

СКОЛЬКО СТОИТ СОБРАТЬ РЕБЕНКА В ШКОЛУ В ЭТОМ ГОДУ

стр. 4



Газета
для всей
семьи



31 (1479) 11 августа 2021 г.

В «Коломна Новости»

f «Новости Коломны»

OK «Коломна Новости»

Реклама МХ412

РЕМОНТ ЛЕНД
8 (926) 717-87-57
shtukaturka50.ru
Коломна
Воскресенск
Ступино, Егорьевск
Рязань

МЕХАНИЗИРОВАННАЯ ШТУКАТУРКА
ПОЛУСУХАЯ СТЯЖКА ПОЛА

Куда звонить, если вы заболели или попали в трудную ситуацию стр. 12-13

Почему в Коломне чувствовался запах гари

стр. 3



Как сохранить на зиму овощи-фрукты и их витамины

стр. 15

На сколько выросли пенсии работающих пенсионеров



Овсяноблин?
Что это такое и с чем его едят



Где купить продукты по очень вкусной цене



ВАКАНСИИ

Реклама МХП155

В ГОСТИНИЧНЫЕ КОМПЛЕКСЫ «40-Й МЕРИДИАН» требуются:

- ГОРНИЧНЫЕ - 2/2, з/пл. - от 21 000 руб.
- ПОВАР - 2/2, з/пл. - от 30 000 руб.,
- ТЕХНИК - 2/2, з/пл. - от 24 000 руб.
- ДВОРНИК - 5/2, з/пл. - от 18 000 руб.

b3@40meridian.ru

8 (496) 615-20-27 • 8 (916) 910-10-60

Реклама МХП161

КОЛОМЕНСКИЙ ОПЫТНО-МЕХАНИЧЕСКИЙ ЗАВОД

ПРОВОДИТ НАБОР СОТРУДНИКОВ

- ФОРМОВЩИК.** Формовка изделий из стеклопластика. Возможность обучения. З/пл. - от 30 000 руб.
- ФРЕЗЕРОВЩИК.** Работа на горизонтальных и вертикальных фрезерных станках. Опыт работы. З/пл. - от 40 000 руб.
- ТОКАРЬ.** Работа на токарных станках. Уровень сложности изготавливаемых деталей - легкий и средний. Опыт работы. З/пл. - от 40 000 руб.
- ОПЕРАТОР ЛИСТОГИБОЧНОГО СТАНКА.** Изготовление заготовок по чертежам. З/пл. - от 35 000 руб.

Рабочая неделя с понедельника по пятницу с 8.00 до 17.00. Обед с 12.00 до 13.00.

Тел.: 8 (496) 612-57-52, 8 (916) 942-37-14

Реклама МХ440

В ГАСУСО МО «ЧЕРКИЗОВСКИЙ ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЙ ИНТЕРНАТ» на постоянную работу требуются сотрудники по следующим специальностям:

ВРАЧ-НЕВРОЛОГ ♦ ПСИХИАТР, МЕДИЦИНСКИЙ ЛАБОРАНТ МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА (ДИЕТИЧЕСКАЯ) МОЙЩИК ПОСУДЫ ♦ САНИТАРКА ТЕРАПЕВТ ♦ ФЕЛЬДШЕР

По всем вопросам обращаться по телефону: **8 (977) 382-04-47**, в будние дни с 8.30 до 16.30. Г. о. Коломна, с. Черкизово, ул. Советская, д. 3.

Реклама МХП154

светофор

В СВЯЗИ С РАСШИРЕНИЕМ ТОРГОВАЯ СЕТЬ МАГАЗИНОВ «СВЕТОФОР» ПРОВОДИТ НАБОР ПЕРСОНАЛА НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ:

- ✓ **ДИРЕКТОР МАГАЗИНА**
- ✓ **ТОВАРОВЕД**
- ✓ **ПРОДАВЕЦ-КАССИР**
- ✓ **ГРУЗЧИК**
- ✓ **УБОРЩИК**

ТРЕБОВАНИЯ К КАНДИДАТАМ: высокая трудоспособность, исполнительность, трудолюбие, внимательность, пунктуальность и ответственность. Достойная оплата труда, полная занятость, график сменный. Оформление согласно ТК РФ, з/пл. на карту Сбербанка.

Запись на собеседование по тел. **8 (925) 145-49-07**, с 10.00 до 16.00 в рабочие дни.

Реклама МХ450

АО «Научно-исследовательский и конструкторско-технологический институт подвижного состава» (АО «ВНИКТИ»)

ОБЪЯВЛЯЕТ КОНКУРС НА ЗАМЕЩЕНИЕ ВАКАНТНЫХ ДОЛЖНОСТЕЙ:

- ЗАВЕДУЮЩИЙ ЛАБОРАТОРИЕЙ материалов отдела главного технолога**
- СТАРШИЙ НАУЧНЫЙ СОТРУДНИК лаборатории технико-экономических исследований и прогнозов**

СРОК ПОДАЧИ ОБЪЯВЛЕНИЙ - ОДИН МЕСЯЦ СО ДНЯ ОПУБЛИКОВАНИЯ ОБЪЯВЛЕНИЯ.

Обращаться по адресу: Московская обл., г. Коломна, ул. Октябрьской Революции, д. 410, отдел управления персоналом. Тел.: **8 (496) 618-05-82, 618-82-23**, доб. 11-25, 13-04.

Реклама МХП65

В АТЕЛЬЕ требуются ШВЕИ - ПОРТНЫЕ

*Возможны стажировка и обучение
Соцпакет, оплачиваемый отпуск в летние месяцы
Возможен гибкий график работы*

8 (903) 789-55-87

Реклама МХП59

БЫТПЛАСТ

В связи с расширением производства **ТРЕБУЮТСЯ:**

- **НАЧАЛЬНИК СМЕНЫ, з/пл. - от 60 000 руб.**
- **СБОРЩИКИ ИЗДЕЛИЙ ИЗ ПЛАСТМАСС, з/пл. - от 36 000 руб.**
- **ТРАНСПОРТИРОВЩИКИ, з/пл. - от 40 000 руб.**

Служебный транспорт из Коломны в Егорьевск и обратно

Тел. 8 (985) 560-60-51
РАССМАТРИВАЕМ КАНДИДАТУРЫ БЕЗ ОПЫТА РАБОТЫ

Реклама МХП62

НАША ИГРУШКА ТОРГОВАЯ КОМПАНИЯ «НАША ИГРУШКА»

ПРОИЗВОДИТ НАБОР СОТРУДНИКОВ:

- **КОМПЛЕКТОВЩИК, з/пл. - от 40 000 руб.**
- **КОНТРОЛЕР УПАКОВКИ, з/пл. - от 40 000 руб.**
- **КЛАДОВЩИК УЧАСТКА ПОГРУЗО-РАЗГРУЗОЧНЫХ РАБОТ, з/пл. - от 40 000 руб.**

- Работа по графику (дневные и ночные смены)
- Официальное трудоустройство
- Обеспечение спецодеждой
- Обучение

Место работы: Московская область, Раменский район, с.п. Софьинское

Тел.: 8 (800) 250-38-88, 8 (968) 812-82-80

ДОСТАВКА СОТРУДНИКОВ ИЗ КОЛОМНЫ И ВОСКРЕСЕНСКА

Какие семьи получают подарок первокласснику



«В Городском округе Коломна семьи с низкими доходами, в которых в этом году ребенок идет в первый класс, получают подарок от команды губернатора – рюкзак со всеми необходимыми письменными принадлежностями», – сообщила начальник Управления социальной защиты Татьяна Новикова. Рюкзак семье доставят на дом сотрудники администрации и социальной службы. Сотрудники социальной защиты заранее обзвонили семьи и обговорили удобное время посещения. Семьи с невысоким доходом, не получившие уведомление о вручении подарка первокласснику, могут подать заявление через региональный портал госуслуг.

Реклама МХ420

В производственную фирму требуется

ИНЖЕНЕР ПТО

Высшее профессиональное образование (инженерно-экономическое или техническое), готовность к командировкам по России. Оформление согласно ТК РФ.

8 (916) 854-15-74
в рабочие дни с 9.00 до 17.00

Реклама МХП64

АО «Коломнахлебпром» требуются:

- **УБОРЩИЦА**
- **ФОРМОВЩИК**
- **СЛЕСАРЬ-САНТЕХНИК**
- **ЭЛЕКТРОСВАРЩИК**

Подробности по тел. **8 (496) 614-24-54**

БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ – НА САЙТАХ

КОЛОМНА-SPRAVKA.RU
городской новостной портал

КОЛОМНА-NEWS.RU

Реклама МХ383

ООО «Центр-Гамма» на постоянную работу требуется

СЛЕСАРЬ-РЕМОНТНИК

Полный соцпакет. З/пл. по результатам собеседования **8 (496) 618-04-15, 618-44-03**

Реклама МХП63

ПАЛТ МОНИТОРИНГОВАЯ КОМПАНИЯ

ОХРАННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕБУЮТСЯ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ

СОТРУДНИКИ ОХРАНЫ

График работы – при собеседовании. Возможна вахта или работа сменами (смена – 1800 руб.)

8 (910) 480-22-95, 8 (985) 750-32-40, Дмитрий Николаевич

Реклама МХ363

Филиалу ПАО «Красный Октябрь» «Производство № 3 в г. Коломне» требуются:

- **УКЛАДЧИКИ-УПАКОВЩИКИ, з/пл. - до 45 000 руб.**
- **КОНФЕТЧИКИ 3 разряда (обуч. на раб. месте), з/пл. - до 45 000 руб.**
- **КЛАДОВЩИК, з/пл. - до 36 000 руб.**
- **НАЛАДЧИК ОБОРУДОВАНИЯ В ПРОИЗВОДСТВЕ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, з/пл. - 25 000 - 40 000 руб.**
- **ЭНЕРГЕТИК, з/пл. - 42 525 руб.**
- **НАЧАЛЬНИК СЕКТОРА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТРУДА И ЗАРАБОТНОЙ ПЛАТЕ, з/пл. - 51 750 руб.**
- **ТРАНСПОРТИРОВЩИКИ (ГРУЗЧИКИ), з/пл. - 23 000 - 40 000 руб.**
- **УБОРЩИК ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ И СЛУЖЕБНЫХ ПОМЕЩЕНИЙ, з/пл. - 22 350 - 25 000 руб.**
- **ВОДИТЕЛЬ-ЭКСПЕДИТОР, з/пл. - до 46 000 руб.**

Стабильная своевременная зарплата, возможность доп. подработок, оформление медицинской книжки за счет предприятия, полная оплата отпуска и больничных листов, учебных отпусков студентам, возможно переобучение на профессии с более высокой зарплатой, оформление на работу в соответствии с ТК РФ, доплаты за ночное время и за условия труда, иногородным частичная компенсация стоимости аренды жилья, кондитерские наборы к праздникам.

Тел. 8 (496) 615-88-28, 8 (985) 110-30-18

Обращаться в отдел кадров по адресу: ул. Астахова, д. 55, проезд трамваем № 7 до ост. «Кондитерская фабрика», трамваями №№ 4, 2, 10 до ост. «Девичье Поле»

Лесной пожар в Луховицах напугал коломенцев

В субботу утром коломенцы почувствовали запах дыма и гари. Многим сразу вспомнились пожары 2010 года, когда из-за аномальной жары загорелись подмосковные леса. Впрочем, опасения горожан подтвердились. Как стало известно, 7 августа загорелся лес в Луховицах.

Ландшафтный пожар начался утром в субботу, 7 августа. Огонь вспыхнул на полигоне АО «Летно-исследовательский институт имени М.М. Громова». Для его тушения вылетели два вертолета Московского авиационного центра. Следом появилась информация о нескольких новых очагах возгорания, что потребовало привлечения дополнительной техники.

Из-за сильного задымления и порывов ветра более 17 м/с огонь перешел с территории полигона АО «Летно-исследовательский институт имени М.М. Громова» на земли лесного фонда. Чтобы не допустить перехода огня, с западной и юго-западной сторон полигона шестью бульдозерами Комитета лесного хозяйства МО произведена опашка по периметру пожара и разбивка на сектора для его оперативного дотушивания силами МЧС.

Всего на тушении пожара было задействовано 37 единиц техники и 137 человек личного состава лесопожарных служб различных ведомств.



По сообщению Комитета лесного хозяйства Московской области, на сегодняшний день пожар на территории Луховицкого лесничества на площади 3,2 га локализован.

«Благодаря оперативным действиям Комитета лесного хозяйства Московской области и подведомственных ему учреждений «Мособллес» и «Центрлесхоз» на территории Луховицкого лесничества 7 августа локализован и в тот же день ликвидирован пожар. По границе пожара проводится

дотушивание отдельных очагов возгораний. Задействованы 14 единиц техники и 24 человека личного состава подведомственных Комитету учреждений», — говорится в сообщении. Дежурство на полигоне ведут и работники ГКУ МО «Мособлпожспас».

«В тушении пожара было задействовано 15 единиц пожарной и 4 единицы вспомогательной техники «Мособлпожспаса». Сейчас там находится 5 единиц пожарной техники нашего управления, которые занимаются па-

трулированием территории. Ситуация под контролем. Территория полигона по периметру опашана, сам полигон разделен противопожарными канавами. Поэтому, если огонь вновь разгорится, он никуда не перекинется», — рассказал старший эксперт ТУ «Мособлпожспас» Михаил Фефелов.



Елена СОМОВА
Фото: Комитет лесного хозяйства МО

В Коломне открыли бюст Героя России Виктора Романова



Бюст Героя России Виктора Романова, погибшего в Чечне в составе 6-й роты 104-го парашютно-десантного полка, открыли в субботу, 7 августа, в Мемориальном парке у Музея боевой славы. Участниками мероприятия стали военнослужащие Коломенского гарнизона, ветераны, семья погибшего гвардии капитана, ветераны боевых действий и жители города.

Предложение по размещению памятника Герою России в Коломне поступило от директора фонда «Памяти 6-й роты» Игоря Евтюхина. Его создали в рамках Всероссийского проекта по установке памятных бюстов бойцам 6-й роты.

«Будучи тяжело раненным, он вызвал огонь артиллерии боевиков на себя и ценой собственной жизни выполнил свой воинский долг», — рассказала врип главы Г. о. Коломна Людмила Мордовская. — Мы всегда будем помнить проявленные мужество и героизм капитана Романова. Благодаря таким героям мы живем в сильной стране под мирным небом».

С ноября 1994 по февраль 1995 года Виктор Романов участвовал в боевых действиях в Чечне. Штурмовал Грозный, был награжден орденом Мужества и медалью «За воинскую доблесть» I степени. С начала февраля 2000 года гвардии капитан Романов участвовал в контртеррористической операции на территории Чечни. 29 февраля 6-я рота 104-го парашютно-десантного полка в Аргунском ущелье сдерживала напор боевиков. Виктор Романов передавал на командный пункт данные для стрельбы артиллерии, одновременно вел огонь по врагам из автомата. От взрыва мины Виктор получил осколочные ранения в живот и потерял ноги. Утром 1 марта он и подполковник Евтюхин вызвали на себя огонь артиллерии.

После боя медики насчитали на теле Романова более 30 ран. Звание Героя России выпускнику Коломенского артиллерийского училища было присвоено посмертно.

Подготовила Елена СОМОВА

Территория вокруг ДК «Коломна» требует ухода

Сквер «Окский» стал одним из популярных мест отдыха коломенчан. Осенью в этом же районе гостей примет отремонтированный Дворец культуры «Коломна», обновленный вид которого прохожие уже могут оценить. В общую картину двух объектов совсем не вписываются расположенные рядом замусоренные и заросшие бурьяном участки. Чтобы показать все недостатки территории, временно исполняющая полномочия главы муниципалитета Людмила Мордовская провела здесь обход с участием представителей администрации и городских служб.

«Оба объекта радуют глаз, но окружающие их площадки ухоженностью не отличаются. Здесь гуляют жители всего микрорайона, осенью на концертные программы будут приезжать творческие коллективы и гости, во Дворец будут приходить родители с детьми», — подчеркнула Людмила Мордовская.

Выйдя с территории Дворца культуры «Коломна», она указала на незаконченную стройку и здание бывшего магазина с заколоченными окнами. У первого объекта проблемы с ограждением — на стройплощадку можно без труда проникнуть. Л. Мордовская дала поручение решить эти вопросы с собственником в короткий срок. Также она



поставила задачу привести в порядок и, возможно, сдать в аренду заброшенное здание.

Как стало известно, часть неухоженных участков — это земли, которые были выделены для работы предпринимателям. Врип главы поручила провести с собственниками беседы и потребовать привести территорию в порядок.

Около ДК «Коломна» Людмила Мордовская указала на не соответствующую стандартам контейнерную площадку, на старый столб, к которому не идут никакие провода, на отсутствие газонов вокруг учреждения. Представителям дорожных служб она поставила задачу привести в порядок парковочные места и дорожное покрытие по улице Ватутина.

820 озерчан начнут учебный год в обновленной школе



Порог обновленной школы № 3 в Озерах в новом учебном году переступят 820 учеников. В рамках госпрограммы Подмосковья «Строительство объектов социальной инфраструктуры» в апреле здесь завершили строительство дополнительного школьного корпуса на 300 мест. Сейчас рабочие занимаются обустройством прилегающей территории. Врип главы Г. о. Коломна Людмила Мордовская вместе с подрядчиком и директором школы оценила ход и качество работ.

«До 25 августа территория возле образовательного учреждения должна кардинально преобразиться. Перемены приятно удивят не только учеников и родителей, но и жителей соседних домов», — отметила Людмила Мордовская.

Фото: пресс-служба администрации Г. о. Коломна

Сколько потратят родители на сборы первоклассника?

До Дня знаний остается меньше месяца, и многие родители уже начали подсчитывать, во сколько им обойдется покупка канцтоваров и школьной формы для первоклассников. Корреспондент «ЯТЪ» выяснила, какую сумму придется выложить, чтобы собрать ребенка к учебному году.

■ По данным Росстата, в прошлом году набор первоклассника стоил в среднем 21 тысячу рублей. Попробуем посчитать, как изменилась стоимость базового учебного комплекта в этом году. Комплект одежды зависит от пола ребенка и требований учреждения. Оптимальный вариант для мальчика — пиджак, двое брюк, галстук, три-четыре однотонные рубашки. На случай, если будет прохладно, понадобится жакет или жилет. В среднем их стоимость — 1000 рублей. **Вся покупка обойдется примерно в 8000 рублей.**

■ Для девочек необходимо приобрести два школьных платья. Сарафан и платье классического кроя можно купить от 1000 рублей в магазинах Коломны. Пиджак — 1300 рублей, юбка — 600 рублей. Средняя стоимость брюк — 700 — 800 рублей. Еще к основному комплекту просят приобрести белую блузку и черную юбку — это примерно 2000 рублей. Любительницам красивых причесок понадобятся банты для волос. Гольфы и колготки — плюс 100 и 150 рублей за пару. Колготок нужно минимум пять. **Итого порядка 10 000 рублей.**

■ Помимо основных туфель (2000 рублей) и

мальчикам, и девочкам нужно купить сменную обувь. Это около 1500 — 2000 рублей. Для занятий физкультурой необходимы спортивная форма и кроссовки. Их можно купить за 1500 и 1000 рублей соответственно. Также понадобятся однотонная футболка — 130 рублей, черные шорты — 230. Нельзя забыть о сумке или мешке для сменки и спортивной формы. Это еще 150 рублей.

■ Одной из самых дорогих покупок станет рюкзак. Он должен быть вместительным, с ортопедической спинкой и широкими лямками. Стоимость в среднем начинается от 3500 рублей, хотя в некоторых магазинах низких цен можно найти рюкзак за 2000 рублей. С набором канцелярских товаров немного проще — он общий для всех. Примерный список для первоклассника: папка для портфолио и упаковка файлов, по 10 тетрадей в клетку и линейку, четыре прописи, две рабочие тетради по математике, обложки на прописи, тетради, пенал, три шариковые ручки, три простых карандаша, цветные карандаши, фломастеры, счетные палочки, веера с буквами и цифрами, линейка деревянная и треугольник, ножницы, клеенка, цветной и белый картон, ластик, цветная



бумага двухсторонняя, пластилин, два альбома для рисования, железный конструктор, клей-карандаш, краски акварельные, кисточки, баночка-непроливайка. Общая сумма около 3000 рублей. В итоге, **чтобы купить самое необходимое, потребуется примерно 23 тысячи рублей.** Конечно, цена зависит от вкуса, предпочтений и кошелька каждого человека. Чтобы сэкономить, можно приобретать товары по акциям и в интернет-магазинах.

Собрать первоклассника за 2000 рублей. Возможно ли?

Любопытные данные озвучили представители крупнейших интернет-магазинов. Wildberries, Ozon и «Сбермегамаркет» пред-

ложили собрать ребенка в школу за 2000 рублей.

Так, Wildberries изучил 56 млн заказов россиян. По данным компании, минимальная стоимость базового набора школьника в июле 2021 года составила 2130 рублей. В него входит базовый комплект школьной формы, который обойдется родителям в 1330 рублей: жилет — 125 рублей, брюки или юбка — 380 рублей, рубашка или блузка — 320 рублей, а также полуботинки или туфли — 505 рублей. Минимальная стоимость рюкзака с канцтоварами (ручка, карандаш, пенал, комплект из пяти тетрадей, ластик, дневник, линейка) — около 800 рублей.

Такой же комплект на Ozon можно собрать за 2000 рублей. Однако средний чек в июле, по данным онлайн-магазина, достигал 5000 рублей.

В «Сбермегамаркете» назвали минимальную стоимость базового набора школьника — 1969 рублей. В эту сумму входят затраты на комплект школьной формы и обуви, ранец или рюкзак, а также набор канцтоваров. Так, жилет может обойтись родителям в 499 рублей, брюки или юбка — 599 рублей, рубашка или блузка — 299 рублей, полуботинки или туфли — 199 рублей, рюкзак — 210 рублей, ручка — 3 рубля, набор карандашей — 35 рублей, пенал — 60 рублей, тетрадь — 10 рублей, ластик — 3 рубля, дневник — 33 рубля и линейка — 19 рублей.

Стоит отметить, что маркетплейсы учли далеко не все расходы.



Как изменилась цена на товары для школы в 2021 году

О росте цен на школьные товары сообщил РБК, ссылаясь на аналитический ресурс «Чек Индекс» от «Платформы ОФД». В исследовании этого ресурса сравнивалась стоимость минимального набора для школьников. В этот набор входят канцелярские принадлежности и одежда для школы: школьная форма, блузки, рубашки, обувь, брюки и т. д.

В итоге эксперты пришли к выводу, что собрать ребенка в школу теперь стоит дороже. Если брать этот список товаров в качестве условного минимального набора для школы (без учета иных затрат на повседневную одежду и принадлежности), средний чек затрат

для сбора ребенка в школу в первой половине июля составлял 12 906 рублей, что на 13% выше, чем в прошлом году.

Если же говорить о стоимости каждого конкретного товара из минимального набора, то рост цен заметен еще больше. Так, рюкзак подорожал на 8%, блузка или рубашка для школы — на 15%, а кроссовки — на 22%.

Почему собрать ребенка в школу стоит дороже

Проблема в инфляции. Цены в России в последние годы растут на все. Так, по данным Росстата и Банка России в июне 2021 года инфляция составила 6,5%. При этом продовольственные товары подорожали на 7,04%, а на непродовольственные — на 7,9%.

Ольга БАЛАШОВА

Средний чек затрат для сбора ребенка в школу в первой половине июля составлял 12 906 рублей, что на 13% выше, чем в прошлом году.



Овсяноблин – отличный вариант здорового завтрака

Это одно из самых популярных блюд в мире правильного питания. Оно представляет собой питательный блинчик, приготовленный всего из трех ингредиентов: овсянки, яйца и молока. Разнообразить блюдо помогают начинки, как сладкие, так и соленые. Благодаря этому блюдо не приедается и не надоедает.

Классический рецепт

По классическому рецепту овсяноблин готовится из овсяных хлопьев долгой варки. Такой вариант считается самым правильным с точки зрения баланса белков, жиров и углеводов (БЖУ) и не вредит фигуре. Калорийность такого овсяноблина – 203 ккал на 100 г.

- яйцо – 1 шт.,
- молоко – 40 мл,
- овсяные хлопья – 50 г,
- соль – по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Яйцо взболтать с солью с помощью вилки. Добавить молоко и перемешать.

Добавить овсяные хлопья и перемешать. Чтобы овсяноблин был более мягким, получившуюся массу рекомендуем измельчить погружным блендером.

Выложить тесто на разогретую, смазанную небольшим количеством масла сковородку и жарить с двух сторон до золотистого цвета.



Овсяноблин на основе муки

- яйцо – 1 шт.,
- кефир – 60 мл,
- овсяная мука – 5 ст. л.,
- растительное масло – 1 ст. л.,
- щепотка соды,
- соль – по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Яйцо взбить с солью. Добавить кефир и оставшиеся ингредиенты. Перемешать до однородной консистенции. Жарить на разогретой сковороде с двух сторон до золотистого цвета.



Топ-10 начинок для овсяноблина

Несладкие начинки

■ **Творожный сыр + слабосоленая семга.** Смазываем овсяноблин творожным сыром, выкладываем рыбу. По желанию можно добавить зелень или огурцы.

■ **Помидор + сыр.** Обжарить овсяноблин с одной стороны, перевернуть, затем сразу выложить нарезанные колечками помидоры и сыр. Накрыть крышкой, чтобы сыр расплавился.

■ **Тунец + творожный сыр + укроп.** Консервированный тунец размять вилкой, добавить немного творожного сыра и измельченный укроп. Выложить на овсяноблин.

■ **Куриная грудка + сыр + листья салата.** Приготовить овсяноблин, положить внутрь листья салата, обжаренную или вареную куриную грудку и натертый сыр.

■ **Ветчина + сыр.** Нарезать ломтиками ветчину и сыр, выложить на овсяноблин в процессе жарки, чтобы сыр расплавился.

Сладкие начинки

■ **Творог + ягоды + мед.** Творог смешиваем с медом и смазываем овсяноблин. На творог выкладываем ягоды и складываем блин пополам.

■ **Банан + арахисовая паста.** Арахисовую пасту намазать на овсяноблин тонким слоем, сверху выложить нарезанный кружочками банан.

■ **Рикотта + груша + мед.** Рикотту смешать с медом и выложить на овсяноблин. Нарезать грушу тонкими ломтиками и выложить сверху. По желанию можно добавить орешки.

■ **Шоколад + банан.** Банан нарезать кольцами и выложить внутрь овсяноблина. Шоколад растопить и полить им овсяноблин.

■ **Йогурт + малина + кокосовая стружка.** Йогурт смешать с подсластителем и кокосовой стружкой. Выложить на овсяноблин сначала начинку, затем малину.

Подготовила Елена СОМОВА

Реклама МХ360



ПРИГЛАШАЕМ В НОВЫЙ МАГАЗИН ПО АДРЕСУ:
Г. КОЛОМНА, УЛ. ОКТЯБРЬСКОЙ РЕВОЛЮЦИИ, 379

Открытие 12 августа!



~~29⁹⁰~~
14^{90*}
-50%

Арбуз, 1 кг
* С 12 по 18 августа



~~219⁹⁰~~
159⁹⁰
-27%

Сыр плавленый
Сливочный Hochland,
55%, 400 г



~~229^{90*}~~
СУПЕРЦЕНА «ДА!»

Лопатка свиная,
без кости, крупный кусок, в/у,
упаковка ~2 кг, цена за 1 кг
* С 12 по 18 августа



bbk
~~12 999⁰⁰~~
10 999⁰⁰
СУПЕРЦЕНА «ДА!»

16 Вт
DVB-T2

Android
Smart TV
HD 32"

Телевизор BVK 32LEX-7289/TS2C,
со встроенным цифровым ТВ-тюнером и Wi-Fi

Предложение действительно с 12 августа 2021 г. по 25 августа 2021 г. Предложение действительно до момента реализации последней единицы товара. Цена указана за единицу товара. Все цены указаны в рублях. Товар может отсутствовать в данном магазине. Количество товара ограничено. Товар может существенно отличаться от изображения, размещенного в каталоге. Точный перечень товаров (предложений) по акции в конкретном магазине, информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, порядке приобретения товара по ценам, указанным в каталоге, адресах ее проведения узнавайте у менеджеров в магазинах «ДА!». ООО «Фреш Маркет». Юридический адрес: 142842, Московская область, городской округ Ступино, д. Сидорово, ул. Дорожная, владение 2 «а». ОГРН 1117847374171, ИНН 7806461539.

www.market-da.ru

Национальный символ из ящика с апельсинами

Как на свет появился Чебурашка и кто стал его прототипом

175⁵⁰
руб.
1 кг

КОЛБАСА ВАРЕНАЯ «СЕМЕЙНАЯ» с чесночком из мяса птицы, сорт 1, СПК

112³⁴
руб.
1 кг

МАСКА ДЛЯ ВОЛОС 3 В 1 FRUIT TERARY, ООО «ТД «Белита Витекс С»

62⁴⁸
руб.
365 г

КРЕМ МОЛОЧНЫЙ «КНЯЖЕСКИЙ ЛЮБИМЧИК», ассорти: вишневый, грушевый, мандариновый. Мдж 4,5%

109⁷³
руб.
450 мл

254³⁹
руб.
21,5x11,5x4 см

ОТВЕРТКА РЕВЕРСИВНАЯ С НАБОРОМ БИТ И ГОЛОВЕК В КЕЙСЕ, 40 предметов, углерод. сталь

295⁶⁹
руб.
9 кг

СТИРАЛЬНЫЙ ПОРОШОК «ВЬЮГА»

62¹⁵
руб.
500 г

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ «ШХУНА», зам.

99⁸⁰
руб.
3 шт. x 80 г

ШОКОЛАД NESTLE в ассортименте

466⁸³
руб.
20 л

БОЧКА ПИЩЕВАЯ С ГНЕТОМ И ГЕРМЕТИЧНОЙ КРЫШКОЙ ДЛЯ ЗАСОЛКИ

1327⁹⁵
руб.

КОМПЛЕКТ ПОСТЕЛЬНОГО БЕЛЬЯ LOVE&LIVE, поплин, 1,5-сп.

91¹³
руб.
320 мл

SUNSIK SHAMPOO SMOOTH & MANAGEABLE, смягчающий шампунь «Мягкие и послушные» с аргановым маслом

*Цены указаны в рублях. Предложение действует при наличии товара. Количество товара ограничено. Внешний вид может отличаться от представленного. Организатор вправе менять цену в сторону увеличения без предварительного уведомления.

ЖДЕМ ВАС ЗА ПОКУПКАМИ!

- г. Коломна, ул. III Интернационала, д. 7/1
- с. Амерево, Новорязанское шоссе, д. 1 «а», стр. 1
- пос. Радужный, Песковское шоссе, д. 1 «б»
- г. Коломна, бульвар 800-летия Коломны, д. 14
- г. Озеры, пер. Советский, д. 3 «а»
- Г. о. Коломна, Озерское шоссе, д. 37 «а»

РЕКЛАМА



В августе отмечается добрый детский праздник – день рождения Чебурашки, посвященный диковинной зверушке, придуманной в 1966 году Эдуардом Успенским. Создатель Чебурашки и крокодила Гены заслуженно может считаться одним из главных сказочников СССР, наравне с автором «Незнайки» Николаем Носовым и создателем книг про Изумрудный город Александром Волковым.

Откуда появился Чебурашка

Автор рассказал, как, будучи на съемках в одесском порту, из любопытства вскрыл ящик с бананами и обнаружил в нем хамелеона. Аналогичным образом в книге появился наш маленький герой, только это был ящик с апельсинами. Позже специально для детей автор сочинил историю о том, что у него в детстве была бракованная игрушка по имени Чебурашка. Эта история вошла в книгу «Приключения крокодила Гены и его друзей» вместо предисловия.

Прототип

У Чебурашки был реальный источник вдохновения – одна из художниц «Союзмультфильма» Розалия Зельма, с которой срисовывали этого милого героя. Сама она не принимала участия в подготовке мультфильма, но коллеги легко угадывают ее черты в знаменитом персонаже.

Всемирная известность

В нашей стране есть много памятников Чебурашке, создан замечательный мультфильм, выпускаются разные игрушки, в честь главного героя называют конфеты и другие лакомства.

Чебурашка популярен и за рубежом. В Японии вообще есть культ героя Чеби, с ним даже создали аниме. Кстати, новым именем персонажа наделили не только в Стране восходящего солнца. В Финляндии он стал Муксисом, в США превратился в Топла, в Германии его величают Куллерхен, в Швеции зовут Друттен.

Помимо прочего, Чебурашка и в космосе побывал, и Олимпийским символом стал, а еще в его честь открыли музей в Москве – кстати, это по нашей дороге, если ехать из Коломны.

А вы знаете, сколько книг в серии о Чебурашке? Более десяти! После первой, написанной в 1966 году, в 90-е годы автор продолжил серию. К сожалению, Эдуарда Успенского уже нет с нами, поэтому из-под его пера больше книжек не выйдет. Но мы уверены, что среди представленных книг вы обязательно найдете ту, которую еще не читали.

«Отпуск крокодила Гены» (1992)

Если вы думаете, что во время отпуска крокодил Гена отдыхает, то ошибаетесь. Это на работе, в зоопарке, он лежит у воды и загорает. Зато отпуск для крокодила – самая горячая пора. Нельзя сидеть на месте,

если в речке течет чернильная вода, лягушата стали синими, а туристы глушат рыбу. Поэтому Чебурашка и крокодил Гена забыли про отдых и бросились спасать родную природу от вредителей. Даже старуха Шапокляк решила не выходить на тропу войны и стала им помогать.

«Бизнес крокодила Гены» (1992)

Много туристов посетило зоопарк города Простоквашино, чтобы взглянуть на знаменитого крокодила Гему. И каждый посетитель обязательно бросал в бассейн монетку, чтобы вернуться. Так Гена накопил пять тысяч долларов и стал думать, как правильно этими деньгами распорядиться. О том, как работают банки и биржи, рассказывается в этом веселом «пособии для начинающих миллионеров».

«Крокодил Гена – лейтенант милиции» («Крокодил Гена и грабители», 1998)

Крокодил Гена совершенно неожиданно для него самого отправился служить в армию, где научился стрелять, прыгать с парашютом и овладел приемами самообороны. А после армии Гена вместе со своим другом Чебурашкой решил начать новую жизнь. Теперь он ловит грабителей на шоколадной фабрике. И это у него как у боевого крокодила хорошо получается. Так что грабительские планы жуликов провалились, а наградашла своим героям – Гему и Чебурашку.

«Чебурашка уходит в люди» («Чебурашка уходит в народ», 1998)

Мы много читали о Гене и Чебурашке, но один случай из жизни этих друзей знают далеко не все, потому что и Чебурашка, и крокодил Гена не очень-то любят о нем рассказывать. Произошло это в один прекрасный день, когда они были в отпуске.

«Похищение Чебурашки» (1999)

Похищения, ограбления, таинственные исчезновения и кош-

марные превращения, описанные в этой книге, доставят ужасное удовольствие юным любителям детективного жанра. Стада мурашек пробежут по их спицам, и волосы встанут дыбом на головах. Но в конце концов все преступники, мистические и обыкновенные, будут найдены и обезврежены.

«Грибы для Чебурашки» (2001)

Рассказ о том, как Гена и Чебурашка учили Тобику грибы по запаху искать и что из этого вышло.

«В гостях у Чебурашки. Праздники в Простоквашино» (2001)

У Чебурашки носелось, а в Простоквашино праздники. И можно смело пойти в гости к крокодилу Гене или дяде Федору. Истории о любимых героях впервые собраны под одной обложкой.

«Летающий Гена» (2002)

Рассказ об отдыхе Гены и Чебурашки. Гена научился летать. Интересно, как ему это удалось?

«Олимпиада для Чебурашки, или Чебурашка едет в Сочи» (2013)

Чебурашка и крокодил Гена снова отправляются в путь, на этот раз в Сочи. Они хотят посмотреть, как строители и спортсмены готовятся к Олимпиаде-2014. Но не так-то просто добраться до Сочи, если на пути, как всегда, встает старуха Шапокляк. Впрочем, на этот раз от ее козней получилась одна польза – Гена и Чебурашка познакомились с будущими олимпийскими чемпионами и их невероятными достижениями. Итак, Чебурашка отправляется на Олимпиаду, а Олимпиада ждет Чебурашку!

Читайте с удовольствием!
Елена ЛИФАНТЬЕВА



Едем в Дмитров всей семьей

Пока еще продолжаются летние каникулы, можно поехать всей семьей на север Московской области, где находится один из самых древних городов России – прекрасный и уютный Дмитров.

От Коломны навигатор показывает 185 км, значит, с учетом пробок и светофоров часа за три-четыре на своей машине, взяв с собой детей, можно доехать. Хорошо по дороге сделать остановку, посетив, например, Раменское или Яхрому.

Чем же хорош город, основанный Юрием Долгоруким в 1154 году? Дмитров был назван именем младшего сына князя – Всеволода Большое Гнездо, при крещении получившего второе имя Дмитрий. За

свою историю город был несколько раз разгромлен и сожжен. Сейчас в Дмитрове проживают 66 тысяч человек. К 850-летию города, в 2004 году, был проведен проект по масштабному благоустройству города и появилось много интересного. В 2005 году Дмитров занял первое место во Всероссийском конкурсе «Самый благоустроенный город России» в категории «До 100 тысяч жителей». В 2008 году городу присвоено звание «Город воинской славы».



БОРИСОГЛЕБСКИЙ МОНАСТЫРЬ

Борисоглебский монастырь наряду с Дмитровским кремлем является главным украшением этого старинного русского города. Точную дату основания обители историкам установить не удалось, однако есть основания предполагать, что произошло это в 1472 году. Сегодня монастырь вновь является действующим. Посетители имеют возможность увидеть собор Бориса и Глеба XVI века, Святые врата с небольшой Никольской церковью конца XVII века, церковь Николая Чудотворца и часовню Сошествия Святого Духа. Хозяйственные постройки, имеющиеся на территории монастыря, выполнены в русском стиле и не менее красивы, чем храмы. Уже в наши дни у одной из монастырских стен был установлен памятник святым Борису и Глебу. В монастыре есть птичник, и в теплое время года можно увидеть, как прогуливаются павлины.

КРЕМЛЬ



Дмитровский кремль ведет свою историю с XII века. Тогда это была хорошо укрепленная крепость с башнями, высокими стенами и глубоким рвом по периметру. От защитных укреплений кремля до сегодняшнего дня сохранился земляной вал протяженностью 990 м и высотой 14 м.

УСПЕНСКИЙ СОБОР



Архитектурной доминантой кремля является Успенский собор, построенный между 1509 и 1533 годами. Храм неоднократно перестраивался. Сейчас у него девять глав, а внутри находится золоченый пятиярусный иконостас конца XVII века.

Перед входом в Успенский собор в 2004 году был установлен памятник братьям Кириллу и Мефодию, которые известны как создатели славянского алфавита. Их изображение также можно увидеть внутри Успенского собора на стене.

СОВЕТСКАЯ ПЛОЩАДЬ, БЫВШАЯ ВЕРХНЯЯ ТОРГОВАЯ

Перед кремлем раскинулась Советская площадь с небольшой прогулочной аллеей. Площадь украшена несколькими фонтанами, по праздникам тут же устанавливаются сцены. Рядом множество магазинов, торговых домов и кафе.

ПАМЯТНИК ЮРИЮ ДОЛГОРУКОМУ В ДМИТРОВЕ

Главной достопримечательностью Советской площади является памятник Юрию Долгорукому – основателю города. По легенде, монумент находится в том самом месте, где Юрию предсказали рождение сына, после чего он приказал заложить город на этой земле.

На противоположной стороне Советской площади находится памятник В.И. Ленину, установленный в 1950 году. Интересно, что два памятника смотрят и указывают правой рукой друг на друга.

УЛИЦА ЗАГОРСКАЯ

Она ведет прямо к главному зданию Музейно-выставочного комплекса, в который входит Дмитровский кремль. Завершает улицу Загорскую Дворец культуры «Созвездие», где работает муниципальный театр «Большое гнездо».

УЛИЦА КРОПОТКИНСКАЯ

Эта пешеходная улица – одна из самых интересных в Дмитрове. В самом начале ее установлен памятник Петру Алексеевичу Кропоткину (1842 – 1921), русскому князю, ученому и революционеру. Петр Кропоткин был исследователем тектонического строения Сибири и Средней Азии, а также историком, философом и публицистом, создателем идеологии анархо-коммунизма и одним из самых влиятельных теоретиков анархизма.

Рядом с кремлем на этой улице можно увидеть целую галерею скульптур, отражающих жизнь и быт города XIX века. Например, вот пара молодых дворян, прогуливающихся вдоль кремля; а там купец с купчихой, у купца в руке диковинка того времени – часы; идет учительница с журналами и линейкой; стоит, отдыхая, бородатый паломник с посохом; изображена крестьянка с котом.

«МЕЧТА ТУРИСТА»

На Кропоткинской улице расположен магазин и одновременно бесплатный музей различных вещей. Здесь представлены куклы, украшения интерьера, посуда авторской работы, проходят выставки коллекционеров, художников и текстильщиков. Здесь же расположен и Музей лягушки. В нем собраны лягушки со всего мира, о каждой из них можно услышать интересную историю от экскурсовода. Регулярно проводятся мастер-классы для детей и взрослых. Неслучайно музей посвящен именно лягушкам. Есть легенда, согласно которой лягушки не единожды спасали Дмитров, как гуси – Рим. Когда враги подходили к Дмитрову, лягушки начинали беспокоиться и громко квакать – неожиданного нападения не получалось.



ОКРЕСТНОСТИ

Перемиловская высота, что в деревне Перемилово, расположена всего в 3 км от Дмитрова. Здесь в ноябре 1941 года в ходе ожесточенных боев удалось остановить наступление немецких войск на северных подступах к Москве и тем самым предотвратить захват столицы. Многие историки считают сражение за Перемиловскую высоту переломным моментом в ходе Великой Отечественной войны. В память о героическом подвиге советских воинов в 1966 году на возвышенности был установлен памятник, изображающий бросающегося в атаку солдата с автоматом в поднятой над головой руке. Высота памятника вместе с постаментом – почти 30 м, поэтому бронзового защитника Москвы видно издалека.

Путешествуйте всей семьей с удовольствием!

Елена ЛИФАНТЬЕВА



Присылайте истории о путешествиях и рассказы о понравившихся местах на editor@gazetayat.ru, и мы с радостью опубликуем их



ЭКСПЕРСИОННЫЕ ТУРЫ:

26 - 30 августа – Санкт-Петербург – от 12 900 руб.

11 - 12 сентября – Тамбов – от 8000 руб.

16 - 20 сентября – Санкт-Петербург – от 12 900 руб.

25 - 26 сентября – Владимир – Боголюбково – Суздаль – от 8800 руб.

10 - 15 октября – Кавказ (тур с кэшбэком) – от 16 900 руб.

ПЛЯЖНЫЙ ОТДЫХ

Туры в Крым:

С 18 августа, б/о «Мечта» - 26 100 руб.

С 18 августа, гост. «Роксана» - 15 400 руб.

Туры в Геленджик:

С 20 августа, г/д «Аквагория» - 17 400 руб.

С 20 августа, пансионат «Приветливый берег» - 43 600 руб.

Туры в Анапу:

С 23 августа, б/о «Белый лебедь» - 19 900 руб.

С 23 августа, отель «Бавария» - 21 200 руб.

Туры в Сочи:

С 26 августа, гост. «Палуба» - 20 900 руб.

8 800 550-33-04

Наш сайт - pohali.travel.ru

ОСАГО без карты, билеты со скидкой

Какие законодательные изменения ждут россиян в последний летний месяц

В августе вступает в силу ряд новых законов, которые, несомненно, отразятся на многих социальных группах населения: новые выплаты семьям с детьми, перерасчет пенсий, компенсация за занятия фитнесом и многое другое. Обо всех важнейших нововведениях августа – в материале «ЯТЪ».

Семьи с детьми получают по 10 тысяч рублей

Со 2 августа начались выплаты 10 тысяч рублей семьям с детьми в возрасте от 6 до 18 лет. Они положены на детей, рожденных с 3 июля 2003 года по 1 сентября 2015 года. Если в семье несколько школьников, то выплата полагается на каждого ребенка. При этом подавать отдельные заявления не надо – можно указать всех детей в одном. Если родители не успеют подать заявление до 16 августа, они могут сделать это и позднее – вплоть до 1 ноября. Выплата также полагается инвалидам и людям с ограничениями по здоровью, если им от 18 до 23 лет и они продолжают получать общее образование. В таких случаях 18 лет должно исполниться 2 июля или раньше.

Перерасчет для работающих пенсионеров

С 1 августа 2021 года работающие в прошлом году пенсионеры получают страховую пенсию в повышенном размере. Это обусловлено проведением Пенсионным фондом России (ПФР) ежегодной беззаявительной корректировки размеров страховой пенсии работающих пенсионеров. В отличие от традиционной индексации страховых пенсий, когда их размеры увеличиваются на определенный процент, прибавка к пенсии от корректировки носит сугубо индивидуальный характер: ее размер зависит от уровня заработной платы работающего пенсионера в предыдущем году, то есть от суммы уплаченных за него работодателем страховых взносов. Для перерасчета пенсий законом установлен максимальный индивидуальный пенсионный коэффициент, который равен 3. С января текущего года его стоимость составляет 98,86 рубля, таким образом, увеличение может быть не более чем на 296,58 рубля.

Продажа льготных авиабилетов для семей с детьми

Билеты на самолет для семейных поездок можно будет купить в августе по льготной цене. Их можно приобрести при одновременном бронировании билетов на детей до 18 лет и сопровождающих взрослых. Продавать их будут по 46 межрегиональным маршрутам, не включающим Москву, Санкт-Петербург и южные курорты России. При этом билеты нужно покупать у авиаперевозчиков, подпадающих под программу субсидирования. Государство будет компенсировать авиакомпаниям разницу между обычными и льготными билетами и выделяет для этого 1,35 млрд рублей.



Билеты в плацкарт продадут со скидкой

С 1 августа по 30 сентября пассажиры поездов дальнего следования смогут рассчитывать на скидку 30% на поездки в плацкартных вагонах. Дисконт предоставят при покупке билета на верхние боковые места определенных номеров. Речь идет только об индивидуальных путешественниках. Бонус не действует по детским тарифам. В то же время для семей с одним или несколькими детьми до 18 лет этим летом действует программа субсидирования льготных тарифов для путешествий на поездах дальнего следования. Льготный тариф рассчитывается как разница между ценой на билет по выбранному маршруту в купе и 50% от его цены в плацкартном вагоне.

Защита попавших под сокращение сотрудников

С 13 августа сотрудники, которых уволили из-за ликвидации организации или сокращения штата, получат от работодателя средний месячный заработок за второй месяц со дня увольнения или его часть пропорционально периоду трудоустройства, приходящему на этот месяц. Выплаты получают только те работники, которые трудились в организации больше месяца, при этом деньги они обязаны получить до ликвидации компании.

За занятия спортом полагается налоговый вычет

С 1 августа граждане, занимающиеся спортом, смогут претендовать на социальный налоговый вычет по налогу на доходы физических лиц (НДФЛ). Возврат 13% с покупки абонементов в фитнес-центры или бассейны начнется с доходов, полученных с 2022 года. Претендовать на вычет налогоплательщик может как в отношении себя, так и в том случае, если физкультурой занимаются его несовершеннолетние дети. Доказательством занятий спортом будут копия договора на оказание услуг и фискальный чек, подтверждающий оплату. Совокупная сумма расходов, за которую можно получить социальный вычет, составит 120 тысяч рублей в год (максимальный вычет – до 15 600 рублей).

Запретят использовать электронные кошельки анонимно

С 3 августа физлица не смогут пополнить электронные кошельки анонимно – надо пройти идентификацию личности. Изменения нацелены на борьбу с нелегальным доходом и финансированием терроризма.

Изменения по ОСАГО

С 22 августа 2021 года водители смогут приобретать полисы ОСАГО без техосмотра автомобиля. Ранее без действующей диагностической карты застраховать автомобиль было невозможно. С 24 августа страховщики получат право самостоятельно определять подход к применению базовых ставок страховых тарифов в пределах их максимальных и минимальных значений. Тарифный коридор расширят на 10% как вверх, так и вниз: это нововведение станет выгодным для аккуратных водителей. А злостным нарушителям ПДД придется покупать страховку дороже. Отмена талонов продиктована тем, что в большинстве случаев талоны техосмотра просто покупались водителями без проведения каких-либо мероприятий.



Цена на газ вырастет

С 1 августа возрастет цена на природный газ для населения. Согласно приказу Федеральной антимонопольной службы, повышение составит 3%. Повысить оптовые цены на газ планировали еще с 1 июля, однако в связи с пандемией индексация была отложена на месяц.

Завершается программа «детского кэшбэка»

31 августа завершается программа «детского кэшбэка». По ее условиям семьи могут отправить ребенка в детский лагерь, получив кэшбэк 50%, но максимально 20 тысяч рублей. Оплатить путевку нужно картой «Мир», на нее же автоматически вернутся деньги. В программе участвуют только стационарные лагеря круглосуточного пребывания, входящие в реестр организаций отдыха детей и их оздоровления в субъектах РФ.

Стоит добавить, что 31 августа завершается и очередной этап «взрослой» программы туристического кэшбэка, который был ранее продлен.

Подготовила Ольга БАЛАШОВА

светофор

ПРОСТО ВЫГОДНО!

г. ЛУХОВИЦЫ,
ул. Гагарина, д. 45 «а»/1
Тел. 8 (977) 334-59-54

87⁷⁵
руб.
850 мл

АНАНАСЫ, КУСОЧКИ В СИРОПЕ

143³⁸
руб.
500 г

КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ «МИШКА В ЛЕСУ» с начинкой и вафельной крошкой

203³⁵
руб.
1 кг

ВЕТЧИНА ДЛЯ ЗАВТРАКА, ГОСТ, кат. А, ООО «Анком»

172⁷³
руб.
350 г

МИДИИ ЧИЛИЙСКИЕ в горчичной заливке, ТД «Вкусное море»

62⁴⁸
руб.
365 г

КРЕМ МОЛОЧНЫЙ «КНЯЖЕСКИЙ ЛЮБИМЧИК», ассорти: вишневый, грушевый, мандариновый. Мдж 4,5%

101⁶³
руб.
400 г

СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ С ВЕТЧИНОЙ, ТМ «Сырный хуторок», 50%, ванночка, БЗМЖ

57⁰¹
руб.
300 мл

ЛАК ДЛЯ ВОЛОС «РОМАНТИКА»

283¹⁴
руб.
5 кг

АНТИФРИЗ G12, красный

264⁹⁷
руб.
150 предм.

НАБОР ДЛЯ РИСОВАНИЯ

69⁸⁵
руб.
200 г

НАПИТОК ЧАЙНЫЙ «КАРКАДЭ»

216⁰⁵
руб.
250 г

КОФЕ РАСТВОРИМЫЙ СУБЛИМИРОВАННЫЙ LA SORA, ст/б

84⁵¹
руб.
304 стр.

КНИГИ ДЛЯ ВНЕКЛАСНОГО ЧТЕНИЯ

912⁶⁰
руб.
145x260

КОМПЛЕКТ ШТОР «СИРЕНЬ», габардин, однотонные

*Цены указаны в рублях. Предложение действует при наличии товара. Количество товара ограничено. Внешний вид может отличаться от представленного. Организатор вправе менять цену в сторону увеличения без предварительного уведомления.

Мамин «ХВОСТИК»

Что делать, если ребенок не умеет играть один

Шкаф завален плюшевыми зайцами, куклами, машинками, роботами, но ребенку они не интересны. Малыш скучает и просит маму поиграть с ним. Все чаще родители современных детей сталкиваются с проблемой, когда дети не способны самостоятельно играть, придумывать, фантазировать. Что делать? Как научить чадо самостоятельности?

В чем причина?

Если ребенок в возрасте четырех-пяти лет ходит за мамой «хвостиком», не давая ей возможности заняться своими делами, здесь могут быть две основные причины.

Одна из них — гиперопека родителей. Многие мамы буквально растворяются в ребенке, забывая, что им самим нужно свободное время. Они спешат помочь любимому чаду сделать за него то, что не получается, а это лишает детей самостоятельности и приучает надеяться на других. Дети, с которыми постоянно возятся родители, теряют желание быть самостоятельными во взрослой жизни.

Вторая причина неспособности себя занять совершенно противоположная: ребенок действительно нуждается в родительском внимании. К примеру, если мама слишком занята личными делами, а папа много времени проводит на работе.

Когда ребенок начинает играть один?

Ребенок способен развлекать себя уже с трех месяцев. Занять его могут погремушки, мобиль над кроваткой, коврики, мягкие книжки. С трех до семи месяцев ребенок может играть один 5 — 10 минут. С восьми месяцев до

двух лет у родителей появляется по 10 — 20 свободных минут, с трех лет — 30 — 40 минут и больше. Чем старше ребенок, тем больше времени он может проводить за самостоятельными играми. Поначалу родители должны придумывать игры сами и вовлекать в них малыша, но со временем ребенок сможет заниматься без помощи взрослых.

Исправляем ситуацию

Чтобы приучить ребенка к самостоятельным играм, начинайте с малого.

1 Увеличивайте время. Попробуйте договориться, что несколько минут он побудет один, пока вы сходите, к примеру, в ванную или на кухню. Постепенно увеличивайте время, которое малыш должен провести в одиночестве, предварительно убедившись, что в комнате, где он находится, безопасно.

2 Дайте поручение. Детям постарше можно давать задания. Например, попросить собрать пирамиду или сделать аппликацию, пока мама готовит ужин. Не забывайте хвалить малыша и поддерживать: «Какую красивую картинку ты нарисовал, пока меня не было!» Поощрение и похвала — лучшая мотивация для детей.



3 Составьте график. Если вы мало времени проводите с ребенком в силу занятости, то можно построить график, в котором прописать время, когда папа и мама будут играть с ребенком, не отвлекаясь на посторонние дела и телефон. Постарайтесь хотя бы на 30 — 40 минут полностью включиться в игру ребенка, и тогда он не будет вас постоянно дергать с просьбой: «Мама, ну поиграй со мной!»

4 Дети подражают взрослым. Сядьте с книгой и предложите ребенку тоже сесть недалеко от вас, взяв книжку с картинками. Пусть он увидит на вашем примере, что быть одному с книгой совсем не скучно, а очень даже увлекательно и интересно. Пока готовите ужин, предложите ребенку поиграть с тестом, горохом, резать салат, складывать продукты в контейнер, вытирать посуду. Ребенок будет рядом, но при этом чем-то занят.

5 Начните совместную игру. Придумайте вместе с малышом интересное занятие, например, начните игровой сюжет или сказку. Через некоторое время

предложите ребенку продолжить и дайте возможность поиграть самостоятельно. Позже выслушайте его и попросите рассказать, что произошло без вашего участия.

6 Предупреждайте об уходе. Если собираетесь выйти из комнаты, чтобы помыть тарелку, обязательно предупредите ребенка об этом. Скажите: «Мама помоет тарелку и быстро вернется». Не нарушайте своего обещания. Ребенку важно знать, что вашим словам можно доверять. Тайные уходы приводят к тому, что малыш тревожится и стремится постоянно контролировать родителей, чтобы они внезапно не исчезли.

7 Не мешайте. Если ребенок чем-то занят, не нужно предлагать ему другую игру. Лучше отойдите в сторону и не мешайте малышу делать то, что ему действительно интересно.

8 Самостоятельная игра рождается в коллективе. Время, потраченное на игры с другими детьми, будет поддерживать его воображение в то время, когда он останется один. Играть с другими

детьми, малыш учится разговаривать, вести диалог, примеряет на себя разные роли.

9 Собака или кошка в помощь. Если завести кошку или собаку, ребенок перестанет чувствовать себя одиноким. Плюс ко всему он научится ответственности, заботе о других. С домашним животным можно поиграть в догонялки, мячик и другие игры.

10 Ничто не должно отвлекать. На время игры следует выключить все, что может мешать: телевизор, музыку, телефон.

Для игры у ребенка должно быть место, где он главный. Позаботьтесь о том, чтобы у малыша все было под рукой — игрушки и канцтовары лежали в шкафчике, откуда он без труда сможет их взять. В идеале у ребенка должна быть возможность по максимуму все делать самому. Чтобы малыш сам включал свет в туалете, сделайте выключатель на уровне его глаз. Чтобы он смог сесть на унитаз без помощи родителей, нужна детская подставка. Повесьте полотенце для рук пониже, чтобы ребенок до него дотянулся. И так во всем.

Ольга БАЛАШОВА

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

■ Начните играть вместе с ребенком. Если у него что-то не получается, помогайте ему до тех пор, пока он в совершенстве не овладеет навыком.

■ Наблюдайте за игрой ребенка. Теперь возьмите позицию наблюдателя. Поощряйте малыша словесно.

■ Попросите поиграть самостоятельно. Оставьте ребенка за уже знакомой игрой на 5 — 10 минут, а затем оцените его труды.

светофор

ПРОСТО ВЫГОДНО!

г. ОЗЕРЫ, пер. Советский, д. 3 «а». Тел. 8 (967) 177-65-61

ГРАБЛИ ВЕЕРНЫЕ БЕЗ ЧЕРЕНКА «Агроном Премиум МАКС», 29 зубьев



81⁹⁰ руб.

48,5x21x8 см

МИКС КОНФЕТ № 14 («Красная Шапочка», «Трюфель», «Ромашка», батончик «Рот Фронт»)



274⁷⁵ руб.

1 кг

ПОКРЫВАЛО СТЕГАНОЕ «СИРЕНЬ», ультра-степ, папка без ниток



450²² руб.

145x210 см

МОЮЩАЯ ЖИДКОСТЬ ДЛЯ УБОРКИ MR PROPER, универсал «Океанская свежесть»



70²⁸ руб.

750 мл



1521⁴⁹ руб.

НАБОР ИНСТРУМЕНТОВ 150 пр.



38⁵⁸ руб.

9 шт.

ПРОКЛАДКИ ЖЕНСКИЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ Always, «Проктер Энд Гэмбл»

КЕТЧУП «ТОМАТНЫЙ ДАР», ТУ, дойпак, ООО «Торговая сфера»



34⁴⁸ руб.

750 г



ДЕТСКАЯ КНИГА DISNEY

84⁵⁰ руб.

A5, 64 стр.



9³⁹ руб.

100 г

КОРМ ДЛЯ КОШЕК СНАММУС курицей в соусе



49²⁵ руб.

200 мл

АНТИСТАТИК «ЛАНА»

ПЕЛЬМЕНИ «СЫТНЫЕ СИБИРСКАЯ КОЛЛЕКЦИЯ», кат. В, Щелковский МПК



100⁷² руб.

900 г



41⁹³ руб.

290 г

ФРУТТИС СЛМВОЧНОЕ ЛАКОМСТВО паст. 5% БЗМЖ клубника



45⁶³ руб.

800 г



94⁷⁷ руб.

1 кг

РИС КУБАНСКИЙ ДЛЯ ПЛОВА, ТМ «Увелка»

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА б/з, фас.

*Цены указаны в рублях. Предложение действует при наличии товара. Количество товара ограничено. Внешний вид может отличаться от представленного. Организатор вправе менять цену в сторону увеличения без предварительного уведомления.

«То, что Катя попала на Олимпиаду, уже здорово!»

Тренер Екатерины Питиримовой рассказал о результатах своей подопечной

Вот и завершилась Олимпиада 2020 года, единственная за все время проведения Игр, когда название не совпало с годом проведения, где почти не было зрителей, а спортсмены в течение 24 часов после выступлений должны были покинуть пределы принимающей страны. Вернулись домой и российские олимпийцы, среди которых коломенская спортсменка Екатерина Питиримова. Она выступала в паре с Екатериной Курочкиной из Магнитогорска в академической гребле в двойках парных у женщин. Несмотря на шестой результат в удивительном финале и итоговое двенадцатое место, попасть на Олимпиаду – это все равно большое достижение.



Мы побеседовали с человеком, который, наверное, больше всех переживал за Катю – ее отцом и тренером, мастером спорта международного класса, победителем и призером всесоюзных регат, участником Олимпийских игр 1992 года **Виктором Питиримовым**.

? Как вы оцениваете выступление наших девушек на Олимпиаде?

– То, что Катя попала на Олимпиаду, уже здорово. К сожалению, выступление не совсем удачное. Были объективные и субъективные причины, чтобы так выступили, хотя готовы были очень хорошо.

? А где готовилась Катя? На нашей Оке?

– Нет. Подготовка была очень серьезная – полгода в составе сборной России она провела в Греции. У них был иностранный тренер, итальянец, а в помощниках – приблудные тренеры. С этой Олимпиады команда гребцов привезла две медали, могла бы и три, если бы у Кати все получилось, потому что на

всех тренировках она была одной из лучших.

? Что Катя планирует делать дальше?

– Она решила грести до следующей Олимпиады, и я ее в этом поддерживаю, потому что чувствует себя сила в этом экипаже. Сейчас уже тренируемся, готовимся к чемпионату России, который пройдет в самое ближайшее время. К сожалению, отменили чемпионат мира по академической гребле, который должен был состояться в октябре. Но есть возможность съездить в Португалию на чемпионат мира по прибрежной гребле, и мы поедем туда в сентябре.

? Виктор Викторович, вы сами были участником



ЕКАТЕРИНА ПИТИРИМОВА – неоднократный призер и победитель Всероссийских соревнований, первенств и чемпионатов России, первенств Европы. Екатерина представляет коломенскую спортивную династию в третьем поколении. Она внучка старейшины тренерского корпуса В.И. Питиримова и дочь мастера спорта международного класса, участника Олимпийских игр в Барселоне 1992 года Виктора Питиримова, который на сегодняшний день является ее личным тренером.

Олимпиады. Расскажите немного об этом.

– В 1992 году я был участником XXV Олимпийских игр в Барселоне, мы заняли 10-е место. Это были мои последние соревнования в спорте, после Игр в лодку больше не садился.

? Какие ощущения испытывает спортсмен, который вышел защищать страну на Олимпиаде? Можно ли сравнить, например, с чемпионатом мира?

– Ощущения абсолютно разные. На Олимпиадах собираются луч-

шие спортсмены всех видов спорта. Попасть в их число, конечно, очень почетно. На чемпионате мира мы видим одних и тех же людей, с которыми встречаемся и на этапах кубка мира, и на чемпионатах Европы – в своем

виде спорта все друг друга знают. Олимпиада – это совсем другое: большой праздник спорта, но при этом и большая лотерея. В этом году не повезло, хотя много готовились. Приобрели опыт, который пригодится в дальнейшем. Я думаю, что это Катина первая Олимпиада, но далеко не последняя. Все у нее получится!

Фото:
СШОР по академической гребле г. Коломны

Оценку завершившимся Играм в Токио дал еще один коломенский гребец-олимпиец, уникальный человек, побывавший на трех Олимпиадах в разном качестве, Валерий Бисарнов.



? Валерий Игоревич, расскажите об Олимпиадах, в которых участвовали.

– Получилось, что я участвовал в трех Олимпиадах. В 1972 году в Мюнхене в составе восьмерки занял четвертое место. В 1988 году после операции на ноге (теперь хожу с протезом) получил инвалидность, но при этом смог попасть в Пекин на Паралимпийские игры 2008 года в составе четверки микс (двое мужчин и две женщины) с рулевым, заняли девятое место. Мне тогда было 60 лет – редко бывают спортсмены такого возраста на Олимпиаде, особенно в гребле. И, наконец, был на Паралимпиаде в Лондоне в 2012 году как тренер Алексея Чувашева, который стал бронзовым призером.

? Что скажете о нынешней Олимпиаде?

– Сложные были условия, много нервов потрачено в связи с придирками WADA. Катя была готова, но это ее первые олимпийские старты, могли возникнуть всякие моменты. А выступление всей сборной России по гребле оцениваю как отличное. Две серебряные медали – это просто потрясающе. У нас в гребле 16 лет не было медалей.

Коломенцы, которые были участниками Олимпийских игр в разные годы

Конечно, нельзя не вспомнить других коломенцев, отстаивавших честь нашей страны на Олимпиадах разных лет. Они сумели отличиться в разных видах спорта, но большее количество наград взяли в конькобежном спорте.

Академическая гребля

Представители этого вида спорта неоднократно становились участниками Олимпийских игр. Спортсмены школы боролись за олимпийские медали в Мюнхене, Монреале, Барселоне, Атланте и Паралимпийских играх в Пекине, Лондоне и в Токио на летних Олимпийских играх 2021 года.

Конькобежный спорт



Самое большое количество чемпионов дала Коломна конькобежному спорту. Трехкратный призер Олимпийских игр **Валерий Муратов**, серебряный



призер Олимпийских игр в Турине **Дмитрий Дорوفеев**, двукратный призер Олимпийских игр **Екатерина Лобьшева** – эти спортсмены начинали свой путь в нашем городе.

Другие виды спорта

Владимир Чернышев (1921 – 2004), хотя и не родился в Коломне, но именно здесь увлекся волейболом и стал чемпионом московской Олимпиады 1980 года.

Александр Соколов (1 марта 1982, Коломна) начал заниматься волей-

болом в Коломне под руководством Валерия Бельтюкова. Сейчас это российский волейболист, либеро «Ярославича». Заслуженный мастер спорта (2011), олимпийский чемпион (2012).

Юрий Пантюхов (15 марта 1931, Коломна – 22 октября 1982) – советский хоккеист, нападающий, заслуженный мастер спорта СССР (1956), олимпийский чемпион VII Олимпийских зимних играх 1956 года.

Алексей Десятчиков (31 октября 1932 – 4 июня 2018) – участник Олимпийских игр в Риме 1960 года. Он родился в Москве, но с 1953 по 1956 год был курсантом Коломенского артиллерийского училища, постоянно посещал секцию легкой атлетики на стадионе «Авангард», где заложил основную беговую базу на средние и длинные дистанции. В 1960 году занял четвертое место на играх XVII летней Олимпиады на дистанции 10 000 метров, обеспечив победу Петру Болотникову.

Елена ЛИФАНТЬЕВА

*Цены указаны в рублях. Предложение действует при наличии товара. Количество товара ограничено. Внешний вид может отличаться от представленного. Организатор вправе менять цену в сторону увеличения без предварительного уведомления.



190¹³
руб.
1,3 кг

НАБОР «АССОРТИ»

Для счастливого образа жизни!



112³²
руб.
300 г

НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ
LATTE LONDON PRIDE,
ООО «Аристократ»



160²⁹
руб.
40x35x6 см

ПОДУШКА ДЕКОРАТИВНАЯ,
СИДУШКА, «Хаски home»



100⁷³
руб.
400 мл

ГЕЛЬ ДЛЯ
ДУША CAMAY
ROMANTIQUE

СТОЛ ОБЕДЕННЫЙ
«УНО-3»,
1200x774x790 мм



2034⁶³
руб.



134⁸⁹
руб.
390 г

КОКТЕЙЛЬ ИЗ
МОРЕПРОДУКТОВ
В МАРИНАДЕ,
ООО «Балтийский
берег»

НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ
LATTE LONDON PRIDE,
ООО «Аристократ»

ФОРМА ДЛЯ
ЗАПЕКАНИЯ
прямоугольная,
глубокая,
с ручками, стекло
(37,1x22,9x7 см)

274⁹⁷
руб.
3,5 л



100⁷³
руб.
400 мл



1485⁸⁹
руб.

КОМПЛЕКТ ПОСТЕЛЬНОГО
БЕЛЬЯ LOVE&LIVE, поплин, 2-сп.



33⁴⁶
руб.
100 г

ПЮРЕ «ФРУТОНЯНЯ»
цыпленок/овощи для
детей с 8 мес., ст/б



101⁶³
руб.
400 г



СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ
С ВЕТЧИНОЙ «СЫРНЫЙ
ХУТОРОК», мдж 50%,
ванночка, БЗМЖ



63⁶⁵
руб.
180 г

ЧУКА, МОРСКИЕ
ВОДОРΟΣЛИ
МАРИН., пл/б, ООО
«Лунское море»

259²³
руб.
9 кг

СТИРАЛЬНЫЙ ПОРОШОК
BIOSTAR АВТОМАТ
универсал, ООО «Бионикс»



99⁸²
руб.

НАБОР МИСОК,
3 шт. (1,3 л, 2,1 л, 3,2 л),
«Уника пласт»



63⁶⁷
руб.
500 г

ФРУКТОЗА
MINI CALORIE,
ООО «Диет Пром»



203³⁶
руб.
1000 г

КАКАО «НЕСКВИК»,
ООО «Нестле Россия»



155⁶¹
руб.
1 кг

ПЕЧЕНЬЕ ЗАВАРНОЕ «ПЕЧИКС»
в белой глазури, ООО «Добрые
печеньки»



МАРМЕЛАД
ЖЕВАТЕЛЬНЫЙ
«КРУТФРУТ»
«Змейка»

78³⁹
руб.
500 г



САЛО, ЗАПЕЧЕННОЕ
С МОЖЖЕВЕЛОВЫМИ
ЯГОДАМИ, категория Г, вес.



66³⁵
руб.
500 г

ШАМПУНЬ
ДЕТСКИЙ «ВЕСНА»
с экстрактом
календулы,
ОАО «ПКК «Весна»



66³¹
руб.
8x80 г

КРУПА
ГРЕЧНЕВАЯ
«УВЕЛКА»



2515⁵⁰
руб.
1200 л

КОМПОСТЕР
«АГРОНОМ
ПРЕМИУМ»

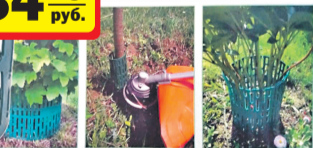
SWEET BOX DOUBLE,
мармелад с
игрушками в
коробочке, лицензия

197¹⁰
руб.
2x10 г



ЗАЩИТА ДЛЯ СТЕЛОВ
ДЕРЕВЬЕВ И КУСТАРНИКОВ
от повреждения триммером
и газонокосилкой

184²⁸
руб.



120⁶⁹
руб.
3,6 кг

ДЕТСКИЙ
СТИРАЛЬНЫЙ
ПОРОШОК
POLLEX



183⁰¹
руб.
20,5 см

КУКЛА «КРАСИВЫЕ ГЛАЗКИ»



264⁹⁷
руб.
150 предм.

НАБОР ДЛЯ РИСОВАНИЯ



214²⁰
руб.
2 кг

КОРМ ДЛЯ
КОШЕК СУХОЙ
DARLING,
птица-овощи



КОРМ ДЛЯ
СОБАК
СУХОЙ
HAPPY LUNCH
со вкусом
говядины

658³⁰
руб.
15 кг



СЛАЙМ «ВРЕМЯ ЧУДЕС», «Уникс»

138⁷⁰
руб.
500 мл



МАШИНА MIDDLE
TRUCK, МУСОРОВОЗ

653⁸²
руб.
42x22x18 см

ЖДЕМ ВАС ЗА ПОКУПКАМИ!

■ г. Коломна, ул. III
Интернационала, д. 7/1.
Тел. 8 (915) 092-22-83

■ с. Амерево, Новорязан-
ское шоссе, д. 1 «а», стр. 1.
Тел. 8 (925) 781-26-84

■ пос. Радужный,
Песковское шоссе, д. 1 «б».
Тел. 8 (496) 623-15-95

■ г. Коломна, бульвар
800-летия Коломны, д. 14.
Тел. 8 (901) 346-01-47

■ г. Озеры,
пер. Советский, д. 3 «а».
Тел. 8 (967) 177-65-61

■ Г. о. Коломна,
Озерское шоссе, д. 37 «а».
Тел. 8 (917) 538-80-60

Реклама МХ441

СЕТЬ МАГАЗИНОВ
МУЖСКОЙ ОДЕЖДЫ
Мистер ИКС
**ШКОЛЬНАЯ
ФОРМА
К НОВОМУ
сезону**
*Качество
и комфорт!*

«МИСТЕР ИКС»
ТРЦ «РИО»,
2 этаж, пав. Б17

VAN CLIFF
ТЦ «Глобус», 2 этаж

ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ КУПОНА СКИДКА 5%

Реклама МХ160

ПЛАСТИКОВЫЕ
ОКНА
*Отличное окно -
удачно и недорого*
ОКНО «ПОД КЛЮЧ»
2-камерный стеклопакет, москитная сетка,
подоконник, отлив,
откосы, монтаж

АВР-групп

**АВТОМАТИЧЕСКИЕ
ВОРОТА
РОЛЬСТАВНИ**

- ПОСТАВКА И МОНТАЖ ОКОН ПВХ, ИЗДЕЛИЙ ИЗ АЛЮМИНИЯ
- УСТАНОВКА ЗАБОРОВ И ОГРАЖДЕНИЙ
- ВНЕШНЯЯ И ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
- ФАСАДНЫЕ РАБОТЫ
- КРОВЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ
- НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- ЖАЛЮЗИ

г. Коломна, ул. Леваневского, д. 36
8 (496) 623-19-00, 8 (916) 011-07-90, 8 (926) 693-89-66

Реклама

НАДОЕЛО ЖИТЬ С СОСЕДЯМИ ЗА СТЕНОЙ?
**Давно мечтаете построить дом
для себя и семьи,
разбить сад и огород?**

ТОГДА ЭТО ПРЕДЛОЖЕНИЕ БУДЕТ ВАМ ИНТЕРЕСНО!

Продается земельный участок в тихом, экологически чистом месте недалеко от Коломны, в д. Подберезники. Участок правильной формы. Большая площадь – 21 сотка – позволит воплотить в жизнь любые мечты. Места хватит не только для постройки дома, но и для ведения личного подсобного хозяйства. К участку подведено электричество – 15 кВт, есть подъездные пути. В нескольких шагах от участка расположен прекрасный пруд, где можно купаться и ловить рыбу, недалеко лес. **СОБСТВЕННИК.**

Телефон для связи: 8 (985) 342-98-55

Реклама МХ442

ЗемлеМер
общество с ограниченной ответственностью

ГЕОДЕЗИЯ . КАДАСТРОВЫЕ ИНЖЕНЕРЫ

- ▶ Межевание земельного участка
- ▶ Топографическая съемка
- ▶ Схема планировочной организации земельного участка
- ▶ Технический план здания
- ▶ Схема расположения земельного участка на кадастровом плане территории
- ▶ Выдел земельных долей
- ▶ Судебная экспертиза по спорным земельным вопросам
- ▶ Акт обследования

г. Коломна, ул. Октябрьской Революции, д. 374
Тел.: 8 (985) 719-89-12,
8 (496) 613-65-31, 8 (968) 491-62-62

Полезные телефоны

Бесплатная «горячая линия» по коронавирусу – 122

- вызвать врача на дом при подозрении на коронавирус
- дистанционно оформить больничный
- сообщить о прибытии из-за границы
- записаться на прививку от коронавируса

Региональная «горячая линия» по коронавирусу – 8 (800) 550-50-30

- «Горячая линия» Управления Роспотребнадзора по Московской области – 8 (800) 222-13-60

Записаться на прививку от COVID-19

- через портал «Госуслуги»
- по телефону 122
- в поликлинике
- в МФЦ
- клуб «Активное долголетие» (для граждан старшего возраста).

Пункты вакцинации:

- поликлиника № 1 (Коломна, ул. Октябрьской Революции, д. 318) – 8 (496) 612-03-55
- поликлиника № 2 (Коломна, ул. Астахова, д. 9) – 8 (496) 615-77-28, 8 (496) 615-79-22
- поликлиника № 3 (Коломна, ул. Фурманова, д. 5) – 8 (496) 613-62-91
- поликлиника № 4 (Коломна, ул. Цементников, д. 26) – 8 (496) 613-92-88
- ГБУЗ МО «Озерская ЦРБ» (Озеры, ул. Ленина, д. 73 «а») – 8 (49670) 2-12-25
- Бояркинская амбулатория (с. Бояркино, ул. Школьная, д. 44) – 8 (49670) 4-22-82
- клуб «Активное долголетие» (Коломна, ул. Пушкина, д. 22) – 8 (496) 612-35-83

ТАКЖЕ ИНФОРМАЦИЮ О ВАКЦИНАЦИИ МОЖНО УТОЧНИТЬ В РЕГИСТРАТУРЕ МЕСТНЫХ ПОЛИКЛИНИК:

- Сергиевская поликлиника – 8 (496) 617-85-12
- Непецинская поликлиника – 8 (496) 617-74-19
- Радужненская поликлиника – 8 (496) 617-04-35
- Песковская поликлиника – 8 (496) 617-42-03
- Федосьинская амбулатория – 8 (496) 617-34-31
- Карасевская врачебная амбулатория – 8 (496) 617-99-36

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Если у вас поднялась температура и есть другие симптомы ОРВИ или вы почувствовали обострение хронических заболеваний, вызовите врача на дом по телефону Единого call-центра 8 (800) 550-50-30 или по телефону регистратуры той поликлиники, к которой вы прикреплены.

- Поликлиника № 1 – 8 (496) 612-10-37, 615-07-05
- Поликлиника № 2 – 8 (496) 615-77-28
- Поликлиника № 3 – врачи ведут прием пациентов в поликлинике № 1
- Поликлиника № 4 – 8 (496) 613-92-88 (взрослая), 8 (496) 613-91-99 (педиатрическое отделение)
- Детская поликлиника № 1 – 8 (496) 613-30-70
- Детская поликлиника № 2 – 8 (496) 618-33-80

- Коломенский перинатальный центр – 8 (496) 619-36-11, 619-36-12

- СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА:**
- Взрослая регистратура – 8 (496) 613-35-70
 - Детская регистратура – 8 (496) 613-35-00

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

- Коломенская ветеринарная станция – 8 (496) 615-71-11, 615-89-07
- Коломенская участковая ветеринарная лечебница – 8 (496) 613-45-50

Реклама МХ429

**ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА
МЕТАЛЛИЧЕСКИХ ДВЕРЕЙ**

Автомобильные навесы Гаражные и откатные ворота Лестницы для домов и дач

Заборы Решетки, ставни Козырьки, навесы

ТК «Легион», 2 эт., оф 19
www.md99.ru 8 (910) 434-19-90, 8 (496) 619-27-43

Реклама

СЕТЬ РЫБНЫХ МАГАЗИНОВ
«ЗОЛОТАЯ РЫБКА»
БОЛЬШОЙ ВЫБОР

**СВЕЖЕМОРОЖЕНАЯ, ОХЛАЖДЕННАЯ,
КОПЧЕНАЯ И СОЛЕНАЯ РЫБА**

Тел. 8 (915) 412-44-99, 8 (925) 206-70-06

Реклама

КолгоТочка **RIORITA**

**БОЛЬШОЙ
ВЫБОР**
тулук, колготок,
нижнего белья,
боди, пижам и
многое другое

**СТУДИЯ
ЗАГАРА**
solyariikolomna

ТК «Афганец», ул. Малышева, д. 17, 1 этаж. Тел. 8 (915) 147-79-03

**ХОТИТЕ ЗНАТЬ
НОВОСТИ?** 16+
ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!

- «Коломна Новости» news_kolomna
- «Новости Коломны»
- Kolomna-News
- «Коломна Новости»

Сириус
СТРОИТЕЛЬНО-РЕМОНТНАЯ КОМПАНИЯ

- СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМОВ «ПОД КЛЮЧ»
- РЕМОНТ И ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА КВАРТИР, ОФИСОВ, КОТТЕДЖЕЙ
- ЭЛЕКТРОМОНТАЖНЫЕ РАБОТЫ
- САНТЕХНИЧЕСКИЕ РАБОТЫ

- Все виды строительных работ
- Укладка тротуарной плитки
- Водоснабжение, отопление, канализация, септики, дренаж
- Газоэлектросварка
- Заборы
- Подбор и доставка материалов
- Вывоз строительного мусора

Sirius-sk.ru

8 (926) 010-22-17, 8 (903) 543-58-05

ВЕТЗООЦЕНТР **МЫ РАБОТАЕМ КРУГЛОСУТОЧНО**

ПРИЕМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ
(СТОМАТОЛОГ, ТРАВМАТОЛОГ, ФЕРРЕТОЛОГ, КАРДИОЛОГ, ДЕРМАТОЛОГ)

Айболит-К

- Ветеринарная клиника
- Стационар для животных
- Ветеринарная лаборатория
- Ветеринарная аптека
- Парикмахерская для домашних животных
- Зоомагазин

Лечение с/х животных
Тел. 8 (925) 123-82-94

г. Коломна, ул. Добролюбова, д. 17 «а», ТК «Фаворит»
Тел.: 8 (496) 623-08-53, 8 (910) 424-80-18

светофор

125⁰⁸ руб.
500 г

179³⁶ руб.
1,16 кг

67⁷⁸ руб.
720 г

200²⁶ руб.
1,1 кг

47⁸¹ руб.
400 г

54⁹⁹ руб.
500 мл

281¹² руб.

103⁶⁶ руб.
500 г

164⁵⁹ руб.
23 см

103⁷⁷ руб.
банка 0,8 кг

32⁷⁹ руб.
130 г

547⁵⁶ руб.

150⁸⁸ руб.
2 кг

На все случаи жизни

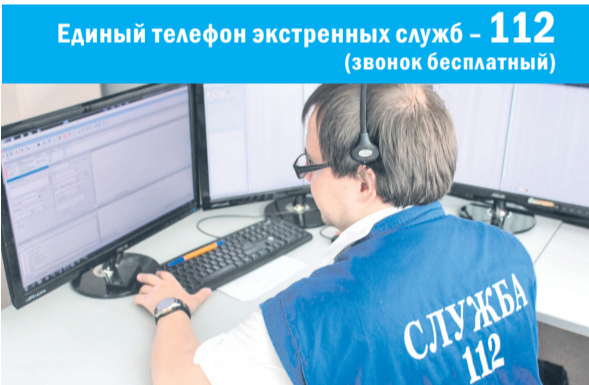
Администрация Городского округа Коломна

Телефон: 8 (496) 612-21-11

E-mail: kolomna@mosreg.ru

ОПЕРАТИВНЫЕ СЛУЖБЫ

Единая диспетчерская служба – 8 (496) 612-87-05 (круглосуточно)



Единый телефон экстренных служб – 112 (звонок бесплатный)

- Дежурная часть Управления МВД по Г. о. Коломна – 8 (496) 618-60-85, 618-66-55
- Дежурная часть ОГИБДД УМВД по Г. о. Коломна – 8 (496) 617-05-45
- Кольчевский отдел полиции – 8 (496) 618-91-11
- Щуровский отдел полиции – 8 (496) 615-22-12
- Сергиевский отдел полиции – 8 (496) 617-65-02
- Коломенская городская прокуратура – 8 (496) 612-56-14, 612-55-67
- Центр по предупреждению и ликвидации ЧС Г. о. Коломна – 8 (496) 612-87-05, 612-84-51
- Телефон доверия ГУ МВД России по Московской области – 8 (495) 692-91-02

ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНОЕ ХОЗЯЙСТВО

- Филиал АО «Мособлгаз» «Коломнамежрайгаз» – 8 (496) 615-54-47, 615-54-33, 8 (800) 200-24-09
- МУП «Тепло Коломны» – 8 (496) 612-57-92
- Департамент городского хозяйства – 8 (496) 613-20-92
- Коломенский отдел Госжилинспекции – 8 (496) 618-59-62, 8 (916) 641-62-74
- «Госжилинспекция» МО – 8 (498) 602-84-32
- Контактный центр МосОблЕИРЦ – 8 (496) 245-15-99, 8 (499) 444-01-00:
 - передать показания приборов учета;
 - проконсультироваться по вопросам начислений за ЖКУ и работы в личном кабинете клиента;
 - заказать поверку/замену приборов учета и другие платные услуги;
 - получить справочную информацию.
- Контактный центр Каширского регоператора – 8 (499) 444-01-73 (доб. 4351), 8 (909) 934-11-75

СОЦИАЛЬНЫЕ, НАДЗОРНЫЕ СЛУЖБЫ

- Коломенское управление социальной защиты населения – 8 (496) 614-44-55, 613-20-62
- Клиентская служба Пенсионного фонда в Коломне – 8 (496) 615-54-54, 618-68-43, 618-56-32
- Межрайонная ИФНС России № 7 (налоговая инспекция) – 8 (496) 614-49-65, 8 (800) 222-22-22
- Коломенский отдел Управления федеральной миграционной службы России по МО – 8 (496) 618-64-21
- Коломенский МФЦ – 8 (800) 550-50-30 (доб. 352257), 8 (496) 623-02-82
- Коломенский территориальный отдел управления Роспотребнадзора – 8 (496) 612-81-58
- Коломенский центр занятости – 8 (496) 614-47-05
- Коломенский ЗАГС – 8 (496) 612-40-15
- Военный комиссариат МО по городам Коломна и Озеры – 8 (496) 612-53-27

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

В детсадах и школах справку от врача не потребуют



Справка от врача для детей, возвращающихся в детское образовательное учреждение после каникул или отпуска родителей, в этом году не потребуются. В детских садах и школах медицинский осмотр детей после длительного перерыва в посещениях будут проводить медицинские работники детских образовательных учреждений. «Оценить состояние здоровья ребенка и допустить его до посещения образовательного учреждения могут медицинские работники детских садов



и школ. Это позволит сократить сроки ожидания приема врача-педиатра в детских поликлиниках для тех детей, которые нуждаются в медицинской помощи», – прокомментировала заместитель главного врача Коломенской больницы по детству Мария Малахова-Капанадзе. Если ребенок пропускал детский сад или школу по болезни, справка из медучреждения по-прежнему необходима.

ЖДЕМ ВАС ЗА ПОКУПКАМИ!

- г. Коломна, ул. III Интернационала, д. 7/1
- с. Амерево, Новорязанское шоссе, д. 1 «а», стр. 1
- пос. Радужный, Песковское шоссе, д. 1 «б»
- г. Коломна, бульвар 800-летия Коломны, д. 14
- г. Озеры, пер. Советский, д. 3 «а»
- Г. о. Коломна, Озерское шоссе, д. 37 «а»

Почему Спас называют Медовым?

14 августа каждый год отмечается самый сладкий праздник – Медовый Спас. Считается, что именно к этому времени мед в ульях полностью созревает. Пасечники собирали его и приносили, чтобы освятить. «ЯТЬ» расскажет все самое интересное об истории праздника и его традициях.

Медовый или Мокрый?

Ежегодно в последний месяц лета православные люди отмечают три праздника, посвященных Спасителю: Медовый Спас, Яблочный Спас и Хлебный, или Ореховый Спас. Нужно отметить, что все эти три названия существуют только среди мирян, в церковном календаре таких названий нет.

Самым первым 14 августа празднуют Медовый Спас. В этот же день начинается Успенский пост, в церковном православном календаре на 14 августа выпадает праздник Изнесения Честных Древ Животворящего Креста Господня. Согласно легенде, в древние времена в городе Константинополе (ныне Стамбул) разразилась страшная эпидемия. Ни врачи, ни знахари не знали, как ее победить. Тогда местные

священники вынесли из храма святой Софии частичку креста, на котором распяли Иисуса Христа, и освятили ею местные водоемы. Говорят, что после этого болезнь исчезла и больше никогда не возвращалась, а у людей возник культ воды. Медовый Спас называют еще Мокрым Спасом, или Спасом на воде.

Считалось, что в день Медового Спаса пасечники должны обязательно собрать весь мед, иначе его унесут пчелы с других пасек. Пчеловоды всегда выбирали улей с самым богатым урожаем, вынимали из него соты и несли их в церковь на освящение. Медом было принято делиться с нищими, поздравлявшими пчеловодов, а также с ребятами, которые в этот день приходили на пасеки.

Готовят шулики

Медовый Спас совпадает с началом Успенского поста, который длится с 14 по 27 августа, а потому есть определенные правила питания: мясо, жирная еда и алкоголь исключены. В меню часто входит постное печенье – шулики, которые сверху поливают медом. В Медовый Спас принято собирать не только мед, но и мак. Готовили из продукта праздничные угоще-

ния, а также делали обереги от порчи и сглаза.

В день Медового Спаса всей семьей ходили купаться в ближайший водоем, чтобы избавиться от грехов и болезней. Вечером все собирались за большим столом, начинали ужин с ложки меда, загадывая желание, которое, как считали наши предки, обязательно должно было сбыться.



Пять главных полезных свойств меда

1 ОКАЗЫВАЕТ ТОНИЗИРУЮЩИЙ ЭФФЕКТ. Старинные русские напитки – сбитень и медовуха – издревле готовили на основе меда. Такие напитки придавали сил и возвращали энергию. Все потому, что мед укрепляет организм и помогает ему восстановиться после нагрузок.

2 ПОМОГАЕТ В БОРЬБЕ С ПРОСТУДОЙ. Мед повышает иммунитет. Всем знакомый чай с медом и лимоном во время болезни оказывает благотворное воздействие на организм: смягчает боль в горле, согревает и способствует крепкому сну. Только не растворяйте мед в кипятке – так он теряет большую часть своих полезных свойств.

3 УЛУЧШАЕТ ПАМЯТЬ. Мед насыщен аминокислотами, воздействие которых улучшает деятельность головного мозга.

4 УЛУЧШАЕТ СОСТОЯНИЕ КОЖИ. Мед полезен не только как пищевая добавка, даже нанесение его на тело имеет видимый эффект. Такие процедуры можно делать и дома – добавьте в мед пару капель оливкового масла, и уже после нескольких применений вы увидите результат.

5 ПОМОГАЕТ ПОХУДЕТЬ. Попробуйте добавлять в напитки и десерты мед вместо сахара – через какое-то время вы увидите, что ваш вес меняется в меньшую сторону. Мед, хотя он сладкий и калорийный, не только является более натуральной и здоровой альтернативой сахару, но и отлично расщепляет жиры.

Медовая коврижка

- 2 стакана муки,
- 8 столовых ложек сахара,
- 200 г меда,
- 1 куриное яйцо,
- 1 чайная ложка корицы,
- щепотка соды,
- гвоздика по вкусу

На небольшую сковороду нужно высыпать 2 ложки сахара. Как только он начнет карамелизоваться, добавьте в него 2 столовые ложки воды. Жидкость доведите до кипения, затем влейте в нее мед. Помешивая, доведите полученную массу до однородного состояния.

В отдельной миске смешайте яйцо и медово-сахарную смесь со сковородки. Добавьте оставшийся сахар, корицу, гвоздику и соду. Все перемешайте, затем добавьте муку и снова перемешайте. Полученное тесто должно быть однородным.

Противень смажьте маслом и посыпьте мукой. Выложите в него тесто и поставьте в духовку на 20 минут при температуре 180°C.

Готовая коврижка станет отличным десертом к чаю.

Жидкий или густой? Как не нарваться на подделку

Где бы вы ни покупали лакомство, следуйте нескольким простым правилам, чтобы не отдать деньги за подделку.

■ **Обратите внимание на консистенцию.** Жидким мед может быть только в течение месяца после сбора, период которого – с июля по сентябрь. Потом мед загустевает и кристаллизуется, поэтому если в середине зимы вам предлагают жидкий мед, высока вероятность того, что он разбавлен сиропом или разогрет для придания нужной текстуры.

■ **Выбирая жидкий мед, зачерпните его ложкой** и посмотрите, как он будет себя вести. Настоящий мед будет стекать густой тонкой нитью, образуя внизу горку, которая лишь через какое-то время сольется с основной массой. А вот если мед стекает отдельными каплями и сразу распределяется внутри банки, значит, он разбавлен.

■ **Понюхайте мед** – у него есть своеобразный запах. Если аромата нет, значит, скорее все-

го, вам предлагают подделку – сиропы, как правило, не пахнут.

■ Не пугайтесь, если видите, что **на поверхности меда образовался узкий светлый слой** – это фруктоза, все в порядке. Но если этот слой шире 5 мм или в банке появилось больше двух слоев, значит, в меде есть посторонние примеси.

■ Покупая фасованный мед в магазине, **обратите внимание на упаковку.** Если на этикетке есть пометка ГОСТ, значит, мед натуральный, без примесей.

■ Купив мед, **вы можете провести дома ряд тестов**, чтобы оценить его натуральность. Например, капнув мед на бумагу, вы не должны увидеть расплывающееся мокрое пятно. Если оно есть, то мед чем-то разбавлен. Если вы опустите в мед сухарик, а он размокнет, значит, мед не очень хорошего качества – в настоящем меде сухарик останется черствым. На мед можно капнуть йодом – если он не посинеет, значит, продукт не содержит посторонних примесей.



Само слово «Спас» могло произойти от «спасаться», равноценного слову «запасаться». Это означало сбор на зиму меда, яблок и орехов в дни Медового, Яблочного и Орехового Спаса соответственно. Другая версия происхождения названия – от имени Иисуса Христа Спасителя. А третья – от слова «спасы», древние славяне так называли первые две недели августа.

Витамины впрок

Август – пора заготовок. Нужно не просто сохранить урожай, а сделать это так, чтобы переработанные продукты сохранили максимум пользы. Для этого стоит пользоваться определенными способами и знать рецепты правильного питания.

✓ Сушка

Сушить можно что угодно – от зелени до ягод. Особенно удобно делать это с помощью современных специальных сушилок. Подсушенные плоды сохраняют полезные вещества, не вызывают трудностей с хранением: их можно раскладывать в пакеты из ткани и отправлять в затемненные прохладные помещения. Вяленые овощи заготавливают по тому же принципу, но не досушивают до конца. Такой способ популярен в средиземноморской кухне. Витамины, минералы и клетчатка доходят до нас в составе вяленых овощей практически в том же виде и количестве, что и в свежих.



Домашние приправы из сухих овощей: просто и диетично. В приправах калорий мало, а вот пользы много – это и разные вещества в составе, которые ускоряют метаболизм, и возможность сделать пресные блюда яркими и аппетитными.

Рецепт ПРИПРАВЫ ИЗ СУХИХ ОВОЩЕЙ на зиму

■ **Ингредиенты:** для 1 порции в сушилку (80 г готовой сухой смеси): морковь – 1 шт., молоденький кабачок или цукини – 1-2 шт., лук репчатый – 2 шт., петрушка и укроп – 150 г, сладкий перец – 300 г.

■ Приготовление

Все порезать тонкими кружочками или соломкой, выложить на поддон в один слой. Сушить до ломкого состояния. При температуре 50-60°C на это уйдет семь-восемь часов. Измельчить в блендере до мелкой крошки. Получившуюся душистую витаминную приправу перекладываем в сухую и чистую стеклянную банку и храним, плотно закрыв крышкой.



ВЯЛЕННЫЕ ПОМИДОРЫ в электросушилке или духовках – это просто и вкусно

Калорийность заготовки без масла – 147 ккал, в масле – 286 ккал.

■ **Ингредиенты:** помидоры – 3,5-4 кг, соль морская крупная – 1,5 ст. л., чеснок – 3-4 зубчика, розмарин сушеный – 1 ст. л., прованские травы – 1 ст. л., оливковое масло для заливки.

■ Приготовление

Используйте спелые овощи с плотной структурой. Отлично подходят помидоры сорта Сливка, Де Барао. Плоды переберите, хорошо промойте и обсушите. Разрежьте на две части, вырезав зеленый стержень и выскоблив жидкость с семенами. Выложите на поддоны в один слой

срезом вверх. Вялить нужно 12 – 16 часов. Главное – поймать нужную кондицию: готовые помидоры при нажатии не выделяют сок и не ломаются. На дно стерилизованных банок добавьте немного соли, нарезанный чеснок и специи, влейте чуть-чуть масла и выложите слой помидоров. Опять приправьте специями, солью, чесноком, добавьте масла. Чередуйте помидоры со специями до самого верха. Залейте маслом. Накройте стерильными крышками и отправьте в холодильник на длительное хранение. Уже через неделю-две можно доставать и угощаться. Вяленые помидоры можно добавлять в салаты, вторые блюда, делать с ними горячие и холодные бутерброды.

✓ Заморозка – самый лучший способ

При этом способе консервирования плодов и овощей практически неизменными сохраняются все витамины, вкус, окраска, аромат, химический состав. К тому же это весьма практичный способ заготовки и хранения. Заморозив продукты, ими можно пользоваться 10 – 12 месяцев.

Можно замораживать зеленую или ледяных кубиках, в таком виде и добавлять в готовое блюдо. Замораживать можно и готовые полуфабрикаты, например, овощные миксы для супов или уже измельченную кабачковую массу для оладий.

Есть предубеждение, что овощи, фрукты и ягоды с большим содержанием влаги не стоит подвергать заморозке, потому что они теряют свои свойства, становятся водянистыми и невкусными. Поэтому заморозка винограда не популярна, а зря: при этом сохраняются все микро- и макроэлементы, а также витамин С.

ЗАМОРОЗКА ВИНОГРАДА ГРОЗДЬЯМИ

Такой виноград отлично подойдет в качестве начинки для различной домашней выпечки и десертов. Отберите спелые грозди винограда, лучше темного. Промойте в проточной воде и выложите на бумажное полотенце подсохнуть. На винограде не должно быть лишней влаги, так как она превратится в лед. После этого грозди выложите на поднос так, чтобы они не касались друг друга, и отправьте их в морозильную камеру на 24 часа. Спустя сутки извлеките виноград из морозилки и переложите в специальный полиэтиленовый пакет, предназначенный для хранения замороженных пищевых

продуктов. Варить из такого винограда компот можно, не размораживая его предварительно, достаточно просто опустить грозди в кипящую воду.

Можно заморозить виноград отдельными ягодами, стоит их лишь разделить на подносе при заморозке, а через 24 часа собрать в отдельный пакет.

Морожеными ягодами винограда можно заменить кубики льда в напитках или же есть их вместо обычного мороженого. Можно смело добавлять в соусы, гарнир к блюдам из птицы, салаты, каши, творог и даже выпечку.



✓ Консервирование

Несомненное достоинство этого метода в том, что можно заготовить полноценные блюда. Компот, открыв банку, сразу можно пить, а салат ставить на стол. Такая приправа, как сырая аджика, отлично дополнит любые мясные, рыбные и овощные блюда. **Сырые овощи и травы, пряности, специи – все это полезно, низкокалорийно и очень вкусно.**

СЫРАЯ АДЖИКА ИЗ ПОМИДОРОВ И ЧЕСНОКА

■ **Ингредиенты:** помидоры – 1 кг, сладкий перец (красный, крупный) – 2 шт., острый перец – 1 шт., чеснок – 1 зубчик, соль по вкусу.

■ Приготовление

Перец и помидоры измельчите при помощи блендера. К почти готовой аджике добавьте соль и пропущенный через пресс чеснок. Все тщательно перемешайте. Готовую аджику разложите в простерилизованные банки. Храните в холодильнике.



Елена ЛИФАНТЬЕВА

Приятного аппетита!

РЕМОНТ СТРОИТЕЛЬСТ

Реклама MX253

УГОЛЬ ДРОВА

Торфяные брикеты, евродрова, опилки, стружка.
Документы для соцзащиты.
Тел. 8 (915) 117-117-5

Реклама MX258

ЗАБОРЫ ОТКАТНЫЕ ВОРОТА

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

8 (906) 045-38-45

Реклама MX415

СТУДИЯ КРАСОК

ВАДИМА ШАТОХИНА

8 (926) 823-23-30
shatokhin_vadim@mail.ru
studiokrasok_stroyland

КРАСКИ • ЛАКИ
ЖИДКИЕ ОБОИ
КОМПЬЮТЕРНАЯ КОЛЕРОВКА
3D-ПАНЕЛИ • 3D-ФОТООБОИ

г. Коломна, ул. Октябрьская, д. 88 «а», ТЦ «Стройлэнд», 1 этаж, пав. № 21, центральный корпус, направо

Реклама MX437

МЯГКИЕ ОКНА ДВЕРИ

РОЛЬСТАВНИ
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ ОКНА ПВХ
БАЛКОНЫ И ЛОДЖИИ

от 600 руб./кв. м

На все РУЛОННЫЕ ШТОРЫ и ЖАЛЮЗИИ скидка до 30% до конца сентября

ул. III Интернационала, д. 8, офис 7

КОНДИЦИОНЕРЫ
От ведущих производителей (монтаж, гарантия, обслуживание, есть в наличии)

8 (916) 812-48-95 • 8 (926) 188-72-62 • 8 (496) 618-60-21

Строительные и отделочные работы

ВЫПОЛНИМ РЕМОНТ КОМНАТ, КВАРТИР, ДОМОВ

Плитка, гипсокартон, выравнивание стен, полов, укладка ламината, обои, шпаклевка. Сухие полы (ГВЛ). Вся электрика и сантехника.
Тел. 8 (985) 397-13-35

Реклама MX249

ЭЛЕКТРИК

выполнит замену розеток, выключателей, автоматов, светильников и т. д. Замена электросчетчиков. Качественно, с гарантией. Скидка на материал – 10%.
Тел. 8 (929) 904-45-63

Реклама MX249

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА ВЫПОЛНИТ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

САЙДИНГ, ХОЗБЛОКИ, БАНИ, КРЫШИ, ПОЛЫ, ПОТОЛКИ, ОТМОСТКИ, ВЕРАНДЫ, БЕСЕДКИ, ЗАБОРЫ, ПЕЧИ, ФУНДАМЕНТ, ПОДДОМКРАЧИВАНИЕ ДОМОВ. Скидки 20% для пенсионеров. Выезд и замер бесплатно.
Тел.: 8 (965) 185-18-22, Юрий, 8 (967) 116-53-32, Петр

Реклама MX434

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА ВЫПОЛНИТ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ:

- строительство дома «под ключ»;
- заливка фундамента, стяжка, отмостки вокруг дома, поднятие стен;
- кровельные работы;
- монтаж, демонтаж заборов;
- ручная копка траншей;
- услуги сантехника

Тел. 8 (977) 597-72-68

Реклама MX408

СТРОИТЕЛЬСТВО ВСЕ ВИДЫ РАБОТ ИЗ НАШЕГО МАТЕРИАЛА

Кровельные работы, сайдинг, отмостка, дома «под ключ», заборы, фундаменты, хозблок, террасы, души, бани, внутренняя отделка.
Скидка пенсионерам!
8 (960) 125-85-19

Реклама MX291

Услуги

ВСПАШКА ЗЕМЛИ МОТОБЛОКОМ, ВЫКАШИВАНИЕ ТРАВЫ, СПИЛ ДЕРЕВЬЕВ, КРОНИРОВАНИЕ МЕТОДОМ АЛЬПИНИЗМА

Тел. 8 (985) 128-10-02

Реклама MX410

УСЛУГИ

Окажу квалифицированный уход за пациентами по назначению врача: в/м, в/в инъекции, капельницы, перевязки. Сиделка. Няня для детей на неполный рабочий день и в выходные дни.
Тел. 8 (916) 405-49-66, Анастасия.

Реклама MX438

КУПЛЮ

радиоэлектронное оборудование, приборы, радиодетали. Любые монеты и бумажные деньги СССР, юбилейные, иностранные. Значки.
8 (985) 116-49-30

Реклама MX433

БУРЕНИЕ

8 (916) 284-49-42 • 8 (920) 982-54-43

ВОДОСНАБЖЕНИЕ

Колычевский стройдвор, пав. 14Ж burenie-kolomna.ru

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Если вы хотите подать частное объявление в газету «Ять», вам надо купить газету, заполнить в ней данный купон и принести либо прислать его в редакцию по адресу: г. Коломна, ул. Фрунзе, д. 46, здание Сбербанка, 3 этаж, оф. 273 или на e-mail editor@gazetayat.ru. Объявления будут выходить в четырех номерах. Объявления об оказании услуг являются коммерческими.

КУПОН ЧАСТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ

Контактная информация (ФИО, телефон)

Рубрика

Текст объявления

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

● ПРОДАМ ●

Банки для заготовок - 2 л, 3 л и др., более 50 банок, раскладушку - 100 руб., стул офисный - 100 руб., сундук деревянный 50-60-х годов, стулья для дачи, тазы, баки оцинкованные, зеркала, стекла, полки навесные и напольные. Тел. 8 (916) 092-62-98.

Кресло-коляску для инвалидов с ручным приводом «Старт», новую, ТУ 9451-001-91042211-2011. Тел. 8 (915) 353-89-87.

Гараж металлический, разборный, на болтах, самовывоз. Тел. 8 (903) 978-20-53.

Планшет 7 дюймов, хор. сост., б/у мало, Android 4, sim, Интернет. Тел. 8 (968) 547-76-38.

Ноутбук, хор. сост. Цена 6000 руб. Тел. 8 (925) 793-05-10.

Электросушитель для овощей и фруктов, новый. Цена 2000 руб. Тел. 8 (916) 337-34-85.

Машинку для стрижки волос Remington, 1-42 мм, новую, работает и от сети, и от аккумулятора. Цена 900 руб. Тел. 8 (985) 165-51-53.

Реклама MX434

КУПЛЮ СОВЕТСКИЕ ПЛАТЫ, ТРАНЗИСТОРЫ,

конденсаторы КМ, микросхемы, резисторы, потенциометры, осциллографы, частотомеры, вольтметры, измерители, генераторы, термодары, а также любые радиодетали, электродвигатели, автоматы-пускатели, редукторы, КИПовское оборудование, сварочные аппараты.
Тел. 8 (909) 984-83-85, Юрий

Весы бытовые механические с чашей, предел взвешивания — 3 кг. Цена 300 руб. Тел. 8 (985) 165-51-53.

Полушубок женский, норка, б/у, р-р 52-54. Цена 10 000 руб. Тел. 8 (967) 134-11-98.

Холодильник Bosch, А+, выс. 1,98 м. Тел. 8 (967) 134-11-98.

Холодильник «Ока». Цена 4000 руб. Тел. 8 (915) 301-75-65.

Детскую коляску-трость, раскладушку, гамак, надувной матрас, фаркоп, детский самокат, кольца на крышу свадебной машины, компрессор для аквариума, мойку из нержавеющей стали, массажер электрический, доводчик двери, костыли подплечные деревянные, перфоратор 600 Вт. Тел. 8 (915) 301-75-65.

Велосипед простой, без скоростей, с багажной корзиной у руля, велосипед-коляску (дешево), детскую коляску LIFE, летнюю, легкую, багажник на крышу авто, 4-местную палатку. Тел. 8 (915) 301-75-65.

Гараж металлический разборный, на болтах, самовывоз. Тел. 8 (903) 978-20-53.

Козлят, медогонку, д. Гришино. Тел. 8 (496) 617-94-16.

Деревенское козьё молоко

Реклама MX434

КУПЛЮ СОВЕТСКИЕ ПЛАТЫ, ТРАНЗИСТОРЫ,

конденсаторы КМ, микросхемы, резисторы, потенциометры, осциллографы, частотомеры, вольтметры, измерители, генераторы, термодары, а также любые радиодетали, электродвигатели, автоматы-пускатели, редукторы, КИПовское оборудование, сварочные аппараты.
Тел. 8 (909) 984-83-85, Юрий

Советские платы, транзисторы,

конденсаторы КМ, микросхемы, резисторы, потенциометры, осциллографы, частотомеры, вольтметры, измерители, генераторы, термодары, а также любые радиодетали, электродвигатели, автоматы-пускатели, редукторы, КИПовское оборудование, сварочные аппараты. Тел. 8 (909) 984-83-85, Юрий

НЕДВИЖИМОСТЬ

● ПРОДАМ ●

Комнату, ул. Шилова, 9/9, 12 кв. м, хор. сост. Цена 800 000 руб. Тел. 8 (926) 813-80-21.

1-комн. кв., Москва, ЖК «Томилино», новострой. Цена 4 200 000 руб. Тел. 8 (926) 611-80-58.

2-комн. кв., 1-й Юбилейный пр-д, о/п 44 кв. м, окна ПВХ, с/у в кафеле, не угловая, без газовой колонки. Цена 2 450 000 руб. Тел. 8 (906) 740-76-78.

2-комн. кв., ул. Девичье Поле, 3/9, о/п 52 кв. м, кухня 9 кв. м, комнаты изолированы, с/у раздельный, отл. сост. Цена 4 580 000 руб. Тел. 8 (963) 755-47-35.

2-комн. кв., пр-т Кирова, д. 82, о/п 65 кв. м, кухня 13 кв. м, две лоджии, дизайнерский ремонт. Цена 6 250 000 руб. Тел. 8 (926) 813-80-21

КУПЛЮ

без специфического вкуса и запаха, цена за 1 л 100 руб. Яйца домашние куриные, цена за 1 десяток 100 руб. Адрес: Коломенский г. о., с. Троицкие Озерки. Тел. 8 (917) 534-00-74, Татьяна.

Книги, журналы, открытки до 1950 года. Тел. 8 (915) 324-11-34.

Сапоги новые хромовые, яловые, кирзовые. Тел. 8 (926) 653-12-99.

Любую мототехнику (мотоциклы, мопеды, скутеры). Тел. 8 (916) 565-05-46.

Радиоэлектронное оборудование, приборы, радиодетали. Любые монеты и бумажные деньги СССР, юбилейные, иностранные. Значки. 8 (985) 116-49-30

«Ять Плюс» 16+
Газета перерегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №ТУ50-02378 от 12 июля 2016 г.
Подписной индекс 55083

Учредитель – Е.Б. Гомзина.
Главный редактор – Е.Б. Гомзина.
Корректор – Т. Белова.
Издатель – ООО «МЕДИАХОЛДИНГ «ЯТЬ».
ИНН 5022051150

Адрес редакции и издателя: 140410, г. Коломна, ул. Фрунзе, д. 46, офис 273, 3 этаж.
Телефон: 8 (496) 612-40-09.
E-mail: info@gazetayat.ru
Электронная версия – www.kolomna-spravka.ru

Перепечатка и использование материалов «Ять», в том числе в электронных СМИ, допускается только с письменного разрешения редакции. Ответственность за содержание объявлений и рекламы несут авторы объявлений и рекламодатели. Редакция оставляет за собой право отказать в приеме объявлений и рекламы по этическим соображениям. Редакция работает с письмами читателей без гарантии их публикации. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Должностные лица, предоставившие издание официальные комментарии, несут за них ответственность. Все товары и услуги, информация о которых размещена в издании, подлежащие обязательной сертификации и лицензированию, должны быть сертифицированы и иметь лицензию. **Материалы с пометкой «На правах рекламы», «Реклама» публикуются на платной основе.**

№ 31 (1479) 11 августа 2021 г.
Номер подписан 10 августа 2021 г.
Цена свободная.

Отпечатано в АО «Красная Звезда» 125284, г. Москва, Хорошевское шоссе, 38
Тел.: (495) 941-28-62, (495) 941-34-72, (495) 941-31-62.
http://www.redstarph.ru
E-mail: kr_zvezda@mail.ru
Заказ 4878-2021.
Тираж – 6500 экз.



ВО УСЛУГИ

Реклама МХ431

«ЭКОСТАЛЬ»
Общество с ограниченной ответственностью

ДЕМОНТАЖ любой сложности

САМОВЫВОЗ грузоперевозки

ВЫВОЗ МУСОРА УСЛУГИ

АВТОКРАНА

Лицензия № 050 114 от 20 ноября 2017 г.

8 (916) 907-19-40 8 (916) 201-35-16 Окский пр-т, д. 110
8 (926) 553-30-07 8 (496) 613-63-93 (территория ЗТС)

Реклама МХ386

ДОМ.RU
агентство недвижимости
(496) 614-37-36
(926) 536-36-41

Мы:

- оформим заявку на ипотеку во всех банках
- подберем подходящий вариант комнаты/квартиры/дома/дачи/земельного участка
- продадим вашу недвижимость по наиболее выгодной цене в кратчайшие сроки
- СРОЧНО ВЫКУПИМ вашу недвижимость

www.megapoi.ru домру-коломна.рф
г. Коломна, ул. Октябрьской Рев., д. 253 (напротив «Макдоналдса»).

Реклама МХ380

ПРИВЕЗУ

- ПЕСОК • ПГС
- ЩЕБЕНЬ
- ЗЕМЛЯ
- НАВОЗ
- ПЕРЕГНОЙ
- АСФАЛЬТОВАЯ КРОШКА

Услуги ЭКСКАВАТОРА-ПОГРУЗЧИКА

8 (916) 772-82-17

Реклама МХ252

ЩЕБЕНЬ ПЕСОК

ОПГС. ПГС. ТОРФ
ЗЕМЛЯ. ЧЕРНОЗЕМ
НАВОЗ. ПЕСКОГРУНТ
ПЕРЕГНОЙ. ОПИЛКИ
ОТСЫПКА ДОРОГ

ЛЮБАЯ ФОРМА ОПЛАТЫ
Тел. 8 (916) 927-44-44

Грузоперевозки

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ
ЩЕБЕНЬ, ПЕСОК,
ПГС, ОПГС,
ЧЕРНОЗЕМ, ТОРФ,
ГРУНТ, НАВОЗ, ОПИЛКИ
ПЕРЕГНОЙ, КЕРАМЗИТ.
ДРОВА, УГОЛЬ
Тел. 8 (916) 080-77-88

Реклама МХ254

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ
ПЕСОК, ЩЕБЕНЬ,
ЗЕМЛЯ, НАВОЗ,
ПЕРЕГНОЙ,
ЧЕРНОЗЕМ И Т. Д.
Тел. 8 (985) 963-61-29,
Александр

Реклама МХ399

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ
 («Газель», «Хендай» –
5 т, 6 м, 42 куба). ГРУЗЧИКИ.
АРЕНДА
АВТОВЫШКИ,
АВТОКРАНА.
СПИЛ ДЕРЕВЬЕВ
РЕМОНТ КРОВЛИ НАПРАВЛЯ-
ЕМОЙ (ГАРАЖИ, ЗДАНИЯ)
Тел.: 8 (915) 255-60-23,
8 (916) 483-32-54, Илья.

Реклама МХ443

Сантехнические работы

САНТЕХНИЧЕСКИЕ РАБОТЫ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
(котлы, АОГВ, водоснабжение, канализация, отопление). Недорого. Котлы, радиаторы, батареи, трубы, насосы и др. на заказ. Доставка – бесплатно.
Тел.: 8 (916) 055-70-17,
8 (906) 062-24-49.
WWW.OOO-RIF.COM

Реклама МХ432

Ремонт

РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
И СТИРАЛЬНЫХ
МАШИН
БЫТОВЫХ И ТОРГОВЫХ,
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ, НА
МЕСТЕ. НИЗКИЕ ЦЕНЫ.
ГАРАНТИЯ.
Тел. 8 (903) 744-70-55

Реклама МХ271

РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
НА ДОМУ, С ГАРАНТИЕЙ. НЕДОРОГО.
СТАЖ – 25 ЛЕТ. БЕЗ ВЫХОДНЫХ.
Тел.: 8 (496) 617-69-31, 8 (916) 197-60-06,
8 (926) 474-78-45.

Реклама МХ315

ПЕРЕТЯЖКА
МЯГКОЙ
МЕБЕЛИ
ОГРОМНЫЙ ВЫБОР ТКАНЕЙ.
ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА – БЕС-
ПЛАТНО.
Тел. 8 (925) 196-33-30

Реклама МХ395

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
МИКРОВОЛНОВЫХ
ПЕЧЕЙ.
Стиральные машины б/у
с гарантией. Запчасти для
бытовой техники в нали-
чии и на заказ.
Тел. 8 (964) 594-41-25

Реклама МХ402

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ
МАШИН
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
ТЕЛЕВИЗОРОВ
kolomna-service.ru
Тел. 8 (968) 641-94-76

Реклама МХ435

ЦЕНА РАЗМЕЩЕНИЯ
ОБЪЯВЛЕНИЯ –
1200 руб.
на 4 номера
8 (985) 342-98-55

СУДОКУ

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

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

2-комн. кв., Непецино, 3/5, бал-
кон, с/у совм., рядом школа и
садик. Цена 1 399 000 руб. Тел.
8 (906) 740-76-78.

3-комн. кв., Голутвин, ул. Ок-
тябрьской Революции, д. 372,
7/15, о/п 75 кв. м, кухня 11 кв.
м, кирпич, лоджия 6 м, с/у раз-
дельный, комнаты изолированы.
Тел. 8 (906) 740-76-78.

3-комн. кв., ул. Спирина, д.
6, о/п 63 кв. м, кухня 7 кв. м,
окна ПВХ, свежий ремонт, с/у
раздельный, лоджия. Цена
4 450 000 руб. Тел. 8 (906) 740-
76-78.

3-комн. кв., ул. Пионерская, д.
35, 7/9, с/у раздельный, бал-
кон и лоджия, хор. сост. Цена
5 000 000 руб. Тел. 8 (967) 091-
42-60.

3-комн. кв., пр-т Кирова, д. 18,
5/5, все комнаты изолирован-
ные, кухня 6 кв. м, окна ПВХ,
трубы и проводка заменены,
балкон застеклен. Окна на две
стороны (улица и двор). Цена
4 000 000 руб. Тел. 8 (925) 804-
46-80.

3-комн. кв., ул. Гражданская,
кирпич., с/узел раздельный,
потолки 3 м, свое подвальное
помещение 13 кв. м со входом
из подъезда. Цена 4 350 000
руб. Тел. 8 (926) 536-36-33.

Часть дома, ул. Чапаева, о/п 76
кв. м, земельный участок 3 сот-
ки, все коммуникации, гараж,

сарай, погреб. Подходит под
маткапитал. Цена 4 600 000 руб.
Тел. 8 (967) 091-42-79.

1/2 дома в п. Пески, 50 кв. м,
земельный участок 4 сотки, все
коммуникации. Цена 1 399 000
руб. Тел. 8 (925) 804-46-80.

Дом, ул. Добролюбова, о/п 71 кв
м, земельный участок 11 соток,
все коммуникации центральные.
Цена 8 500 000 руб. Тел. 8 (916)
449-11-26.

Дом, СНТ «Ледово», о/п 100 кв.
м, земельный участок 10 соток,
правильной формы, огорожен,
брус, свет, вода – скважина, от-
личный подъезд. Цена 2 500 000
руб. Тел. 8 (967) 091-42-79.

Дом, ул. Ямки, о/п 370 кв. м,
земельный участок 17 соток, все
центральные коммуникации.
Тел. 8 (906) 740-78-44.

Дом, Коломна, рядом с крем-
лем, о/п 112 кв. м, два входа,
две кухни, два с/у, все коммуни-
кации центральные, земельный
участок 13 соток в собствен-
ности, гараж, летний домик.
Цена 6 800 000 руб. Тел. 8 (926)
536-36-33.

Дачу, СНТ «Осинка», кирпич.,
земельный участок 8 соток,
свет, вода – скважина, теплица,
круглогодичный подъезд. Цена
990 000 руб. Тел. 8 (926) 611-
80-58.

Земельный участок 6 соток, с/х

«Коломенский», свет, отсыпной
подъезд, соседи активно за-
страиваются. Цена 400 000 руб.
Тел. 8 (926) 611-80-58.

Земельный участок 15 соток
под ИЖС, д. Бакунино, газ,
электричество, водопровод, Ин-
тернет по линии улицы деревни.
Цена 60 000 руб. за одну сотку.
Тел. 8 (910) 409-39-56.

Земельный участок 15 соток, с.
Непецино, ИЖС, свет по грани-
це, подъезд асфальтированный
круглогодичный, газ рядом. Тел.
8 (926) 813-80-21.

Земельный участок 9 соток, с.
Большое Кольчево, под ИЖС,
асфальтированный подъезд,
газификация в 2021 году. Цена
900 000 руб. Тел. 8 (906) 740-
78-44.

Земельный участок 24 сотки,
п. Проводник, ЛПХ, новый от-
сыпанный проезд. Цена 550 000
руб. Тел. 8 (963) 755-47-35.

Ответы на сканворд:

По горизонтали: Остров. Окапи. Абес. Город. Омёт. Бокал. Ана-
конда. Орало. Укус. Кляп. Черепаха. Тигр. Арау. Акварель. Койр. Сыта.
Кордова. Акме. Вода. Гардероб. Тунг. Портсигар. Джакузи. Пульс. Го-
лова. Карандаш. Великан. Коала. Центр. Титикака. Джем. Лава. Мавр.
Гель. Елей. Аарра. Стол. Кена. Вий. Аделаида. Ёлка. Юнга. Макар. Керн.
По вертикали: Роголик. Корж. Идеал. Соня. Вход. Агент. Трап. Рас-
кол. Илька. Рок. Труд. Улитка. Подобие. Огузок. Авеню. Глава. Ива. Ка-
лан. Одурь. Арт. Аноа. Кума. Айва. Перу. Фото. Лайм. Топь. Кабачок.
Боск. Мрак. Поле. Ока. Алебарда. Цикорий. Катер. Ваер. Акт. Халупа.
Сети. Норд. Сак. Карты. Угода. Житие. Белуха. Тина. Алье. Одр. Сауба.
Груша. Милан.

Реклама МХ284

МАГАЗИН «01»

ОГНЕТУШИТЕЛИ
ПОЖАРНАЯ
СИГНАЛИЗАЦИЯ
ОГНЕЗАЩИТА
ВИДЕОНАБЛЮДЕНИЕ
ПЕРЕЗАРЯДКА
ОГНЕТУШИТЕЛЕЙ

Коломна, ул. Гагарина, д. 16
Тел. факс: 8 (496) 610-07-69,
8 (496) 610-00-01

БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ – НА САЙТАХ

KOLOMNA-SPRAVKA.RU
городской новостной портал

KOLOMNA-NEWS.RU

