



НАШЕ КРАСКОВО

№ 2 (549) 19 января 2007 г.

Еженедельная газета

Издается с 14 мая 1993 г.

Новогодние успехи игроков Го Красково

Для членов кружка игры Го Красковского культурного центра начало нового, 2007 года, выдалось интересным. Они приняли участие сразу в нескольких соревнованиях.

4-6 января, в Москве в Го-клубе Московского городского дворца творчества детей и молодежи «Марьино», состоялось первенство Москвы среди юношей не старше 12 лет и открытое первенство Го-клуба «Марьино» не старше 16 лет. Команда Красково состояла из 11 человек: 9 игроков до 12 лет и 2 - до 16 лет.

Для наших юных участников это было первое подобное соревнование. В результате интересной напряженной борьбы трое лучших игроков первенства набрали одинаковое количество очков. При подведении итогов судейской бригады было непросто определить победителя, пришлось учитывать все коэффициенты. В итоге при-

Николаев Александр. Всего на одно очко отстали Воронин Александр и Румянцев Владислав (оба из Красково). На награждении победители получили Кубки,



красивые медали, дипломы и призы, а всем участникам первенства были вручены грамоты и памятные вымпела за участие.

На открытом первенстве Го-клуба «Марьино» играли все сильнейшие молодые игроки Москвы. От команды Красково участие приняли Алексей Морозов и Денис Григорьев. Алексей Морозов вновь подтвердил свой



высокий уровень, заняв II место. Он был награжден Кубком, грамотой и вымпелом, а Григорьев Денис за участие в турнире получил грамоту и памятный вымпел.

8 января в нашем Культурном центре состоялся Красковский новогодний турнир по игре Го. Соревнования проходили в 2 этапа. На первом этапе из двух групп (по круговой системе) определились 4 лучших игрока. Далее туры проходили по олимпийской системе - до двух побед.

В итоге Тищенко Александр занял I место, Морозов Алексей - II место и порадовал 8-летний Пегов Дима - он занял III место. На закрытии турнира победителей наградили Кубками и дипломами, а все остальные участники получили грамоты за участие.

Большое спасибо руководству Управления культуры и спорта администрации городского поселения Красково, а также дирекции «Красковского культурного центра» за организацию и проведение этого турнира.

Руководитель кружка игры Го
Тищенко Ю.Г.



зовые места достались красковчанам: 1 место занял Багдасаров Николай, II место - Пегов Дмитрий, III место

ФОТООБЪЕКТИВНО

На очередном оперативном совещании в понедельник 15 января 2007 г. Глава городского поселения Красково С.П. Быков назвал приоритетные направления работы администрации в текущем году, главные из них - благоустройство поселка и улучшение качества питьевой воды.

О том, что делается для улучшения качества питьевой воды, мы расскажем в ближайшее время. А программа благоустройства начала реализовываться еще в прошлом году. Многое сделано, но значительно больше предстоит сделать. Буквально за месяц уда-



лось наладить новую схему уборки и вывоза мусора. Объезжая 16 января территорию Красково вместе с директором МУП «ЮЖХ и благоустройством» Ю.Ю. Волковым и директором ООО «Гарант» И.И. Ионкиным, я своими глазами увидела результаты проведенной работы: в поселке стало значительно чище, и фотографии это подтверждают.

По жалобам жителей домов № 1 и № 3



по ул. Федянина (жалуются на грязь и мусор вокруг домов, неработающие лифты и отсутствие света в подъездах) мы побывали и около этих домов и в доме № 1. Вокруг домов чисто. Единственный недостаток - машины, вывозящие мусор, испортили газон, на что было сделано замечание руководителям организаций, исполняющей эти работы, и предложено устранить недостатки. Что касается работы и чистоты лифтов, то лифты работают и убраны, как убран и подъезд дома. Фотокамера запечатлела, как убирается корыто, про который мы писали ранее. Интересно, сколько времени он останется чистым? Ведь мусор туда может попасть только из окон квартир жильцов. Жители этого дома обвиняли газету в необъективности, что мы не защищаем их интересы. Уважаемые жители дома № 1 по ул. Федянина, в вашем доме в прошлом году был сделан качественный ремонт, установлена входная металлическая дверь в подъезд с домофоном. Интересно, кто ку-

рит короба с электропроводами, разбивает лампочки в подъезде, выламывает замки на двери технологического помещения лифтового хозяйства и устраивает там посиделки, справляют нужду на лестнице, выбивают элементы дверей? Фотографии тому подтверждение.

Ответ один: или вы сами, или те, кого выпускаете в подъезд. Коммунальщики, конечно, все восстановят, но бесконечно так продолжаться не может: на наш взгляд, выполненные работы должны быть переданы жильцам



по акту, в котором должна быть оговорена ответственность жильцов дома и назначен ответственный за сохранность общего имущества.



По-прежнему портит общий вид поселка территория около частных домов: ну, не хотят собственники убирать перед своими заборами (часто полуразрушенными) и заключать договора на вывоз мусора.

И еще. Руководители торговых организаций, обратите, пожалуйста, внимание на то, что рядом и вокруг магазинов должно быть чисто и уютно. Тогда и покупатели к вам потянутся!

Все видела своими глазами К. Амелина



СТРЕСС МОЖНО ПОБЕДИТЬ²

Мы живем в эпоху перемен. Отсюда чувство неуверенности и тревоги, которое нас постоянно тяготит. Правда, есть люди, которых все это особенно не смущает. Даже наоборот, стресс им необходим как стимулатор, позволяющий выкладываться до конца, преодолевая себя. Но таких людей меньше. Значительно больше тех, кто чрезвычайно болезненно реагирует на стресс, кого он легко выбивает из колеи. Способствует стрессу и погода, которая не благует нас солнцем в течение последнего полугода.

Известно, что рост числа сердечно-сосудистых заболеваний в наши дни прямо связан с напряженным ритмом нашей жизни. Медики говорят, что еще сто лет назад они встречались довольно редко. Жизнь в те времена, как правило, текла размеренно и спокойно. Не было вечной гонки, безумного стремления выжать из себя и других максимум возможного. Люди умели просто жить. Конечно, прошлого не вернешь. Но каждый из нас вполне может изменить стиль своей жизни, сделать его более здоровым и спокойным.

Как прийти к внутреннему спокойствию? Какой выбрать путь? От его выбора будет во многом зависеть, в каком состоянии мы доберемся до цели.

Современному человеку свойственно, почти не задумываясь, выбирать самый быстрый путь. Ему часто даже не приходит в голову, что выигрыш в скорости достигается за счет потери чего-то важного.

В наше время широкое распространение получил взгляд, согласно которому все события в мире связаны между собой миллионами нитей. Сознание наше связано с телом, а тело со всем, что нас окружает. Каждый шаг отдаётся вибрацией почвы. Каждый издаванный нами звук заставляет вибрировать воздух. И эти вибрации распространяются затем до края земли и далее до неба.

Говорят, что достаточно бабочке в Японии взмахнуть крыльшком, чтобы в Нью-Йорке поднялась буря. Энергия, пропитывающая наше мироздание, никуда не исчезает, и каждое наше действие способно вызвать определенный резонанс даже в самых отдаленных уголках вселенной. Поэтому абсолютно беспочвенным следует считать то чувство собственной незначительности, которое иногда посещает нас.

Несмотря на объективное присутствие всех этих многочисленных связей с миром, многие люди замыкаются в своих индивидуальных «короках», искусственно ограничивают свои контакты и теряют веру в себя. И тогда возникает порочный круг: мы считаем, что наше мнение никому не интересно, и поэтому стараемся его не высказывать, но поскольку оно никому не известно, с нами никто не считается. Мы не уважаем себя, другие перестают уважать нас, и это нас еще больше принижает.

Кроме того, наблюдая за миром со стороны и как бы чужими глазами, мы утрачиваем над ним контроль. Не чувствуя себя частью истории, мы начинаем воспринимать мир как хаотичный и опасный для нас. Мы боимся его и стремимся уйти от него. Но чем больше мы бежим от мира и его конфликтов, тем более зажатыми, более трусливыми мы становимся.

Но если мы понимаем, что все наши действия и мысли так или иначе затрагивают судьбы других людей, то мы выходим на уровень этики. Нельзя быть счастливым, если окружающие тебя люди несчастны. С другой стороны, наша доброта поможет сделать других счастливыми. Тогда и они будут добрее, а это в свою очередь станет новым стимулом для нашего самосовершенствования.

Перед нами альтернатива. Мы можем замкнуться в себе, разорвать связь, соединяющую наше тело и нашу душу с миром, поверить в собственную ничтожность. От такого мира мы, естественно, отшатнемся. Но мы можем, наоборот, открыться миру, пойти ему навстречу. И тогда результатом будут полная гармония между нами и миром, между телом и душой. Мы сделаем этот мир своим, активно включимся в его сложное функционирование. Тогда страх исчезнет. Тогда появятся гармония и покой.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ СТРЕСС?

Словно это успели заедить. Все жалуются на стресс, ожидая понимания и сочувствия, не пытаясь разобраться, в чем корни этого явления. Стресс – атрибут современности. Прогресс цивилизации навязывает нам высокий темп жизни, современное общество ставит перед нами более сложные задачи, ожидает от нас максимальной отдачи и молниеносных решений. Это неизбежно оборачивается стрессом.

Наш организм отвечает на такое воздействие целым комплексом физиологических реакций: в крови увеличивается количество адреналина и гормонов, мозг требует усиленного кровоснабжения, активнее работают все органы чувств. В случае хронического стресса эти реакции закрепляются, становясь тревогой, которое нормальным образом должно приводить к соответствующим действиям (к борьбе или к бегству), накапливается и нередко вызывает различного рода расстройства (телесные и психические).

Симптомы стресса чрезвычайно разнообразны. Он может вызываться различными факторами, а также проявляться по-разному. Субъективно он всегда переживается как некий дискомфорт. Организм как бы сигнализирует – что-то не в порядке, что-то нужно менять. Когда мы находимся в состоянии стресса, простые жизненные задачи вдруг начинают восприниматься как грандиозные проблемы. Симптомами стресса могут быть хроническая усталость, раздражительность, фантомные боли и др. Подробнее о симптомах чуть позже.

Не нужно быть врачом, чтобы распознать стресс. Не нужно быть специалистом, чтобы искоренить его. Поняв истинные причины стресса, мы тем самым сделаем первый шаг к избавлению от него. Главное, не считать это состояние неизбежным атрибутом современной жизни, не использовать его в качестве средства для привлечения к себе внимания.

Первый шаг к победе над стрессом – признание того факта, что он есть следствие нашего образа жизни, наших жизненных установок, вовсе не каких-то наших слабостей и дефектов.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

В целях обеспечения открытости и достоверности информации о социальном развитии муниципального образования городского поселения Красково, а также своевременного рассмотрения писем и заявлений граждан, администрация проводит «День открытого письма».

Встреча с должностными лицами местного самоуправления городского поселения Красково состоится 8 февраля 2007 г. с 17 до 19 часов в здании ВНИИСТРОМ (ул. К. Маркса, д. 117).

Администрация городского поселения

В Подмосковье обнародуют криминальное прошлое кандидатов в депутаты

Подмосковные власти обнародуют сведения о криминальном прошлом некоторых кандидатов в депутаты Московской областной думы, сообщает пресс-служба губернатора Бориса Громова.

По данным правоохранительных органов, в списках кандидатов в депутаты Московской областной думы есть люди, которые привлекались к ответственности за различные правонарушения, в том числе за уклонение от уплаты налогов, алиментов, мошенничество и даже грабежи и разбои. Поэтому члены Координационного совета по оказанию содействия в проведении выборов приняли решение в ближайшее время обнародовать эти сведения для более объективного информирования избирателей.

Как уточнил вице-губернатор Московской области Алексей Пантелеев, ряд политических партий в установленные областным законодательством сроки прошли процедуру заверения списков кандидатов в депутаты, и сейчас идет регистрация данных списков.

Стоит отметить, что решение обнародовать сведения о криминальном прошлом кандидатов было принято неслучайно. Известны случаи, когда претенденты на депутатские кресла шли наговор с криминальными структурами. Так, в ноябре 2001 г. правоохранительные органы сообщали о том, что около 50 кандидатов в депутаты законодательного собрания Приморского края были связаны с криминальными структурами.

Напомним, что выборы в Московскую областную думу пройдут 11 марта 2007 г.



Нередко приходится слышать высказывания, что стресс необходим, иначе человек расслабится и не сможет добиться ничего путного в жизни. Действительно, умеренный стресс тонизирует. Организм начинает выделять больше адреналина, а это в свою очередь повышает работоспособность. Но стоит слегка повысить нагрузку, как наблюдается резкое падение производительности. Если мы адекватно оцениваем свои возможности, то в стремлении к совершенству мы не станем переходить красной черты, за которой начинается стресс.

СИМПТОМЫ СТРЕССА

Когда мы оказываемся в состоянии стресса, то непременно возникают различные физиологические и психологические симптомы, о подлинном значении которых мы не всегда догадываемся. Эти симптомы сигнализируют нам о том, что необходимо пересмотреть наши жизненные приоритеты. Наше тело и наше самочувствие говорят о том, что мы неправильно строим нашу жизнь. Вот некоторые из этих предупредительных признаков.

Одиночество. Мы чувствуем, что отдаляемся от семьи и друзей, или же у нас возникает стойкое впечатление, что мы «затерялись в толпе».

Чувство неуверенности в себе. Мы начинаем вдруг ощущать себя как-то неловко в обществе людей, с которыми у нас раньше были прекрасные отношения. Нам кажется, что они поглядывают на нас не вполне доброжелательно или даже осуждающе.

Проблемы с концентрацией внимания. Мы легко забываем содержание недавних разговоров, силямся вспомнить, что нам еще нужно сделать. Нам трудно собраться с мыслями. Мы находимся как бы в полусне: смысл происходящего плохо до нас доходит.

Нежелание общаться с людьми. У нас пропадает интерес к людям. Когда они начинают проявлять интерес к нашей персоне, нас это раздражает. Когда звонит телефон, мы думаем, брат ли трубку.

Усталость и расстройство сна. Мы постоянно чувствуем себя выжатыми как лимон и тем не менее нам часто трудно заснуть.

Колебание настроения. Настроение неустойчивое: периоды подъема легко сменяются глубокой депрессией. Нам хочется плакать. Такие проявления чрезвычайно характерны для стресса.

Раздражительность и вспыльчивость. Мы теряем самоконтроль: в любой момент по самому ничтожному поводу мы способны выйти из себя, всплыть, резко ответить. Любое замечание мы встречаем в штыки. Порой без всякого повода «лезем в бутылку».

Беспокойство. Нам не сидится на месте: мы ерзаем, что-то перекладываем или теребим. То и дело нас подмывает куда-то пойти.

Бурная активность. Нередко, испытывая томительное внутренне беспокойство, мы с головой окунаемся в работу, как бы пытаясь забыться. Но стресс может проявлять себя и противоположным образом: мы упорно отклоняемся от насущных дел.

Навязчивые действия. Переедание, злоупотребление алкоголем, чрезмерное курение – все это может быть вызвано стрессом. У женщин это порой принимает форму бесконечного хождения по магазинам и покупки все новых и новых вещей. Мы застремаемся на своих привычках, оказываемся неспособными порваться с ними, изменить образ жизни.

Плохой аппетит. Мы теряем интерес к пище. Мы или совсем отказываемся от нее, или едим без разбора все, что попадет под руку.

Боязнь тишины. Нам неприятно, когда нас окружает тишина. Поэтому мы непрерывно говорим или, оставаясь в помещении одни, обязательно включаем радио или телевизор. Однако может иметь место и прямо противоположное явление: мы болезненно реагируем на шум.

Подчеркнутое внимание к своей внешности. Когда люди слишком заботятся о своей внешности, садятся на строгую диету или вдруг начинают усердно заниматься физическими упражнениями, чтобы сбросить вес, это тоже может быть вызвано стрессом.

вано стрессом.

КАК БОРОТЬСЯ СО СТРЕССОМ?

Мы уже писали в нашей газете, что нужно делать, чтобы поднять себе настроение, снять внутреннее напряжение. Предлагаю вашему вниманию еще одно упражнение, котороезвано помочь избавиться от привычных стрессовых реакций, научиться спокойнее воспринимать ситуации, которые обычно вызывают стресс. Заласитесь двумя воздушными шариками и фломастером. Хотя то же самое почти с таким же успехом можно проделывать и просто в воображении.

1. Попытайтесь составить список типичных факторов стресса: работа, личная жизнь, смена привычного режима, мысли о приближающейся старости. Расположите их в порядке убывания.

2. Сосредоточьтесь на самом сильном факторе. Вспомните, как вы на него реагируете. А затем надуйте шарик, представляя, что вы отдаете ему свои отрицательные эмоции.

3. Теперь возьмите иголку и проткните шарик. Представьте, что все ваши отрицательные эмоции в одно мгновение улетучились.

4. Затем начните надувать второй шарик. Представьте себе, что вы наполняете его положительной энергией. Подберите слово, обозначающее положительную эмоцию, и напишите его на шарике.

5. Какие образы возникают у вас в связи с данной ситуацией? Изобразите их схематически в виде рисунков на шарике.

6. Подбросьте шарик вверх, попытайтесь закрепить в сознании те образы, которые вы изобразили на нем. Когда вы столкнетесь с подобной ситуацией, вспомните об этом шарике и о том, что было изображено и написано там вашей рукой.

Стресс можно победить. Овладевайте способами этой борьбы и будьте счастливы.

И. Дмитриева, психолог

Поздравляем ЛИДИЮ ВАСИЛЬЕВНУ ХОДЯКОВУ с присвоением ей звания «Заслуженная артистка России»!

В Красковском культурном центре продолжается капитальный ремонт. Несмотря на трудности, возникшие с этим, население с пониманием относится к времененным неудобствам, так как занятия во всех кружках и секциях проходят согласно расписанию. Администрация Центра принимает необходимые меры, чтобы обеспечить нормальный рабочий процесс структурных подразделений. Все с нетерпением ждут завершения ремонта, ведь этот год для Культурного центра особый – юбилейный, исполняется 10 лет со дня его создания.

С годами в Культурном центре сложился коллектив единомышленников, преданных любимому делу, среди которых – художественный руководитель Народного коллектива Хор русской песни Лидия Васильевна Ходякова – солистка Народного хора Гостелерадио им. Н.М. Кутузова. В канун Нового года в творческой жизни Лидии Васильевны произошло очень важное событие – ей присвоено звание «Заслуженная артистка России». От всего сердца поздравляем ее и желаем дальнейших творческих успехов. Мы очень гордимся тем, что такие высококвалифицированные специалисты работают в Культурном центре, ведь благодаря их мастерству культуры в нашем поселке не только динамично развивается, но и достигает самых высоких результатов.

В.И.Шмыкова



1 канал	1 канал	1 канал	1 канал	1 канал	1 канал
5.00, 10.00, 12.00, 15.00, 18.00, 18.00, 23.30, 3.00 Новости 5.05 Телеканал «Доброе утро» 9.20 «Малахов+» 10.20 «Вечный зов», к/ф 11.20 «Детективы» 12.20 «Лолита. Без комплексов» 13.20 «Понять. Простить» 14.00 «Другие новости» 14.30 «Контрольная закупка» 15.20 «Вне закона» 16.00 «Любовь как любовь» 15.20 «Криминальная Россия» 16.00 «Любовь как любовь» 17.00 «Федеральный судья» 18.20 «Пять минут до метра», к/ф 19.10 «Пусть говорят» 20.00 «Сестры по крови», к/ф 21.00 «Время» 21.30 «За все тебя благодарю», к/ф 22.30 «Хилеры. Чудеса исцеления» 23.50 «Искатели» 0.40 «Ударная сила» 1.30 «Дьявол в голубом платье», к/ф 3.305 «Дефективный детектив», к/ф	5.00, 10.00, 12.00, 15.00, 18.00, 18.00, 23.30, 3.00 Новости 5.05 Телеканал «Доброе утро» 9.20 «Малахов+» 10.20 «Вечный зов», к/ф 11.20 «Детективы» 12.20 «Лолита. Без комплексов» 13.20 «Понять. Простить» 14.00 «Другие новости» 14.30 «Контрольная закупка» 15.20 «Вне закона» 16.00 «Любовь как любовь» 17.00 «Федеральный судья» 18.20 «Пять минут до метра», к/ф 19.10 «Пусть говорят» 20.00 «Сестры по крови», к/ф 21.00 «Время» 21.30 «За все тебя благодарю», к/ф 22.30 «Андрей Ростоцкий. Последние 24 часа» 1.00 «Ничего не вижу, ничего не слышу», к/ф 3.05 «Пожар», к/ф	5.00, 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 18.00, 23.30, 3.00 Новости 5.05 Телеканал «Доброе утро» 9.20 «Малахов+» 10.20 «Вечный зов», к/ф 11.20 «Детективы» 12.20 «Лолита. Без комплексов» 13.20 «Понять. Простить» 14.00 «Другие новости» 14.30 «Контрольная закупка» 15.20 «Вне закона» 16.00 «Любовь как любовь» 17.00 «Федеральный судья» 18.20 «Пять минут до метра», к/ф 19.10 «Пусть говорят» 20.00 «Сестры по крови», к/ф 21.00 «Время» 21.30 «За все тебя благодарю», к/ф 22.30 «Кубок Первого канала. Футбол. ЦСКА - Шахтер» 0.20 «Любимцы Америки», к/ф 4.00 «Гангстер и 1», к/ф	5.00, 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 18.00, 23.30, 3.00 Новости 5.05 Телеканал «Доброе утро» 9.20 «Малахов+» 10.20 «Вечный зов», к/ф 11.20 «Детективы» 12.20 «Лолита. Без комплексов» 13.20 «Понять. Простить» 14.00 «Другие новости» 14.30 «Контрольная закупка» 15.20 «Вне закона» 16.00 «Любовь как любовь» 17.00 «Федеральный судья» 18.20 «Пять минут до метра», к/ф 19.10 «Пусть говорят» 20.00 «Сестры по крови», к/ф 21.00 «Время» 21.25 «Розыгрыш» 22.30 К дню рождения В. Высоцкого. Концерт 0.20 «Любимцы Америки», к/ф 4.00 «Гангстер и 1», к/ф	5.40 «Вертикаль», к/ф 6.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости 7.20 «Играй, гармонь любимиая» 8.10 Дисней-клуб 9.00 «Слово пастыря» 9.20 «Здоровье» 10.10 «Смак», к/ф 10.50 «Зверинец» 11.20 «Хочу все знать» 12.10 «Улыбка великого правителя» 13.10 «Андрей Ростоцкий. Последние 24 часа» 14.10 «Перехват», к/ф 16.00 «Новые песни о главном» 18.20 «Их разыскивают милиция» 18.30 «Кто хочет стать миллионером?» 19.30 «Большой спор» с Д. Нагиевым 21.00 Время 21.25 «Розыгрыш» 22.30 К дню рождения В. Высоцкого. Концерт 0.20 «Любимцы Америки», к/ф 4.00 «Гангстер и 1», к/ф	6.00, 10.00, 12.00 Новости 6.10 «Кольцо дракона», к/ф 7.50 «Служу Отчизне» 8.30 Дисней-клуб 9.20 «Умники и умницы» 10.20 «Непутевые заметки» 10.40 «Пока все дома» 11.30 «Ералаш» 12.20 «Кладомскатели» 13.20 «КВН-2006». Финал 15.40 Российская национальная премия «Золотой орел» 18.00 «Времена» 19.00 «Ледовое шоу Евгения Плющенко» 21.00 «Время» 21.50 «Живой», к/ф 23.40 Кубок Первого канала. Футбол. ЦСКА - Шахтер 1.30 «Лейтенант Коломбо. Смертельная развязка», к/ф 3.00, 5.45 «Река не течет вспять», к/ф
Россия	Россия	Россия	Россия	Россия	Россия
5.00 «Доброе утро, Россия» 8.45 «Челноки. Купить по-русски» 8.45 «Пожар в гостинице «Россия» 9.45, 13.45, 16.40, 19.40 Вести. Дежурная часть 10.00, 11.50, 21.15 «Двое из ларца», к/ф 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30, 14.20, 20.45 Местное время. Вести-Москва 11.30, 14.20, 20.45 Местное время. Вести-Москва 11.50 «Частная жизнь» 14.40 «Суд идет» 16.00 «Кулагин и партнеры», к/ф 16.00 «Кулагин и партнеры», к/ф 17.30 Вести-Московская область	5.00 «Доброе утро, Россия» 8.45 «Мой серебряный шар» 9.45 «Мусульмане» 8.45 «Владимир Высоцкий. Французский сон» 10.00, 11.50, 21.15 «Двое из ларца», к/ф 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. Дежурная часть 10.00, 11.50, 21.15 «Двое из ларца», к/ф 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30, 14.20, 20.45 Местное время. Вести-Москва 12.50 «Частная жизнь» 14.40 «Суд идет» 16.00 «Кулагин и партнеры», к/ф 17.20 Местное время. Вести-Московская область 17.40 «Обреченная стать звездой», к/ф 18.40 «Ангел-хранитель», к/ф 21.05 «Спокойной ночи, малыши» 19.00 «Волчица», к/ф 21.05 «Спокойной ночи, малыши» 23.15 «Тайна борта ц1» 0.15 «Вестит» 0.35 «Ярость», к/ф 2.35 «Дорожный патруль» 2.55 «Горячая десятка» 3.45 «Закон и порядок», к/ф 4.35 «Война в доме», к/ф	5.00 «Доброе утро, Россия» 8.45 «Мой серебряный шар» 9.45 «Мусульмане» 8.45 «Владимир Высоцкий. Французский сон» 10.00, 11.10 «Двое из ларца», к/ф 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. Дежурная часть 10.00, 11.50, 21.15 «Двое из ларца», к/ф 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30, 14.20, 20.45 Местное время. Вести-Москва 12.50 «Частная жизнь» 14.40 «Суд идет» 16.00 «Кулагин и партнеры», к/ф 17.20 Местное время. Вести-Московская область 17.40 «Обреченная стать звездой», к/ф 18.40 «Ангел-хранитель», к/ф 21.05 «Спокойной ночи, малыши» 23.15 «Генерал Власов. История предательства» 0.15 «Вестит» 0.35 «Гладиатор по найму», к/ф 1.35 «Война в доме», к/ф	6.00 «Доброе утро, Россия» 8.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести 8.20 «Сельский час» 8.50 «Диалоги о животных» 9.20 «Мой любимый клоун», к/ф 11.20 «Городок». Дайджест 11.50 «Сам себе режиссер» 12.45 «Смехопанорама» 13.15 «Парламентский час» 12.40 «Великая тайна воды» 14.20 «Фитиль № 117» 15.00 «Смеяться разрешается» 16.55 «Гарри Поттер и тайная комната», к/ф 21.00 Специальный репортаж 21.25 «Последний приказ генерала», к/ф 23.15 «Специалист», к/ф 1.25 «База «Клейтон», к/ф 3.30 «Встреча выпускников», к/ф	Россия	
Телеканал ЦЕНТР	Телеканал ЦЕНТР	Телеканал ЦЕНТР	Телеканал ЦЕНТР	Телеканал ЦЕНТР	Телеканал ЦЕНТР
6.00 Канал «настроение» 8.30, 21.15 «Расплата за грехи», к/ф 9.25 «Рано утром», к/ф 11.05 «Детективные истории» 9.25 «Возврата нет», к/ф 11.30, 14.30, 17.30, 0.25 «Петровка, 38» 11.30, 14.30, 17.30, 0.25 «Петровка, 38» 11.45, 14.45, 17.45, 20.45 События 12.00, 23.20 «В центре внимания» 12.35, 2.45 «Одно дело на двоих», к/ф 13.50 «Деловая Москва» 15.00 Мультфильм 16.30 Новое «Времечко» 17.20 «Новогоднее «Времечко» 19.50 «Засекреченная любовь» 22.10 «Участок», к/ф 23.55 События. 25-й час 0.40 «Алан Кутлерман и потерянный город золота», к/ф 3.50 «Кордье - стражи порядка», к/ф 3.50 «Мертвеец идет», к/ф 3.10 «Кордье - стражи порядка», к/ф	6.00 Канал «настроение» 8.30, 21.15 «Расплата за грехи», к/ф 9.25 «Кукла-3», к/ф 11.05 «Детективные истории» 11.30, 14.30, 17.30, 0.25 «Петровка, 38» 11.45, 14.45, 17.45, 20.45 События 12.00, 23.20 «В центре внимания» 12.35, 2.45 «Одно дело на двоих», к/ф 13.50 «Деловая Москва» 15.00 Мультфильм 16.30 Новое «Времечко» 17.20 «Новогоднее «Времечко» 19.50 «Неизвестный Высоцкий» 22.10 «Участок», к/ф 23.55 События. 25-й час 0.40 «Татьянин день. Праздник Московских студентов» 1.55 «Вечерний квартал» 3.55 «Кордье - стражи порядка», к/ф 3.55 «Кордье - стражи порядка», к/ф	6.00 Канал «настроение» 8.30, 21.15 «Расплата за грехи», к/ф 9.25 «Еще раз про любовь», к/ф 11.20 «Репортер» 11.30, 14.30, 17.30, 0.25 «Петровка, 38» 11.45, 14.45, 17.45, 20.45 События 12.00, 23.20 «В центре внимания» 12.35, 2.45 «Одно дело на двоих», к/ф 13.50 «Деловая Москва» 15.00 Мультфильм 16.30 Новое «Времечко» 17.20 «Без репетиций» 19.50 «Неизвестный Высоцкий» 22.10 «Участок», к/ф 23.55 События. 25-й час 0.40 «Татьянин день. Праздник Московских студентов» 1.55 «Вечерний квартал» 3.55 «Кордье - стражи порядка», к/ф 3.55 «Кордье - стражи порядка», к/ф	6.05 «Еще раз про любовь», к/ф 8.00 «Марш-бросок» 8.30 «Православная энциклопедия» 9.45 «АБВГДейка» 10.10 «Король-дроздовик», к/ф 11.45, 14.45, 17.45, 23.55 События 8.30, 21.15 «Расплата за грехи», к/ф 9.25 «Если ты прав...», к/ф 11.05 «Детективные истории» 12.00, 23.20 «В центре внимания» 12.35, 2.45 «Одно дело на двоих», к/ф 13.50 «Деловая Москва» 15.00 «Опасная зона» 16.30 Новое «Времечко» 17.20 «Без репетиций» 19.50 «Ключевой момент» 22.15 «Момент истины» 23.05 «Народ хочет знать» 0.00 События. 25-й час 0.45 «Скорбное бесчувствие», к/ф 3.55 Кордье - стражи порядка», к/ф	5.55 «Если ты прав...», к/ф 7.30 «Право на надежду» 7.55 «Дневник путешественника» 8.25 «Крестьянская застава» 9.45, 4.05 «Репортер» 10.00 «На даче» 10.35 «Наши любимые животные» 11.10 «Музыкальная история» 11.45, 23.45 «События» 11.55 «Женитьба», к/ф 13.45 «Приглашает Борис Ноткин» 14.10 «21-й кабинет» 16.15 «Алька», к/ф 17.00 «Концерт» 18.20 «Детективные истории» 18.50 «Неуправляемый зонтик», к/ф 21.00 «В центре событий» 22.05 «Универсальный солдат. Возвращение», к/ф 0.00 Концерт группы «Лесоповал» 1.30 «Мотодром» 1.55 «Раз, два, три - замри», к/ф 4.20 «Кордье - стражи порядка», к/ф	Телеканал ЦЕНТР
HTB	HTB	HTB	HTB	HTB	HTB
6.00 «Сегодня утром» 9.05 «Следствие вели...» 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня 10.25 «Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю» 10.55 «Кулинарный поединок» 12.00 «Квартирный вопрос» 13.30, 4.00 «Сыщики-4», к/ф 15.30, 18.30, 21.45, 5.35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие» 16.30, 1.10 «Возвращение Мухтара», к/ф 19.40 «Улицы разбитых фонарей», к/ф 22.40 «Сталин. LIVE», к/ф 23.40 «Молодые и злые», к/ф 0.40 «Школа злословия» 1.35 «Любовь не стоит ничего», к/ф 3.20 «Совершенно секретно»	6.00 «Сегодня утром» 9.05 «Следствие вели...» 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня 10.25 «Чистосердечное признание» 11.00 «Таксистка-3», к/ф 12.00 «Две правды» 13.30, 20.50 «Слепой-2», к/ф 14.30 «Жизнь поле для охоты», к/ф 15.30, 18.30, 21.45, 5.35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие» 16.30, 1.10 «Возвращение Мухтара», к/ф 19.40 «Улицы разбитых фонарей», к/ф 22.40 «Сталин. LIVE», к/ф 23.40 «Молодые и злые», к/ф 0.40 «Top Gear» 2.45 «Криминальная Россия» 3.15 «Совершенно секретно» 4.00 «Фабрика грез», к/ф	6.00 «Сегодня утром» 9.05 «Следствие вели...» 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00 Сегодня 10.25 «Чистосердечное признание» 11.00 «Таксистка-3», к/ф 12.00 «Две правды» 13.30, 20.50 «Слепой-2», к/ф 14.30 «Жизнь поле для охоты», к/ф 15.30, 18.30, 21.45, 5.35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие» 16.30, 1.10 «Возвращение Мухтара», к/ф 19.40 «Улицы разбитых фонарей», к/ф 22.40 «Сталин. LIVE», к/ф 23.40 «Молодые и злые», к/ф 0.40 «Top Gear» 2.45 «Криминальная Россия» 3.15 «Совершенно секретно» 4.00 «Фабрика грез», к/ф	5.15 «Шпионские игры», к/ф 6.40 Мультфильм 7.30 «Сказки Баженова» 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня 8.15 «Зол		

ПОЗДРАВЛЕНИЯ



Администрация и Совет депутатов г.п. Красково поздравляют НИКИФОРОВУ НИНУ ПАВЛОВНУ, председателя Совета депутатов г.п. Красково,

САФОНОВА АЛЕКСАНДРА НИКОЛАЕВИЧА, директора совхоза «Красковский» с днем рождения!

От всей души желаем им крепкого здоровья, счастья, благополучия и исполнения всех желаний!

Поздравляем с юбилеем ВОЛЬНОВУ ТАМАРУ ВАСИЛЬЕВНУ

Единственной, родной, неповторимой. Мы в этот день «спасибо» говорим. За доброту и сердце золотое, Мы, мама милая, тебя благодарим! Пусть годы не старят тебя никогда, Мы, дети и внуки, все любим тебя! Желаем здоровья, желаем добра, Живи долго-долго, ты всем нам нужна!

Дети, внуки

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ



Готовим полуфабрикаты на неделю

Очень часто в ритме будничных дней нам не остается времени на полноценное приготовление пищи. Но работа работой, а семью, тем более в которой есть дети, все-таки нужно кормить правильно. «Восхитительные заготовки - полуфабрикаты, которые вы приготовите в выходной день - выручат вас в будни. Тем более, что наполовину уже приготовленную еду может довести до ума не только опытная хозяйка, но и случайно оказавшийся на кухне мужчина или даже ребенок.

Что нужно знать о фарше

1. Чтобы фарш получился вкусным и пышным, лучше использовать два вида мяса в пропорции 1:1.

2. Замороженный фарш потеряет меньше своих ценных качеств, если вы будете его размораживать в холодильном шкафу.

3. От способа измельчения фарша во многом зависит качество блюда. Самый вкусный фарш получается из мясорубки.

4. Фарш для рыбных котлет значительно выигрывает, если в него (только не удивляйтесь!) добавить небольшой кусочек несоленого свиного сала.

5. Фарш очень «любит», когда его взбивают руками. Не уловите на удобную кухонную технику, а помесите немного фарш вручную, от этого он станет пышнее.

Учредитель: МУП «ЦЭР «Красково»

Мнение авторов публикаций может не совпадать с мнением редакции.

Главный редактор Н.М. ОБЛЕЗОВ

БЛАГОДАРНОСТЬ

Выражаем сердечную благодарность сотрудникам ГУМО КЦСОН: директору Д.Е. Ерченко, заместителю директора А.В. Петровой, заведующей отделением № 8 «Социального обслуживания на дому» Н.Н. Евстифеевой, социальному работнику Кузиной Т.П. за внимательное, добре и чуткое отношение.

Желаем им и их близким крепкого здоровья, огромного счастья, благополучия во всем!

Семья Потаповых

Вниманию граждан льготных категорий!

Выдача льготных проездных билетов жителям п. Красково и п. Коренево, оформившим социальные карты жителя Подмосковья, но не получившим их, будет производиться в отделе социальной защиты населения ежедневно с 9.00 до 17.00 часов, кроме выходных, перерыв с 13.00 до 13.45 час по адресу: п. Красково, ул. Школьная, д. 2.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

В отделе культуры Управления по развитию культуры и спорта администрации муниципального образования городского поселения Красково (п. Красково, ул. Лорха, д. 2) на втором этаже в комн. № 9, ежедневно с 9-00 час. до 18-00 час. (обед с 13-00 до 14-00) производится регистрация супружеских пар, отмечающих в 2007 году 50 и 60 лет совместной жизни. Супружеским парам необходимо при себе иметь оба паспорта и свидетельство о браке.

Телефон для справок: 557-51-89

РЕЦЕПТ № 1

Котлеты «на скорую руку»

НАДО: филе курицы - 500 г, майонез - 3 ст. л., 3 яйца, крахмал - 3 ст. л., соль по вкусу.

ГОТОВИМ: 1. Куриное филе нарезать на мелкие кубики 0,5x0,5 см. 2. Добавить яйцо, крахмал и майонез, соль и перец по вкусу. Все хорошо перемешать. Готовую массу заморозить в холодильнике. 3. Размороженную массу столовой ложкой выложить на сковородку с разогретым жиром и обжарить с двух сторон до образования золотистой корочки. Жарить на медленном огне, чтобы котлетки прожарились, но и не подгорели.

РЕЦЕПТ № 2 Рулет из фарша

НАДО: по 300 г мяса свинины и говядины, 1 луковица, 1 морковь, по 0,5 пучка любой зелени. 2 листа замороженного дрожжевого слоеного теста, 150 г любого твердого сыра, соль и перец по вкусу.

ГОТОВИМ: 1. Фарш разморозить. 2. Нашинковать лук и морковь, обжарить в масле до золотистого цвета. Смешать с сырным фаршем. Добавить рубленую зелень, соль и перец. 3. Размороженное тесто раскатать толщиной на 2 см и, немного отступая от краев, тонким слоем выложить фарш. 4. Сыр нарезать маленькими кубиками и посыпать сверху фарша. 5. Аккуратно заворачиваем рулет и на 20 мин. ставим в горячую духовку.

РЕЦЕПТ № 3 Рыбные котлеты

НАДО: 500 г филе судака, щуки или трески, 100 г белого хлеба, 1/2 стакана молока, 3 ст. ложки сухарей и 2 ст. ложки масла.

ГОТОВИМ: 1. Рыбное филе (без кожи) надо пропустить через мясорубку, смешать с хлебом, размоченным в молоке, с солью и перцем и пропустить еще один-два раза через мясорубку. 2. В рыбную массу добавить размягченное масло, хорошо перемешать, сделать котлеты и обваливать их в сухарях. 3. На дно морозилки постелить пищевую пленку, на которую выложить приготовленные котлеты. Когда котлеты как следует заморозятся, их можно сложить в отдельный пакет. На гарнир к рыбному блюду можно припасти банку зеленого горошка или пакет замороженных овощей.

РЕЦЕПТ № 4 Вареники к завтраку

НАДО: яблоки - 3 шт., брусника - 2 стакана, яйца - 2 шт., мука пшеничная - 500 г, сахар - 2 ст. л., соль - 1 ст. л.

ГОТОВИМ: 1. Бруснику перебрать, сложить в дуршлаг и опустить его в кипящую воду на 2-3 мин. Затем приподнять, чтобы вода стекла. 2. Яблоки натереть на терке, добавить сахар и перемешать с брусникой. 3. Из муки, яиц и воды замесить пресное тесто, разделить его на кусочки, раскатать. На середину положить начинку, выпелить вареники и заморозить, как в рецепте № 3.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Центральному федеральному округу. Свидетельство ПИ №FC1-51014 от 9 марта 2006 г.

Отпечатана в Раменской типографии.
140100, г. Раменское, Сафоновский пр., д. 1. Тел. (495) 377-07-83.
Подписано в печать 18.01.2007 г. Время подписания 16.00
Печ. л. 1,0. Тираж 7000 экз. Заказ № 1850

Вниманию граждан льготных категорий!

Жители, вовремя не оформившие социальные карты, приглашаются для оформления социальных карт в Управление социальной защиты населения по адресу:

г. Люберец, ул. Мира, д. 7а (с 9.00 до 17.00 часов, перерыв с 13.00 до 14.00 часов). Приемные дни - понедельник и среда.

При себе иметь следующие документы:

1. Паспорт
2. Пенсионное удостоверение
3. Удостоверение о праве на льготы (все имеющиеся)
4. Медицинский страховой полис
5. Пенсионное страховое свидетельство (если имеется)
6. Черно-белое фото 3x4 (как на паспорт)

В стоматологию требуется

ассистент стоматолога.

График работы - 2/2

Тел. 8-901-536-18-00.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ООО «Гарант» требуются на постоянную работу слесари-сантехники, плотник, уборщицы подъездов, дворники (для работы в Коренево). Обращаться по адресу: п. Красково, ул. К. Маркса, д. 117/7, ком. 6.

Тел. 501-81-01, доб. 3-81.

МУП «АПБ «Красково» требуются архитектор, землеустроитель. Тел. 8-903-274-09-84.

ООО РИА «Реклама Красково»

Размещение и монтаж наружной рекламы на щитах, панель-кронштейнах. Разработка дизайн-проекта.

Оперативная полиграфия: календари, буклеты, визитки. Тел.: 744-51-19.

Факс: 557-10-01, доб. 2-11. E-mail: RIAskovo@mail.ru

Срочно сниму однокомнатную квартиру, желательно в Коренево. Тел. 8-903-263-07-89, 8-926-143-69-12.

Сдаю однокомнатную квартиру в Красково. Тел. 8-926-111-44-84, Екатерина

Меняю 2-комнатную квартиру в п. МЭЗ (возможно + гараж) на дом, часть дома в п. Коренево. Тел. 8-905-592-34-24.

Мебельной фабрике в п. Томилино требуется на постоянную работу: обивщик мягкой мебели, швея, столяр. Тел. 995-96-15, 8-916-975-52-33

Организации требуется водитель. Зарплата от 4,5 тыс. рублей в неделю. 6 рабочих дней. Работа в Люберецком районе. Тел. 8-985-773-31-55, 8-916-931-31-55.

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА «СЕМАЛ»

для детей и взрослых:

- лечение,
- удаление,
- протезирование,
- исправление прикуса.

Собственная зуботехническая лаборатория.

Доступные цены.

Работаем ежедневно.

Будни - с 9.00 до 20.00.

Суббота - с 10.00 до 19.00.

Воскресенье - с 10.00 до 17.00.

Адрес: п. Красково, ул. К. Маркса, 117/15 (напротив Красковской больницы). Тел. 544-87-90

Требуются сварщики, слесарь-сборщик металлоконструкций. Телефон: 509-27-68.

Швейному предприятию в п. Томилино требуется швея по пошиву постельных принадлежностей. Гражданство РФ. График работы с 8.00 до 17.00.

Зарплата от 8 до 14 тыс. руб.

Тел. 743-61-49, 8-916-160-79-55

Детскому саду № 94 срочно требуются воспитатель и няня. Тел. 557-14-11

В салон красоты требуется продавцы-консультанты (женщины от 25 лет, прописка МО).

Зарплата от 9 тыс. руб.

График работы - 2/2.

Тел. 106-94-45

Храм Владимирской иконы Богоматери

21 вс. 8 ч. - литургия 16.30 - молебен

23 вт. Св. Григорий Нисский. Свт. Феофан Затворник. 9 ч. - молебен

24 ср. 16 ч. - вечерня и утреня

25 чт. Ми Татиана. 8.30 - литургия

26 пт. 16 ч. - вечерня и утреня

27 сб. 8.30 - литургия 16 ч. - вечерня и утреня

Адрес редакции:
140051 п. Красково Московской области,
ул. Лорха, д. 8.

Телефон для справок 557-10-01, доб. 2-43.

E-mail: nashe_kraskovo@mail.ru

При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна.