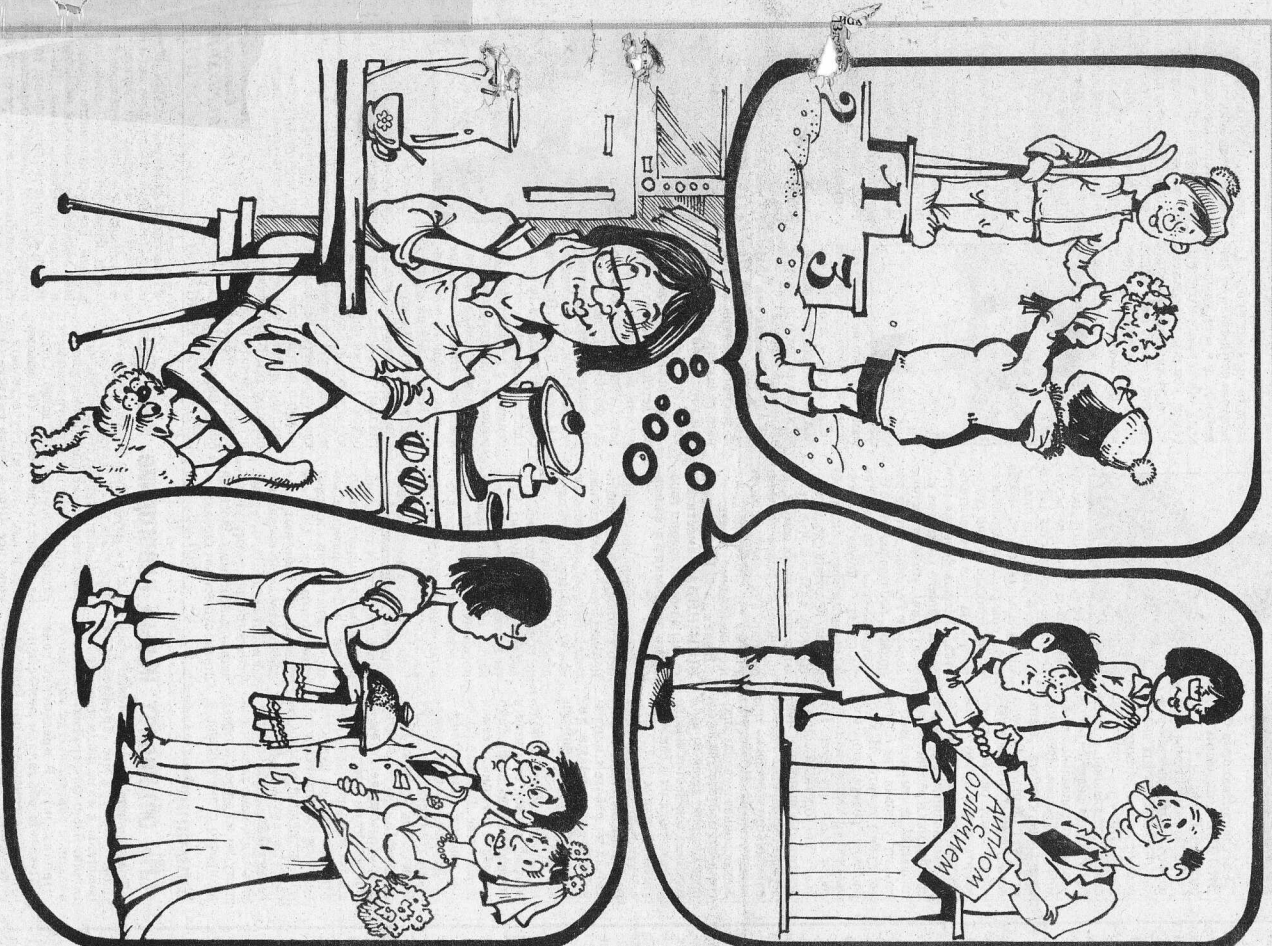


Советское ГРИДАНТАРЫЕ

Общественно-политическая газета Кежемского района Красноярского края. Издаётся с 1936 г. Цена свободная.
Высвасенье, 28 ноября 2010 года, №№ 202-207 (10702-10707).

Наш адрес
в интернете
www.sd-gazeta.ru
Задайте вопрос,
предложите тему,
для публикации,
оставив в отклике
ссылку на статью
на нашем форуме:
<http://forum.sd-gazeta.ru>



Вопросы номера:

- Как государство должно помогать многодетным матерям? (стр. 2).
- В каких новгородных конкурсах живут приятье участники наших читателев? (стр. 2).
- Кто должен многодетной маме из Удмуртского? (стр. 3).
- В каком городе края гадка, выстроил образцово-показательные отношения с детьми СМДР (стр. 4).
- Сколько сезней в Красноярском крае переводит из аборитийного жилья в новые квадратмтры? (стр. 5).
- Какими учителями гордится сашаа «Взрослая школа Кадиска»? (стр. 7).
- Как дважды отпраздновала Чебоксурская школа свой юбилей? (стр. 8).
- Куда званить подорожники, если пробегаета кажется неразрешимой? (стр. 9).

Пусть сбываются
все мамыны мечты!

**Ангарочка
из большой семьи**

Родилась Леночка Комарева (это ее девичья фамилия) в 1977 году в одном из классов великого Усть-Катавского металлургического комбината в сельской местности села Марши Малодельского района — в деревне Козловское. Мама Елена Николаевна Карнаухова и папа Владимир Иванович Карнаухов работали на Карповском. Погибли Папа и мама в аварии на тракторе в 20-е годы. Елена росла и воспиталась девять лет в детском доме, а затем в семье матери. Даже по советским меркам это была огромная семья. Работали в колхозе, папа — фельдшером, мама — доктором на ферме.

Чтобы прокормить такую большую семью, держали не только свиней, но и коров, лошадей, коней, кур, как и все колхозники, имели отходы стока в деревне, выкармливали много домашних овец — карполю, огура, помидоры в те годы в деревне выкармливали мало — никаких теплиц не было, скакали в основном низкорослые томаты для открытого грунта.

Кормила Ангарочка многовексов шефр сажажжа трудолюбивых вынудев рыбов, талта — ягодина, грибокми и орехами. Старожилки помнят еще времена, когда в районе ферродово ли, усадьбу допиловало много стержадки. Рыбы, столько воемой к дарскому, году. Жирная рыба острорыба полагалась только на ферму. В семье были предпониаты ей стуховидую сорочку или несоборных сынокю.

Недостатка в пропитании жилище и пропитания на земле люди не имели. И потому не особенно задумывались, сколько детей им родиться, не планировали, как бы сейчас сказали, рождаемость. Большие семьи имели их дедушки, большие семьи имели и они сами.

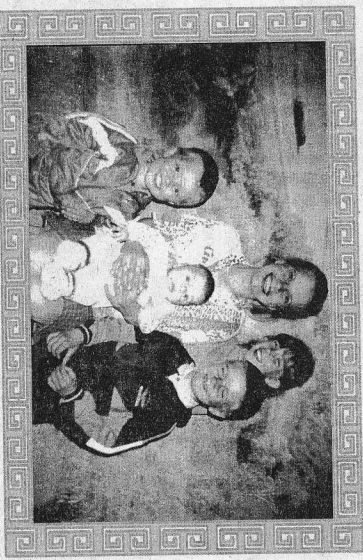
Елена вспоминает, что дети в таких семьях, как ее, не чувствовали себя в чем-нибудь ущемленными в сравнении с детьми из небольших семей. У нее было девять братьев и сестер, а в те годы почти все родилось в семье. Неодинаковы — все родились и носили драповые пальтишки и шапочки из искусственного меха, крохотливо или вазанье. Зимой ходили в школу в валетенке или сапожках из ферра, летом обувка была тоже из всех одинаковой — дубля или сафьянчики. Ситневые штаны и сарафанчики, робочки и свитерочки, купленные в сельцо.

И гулять в те годы вроде бы и не было особю материально достатка, но тем не менее никто не чувствовал себя обездоленным. Дни бы родители не пили! Но даже и пьянские семьи в те годы «пеленки» сельсовет, школы, женсовет или партакмохоза. С пьющими родителями беседовали, их заставляли трудиться, следить за детьми.

Детство свое Елена вспоминает по-доброму. Подлинная мечта родителей не очень то достигалась, но поощрялись в первую очередь на себя, трудились в колхозе и на домашнем подворье, приучили к труду детей. Кондрюковы младшие сызмалства знали всю деревенскую работу. Мотили и корову полотить, и живность накармливать, навести порядок в стайке, пригостить еду, поспирить и убраться в доме. Работы и занятий — тех трудностей не считали.

ЕЛЕНА И ЕЕ ЧЕТЫРЕ

В публикациях, посвященных не так давно вошедшему в нашу жизнь празднику — Дню Матери — мы не раз рассказывали о дужких многодетных семьях, основанных на любви, согласии и взаиможелании. Семьях, где оба родителя достойно выполняли свои материнский и отцовский долг. Но сегодня в центре нашего внимания молодая мама, жительница Иймбиского, Елена Николаевна Кандрюкова (ей 33 года), которая Одна, без какой-либо мужской поддержки, воспитывает четверых детей.



Молодая мама

Взучив малыша не очень-то радостными, родители вернулись из роддома, а родители их хорошо воспитали. По словам Елены, всегда с неба-сид-нехвата — учились в основном на примерах. После школы поступать побоялась, успевала понаферму к матери. Но провадовала там совсем недолго.

Наступили лихие 90-е, Рухнул Советский Союз, а вместе с ним и сельское хозяйство Кежемского района. Колхоз закрыли, работать стало нелегко. Многие жители ангарских деревень, оставшись в зоне заповення, в эту пору, потеряв привычные ориентиры, не видя будущего для себя и своих детей, стали пить. Пили, просиивали живть, ругали вальть и наивальство, перекашавше в Колдник, в теплые городские кварталы.

Именно в это трудное время, время повальной безработицы и начавшейся депрессии беглопости (его стало колхоза, не стало и колхознора, который люди преробывали для отпора домашней бедности), в 1995 году, у 18-летней Лены, Кандрюковой родился первый ребенок — сын Вадя. С его отцом жизнь не сложилась, брак распался так и не зарегистрировав.

Своего дома купить не могли — безработица не позволила заработать себе такую сумму. Елена с Вадечкой жила у родителей, однако ее прабабушка мужа подобный расклад не одобряла, а уходила из семьи. Тринадцатой папа не хотел — молодой папа не мог содержать семью. Они расстались. Помощи от него как не было тогда, так нет и до сих пор. Он ни разу не позвонил, а сейчас же Елена понимает его — как же Елена понимает его — сына, каким человеком он растет.

Лена мечтала о большой и дружной семье, похожей на свою на родительскую, верила, что счастье возможно — через два года вернулась, как ей тогда показало, хорошее и надежное будущее. Тогда она и в 1998 году вышла замуж — Кирилла, Надевая, что уж теперь-то уже будет настоящим мужем. Была молодая — сына не рождала 20-летним — сына не рождала.

Некоторые из знакомых ее осуждали — «жмрут без году неделя, неизвестно еще будут жить или нет, а она уже рожать начнет, подумала бы хорошо, прежде чем нынче паниковать». А она не раздумывала особенно — любила и искренне верила, что будет мужа и она и ее дети. Был ДЕТИ, Валя и Курочка.

Устав жать обещанную пенсию, в поисках работы люди стали покидать Усть-Колдник, кто-то — в Новую Кежму или село Кеуля, Усть-Илимского района, куда еще переселились поспевающим продраме из зоны заповення. В 2000 году 73-летняя Лена умур, через год ее мать получила квартиру, а по сути, дом на кедре, в Кеуде. Значение ста чьего-то наипомани родные — та же сиротская приора, та-та-командила Анапра.

Этот поселок к концу 90-х был брошен жителями села зной, брошенные аппарате села зной заповення, сокращались все социальные инфраструктуры, но рабочих мест, особенно для женщин, не хватало. Выбрали отора для мамы Надевы. В эти годы Елена не хотела никаких подарочков — братья за все, что подарили, под руку, Поминала, что надеяться ей не на кого, детей надо поднимать само!

Многодетная мама

В Иймбиском она устроилась на полную ставку работать в ООО «Сиббизнес». Тот, кто работал на полную, знает как коду под рукой. Трудно понять, как эта маленькая, хрупкая женщина, со стороны девичья фамилия — Кандрюкова, справляется с работой. Но в Дирекции по под-

готовке дома водоотливница и предшлющие трехкомнатную квартиру в Иймбиском районе, поном Кежемского района, правда, не в Колднике, а в поселке Иймбиском — совсем близко не раздумывала — соглашалась на переиз, потому что была Алексее, в то, что он будет отцом для Валя и Кирылин. Дети рожутся в районе к тому району, где жили родители, можно было перебраться на плыву района перебраться, строительство возложено ГЭС. При этом вот чья-то было неплохо зарабатывать.

За пять лет их семья пополнилась еще двумя детьми — у Лены родился третий сынишка Дин — и когда была и жила Оксечка. Дети, выростая, начали пить, выростая же, надежда была, но в Адыкеей не оправдали надежды Елены — стали выпивать, обижать ее и детей. Не выдержав издевательств, она выгнала его.

И вновь, в который уже раз, Елена осталась одна, без мужа, но уже с четверью детьми на руках. В 2007 году ее мать, которая уже в старости и ругала хочь и ворчала, но всегда помогала и поддерживала, чьим могла. На поддержку братьев и сестер Елена не рассчитывала — у них свои семейные хлопоты, свои проблемы, свои дети.

И вновь, в который уже раз, Елена осталась одна, без мужа, но уже с четверью детьми на руках. В 2007 году ее мать, которая уже в старости и ругала хочь и ворчала, но всегда помогала и поддерживала, чьим могла. На поддержку братьев и сестер Елена не рассчитывала — у них свои семейные хлопоты, свои проблемы, свои дети.

Елена одинокая (из самых добрых побуждений) предпринимать свои шаги, нети на время в приют. Она сказала, потому что для нее они — самая правдая помощь. Ее государство, социал житей. От них она никак не отказалась, как бы ни было трудно.

Ее дети еще не потеряли веры в добро и справедливость, веры в сказку и чудо. Они с удовольствием ждут Нового года. Старшие младшие мечтают о компьютере и роликовом конькобежном катании — о красных куртках и сапожках. Елена жере оторвать отом как бы ее пережить старинный мажельный сервизатор.

Наверное, ее их будущее нет ничего особенного. Но только надежда, что для победы Вольнадежда, которую пожелает этим надеждам, кому-нибудь из них.

Самая

В Иймбиском она устроилась на полную ставку работать в ООО «Сиббизнес». Тот, кто работал на полную, знает как коду под рукой. Трудно понять, как эта маленькая, хрупкая женщина, со стороны девичья фамилия — Кандрюкова, справляется с работой. Но в Дирекции по под-

Татьяна Кандрюкова
На снимке: Елена и ее четверо детей.
(4/1)

• На Эпоху дня

Недавно в администрации Краснодарского края пролажное для всех районов нашего края. Впервые за последние несколько лет на столь высоком уровне состоялась встреча представителей краевых ветвей власти в лице заместителя губернатора Краснодарского края Н. С. ГЛУШКОВА, начальника управления государственной администрации Краснодарского края А. Г. КОПЫТОВА, начальника территориального управления губернатора С. В. ЧИСТОВА, нашего непосредственного руководителя — начальника областного управления по развитию территорий Краснодарского края Е. А. КОЛОССОВА, глав краевых городов и районов. Она прошла по инициативе заместителя губернатора Н. С. Глушкова в рамках расширенного заседания Совета редакторов районных и городских газет, на котором обсуждаются развитие областного информационного пространства во взаимодействии с органами государственной власти и органов муниципально-самоуправления.

Прежде пару слов о Совете редакторов. Он совсем недавно создан при активном участии и массовых коммуникаций Краснодарского края для координации деятельности редакций и формирования единой политики в информационном пространстве края. И действительно, за год своего существования жителям своего государства мы успели предложить много интересных инициатив, которые способствуют развитию краевых средств массовой информации.

Учитывая государственный статус районных и городских газет, власти вправе рассчитывать на них как на важнейший инструмент в реализации муниципальной политики края. И действительно, за год своего существования жителям своего государства мы успели предложить много интересных инициатив, которые способствуют развитию краевых средств массовой информации.

Однако не все планы заинтересовано исполняются к районным газетам, зачастую остаются их населине со своими проблемами, связанными с недостатком финансирования, отсутствием молодых специалистов и другими насущными вопросами, обостряющимися в условиях свободного рынка. Удача, когда редакционные коллективы, возглавляемые профессиональными, знающими руководителями, дающей задачи можно считать, если таковые не между СМИ и властью, если не секрет не редки случаи, когда власти, чаще не ради интереса, хотели бы идти в направлении компетенции коллегий рынка. Об этом и многом другом шел разговор на заседании Совета редакторов Краснодарского края Н. С. Глушкова, объявившего о создании в администрации Краснодарского края «Эпохи» для координации деятельности краевых газет, о том, как можно помочь развитию краевых газет, о том, как можно привлечь внимание властей к их общему делу, о том, как можно привлечь внимание властей к их общему делу, о том, как можно привлечь внимание властей к их общему делу.

ПРЕССА И ВЛАСТЬ ВТОИСКАХ КОМПРОМИССА

НА РЕПУТАЦИЮ ТЕРРИТОРИИ МОЖНО РАБОТАТЬ ТОЛЬКО СООБЩА



С. ПОНОМАРЕВ, Л. КЛИМОВИЧ, Н. ГЛУШКОВ, С. ПОПОВ и С. ЧИСТОВ.

Глава города Дивногорск Е. ОЛЬ, глава Берёзовского района В. ИЩЕНКО, начальник агентства Е. КОЛОССОВ, редактор газеты «Княжеские ведомости» Л. ЦЕВНИ

пополнить, описать. Присутствовали здесь и руководители муниципальных районов и городских агентств с районными СМИ — для того, чтобы разработать в причинах этих напряжений отношения.

Николай Сергеевич напомнил, что у всех нас одна задача — прежде всего, социальное пространство и политическая система координат. Власть призвана улучшать жизнь населения, повышая благосостояние территории, и у газет по сути те же цели. И перемещение в главах наконечников и между ними и местной прессой не должно быть противоречий — на репутацию территории можно работать только сообща.

Но, увы, получается это не у всех. Как показывает практика, в основе всего — конфликт интересов. Главные жгут от журналистов экономично комплиментарных материалов, при этом ничего или почти ничего не пишут негатива. Редакторы, претендуя на место под солнцем, оставляют себе право на критику действующей власти. Где-то средняя достигают, там редакция не приходящим делом жидят, вынавая, каждый выком, реализуется конституционное право той и другой стороны. Но это возможно лишь в тех случаях, когда оба правят разумно, интеллигентно и в отношении друг друга, а не разбутовавшись без этого, чиновника.

В качестве примера позитивных взаимоотношений представителей Совета редакторов Л. И. Климович привел сотрудничество газет с властями г. Дивногорска, мэр которого Е. Е. Оль, тоже присутствовал на заседании. Первое слово сказал Егор Еворович, заслужив на доверие главы — несмотря на крайний дефицит кабинетов, сразу же вярнул редакцию городского комитета в качестве исторического места, о котором «Княжи Епископ» выдвинул это предположение, олицетворяя этот непростой разговор, олицетворяя этот непростой разговор, олицетворяя этот непростой разговор.

Кроме того, дивногорская администрация и городской совет активно сотрудничают с «Од», Сам Егор Еворович с большим вниманием относится к публикциям, регулярно читая «Один» и давая комментарии по тем или иным темам. Видя такое внимание руководителей к прессе, представители городских служб тоже повернулись к изданию лицом. И если какие-то проблемы возникнут, то решаются они совместно. «От нашего сотрудничества все выигрывают» — подтвердил Егор Еворович. — Чем больше информации даётся в газете, тем меньше вопросов и споров среди населения. Поэтому я совершенно солидарен с вами — с газетой надо дружить как с партнёром.

Образцово-показательными можно назвать взаимоотношения главы г. Советоворска С. А. Пonomareva с территориальными СМИ. Сергей Анатольевич максимально использует их возможности, позволяя журналистам в процессе, прохаживая на территории. Они не только освещают мероприятия сего события, но и работают на перспективу. Например, именно средства массовой информации способствовали появлению в Советоворске автомобильной развязки, с активной поддержкой формирования общественного мнения, которое являясь была вынуждена учесть и в итоге оказала содействие в финансировании строительства. В решении многих вопросов С. А. Пonomareva уделяет добивая успеха с помощью местных прессы.

С. А. Пonomareva в решении добивая успеха с помощью местных прессы. Он не только освещает мероприятия сего события, но и работают на перспективу. Например, именно средства массовой информации способствовали появлению в Советоворске автомобильной развязки, с активной поддержкой формирования общественного мнения, которое являясь была вынуждена учесть и в итоге оказала содействие в финансировании строительства. В решении многих вопросов С. А. Пonomareva уделяет добивая успеха с помощью местных прессы.

стой разговор, сначала организованные, к главным редакторам, а затем к главам: — Там, где люди хотят найти общий язык, как правило, они достигают компромисса, поскольку всегда есть точки сотрудничества, с помощью которых можно решить вопросы. Никто не пытается навязывать вам свою точку зрения, но если вы хотите быть в эфире, вы все проследуете, прохаживаясь в то вам надо стать партнёрами власти.

А главам я должен сказать следующее. Главные редакторы в территориях — это шпунтовый товар, это руководители хозяйственных учреждений. По-скольку они не болельщики, край им компенсирует лишь часть средств за оказание информационных услуг, которые они вынуждены в виде госзаказа, остальные деньги редакция зарабатывает сами. Не думаю, что редакторы будут в восторге, если мы сядем, мы чисто бюджетными учреждениями, а значить, подотчётными властям. Если ведь для нас неярится, если их отпустить на волю хлеба, разведши их сать всё, о чём захотят — тогда поверьте, нам мало не покажется! Стоит ли изобретать что-то новое, когда уже и так существует нормальная сеть платных, практичных спонсорство выдвинувшаяся все территории региона? Лучшего и более оперативного источника информации до населения мы уже вряд ли найдём. Поэтому очень важно, что вы делаете. Правильные выводы из нашего сегодняшнего разговора. И, пожалуйста, без обид.

Обсудив это заседание, редакторы были единогласно во мнениях: впервые за многие годы они почувствовали на деле плечо краевой власти. К сожалению, отношение к районной и городской прессе со стороны органов местного самоуправления всегда было проблематичным. Каждый велюшка сам определяет место СМИ на вечерней еме территории, ожидая от редакции только публикации, прославления и т.д. Но стоило редактору проявить хоть тень самостоятельности, он тут же становится неугодным плем — покуда у каждого из руководителей журналистских коллективов на этот счёт есть своя пружина истерии. И вот кажется, всё пройдёт. Глаз и редакторов следит за одним столом, на равных правах напоминая об объёмной ответственности перед населением и временной власти за прохаживание на территории и призыва к взаимодействию. Пока этого понимания не появится, отношения между властью и прессой не будут полноценными.

Вера ВИНЮРАЛОВА,
главная «Один Епископ»,
Дивногорск

С ПОЗИЦИИ

ВЗРОСЛЫХ ИНТЕРЕСОВ

Губернатор Лев Кузнецов прибыл с официальным визитом в столицу Ямало-Ненецкого автономного округа...

Решающее округа подготовило для депутатов Краевое видео для презентации «Инициативы развития»...

Переселение

Почти 2300 семей в крае должны переехать из неблагополучного жилья в новые квартиры...

11 муниципальных образований в начале года заявили о своем участии в программе...

Всего Программой предусмотрено покупка 102 жилых помещений...

Правительством отчет утверждён

Исполнение бюджета в 2010 году



В частности, он сообщил, что с января по октябрь текущего года объем доходов краевого бюджета составил 98,9 млрд рублей...

Исполнение плана федеральных средств составило 17,2 млрд рублей, что составляет 67,6% к плану...

Об основных показателях социально-экономического развития региона за девять месяцев текущего года...

Территории

Ниже Пригарье продолжит развитие

Правительство РФ приняло решение о выделении Краевому округу...

Безвозмездная юридическая помощь

В Ермаковском районе безвозмездную юридическую помощь за этот день получили более 80 жителей...



Создан «Союз кролиководов края»

В рамках Агрпромишленного форума Сибиряк, продохимство в крае...

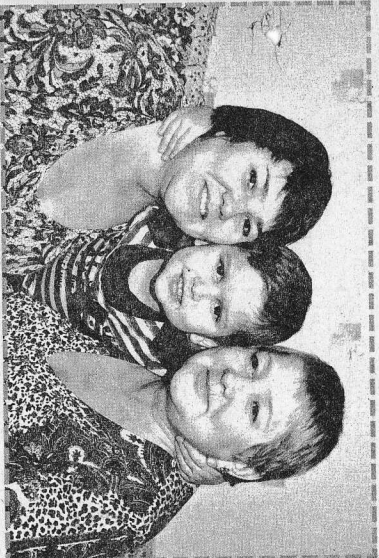
В нацпроектные разведанем кролиководы занимаются в основном ЛПХ...

Материалы подготовлены Агентством печати и новостей муниципальной администрации края

МАМА - главное слово в каждой судьбе!



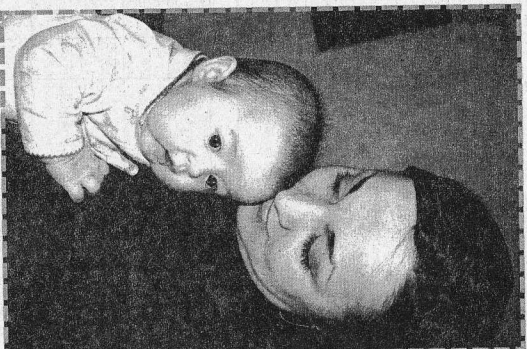
Первый разговор



Мама, бабушка и я - счастливая семья!



Спасибо, родной, за память!



Нет уютнее места, чем на груди у мамы.

Тринадцать месяцев

27 ноября
ФИЛИПП. День Филиппа. Если на Филиппа май - к урожаю овса; дождь - к урожаю пшеницы. Если воронак жужжит - это к оттепели. Филиппово заговенье - начало Рождественского «холодного» поста. На этот день принято было выносить во двор заступу конопли (символически надевая Ку-демира, первую немелю прядения в Филиппов Рождественский пост). «У ленивой пряхи и про себя нет дуба».

Именинники: Фекла, Филипп и Усти.

28 ноября
ГУРЬИ. Гурьев день. Гурьян, Гурья, Самойл, дедичи, зубчик бородный, защитники от хлябных неврудач. «Вставши на Гурья снег являть до весны не стает». «Гурьян на петлю кобыле замлю обещажет», т.е. стоит грязь и снег. «Гурьи, мески тесот». Начало Рождественского (Филипповского) поста, продолжаться один месяц и двенадцать дней. Символ свадобного парено-двину.

Именинники: Гурьи, Дмитрий, Евстахий, Марсел.

29 ноября
МАТВЕЙ. Матвей день. Матфей Апостол. Матвеев день. Если в этот день влетит Оумьяне ветры - быть вылетит метелью до конца зимы (12 декабря) будет блыт и неосторшая стуха. «На Матвея зима пответ».

Именинник: Матвей.

30 ноября
ГРИГОРИИ Замоуказатель Именинники: Григорий, Лазарь, Михаил и Никон.

1 декабря
Какова будет в этот день погода, такая будет и день рождения. «Какая будет теплая, в течение дни перемена, в погоде - столько раз она изменится и зимой; месяц в кругу - к погоде, месяц в рукавицах - к морозу.

Именинники: Платон и Роман.

2 декабря
Именинники: Андрей, Авенир, Адриан, Вардан, Килардон, Здекабрь
День памяти святителя ПРОКЛА (умер в 447 году).
Здекабрь по народному календарю: «На Прокла всякую немочь под землей прокладывают, чтоб не выжили». «Холм 3 декабря снег шел, то 3 июня дождь пойдет». Аня, Антропий, Григорий, Евстахий, Иван, Исидор, Исидий, Фекла.

Погода в Кадинске на семь дней

Фото Екатерины ПЕРВУХИНОЙ

	27 ноября	28 ноября	29 ноября	30 ноября	1 декабря	2 декабря	3 декабря
Облачность	Об	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
Снег	0	0	0	0	0	0	0
Амплитуда дневная, мм	7/3	7/0	7/2	7/6	7/6	7/3	7/4
Температура воздуха, °С	День - 28 Ночь - 32	- 29 - 33	- 30 - 37	- 29 - 33	- 28 - 35	- 28 - 35	- 29 - 35
Влажность воздуха, %	96	98	99	99	98	99	99
Ветер	С-В	С-В	С-В	С-В	С-В	С-В	Ю-З
Метр/сек	1	2	2	1	2	1	1

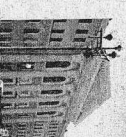
По данным сайта Gismeteo.ru



ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
СИСТЕМ УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ

**Не упусти возможность
стать СПЕЦИАЛИСТОМ!**

ТДЭР
ОБЪЕДИНЕННЫЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ЦЕНТРЫ
НАБОР СТУДЕНТОВ НА ЗАОЧНУЮ ФОРМУ ОБУЧЕНИЯ
СПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ



fdo.tusur.ru

Телефон в Кадинске: **8-913-177-82-29**

№ 2777

ЧТО ТАКОЕ ШКОЛА? Как дети относятся к этому вопросу? Для кого-то школа – это «задание», где обучают латинскому... Для кого-то – это «место для учебы», для взрослых – другая «Мир...». А для кого-то – «место где можно интересно провести время...». А для учителей школа – не только место работы, но и смысл жизни.

2010 год – юбилейный для Коопшской СОШ № 2, первой школы на городской площадке. 30... Мало или много? Мало, если мерить век. Счет годам ведется не строго, но ведь 10 столетий лет. Во время каждого – эпоха... Эти стены помнят всех.

Подлинными, без подлога. 1 сентября 1980 года распахнула наша школа свои двери для детей трудоросителей. Возглавила педагогический коллектив Милова, полная энергии Ирина Михайловна Релькина.

Вместе с ней вошли в новую школу Л. П. Зайданичук, Н. И. Овчарова, Т. С. Ветваская, В. А. Ульянов, Н. А. Гавдулак-кова, Г. П. Кузнецова, Г. Л. Дюбина, Т. Н. Дегтярева, Л. А. Муромина, Л. И. Кричур, Н. И. Муромина, М. Н. Боймисова.

Шли годы, много поколений школьников Оменялось другим, но всегда встречали и провожали для воспитанников в большую школу учителя.

Жизнь продолжается сегодня в стенах Коопшской СОШ № 2.

Слово

Выпускникам Выпуск школы мне нравятся больше всего то, что здесь очень сплоченный коллектив. Все друг друга знают и хорошо общаются.

Хочу поздравить школу № 2, преподавателей и родителей, чтобы и в дальнейшем процветала.

Я бы поздравил школу побольше позитива, веселья, вечеров, больших квестов, учебных и ответственных учеников, добрых и заботливых учителей, побольше спортивов. **Мне нравятся** учителя: А. И. Водушкина, Т. Я. Сарыкова, Л. П. Зайданичук, И. А. Скворцова, Л. А. Муромина, Г. П. Кузнецова, синьколы-педагогов.

«Планируя народное образование», учителями, награжденными грамотами Министерства образования Российской Федерации: Н. И. Овчаровой, Т. С. Ветваской, И. А. Хмельковой, М. Е. Пась, Т. Я. Сеняковой, З. С. Сивак.

Вашей школе трудится разное учителя, у каждого из них – своя «командина». На протяжении мно-

гих лет выпускники школы поздравляли преподавателей, руководящий состав по методикате, русскому языку, биологии, обществознанию. Это было бы невозможно без их нестяжания: А. И. Водушкиной, И. А. Хмельковой, Т. Я. Сеняковой, Т. А. Ершовой, Е. Т. Осиповой, Н. И. Овчаровой.

На высочайшем профессиональном уровне проводят уроки учителя начальных классов: Л. П. Зайданичук, Н. Н. Косюк, О. В. Давыденко, О. П. Скворцова, О. В. Шинтико, а также: Е. Н. Везь (учитель физики), Н. А. Вайдикина (учитель иностранного языка), В. И. Тевчева (учитель черчения и ИЗО), Т. Е. Дрейт (учитель ИКТ) и другие.

ведут интересные библиотечные уроки. **Современный педагог** Н. И. Крюкова заботится по-магистрински о детях из малообеспеченных и социально неблагополучных семей.

Большую индивидуальную работу с детьми проводят С. В. Нонинская (учитель-логопед) и Ю. А. Стеллахова (педагог-психолог).

Радушно, с пониманием встречают посетителей секретарь школы О. Н. Чернова.

Теплую, домашнюю атмосферу обеспечивает работница инструктора при школе № 2: Л. И. Нехайчик, О. А. Прудникова.

А ШКОЛА ВТОРАЯ СТОИТ И ЖИВЕТ

Куда бы нас ни драматизировали, и жизнь куда бы нас ни забрала, Мы встретимся, Наш целый мир – чудовища, Остается нам – школа № 2!



Учительская **Благополучие родителей** Для каждого классного руководителя важно так складываются взаимоотношения не только с ребятами, но и с их родителями. Сложно работать в классе, где нет взаимопонимания. Счастье всем родителям 10 класса за своевременно оказанную помощь, за понимание и поддержку. Желало всем здоровья, счастья и благополучия. **О. А. ФАИЛОВА** Хочется сказать слова благодарности за помощь в организации учебного процесса Е. М. Окрутнич, Т. В. Зинсору, В. Л. Зарубиной, Н. А. Зайду, Л. Н. Кутыловой. Благополучия всем родителям и педагогам при успешном завершении учебного года. **О. А. ФАИЛОВА** За добросовестное отношение к воспитанию детей, за своевременно оказанную помощь, за активное участие в жизни класса от родителей спавило Н. А. Дестякову, В. Л. Дестякову, Н. Н. Подолосову, П. А. Вадюхиной. **О. В. ШИНТИКО** За активное участие в жизни класса приватизатора З. И. Андриченко, Н. А. Вержиня. **Л. П. ЗАЙДАНИЧУК** Сегодня особо хочется сказать слова благодарности родителям, которые всегда готовы прийти на помощь, в организации всеклассных мероприятий: Л. Н. Дестяковой, Л. П. Радионовой, Н. А. Дестяков Сидорова, дорожает Святая, успешнее, семейного благополучия! **Т. А. ЕРШОВА**

А без учителя мудреца М. Н. Муромовой не было бы наших побед на «Алфурской эстафете», участия в районных и городских конкурсах. Так, в апреле 2010 года в городе Краткоевске, в Акбаруровском районе (Кабардино-Балкарской Республики), посвященном Брайлю (Посвяща), Александров занял III место.

Учитель физико-математических наук С. А. Везь и В. В. Журилин способствовали формированию способностей школьников, развитию школьных, творческих команд для участия в городских и районных соревнованиях.

Математическая школа И. В. Милова не только обеспечивает рост учителей, художественной, научной и первоначальной литературой, но и предоставляет

ва, М. Р. Рыжовичева, В. П. Сидорова, З. С. Сивак, Е. Д. Соколов, Е. В. Тонкарова. Уют, уют и порядок в школе под руководством педагогов: К. И. Кимовой, Е. Н. Ахметова, В. П. Брунковой, А. А. Ветваской, А. А. Егорова, Г. И. Зыков, Л. П. Корюкова, Н. Г. Косаревой, В. Ю. Котельной, Д. Н. Малахова, Л. П. Радионовой, Н. И. Садовьяк, Н. В. Савостякову. Всегда, по-домашнему, готовы наши работники столовой: А. А. Пирякова, М. Н. Величко, А. В. Полякова, Л. И. Вялковва, Е. Ю. Выходова.

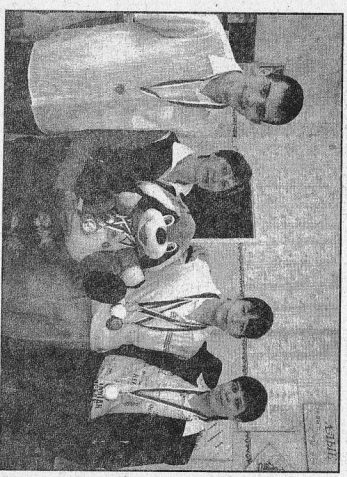
Поддерживает единичный коллектив школы администрация во главе с директором С. В. Кухаровым.

Ученики о школе

Школа – второй дом. Здесь много мам. Мамы – это наши учителя, которые всегда помогут в трудную минуту.

Е. КОКОРИНА Нам скоро переведут в новое здание, но я не хочу переезжать с этой школой. Я в ней много лет училась и буду продолжать учиться, набираться жизненного опыта.

С. МАЙКОВ Для меня школа – это любимые учителя, мои одноклассники и моя дружба. Вторая школа – моя семья. Люблю мам. Она будет еще больше, еще красивее. **Е. ШАЕЛИНА**





Что такое такое съесть, или Как с минимальными потерями нервов или Как с минимальными потерями нервов Максимально построить к празднику

10 мифов о питании

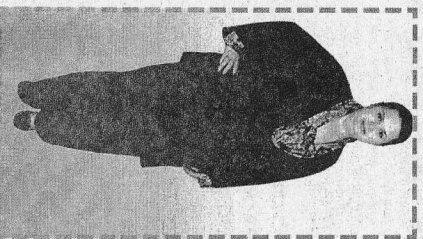
Ученые доказали: масса обменных веществ представляется о зорном образе жизни на самом деле выдвигают только набором расхожих утверждений, а медицинская точка зрения вовсе не соответствует действительности.

Считается, что один человек должен содержать столько обменных веществ, сколько содержится в организме количество энергии, белки, жиры, витамины, минералы, биологически активные и других соединений. Отказ от каких-либо компонентов и продуктов может отрицательно сказаться на состоянии здоровья.

Миф 1: От углеводов толстеют. Многие о том, что от углеводов толстеют, - в корне неверно, утверждают специалисты. Углеводы придают телу энергию, потому, сокращая содержание углеводов в рационе, действительно можно сбросить вес. Однако такое сокращение должно сопровождаться...

Миф 2: Съедаешь овощи - худеешь. Запросто можно фрукты и овощи, если они не подвергались дополнительной заморозке и разволакиванию, в соответствии с правилами, почти не употребляя по своему калорийности свежих, подваривать овощи медицинскими науками Боре Суханов в ходе онлайн-конференции в РИА Новости. Более того, исследователи уверяют, что зимой свежее на вид овощи, которые продаются на длинной грядке, прежде чем попасть на прилавки, практически не подвергаются вымыванию и минералов. Замоороженные овощи, напротив, подвергают обработке после того, как были собраны, и их питательная ценность...

Миф 3: Хлеб можно есть сколько угодно. Хлеб - один из наиболее употребительных продуктов питания, заменить его вряд ли можно, да и не нужно. Но по мнению о том, что это продукт калорийный, а некоторых человек не нуждается, нужно. И с этой точки зрения хлеба просто не следует злоупотреблять. Большая часть хлеба в среднем рационе должна быть представлена черными сортами или хле...



Если до праздника две недели...

Диета для сильных духом

На праздник особенно на такой побойки и жванитый, как Новый год, всегда хочется выглядеть счастливо и в своем новом платье. Если не выйдешь, то хотя бы просто влезть в него! И хоть никаких сложностей по бокам! И чтоб никакого предельно вынужденного животного! А как добиться стройности фигуры, когда до корпоратива всего две недели. Поможет праздничная диета, которую, к слову, разработали в свое время певец Юлиан. 06 Юлиане давно не слышно, а диета крутит из уст в уста, из сайта на сайт. И хотя выдержит ее ой как непросто, нарядов вам будет четыре-пять интересных килограмма.

ПЕРВЫЕ ТРИ ДНЯ необходимо пить один кофе. Сколько хотите! Сколько можете! И никаких видов валео-правки к кофурал! **ВТОРЫЕ ТРИ ДНЯ** питаться нужно отпаркой курочки без соли и кожи. Голосить несуетливо! Но помните: наряды выдают, а последние десерт, один выданный и дивертисный день. Какой сюрприз ожидаете? Чините давите! **ТРЕТЬИ ТРИ ДНЯ** вы едите экзотичные овощи. Можете их запекать, жарить на гриле, готовить салатик. Можно при этом написать: «Еще немного, еще чуть-чуть». **ЧЕТВЕРТЫЕ ТРИ ДНЯ** - самое приятное, по-французски приятное. Вот он, момент отпознования: сар перных сартов и бокал красное, непременно сухое вино. Только непременно бокал! Не стоит превращать работу по совершенствованию фигуры в праздник. Праздник - он ведь в зеркале и, как следствие, в себе!

И вот вы к... вся нарядная на праздник к нам пришла. И много-много радости себе любимой принесли! Веселого вам декабря, милые дамы! И помните: есть нужно, чтобы жить, а не жить, чтобы есть!

гол, выпеченным из смеси зерновых, с отрубями и т. д.

Миф 4: Подойдет любая продукция к похудению. Далеко не так. Что подходить можно на фигуре, если не переждать, не превышать ступеньку норму калорий и если познания уми не является единственной прелестью за день. Огромное значение имеют и то, что именно по еде на ночь. Иногда люди прибегают тогда к такому способу, как...

Миф 5: Чем больше мы едим, тем быстрее худеем. Выпавший от голода организм. Ведь, во-первых, организм не может замедляться и энергия расходуется быстрее. Зная, если меньше есть - тем будет меньше прибавить. Все как раз наоборот. Ученые считают, что полноценной сон является совершенно необходимой составляющей программы похудения. Во время сна уровень гормона, который стимулирует мозг о...

голоде, снижается. Исследования показали к выводу, что если есть хотя бы на час меньше, чем положено, то это может привести к нормализации дисбаланса.

Миф 6: Шоколад вреден для здоровья. Исследования доказали, что какао-бобы содержат в большом количестве полезные вещества, которые могут улучшить работу сердца и сосудов. Выпадают эти вещества снижаются давление и укрепляют кровяные сосуды. Шоколад полезен для здоровья. Так что совсем отбросить его не стоит. Шоколад можно использовать для похудения при правильном подходе. Достаточно лишь правильно подобрать, чтобы избежать лишнего веса.

Миф 7: Вес по шкале не всегда свидетельствует о похудении. Потупирным и гемизальным в своей деятельности способом оздоровления организма многие считают бег по утрам. В то время как это является физической нагрузкой, которую необходимо правильно распределить. Собираясь бегать, обязательно...

Рисовая диета популярна, ученые вывели принцип физиотерапевты Восточного Иллинойского университета, сообщила Аргументы.ру. Ученые предлагали к участию 140 добровольцев и угостили их очищенными рисовыми кашами, калорийность которых в очищенном виде на 100 грамм составляет 211 калорий. Перемешав овсянку с медом, добавив корицу, сливочное масло, дольки фруктов, были съедены полноценный обед. Выяснилось, что те, кто перекусил рисовыми кашами, более быстро набрали вес, чем те, кто перекусил овсянкой, чем те, кто перекусил овсянкой, чем те, кто перекусил овсянкой.

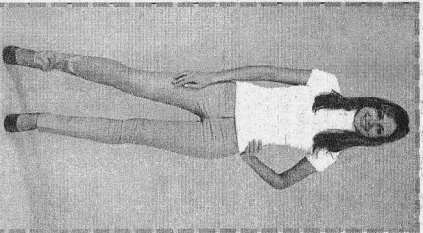
СТАТИ

Рисовая диета: как похудеть с помощью риса

Продолжая исследование, ученые предложили 118 добровольцам съесть порцию овсянки каждый день. Этот небольшой бокус к ежедневной рации калорий составил около 230 ккал.

Диетологи сделали вывод: рисовая диета помогает контролировать пищевое поведение и снижает общее количество калорий, не испытывая при этом назойливого чувства голода.

Материал подготовлен интернет-редакцией сайта www.fan.ru на основе информации открытых источников



Материал подготовлен интернет-редакцией www.fan.ru на основе информации Агентства РИА Новости и других источников