



# З АБАЙКАЛЬСКОЕ

жизнь за неделю

## ОБО З РЕНИЕ

газета распространяется бесплатно

№9(115)

пятница 20 марта 2015 год

### ИНФОРМАЦИОННЫЙ ВЫПУСК

#### ОНИ КОВАЛИ ПОБЕДУ

#### ДАНЬ ПАМЯТИ

воспоминания современников об участниках Великой Отечественной войны 1941-1945гг



Война-какое ужасное слово для народов всех национальностей. А сколько страшных бед, потерь и горечи она принесла для русского человека.

22 июня 1941г мирная жизнь нашего народа была нарушена вероломным нападением фашистской Германии, и чтобы не оказаться в фашистском рабстве, ради спасения Родины миллионы людей вступили в схватку с коварным и жестоким врагом. Практически в каждой семье хранится память о тех страшных годах, о тех, кто воевал, о тех, кто ковал победу в тылу.

И моя семья не является исключением.

Мой дедушка Першиков Петр Сергеевич и бабушка Кренёва Пелагея Сергеевна( в девичестве Першикова) являются типичными представителями того времени.

Дед Петр родился 12 июля 1922 года в небольшой деревеньке Читинской области, Карымского района, под названием Олентуй в семье крестьянки и середняка.

Семья Першиковых состояла из 8 ребятшек. В те годы она еле-еле сводит концы с концами. И чтобы не умереть от голода с раннего возраста Петр и Пелагея помогают родителям. Пелагея в 13 лет устраивается нянечкой к зажиточ-

ным крестьянам. А Петр помогает матери и отцу по хозяйству, вместе с отцом ходят на охоту.

22 июня 1941 года началась Великая Отечественная война. Как только Петру исполнилось 19 лет, он практически сразу был призван в ряды Красной Армии и зачислен в 116 стрелковую Забайкальскую Дивизию. В августе 1941 года его назначают командиром отделения коммандантского звена.

Параллельно с уходом на фронт брата Пелагее приходит повестка от военкомата, где она едет учиться в ФЗО на 6 месяцев. После учебы она возвращается обратно в деревню.

В 1941 году отец Петра и Пелагеи – Сергей Михайлович пришел с охоты, сел на порог и умер. Болел гриппозным воспалением легких. Хоронили его дети. Поставили гроб на санки и повезли. Пелагея на поминки напекла пирогов. Сели поминать, и тут во двор зашла дикая коза и заблелая. Пелагея Сергеевна и говорит: «Поля выйди, пирожок козе дай, ведь ваш же отец охотником был». Пелагея вышла, а козы нет. Вот такая история случилась в семье Першиковых.

После смерти отца, чтобы не умереть с голоду, Пелагея пошла работать на железную дорогу обходчиком путей участка Седловая-Карымская. Она одна

содержала всю семью, поэтому для сестер и братьев стала второй мамой. Восемнадцатилетняя молоденькая девчонка работала и днем и ночью, постоянно недосыпая и недоедая.

На ее участке обслуживания, по железной дороге шли эшелоны поездов, и нужно было смотреть за чистотой на путях. В 1943 году при очередном обходе путей своего участка бабушка обнаружила разрыв рельсы, а минут через 30 должен был проехать поезд, везущий солдат на фронт. Опасаясь, что ее могут отдать под суд или еще хуже «растрелять», со слов бабушки «я неслась со всех ног к бригадиру путей, чтобы предупредить его о том, что поезд может сойти с рельс и погибнет народ». По воле судьбы, бригада в считанные минуты прибыла на место, где произошел замен пути. Моей бабушке была выдана премия в размере 50 рублей. И до 2009 года бабушку ежегодно поздравляло руководство железной дороги с Днем Великой Победы. В адрес бабушки приходили поздравительные открытки от Президента РФ В.В.Путина ко Дню Победы, вручались памятные медали. У бабушки было 8 детей(один из которых в раннем детстве умер), 14 внуков и 15 правнуков.

А в то время, дедушка Петя нес тяжелое бремя военного времени на фронте.

Воины-сибиряки стяжали славу себе сильных и умелых бойцов. Им в жестокие морозы приходилось защищать Москву. Был приказ - "Москва за нами, ни шагу назад!". Бои шли ожесточенные. Солдаты были полуголодные неделями, дедушка говорил «Нас не кормили, были полураздетые, на ногах были подвязаны онучи, но не смотря на тяжелые условия, дух у солдат был боевой».

На 268-м километре автомагистрали Москва-Брест, находится самая высокая точка в Калужской области-Зайцева Гора. В народе ее прозвали горой Смертников.

С марта 1942 г по апрель 1943 г вокруг Зайцевой горы велись ожесточенные бои. Фашисты, окопавшиеся на высоте 269,8 м оказывали яростное сопротивление нашим войскам. По склонам горы фашисты возвели дзоты, блиндажи, вкопали противотанковые орудия. Гора была опоясана несколькими рядами сплошных траншей, проволочными заграждениями, подступы к которой были заминированы.

Местность, на которой сосредоточились наши войска, называли "Мышеловкой". Открытое место было. Кроме того, много неприятностей доставляла вражеская авиация. В небе над Зайцевой Горой господствовали немецкие бомбардировщики-"Миссершмиты".

Начиная с зимы 1942 г, Зайцеву Гору атаковали сразу несколько дивизий Красной Армии, но взять не могли. Под нее сделали подкоп и взорвали. Взрыв был такой силы, что на несколько км вокруг сдетонировали минные поля.

Но снова не могли овладеть ею. И только весной 1943 г высота была взята. В боях за эту высоту полегло более 100 тысяч советских солдат, в том числе и мой дедушка Петя, который был смертельно ранен. На него моей бабушке Пелагее 12 апреля 1943 года пришла похоронка. Дедушка Петр даже числился в книге памяти Читинской области погибшим.

Но волею судьбы дед выжил всем смертям назло. После госпиталя дальше продолжил путь боевой Славы, освобождал многие города России, Белоруссии, Украины, дошел до г.Кенигсберга. А после победного "Ура!" в мае 1945 года моего деда вместе с однополчанами посадили по вагонам и отправили на восток. Подвезжая к родной станции Карымская, получил приказ защищать рубежи востока. Мой дед дошел до Харбина, где и закончил войну. Приехал в свое родное село в 1946 году.

Першиков Петр Сергеевич (1 ряд, 1 слева)

За боевые заслуги мой дедушка Першиков Петр Сергеевич был награжден

Орденом Красной звезды, орденом Отчужденной войны 1 степени, нагрудным знаком «Гвардия» образца 1942 г, медаль «За победу над Германией», медаль «За победу над Японией», «За боевые заслуги».

После войны в сорок седьмом году мой дед женился на девушке Елене. Потихоньку они вели свой семейный корабль к берегам лучшей жизни для своих детей на курорте «Олентуй». А их было 8 человек- семь девчонок и один мальчик Лёня, который родился в международный женский день. Все дети были по – годки. Деда Петя и бабушка Лена много работали и мало получали. Чтобы прокормить семью, в 50-е годы дед трудился на лесозаготовках, был десятником. Дали ему двуручную пилу, которая и кормила его большую семью. «Тятя»- так его звали все дети, сворачивал пилу после работы в тряпочку и бережно нес домой.

В то время была зима, снегу выпало как никогда много. После тяжелой физической работы, попив кипятку с хвоей, вся бригада собралась идти домой. «Тятя» стал бережно укладывать пилу в тряпочку. Подошел к нему друг, его годок -Митя,и говорит:

«Зачем Петруха носишь ее туда и обратно? Давай спрячем ее вон под ту разлапистую елку, под валежник».

«Тятя» согласился. Спрятав с Митей пилу, он ушел домой. На утро бригада опять собралась идти в лес. Дойдя до просеки, дедушка стал давать работы лесорубам. А сам пошел за пилой- а ее нет. Кто-то украл. Деда тогда чуть не судили, сразу сняли с десятников и лишили заработной платы. Придя домой, дед сказал Елене «Как жить будем? Как без хлеба быть?». А жена поддержала его, сказала чтобы не переживал и что как-нибудь они пробьются. И с тех пор дед Петя и бабушка Лена проживут бок о бок до 2006 года.

А вот с Митей дедушка Петя были закадычными друзьями. Спустя 40 лет, Мите нужно было что-то достать с крыши дома. Дом у Мити был красивый, с голубыми резными ставнями, белым полисадником. Вот только ноги у него были не мощные. Митя подставил лестницу к чердаку и говорит моему деду: «Петруха, достань с крыши моток проволоки».

Дедушка залез на крышу и видит в углу лежит его пила, та самая пила, уже за много лет железо проржавело, за которую он чуть срок не получил. Дед взял пилу и одинокая слеза скатилась с глаз, он даже забыл, зачем на крышу залез. В голове начали накапывать воспоминания, как его женушка Лена тоненькими ломтиками резала хлеб детям, как денег не хватало на крупу и на чай. Кое-

как держа в руке пилу, дед кряхтя слез с лестницы и закричал:

«Митька! Сучий ты сын, почему у меня украл пилу?».

А дядя Митя сказал: «Что старое вспоминать, старые портянки трясти? Кто старое вспоминает, тому глаз вон!». И дедушка его простил и до самой смерти он с ним дружил.

После десятников дед работал кузнецом. На все руки был мастером. Работал машинистом в котельной. Затем на курорте Олентуй открылась новая баня, и дедушка устроился туда банщиком, а жена убирала и мыла баню. «Тятя» печку топил, следил за порядком и ремонтом, чтобы все было в ажуре. Из 8 детей у дедушки Пети и бабушки Лены -одна девочка умерла в возрасте 8 лет от менингита. Убитые горем родители кое-как пережили эту беду. Дедушка очень сильно любил детей. Семья Першиковых была очень дружной. Племянников и племянниц дедушка и бабушка обожали. У дедушки была пасека-28 ульев с пчелами. Дедушка и бабушка Лена мед не продавали. А угощали людей. Когда дед качал мед- за воротами со стаканами стояли люди, в том числе отдыхающие, больные туберкулезом. Дедушка им наливал мед- всем бесплатно. Тогда не в моде была торговля, она считалась спекуляцией, и они так отдавали, а родным наливали в банки.

Когда пришла старость, баба Лена заболела раком молочной железы, и дедушка с бабушкой переехали в Читу. Деду, как Ветерану Великой Отечественной войны дали однокомнатную квартиру в районе КСК. В 1994 году у дедушки произошел инсульт. И целых двенадцать лет дедушка Петя был прикован к кровати. Дети, внуки с любовью ухаживали за ним. А в 2006 году дедушки не стало. Но у него осталось 12 внуков и 2 правнука.

Со слов дочери Натальи: «Нам не хватает родителей. Отец был очень мудрым. Господь наградил его даром врачевания над животными. Зоотехники к нему шли за помощью. Родители были верующими, старались соблюдать посты. Без молитвы «Тятя» не садился есть. Когда поест, обязательно поблагодарит Господа Бога. Ребенка в дорогу никогда не отправит без благословения».

Сейчас дети и внуки с огромной гордостью вспоминают те годы, когда жили их родители, дедушка и бабушка, и с благодарностью мы им говорим «Огромное спасибо!».

*Помощник начальника отдела по РЛС-руководитель группы майор внутренней службы И.С.Засухина*

**Администрация муниципального района «Забайкальский район»**  
**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

13 марта 2015 года

№ 277

**пгт. Забайкальск**

**О внесении изменений в постановление Администрации муниципального района «Забайкальский район» от 11.07.2013 г. № 789 «Об утверждении состава административной комиссии в муниципальном районе «Забайкальский район»**

Рассмотрев заявления Лузина Владимира Сергеевича и Кесаева Олега Сандировича, на основании ст. 25 Устава муниципального района «Забайкальский район» **постановляет:**

1. Внести изменения в постановление Администрации муниципального района «Забайкальский район» от

**Администрация муниципального района «Забайкальский район»**  
**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**

13 марта 2015 года

№ 278

**пгт. Забайкальск**

**О внесении изменений в муниципальную программу «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы»**

В соответствии со ст. 179 Бюджетного кодекса Российской Федерации, на основании ст. 25 Устава муниципального района «Забайкальский район» **постановляет:**

1. Внести в муниципальную программу «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации

11.07.2013 г. № 789 «Об утверждении состава административной комиссии в муниципальном районе «Забайкальский район».

1.1. Исключить из состава Административной комиссии муниципального района «Забайкальский район» Лузина Владимира Сергеевича со 02 марта 2015 года.

1.2. Включить в состав Административной комиссии Кесаева Олега Сандировича – старшего специалиста 1-го разряда по благоустройству отдела ЖКХ, строительству, транспорту, связи и промышленности и ЧС городского поселения «Забайкальское».

2. Опубликовать официально настоящее постановление в официальном вестнике муниципального района «Забайкальский район» - «Забайкальское обозрение».

**Глава муниципального района**

**А.М. Эпов**

биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы» следующие изменения:

- раздел 6 «Перечень мероприятий Программы» читать в новой редакции (приложение).

2. Официально опубликовать настоящее постановление в официальном вестнике муниципального района «Забайкальский район» «Забайкальское обозрение» и на официальном сайте муниципального района «Забайкальский район» в ИТС «Интернет».

3. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

**Глава муниципального района**

**А.М. Эпов**

Приложение  
к постановлению Администрации  
муниципального района  
«Забайкальский район»  
от 13 марта 2015 года № 278  
6. Перечень мероприятий программы.

| № п/п  | городские и сельские поселения муниципального района | Источники финансирования | Сроки реализации, годы | в том числе по годам |       |       |      |      |      |
|--|--|--------------------------|------------------------|----------------------|-------|-------|------|------|------|
|  |  |                          |                        | всего                | 2013  | 2014  | 2015 | 2016 | 2017 |
| 6.1. Строительство объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории Забайкальского района в городском (сельских) поселениях |  |                          |                        |                      |       |       |      |      |      |
| 1.   | Забайкальское  | бюджет Забайкал. кр.     | 2013                   | 190,5                | 190,5 |       |      |      |      |
|  |  | районный бюджет          | 2013                   | 38,1                 | 38,1  |       |      |      |      |
|  |  | бюджет поселения         | 2013                   | 152,4                | 152,4 |       |      |      |      |
| 2.   | Абагайтуйское  | бюджет Забайкал. кр.     | 2013                   | 190,5                | 190,5 |       |      |      |      |
|  |  | районный бюджет          | 2013                   | 38,1                 | 38,1  |       |      |      |      |
|  |  | бюджет поселения         | 2013                   | 152,4                | 152,4 |       |      |      |      |
| 3.   | Билитуйское  | бюджет Забайкал. кр.     | 2014                   | 190,5                |       | 190,5 |      |      |      |
|  |  | районный бюджет          | 2014                   | 38,1                 |       | 38,1  |      |      |      |
|  |  | бюджет поселения         | 2014                   | 152,4                |       | 152,4 |      |      |      |

|    |                   |                      |      |        |       |       |       |       |       |
|----|-------------------|----------------------|------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 4. | Черно-Озерское    | бюджет Забайкал. кр. | 2015 | 190,5  |       |       | 190,5 |       |       |
|    |                   | районный бюджет      | 2015 | 38,1   |       |       | 38,1  |       |       |
|    |                   | бюджет поселения     | 2015 | 152,4  |       |       | 152,4 |       |       |
| 5. | Даурское          | бюджет Забайкал. кр. | 2016 | 190,5  |       |       | 190,5 |       |       |
|    |                   | районный бюджет      | 2016 | 38,1   |       |       | 38,1  |       |       |
|    |                   | бюджет поселения     | 2016 | 152,4  |       |       | 152,4 |       |       |
| 6. | Степное           | бюджет Забайкал. кр. | 2017 | 190,5  |       |       |       | 190,5 |       |
|    |                   | районный бюджет      | 2017 | 38,1   |       |       |       | 38,1  |       |
|    |                   | бюджет поселения     | 2017 | 152,4  |       |       |       | 152,4 |       |
| 7. | Красновеликанское | бюджет Забайкал. кр. | 2017 | 190,5  |       |       |       | 190,5 |       |
|    |                   | районный бюджет      | 2017 | 38,1   |       |       |       | 38,1  |       |
|    |                   | бюджет поселения     | 2017 | 152,4  |       |       |       | 152,4 |       |
|    | итого             | х                    | х    | 2667,0 | 762,0 | 381,0 | 381,0 | 381,0 | 762,0 |

Администрация муниципального района  
«Забайкальский район»  
ПОСТАНОВЛЕНИЕ

13 марта 2015 года № 279  
пгт. Забайкальск

Об утверждении Порядка финансирования мероприятий, предусмотренных муниципальной программой «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы» на 2015 год

В соответствии с муниципальной программой «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы», утверждённой Постановлением Администрации муниципального района «Забайкальский район» от 21 декабря 2012 г. № 1565, на основании ст. 25 Устава муниципального района «Забайкальский район» постановляет:

1. Утвердить Порядок финансирования мероприятий, предусмотренных муниципальной программой «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы» на 2015 год (приложения № 1, № 2).

2. Комитету по финансам муниципального района «Забайкальский район» обеспечить финансирование данных мероприятий в пределах средств, предусмотренных в районном бюджете на 2015 год.

3. Официально опубликовать настоящее постановление в официальном вестнике муниципального района «Забайкальское обозрение» и на официальном сайте муниципального района «Забайкальский район» в ИТС «Интернет».

4. Контроль за исполнением настоящего постановления оставляю за собой.

Глава муниципального района

А.М. Эпов

Приложение № 1.  
УТВЕРЖДЕН  
постановлением Администрации  
муниципального района  
«Забайкальский район»  
от 13 марта 2015 г. № 279

ПОРЯДОК  
финансирования мероприятий,  
предусмотренных муниципальной  
программой «Строительство и ре-  
монт объектов для захоронения и  
утилизации биологических отходов  
на территории муниципального рай-  
она «Забайкальский район на 2013-  
2017 годы»

1. Настоящий Порядок устанавливает правила финансирования из районного бюджета Администрации

муниципального района «Забайкальский район» (далее – районный бюджет) мероприятий, предусмотренных муниципальной программой «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы», утверждённой Постановлением Администрации муниципального района «Забайкальский район» от 21 декабря 2012 г. № 1565. Отдел сельского хозяйства и продовольствия Управления экономического развития Администрации муниципального района «Забайкальский район» готовит соглашения с администрациями поселений о предоставлении и использовании субсидий из районного бюджета.

2. Финансирование расходов

районного бюджета на реализацию мероприятий программы осуществляется в соответствии с решением Совета муниципального района «Забайкальский район» от 24.12.2014 года № 146 «Об утверждении районного бюджета муниципального района «Забайкальский район» на 2015 год и плановый период 2016 и 2017 годов», со сводной бюджетной росписью и кассовым планом районного бюджета, в пределах бюджетных ассигнований и лимитов бюджетных обязательств, установленных на соответствующий финансовый год на реализацию мероприятий программы.

3. Отдел сельского хозяйства и продовольствия Управления экономического развития Администрации представляет в Комитет по финансам

муниципального района «Забайкальский район» заявку на финансирование для реализации мероприятий программы. Финансирование мероприятий программы осуществляется за счет иных межбюджетных трансфертов бюджету поселения.

4. Направления расходования средств районного бюджета на реализацию мероприятий муниципальной программы «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район на 2013-2017 годы» на 2015 год:

- пункт 6.1. «Строительство объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории сельского поселения «Черно-Озерское»».

5. Органы местного самоуправления сельского поселения несут ответственность за целевое расходование бюджетных средств. В случае установления фактов использования средств районного бюджета не по целевому назначению, средства подлежат возврату в доход районного бюджета, в соответствии с действующим законодательством.

6. В случае неисполнения от-

дельных мероприятий программы, неосвоенные бюджетные ассигнования, без внесения соответствующих изменений в настоящий Порядок, перераспределяются на другие мероприятия программы не подлежат и не расходуются.

7. Управление экономического развития Администрации муниципального района «Забайкальский район» в пределах своих полномочий осуществляет контроль за правомерным, целевым, эффективным использованием средств районного бюджета на реализацию мероприятий программы.

Приложение № 2  
УТВЕРЖДЕНЫ  
постановлением Администрации  
муниципального района  
«Забайкальский район»  
от 13 марта 2015 года № 279

Направления  
расходования средств районного бюджета на реализацию мероприятий муниципальной программы «Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории муниципального района «Забайкальский район (2013-2017 годы)» на 2015 год

| № п/п | Наименование мероприятия  | тыс. руб. |
|-------|---|-----------|
| 1     | Строительство и ремонт объектов для захоронения и утилизации биологических отходов на территории сельского поселения «Черно-Озёрское» | 38,1      |
|       | Всего:  | 38,1      |

Для уплаты НДС и подачи декларации дали 5 дополнительных дней

С 01.01.2015г. внесено множество изменений во вторую часть Налогового Кодекса РФ (далее НК РФ). Одними из них является изменения сроков представления деклараций и уплаты НДС. С 2015г. представлять налоговые декларации по НДС в инспекцию можно будет не позднее 25-го числа, следующего за отчетным кварталом, а уплачивать НДС надо будет не позднее 25-го числа каждого из 3 месяцев квартала, следующего за истекшим кварталом. Также изменился и порядок представления налоговых деклараций по НДС. Так, в соответствии с абзацем 5 пункта 5 статьи 174 НК РФ с 01.01.2015г. декларация по НДС, которая должна быть представлена в электронной форме, а если направлена на бумажном носителе, не считается представленной.

Новая форма декларации дополнена новыми разделами 8-12, в которые включены сведения из книг покупок и продаж, журнала учета полученных и выставленных счетов-фактур в случае выставления и (или) получения посредниками счетов-фактур при осуществлении посреднической деятельности, а также сведения из счетов-фактур, в случае выставления их лицами, указанными в пункте 5 статьи 173 НК РФ. То есть в декларации по налогу на добавленную стоимость потребуются отражать данные из книги покупок и книги продаж. В отчет должны будут попасть все данные, вне зависимости их объема.

Налоговая декларация по НДС на бумажном носителе представляется только налоговыми агентами, не являющимися налогоплательщиками НДС или являющимися налогоплательщиками НДС, освобожденными от исполнения обязанностей налогоплательщика, связанных с исчислением и уплатой налога (абзац 2 пункта 5 статьи 174 Кодекса). Новые правила, установленные в пункте 5 статьи 174 Кодекса, касаются деклараций, в том числе уточненных, которые поданы после 1 января 2015 г., то есть если Вы являетесь плательщиком НДС и хотите представить декларации (в том числе уточненные) за прошлые налоговые периоды, представить их Вы можете только в электронном виде.

О применении коэффициента-дефлятора К1 для ЕНВД на 2015год

Приказом Минэкономразвития России от 29.10.2014 N 685 установлен на 2015 г. коэффициент-дефлятор К1, необходимый для расчета налоговой базы по единому налогу на вмененный доход в соответствии с гл. 26.3 "Система налогообложения в виде единого налога на вмененный доход для отдельных видов деятельности" НК РФ, равный 1,798.

Гражданка России пыталась вывезти в КНР раритетные вещи эпохи СССР



На таможенном посту МАПП Забайкальск в ходе таможенного оформления автомобиля, следующего из России в Китай, у гражданки России, проживающей в городе Улан-Удэ, были обнаружены пластинки и журналы эпохи СССР. Пластинки для граммофона с произведениями народных и классических исполнителей от разных заводов изготовителей: «Ленинградский завод», «Ташкентский завод», зарубежная фабрика. Всего 7 пластинок.

Журналы: «Альбом мод 1956 г.», журналы «Огонек 1945 г.», журнал «Красная Нива 1925 г.», журнал «Солнце России 1914 г.», журнал «Работница 1956 г.». Всего 6 журналов.

Так же в своем багаже гражданка России перевозила кубок из металла, с изображением людей и емкость для льда из желтого металла, овальной формы.

Раритетные вещи гражданка России не задекларировала и не предъявила должностным лицам таможенного поста МАПП Забайкальск разрешительных документов, выданных Министерством культуры РФ на их вывоз.

В настоящее время пластинки, журналы и кубки изъяты, будут направлены на экспертизу в город Иркутск.

**Справка:** Вывоз культурных ценностей через таможенную границу Российской Федерации осуществляется на основании свидетельства на право вывоза культурных ценностей с территории РФ, выдаваемого Министерством культуры РФ или его территориальными органами по результатам проведенной экспертизы.

*Специалист по связям с общественностью Читинской таможни  
Марина Бойко*

Гимнастки из Забайкальска блистают на спортивном ковре в Улан-Удэ



В начале марта в г. Улан-Удэ прошел турнир Сибири и Дальнего Востока «Звезда Байкала». В турнире принимали участие 240 гимнасток из Иркутска, Благовещенска, Ангарска, Улан-Удэ, Красноярска и поселка Забайкальск.

По программе кандидатов в мастера спорта первое место заняла Анастасия Тохтуева из Забайкальска. Она является членом сборной команды и пятикратной абсолютной чемпионкой Забайкальского края.

По программе первого взрослого разряда 1 место заняла наша Дарья Орло-

ва, абсолютная чемпионка Забайкальского края с 2011 года, член сборной команды Забайкальского края, член сборной команды СО «Локомотив» г. Москва.

Второе место заняла Дарья Мингалеева в номинации «Олимпийская надежда» - очень перспективная гимнастка из Забайкальска.

По программе 2 взрослого разряда чемпионкой стала Нина Марушкина, серебро у Надежды Потаповой. По программе 3 взрослого разряда серебро у Лизы Ширшовой, 4 место у Ана-

стасии Девятиной. Также в копилке наших спортсменок золото - у Дарьи Носковой, серебро у Виктории Жалсановой и бронза у Елены Суслиной. Все перечисленные гимнастки являются юными ученицами ДЮСШ Забайкальск, отделения художественной гимнастики.

В групповых упражнениях наши юные спортсменки заняли второе место, уступив команде из Иркутска.

*Е.В. Гуренкова  
директор ДЮСШ Забайкальск*

## ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Здоровое питание – один из важнейших компонентов **красоты и здоровья**. Правильное питание поможет не только оставаться в прекрасной форме, но и позволит чувствовать себя более энергичной, легкой и работоспособной. Придерживаться здорового питания не так уж и сложно, как кажется на первый взгляд. Начинать переходить к здоровому питанию постепенно. Зная основные правила питания, каждый человек может самостоятельно составить сбалансированный рацион, подобрать правильные продукты питания, разработать здоровое меню для своей **семьи** с учетом своих финансовых возможностей. Для **правильного** и здорового питания совсем необязательно покупать дорогие продукты, намного важнее как вы эти продукты приготовите.

Используйте в своем рационе разнообразную пищу. В ежедневном меню должны присутствовать продукты из разных пищевых групп (фрукты, овощи, ягоды, грибы, зерновые и бобовые культуры, мясо, рыба, птица, молочные продукты, яйца, орехи, жиры, масла, зелень). Питаться нужно регулярно, есть небольшими порциями, не реже четырех раз в день. Не делайте больших перерывов между приемами пищи. Ежедневное меню должно состоять из завтрака, обеда, полдника и ужина. Попробуйте принимать пищу каждый день в одно и то же время, это благотворно влияет на работу желудочно-кишечного тракта. А вот от перекусов между основными приемами пищи лучше отказаться. Постарайтесь ограничить потребление соли. Вместо обычной соли используйте йодированную. Пусть ваши блюда лучше будут недосоленными, чем пересоленными. Считается, что морская соль более полезна, чем поваренная, т. к. она сохраняет в своем составе много полезных минералов. К тому же, морская соль более соленая, поэтому, при меньшем количестве соли вкус блюд не изменится, а организм получит меньше вреда. Потребление сахара также лучше ограничить. В некоторых случаях сахар можно заменить медом. Несколько ложек меда в день обеспечат организм витаминами и минералами, помогут предотвратить простудные заболевания и поднимут иммунитет. Но не кладите мед в горячий чай, так как при нагревании мед теряет часть своих полезных качеств. В течение дня старайтесь пить побольше чистой воды. Вода просто необходима нашему организму, ведь он на 2/3 состоит из воды. Вода оказывает благотворное влияние на кожу, увлажняет ее изнутри, питает энергией, предотвращает сухость. Кроме того, вода способствует выведению вредных токсинов из организма и необходима для нормального пищеварения. Оптимальным, считается, выпивать около 2-х литров чистой негазированной воды в сутки. Только не пейте много воды на ночь, а то рискуете проснуться с отеками. Здоровое питание — это в том числе свежие овощи и фрукты. Ешьте больше свежих овощей и фруктов. В сырых овощах содержится много клетчатки и витаминов, которые так необходимы нашему организму. Сырые овощи и фрукты повышают скорость обменных процессов в организме. Но внимание, если у вас есть противопоказания по состоянию здоровья (проблемы с желудочно-кишечным трактом), свежие овощи и фрукты могут быть вам противопоказаны. Поэтому лучше проконсультируйтесь с врачом. Здоровое питание — это в том числе и свежие продукты. Следите за тем, чтобы еда всегда была свежей. Лучше готовить еду небольшими порциями, чем сварить огромную кастрюлю на всю неделю. Пользы для здоровья от этого не будет. При долгом хранении пищи в ней начинаются процессы гниения и брожения. При покупке продуктов обязательно посмотрите, не истек ли срок годности.

Будет ли пища здоровой во многом зависит от того как вы ее приготовите. Из одних и тех же продуктов можно приготовить как здоровую пищу, так и вредную. Употребляйте в пищу больше вареных или запеченных в духовке продуктов и как можно меньше жареных, с использованием жиров. Незаменимым помощником при приготовлении здорового питания является

пароварка. Готовить в ней очень просто, быстро и удобно. В пароварке можно приготовить несколько блюд одновременно. При приготовлении пищи на пару все полезные вещества и витамины в продуктах сохраняются. Кроме того, при готовке в пароварке не нужно добавлять масло, а значит, в еде будет содержаться меньше холестерина, и калорийность продуктов при готовке не будет увеличиваться. Все лишние жиры, образующиеся в процессе готовки, стекают в специальный поддон. Пища, приготовленная на пару, получается более сочной и мягкой. Приготовить в пароварке можно, практически, любое блюдо – мясо, птицу, рыбу, овощи, рис и даже десерт! Конечно, сначала нужно приспособиться к готовке на пару, поэкспериментировать с различными продуктами. Особенно вкусными получаются приготовленные на пару рыбные стеки, а также овощи. Овощи из пароварки имеют более яркий цвет и особый вкус.

Завтрак обязательно должен быть питательным и сытным. Если вы хорошо покусаете с утра, то меньше шансов, что вам захочется перекусить или съесть что-нибудь сладкое до обеда. Наверное, вы замечали, что когда вы позавтракаете, то чувствуете себя более энергичными и работоспособными. Идеально подойдут для завтрака различные каши. Их можно варить как на молоке, так и на воде. Готовить их просто и быстро. Добавьте в кашу фрукты или орехи и полезный, вкусный завтрак готов. Можно приготовить на завтрак творог. Если не можете обойтись без сахара – добавьте немного меда, фруктов или изюма. Творог должен обязательно входить в ваш рацион. Он богат кальцием, фосфором, витаминами группы В и другими полезными элементами. Ежедневное употребление творога улучшит состояние ногтей и волос. Если вы располагаете достаточным временем, можете приготовить на завтрак творожную запеканку. Также для завтрака хорошо подойдут омлет, мюсли с орехами или фруктами, салат из свежих овощей, фрукты. Запить все это лучше свежесжатым соком.

Обед должен быть полноценным и сбалансированным. Если вы работаете в офисе, то лучше заказать доставку комплексного обеда или принести в контейнере из дома. Исключать обед категорически нельзя, а обходиться вместо обеда перекусом бутербродами или булочками – вредно для здоровья. Хорошо, если в вашем меню будет присутствовать суп. Жидкая пища помогает лучше работать нашему желудку, улучшает обмен веществ. На второе можно приготовить курицу, рыбу или мясо. На гарнир – овощи, макароны, рис, запеченный или отварной картофель. На **полдник** можно перекусить фруктами, салатом из свежей капусты или свеклы, заправленным растительным маслом, творогом или чаем с нежирным печеньем.

Для ужина хорошо подойдут овощные блюда, легкие салаты из овощей, отварное или приготовленное в пароварке мясо или рыба, плов, гречневая каша. Для приготовления ужина старайтесь использовать поменьше жиров и не пережаривать пищу, чтобы полезные блюда не превратились во вредные. Перед сном можно выпить стакан кефира или ряженки. Кисломолочные продукты очень хорошо усваиваются и благоприятно влияют на пищеварение.

Какое меню бы вы не использовали, помните, что питание должно быть здоровым, разнообразным и сбалансированным. Оптимальным можно назвать рацион, в котором присутствуют продукты из разных пищевых групп – мясо, рыба, крупы, овощи, фрукты, кисломолочные продукты. Соблюдайте режим питания, старайтесь есть всегда в одно и то же время, делайте равные промежутки времени между приемами пищи. Не перекусывайте на ходу. Не употребляйте перед сном слишком острые продукты, откажитесь от чая и кофе. Это может активизировать нервную систему и нарушить сон. Здоровое питание – это хорошее самочувствие, энергичность, молодость организма и сияющий внешний вид.

Территориальный отдел

Роспотребнадзора в Забайкальском, Краснокаменском районах



## УВАЖАЕМЫЕ ЗАБАЙКАЛЬЦЫ!

Администрация муниципального района «Забайкальский район» объявляет о проведении конкурса на лучшее оформление колонны для участия в праздничном шествии 9 мая 2015 года, посвященного 70-ой годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945гг. (в соответствии с Распоряжением администрации №56 от 20 февраля 2015 года)

По всем организационным вопросам обращаться по тел: 2-26-65. В конкурсе принимают участие трудовые коллективы организаций, находящихся в Забайкальском районе.

## УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ЗАБАЙКАЛЬСКОГО РАЙОНА!

ОМВД России по Забайкальскому району объявляет набор кандидатов из числа граждан, прошедших и не проходивших военную службу в военные образовательные организации высшего образования внутренних войск МВД России в 2015 году, а именно: Пермский военный институт ВВ МВД России, Новосибирский военный институт ВВ МВД России, Санкт-Петербургский военный институт ВВ МВД России.

По всем вопросам обращаться в отдел кадров ОМВД России по Забайкальскому району по телефону: 8-30-251-2-23-26

ЗАБАЙКАЛЬЦЫ!  
ИНСПЕКЦИЯ ГОСТЕХНАДЗОРА ПО ЗАБАЙКАЛЬСКОМУ РАЙОНУ ТЕПЕРЬ  
НАХОДИТСЯ ПО АДРЕСУ  
п.ЗАБАЙКАЛЬСК, ул.КРАСНОАРМЕЙСКАЯ, 10.

27 марта на Центральной площади пгт. Забайкальска состоится сельскохозяйственная ярмарка.

## УВАЖАЕМЫЕ ЗАБАЙКАЛЬЦЫ!

Администрация муниципального района «Забайкальский район» объявляет акцию по сбору информации о ветеранах, погибших в годы войны и после нее. Необходимо предоставить фотографии и биографические данные о ваших дедах, прадедах и других родственниках, участвовавших в боях за Родину.

Информация необходима для создания «Бессмертного полка», который пройдет по улицам Забайкальска в День Победы 9 мая 2015 года.

Справки по телефонам: 8(30-251)3-23-41, 2-22-77

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

ТЕРРИТОРИЯ КРАСОТЫ «ВИЗАВИ»

имеет вакансии рабочих мест, требуются:

*мастера парикмахеры,  
мастер маникюра,  
мастер педикюра,  
администратор,  
мастер массажа,  
тату-мастер,  
косметолог,  
косметик-эстетик.*

Собеседование по адресу ул. Комсомольская, 10 вход с торца. Справки по телефону: 89144772558

## УВАЖАЕМЫЕ ЗАБАЙКАЛЬЦЫ!

Администрация муниципального района «Забайкальский район» объявляет конкурс на лучший эскизный проект «Благоустройство площадок с въездными знаками (стелами) и малыми архитектурными формами при въезде на территорию муниципального района «Забайкальский район».

Конкурс проводится с «05» февраля 2015 года по «20» марта 2015 года.

Предложенные на конкурс проекты принимаются с «05» февраля по «31» марта 2015 года до 18.00.

Материалы, представляемые на конкурс, должны содержать:

- заявку на участие в конкурсе
- пояснительную записку, основную идею эскиза, информацию об особенностях предлагаемых эскизных решений и основных элементов композиции (цвет, изображение фигур, размеры и т.п.);
- эскизные разработки на листах не менее формата А3.

Более подробную информацию Вы можете получить на официальном сайте муниципального района «Забайкальский район» [zabaikalskadm.ru](http://zabaikalskadm.ru) в разделе «Въездной знак».

Заявки на участие в конкурсе принимаются по адресу:

Забайкальский край, Забайкальский район, п.г.т. Забайкальск, ул. Красноармейская, 40А, кабинет №3, телефон: 8(30251) 2-22-77, 8 (30251) 3-17-35.

Газета набрана и отпечатана в администрации муниципального района «Забайкальский район». Газета распространяется бесплатно.

Главный редактор: пресс-секретарь администрации муниципального района «Забайкальский район» Оксана Суслина.

E-mail: [oksana.suslina@bk.ru](mailto:oksana.suslina@bk.ru), тел.: 8-914-522-37-23, 8-(30251)-3-23-41 Тираж 990 экз.

Официальный сайт администрации муниципального района «Забайкальский район»: [zabaikalskadm.ru](http://zabaikalskadm.ru)