цена обговаривается при осмотре Тел.: 8-919-504-83-00
- 3-х комнатную квартиру с ИГО в 2-х квартирном доме в п.Птицефабрика Нолинского района Тел.: 8-912-364-51-01
- 3-хкомнатный благоустроенный дом в Советском районе Тел.: 8-912-707-69-17
- Комнату в коммунальном доме по адресу: Нолинск, ул.К-Либкнехта, 17,7 кв.м, 1 этаж, печное отопление, есть грядки, дровяник. Торг. 100 тыс.руб. Тел.: 8-912-733-97-66
- Комнату в коммунальной квартире (15,7 кв.м) в центре города (неблагоустроенная, печное отопление). Недорого Тел.: 8-919-506-05-79
- Комнату в центре Кирова. Этаж 1/3. По документам — доля. Свой санузел, установлен насос. Высокие потолки, 2 больших пластиковых окна. Выделена зона кухни. Развитая инфраструктура. Без обременений, собственник Тел.: 8-912-334-69-18
- Светлую и теплую комнату в центре города, недорого Тел.: 8-922-961-96-34
- Здание 1366,4 кв.м • Здание 828,4 кв.м • Здание 1350,8 кв.м • Здание 159,3 кв.м. Территория огорожена забором, на въезде — автоматические ворота; внутренние площадки заасфальтированы. По краю территории проходит газопровод со сделанным отводом газа на имеющуюся площадку. Имеются коммуникации. Нолинский район, д. Рябиновщина Тел.: 8-922-900-99-00
- Земельный участок. Документы готовы. Имеется разрешение на строительство, на подключение электричества (опора со щитом учета). Рядом детсад, школа, ФОК. На участке имеется сруб б/у, который можно использовать под строительство дома или бани Тел.: 8-919-500-44-64
- Участок ИЖС от 5 соток. Дороги, электричество. Беспроцентная рассрочка без участия банка: первый взнос — 5 т.р., ежемесячный платеж по 5 т.р. Оформление в собственность сразу Тел.: 8-922-908-23-13 (Киров)

Роспотребнадзор опубликовал статистику по химическим отравлениям населения области за первую половину 2019 года. По сравнению с аналогичными периодами прошлых лет их количество снижается. За первое полугодие зарегистрировано 450 случаев острого химического отравления, в 2018 году - 523. Согласно статистике первое место занимает отравление алкоголем и его суррогатам - 40% от общего количества. В текущем году зарегистрировано 180 случаев, почти половина пострадавших скончалась.

По данным на конец июля в Кировской области - самые высокие в Приволжском федеральном округе цены на бензин и дизельное топливо. Регион лидирует по этому показателю на протяжении практически всего лета. По данным Росстата, бензин марки АИ-92 в среднем обходится водителям в 42,83 рубля за литр, марки АИ-95 - в 46,3 рубля, марки АИ-98 - в 52,64 рубля. Литр дизельного топлива кировские водители покупают в среднем за 46,76 рубля.

- Дачу (общество «Урожайное»), есть вода Тел.: 8-912-725-43-03
- Гараж в р-не р.Возжайка (5x5) с документами Тел.: 8-912-364-44-37
- ВА3-2121 на запчасти. 30 т.р. Торг Тел.: 8-912-334-55-78
- ВА3-21074 Тел.: 8-919-514-41-33
- Mitsubishi Lancer X, 2008 г.в., в эксплуатации с октября 2009, все стекла оригинальные, мультимедиа система на «Андроиде» с навигатором и камерой заднего вида, сигнализация с автозапуском, дорогие светодиодные лампы в фарах, зимняя резина на штампах в комплекте Тел.: 8-900-528-86-68
- Chance 2010 г.в. с пробегом: 26300 км. Цвет: серо-золотистый. Летней эксплуатации, техобслуживание и техосмотр пройден 03.08.2019. Пробег родной. Автозапуск, 2 брелка, новая летняя резина. Состояние нового авто. Владелец Тел.: 8-922-916-61-50
- «Восход-3М». Эксплуатировался 1 сезон, пробег: 500 км. Документы утеряны. В подарок прицеп к мотоциклу Тел.: 8-922-969-91-98
- Скутер «PatronActive 50», цена: 15 тыс. руб., звонить после 17:00, торг Тел.: 8-912-825-50-44 (Нолинск)
- Велосипед «ForwardSporting 2», цена: 4500 руб., звонить после 17:00, торг Тел.: 8-912-825-50-44 (Нолинск)
- Лодку ПВХ под мотор до 5л.с., торг при осмотре Тел.: 8-912-335-16-84
- Запчасти на ВА3: 2106-07, 2109, 2112, «Волга», «Шевролет Ланос» Тел.: 8-951-355-62-20
- Запчасти к ДТ-75, культиватор КПС-4, косилка конная, машинка для изготовления ключей с заготовками, сейф оружейный, овечья шерсть (не битая) Тел.: 8-912-727-80-18
- Пасеку с яблоневым садом, хозпостройки, омшаник, ульи, медогонку. В районе д. Рябиновщина Тел.: 8-912-367-91-85
- Бочки 200л из под ГСМ - 500р Тел.: 8-951-355-62-20
- Дрова колотые Тел.: 8-912-728-61-10
- Гитару со звукоснимателем «ретро», полушубок цигейка (размер: 58-60), станок строгаль (пила самодельная 220В), мотоблок «Крот» Тел.: 8-912-725-43-03
- Солдатские берцы из натуральной кожи, размер 41. Цена: 2000 руб Тел.: 8-912-707-35-44
- 3-х предметную стенку, состоящую из шифоньера, книжного шкафа и компьютерного стола. Б/у Тел.: 8-912-369-53-05
- Сервант, ножную швейную машинку. Цена договорная Тел.: 8-912-367-91-85
- Холодильник «Веко». Высота 140 см. 6 тыс.р. Возможен торг Тел.: 8-999-100-92-90
- Антенну «Триколор» с ресивером Тел.: 8-912-364-44-37
- Тонومتر с речевым выходом «BL-W928» - 1800 руб Тел.: 8-953-684-36-89
- Штангенглубиномер 0-200 мм, цена деления: 0.05, б/у — 400р Тел.: 8-953-684-36-89
- Новый счётчик воды ... Тел.: 8-912-723-16-58

Прокуратура проверила проведение капитального ремонта многоквартирных домов в Кировской области. За первое полугодие выявлено 146 нарушений законодательства. В план капремонта в 2019 году включен 881 многоквартирный жилой дом. На момент окончания проверок в конце июля ремонт завершён лишь в 133 домах. По результатам вынесено 89 представлений, к дисциплинарной ответственности привлечено 20 должностных лиц и подано 5 исковых заявлений.

По данным на конец июля в Кировской области - самые высокие в Приволжском федеральном округе цены на бензин и дизельное топливо. Регион лидирует по этому показателю на протяжении практически всего лета. По данным Росстата, бензин марки АИ-92 в среднем обходится водителям в 42,83 рубля за литр, марки АИ-95 - в 46,3 рубля, марки АИ-98 - в 52,64 рубля. Литр дизельного топлива кировские водители покупают в среднем за 46,76 рубля.

УСЛУГИ

- АДВОКАТ. Нолинск, ул. Ленина, 19 Тел.: 8-912-733-34-12

Сертифицированный автосервис "RemZona-43" предоставляет услуги:
- шиномонтаж, - 3D сход развал,
- диагностика и ремонт двигателя,
- установка газобаллонного оборудования,
- полная и частичная замена масла в АКПП, - ступель,
- утилизация ТС, - услуги эвакуатора и многое другое ...
Ждем Вас по адресу: Нолинск, Ленина, 83
Тел.: 43-10-10, 8(912) 377-15-57

ТРЕБУЮТСЯ

- Нолинскому почтамту на постоянную работу требуются: водитель, механик, начальник отделения почтовой связи Нолинск, оператор связи, почтальон. За справками обращаться по телефонам: 2-20-17, 2-29-46
- Требуется на работу продавец на полный рабочий день. Тел.: 8-912-711-57-30, 2-10-68
- Требуется рабочие — столяры. 3/п: 20-40 тыс. руб Тел.: 8-963-889-38-28
- Организации требуется тракторист в лесозаготовительную бригаду Тел.: 8-912-829-19-61, 8-958-396-99-73
- ООО «СБТ-Строй» требуются квалифицированные рабочие: арматурщик-бетонщик, монтажник ЖБК, штукатур, стропальщик, плотник. Обязанности: Выполнение строительно-монтажных работ при капитальном ремонте мостов на автомобильных дорогах. Условия: Прямой работодатель. Вахта! Строительные объекты в Кировской области: Тужинский, Омутнинских районах. Оформление официальное, своевременная, конкурентоспособная з/плата, проживание в благоустроенных вагончиках Тел.: 8-927-080-08-17 — отдел кадров, 8-937-862-31-38 (участок Омутнинский р-он), 8-927-945-82-85 (участок Тужинский р-он)
- ООО «Нолинский хлеб» приглашает рабочих на производство. Только официальное трудоустройство. Полный соц.пакет. Обращаться в отдел кадров: ул.Спартак, 30 или по тел.: 2-10-62 или 2-10-51
- ФКУ ИК-11 УФСИН России по Кировской области приглашает на службу граждан от 18 до 40 лет, имеющих образование не ниже среднего общего, отслуживших в Вооруженных силах Российской Федерации, на должности рядового и младшего начальствующего состава. Адрес: Кировская область, г. Кирово-Чепецк Тел.: 8 (83361) 5-37-51

СДАЮ

- Сдается в аренду помещение площадью 56 кв.м. Нолинск, ул.Ленина, 9, второй этаж Тел.: 8-912-732-18-48
- Однокомнатную квартиру в Кирове на длительный срок. Ул. Романа Ердякова, 20 Тел.: 8-922-999-08-44

СНИМУ

- Сниму комнату или квартиру на длительный срок для пожилой женщины Тел.: 8-963-551-33-03
- Семья снимет квартиру. Чистоту и своевременную плату гарантируем Тел.: 8-961-334-64-24

КУПЛЮ

- Семья купит дом или 3-х комнатную благоустроенную квартиру с ИГО в нижней части города до 1 млн. рублей Тел.: 8-999-100-24-91
- Недорого холодильник и диван Тел.: 8-922-926-68-82
- Ребра чугунные для отопления Тел.: 8-919-513-35-62

Разместить рекламу ЛЕГКО



Приём объявлений: через форму на сайте vse_svoi43.ru или через официальную группу «Все Свои» в социальной сети «ВКонтакте» по адресу https://vk.com/vse_svoi43. ОБЯЗАТЕЛЬНО указывайте населенный пункт в объявлении!

Чтобы школьник хорошо учился, рос здоровым и крепким, его нужно правильно кормить. Ведь именно в школьные годы происходят основные скачки в росте, физическом и психическом развитии ребёнка.

Интеллектуальная нагрузка, которую испытывают современные ученики, тоже очень велика. А раз так, нужно обратить особенное внимание на то, чтобы меню вашего отличника было сбалансированным, богатым витаминами и микроэлементами и соответствовало возрасту ребёнка. Как этого добиться, вы узнаете из нашей вкладки.

ВКЛЮЧИТЬ ЭНЕРГИЮ!

Вместе с едой ребёнок получает энергию, которая запускает многие процессы — интеллектуальные в том числе. К тому же **отсутствие завтрака приводит к заболеваниям желудочно-кишечного тракта** и метаболическим нарушениям. Не получив питательные вещества и энергию утром, организм начинает поедать себя, и, когда резерв истощается, могут возникнуть нарушения: застой желчи, боль, изжога, рези в животе, запоры и метеоризм. А потом и заболевания: гастрит, холецистит и прочее.

Кроме того, пропуск завтрака ведёт и к скачкам сахара в крови, и к снижению чувствительности к инсулину, а там и до диабета рукой подать. И до ожирения, кстати. Дело в том, что перерыв в еде более 12 часов способствует выработке большого количества гормона голода грелина, из-за которого в течение дня ребёнок, не получивший завтрака, начинает переедать. К тому же утром максимально активно работают кишечник и желудок, а значит, еда усваивается отлично и можно себе позволить съесть достаточно много. Ну и напоследок: тёплая пища по утрам ещё и согревает, защищая от переохлаждения, что в нашем климате немаловажно.

Однако, несмотря на всю пользу утреннего приёма пищи, ни в коем случае нельзя заставлять ребёнка есть без желания. Толку от еды, которую впихнули насильно, не будет — это лишь собьёт гормональную систему. Поэтому лучше действовать другими методами.

ПОЛЕЗНАЯ ПРИВЫЧКА

Если ребёнок по утрам на еду и смотреть не желает, это означает, что либо он сам ещё до конца не проснулся, либо ещё не проснулся его голод. Чтобы решить первую проблему, надо просто **пораньше поднимать чад с постели**, чтобы с момента пробуждения до завтрака прошло хотя бы полчаса. А в идеале — час-полтора. В это время можно успеть сделать массу полезного: и зарядку, и душ принять, и даже уроки подучить. Но чтобы ребёнок мог встать пораньше, естественно, и лечь в постель он должен не поздно. Ведь часто отказ от еды утром —

Чем кормить школьника, чтобы хорошо учился? Меню на неделю



не что иное, как свидетельство недосыпа. Или начинающегося гастрита — при этом заболевании утренний аппетит тоже отсутствует. Поэтому на всякий случай покажите чадо врачу.

Но чаще, чтобы разбудить аппетит ребёнка, достаточно всего лишь отказаться от традиции поздних ужинов и перекусов на сон грядущий. Впрочем, есть и ещё одна причина не любить утренние трапезы — семейная. Если в доме не принято полноценно завтракать, а родители перед выходом на работу ограничиваются лишь чашкой кофе, то и ребёнку унаследовать полезную привычку будет трудно. Так что придётся пересматривать семейные устои. Ну и как не упомянуть ещё один важный момент. Если ребёнок не любит завтраки, может, вы просто не умеете их готовить?

МЕНЮ НА НЕДЕЛЮ

✓ Понедельник

Основное блюдо. Каша (овсяная, гречневая или пшённая) на обезжиренном молоке или на молоке, напополам разбавленном водой. Достаточно небольшой порции. В тарелку можно добавить для вкуса и пользы любые орехи, свежие фрукты, ягоды, льняные или подсолнечные семечки.

Напиток. Чай с лимоном.

Десерт. Мармеладка.

✓ Вторник

Основное блюдо. Омлет на пару. Буквально за секунды приготовить его можно в микроволновке. Или яйцо (варёное или всмятку). Яйца не только богаты витаминами и минералами, но и усваиваются нашим организмом на 97–98%. Маленький кусочек зернового хлеба со сливочным маслом и сыром 20%-ной жирности (или кусочком варёного мяса).

Напиток. Морс.

Десерт. Мандарин.

✓ Среда

Основное блюдо. Рисовая на нежирном молоке каша с яблоками и корицей. Фруктовый салат из любых фруктов и ягод.

Напиток. Какао.

Десерт. Мармелад.

✓ Четверг

Основное блюдо. Оладьи с овощами (кабачками, тыквой) или фруктами. Из фруктов отличный вариант — бананы. Бананы можно нарезать и завернуть в блинчик, а можно приготовить тесто без муки — на основе бананового пюре. Рецепт несложен: размять вилкой два банана, смешать с яйцом. Эти фрукты не только вкусны, но и полезны — богаты крахмалом, растительным белком, хорошо действуют на слизистую желудка и к тому же богаты хармином — веществом, повышающим энергетический потенциал организма.

ПОД ЗАПРЕТОМ

Бутерброды с копчёной колбасой, творожные сырники, сладости и готовые хлопья или мюсли, в которых полным-полно сахара, давать ребёнку по утрам не следует. Во всяком случае постоянно. Запихивать в него на завтрак огромное количество калорийной пищи, например картошку с мясом, тоже неверно.

Ну и конечно, и речи быть не может о том, чтобы заменять завтрак школьника стаканом апельсинового сока или чашкой кофе — это рано или поздно приведёт к гастриту или даже язве.

✓ Пятница

Основное блюдо. Нежирный сыр или творог. Его можно смешать с зеленью и чесноком или же со сладкими фруктами и положить на подсушенный в тостере хлеб.

Напиток. Чай с мятой.

Десерт. Пастила.

✓ Суббота

Основное блюдо. Сырник или творожная запеканка. Помимо обычных ингредиентов (творога, яйца, манной крупы, сахара) в тесто можно добавить сладкие овощи: морковь или тыкву, а также сухофрукты. Готовый сырник можно полить сметаной, украсить свежими фруктами и ягодами.

Напиток. Чай с лимоном.

Десерт. Смузи с шоколадом. 2–3 спелых банана очистить от кожуры и порезать. 100 г молочного и белого шоколада поломать на кусочки. Сложить все ингредиенты в кастрюлю, залить их 700–800 мл молока, медленно довести до кипения. Затем перелить смесь в блендер и взбить. Перелить в стакан, украсить корицей и тёртым шоколадом.

✓ Воскресенье

Основное блюдо. Яичница с помидорами. Её можно приготовить не только из куриных, но и из перепелиных яиц. Отличным дополнением станет овощной салат.

Напиток. Кофе с молоком.

Десерт. Долька шоколада.

МЕЖДУ ЗАВТРАКОМ И ОБЕДОМ

Когда завтрак уже давным-давно окончился, а обед ещё не думал начинаться, наши дети-школьники спасаются от голода кто во что горазд. И обычно в ход идут шоколадные батончики, чипсы, булочки и конфеты. А что? Съел — и порядок! Однако полезными такие перекусы назвать нельзя. Чем же тогда лучше заморить червячка? Голод всегда атакует не вовремя. Отвлекает ребёнка от учёбы, не даёт сосредоточиться на главном, лишает сил, энергии, настроения. Однако, если заглушать чувство голода фаст-фудом, можно попрощаться с хорошей фигурой и, что важ-

нее, со здоровым пищеварением. Поэтому научите ребёнка правильным перекусам. Для этого обязательно давайте ему с собой в школу:

✓ Энергетический батончик

Нет, не тот, о котором вы подумали, — с шоколадом, орехами и нугой, а приготовленный вами самостоятельно. Его легко сделать из 100 г овсяных хлопьев, 2–3 столовых ложек сливочного масла, мёда, орехов, сушёных ягод и сухофруктов. Все ингредиенты перемешайте на раскалённой сковороде и дождитесь, пока растает масло. Затем разложите массу по формочкам и поставьте в духовку с температурой 180 °С на 20–30 минут. Остудите, разрежьте на порции, заверните в фольгу и уложите в ланч-бокс.

✓ Йогурты

Только важно, чтобы они содержали как можно меньше сахара. Кстати, йогурт содержит больше белков, чем молоко. А белок помогает организму в формировании мышечной ткани, поэтому перед уроком физкультуры это самое то.

✓ Овощи

Дайте ребёнку с собой морковные палочки, сельдерей, салатные листья, капусту. Из овощей можете приготовить вкусные и полезные чипсы. Тонко нарежьте их и запекайте в духовке, сбрызнув оливковым маслом. Будет вкуснее, если макать такие чипсы в соус. Но не в магазинный, а в самодельный. Томатную пасту надо развести небольшим количеством воды, влить в горячую воду, положить сметану, соль, довести до кипения, добавить разведённую в холодной воде муку. Всё прокипятить 10 минут, процедить, ещё раз вскипятить, заправить маслом.

✓ Фаршированные фрукты

Можно, конечно, просто положить ребёнку с собой пару яблок или бананов, но тут надо учитывать, что бананы всё-таки слишком калорийны и потому мало подходят для перекусов, а яблоки лишь раззадорят аппетит. Но если вы запечёте в микроволновке яблоко с творогом, орехами или сухофруктами, то это будет отличный перекус. Вырежьте из фрукта сердцевину и нафаршируйте его творогом с мёдом или курагой с орехами. Вкуснота!

✓ Диетический бутерброд

Не с колбасой, конечно, а с какой-нибудь полезной начинкой. Например, с авокадо и отварной красной рыбой — источником омега-3 жирных кислот, важных для работы мозга. Или с творогом и хумусом. Используйте только зерновой хлеб (хорошо бы с отрубями). Подсушите его в духовке или тостере и смажьте половинки хлеба творогом, смешанным с сухофруктами или чесноком и зеленью. Хумус — источник легкоусвояемого белка — можно приготовить самим. Смешайте в блендере полкило варёного нута, 3 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки лимонного сока, чеснок, соль и перец по вкусу. Объединение!

Источник: aif.ru Фото: femta.ru

ОКНА И ДВЕРИ ИЗ МАССИВА



РЕКЛАМА ИП РУДАКОВ И.Н.

- ✓ БАННЫЕ
- ✓ ВХОДНЫЕ
- ✓ МЕЖКОМНАТНЫЕ

ТЕРРИТОРИЯ ЭКООКОН И ДВЕРЕЙ ИЗ ВЯТСКОГО ЛЕСА!

Тел.: 8-922-967-11-49 / 8-912-712-70-44

АДВОКАТ
Зубарев
Дмитрий Сергеевич

ЗАЩИТА ПО
УГОЛОВНЫМ ДЕЛАМ

☎ 8-912-337-00-82

КИРОВСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ
Кадры ГАЗЕТА О РАБОТЕ
КАДРЫ ГОРОДА

Адрес: г. Киров,
ул. К. Маркса, 18, офис 203, 204
т: 8(8332) 21-03-60, 21-42-08
e-mail: kg@kadry-goroda.ru
сайт: www.kadry-goroda.ru

Доступно в Google play

Мальчишки и девчонки, а также их родители!
Добрейшего совета послушать не хотите ли?

ВНИМАНИЕ!!!

5 причин
быть вместе с нами:
С пользой проведете время!
Раскройте свои способности!
Научитесь любимому делу!
Найдите новых друзей!
Примите участие
в конкурсах и выставках!

Ждем Вас по адресу:
г. Уржум,
ул. Советская, д.31
Тел. 8 (83363) 2-19-09

В Центр Детства на Советской скорее посетите Вы!
Пройти и объединиться на 2019-2020 учебный год начнется 15 августа.

Лепка, Истории, Кружевоплетение, ВСК «Ратина», Ритмика, Эстрадный вокал, Секретарь-референт, Начальное моделирование, фото, Центр дополнительного образования детей города Уржума, Школа вожатых, Школа журналистики, Школа киножурналистики, Хореография, Картинг, Вышивание, Ресурсы по дереву и ткани, Природа и фантазия, Компьютерные технологии, Школа раннего развития, Студия шитья и моделирования, Растения по дереву и ткани, Вязание спицами и крючком.

Что такое обмен Триколор ТВ?

Обмен оборудования — предложение «Триколор ТВ», в рамках которого абонентам «Триколор ТВ» предоставляется возможность обменять устаревшее оборудование на новое, поддерживающее формат HD, с минимальной доплатой! Это намного выгоднее, чем приобретать новое оборудование без акции.



НОВЫЙ ПРИЁМНИК — НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ



ОБМЕНЯЙТЕ ВАШ УСТАРЕВШИЙ ПРИЁМНИК!
ПОЛУЧАЙТЕ ОТ ТЕЛЕВИДЕНИЯ БОЛЬШЕ УДОВОЛЬСТВИЯ

Где в Нолинске можно обменять приёмник Триколор?

ТСЦ «Компьютерный мир» с 2008 года является авторизованным дилером «Триколор». Осуществляем полный цикл услуг по установке, настройке и обмену спутникового оборудования.

ПРОСТО

От вас нужен только старый приёмник и паспорт.

БЫСТРО

Процесс оформления займёт всего 15 минут.

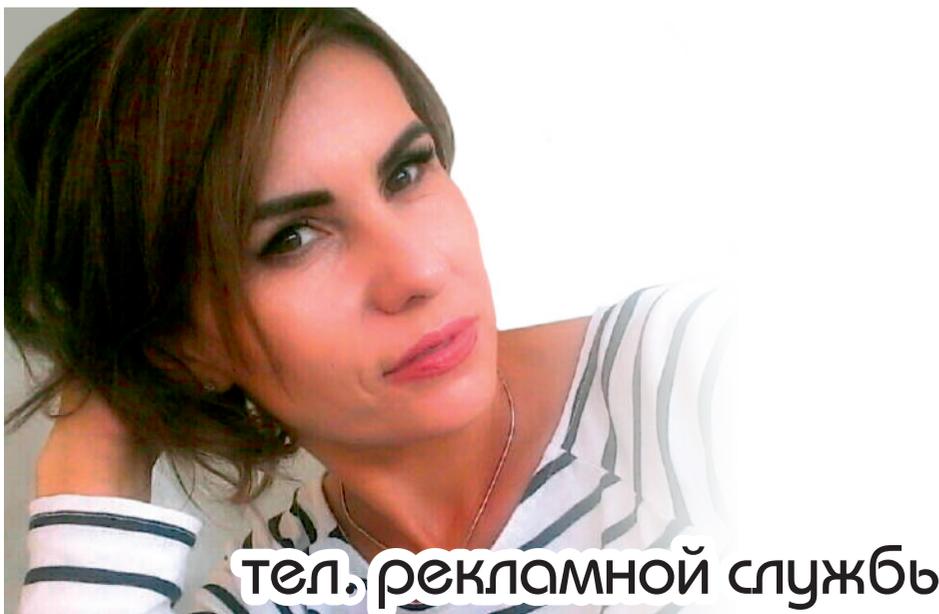
ВЫГОДНО

Стоимость нового приёмника — 4'190 руб*. Это намного дешевле, чем покупать новый комплект. Вся неизрасходованная сумма на балансе старого приемника автоматически переносится на новый.

*Услуги дилера по активации оборудования оплачиваются отдельно

КОМПЬЮТЕРНЫЙ МИР
ПЕРВЫЙ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ

Нолинск, ул. Ленина, 2-Б
тел. 2-16-86, 8-912-709-52-52



Уржум 102,0 FM

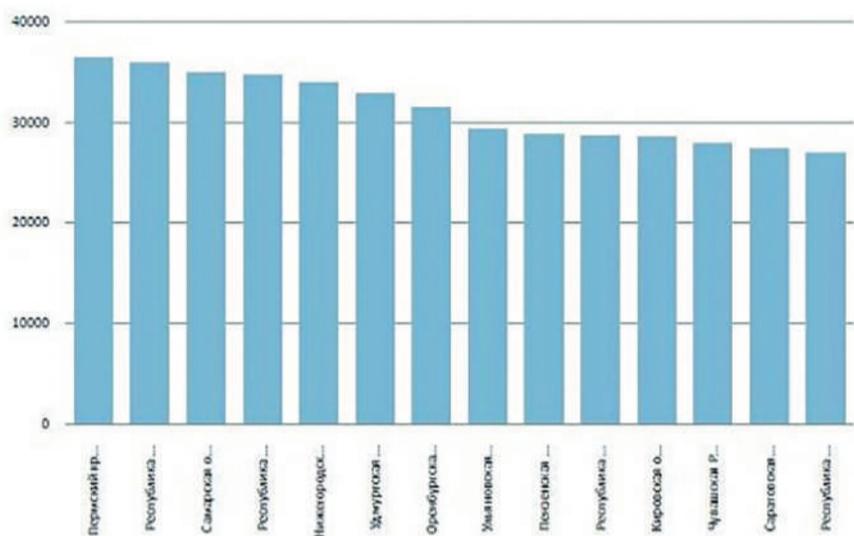


тел. рекламной службы в Уржуме 8 919 519 74 94

Приём объявлений: через форму на сайте [VSEVO143.RU](https://vsevo143.ru) или через официальную группу «Все Свои» в социальной сети «ВКонтакте» по адресу https://vk.com/vse_svoi43. ОБЯЗАТЕЛЬНО указывайте населенный пункт в объявлении!

Кировстат: Реальные зарплаты в Кировской области

Среднемесячная заработная плата работников
в январе – мае 2019 года, рублей



Кировстат озвучил статистику по уровню заработной платы и безработицы области за январь-май 2019 года.

Численность работников области оценивается в 378,8 тыс. человек. Если сравнивать показатель с тем же периодом 2018 года, она сократилась на 1,1%. Значительную часть составляют работники обрабатывающих производств, сферы образования, ремонта автотранспортных средств, здравоохранения и социальных услуг. По количеству среднесписочного числа занятых Кировская область составляет 4,3% от работающего населения ПФО и занимает 9 место среди регионов.

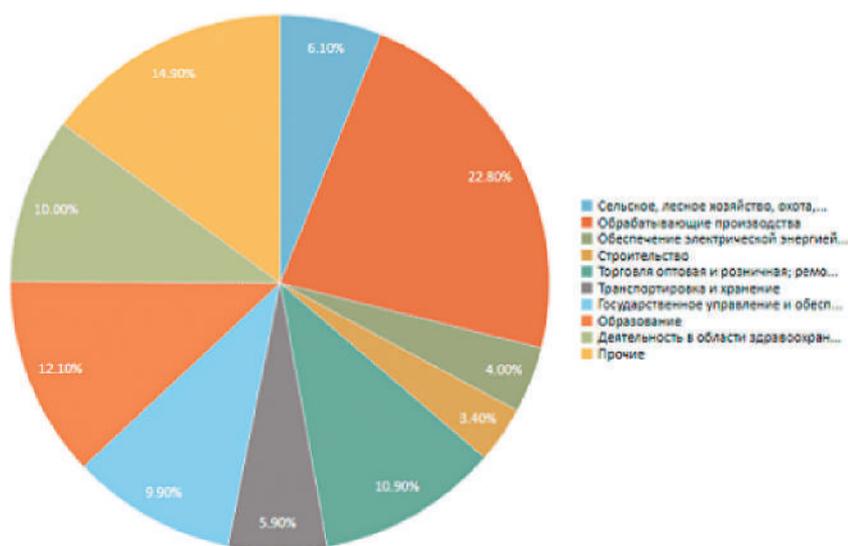
Средняя зарплата жителей Кировской области в январе-мае 2019 года составила 28,5 тыс. рублей. По сравнению с 2018 годом она выросла на 6,8% — 11

место в рейтинге ПФО. Рост реальной заработной платы составил 1,8%. Самая высокая оплата труда по области в организациях финансовой и страховой деятельности, самая низкая у работников гостиничного бизнеса и общественного питания.

Уровень общей зарегистрированной безработицы по области составил 5% — самый высокий в ПФО наравне с Пермским краем и Чувашской республикой. Больше всего безработных в возрасте от 20 до 24 лет, а средний возраст незанятого населения 37 лет. Из всех безработных треть составляет население со средним общим образованием, 23% имеют среднее профессиональное образование, 8% — высшее. Всего по данным Кировстата на конец июня 2019 года в области зарегистрировано 9 тысяч безработных.

Источник: bnkirov.ru

Распределение среднесписочной численности работников организаций области по видам экономической деятельности в январе – мае 2019 года



Среднесписочная численность работников организаций
378.8 тыс. человек

БОЛЬШОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ БОЛЬШИХ РАЗМЕРОВ!

Магазин "Модница" приглашает за покупками!
Суна, ул Октябрьская, 24а, 1 этаж.
Режим работы:
с 9:00 до 17:30, обед с 13:00 до 14:00
СБ: с 9:00 до 13:00 / ВС: выходной



САМЫЕ ВЕСЕЛЫЕ ДЕТСКИЕ ПРАЗДНИКИ

ЯРКИЕ ПРОГРАММЫ
СКАЗОЧНЫЕ ПЕРСОНАЖИ
МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ-ГИГАНТЫ
ПОРОЛОНОВОЕ ШОУ
И МНОГОЕ ДРУГОЕ ...

ЗАКАЗЫВАЮТ У НАС!
8-912-369-12-43
Елена Симонова

Реклама

Приглашаю на ручной и аппаратный маникюр и педикюр!

Укрепление ногтей, покрытие гель-лаком, дизайн.

Цена вас приятно удивит!

п.Суна

Запись по тел.: 8-912-369-12-43

Реклама

ВЕДУЩАЯ ТАМАДА

ПРАЗДНИЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

8-912-369-12-43
Елена Симонова

Реклама

«ОПТИКА» - МАГАЗИН ХОРОШЕГО ЗРЕНИЯ

ПРИ ПОКУПКЕ ОЧКОВ - ПРОВЕРКА ЗРЕНИЯ **БЕСПЛАТНО!**

Уржум, Рокина, 9А
8-912-706-68-16

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Реклама

В МАГАЗИНЕ «ЗОЛУШКА»



**ПОСТУПЛЕНИЕ
ШКОЛЬНОЙ ФОРМЫ
ФИРМЫ «БРАВА» (г. Киров)
ПО НИЗКИМ ЦЕНАМ!**

**САРАФАНЫ, ЮБКИ,
ЖИЛЕТКИ, БРЮКИ,
БЛУЗКИ**

**МЫ ЖДЕМ ВАС ПО АДРЕСУ:
УРЖУМ, СОВЕТСКАЯ, 24А**

Реклама

УРЖУМ

УСЛУГИ

- Бригада выполнит строительные работы: подводка домов, ремонт и покрытие крыш любым видом материалов, обшивка домов, возведение бань, беседок, пристроенов, установка заборов, ремонт полов и многое другое..... Тел.: 8-922-929-95-54
- СТИРКА КОВРОВ! НАТУРАЛЬНЫХ И СИНТЕТИЧЕСКИХ! Уржум, Яранский тракт, д.52 Тел.: 8-951-356-56-55
- Услуги Канализации Тел.: 8-922-957-32-12
- «Лучшее такси» г.Уржум Тел.: 8 (83363) 2-30-20 / 8-912-365-67-67 / 8-922-900-33-00 / 8-963-000-66-16
- Ремонт холодильников на дому Тел.: 8-912-731-39-79
- Предоставляю услуги фото- и видео-съёмки Тел.: 8-922-903-37-32
- Вам необходимо срочно отправить письмо, посылку или доставить цветы, подарок, продукты, сумку, еду из кафе, лекарства, бытовую технику, хоз. товары, стройматериалы до 6 метров, запчасти или даже ГСМ, то вам к НАМ! Быстро, качественно, недорого! Всегда Ваша Уржумская Курьерская Служба Тел.: 8-919-505-33-55
- Услуги электрика Тел.: 8-900-529-22-44

ПЕРЕВЕЗЕМ

**КВАДРОЦИКЛ, СНЕГОХОД
МОТОЦИКЛ, ЛОДКУ
МОТОБЛОК**



ДО 6 МЕТРОВ

тел.: 8-919-505-33-55

ШИРИНА: 1,5м
ДЛИНА: 3,5м

Реклама

УРЖУМ

РАЗНОЕ

• Магазин автозапчасти «МиУр» приглашает всех автомобилистов за покупками запчастей на свой любимый автомобиль. В наличии большой выбор запчастей на авто, автотехники и моторных масел, запчасти для иномарок на заказ в самые короткие сроки по лучшей цене. Наш адрес: г.Уржум, ул.Революционная, 8. Режим работы: пн-пт с 8-18 / сб-вс 8-14

• Если Вы давно мечтали о двухколёсном друге, самое время выбрать! В магазине «ЛИДЕР» отличный ассортимент велосипедов и самокатов! Женские, детские, горные, дорожные, подростковые и трюковые модели. Каждый покупатель - участник беспроигрышной лотереи! Ждём Вас! г. Уржум, ул. Советская, 5

УРЖУМ

КУПЛЮ

• Гараж в Уржуме Тел.: 8-912-736-18-30

УРЖУМ

ПРОДАЮ

**КАК ПОДАТЬ
ОБЪЯВЛЕНИЕ В УРЖУМЕ?**

1. На сайте издания:
vsesvoi43.ru

2. В «ВКонтакте»:
vk.com/vs_urzhum

- Квартиру в Уржуме. Общая площадь: 41.1 кв.м. Центральная канализация, водопровод, возможное подключение газа, хоз.постройки, участок под огород, сад. Отопление печное, есть баня и гараж Тел.: 8-922-666-33-45, 8-912-729-04-63. Цена: 635 тыс.руб., реальному покупателю торг при осмотре.
- Однокомнатную неблагоустроенную квартиру в Уржуме Тел.: 8-912-365-54-83
- Однокомнатную квартиру (40 кв.м) с индивидуальным газовым отоплением. Дом кирпичный 2015 года.. Тел.: 8-909-144-22-81
- Однокомнатную благоустроенную квартиру (р-он «Черёмушки»)..... Тел.: 8-919-523-49-89
- Однокомнатную благоустроенную квартиру (18,3 кв.м). 350 тыс.рубТел.: 8-912-363-49-27
- Однокомнатную благоустроенную квартиру. Квартира теплая, светлая, чистая, сухая, имеется балкон. Низкие коммунальные платежи. Ухоженный двор, парковка, колясочная. Рядом находится новый детский сад и спорт-комплекс, магазины.... Тел.: 8-912-378-79-12
- Срочно продаётся благоустроенная 2-х комнатная квартира в районе автовокзала. Остаётся большая часть мебели. Заезжай - живи! Гараж, участок земли под окном Тел.: 8-912-337-61-67
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру в кирпичном доме (Уржум). Квартира теплая и светлая, окна выходят на юго - восток. Квартира с качественным ремонтом, не требующим дополнительных вложений! Цена: 1,500 тыс. руб., торг..... Тел.: 8-912-705-83-27

- 2-х комнатную благоустроенную квартиру 48,6 кв.м. на 5-ом этаже с ИГО, санузел раздельный, комнаты на разные стороны, рядом с домом новый садик, парковка, магазины Тел.: 8-903-050-84-05
- 2-х этажный благоустроенный дом. Индивидуальное газовое отопление, вода, канализация. Имеется: гараж, баня, земля. Все документы готовы..... Тел.: 8-919-502-47-15
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру на 1-м этаже трехэтажного кирпичного дома, площадь: 40,4 кв.м., центральное отопление Тел.: 8-912-372-54-30
- 3-х комнатную благоустроенную квартиру Тел.: 8-912-330-72-53
- 3-х комнатную квартиру в двухэтажном кирпичном доме. Общая площадь: 57 кв.м..... Тел.: 8-912-331-59-94
- 3-х комнатную благоустроенную квартиру в центре, 45 кв.м., с ИГО, заменены полностью окна, потолок натяжные, квартира после ремонта. 1 млн.руб Тел.: 8-912-722-49-83
- 3-х комнатную благоустроенную квартиру в районе ФОКа Тел.: 8-919-510-66-76
- 3-х комнатную квартиру в Уржуме. Квартира очень уютная, санузел раздельный, установлен счётчик на воду. Очень хорошая планировка, просторная. Цена: 1100 тыс.руб Тел.: 8-912-715-09-72, 8-953-694-31-69, 8-963-552-77-02
- 3-х комнатную квартиру в центре 68.5 кв.м., иго, сан. узел - раздельный, 2 этаж..... Тел.: 8-912-721-93-92, 8-912-721-85-24
- 4-х комнатную квартиру в 2-х уровнях (1/2 дома) в г. Уржуме (г/с-блоки + кирпич, 90 кв.м.), газовое отопление, водопровод, центральная канализация, подвал 45 кв.м., гараж, огород. Торг..... Тел.: 8-964-254-43-84
- Гектар земли с документами (дешево) Тел.: 8-919-501-76-84
- ВА3-2114 2004 г.в. Состояние хорошее..... Тел.: 8-982-387-46-00, Владимир
- Щенка, порода «Русская спаниель», цвет рыжий с белым. Родился 5 июня Тел.: 8-919-500-72-50

УРЖУМ

ТРЕБУЕТСЯ

- Начался набор на работу на аттестованные должности сотрудников федеральной противопожарной службы МЧС России: командир отделения, старшина, мастер газодымозащитной службы, старший водитель, пожарный. Заработная плата: 20-25 тыс. руб. График работы сменный: сутки через трое. Требования: - возраст от 18 до 40 лет. - служба в армии (ОБЯЗАТЕЛЬНА) - категория здоровья в военном билете А, А1 - образование не ниже полного среднего - высоки уровень физической подготовки - отсутствие судимостей - для водителя пожарного автомобиля

категория С, стаж от 3-х лет. Социальные гарантии сотрудников: Присваивается специальное звание внутренней службы. Бесплатное обучение профессии в г. Киров. Обеспечение специальной формой одежды, специальными средствами работы. Заработная плата на первоначальном этапе службы от 20 до 25 тысяч рублей. В дальнейшем до 40 тысяч рублей. Ежегодный отпуск 40 суток, дополнительный ежегодный отпуск за выслугу лет от 5 до 15 суток. Льготная пенсия, при выслуге от 20 лет. Обращаться в 18 пожарную часть ФГКУ «5 отряд ФПС по Кировской области» по адресу: г.Уржум, ул. Чернышевского, 25. Телефон: 8(83363)2-13-32.

**Ваше ОБЪЯВЛЕНИЕ
ВИДЯТ ТРИ РАЙОНА!**

Стоимость канцелярского набора для российского школьника выросла к июлю на 5% в годовом выражении до 2,59 тыс. руб., подсчитали эксперты производителя онлайн-касс «Эвотор». В приобретаемый школьный набор включены следующие товары: карандаши (8 штук), письменные ручки (2 штуки), ластик, линейка, точилка, альбом для рисования, кисти, тетрадки (12 штук) и обложки для них, дневник, пенал и рюкзак.

В Росрыболовстве разъяснили новые правила рыбалки

Новые правила рыбалки, которые вступят в силу с 2020 года, лишь обобщат те нормы, которые уже действовали ранее, рассказал «Российской газете» начальник управления контроля, надзора и рыбохраны Росрыболовства Виталий Молоков.

Ранее в ведомстве сообщили, что на законодательном уровне впервые запретят любительское рыболовство сетями. Исключение сделано для жителей районов Севера, Сибири и Дальнего Востока, где добыча рыбы служит основным источником пропитания. Кроме того, будут введены суточные нормы вылова рыбы.

«Все ограничения для любительской рыбалки уже установлены правилами рыболовства для отдельных бассейнов — Восточ-

ного, Северного, Байкальского, Енисейского и других», — пояснил Молоков.

В частности, по словам собеседника, речь идет о полном запрете использования жаберных сетей, кроме районов Крайнего Севера, Сибири и Дальнего Востока, где они должны учитываться и маркироваться.

«Запрещены также электродочки, так как они наносят существенный ущерб, убивая практически все живое до дна водоема», — уточнил Молоков.

Напомним, что в конце прошлого года Владимир Путин подписал закон о любительской рыбалке, согласно которому запрещаются электродочки, ограничивается продажа сетей и вводится понятие суточной нормы вылова.

Источник: ria.ru

Окончено расследование уголовного дела в отношении сотрудницы МКУ «Управления культуры администрации Уржумского муниципального района» (далее – Управления культуры) по факту совершения служебного подлога, т.е. внесения должностным лицом в официальные документы заведомо ложных сведений из корыстной заинтересованности (ст. 292.1 УК РФ). В ходе расследования уголовного дела установлено. Что чиновница в период временного отсутствия начальника Управления культуры исполняла его должностные обязанности.

Воспользовавшись правом издавать организационно-распорядительные акты, обвиняемая, преследуя корыстный умысел, издавала ложные приказы о приеме на работу в качестве уборщика и сторожа подставных лиц, получая за них заработную плату. В

дальнейшем, с целью создания видимости работы указанных лиц и обоснованности произведенной якобы им выплаты заработной платы внесла в табель учета рабочего времени ложные сведения о количестве отработанных указанных лицами часов.

Под тяжестью собранных по уголовному делу доказательств чиновница признала вину в предъявленном ей обвинении и в связи с возмещением причиненного вреда в судебном заседании по ходатайству стороны защиты 18.07.2019 уголовное дело в отношении неё прекращено с назначением ей меры уголовно-правового характера в виде судебного штрафа в размере 7 000 руб.

В настоящее время указанное постановление суда вступило в законную силу. Помощник прокурора Уржумского района младший советник юстиции С.В. Домнин

Приём объявлений: через форму на сайте vsesvoi43.ru или через официальную группу «Все Свои» в социальной сети «ВКонтакте» по адресу https://vk.com/vse_svoi43. ОБЯЗАТЕЛЬНО указывайте населенный пункт в объявлении!

ГОТОВЬ ПЕЧЬ ЛЕТОМ!

ПРОДАЮ

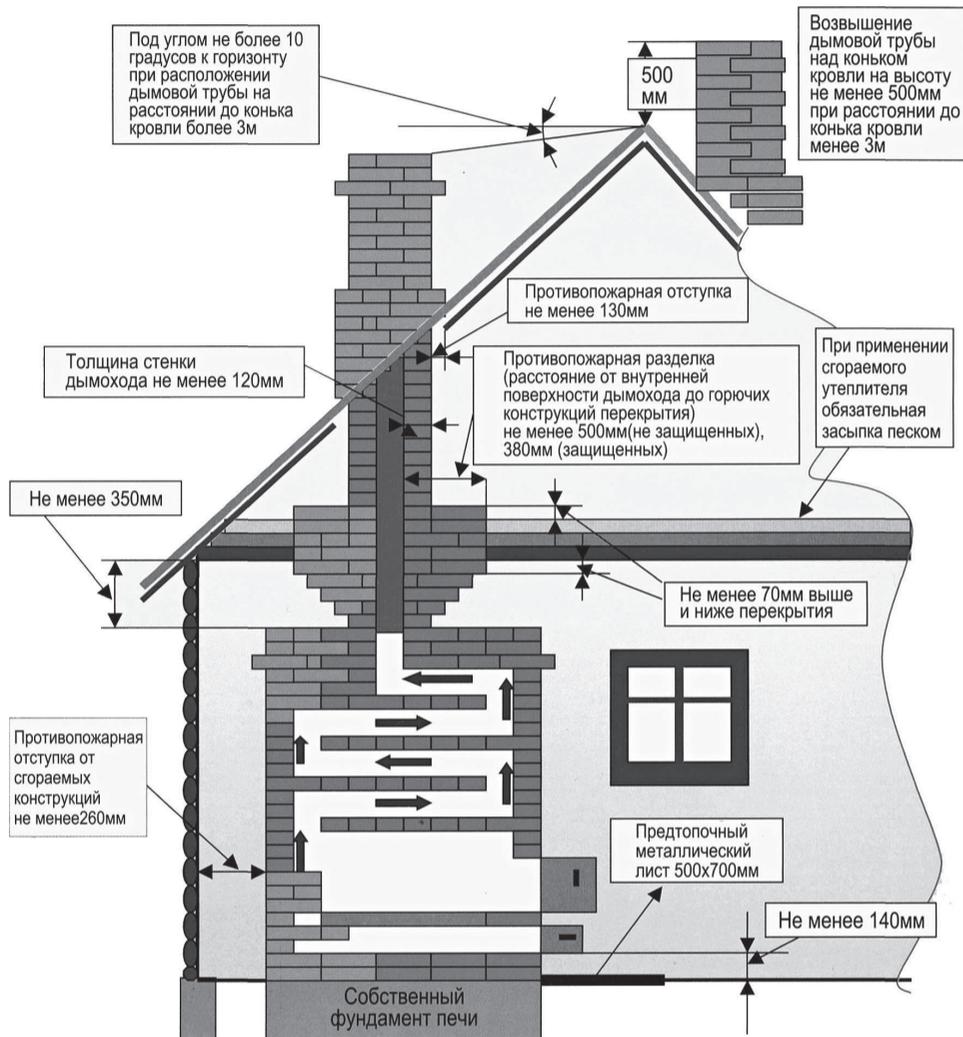
А ВЫ ГОТОВЫ К ОТКРЫТИЮ ОСЕННЕЙ ОХОТЫ?!



ТОВАРЫ ДЛЯ ОХОТЫ, ТУРИЗМА И АКТИВНОГО ОТДЫХА

МАГАЗИН «ДУПЛЕТЪ», г.В.ПОЛЯНЫ, ул.ЛЕНИНА, 332
8 (83334) 7-47-47 | VK.COM/DUPLETVP

Зачастую причиной пожаров становятся неисправная отопительная печь, поэтому о исправности печей нужно позаботиться заранее, до наступления отопительного сезона.



Для безопасного использования печей необходимо соблюдать основные противопожарные требования при устройстве и эксплуатации печного отопления:

- Дымовые трубы и стены, в которых проходят дымовые каналы необходимо побелить и оштукатурить.
- Отремонтировать дверцы топки и замазать имеющиеся трещины.
- Печь, дымовая труба в местах соединения с деревянными чердачными или междуэтажными перекрытиями должны иметь разделку. Не нужно забывать и про утолщение стенок печи.
- Печь должна иметь самостоятельный фундамент и не примыкать всей плоскостью одной из стенок к деревянным конструкциям. Нужно оставлять между ними воздушный промежуток - отступок.
- На деревянном полу перед топкой

необходимо прибить металлический (предпочтительный) лист размерами не менее 50x70 см.

- Прочистить дымоход от скопившейся в нем сажи.
 - Для кладки печей применяют красный обожженный кирпич.
- Также информируем, что с 2017 года, выполнения работ по устройству (кладке, монтажу), ремонту, облицовке, теплоизоляции и очистке печей, каминов, других теплогенерирующих установок и дымоходов не требует лицензии и не является лицензионным видом деятельности.

Если начался пожар, как можно быстрее покиньте горящее помещение и позвоните по телефону «01», сотового «101». Не теряйте времени на спасение имущества, главное – спасти себя и других людей, попавших в беду.

ОНДПР Нолинского района

- Благоустроенную квартиру в п.Суна, ул. Большевиков Тел.: 8-912-376-91-22
- Однокомнатную квартиру улучшенной планировки. Сделан хороший ремонт. Дом в лучшем районе г. Нолинска по улице Курнакова, 20 Тел.: 8-919-519-54-55
- 2-х комнатную благоустроенную квартиру в деревянном доме в Нолинске. Имеется небольшой огород, гараж с бетонированной овощной ямой Тел.: 8-912-713-23-53
- ½ дома в пгт.Кумены (в 60 км от г.Кирова). Капитальный ремонт, 3 комнаты, пластиковые окна, к дому подведен газ, водопровод, имеется участок 8 соток и хоз. постройки. Детские сады, школа и магазины в шаговой доступности. Цена: 890 тыс.руб Тел.: 8-963-888-92-00
- Квартира в 3-х квартирном деревянном доме в пос. Кумены Тел.: 8-912-712-74-50
- 3-х комнатную благоустроенную квартиру (54,4 кв.м) пгт. Суна, ул. Большевиков, д.16 Тел.: 8-912-738-39-30
- Торговый павильон Тел.: 8-963-554-58-09
- Земельный участок 10 соток в Суне Тел.: 8-909-131-20-10; 8-909-131-20-40
- Земельный участок площадью 8 соток. В закрытом КП Шиховский. В 15 км от Кирова. Посёлок с двух сторон окружён лесом. В деревне есть школа, детский садик, несколько детских секций, в том числе танцевальная и спортивная, а так же несколько магазинов, парикмахерская, дом культуры, фельдшерский пункт и многое другое. Цена: 12 т.р./сотка Тел.: 8-922-900-52-00.
- Запчасти от мотоблока «Луч» Тел.: 8-963-430-62-53
- Автомобиль «Соболь» в хорошем состоянии, не гнилой. Двигатель «40522» инжектор. Новая система охлаждения. Есть задние сиденья. Отопитель, вентиляция. Кузов в нормальном состоянии. Зимняя и летняя резина. Цена: 150 тыс.р. Тел.: 8-912-373-16-25
- Авто «Passat В 5» 2001 г.в. в отличном состоянии. Полностью обслужена, сделана новая подвеска, новые дисковые тормоза, гидро-

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ В СУНЕ?

1. На сайте издания: vsesvoi43.ru
2. В «Вконтакте»: vk.com/vs_suna

- ручник, кондиционер заправлен, новый АКБ, двигатель: 2.0 литра. Цена: 239 т.р Тел.: 8-963-888-92-00
- Авто «Ховер», обслуживался во время, пробег: 160500 км, стоит хорошая музыка, цена: 310 тыс.р Тел.: 8-912-365-99-53
- 3 кубометра пеноблока 300x200 Тел.: 8-912-365-99-53
- Дойную комолую козу, 2 окота Тел.: 8-912-718-51-81
- Телку, 13 месяцев, цена договорная Тел.: 8-922-943-30-99
- Кроссовки для девочки, очень легкие, размер: 34 (на физкультуру) - 150 руб. Тел.: 8-919-504-55-49
- Портфель для девочки, состояние идеальное, 500 руб. Нолинск. Доставка в Уржум, Киров Тел.: 8919-510-28-94
- Белую блузку в школу для девочки - рост 128, (6-8 лет), 150 руб Тел.: 8-912-719-06-15
- Новый рюкзак «Адидас» - 1200 руб. и сумку на пояс - 500 руб. Тел.: 8-912-724-62-50

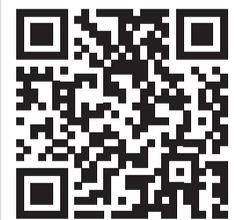
СУНА

КУПЛЮ

- Золото Тел.: 8-916-809-47-02; 8-925-723-98-05
- Грибы «Лисички» в большом объеме Тел.: 8-912-369-12-43
- Авто «Москвич», «Волгу» Тел.: 8-912-377-49-85
- Осину, липу Тел.: 8-917-709-26-46
- Куплю ваши сломанные и рабочие микроволновые СВЧ печи Тел.: 8-922-914-93-54

Триллион из нашего кармана:

Экономические реформы государства оплачивают россияне



Читайте на сайте VSESVOI43.RU

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ

VOLKSWAGEN TRANSPORTER

ДОСТАВКА ГРУЗОВ

ИЗ КИРОВА В:

→ УРЖУМ

→ НОЛИНСК

→ СУНУ



☎ 8-912-736-18-30

ВСЕ ДЛЯ
КРОВЛИ И ФАСАДА

УСПЕЙ КУПИТЬ ВЫГОДНО!

САЙДИНГ
105¹³⁸ ₺
панель 3 метра, цвет салатный

ПРОФНАСТИЛ
8 Цинк
от 217 ₺/м²

Киров, Производственная, 29/1
Т. 22-22-20

ИП Абраков Эмиль Галимзянович. ИНН 594489785207.
ОГРНИП 316595800113060 Реклама

ТАМАДА
ВЕДУЩАЯ

ЕVS

НА ВАШИ
ЯРКИЕ ПРАЗДНИКИ

☎ 8-919-505-46-63

Реклама

В аморальном и излишне утилитарном поведении мужчин может быть виноват тестостерон, объявили на днях ученые. По крайней мере, те, у кого в крови фиксировали высокий уровень этого гормона, были готовы совершать по-настоящему ужасные поступки во имя абстрактного общественного блага. А также сорить деньгами и покупать дорогие гоночные автомобили.

БИТЬ ИЛИ НЕ БИТЬ

В опросе исследователей приняли участие 200 добровольцев.

Их просили рассказать, как бы они поступили в ситуации сложного морального выбора — например, смогли бы или нет пытать преступника ради установления истины. Или убить пациента, чтобы за счет его органов спасти сразу нескольких человек. Оказалось, что чем выше естественный уровень тестостерона, тем меньше чувствительность к нравственным запретам и больше склонность к чудовищным с точки зрения морали поступкам. При этом люди часто оправдывают себя тем, что «грешат во благо».

Кроме того, этот гормон связан с агрессивным поведением — что доказано как на животных, так и на человеке. Стабильно много тестостерона в крови преступников, задержанных за драки, разбой и убийства. Как правило, чем его больше, тем выше положение за-

Почему натестостероненный мужчина себе не хозяин



ключенного в тюремной иерархии и тем чаще он конфликтует с администрацией пенитенциарного учреждения.

СОРИТЬ ДЕНЬГАМИ

Все эти взаимосвязи работают, только если речь идет о естественном уровне мужского полового гормона. Когда ученые увеличивали количество тестостерона в организме искусственно, это не делало испытуемых более агрессивными или менее эмпатичными. Но кое-что в их поведении все же менялось. Мужчины начинали отдавать предпочтение более дорогим товарам, связанным с высоким социальным

статусом, — гоночным автомобилям и люксовым часам.

Исследователи разделили 243 добровольца на две группы. Участникам первой с помощью специальной мази ввели дополнительную дозу тестостерона. Остальные получили плацебо. Перед экспериментом, когда уровень гормона у добровольцев был одинаковый, их попросили ответить на вопросы о потребительских предпочтениях.

После того как в первой группе количество тестостерона в крови увеличили, опрос повторили. Выяснилось, что испытуемые с повышенным уровнем гормона на 18% чаще выбирали

более дорогие товары и на 27,5% — продукцию, свидетельствующую о высоком социальном статусе. У тех, кто получил плацебо, ничего подобного не наблюдалось. А значит, покупку престижных товаров без оглядки на их качество вполне можно объяснить биологически, по крайней мере, частично, заключают авторы работы.

РИСК — ДЕЛО ГОРМОНАЛЬНОЕ

Еще один результат искусственного повышения тестостерона — желание рисковать. Это доказали ученые Оксфордского университета (Великобритания), введя дополнительные дозы гормона 70 добровольцам. Еще столько же получили плацебо, но не догадывались об этом.

Все участники исследования работали трейдерами, то есть торговали ценными бумагами на фондовых рынках. В рамках эксперимента им предложили сыграть в экономическую игру — они могли делать ставки и запрашивать цену, получая небольшое денежное вознаграждение.

Добровольцы с повышенным тестостероном охотнее шли на рискованные операции и в среднем на 20% увеличивали количество экономических пузырей — опасных ситуаций, когда торговля ценными бумагами происходит по цене, сильно отличающейся от среднерыночной. Участники же контрольной группы, которым вводили плацебо, выбирали менее рискованную тактику торгов.

Источник: ria.ru

Роскачество рекомендует заклеивать камеру и микрофон ноутбука

Центра цифровой экспертизы Роскачества подготовили рекомендации, как обезопасить свой компьютер и смартфон от хакеров.

Специалисты напоминают, что на компьютере в обязательном порядке должен быть установлен антивирус и обновленное ПО. Кроме того, они рекомендуют заклеивать камеру и микрофон на то время, когда они не используются. Это можно сделать с помощью скотча, изоленты или специальной шторки.

«Оказавшись на компьютере или смартфоне, вредоносная программа-шпион выполняет «полезную нагрузку», заложенную в нее создателем — она способна не только копировать документы, перехватывать нажатия клавиш, читать сообщения жертвы, но и активировать микрофон или камеру на устройстве», — отметил руководитель департамента системных решений Group-

IB Антон Фишман. По его словам, так работает шпионская программа Pegasus, ко-

торая атаковала Android и iOS через уязвимость в старых версиях мессенджера WhatsApp.

Что касается смартфонов, как отмечают эксперты, гаджеты постоянно шпионят за своими владельцами. По их словам, это происходит даже при отключенном доступе к камере или микрофону.

Как отмечается, в исследованиях специалисты центра опираются на стандарт, в котором одним из требований к мобильным при-

ложениям является наличие запроса только оправданных разрешений. Роскачество рекомендует внимательно относиться к запрашиваемым доступам мобильных приложений: ограничивать доступ к микрофону, камере, геолокации, если это не сказывается на работоспособности необходимых функций приложений.

«Вынуждены констатировать, что, действительно, заклеивка камеры и микрофона — уже не параноя, а одно из правил «цифровой гигиены», — отметил заместитель руководителя Роскачества Илья Лоевский.

Текст и фото: tass.ru

