



Мечты сбудутся, я помогу!



Новый год – волшебное время, когда сбываются самые сокровенные мечты... 16-го ноября 2020 года началась Всероссийская благотворительная акция «Ёлка желаний», которая продлится по 28 февраля 2021 года. Тяжелобольные дети из семей с низкими доходами или дети, вовсе живущие без родителей, пишут письма Деду Морозу, чтобы он исполнил их мечты. Акция проходит уже в третий раз. Принять участие в ней могут все желающие. Не прошла мимо такой акции и глава ГО «Вуктыл» Гульнара Идрисова, поделившись комментарием на своей страничке в социальной сети: «С огромным удовольствием приняла участие в предновогодней акции «Ёлка желаний», благодаря которой сбываются самые заветные мечты сотен мальчишек и девчонок. Исполню желание о приобретении стола для рисования песком с подсветкой!».

Акция «Ёлка желаний» была поддержана Главой Республики Коми В. В. Уйба, который в торжественной обстановке на мероприятии, посвященном юбилею средней общеобразовательной школы села Часово Сыктывдинского района, снял с новогодней елки бумажного снеговика с желанием и пообещал, что оно обязательно исполнится. Многие жители нашего округа тоже приняли участие в исполнении мечтаний детишек! Все желающие могут присоединиться к акции на сайте елкажеланий.рф.

Поздравляет!

Уважаемые «дети войны»
города Вуктыла и Вуктыльского района!
Поздравляем вас с Новым годом и Рождеством!

Желаем светлых перемен, восхитительных успехов, здоровья, радости, всех благ, удивительной удачи!

Пусть счастье с вами в новый год

Идет одной дорожкой,

Пусть баловать не устаёт

И обещает многое!

Актив ОО «Дети войны»



ОНИ ВСЕГДА ГОТОВЫ К ПОБЕДАМ!

стр.4



И В ОГОНЬ ПОЙДЁМ, И В ВОДУ С ТЕМ, КТО БЕРЕЖЁТ ПРИРОДУ!

В 2020 году реализовано много проектов на благо Вуктыла.

В период с 25 июня по 30 сентября на территории Республики Коми в рамках реализации федерального проекта «Сохранение уникальных водных объектов»* национального проекта «Экология» проходила ежегодная республиканская экологическая акция «Речная лента-2020». На территории городского округа «Вуктыл» данную акцию реализовывал волонтерский корпус «Спортивная молодежь Вуктыла». Ребята в течение лета проводили различные субботники и акции, тем самым помогая нашему городу стать чище. Школьники-волонтеры убирали мусор на прибрежной территории реки Печоры, в тех местах, где отдыхают жители нашего города.

Я сама люблю природу и часто хожу в лес. Таких людей, любящих природу, — большое количество, им тоже нравится отдыхать на свежем воздухе. И я их прекрасно понимаю. Но я искренне не понимаю, почему нельзя свой мусор увезти с собой. Сам привёз — сам и увези! Хочу лишний раз обратить внимание вуктыльцев на эту проблему: не будьте равнодушны к природе, любите ее и перестаньте отвращать. Пока каждый не начнет себя, ничего не изменится. Можно бесконечно ругать соседа, власть и государство, но лишь своим примером, своими действиями удастся что-то изменить.

Школьники, дети «Спортивной молодежи Вуктыла» — отличный пример. Им всё равно, кто ос-

тавил мусор, но им не безразлично, что он оставлен на природе. Они без лишних слов, оскорблений и упреков в чей-либо адрес взяли и сделали большое дело. За что по праву были вознаграждены.

По результатам подведения итогов акции, городской округ «Вуктыл» занял ВТОРОЕ место среди городских округов республики! От регионального Министерства природных ресурсов и охраны окружающей среды

были вручены благодарности - «Красная книга Республики Коми» и памятные подарки. От администрации городского округа «Вуктыл» юным волонтерам выражается благодарность за их доблестный труд на бла-

го своей малой Родины.

Волонтерский корпус «Спортивная молодежь Вуктыла» благодарит жителей нашего города и района: «Спасибо всем, кто на разных этапах акции присоединился к работам и проявил свою заботу о нашем городе».



Автор
Виргиния
ТАТАРОВА

*Федеральный проект «Сохранение уникальных водных объектов» входит в число 11 федеральных проектов национального проекта «Экология». Его реализация началась с 1 января 2019 года и продлится по 25 декабря 2024 года. Его цель — сохранение уникальных водных объектов за счет восстановления природных ресурсов и экологической реабилитации, расчистки участков русел рек, очистки от мусора берегов и прибрежной акватории озёр и рек, в том числе озера Байкал, Телецкого, Ладожского и Онежского озёр, рек Волги, Дона, Оби, Енисея, Амура, Урала, Печоры.

Реализация федерального проекта, как показывает практика, позволяет улучшить экологическую обстановку и создать комфортные условия проживания для населения за счет улучшения состояния водных экосистем. Все, кто заинтересован и хочет поучаствовать в акциях в рамках федерального проекта, могут ознакомиться с Положением акции на сайте Министерства природных ресурсов и охраны окружающей среды <http://mpr.rkomi.ru/left/newsanons/news/85283/>



Автор
Виргиния
ТАТАРОВА

«Золотое кольцо-юниор»

С 10 по 14 декабря 2020 года в Ярославле состоялось открытое Первенство Ярославской области «Золотое кольцо-юниор» среди юношей 2009-2010 годов рождения. Данный турнир является традиционным и проводится в целях развития и популяризации баскетбо-

ла среди детско-юношеских команд, а также в целях привлечения молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом, развития спортивных связей городов — участников первенства.

Турниры лиги «Золотое кольцо» — это отличная воз-

можность для команд подготовиться к Первенству России, поскольку география команд-участниц весьма обширна. Команда Республики Коми, несмотря на длительные ограничительные меры в связи со сложной эпидемиологической обстановкой в стране, показала себя силь-

ным соперником, сумевшим обойти многих своих конкурентов. По итогам игр лиги — второе почетное место. Одним из результативных игроков сборной республики стал обучающийся отделения баскетбола МБУДО «КДЮСШ» Михаил Абрашетьев. Уже два года Миша за-

нимается под руководством тренера-преподавателя Надежды Семеновны Прийменко и показывает достойный результат.

Мама Михаила поделилась, что сын слегка расстроился, вернувшись с турнира. Юный и весьма амбициозный спортсмен был настроен на первое место. Родители мальчика всячески поддерживают: серебро — это почетно, к тому же, Михаил впервые выехал за пределы родной республики, да и в составе сборной команды из вуктыльских ребят был только он. Михаил Абрашетьев по праву стал одним из успешных игроков Коми, ведь мальчик до пандемии тренировался каждый день по четыре часа, оставаясь при этом хорошим. С первого класса у него проснулся интерес к баскетболу и по сей день он не снизился. В дни, когда тренировок по плану нет, целеустремленный пятиклассник покупает билет в спортзал МБУ «Клубно-спортивного комплекса» и тренируется самостоятельно.

Мама за Мишу всегда переживает очень эмоционально. Папа же старается показать себя более сдержанным и рассудительным: до первой золотой медали есть еще время, нужно тщательно подготовиться к ней. Сын уже дважды привозил бронзу из Сыктывкара, сейчас вот — серебро. Первое место уже на подходе. Ждём!

Желаем тренерам-преподавателям и их подопечным ярких спортивных событий и дальнейших побед!



ВЛАДИМИР УЙБА ПРОВЁЛ ЗАСЕДАНИЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЙ КОМИССИИ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Заслушан доклад по исполнению протокольных поручений, которые были даны на предыдущих заседаниях комиссии; рассмотрен вопрос развития системы комплексов фотовидеофиксации нарушений правил дорожного движения в 2020 году; обсуждены меры, принимаемые по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма в республике; рассмотрены вопросы по обустройству пешеходных переходов в соответствии с требованиями национальных стандартов.

«Коллеги, наше совещание проходит накануне



не новогодних праздников. В это время есть риски роста числа ДТП, особенно с участием

нетрезвых водителей, поэтому мы должны уделить этому особое внимание. Как и тому,

что на протяжении долгих выходных дороги должны быть в надлежащем состоянии, почищены, при необходимости обработаны противогололедными реагентами. Необходимо обеспечить соблюдение порядка на улицах, в общественных местах, чтобы праздник проходил в спокойной обстановке, люди отдыхали и радовались Новому году и Рождеству», – подчеркнул Глава Республики Коми В. Уйба.

В республике проводится большая работа по приведению пешеходных переходов на автомобильных дорогах в соответствии с требо-

ваниями законодательства, а также по их обустройству вблизи образовательных учреждений.

В 2020 году было обустроено 55 пешеходных переходов на дорогах общего пользования республиканского значения. На следующий год запланировано привести в соответствие с требованиями ГОСТов 56 пешеходных переходов.

Пешеходные переходы, расположенные вблизи образовательных учреждений на автодорогах регионального значения, полностью приведены в соответствие с требованиями законодательства.

РЕСПУБЛИКА КОМИ ПЕРЕВЫПОЛНИЛА ПЛАН ПО ПЕРЕСЕЛЕНИЮ ГРАЖДАН ИЗ АВАРИЙНОГО ЖИЛЬЯ В 2020 ГОДУ

Глава Республики Коми Владимир Уйба выступил с докладом на заседании Президиума (штаба) Правительственной комиссии по региональному развитию в Российской Федерации. Заседание провел заместитель председателя Правительства России Марат Хуснуллин. Тема – итоги реализации в 2020 году нацпроекта «Жилье и городская среда».

В Республике Коми реализуется программа переселения граждан из аварийного жилья в рамках регионального проекта «Обеспечение устойчивого сокращения непригодного для проживания жилищного фонда».

Целевой показатель регионального проекта нарастающим итогом за 2019, 2020

годы предусматривает расселение 16,16 тысячи квадратных метров аварийного жилищного фонда и улучшение условий проживания 890 граждан.

На сегодняшний день расселено 17,31 тысячи квадратных метров аварийного жилищного фонда, 940 граждан. Это 107 % плано-

вого показателя по расселению площади и 106 % по гражданам.

Заключены контракты под расселение еще 8,21 тысячи квадратных метров аварийного жилищного фонда. Ведется работа по оформлению жилых помещений в муниципальную собственность в целях последующей передачи

гражданам по договорам социального найма жилых помещений и договорам мены.

Кроме того, между Минстроем России и Минстроем Республики Коми заключено дополнительное соглашение о продолжении реализации регионального проекта «Обеспечение устойчивого сокращения непригодного для проживания жилищного фонда».

МИНПРОМТОРГ РОССИИ ПОДДЕРЖАЛ ИНИЦИАТИВУ ПРАВИТЕЛЬСТВА КОМИ О ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКЕ РЕСПУБЛИКИ КАК ГЕОСТРАТЕГИЧЕСКОГО РЕГИОНА

На базе федерального ведомства состоялось заседание Координационного совета по промышленности. Личное участие в заседании приняла министр экономического развития и промышленности Республики Коми Эльмира Ахмеева. Темой

средства федерального бюджета на поддержку и развитие предприятий промышленности отрасли.

Также министр отметила, что в региональном бюджете благодаря поддержке главы Коми Владимира Уйба уже предусмотрено 100 млн.

грузинской продукции промышленного производства – в размере 1,6 млрд. рублей и создать порядка 130 дополнительных рабочих мест.

«Мы уверены, что региональная программа «Развитие промышленности» займет достойное место в кон-

Фонда развития промышленности. Предоставление совместных займов по программе «Проекты развития» позволит дополнительно привлечь на реализацию инвестиционных проектов в республике до 466 млн. рублей федеральных средств», – сообщила министр.

Также Эльмира Ахмеева высказала просьбу в адрес министра Минпромторга России Дениса Мантурова поддержать инициативу по внесению изменений в федеральный стандарт Фонда в части дополнительной поддержки республики как геостратегического региона. А именно – изменить уровень софинансирования

по совместным займам с ФРП: с соотношения 70% на 30% на соотношение 90% на 10%.

«Изменение уровня софинансирования для геостратегических регионов позволит существенно увеличить размер средств, привлекаемых из бюджетов различного уровня. По нашим расчетам, объем средств для оказания поддержки промышленным предприятиям возрастет с 666 млн. рублей до 2 млрд. рублей. Это будет важной мерой, направленной на выполнение задач развития, в том числе, и Арктической зоны Российской Федерации», – резюмировала Э. Ахмеева.

Пресс-служба Администрации Главы Республики Коми

Упростят ли?

Минсельхоз Республики Коми запустил на согласование проект постановления Правительства Коми о внесении изменений в порядок организации деятельности приютов для животных и нормы содержания собак в них. Проектом предлагается исключить избыточные требования:

- к размещению приюта;
- к обустройству помещений, используемых для приёма животных, их временного и постоянного содержания;
- к обустройству ветеринарного пункта, карантинного помещения и помещения, предназначенного для лечения животных в условиях стационара.



встречи стал вопрос о федеральной поддержке промышленности регионов страны.

По словам руководителя регионального ведомства, на сегодняшний день республика в числе первых подала заявку в Минпромторг России на участие в отборе региональных программ развития промышленности. По результатам конкурса региону на условиях софинансирования будут выделены

рублей на финансовое обеспечение деятельности регионального Фонда развития промышленности, который, в свою очередь, будет предоставлять льготные займы промышленным предприятиям для реализации инвестиционных проектов.

За три года реализации мероприятий региональной программы в Республике Коми прогнозируется вложить инвестиций в объеме 750 млн. рублей, объем от-

курсе, а привлеченные средства будут стимулировать развитие промышленности региона», – отметила Э. Ахмеева. Также руководитель ведомства выступила с предложением увеличить размер государственной поддержки в 2022 году до 5 млрд. рублей.

«Для финансирования инвестиционных проектов и повышения инвестиционной активности мы также планируем привлекать средства



Автор
Виргиния
ТАТАРОВА

ОНИ ВСЕГДА ГОТОВЫ К ПОБЕДАМ!

18 ноября стартовал республиканский конкурс «ВПерёд!» среди активистов и объединений регионального отделения ВОД «Волонтеры Победы». Всероссийское общественное движение основано в 2015 году по инициативе Президента РФ Владимира Путина в честь 70-летия Победы в Великой Отечественной войне. Участие в конкурсе могли принять общественные центры гражданско-патриотического воспитания в ссузах и вузах, муниципальные штабы, школьные отряды, активисты движения в Республике Коми.

Суть конкурса состояла в том, чтобы подготовить свое портфолио или портфолио достижений своего объединения, собрать фото- и видеоматериалы деятельности, поднять действующие планы и расписать перспективы.

Как полагаются, у любого конкурса есть цели. У конкурса «ВПерёд» это: формирование у молодежи гражданского долга, духа единства и ответственности; сохранение исторической памяти; формирование чувства сопричастности молодежи к важным историческим, патриотическим и молодежным событиям Республики Коми.

Организаторами конкурса являются Министерство образования, науки и молодежной политики Республики Коми, Региональное отделение Всероссийского общественного движения «Волонтеры Победы», Государственное автономное учреждение дополнительного образования Республики Коми «Республиканский центр детей и молодежи».

Организаторы обещали, что проигравших не будет, каждый участник и объединение получают подарки от движения.

Конкурс, направленный на формирование гражданской ответственности, проводился в два этапа:

1 этап – регистрация – с 18 ноября по 6 декабря 2020 года.

Необходимо было пройти регистрацию на сайте волонтерыпобеды.рф, подготовить видеоролик (презентацию), отражающий деятельность муниципального штаба (общественного центра, школьного отряда, активиста движения за период деятельности), и направить по нужному электронному адресу. Опубликовать пост в социальной сети «ВКонтакте», «Instagram», «Facebook» об участии в данном конкурсе. Пост должен отражать причины участия в конкурсе и сопровождаться опре-

деленными хэштегами.

2 этап – с 7 декабря по 25 декабря 2020 года.

Нужно было разработать в творческом иллюстрированном формате план развития движения на 2021-2023 годы и в период с 15 по 25 декабря 2020 года защитить своих конкурсные материалы в рамках итогового мероприятия Года памяти и славы в Республике Коми.

Итак, республиканский конкурс «ВПерёд!» среди активистов и объединений регионального отделения Всероссийского общественного движения «Волонтеры Победы» завершен, объявлены победители и призеры.

Номинация «Активисты»:

- 1 место – Лев Евгеньевич Белов, г. Сыктывкар;
- 2 место – Галина Вячеславовна Григорьева, г. Усинск;
- 3 место – Артур Александрович Есаул, г. Вуктыл.

Номинация «Школьный отряд»:

- 1 место – Наталья Валерьевна Иванова, г. Вуктыл;
- 2 место – Григорий Анатольевич Лукьянченко, г. Вуктыл;
- 3 место – Мария Николаевна Выставкаина, Сыктывкарский район.

Номинация «Муниципальный штаб»:

- 1 место – Анастасия Сергеевна Коршунова, г. Сосногорск;
- 2 место – Анастасия Александровна Выучейская, Усинск;
- 3 место – Мария Вячеславовна Уляшова, Троицко-Печорский район.

Для всех участников конкурса прикосновение к нему, а тем более, призовые места – это большое достижение.

Педагог дополнительного образования МБОУ «СОШ №2 им. Г. В. Кравченко» Наталья Валерьевна Иванова, занявшая первое место в номинации «Школьный отряд», к своим обязанностям приступила буквально за два месяца до начала конкурса. Для нее было важно показать всей республике, что в нашем городе есть замечательный отряд юнармейцев, которые готовы работать над возрождением старых и добрых традиций детских, молодежных организаций. Которые хотят показать пример поколения граждан добродетельных и отзывчивых, бережно относящихся к истории и традициям России, готовых строить светлое будущее для себя и своей страны. В недавнем прошлом майор полиции Наталья Вале-



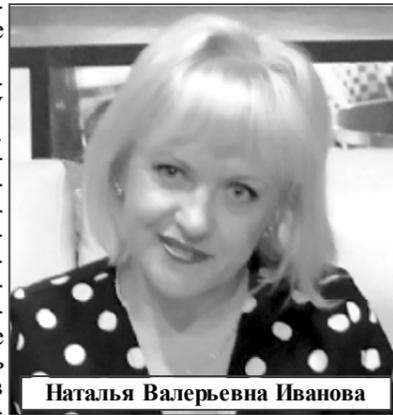
Григорий Анатольевич Лукьянченко

рьевна, находящаяся на пенсии, но готовая работать с детьми еще долгие годы, благодарит помощников, без которых, как говорит сама Наталья, не случилось бы первого места: «Я очень благодарна Светлане Леонидовне Тони, с которой мы вместе обдумывали план исходя из целей конкурса. Но по праву победу стоит разделить с учеником 9 «а» класса Максимом Рыбниковым, который был и режиссером, и

монтажером. Благодаря именно Максиму, у нас всё получилось сделать качественно и в срок. Честно, я не ожидала первого места, но была уверена, что в тройку мы войдем обязательно. Это очень приятная победа». Директор Центра спортивных мероприятий МБУ «КСК» Григорий Анатольевич Лукьянченко, занявший второе место в номинации «Школьный отряд», от всей души благодарит учеников и их родителей: «Хочу выразить искреннюю благодарность родителям наших волонтеров! Вы воспитываете чутких, доблестных и бескорыстных детишек! За годы работы с ребятами я всё больше убеждаюсь, что эти ЛЮДИ покорят мир и станут гордостью своей Родины! Спасибо и вам, дети, что умеете любить эту жизнь и с желанием отдаётесь работе в рамках добровольчества! Даже сложный 2020-й год не смог выбить нас из колеи, мы смогли себя показать и сделать многое для жителей нашего города! Вы – чудо-детки! Вы – моя гордость!».

Командиру отряда юнармейцев и командиру «Волонтеров Победы» Артуру Есаулу, занявшему третье место в номинации «Активисты», очень близка тема патриотизма. Его прадеды были участниками Великой Отечественной войны, поэтому девятиклассник решил поддерживать память о них. Наставниками и кураторами в конкурсе для Артура стали Светлана Леонидовна Тони и Наталья Валерьевна Иванова. Старшеклассник уже не первый раз принимает участие в подобных конкурсах. Становился победителем в Республиканском конкурсе командиров, получив от организаторов путевку в детский оздоровительный лагерь «Артек», где прошел повышение уровня мастерства среди командиров. Артур на досуге не планирует осваивать

«Не нужно ограничиваться только школой. В перспективах у меня – организовать отряд юнармейцев среди школьников младшего возраста. А по окончании школы я планирую продолжать развиваться в этом направлении и привлекать внимание к патриотической и гражданской сознательности как можно больше молодежи». Поздравляем призеров и гордимся! Желаем вам не останавливаться на достигнутых успехах!



Наталья Валерьевна Иванова

основателей движения са-мопомощи):

- «Я живу полной наград и свершений жизнью».

- «Я разрешаю успеху, удаче и процветанию беспрепятственно войти в мою жизнь».

- «Я радостно и спокойно принимаю подарки».

- «Я точно знаю, что мне нужно сделать, чтобы привлечь в свою жизнь успех».

- «Я знаю, что судьба даёт мне всё то, что мне реально необходимо на данный момент».

- «Мой успех не зависит от мнения других людей».

- «Я благодарю Вселенную за удачу, успех и процветание».

2. Накапливайте ресурс – занимайтесь тем, что приносит эмоциональное удовольствие. Для одного человека это общение с друзьями, для другого – уютный вечер в одиночестве с любимой книгой в руках, для третьего – день полного безделья, который закончится приняти-

Ресурсное состояние. Как в него вернуться?

да вы чувствуете, что у вас есть для него абсолютно всё – психологи определяют такое чувство, как наличие эмоциональных и физических сил для решения текущих задач.

Существует два вида ресурсного состояния:

- физическое – человек чувствует себя бодрым, отдохнувшим, полным сил и энергии для решения повседневных задач;

- психологическое – человек просыпается в отличном расположении духа, он уверен в себе, ему хочется заниматься любимым делом, ставить перед собой новые цели и достигать их.

К сожалению, не всегда получается попасть в нужный, рабочий поток, вернуть позитив и энтузиазм. Более того, на общее самочувствие влияют внешние факторы: конфликты в семье или на работе, недостаток финансовых средств, нервные нагрузки. Что делать, если сил ни на

что нет? Когда-то я наткнулась на статью в журнале, где психолог с мировым именем Вирджиния Сатир описывает девять этапов кризисной спирали. Почитав, обдумав, соотнеся эту спираль со своим состоянием, сделала выводы о том, как можно помочь себе поддержать положительный эмоциональный фон и вернуться в ресурсное состояние.

Мы все сталкиваемся с проблемами, только относимся к ним по-разному. Есть люди, которые от них бегут, тем самым растягивая свой страх перед ними на длительное время и становясь уязвимее. Есть те, кого проблемы делают сильнее. Такие люди смотрят стрессовым ситуациям в глаза, бросают им вызов и преодолевают их, становясь еще крепче. А растворяющиеся в проблемной ситуации люди не видят проблем вовсе. Они умеют обстоятельство со знаком «минус» превра-

тит в случай со знаком «плюс».

У молодых и пожилых людей проблемы бывают одни и те же: неважное материальное положение, одиночество, ухудшение здоровья, психологические проблемы. Всё это можно предотвратить. Сегодня хочу поделиться несколькими советами для людей любого возраста. Ресурсное состояние необходимо всем и каждому.

1. Необходимы ежедневные передышки – медитации, аффирмации, ведение дневника или всё вместе. Всё, что не требует большого количества времени, а также помогает расслабиться и привести мысли в порядок, а также наполниться энергией, необходимо сделать обязательной составляющей своего дня.

Примеры аффирмаций (кратких фраз, которые содержат вербальную формулировку) на удачу и успех от Луизы Хей (психолог, одна из



Подготовила
Виргиния
ТАТАРОВА

Завершился 2020 год, который оказался для многих очень сложным. Прошедший високосный год Крысы был полон судьбоносными событиями для всей планеты. Население столкнулось с множеством различных проблем. Такое случается ежегодно, но 2020-й добавил напряжения новым испытанием. Конечно, это сказалось на здоровье человечества. Особенно пострадала нервная система. Многие до сих пор чувствуют напряжение, отсюда – упадок сил, апатия, усталость. С этим нельзя входить в новый год.

Чувствуете ли вы сейчас, что у вас есть абсолютно все для счастья: хорошая работа, крепкая семья, финансовая стабильность, возможность путешествовать? Безусловно, для ощущения счастья совсем необязательны все вышеперечисленные составляющие. Понятие счастья для каждого своё. Но ког-

Понедельник

4 января

Первый канал

05.00, 06.10 X/ф "Марья-искусница" (0+)
06.00, 10.00, 12.00 Новости (16+)
06.25 X/ф "Огонь, вода и... медные трубы" (0+)
08.00 "Доброе утро" (16+)

Россия 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки. Вызов судьбе" (12+)
07.45 X/ф "Сваты" (12+)
10.10, 14.50 "Сто к одному" (12+)

Культура

06.30 "Пешком..." (12+)
07.05, 02.15 М/ф (6+)
08.10 "Фокус в фокусе" (12+)

Вторник

5 января

Первый канал

05.05, 06.10 X/ф "Огонь, вода и... медные трубы" (0+)
06.00, 10.00, 12.00 Новости (16+)
06.40 X/ф "Золотые рога" (0+)

Россия 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки. Вызов судьбе" (12+)
08.05 Т/с "Сваты" (12+)
10.10, 14.50 "Сто к одному" (12+)

Культура

06.30, 17.30 "Пешком..." (12+)
07.00, 02.40 М/ф (6+)
08.10 "Фокус в фокусе" (12+)

10.45 X/ф "Приключения Тома Сойера и Гекльберри Финна" (0+)
11.55, 00.10 "Большой барьерный риф - живое сокровище" (12+)

Матч ТВ

06.00 "Тайны боевых искусств" (16+)
06.55, 08.55, 11.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости (16+)
07.00, 14.10, 18.35, 22.10, 01.00 Все на Матч! (12+)

НТВ

05.05, 08.15 Т/с "Вижу-знаю" (16+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+)

12.40 "Грядущее свершается сейчас" (12+)
13.25 X/ф "Сисси. Роковые годы императрицы" (16+)

Матч ТВ

06.00 "Тайны боевых искусств" (16+)
06.55, 08.55, 11.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости (16+)

НТВ

04.50, 08.15 Т/с "Вижу-знаю" (16+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.20 М/ф "Когда закипят сосиски" (0+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.20 Мультфильмы (0+)
07.00 М/с "Три кота" (0+)

ТНТ

07.00 "ТНТ. Gold" (16+)
07.50 X/ф "Любовь с ограничениями" (16+)

OTR

06.50 X/ф "Свадьба" (0+)
07.55, 15.05 "Календарь" (12+)

ТНТ

07.00 М/с "Три кота" (0+)
07.30 М/с "Царевны" (0+)

ТНТ

07.00 "ТНТ. Gold" (16+)
08.20 X/ф "Дублер" (16+)

OTR

06.35 Новогодний концерт на ОТР (6+)
07.55, 15.05 "Календарь" (12+)

13.05, 02.05 X/ф "Ягуар" (12+)
16.30 "Врачи" (12+)

Рен ТВ

06.40 X/ф "Библиотекарь" (16+)
08.25 X/ф "Библиотекарь-2: возвращение к косякам царя Соломона" (16+)

ТВЗ

06.00 Мультфильмы (0+)
10.00 Т/с "Старец" (16+)

Звезда

06.05, 05.30 "Сделано в СССР" (6+)

Рен ТВ

07.25 Т/с "Бандитский Петербург: адвокат" (16+)

ТВЗ

06.00 Мультфильмы (0+)
10.00 Т/с "Знаки судьбы" (16+)

Звезда

05.45 X/ф "Взрослые дети" (6+)

Пятый канал

05.00 М/с "Маша и Медведь" (0+)

ТВ Центр

05.20 X/ф "Женская логика-3" (12+)

02.10 Т/с "Новый год в ноябре" (0+)

Пятый канал

05.00 М/с "Маша и Медведь" (0+)

ТВ Центр

04.55 X/ф "Женская логика-2" (12+)

Юрган

06:00 «Райда-2017». Концерт (6+)
07:15, 12.00, 00.15 «Елочка, гори!» (12+)



10.35 "М. Пуговкин. Я всю жизнь ждал звонка" (12+)

Юрган

06:00 «Коми in cognito» (12+)

09:30, 04.35 «Наши люди» (12+)

Среда 6 января Первый канал

05.20, 06.10 X/ф "Золотые рога" (0+)
06.00, 10.00, 12.00 Новости (16+)
06.40 X/ф "Моя мама - невеста" (12+)

Россия 1

05.00 Т/с "Доярка из Хаццетовки. Вызов судьбе" (12+)
06.00 Т/с "Доярка из Хаццетовки-3" (12+)

Культура

06.30, 17.40 "Пешком..." (12+)
07.05 М/ф (6+)
08.35 X/ф "Свинарка и пастух" (0+)

Матч ТВ

06.00 "Тайны боевых искусств" (16+)
06.55, 08.55, 11.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости (16+)

19.30 Бокс. Лига Ставок Кубок Матч! Боец (16+)
22.40 Футбол. ЧЕМП. ИТАЛИИ (0+)

НТВ

05.00, 08.15 Т/с "Вижузнаю" (16+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.10 Мультфильмы (0+)
08.00 "Детки-предки" (12+)

ТНТ

07.00 "ТНТ. Gold" (16+)
08.00 X/ф "Без границ" (12+)

(16+)
02.00 "Comedy Woman" (16+)
02.55 "Stand up" (16+)

OTR

07.55, 15.05 "Календарь" (12+)
09.00, 16.10 "Среда обитания" (12+)

Рен ТВ

05.00 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
07.15 X/ф "Русский спецназ" (16+)

ТВ3

06.00 Мультфильмы (0+)
17.00 "Вернувшиеся" (16+)

Звезда

05.10 X/ф "Дом, в котором я живу" (6+)

Пятый канал

05.00 М/с "Маша и Медведь" (0+)

ТВ Центр

05.15 "Любимое кино. Ирония судьбы, или С легким паром!" (12+)



Четверг 7 января Первый канал

06.00, 10.00, 12.00 Новости (16+)
06.10 X/ф "Француз" (12+)

Россия 1

05.00 Т/с "Доярка из Хаццетовки-3" (12+)

Культура

06.30 Лето Господне. Рождество Христово (12+)

10.30 "Русский плакат" (12+)
10.45, 00.55 X/ф "Мы с вами где-то встречались" (0+)

Матч ТВ

06.00 "Тайны боевых искусств" (16+)
06.55, 08.55, 11.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости (16+)

НТВ

04.50, 08.15 Т/с "Вижузнаю" (16+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)

07.00 М/с "Три кота" (0+)
07.30 М/с "Царевны" (0+)

ТНТ

07.00 "ТНТ. Gold" (16+)
08.20 X/ф "Джунгли" (12+)

OTR

07.50, 12.55 Рождественское обращение Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла (12+)

22.10 X/ф "Карп отмороженный" (12+)

Рен ТВ

05.00 "Тайны Чапман" (16+)

ТВ3

06.00 Мультфильмы (0+)

Звезда

05.40 "Сталинградское Евангелие Ивана Павлова" (12+)

Пятый канал

05.00 М/с "Маша и Медведь" (0+)

ТВ Центр

04.45 X/ф "Женская логика-5" (16+)

14.30, 21.40 События (16+)
14.45 "Слухи, слухи, слухи!" (12+)

Юрган

06:00 «Любовь и кухня». X/ф (16+)
07:30 «Парень из Голливуда, или Необыкновенные приключения Вени Везунчика». X/ф (12+)

06:00 «Девочка со спичками». X/ф (6+)
07:00, 12:00 «Русский крест» (12+)

Пятница

8 января

Первый канал

05.00, 09.25 "Доброе утро" (16+)
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости (16+)
09.55 "Модный приговор" (6+)

Россия 1

05.00, 09.25 "Утро России" (16+)
09.00, 11.00, 20.00 Вести (16+)
09.55 "О самом главном" (12+)

Культура

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.00 Новости культуры (0+)

10.20 XX век. "Про Федота-стрельца, удалого молодца..." (0+)
11.25 X/ф "Смешная девочка" (16+)
15.10 Письма из провинции (0+)

Матч ТВ

06.00 "Вся правда про..." (12+)
06.30 "Неизвестная хоккейная Россия" (12+)

НТВ

05.20 Т/с "Москва. Три вокзала" (16+)

08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+)
08.20, 10.20 Т/с "Мамочка, я киллера люблю!" (16+)
14.00, 16.20 Т/с "Невский" (16+)

СТС

06.00, 05.45 "Ералаш" (0+)
06.10 "Дело было вечером" (16+)

ТНТ

07.00 "ТНТ. Gold" (16+)
09.00 "Дом-2. Lite" (16+)
10.15 "Дом-2. Остров любви" (16+)

03.15 X/ф "Поворот не туда-5: Кровавое родство" (16+)
04.40 "Открытый микрофон" (16+)

ОТР

04.15 "Большая страна" (12+)
05.05, 18.30, 23.35 "Имею право!" (12+)

Рен ТВ

05.00 "Военная тайна" (16+)
06.00, 09.00, 15.00 "Документальный проект" (16+)

18.00, 03.10 "Самые шокирующие гипотезы" (16+)
20.00 X/ф "Ограбление по-итальянски" (16+)

ТВЗ

06.00 Мультфильмы (0+)
09.20, 17.30 "Слепа" (16+)

Звезда

05.10 X/ф "Добровольцы" (0+)
07.05, 08.20, 10.05 X/ф "Тайна двух океанов" (6+)

Пятый канал

05.00, 09.00, 13.00 "Известия" (16+)
05.35, 09.25 Т/с "Последний мент" (16+)

ТВ Центр

05.50 X/ф "Три в одном-8" (12+)

11.50 Т/с "Она написала убийство" (12+)
13.40 "Мой герой" (12+)

Юрган

06.00, 07.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 "Время новостей" (12+)

Суббота

9 января

Первый канал

05.05, 06.10 X/ф "Особенности национальной охоты в зимний период" (16+)
05.15 "Мужское/Женское" (16+)

Россия 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацапетовки-3" (12+)
08.05 Т/с "Сваты" (12+)

Культура

06.30, 17.30 "Пешком..." (12+)
07.05 М/ф (6+)

(12+)
16.10 Фестиваль культуры (12+)
18.00 "Власть над климатом" (12+)

Матч ТВ

06.00 "Тайны боевых искусств" (16+)
06.55, 08.55, 11.00, 14.20, 17.50, 22.30 Новости (16+)

НТВ

04.40 Т/с "Вижу-знаю" (16+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.15 М/с "Тролли. Праздник продолжается!" (6+)

меней" (16+)
11.05 X/ф "Рожденный стать королем" (6+)

ТНТ

07.00, 01.50 "ТНТ Music" (16+)
07.30 "ТНТ. Gold" (16+)

ОТР

07.55, 15.05 "Календарь" (12+)
09.00, 16.10 "Среда обитания" (12+)

Рен ТВ

05.00 "Невероятно интересные истории" (16+)

07.50 X/ф "Супербобровы" (12+)
09.40 X/ф "Супербобровы. Народные мстители" (12+)

ТВЗ

06.00, 05.45 Мультфильмы (0+)
09.00 "Рисуем сказки" (0+)

Звезда

05.50, 08.15 X/ф "12 стульев" (6+)

Пятый канал

08.05 X/ф "Пурга" (12+)
10.00 Т/с "След" (16+)

ТВ Центр

05.20 "Тайны великих сказочников" (12+)



совсем не знаете" (12+)
11.40 X/ф "Именины" (12+)

Юрган

06:00 «Усть-Кара». Д/ф (12+)
06:35 «Мия йоз» (12+)

08:05 «Ме да Юрган» (12+)
08:35, 11.20 «И в шутку, и всерьез» (6+)

Воскресенье
10 января

Первый канал

06.00, 10.00, 12.00 Новости (16+)
06.10 Х/ф "За пять минут до января" (12+)
10.10 "Жизнь других" (12+)
11.05 "Видели видео?" (6+)

Россия 1

05.00 Т/с "Доярка из Хацпетовки-3" (12+)
08.05 Т/с "Сваты" (12+)
10.10 "Сто к одному" (12+)

Культура

06.30 "Пешком..." (12+)
07.05, 02.10 М/ф (6+)
08.25 М/ф (6+)
08.40, 01.00 Х/ф "Вратарь" (0+)

16.10 Зкрытие XXI телекурса юных музыкантов "Щелкунчик" (0+)
17.45 Красивая планета (12+)
18.00 "Куда ведут железные дороги" (12+)

Матч ТВ

06.00 "Тайны боевых искусств" (16+)
06.55, 08.55, 11.00, 13.05, 18.20, 22.00 Новости (16+)
07.00, 12.25, 16.05, 22.10, 00.45 Все на Матч! (12+)

НТВ

04.50 Т/с "Пасечник" (16+)
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+)
08.20 "У нас выигрывают!" (12+)

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш" (0+)
06.15 М/с "Тролли. Праздник продолжается!" (6+)

09.00 М/ф "Шрек-4д" (6+)
09.10 М/ф "Дом" (6+)
11.00 М/ф "Миньоны" (6+)
12.45 М/ф "Гадкий я" (6+)

ТНТ

07.00 "ТНТ. Gold" (16+)
08.00 Х/ф "Золотое кольцо" (16+)
10.00 "СашаТаня" (16+)

ОТР

07.55, 15.05 "Календарь" (12+)
09.00, 16.10 "Средаобитания" (12+)
09.20 Х/ф "Там, на неведомых дорожках..." (0+)

Рен ТВ

05.00 Т/с "Игра престолов" (16+)
01.15 Х/ф "Валериан и город тысячи планет" (16+)

ТВ3

05.45 Мультфильмы (0+)
09.15 Х/ф "Конан-разрушитель" (6+)
11.15 Х/ф "Беовульф" (12+)

Звезда

06.00, 13.15 "Оружие Победы" (6+)
06.30 Х/ф "Нежный возраст" (6+)
08.00, 13.00, 18.00 Новости дня (16+)

Пятый канал

05.00 Т/с "Пятницкий" (16+)
09.00, 02.25 Т/с "Напарники" (16+)

ТВ Центр

05.25 "Тайны великих сказочников" (12+)
05.50 Х/ф "Московская пленница" (12+)

Юрган

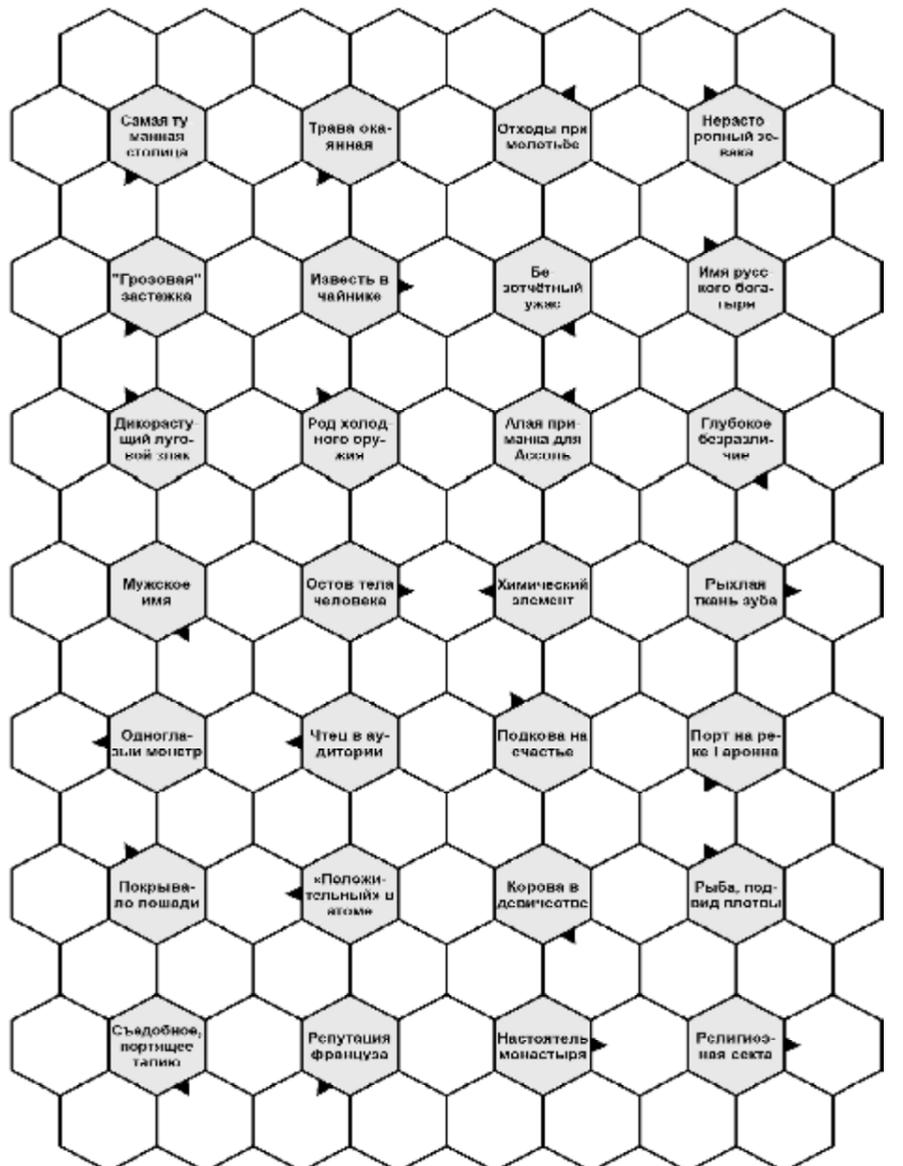
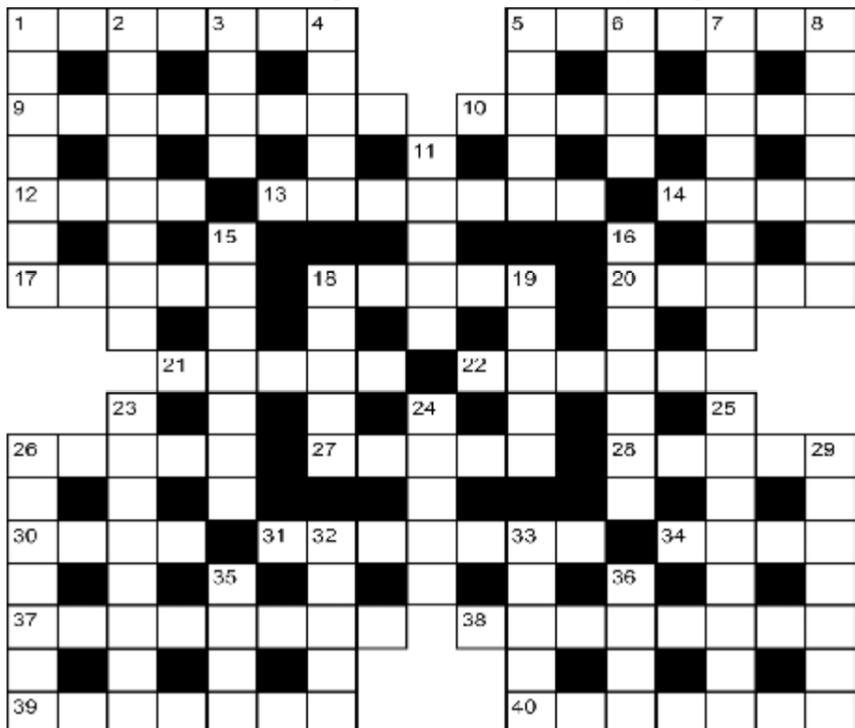
06:00 «Коми incognito» (12+)
06:30 «Наши люди» (12+)
06:45 «Петя по дороге в Царствие Небесное».



Разминка для ума

По горизонтали: 1. Возвышение для оратора 5. Солнечный плод 9. Лихо стучащий по клавишам в типографии 10. В него впадают, когда теряют последнюю надежду 12. Кавалерист, что в произведении Лермонтова «Бородино» был «с пёстрым значком» 13. Кустарная водка 14. Невинное чадо 17. Признак невиновности 18. Знаменитая девушка, «танцующая в тем ноте» 20. Молодец, готовый на всякие лихачества 21. Спортивный гоночный автомобиль 22. «Ценой нелёгкой счастье даётся людям, но ... счастьем не было б оно» (А. Пугачёва) 26. Ловушка для бабочек 27. «Код» для нумеролога 28. И ассорти, и гарнир 30. Целина другим словом 31. Уход со службы в разгар рабочего дня, чаще всего не санкционированный начальством 34. Название этой европейской столицы в буквальном переводе означает «медведь» 37. Ловкач с точностью до наоборот 38. Тренировочный боксерский бой 39. Олигарх, спонсирующий искусство 40. Положение, когда сбитый с ног боксер смог подняться.

По вертикали: 1. Выбитое место на макушке, знак принадлежности к католическому духовенству 2. Момент, после которого депутат чувствует себя в Думе хозяином 3. Время завтрака 4. «Грозный» воин-хвастун, который на самом деле и мухи не обидит 5. Садовая осенняя звезда 6. Тот, кто сделал на копейку, а требует на рубль 7. Спортивный «подмастерье» 8. Ствол цветка 11. Раскатыстый отзвук грома 15. Застенчивая, избегающая людей женщина 16. Представитель сильного пола 18. «Похододеет душа, что за ... здесь чудит? А под окном, чуть дыша, бедный художник стоит» (А. Пугачёва) 19. Страна, которая раньше Заиром звалась 23. Зритель происшествия 24. Причина заикания 25. Желтая целебная ягода 26. Слово, тождественное или близкое по значению 29. Прибор, который любому посетителю «рёбра пересчитает» 32. Шум от бега лошади и толпы 33. Отрезной талон ценной бумаги 35. «Песня» бурлаков 36. «Загогулина» в пути-дороге.



Ответы на кроссворд от 26 декабря:
По горизонтали: 1. Четверг. 5. Компост. 9. Рапсодия. 10. Оптимист. 12. Шоры. 13. Радиопла. 14. Кофр. 17. Ямщик. 18. Джага. 20. Рукав. 21. Слово. 22. Шелк. 26. Кузн. 27. Нимфа. 28. Корн. 30. Небо. 31. Справка. 34. Перевоз. 39. Тренинг. 40. Осколок.

УВАЖАЕМЫЕ СОБСТВЕННИКИ (НАНИМАТЕЛИ)!

В соответствии с п. 30 Постановления Правительства РФ от 14.02.2012 г. №124, а также ч. 2 ст. 157.2 Жилищного кодекса РФ, ООО «Аквасервис» уведомляет вас об одностороннем отказе с 1 февраля 2021 года от исполнения договоров ресурсоснабжения №271/1-П от 22.07.2019 г., №271/1-Т от 22.07.2019 г., Договора №271/1-В от 22.07.2019 г. в связи с наличием просроченной задолженности, превышающей две среднемесячные величины обязательств по оплате, подтвержденной Актом сверки взаимных расчетов между ООО «УК «Кедр» и ООО «Аквасервис», и о переходе с 01.02.2021 г. на прямые договоры ресурсоснабжения по адресу: ул.60 лет Октября, д. 4.

Администрация ООО «Аквасервис»

Реклама

Уважаемые вуктыльцы!



ООО «Аквасервис» предлагает жителям оплатить долги за ЖКУ и проводит акцию с 15 декабря 2020 года по 31 января 2021 года «Списание пени». При оплате задолженности спишут начисленные пени!

ВНИМАНИЮ ЖИТЕЛЕЙ ГО «ВУКТЫЛ»!

Информируем вас о графике работы автомобильного транспорта, осуществляющего пассажирские перевозки на территории округа в праздничные дни. 1, 2, 3 января 2021 года – выходной.

С 4 января 2021 года – городской маршрут по расписанию, по пригородным маршрутам:

- «Вуктыл – Подчерье – Вуктыл» – 1 рейс в 14-00;
- «Вуктыл – Лемтыбож – Вуктыл» – 1 рейс в 14-00;
- «Вуктыл – Дутово – Лемты – Вуктыл» – 1 рейс в 16-00.

Извещение о проведении собрания о согласовании местоположения границы земельного участка

Кадастровым инженером Натальей Владимировной Ромаскевич, Республика Коми, г. Ухта, пр. Строителей, д. 24, кв. 110, электронный адрес lis.a11024@mail.ru, телефон: 8-912-86-55 113, ИИН 11-11-47, в отношении земельного участка, расположенного по адресу: Российская Федерация, Республика Коми, городской округ «Вуктыл», д. Усть-Шугер, ул. Лесная, дом 4, кадастровый номер 11:17:0701001:171, а также вновь образуемого земельного участка выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границы и площади земельных участков.

Заказчиком кадастровых работ является Василий Васильевич Головин, Российская Федерация, Республика Коми, с. Визинга, ул. Заходская, д. 14, телефон 8-912-15-84 842.

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границы состоится по адресу: Российская Федерация, Республика Коми, городской округ «Вуктыл», д. Усть-Шугер, ул. Лесная, дом 4, 02.02.2021 г. в 11 часов.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: Российская Федерация, Республика Коми, г. Ухта, пр. Строителей, д. 24, кв. 110, ООО «Геоид».

Возражения по проекту межевого плана и требования о проведении согласования местоположения границы земельных участков принимаются со 02.01.2021 г. по 02.02.2021 г. по адресу: Российская Федерация, Республика Коми, г. Ухта, пр. Строителей, д. 24, кв. 110, ООО «Геоид».

Смежный земельный участок, с правобладателем которого требуется согласовать местоположения границ, расположен по адресу: Российская Федерация, Республика Коми, городской округ «Вуктыл», д. Усть-Шугер, ул. Лесная, дом 6, кадастровый номер 11:17:0701001:52, Владимир Леонидович Калинин.

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

Газету «Сияние Севера» можно приобрести в магазинах «Берёзка» (№10, №11 и по ул. Таежной), «Книги», «Галеон», «Пантеон», «Звезда», «Домашний», «Товары для дома» (отдел МТС), «Профит».



Объявления

ПРОДАМ: пластиковые ложки, 44 размер; коньки, 44 размер, цвет белый; пианино «Аккорд». Тел.: 8-904-22-74634.

ПРОДАМ парфюмерию «Ив Роше Восток», «Золотой полдень» – 100 мл, «Нежность рассвета» – 30 мл, «Несколько нот любви» – 50 мл. Цена – 50% от стоимости. Туалетная вода «Натюрэль» – 75 мл, 1500 руб. Тел.: 8-912-17-76365.

ПРОДАМ 2-комнатную квартиру улучшенной планировки, 2-этаж. Тел.: 8-904-22-73229.

ЗАКУПИМ дорого шкурки куницы и другие. Прием в городе Ухте. Тел.: 8-904-10-66666.

ПРОДАМ 2-комнатную квартиру по ул. 60 лет Октября, д. 5, 5 этаж (без ремонта). Тел.: 8-912-54-62560.

ПРОДАЮТСЯ: 3-комнатная квартира по ул. Комсомольской, 17, 4 этаж цена 250т.р, а также мебель – шкаф-купе, диван, кресло. Цена договорная. Тел.: 8-904-22-72376.

СНИМУ ГАРАЖ. Тел.: 8-912-95-80829.
ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ, ГРУЗЧИКИ, РАЗНОРАБОЧИЕ. Тел.: 8-912-11-35207.

Разминка для ума

	8	6			
5	2		4	8	
9			2		4
	7	6	3	1	
		2	1		
3	2		9	4	
	4		1		5
		8	5		7 2
			3	8	

Безопасный Новый год!

Новый год! Рождество – долгожданные праздники, любимые всеми. Игры, забавы вокруг зеленой красавицы надолго останутся в памяти детей. Мы искренне надеемся, что они будут радостными. Но не стоит забывать, что именно в период праздничных дней дома, на прогулках и в гостях вас могут поджидать самые неожиданные опасные ситуации. Чтобы избежать их или максимально сократить риск, соблюдайте следующие правила.

Правила поведения в общественных местах во время проведения Новогодних елок и в других местах массового скопления людей

- Если вы поехали на новогоднее представление с детьми, ни в коем случае не отходите от них далеко, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.

- В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы во избежание получения травм.

- Подчиняйтесь законным предупреждениям и требованиям администрации, милиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности.

- Ведите себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий, к обслуживающему персоналу, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий.

- Не допускайте действий, способных создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситу-

ации.
- Осуществляйте организованный выход из помещений и сооружений по окончании мероприятий

- При получении информации об эвакуации действуйте согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.

Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников

Одной из распространенных причин пожара является игра детей с огнем. Оставленные одни, без присмотра, дети могут взять спички, поджечь бумагу, включить в розетку электрические приборы.

Особенно опасны такие игры в местах скрытых от глаз взрослых: на чердаках, в подвалах. При этом, как правило, сами дети при виде пламени, вышедшего из-под контроля, теряются, получают тяжелейшие травмы, а иногда и гибнут.

К сожалению, ежеминутно контролировать ребенка практически невозможно. Но избежать неприятных последствий можно. Нужно постоянно разъяснять ребенку опасность игр с огнем. Ни в коем случае не разрешайте пользоваться спичками, свечами. Брошенная ради баловства спичка может привести к тяжелым ожогам и травмам. Храните спички или иные зажигательные предметы и материалы там, где дети не смогут их найти или достать. По возможности не оставляйте детей надолго без присмотра.

Если возникла такая необходимость, то не оставляйте включенными электроприборы и газовые плиты.
Детям также необходимо рассказывать правила предосторожности в обращении с электробытовыми приборами. Не разрешайте использовать неисправные приборы, играть с ними. От включенных в сеть и оставленных без присмотра электрических приборов часто возникают пожары.
Научите детей пользоваться первичными средствами пожаротушения (огнетушителями), вызывать на помощь пожарную охрану. Прививайте детям умение правильно действовать в случае возникновения пожара.
Если пожар случился в квартире, то нужно постараться покинуть помещение, при этом прикрыв нос и рот мокрой тканью. Передвигаться к выходу нужно, пригнувшись к полу. Покинув квартиру, нужно обязательно оповестить соседей о том, что в вашей квартире случился пожар. Если ваш ребенок не может самостоятельно вызвать пожарную охрану, пусть попросит об этом соседей.
Если дым и огонь – в подъезде, выходить из квартиры опасно. Нужно плотно закрыть двери, выйти на балкон и позвать на помощь.
Напомните ребенку о том, что пользоваться лифтом во время пожара нельзя. При отключении электроэнергии лифт просто может застрять между этажами. Объясните, что прятаться во время пожара под кроватью или в шкафу ни в коем случае нельзя! Иначе пожарным будет трудно его обнаружить. Напи-

шите номера телефонов всех экстренных служб на листок и оставьте на видном месте. Дети обязательно должны знать свой адрес, а также телефон пожарной охраны, чтобы при необходимости вызвать помощь.

Помимо обычных правил пожарной безопасности, следует соблюдать еще несколько простых норм, которые позволят вам получить от выходных дней только положительные эмоции:

1. Не украшайте елку матерчатými и пластмассовыми игрушками.
2. Не обкладывайте подставку елки ватой.
3. Освещать елку следует только электрогирляндами промышленного производства.
4. В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. Помните, открытый огонь всегда опасен!
5. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете, как ею пользоваться, а инструкция не прилагается или написана на непонятном языке.
6. Нельзя ремонтировать и вторично использовать не работавшую пиротехнику.
7. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.

Запрещено:
- устраивать «салюты» ближе 30 метров от жилых домов и легко воспламеняющихся предметов, под низкими навесами и кронами деревьев;
- носить пиротехнику в карманах;
- держать фитиль во время зажигания около лица;

- использовать пиротехнику при сильном ветре;
- направлять ракеты и фейерверки на людей;
- бросать петарды под ноги;
- низко нагибаться над зажженными фейерверками;
- находиться ближе 15 метров от зажженных пиротехнических изделий.

Поджигать фитиль нужно на расстоянии вытянутой руки. Помните, что фитиль горит 3-5 секунд. Отлетевшую искру очень трудно потушить, поэтому, если она попадет на кожу, ожог гарантирован.

При работе с пиротехникой категорически запрещается курить. В радиусе 50 метров не должно быть пожароопасных объектов. При этом зрителям следует находиться на расстоянии 15-20 метров от пусковой площадки, обязательно с наветренной стороны, чтобы ветер не носил на них дым и несгоревшие части изделий.

Категорически запрещается использовать рядом с жилыми домами и другими постройками изделия, летящие вверх. Траектория их полета непредсказуема, они могут попасть в дом, залезть на чердак или крышу и стать причиной пожара.
Соблюдение правил пожарной безопасности должно стать для детей обязательным и естественным. Не забывайте, что пожар легче предотвратить, чем потушить!

Телефон пожарной охраны запомнить очень легко – 01, 101. Единый номер вызова экстренных служб с мобильного телефона – 112. При этом обязательно нужно называть свое имя и адрес, где случился пожар.

Сияние Севера Купон частного бесплатного объявления
Куплю, продам, съем, сдам, найми, ищу работу...

1 купон - одна публикация, ксерокопии не принимаются!
Объявления коммерческого характера (услуги, ремонт квартир, гостиница и т.п.) не публикуются!
Укажите вашу фамилию, адрес и телефон для связи редакция с вами (эта часть купона не публикуется)

ГОРОСКОП НА 2021 ГОД ПО ЗНАКАМ ЗОДИАКА

В 2021 году в свои права вступает Металлический Бык. Для каждого из нас он заготовил что-то особенное. Каким же будет этот год для вас лично и для планеты в целом?

ОВЕН (21.03-20.04)

Прочь всё старое и ненужное, освободите пространство для нового и более интересно. Чем сложнее Овнам будет что-то даваться, тем больше и ярче будет результат.

Бизнес, карьера, деньги. Не пропустите свой звездный час в феврале, озвучивайте свои идеи, воплощайте в жизнь творческие проекты – весной это принесет результаты. В конце лета ожидает творческий подъем. Лучшие партнеры в бизнесе на этот год: Водолеи, Львы и Стрельцы.

Личная жизнь. Весной и в октябре есть все шансы встретить вторую половинку тем, кто еще не нашел. Если вам нет 30 лет, лучшими партнерами для вас будут Львы и Стрельцы. Если 30-40, присмотритесь к Тельцам и Девам, после 40 попытайтесь счастья с Весами и Близнецами.

Удача. Не бросайте начатые дела на полпути, и удача будет вам верна. Летом тщательно всё обдумайте, с августа по ноябрь ловите свои возможности и реализовывайте их, потом останется только собрать урожай и подвести итоги.

Здоровье. Постарайтесь избегать сквозняков, посещайте регулярно стоматолога и проверьте зрение. Скажите «нет» переутомлению и стрессам.

ТЕЛЕЦ (21.04-20.05)

В этом году никакой медлительности и долой консерватизм! Вместе с Быком Телец получит новые впечатления и любовные переживания. В этом году у Тельцов много дел: нужно утвердиться на работе, не забыть близких, обустроить домашний очаг. Возможно, придется изменить какие-то свои жизненные принципы.

Бизнес, карьера, деньги. К Тельцам, имеющим отношение к здравоохранению и образованию, Бык будет благосклонен. В январе откажитесь от любого вида азарта. В феврале и марте не с тоит менять работу, лучше раскрыть свой потенциал на прежнем месте. В августе делитесь своими гениальными идеями с начальством – они обязательно оценят. В декабре выпадет шанс стремительно продвинуться по карьерной лестнице, но перед этим нужно будет принять значимое решение. Лучшие парт-

неры в бизнесе: Водолеи, Девы и Козероги.

Личная жизнь. Не стесняйтесь своих чувств и проявляйте побольше «телячьей нежности» в этом году. Свадьбу лучше планировать на март или апрель – будет много счастья и семейная жизнь продлится долго. Научитесь уступать, в сентябре и декабре вам это очень понадобится. В июле и октябре одинокие могут встретить свою половинку. Ищите партнеров до 30 лет среди Дев и Козерогов, в 30-40 найдёте общий язык с Овнами и Близнецами, после 40 обратите внимание на Скорпионов.

Удача. В этом году нет ничего, что вы не смогли бы сделать! В начале года будьте внимательны, весной реализовывайте свои проекты, осенью ловите вдохновение за хвост.

Здоровье. Обратите внимание на мочеполовую систему и поберегите свою печень.

БЛИЗНЕЦЫ (21.05-21.06)

2021 год принесет Близнецам всего в два раза больше, поэтому приложите усилия, чтобы возвращалось хорошее, а Бык поможет вам в этом.

Бизнес, карьера, деньги. В феврале-марте может поступить предложение сменить работу и направление – соглашайтесь, удача будет с вами. Весной заработок вырастет раза в два, но не спешите тратиться, в мае, возможно, вы будете испытывать финансовые трудности. В августе возьмите отпуск, выпустите пар и осенью принимайтесь опять за работу. Подружитесь с Овном, он будет лучшим партнером по бизнесу в этом году.

Личная жизнь. После не совсем удачных последних трех лет на любовном фронте возможны перемены к лучшему. Присмотритесь внимательно к врагам, вдруг там окажется друг или даже больше. Осенью вас ждет служебный роман, а может и несколько. До 30 лет присмотритесь к Весам и Водолеям, в 30-40 будет удачный союз с Овном или Тельцом, после 40 – со Стрельцом.

Удача. Сказочное везение Бык обещает тем Близнецам, которые ко всему относятся оптимистично и легко, а также к любителям путешествовать. Любая поездка будет удачной и принесет свои плоды как в плане карьеры, так и в личных отношениях. К концу года ждите исполнения вашей заветной мечты.

Здоровье. В этом году поберегите свой желудок. Для профилактики болезней дыхательной системы делайте специальную гимнастику. Давайте своему организму периодический отдых, не стоит работать на износ, это ничем хорошим не закончится.

РАК (22.06-22.07)

Ракам в новом 2021 году нужно потрудиться, и они будут за это щедро вознаграждены. Прогоните прочь плохие мысли и будьте внимательны и терпеливы к вашим родным.

Бизнес, карьера, деньги. В первом квартале года возможна зарубежная командировка. В конце весны поделитесь своими идеями с начальством и вам повысят зарплату. В середине лета отправляйтесь в отпуск и постарайтесь не переутомляться. После вас ждет улучшение работоспособности, и удача будет сопутствовать до конца осени. Хорошим будет сотрудничество с Козерогами, Весами, Львами, а также креативными Тельцами и Стрельцами.

Личная жизнь. Проявите терпение к вашему партнеру, и скоро в ваших отношениях снова проснется страсть. В феврале будет полная гармония в семье. А если вы еще не женаты, сейчас как раз самое время это изменить. Летом за всеми заботами не забудьте о своей второй половинке. В начале осени вас ждут приключения, и если у вас еще нет партнера, обратите внимание на новые знакомства. Лучшие партнеры до 30 лет – Рыбы и Скорпионы, в 30-40 пообщайтесь поближе с Девами и Близнецами, после 40 хорошим будет союз с Козерогами.

Удача. У Раков может сложиться обманчивое впечатление, что удача от них отвернулась, но на самом деле ее нужно только немножко заманить. Выбросьте все обиды и откройтесь родным, они для вас сделают всё, что могут и не могут. В августе-сентябре вы поймаете удачу за хвост – просите повышения на работе, берите на себя большую ответственность, расскажите о ваших идеях. Не забудьте про компромиссы, будьте терпеливы и целеустремленны, и везение пробудет с вами до конца года.

Здоровье. Постарайтесь питаться здоровой пищей, отказаться от вредных привычек, будьте осторожны при эпидемии гриппа, велика вероятность серьезно за-

болеть. В этом году возможно нервное перенапряжение.

ЛЕВ (23.07-23.08)

Для Льва 2021 год будет годом перемен. Если не будете лениться, получите из этой ситуации максимум выгоды для себя. Бык поддержит Льва во всех новых проектах, но их нужно будет довести до конца. Настойчивость и еще раз настойчивость!

Бизнес, карьера, деньги. Будьте организованными и не плывите по течению. Новые партнеры помогут продвинуться по карьерной лестнице, и это существенно преувеличит ваши доходы. В конце весны будьте осторожны с новыми знакомыми – они могут вас подвести. Март и ноябрь будут идеальны для обучения чему-то новому. Плодотворное сотрудничество ждет вас с Рыбами и Близнецами, недолгим, но удачным будет партнерство с Тельцами.

Личная жизнь. В этом году одиноким Львам выпадет шанс завоевать свою вторую половинку и пойти под венец в начале осени. Особое везение будет сопутствовать разведенным, и вы, скорее всего, найдете свое счастье. В середине весны у семейных пар будет полная гармония, но уже к концу сезона у Львов, возможно, появится новое увлечение. Не стоит поддаваться мимолетным чувствам, и вы будете вознаграждены сполна за свою верность. До 30 лет обратите внимание на страстных Стрельцов и Овнов, до 40 лучшими партнерами будут Козероги, после 40 – Весы, Близнецы и Скорпионы.

Удача. Будьте решительны в этом году, инициатива только поощряется. В начале года вспомните о старых друзьях, «новые» старые связи обернутся приятным подарком от судьбы. В феврале удача будет сопутствовать Львам, работающим в торговле, науке, рекламе или литературе. Отдых планируйте на конец весны, летом вам придется изрядно попотеть. В начале осени воплощайте в жизнь свои интересные идеи, а в конце настанет время перемен к лучшему.

Здоровье. Постарайтесь обойтись без нервных срывов, поберегите свое сердце от возможных перегрузок. В этом году для вас основные опасности – это высокая температура, несчастные случаи и быстро развивающиеся инфекции.

ДЕВА (24.08-23.09)

В этом году Деве предстоит масса шансов проявить себя на работе и получить за это бонусы. Будьте осторожны, не берите на себя сильно много, но и не отступайте перед трудностями.

Бизнес, карьера, деньги. В начале года, в конце весны и середине осени проявите инициативу на работе, и это будет вознаграждено хорошей зарплатой. Постарайтесь избежать конфликтов с коллегами по работе и наладить с ними отношения. В начале февраля попытайтесь счастья в лотерее, вам должно повезти. Хорошим будет сотрудничество со Львами, Козерогами, Тельцами и Близнецами. Девы, которые имеют отношение к науке, сработаются с Водолеями.

Личная жизнь. В начале года Бык поможет одиноким Девам закрутить роман, влюбленные пары поведут под венец, а в семье со стажем привнесет романтику и напомнит о былых чувствах. Однако весной любовная буря уляжется. В середине осени возможна непродолжительная интрижка. До 30 лет Девам стоит присмотреться к Козерогам и Тельцам, от 30 до 40 будет гармоничный союз со Львами и Скорпионами, после 40 лет – со Стрельцами.

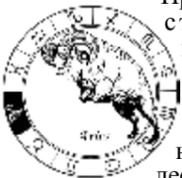
Удача. На везение Бык не будет скупиться в этом году. В конце января и середине февраля возможна денежная прибыль. Летом объединитесь с коллегой, и вместе вы свернете горы. В середине осени самое время навести порядок в отношениях в семье. К концу года ждите исполнения своего давнего желания.

Здоровье. Нервной системе Дев можно только позавидовать, а вот для физического здоровья им нужны зарядка, здоровое питание и отказ от вредных привычек. Почаще гуляйте на свежем воздухе, Девам он жизненно необходим.

ВЕСЫ (24.09-23.10)

2021 год для Весов будет фундаментальным – следующие три года будут зависеть от него. Год принесет много любви, постарайтесь держать себя в руках.

Бизнес, карьера, деньги. Бык в этом году позаботится о том, чтобы вы получали стабильный доход, хоть и не очень высокий. Во всем





остальном вас ждут постоянные перемены. В начале года получите прибыль за ваш труд в прошлом году – отправляйтесь на зимний отдых, он пойдет вам на пользу. В феврале, возможно, придется принять или отказаться от важного предложения, которое серьезно повлияет на вашу карьеру. Хорошенько присмотритесь к человеку, который вам это предложение делает, если он надежный – соглашайтесь. В начале весны будьте осторожны и внимательны, летом ждите неожиданной премии, в начале осени хорошенько потрудитесь, к концу года возможно повышение. Лев и Овен составят вам хорошую компанию по бизнесу, вы будете лидером в тандеме с Девой и Водолеем.

Личная жизнь. В начале года вы будете в центре внимания, возможно даже встретите свою половинку. До середины весны придется столкнуться с проблемами, которые принесут вам бывшие пассии. Летом буря уляжется, и, возможно, рядом останется самый родной человек, но идти под венец в этом году звезды не рекомендуют, подождите до следующего. До 30 лет возможен крепкий союз с Водолеями и Близнецами, в 30-40 – со Скорпионами, а после 40 попытайте счастья с Овнами.

Удача. Удача будет вам сопутствовать в этом году и в нескольких последующих с одним условием – вы должны стать родителем, хотя бы крестным. Ребенок станет вашим талисманом.

Здоровье. Обратите внимание на ваше питание, не переусердствуйте – это приведет к лишнему весу. Постарайтесь посидеть на диете, устраивайте время от времени разгрузочные дни. Пройдите курс массажа для позвоночника, он поможет разрешить некоторые ваши проблемы со здоровьем.

СКОРПИОН (24.10-22.11)



В наступающем 2021 году у Скорпиона намечается пополнение в доме – это может быть вторая половинка, ребенок, расширение жилплощади или всё одновременно.

Бизнес, карьера, деньги. Взбираясь по служебной лестнице, придется отбиваться от интриг конкурентов. Правильно расчитывайте свои силы, не идите на неоправданный риск. В начале года вас ждет много приятностей: полезные деловые знакомства, недоброжелатели перейдут на вашу сторону, зарплата вырастет. До середины апреля постарайтесь воздержаться от необдуманных решений. С конца весны возможны командировки за границу, получение лучшей должности. Осень и конец года – благоприятный период для обучения чему-то

новому или совершенствованию знаний в вашей сфере.

Личная жизнь. Не попустите свой идеал в январе. В конце зимы и начале весны будет много знакомств с продолжением. Весной, возможно, вы сможете купить новый дом или сделать хороший ремонт. В августе к вам может заглянуть аист и принести радостную весть о будущем пополнении в семье. Для одиноких в конце осени будет встреча со второй половинкой, для влюбленных – хорошее время для узаконивания отношений. До 30 водите дружбу с Рыбами и Раками, после 30 – с Весами и Тельцами, а после 40 будет комфортно с Водолеями и Стрельцами.

Удача. В этом году удача будет проверять Скорпиона на стойкость: в начале года будут проблемы с работой дорогой техники, в апреле избегайте азартных игр, иначе останетесь в проигрыше, летом возможны размолвки и даже большие ссоры в семье. Но в противовес удача предложит вам достижения в спорте и выигрыше в лотерею в начале весны, в мае вы будете в центре внимания, в конце лета получите хорошее наследство, в ноябре будет денежная прибыль.

Здоровье. Постарайтесь избегать опасностей и откажитесь от вредных привычек. Обратите внимание на здоровье ваших ног и спины, пройдите обследование сердца и тепло одевайтесь – возможны частые простуды. Ведите активный образ жизни.

СТРЕЛЕЦ (23.11-21.12)



В 2021 году к Стрельцам придут слава и богатство. Любовь тоже не заставит себя долго ждать. В этом году ваша жизнь переменится к лучшему, станет яркой и, конечно же, счастливой, а судьба перестанет вставлять палки вам в колеса.

Бизнес, карьера, деньги. В этом году ваша работа будет для вас не только работой, но и станет любимым хобби и развлечением. Ради такого можно и отложить отпуск на другое время, ведь ваш труд принесет вам, кроме радости, хороший заработок, благодаря которому вы шагнете вверх по социальной лестнице. Хорошими партнерами по бизнесу в этом году будут Скорпионы, Львы и Весы.

Личная жизнь. Одинокие Стрельцы встретят свою идеальную половинку, скорее всего это произойдет в конце марта. Если к концу лета вы всё еще будете вместе, то вам прямая дорога в ЗАГС. Семейных Стрельцов Бык будет испытывать на верность, к концу весны возможны пополнение в семье или какие-то другие хлопоты, связанные с детьми. В июне и сентябре съездите в отпуск семьей, это освежит ваши чувства и напомнит о медовом месяце. До 30

лет хороши союзы с Овнами и Львами, до 40 поближе познакомьтесь с Близнецами и Девами, а после 40 подружитесь с Весами и Тельцами.

Удача. В этом году Стрельцы будут очень популярны, вас попросят быть лидером. Не отказывайтесь, вы получите много бонусов за это. Для начала это будет финансово выгодно. У вас появится много новых знакомых, и среди них вы найдете человека, который станет вам настоящим другом, на которого всегда можно положиться. К тому же, у вас будет возможность хорошо засветиться перед нужным человеком, и ваш карьерный рост полетит вверх. И вдобавок, последний месяц года будет щедр на исполнение желаний.

Здоровье. Поберегите свои нервы в этом году, они слишком нежные и могут не выдержать перенапряжения. Немолодым Стрельцам нужно обратить внимание на повышение артериального давления и проблемы со спиной и суставами.

КОЗЕРОГ (22.12-20.01)



Весь год Козероги проведут в движении, им по-другому никак нельзя. Вы попутешествуете, смените сферу деятельности и переедете в другой дом. Но чтобы это всё произошло, вы должны быть настойчивы и упорны, не бояться сложностей.

Бизнес, карьера, деньги. Звезды сулят вам прибыльные сделки и повышение зарплаты. Можете смело брать кредиты в этом году. Если на вас свалится неожиданная прибыль, не хвастайтесь и не мусорьте деньгами. В январе, марте и в середине осени можете стать жертвой мошенников или воров, будьте внимательны! Серьезную покупку планируйте на начало апреля, конец мая или десятые числа декабря. Сделанное в это время приобретение будет очень удачным. Хорошие деловые отношения ждут вас с Тельцом, Козерогом, Весами и Близнецами. Тандем с Девой принесет приличный доход.

Личная жизнь. Бык предлагает Козерогам отпустить прошлые обиды и начать доверять людям, тогда вы не будете одиноки. В начале весны ждите взаимопонимания в отношениях. Постарайтесь открыться партнеру. Семейным парам желательно отправиться в отпуск в сентябре, там вас накроет страсть и будет второй медовый месяц. Одиноким же Козерогам запланирована встреча с суженым (суженой) в конце весны, в начале и конце лета. Не упустите этот шанс, и ваш союз будет крепким и долгим. Влюбленные пары, лучшее время для похода в ЗАГС – это ноябрь! До 30 лет будет крепким союз с Тельцами и Девами, с 30 до 40 – с Водолеями и Овнами, после 40 лет лучшими партнерами

будут Рыбы.

Удача. Во всех переменах и поездках с вами будет удача. Так что вам лучше не отказываться от выпавшей возможности съездить в командировку, от предложения сменить место работы, от выпавшего шанса куда-то переехать, возможно, даже за границу. В конце весны у вас появится неожиданная идея, не слушайте, если вас будут отговаривать, действуйте – у вас всё получится! В середине лета ждет удачная поездка за границу.

Здоровье. С каждым годом ваш организм борется с болезнями всё эффективней и эффективней, хоть вы об этом и не догадываетесь. Однако в этом году возможны частые заболевания кожи, аллергии. Постарайтесь не переохлаждаться и займитесь физическими нагрузками.

ВОДОЛЕЙ (21.01-20.02)



В этом году Бык снимет с вас розовые очки и заставит трезво оценить мир вокруг. Вы будете заняты поиском золотой середины во всех сферах своей жизни.

Бизнес, карьера, деньги. В январе вы совершите большую покупку, которая себя оправдает сполна. Весной у вас будет много идей, которые вы захотите реализовать. Но правильно оцените свои силы – хватит ли вас на всё и сразу? С середины лета возьмите отпуск и отдохните перед осенним авралом. В это время возможны финансовые трудности, но вы с ними справитесь. Зимой заметят ваши осенние наработки, это принесет вам прибыль.

Личная жизнь. В феврале возможен шаг вперед в отношениях: как их узаконивание, так и весть о скором пополнении семейства. В конце весны у одиноких будет отличное время для поиска партнера, оторвитесь от работы и окунитесь в романтику с головой. Летом всё будет тихо и спокойно в семье, кроме августа, не бейте слишком много посуды, скоро всё уляжется и мир снова поселится в вашем доме. Одинокие Водолеи в конце осени и начале зимы должны быть внимательны – не пропустите свою вторую половинку! Ищите романтики в отношениях с Близнецами и Рыбами до 30 лет, после 30 – с Девами и Овнами, а после 40 присмотритесь ко Львам.

Удача. Свое везение Водолеям придется заслужить, для этого нужно быть сообразительными, терпеливыми и не лениться, а хорошенько поработать. В этом году будут совершены удачные большие покупки и заключены выгодные контракты, однако чтобы их заполучить, нужно будет поискать индивидуальный подход. Удача будет на вашей стороне в последние дни каждого месяца, а в конце сентября выпадет шанс проявить себя и самореализоваться.

Здоровье. С каждым го-

дом организм Водолеев страдает всё больше от умственного перенапряжения, что приводит к нервным расстройствам. Чтобы этого избежать, приучайтесь делать зарядку и заниматься спортом. Не рвитесь на работу не долечившись, это серьезно вам навредит.

РЫБЫ (21.02-20.03)



2021 год у Рыб пройдет энергично, будет уютно и интересно и интересней идей. Рыбы будут щедрыми со всеми, за что судьба им тоже преподнесет подарки: повышение на работе, романтические встречи и влиятельных покровителей.

Бизнес, карьера, деньги. Постарайтесь быть сдержанными в кризисе, а лучше вообще промолчите. И тогда карьерный рост гарантирован. Работоспособности Рыб в начале года можно только позавидовать. Держите и не сбавляете темп как минимум до начала весны, в это время начальство захочет проконтролировать качество вашей работы. Весной и летом держите карман шире и ловите ваши кровно заработанные. Воспользуйтесь ими с выгодой: заключайте сделки, ищите влиятельных покровителей, делайте себе рекламу, реализовывайте свои идеи. Если вы всё сделаете правильно, осенью соберёте еще больший урожай, а главное – будете гордиться собой! Потом можете и отдохнуть, не спеша доведите всё начатое до конца, больше ничего нового лучше не планировать в этом году. Хороший деловой союз вас ждет с Близнецами, Девами и Водолеями.

Личная жизнь. Если вы недавно расстались со своим партнером, в начале весны возможно новое знакомство, которое продолжится отношениями. Одинокие Рыбы познакомятся с новой пассией к концу марта. В середине сентября возможна встреча, которая перерастет в дружбу, а потом и во что-то большее. Влюбленным лучше обменяться кольцами в конце весны, тогда в их семье будет всегда солнечно. Молодым Рыбам стоит попробовать создать семью со Скорпионами и Раками, тем, кому нет 40, нужно присмотреться к Водолеям и Весам, в более старшем возрасте Рыб ждет крепкий союз с Девами.

Удача. Рыбам не составит особого труда привлечь к себе удачу, она будет всегда рядом в этом году. Большое начальство будет вам помогать с самого начала года, в середине весны вы найдете новые способы подзаработать, а в конце весны ждите исполнения давнего желания. Только летом удача немножко отдохнет и с осени будет опять с вами – возможны выигрыши в лотерею, увеличение дохода и другие радостные известия.

Здоровье. Не затягивайте с походом к врачу, необходимо начинать лечиться вовремя. Держитесь подальше от заразных больных и проверьте свою пищеварительную систему. Постарайтесь сильно не нервничать и избегать стрессов. Обратите внимание на проблемы с ногами.

Астрологический прогноз с 4 января по 10 января

ОВЕН (21.03-20.04). Вы будете легки на подъем, активны и более нетерпеливы, чем обычно. Повысится общий тонус и улучшится настроение. Будьте осторожны в общении, так как люди не всегда говорят то, что думают. Своевременный совет, полученный от близкого человека, поможет вам найти выход из тупика. В выходные постарайтесь выкроить достаточно времени для отдыха, лучше всего отправляйтесь за город, где вас не будут терзать по всякой надобности. Благоприятный день - суббота, неблагоприятный - понедельник.

РАК (22.06-23.07). Ветер перемен вы воспримете с радостью, так как размеренная жизнь стала надоедать. Прислушайтесь к мнению окружающих, это позволит сделать ценные выводы, столь необходимые для реализации ваших собственных идей. Откажитесь от консервативных взглядов и освободитесь от ненужных вещей. В выходные путешествуйте, общайтесь, не оставайтесь в одиночестве. Благоприятный день - пятница, неблагоприятный - вторник.

ВЕСЫ (24.09-23.10). Отличный период для проявления активности в профессиональной деятельности. Будьте внимательными и осторожными, фортуна не терпит ошибок. Можете рассчитывать на помощь друзей. Вам необходима разрядка, только не за счет близких. Решайте свои проблемы сами. В выходные вам удастся спланировать ход событий на ближайшее будущее. Благоприятный день - вторник, неблагоприятный - среда.

КОЗЕРОГ (22.12-20.01). Вероятны знакомства, встречи, поездки, новая информация. Постарайтесь быть максимально собранными и сосредоточенными на главном, безжалостно отбрасывайте ненужную информацию. Вы можете смело обратиться за помощью к друзьям. В выходные проведите в семейном кругу, пора отдохнуть. Благоприятный день - пятница, неблагоприятный - среда.

Ресурсное состояние. Как в него вернуться?

(Окончание. Начало на 4 стр.)

ем ванны с ароматной пеной, а для четвертого - несколько часов, проведенных в тренажерном зале, или утренняя пробежка.

3. Сведите себя на свидание. Да! Саму себя - на свидание. Создайте образ, который нравится именно вам, в каком именно вы хотите пойти на свидание, и вы почувствуете себя очень комфортно, особенно, если отправитесь в лучшее «ваше» место и проведете там хотя бы час наедине с собой. Только не нужно в этот час забывать голову всякими дурными мыслями. Думайте о себе, мысленно делайте себе комплименты и хвалите за всё, за что хотите. Даже за то, что вы сегодня посуду помыли!

Я водила себя на свидание - это здорово, сначала не совсем привычно, но я чувствовала себя свободной и абсолютно счастливой. А после свидания положительные эмоции сопровождали меня еще не один день.

4. Читайте - главным источником вдохновения и жизненной мудрости, своеобразной «скорой помощью» всегда считалась книга.

Правильная литература помогает не только почерпнуть для себя что-то полезное, но и вернуться в ресурсное состояние. Вполне возможно, что книга поможет улучшить качество жизни, повысить уровень счастья.

5. Отдыхайте - в ресурсное состояние невозможно войти, если вы будете физически истощены. Поэтому уделяйте должное внимание отдыху и не нагружайте себя в субботу и воскресенье бытовой работой. Если вы всю неделю занимаетесь только рабочими моментами, а на уборку выделяете два дня, необходимых для расслабления, то постарайтесь каждый день уделять 15-20 минут какой-то одной определенной зоне в квартире или одному делу. Например, в понедельник переберите шкаф с бельем, во вторник - протрите пыль, в среду - сделайте «ревизию» в шкафчиках с посудой и т. д. А выходные посвятите себе - только моменты расслабления позволяют нам сохранять работоспособность и не выгорать, ведь телу, как и мозгу, нужно время для

ТЕЛЕЦ (21.04-21.05). Наступает время подведения итогов и переоценки ценностей. Поверьте в свои силы, сейчас наступает благоприятный момент для реализации давно вынашиваемых замыслов. Вам могут мешать собственные сомнения, но вы со всем справитесь и почувствуете желанное облегчение. Возможны денежные поступления. В выходные вероятны поездки за город. Благоприятный день - среда, неблагоприятный - четверг.

ЛЕВ (24.07-23.08). Отнеситесь со всем вниманием к новым знакомым и их предложениям. Постарайтесь сдерживать эмоции, внимательно следите за своими словами и реакцией собеседников. Таким образом вы сможете избежать крупных неприятностей. Постарайтесь поймать моменты применить инициативность и предприимчивость с максимальной пользой. В выходные отдохните от дел, проведите их в удобной и комфортной обстановке, посвятите время семье и собственному здоровью. Благоприятный день - среда, неблагоприятный - четверг.

СКОРПИОН (24.10-22.11). Не стоит торопить события, и ваше терпение обязательно будет вознаграждено. Величина вознаграждения может оказаться фактически безграничной. Умение общаться с коллегами по работе может принести вам расположение начальства. В выходные близкие люди будут нуждаться в вашей поддержке, не отказывайте им. Благоприятный день - среда, неблагоприятный - суббота.

ВОДОЛЕЙ (21.01-19.02). Подумайте о себе любимом. У вас накопилось много дел и нерешенных проблем, пора заняться их решением. Не пытайтесь сделать всё одновременно, начинайте с самого главного. Дружеское участие поможет преодолеть основные трудности. В выходные вашей задачей будет оказаться в нужное время в нужном месте. Благоприятный день - среда, неблагоприятный - вторник.

восстановления.

6. Чувствуйте - хотя бы раз в неделю выделяйте 2-3 часа на то, чтобы чувствовать. Отключите голову, послушайте, что происходит вокруг. Это необязательно делать дома. Необязательно и искать конкретное для этого место. Просто «остановитесь», когда почувствуете, что это необходимо. Или выйдите к подъезду - просто подышать воздухом и расслабиться. После такой практики решение любого вопроса может прийти само собой (как вам покажется). На самом деле, ответ был на поверхности, просто ваш мозг настолько загружен, что не воспринимает простое за истинно-решающее.

P.S.: Я пользуюсь этим списком. Он работает. Еще есть седьмой пункт списка - самый главный. Нужно избавиться от всего лишнего: от хлама, засоряющего квартиру, от ненужных вещей, что лежат годами и «ждут» праздника, похвастания и возврата моды. От людей, которые не верят в вас, не поддерживают, которые вам мешают (ограничьтесь хотя бы встречами пару раз в месяц, если нет возможности прекратить общение совсем).

УДАЧИ ВАМ В НОВОМ ГОДУ!

В РЕСПУБЛИКЕ КОМИ ПЕНСИИ ЗА ЯНВАРЬ 2021 ГОДА БУДУТ ВЫПЛАЧЕНЫ В УСТАНОВЛЕННЫЕ СРОКИ

Жителям Коми, получающим пенсии и социальные выплаты на счета, открытые в Сбербанке России, зачисление сумм будет осуществляться в следующем порядке: получателям с фамилиями, начинающимися на буквы от А до К, пенсии будут перечислены 12 января, получателям с фамилиями на буквы от Л до Я - 21 января.

Пенсионеры, которые получают пенсионные и социальные выплаты на свои счета в других кредитных учреждениях (банках), получат денежные средства 19 января.

Доставка пенсий и социальных выплат через отделения почтовой связи в январе 2021 года будет производиться в соответствии с утвержденным графиком.

Все неработающие пенсионеры, получающие с страховую пенсию, получат выплаты в увеличенном размере с учетом индексации в размере 6,3 %.

Досрочная доставка пенсий за январь производится в тех регионах РФ, где выплата приходится на 3-4 января. Так как в Республике Коми доставка пенсий начинается с 5 числа, выплаты за январь 2021 года будут осуществляться в соответствии с обычным графиком.



ПОМИНОВАНИЕ

5 января исполнится 40 дней, как ушла из жизни **Кравченко Алла Федоровна**. Для нас она жива и где-то рядом, В воспоминаниях, в сердце и в мечтах. Душа всегда жива, она всё знает И видит, как страдаем мы сейчас. На небе стало больше ангелом одним, И это очевидно, точно знаем. Сегодня, завтра и всю жизнь Мы любим, помним и скорбим. Просим всех, кто знал Аллу Федоровну, помянуть ее в этот день добрым словом. Царствие тебе небесное и вечный покой. Дочь, сын, внуки, семья Тарасовых

«Сияние Севера»

Главный редактор **М. Г. ЯШИНА**
АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:
169570, Республика Коми, г. Вуктыл, ул. Комсомольская, 5. Тел.: редактор, бухгалтерия - 22-0-79.

УЧРЕДИТЕЛИ: Администрация Главы Республики Коми, администрация городского округа «Вуктыл», Автономное учреждение Республики Коми «Редакция газеты «Сияние Севера». Зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Коми. Регистрационный номер ПИ № ТУ11-00346.

Публикация материалов по освещению реализации социально значимых проектов осуществляется при государственной поддержке в форме субсидии на иные цели из бюджета Республики Коми.

Газета отпечатана офсетным способом в ООО «Коми республиканская типография», 167982, Республика Коми, г. Сыктывкар, ул. Савина, 81.

Тираж - 1010 экз.

Время подписания номера в печать по графику - 14.00.

Фактически - 14.00, 30 декабря 2020 г.

Индекс: 52072.

Газета выходит 1 раз в неделю по субботам объемом 3,0 п. л.

Цена - свободная.