



Администрация
Пищулинского поселения
и жители д. Хмелинец
вышли на субботник



стр. 3

Газета жителей Елецкого района
и города Ельца Липецкой области

Основана 1 января 1941 года

Цена в розницу свободная

Знак информационной продукции: **16+**

В краю родном

№ 116 (9767)

СУББОТА

17 сентября 2016 года

■ Выборы-2016

Уважаемые избиратели
Елецкого района!

18 сентября в нашей стране пройдет единый день голосования. Мы будем выбирать депутатов Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации седьмого созыва и депутатов Липецкого областного Совета депутатов шестого созыва.

Проявить свою гражданскую позицию, не остаться в стороне от этой важной политической кампании должен каждый, кому небезразлично, как дальше будет развиваться наша экономика, какие социальные программы будут решаться. Речь идет о будущем, строить которое должны мы все вместе.

Всех нас, независимо от политических взглядов и убеждений, объединяет чувство любви и преданности к родному краю.

Участвуя в выборах, мы выбираем свое будущее.

Итоги их отражают интересы большинства. Чтобы было именно так, мы должны проявить активность и прийти на избирательные участки.

Напоминаем, что проголосовать вы сможете на избирательном участке по месту жительства с 8:00 часов до 20:00 часов по московскому времени 18 сентября 2016 года.

Избирательные бюллетени выдаются избирателям, включенным в списки избирателей, по предъявлению паспорта гражданина. Если вы не можете самостоятельно по уважительной причине (по состоянию здоровья, инвалидности) прибыть в помещение для голосования, обратитесь в участковую избирательную комиссию о предоставлении возможности проголосовать вне помещения для голосования до 14:00 часов 18 сентября 2016 года (это можно сделать по телефону). Все телефоны ваших избирательных участков размещены на сайте Елецкого муниципального района в разделе **ВЫБОРЫ**. Избиратели, которые не имеют возможности проголосовать на своем участке по месту прописки, могут обратиться в участковую избирательную комиссию за открытием удостоверением до 17 сентября 2016 года включительно.

Ждем вас на избирательных участках!

Территориальная
избирательная комиссия
Елецкого муниципального
района.

■ Выбираем спорт и здоровье



После капитального ремонта распахнули свои двери спортивные залы школ с. Талица, с. Каменское и п. Соколье. Здесь прошли их торжественные открытия. Приветствовал ребят глава района Олег Семенихин. Он побывал и в двух других школах, где в торжественной обстановке перерезал красную ленточку.

Также на открытии присутствовали директора школ, главы поселений, начальник отдела образования Александр Денисов и представители подрядных организаций ООО «СтройТеплоРемонт», ООО «Старатель», ООО «Бастион» и все те, кому небезразлично будущее села, тот, кто взял курс на здоровый образ жизни. Обновленные спортивные залы для них стали настоящим подарком.

На снимке — момент открытия спортивного зала в Талицкой школе.

(Подробнее об открытии спортзалов читайте в одном из следующих номеров нашей газеты).

■ Новостная лента

«ЗА ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ!»

Защитникам нашей Родины в годы Великой Отечественной войны посвящен велопробег «За здоровое будущее», который состоится сегодня в нашей области. Его участниками станут любители велоспорта всех муниципалитетов региона.

Один из этапов стартует в Ельце. Он начнется на площади Революции с возложения цветов к Вечному огню. А затем участники (команда нашего района в их числе) проедут по улицам города. На маршруте будет несколько остановок: у стелы «Город воинской славы», на площади Победы, у обелиска воинам-интернационалистам.

(Подробнее — в одном из следующих номеров газеты).

(Соб. инф.)

«ОСЕННИЙ МАРАФОН»

СОЦРАБОТНИКОВ

Команда «РИТМ» Центра социальной защиты населения Елецкого района участвовала в спортивном празднике «Осенний марафон», который прошел в г. Липецке.

Сюда съехались более 300 социальных работников. Ельчане, как и команды других районов, прошли этапы тестирования, а также организовали агитпункт «ЗОЖ — взгляд в будущее».

Итоги марафона станут известны позднее, а члены команды уверяют, что получили заряд бодрости и удовольствие от участия в празднике.

■ Обратите внимание!

В Приемной Президента Российской Федерации в Липецкой области в октябре будут вести прием граждан:

5 — прокурор Липецкой области Константин Михайлович Кожевников (по вопросам соблюдения прав и свобод человека, исполнения законов законодательными и исполнительными органами субъекта Федерации, органами местного самоуправления, органами контроля, их должностными лицами, а также руководителями коммерческих и некоммерческих организаций, соответствия законам издаваемых ими правовых актов).

12 — управляющий ГУ — отделение Пенсионного Фонда Российской Федерации по Липецкой области Иван Иванович Савин (по вопросам назначения и выплаты трудовых и государственных (социальных) пенсий, выплаты средств пенсионных накоплений умерших граждан их правопреемникам, вопросам выдачи, получения и распоряжения средствами материнского капитала).

20 — начальник Управления государственного и автомобильного надзора по Липецкой области Федеральной службы по надзору в сфере транспорта Сергей Иванович Малахов (по вопросам осуществления государственного контроля за исполнением юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями, органами местного самоуправления и их должностными лицами, организующими и осуществляющими деятельность на территории Липецкой области по обеспечению процесса перевозок грузов и пассажиров автомобильным транспортом, и иную, связанную с транспортным процессом, деятельность).

26 — руководитель следственного Управления Следственного комитета Российской Федерации по Липецкой области Анатолий Петрович Щуров (по вопросам расследования убийств; нарушений правил охраны труда; невыплаты заработной платы; незаконной организации и проведения азартных игр, налоговых и иных преступлений).

31 — руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Липецкой области Владимир Александрович Бондарев (по вопросам обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения, соблюдения требований в области защиты прав потребителей и в области потребительского рынка, государственного надзора за соблюдением требований технических регламентов).

Телефон для справок и записи на прием: 8 (4742)-22-86-40. Запись прекращается за 10 дней до указанной даты приема.

**ВЫПИСЫВАЙТЕ
И ЧИТАЙТЕ
районную газету
«В КРАЮ
РОДНОМ!»**



ПРИМИТЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ

Завтра профессиональный праздник отмечают работники леса, те, кто занят благородным делом сохранения «зеленых легких планеты». Лес играет огромную роль в экономике страны, с ним тесно связана экологическая обстановка. Потому так важно беречь и приумножать национальное богатство.

Желаем всем работникам лесной отрасли здоровья, благополучия, успехов в нелегком труде.

Администрация, Совет депутатов района.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

17 СЕНТЯБРЯ,
СУББОТА

ДЕНЬ ☁️ +12 +17°C

НОЧЬ 🌙 +4 +9°C

ВЕТЕР 🚩 Сев.-зап.,
6 - 11 м/с

18 СЕНТЯБРЯ,
ВОСКРЕСЕНЬЕ

ДЕНЬ ☁️ +13 +18°C

НОЧЬ 🌙 +2 +7°C

ВЕТЕР 🚩 Северный,
4 - 9 м/с

19 СЕНТЯБРЯ,
ПОНЕДЕЛЬНИК

ДЕНЬ ☁️ +12 +17°C

НОЧЬ 🌙 +2 +7°C

ВЕТЕР 🚩 Северный,
3 - 8 м/с

Данные предоставлены
метеостанцией «Елец».

■ **Сельский туризм — территория надежды**

РАДУЖНЫЙ МИР ДЕТСТВА

Первая конкурсная часть фестиваля состояла из номинации под названием «Семейное творчество». Тепло, фантазия и поддержка мамы — в этом главный успех домашнего задания, считает Борис Аброськин (Архангельский сельсовет). Свое декоративное панно из пластилина под названием «Радужный мир детства» он делал вместе с мамой Ириной.

Пришла поддержать своих сыновей Николая и Руслана Касторных и жительница п. Соколье Лиза.

— Мои мальчики с большим интересом взялись лепить из разноцветного пластилина, — говорит она. — Сегодня они радуются и, как остальные ребята, увлечены творчеством. Значит, праздник детства удался.

При создании панно «Заботливая мама» Иван Оборотов (Нижневорогское поселение) взял себе в помощники младшего брата Алексея.

— Я два года занимаюсь лепкой из пластилина, — рассказывает Иван. — В моей коллекции уже 300 моделей диких зверей и мультяшных персонажей. Большую часть поделок подарил своему дедушке Николаю Оборотову. Но первой, кто оценивает законченную работу, — это мама.

«ЗВЕЗДОПАД» ЮНЫХ ТАЛАНТОВ

Пока члены жюри подводили итоги первой номинации, творческие группы детей из 15 сельских поселений заняли исходные позиции. Им предстояло создать собственного сказочного героя.

Тем временем на импровизированной сцене выступали юные «звездочки» со всего елецкого края.



АЛИНА ЛЯПИНА И ЧЕРКАССКИЙ ПЛАСТИЛИНОВЫЙ ГЕРОЙ «СКАЗУНЧИК».

ЧЕРЕЗ ПЛАСТИЛИНОВЫЕ ГОРЫ ЗА «БАРБАРИСОВЫМ» НАСТРОЕНИЕМ



ЗАМ. ГЛАВЫ РАЙОНА ЛИДИЯ СЕНЧАКОВА, ГЛАВА СОКОЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ НАТАЛЬЯ БУТОВА И ПОБЕДИТЕЛЬ ФЕСТИВАЛЯ ИРИНА АБРОСЬКИНА.



ТВОРЧЕСКАЯ КОМАНДА СЕЛА КАЗАКИ: НАСТЯ КАБАНОВА, АЛИНА ПОЛОСИНА, АЛИНА КУРЕЕВА И ЛЕРА СИБОВА.

Воскресное солнечное утро в п. Соколье началось с «Сюрприза». Разноцветные малыши-карандаши «рассыпались» по центральной площади возле поселенческого центра культуры и досуга... То были юные артисты одноименного хореографического ансамбля из д. Казинка, которые своим ярким танцем под названием «Карандаши» открыли первый районный фестиваль детского творчества «Пластилиновая мозаика».

В своем вступительном слове заместитель главы района Лидия Сенчакова пожелала юным «звездочкам» приятного отдыха, верных друзей, ярких побед и свершений.

С новым учебным годом поздравили участники праздника сокольских первоклашек, которые совсем недавно сели за парты. Глава поселения Наталья Бутова вручила ребятам памятные подарки с напутствиями хорошей учебы и отличных оценок.

Прекрасное настроение подарил зрителям лауреат II степени районного фестиваля «Соловушка-2016», воспитанник школы-интерната с. Ериловка Данил Пономарев. Он спел песню «Улетай, туча». Средняя группа народного танцевального ансамбля «Ивушка» (ПЦКиД п. Солидарность) в своих выступлениях перевоплощалась то в трубочистов, то в пиратов.

Украшением праздника стали такие вокальные номера, как «У моей России» в исполнении Вероники Крюковой (с. Черкассы), «Маков цвет» — Ангелины Алексеевой (с. Малая Боевка), «Радуга» — Тарлан Гасановой (д. Хмелинец), «Балалачка» — Лилии Поповой (с. Казаки), «Кнопочка» — Юлии Меренковой (с. Голиково), и многие другие композиции.

Пока музыкальные номинации звучали на площади, каждый юный гость праздника нашел себе занятие по душе. Непоседы, попадая в такт песни, весело прыгали на батуте. Любознательные детки останавливались у палатки Черкасского по-

селения, где мастер-класс проводил писатель, краевед Василий Бутов. Он привез с собой целую мини-выставку бюстов выдающихся земляков, которые сам слепил из пластилина и покрыл лаком.

— Почетное место в коллекции занимает моя первая работа. Это образ моего учителя, писателя Михаила Глазкова, — рассказывал Василий Васильевич.

Изготовить сувенир на память о празднике помогли педагоги районного Центра дополнительного образования Артем Белоусов и Роман Еремеев. Они организовали мастер-класс по созданию глиняной игрушки и лепке из пластилина.

НАШ НОВЫЙ СКАЗОЧНЫЙ ГЕРОЙ

Спектрик, Сказунчик, Барбариски, Лимануф, Мегамозг, Шустик — эти и другие вымышленные пластилиновые существа стали главными героями второй конкурсной номинации фестиваля. То, как сумели вылепить их ребята, оценивали члены жюри.

Но перед конкурсантами стояла непростая задача. Они должны были презентовать своего сказочного друга. Команда из Большеизвальского сельсовета не только слепила красочных Барбарисок, но и сами девочки, перевоплотившись в них, устроили целое представление. Танцевали, пускали мыльные пузыри и подарили море улыбок и «барбарисового» настроения.

А ребята из Сокольского поселения пожелали всем радужных и положительных эмоций. Их сказочный герой Спектрик скатился напрямик с радуги на землю, чтобы сделать всех счастливыми. Команда Черкасского поселения познакомила гостей фестиваля и членов жюри с добрыми историями, сказками, которые поведал им их вымышленный пластилиновый друг Сказунчик. В лаптях-скороходах он обогнул планету и собрал для ребят множество хороших историй.

— Такие праздники тем и хороши, что наши дети могут проявить свою фантазию, встретиться с друзьями и познакомиться с новыми, — говорит

заместитель главы района Лидия Сенчакова. — А сейчас настал ответственный момент. Члены жюри оценили творчество конкурсантов, и мы готовы подвести итоги фестиваля.

В номинации «Семейное творчество» лауреатом I степени стали Аброськины (сельское поселение Архангельский сельсовет). Дипломом II степени награждены Оборотовы (Нижневорогское поселение), III место заняли Саввины (Волчанский сельсовет).

В номинации «Наш сказочный герой» абсолютными победителями стали «Барбариски» Большеизвальского поселения, лауреатами II степени фестиваля «Пластилиновая мозаика» признана творческая команда Архангельского поселения, а ребята из Сокольского сельской администрации получили диплом III степени.

Яркой точкой фестиваля стало коллективное панно, которое дети сделали из «гор» пластилина, согретого собственным теплом.

И. ТАРАВКОВА.



СКАЗОЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ ПОДАРИЛИ «БАРБАРИСКИ» БОЛЬШЕИЗВАЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ.



ИВАН ОБОРОВОТ ПРИЕХАЛ НА ФЕСТИВАЛЬ ВМЕСТЕ С БРАТОМ АЛЕКСЕЕМ.



НА МАСТЕР-КЛАССЕ У АРТЕМА БЕЛОУСОВА ЛИЗА ОБОРОВОТА НАУЧИЛАСЬ ЛЕПИТЬ ИЗ ПЛАСТИЛИНА ЛОШАДКУ.

■ Елецкий район: от выборов до выборов

«РЕВИТАЛИЗАЦИЯ» ПО-КАЗАЦКИ

Жителей Казацкого поселения волнует многое, а потому диалог с представителями власти собирает в зале Дома культуры немало людей.

В этот раз он прошел здесь с первым заместителем главы райадминистрации Евгением Третьяковым, зам. председателя Совета депутатов Николаем Бурлаковым, а также начальниками служб и организаций района.

— Территория поселения активно развивается и благоустраивается. У нас имеется все необходимое для комфортной жизни, — рассказал глава поселения Владимир Скворцов. — Мы собираем гостей на таких мероприятиях, как «Казачья застава», «В семье единой», «Гастрономический фестиваль», молодежный форум «РИТМ». Наша территория активно участвует в проекте «Ревитализация»: на обновленном стадионе «Воргол» теперь можно проводить крупные спортивные соревнования; реконструирован детский сад «Солнышко»; во дворе школы № 2 открыта спортивная площадка для сдачи норм ГТО.

В первом полугодии 2016 года было сделано немало: проведен ямочный ремонт дорог по улицам Елецкой, Лесной, Заводской, Меркулова, Тихонова, Советской, отсыпаны щебнем дороги в п. Мирный; опиливали деревья, которые создают угрозу жителям и транспорту; к 9 Мая отремонтирован памятник погибшим бойцам; отремонтировано восемь контейнерных площадок, на трех из них обновлены ограждения. Ликвидированы четыре несанкционированных свалки на ул. Заводской (2) и Пионерской (1), а также в районе бывшего животноводческого комплекса.

Важным аспектом в развитии территории является формирование доходной и расходной статей бюджета. Первая составила 48,6 процента, вторая — 46,5 процента от плана. Материальную помощь в проведении праздничных мероприятий оказывают ИП, местные КФХ «Иванова» и КФХ «Рязанов», ДСУ-3 г. Ельца.

Не обошли стороной в беседе и темы спорта и культуры. На развитие последней в бюджете было запланировано 2219 тыс. рублей; проведено в первом полугодии 36 культурных и досуговых мероприятий.

Что касается спорта, на территории поселения зимой функционирует хоккейная коробка, при ДК работает спортзал (действуют секции тенниса, волейбола, футбола, баскетбола, шашек).

Кооперация на селе активно развивается. Вот уже не первый год ведет свою деятельность СКПК «Надежда». «Казачий дворик» только начал работу, но уверенно набирает обороты.

Что планируется в поселении на второе полугодие? Во-первых, начать строительство мемориального комплекса в память о погибших в годы войны односельчанах (значительная сумма уже собрана самими жителями); во-вторых, приобрести 20 контейнеров для сбора и хранения ТБО; в-третьих, установить детские игровые комплексы на улицах Лесной, Глазкова, Чапаева и многое другое.

Немало вопросов было задано главе поселения. Сергея Родионова волновало состояние дороги по ул. 9-е Декабря. Также он затронул тему несанкционированных свалок. Кто-то высказал предположение, что мусор часто выбрасывают проезжающие на машинах «туристы».

— На улице Заводской очистили контейнерную площадку, а через три дня здесь снова беспорядок, — заметил Владимир Скворцов. — Мы не можем поставить охрану на каждый объект. Поэтому важно участие в благоустройстве всех жителей.

Не обошли стороной и вопросы перебоев в работе водопровода. — Проблемы будем решать, — подвел итог первый зам. главы района Е. Третьяков, — а жители должны помогать властям улучшать жизнь на территории своей малой родины.

И. РОЩУПКИН.

■ Спортивный курьер

МЕДАЛЬ КАК ОЦЕНКА «ОТЛИЧНО»

В первых числах сентября в Тамбове состоялся Всероссийский турнир по дзюдо среди юношей и девушек до 18 лет. Он посвящался памяти мастера спорта СССР С. Самойлова. В соревнованиях участвовали спортсмены из пяти областей ЦФО.

Воспитанники районной ДЮСШ в составе сборной области, тренирующиеся под началом Сергея и Натальи Лариных, выступили успешно. Первые места в весовых категориях 55 и 66 кг соответственно заняли Данила Мосин и Никита Ушаков. «Серебро» в копилке наград Станислава Ларина и Анастасии Парфеновой. На третью ступень пьедестала почета поднялся Дмитрий Панкратов. Сергей Придущенко и

Данил Рылов смогли войти в пятерку сильнейших.

В командном зачете борцы Липецкой области заняли второе место и были награждены специальным кубком. Тренерский коллектив поздравляет спортсменов (ведь медаль — это как оценка «отлично» за выученный урок) и благодарит родительский комитет за помощь в организации поездки на соревнования.

(Соб. инф.)



ВОСПИТАННИКИ РАЙОННОЙ ДЮСШ — ПОБЕДИТЕЛИ И ПРИЗЕРЫ ВСЕРОССИЙСКОГО ТУРНИРА ПО ДЗЮДО.

■ Благоустройство

БУДЕТ РАДОСТЬ ДЕТВОРЕ

На этой неделе в д. Хмелинец активно занимались благоустройством. Селяне равнодушны к своему родному уголку, потому в субботниках участвовали не только местные жители, но и работники сельской администрации, глава поселения Руслан Рязанцев.

Коллектив детского сада вместе с родителями взялся за обустройство клумбы. Никто не остался в стороне от общего дела.

По словам главы поселения Руслана Рязанцева, буквально на днях должно состояться открытие детской площадки в д. Хмелинец. Здесь также активно велись работы по благоустройству. Теперь на радость местной детворе будет установлен целый игровой комплекс. А рядом разбита клумба, которую украшают туи и можжевельник.

Вокруг Дома культуры — образцовый порядок. Благоустроена территория возле школы и ДК.

Огромную помощь в обустройстве оказали фермеры, депутаты, работники «Объединенных систем сбора платы», местные жители, коллектив администрации Пищупинского поселения. Руслан Рязанцев благодарен всем за выполненную работу.

Т. БОГДАНОВА.



ЖИТЕЛИ ДРУЖНО ВЫШЛИ НА СУББОТНИК.

■ Окно ГИБДД

НА КОНТРОЛЕ — ПЕШЕХОДЫ И БОЛЬШЕГРУЗЫ

На минувшей неделе завершилась операция «Внимание: дети!», главная цель которой — профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.

В ходе рейдов к административной ответственности привлечены водители, перевозящие юных пассажиров, не пристегнутых ремнями безопасности, а также не использующие специальные удерживающие устройства. Аварий с участием несовершеннолетних на территории района не зарегистрировано.

Как отметил госинспектор ОГИБДД ОМВД России по Елецкому району А. Богачев, профилактические мероприятия данной направленности продолжатся. Водителям следует помнить о необходимости особого внимания на участках с пешеходными переходами и там, где возможно внезапное появление детей на проезжей части. В темное время суток вне населенных пунктов для пешеходов обязательно использование световозвращающих элементов на одежде.

Обратите внимание: с 19 по 21 сентября будут проводиться профилактические мероприятия, направленные на выявление нарушений правил перевозки крупногабаритных и тяжеловесных грузов; эксплуатации ТС, имеющих технические неисправности.

В ходе рейдов инспекторы проверяют, в частности, наличие изменений в конструкции (увеличение высоты бортов, изменение размера колесной базы и т. п.). Меры административного воздействия будут применяться к водителям и должностным лицам, допустившим загрязнение дорожного покрытия и окружающей среды при перевозке грузов, в том числе сельхозпродукции.

(Соб. инф.)

■ Ваше здоровье

СОБЛЮДАЙТЕ ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

Здоровье органов пищеварения во многом зависит от образа жизни. Человек зачастую не успевает правильно питаться и следить за тем, какие продукты он употребляет в пищу, пагубное влияние вредных привычек отражается на системе пищеварения. Слово — гастроэнтерологу областной поликлиники В. ЧЕРНЫШЕВОЙ:

— Боли в районе груди, изжога могут быть первыми сигналами развития гастрита и язвы.

Появление симптоматики часто игнорируется, а болезнь всегда проще предупредить, чем вылечить, поэтому стоит отметить основные способы предотвращения заболеваний. Главный метод — правильное питание и размеренный образ жизни.

Распространенные заболевания пищеварительной системы: гастрит, язвенная болезнь желудка, желчнокаменная, панкреатит.

Риск заболевания раком пищеварительной системы повышен у мужчин старше 50 лет, риск заболевания желчнокаменной болезнью повышен у женщин старше 40 лет.

Рак желудка в два раза чаще развивается у мужчин, в то время как желчнокаменная болезнь — в три-пять раз чаще у женщин.

Если у ваших родителей или других ближайших кровных родственников была в прошлом язвенная болезнь или рак желудка и толстого кишечника, то и в вашем случае риск развития соответствующих заболеваний увеличивается.

Избыточный вес влияет на развитие таких заболеваний, как панкреатит, рак желчного пузыря и желчнокаменная болезнь.

Болезненное пристрастие к алкоголю удваивает риск развития язвенной болезни желудка, рака желудка, панкреатита, гепатита и цирроза печени.

Обилие в рационе жирного и жареного, красного мяса, фастфуда, переизбыток углеводов (особенно простых), копченого и соленого мяса и рыбы, маринадов, консервантов — все это значительно повышает риск развития рака желудка и прочих заболеваний пищеварительной системы.

Отказ от завтрака, длительные перерывы в питании (более четырех-пяти часов), объедание перед сном, употребление газировок на голодный желудок и прочие нарушения режима питания способствуют развитию всех видов заболеваний пищеварения.

В организме, испытывающем стресс или нервное перенапряжение, происходит спазм капилляров желудка. Это препятствует выделению слизи, защищающей слизистую оболочку. Желудочный сок разъедает ее и ткань желудка, что приводит к образованию язвы и, следовательно, к развитию язвенной болезни.

Недостаток движения, отсутствие тонуса усложняет организму задачу борьбы с негативными факторами. Это касается и вопросов общей формы, иммунитета и конкретных проблем, например, слабости мышц брюшной стенки.

Профилактика заболеваний доступна каждому. Ешьте чаще, но более мелкими порциями, обязательно завтракайте, не пропускайте приемы пищи.

Снизьте употребление жирной, копченой, жареной, пересоленной еды, пейте как можно меньше газированных напитков. Увеличьте в рационе дозу клетчатки (каши, хлеб с отрубями, овощи, фрукты), старайтесь не подсаживать еду.

Ешьте в меру; помните, что стандартная порция не превышает 400 мл (300 мл для женщин) еды, если представить ее в жидком виде. Не заставляйте себя голодать, питайтесь правильно и упорядоченно.

Если у вас есть избыточный вес, попытайтесь похудеть. Откажитесь от алкоголя или снизьте его потребление до минимума.

Бросьте курить.

Научитесь контролировать стресс. Больше двигайтесь, старайтесь не нервничать, научитесь справляться с эмоциями, гуляйте, высыпайтесь, отдыхайте. Такие меры не только косвенно влияют на пищеварительную систему, но и укрепляют ваше здоровье в целом.

Ограничьте потребление кофе и газированных напитков. Норма безопасного употребления этих напитков в день составляет 300 — 400 мл готового натурального кофе (две-три кофейные чашки). Пейте как можно меньше газированных напитков: желательнее ограничиваться одним стаканом в день или вовсе отказаться от их употребления.

Больше двигайтесь. Норма активности для взрослого человека составляет 150 минут в неделю; если вы не достигли этого показателя, постарайтесь повысить уровень своей двигательной активности.

Соблюдение этих простых правил поможет вам предупредить такие острые заболевания, как гастрит, панкреатит, язва и облегчить хронические формы.

■ Официально

Уважаемые избиратели!

Территориальная избирательная комиссия приглашает вас принять участие в голосовании на выборах депутатов Государственной Думы Российской Федерации седьмого созыва и депутатов Липецкого областного Совета депутатов шестого созыва 18 сентября 2016 года с 8:00 до 20:00 на избирательных участках Елецкого муниципального района, расположенных по адресам:

СПИСОК избирательных участков, участков референдума на территории Елецкого муниципального района Липецкой области

ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-01
Центр — Липецкая область, Елецкий район, п. Солидарность, ул. Лесная, д. 22 (здание МБКАУ «ПЦКиД «п. Солидарность»), тел. 9-83-44.
В границах населенных пунктов: п. Солидарность, улицы: Дачная, Зеленая, Кооперативная, Лесная, Луговая, Новая, Новоселов, Пригородная, Пушкина, Школьная, Солнечная, Садовая.
Число избирателей: 1167.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-02
Центр — Липецкая область, Елецкий район, п. Солидарность, ул. Первомайская, д. 20 (здание районной детско-юношеской спортивной школы п. Солидарность), тел. 9-84-31.
В границах населенных пунктов: п. Солидарность, улицы: Первомайская, Октябрьская, Комсомольская, Березовая, Дубовая, Звездная, Максимова, Молодежная, Полевая, Советская, Транспортная, Шоссейная; д. Сахаровка, с. Новый Ольшанец.
Число избирателей: 824.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-03
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Архангельское, ул. Клубная, д. 16 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга «Солидарность»), тел. 9-87-16.
В границах населенных пунктов: с. Архангельское, д. Алленка, д. Бувка, д. Ивлевка, д. Кожуховка, д. Комбаровка, железнодорожная будка 434 км, 442 км, д. Николаевка, д. Голубевка.
Число избирателей: 330.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-04
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Большая Извалы, ул. Советская, д. 5 (здание администрации сельского поселения Большеизвальский сельсовет), тел. 9-51-24.
В границах населенных пунктов: с. Большие Извалы, д. Малые Извалы.
Число избирателей: 486.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-05
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Екатериновка, ул. Клубная, д. 30 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-91-25.
В границах населенных пунктов: д. Екатериновка.
Число избирателей: 364.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-06
Центр — Липецкая область, Елецкий район, п. Маяк, ул. Школьная, д. 8 (здание МБОУ основной общеобразовательной школы), тел. 9-71-68.
В границах населенных пунктов: п. Маяк, д. Марчуки, д. Глушица, д. Хмелевое, д. Урывки.
Число избирателей: 760.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-07
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Волчье, ул. Придорожная, д. 14 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел.: 89192585422; 89155591020.
В границах населенных пунктов: с. Волчье, с. Долгое, д. Слободка.
Число избирателей: 221.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-08
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Крутое, ул. Транспортная, д. 10 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и

досуга»), тел. 9-53-38.
В границах населенных пунктов: с. Крутое, д. Свидаевка, с. Рябинки.
Число избирателей: 245.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-09
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Воронеж, ул. Клубная, д. 17 (здание администрации сельского поселения Воронежский сельсовет), тел. 9-20-33.
В границах населенных пунктов: с. Воронеж, д. Быковка, д. Красный Хутор.
Число избирателей: 975.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-10
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Чернышевка, ул. Клубная, д. 31 (здание бывшей школы), тел. 9-95-11.
В границах населенных пунктов: д. Чернышевка, д. Большая Александровка, д. Приречье, д. Семичастное.
Число избирателей: 269.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-11
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Паниковец, ул. Клубная, д. 32 (здание МОУ начальной школы), тел. 9-95-23.
В границах населенных пунктов: с. Паниковец.
Число избирателей: 245.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-12
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Голиково, ул. Центральная, д. 23 (здание администрации сельского поселения Голиковский сельсовет), тел.: 9-55-33, 9-55-34.
В границах населенных пунктов: с. Голиково, с. Задонье, пос. Задоньевский.
Число избирателей: 485.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-13
Центр — Липецкая область, Елецкий район, п. Елецкий, ул. 50 лет Октября, д. 2 (здание администрации сельского поселения Елецкий сельсовет), тел.: 9-77-46, 9-77-30.
В границах населенных пунктов: п. Елецкий.
Число избирателей: 579.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-14
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Трубицино, ул. Центральная, д. 77 (здание ФАП), тел. 9-35-52.
В границах населенных пунктов: д. Трубицино.
Число избирателей: 204.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-15
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Аргамач-Пальна, ул. Библиотечная, д. 11 (здание библиотеки), тел. 9-77-94.
В границах населенных пунктов: с. Аргамач-Пальна, д. Ламская, д. Касимовка, д. Михайловка.
Число избирателей: 182.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-16
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Казаки, ул. Мира, д. 55 (здание МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-66-80.
В границах населенных пунктов: с. Казаки, ул. Чапаева, Колхозная, 9-е Декабря, Елецкая, Меркулова, Новая, Пионерская, Совхозная, Первомайская, Лесная, Тихонова, Октябрьская, Маяковского, Советская, Мира: номера домов с 1 — 69 и со 2 — 44.
Число избирателей: 1330.

ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-17
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Казаки, ул. Заводская, д. 96 (здание МБОУ основной общеобразовательной школы), тел. 9-61-70.
В границах населенных пунктов: д. Березовка, д. Александровка, с. Казаки: пос. 1-е Мая, пос. Заводской, пос. Красный, пос. Мирный; улиц: Полевая, Заводская, Молодежная, Горького, Гагарина, Луганка, Трудовая, Комсомольская, Цветочная, Глазкова, Мира: номера домов с 71 — 133 и с 46 — 100.
Число избирателей: 1222.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-18
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Талица, ул. Советская, д. 2 «б» (здание администрации сельского поселения Колосовский сельсовет), тел. 9-33-48.
В границах населенных пунктов: с. Талица, д. Колосовка, д. Поповка, д. Суворовка, д. Алексеевка.
Число избирателей: 1287.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-19
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Ивановка, ул. Центральная, д. 4 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-36-00.
В границах населенных пунктов: д. Ивановка.
Число избирателей: 112.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-20
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Казинка, ул. Клубная, д. 2 (здание администрации сельского поселения Лавский сельсовет), тел. 9-72-30.
В границах населенных пунктов: д. Казинка.
Число избирателей: 1176.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-21
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Лавы, ул. Северная, д. 3 (здание МБОУ основной общеобразовательной школы), тел. 9-50-95.
В границах населенных пунктов: с. Лавы.
Число избирателей: 1197.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-22
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Малая Боевка, ул. Мира, д. 35 (здание администрации сельского поселения Малобоевский сельсовет), тел. 9-76-23.
В границах населенных пунктов: с. Малая Боевка, д. Сосенка, д. Рябинка, д. Петровские Круги, д. Рудневка, д. Васильевка, д. Дерновка, д. Успенка, д. Ильинка, д. Нетсево.
Число избирателей: 648.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-23
Центр — Липецкая область, Елецкий район, п. Газопровод, ул. Советская, д. 10 (здание МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-02-42.
В границах населенных пунктов: п. Газопровод, п. Ключ жизни, д. Пажень, д. Аксенкино, п. Красный Куст.
Число избирателей: 2335.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-24
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Дерновка, ул. Школьная, д. 1 «а» (здание филиала МБОУ СОШ п. Ключ жизни начальной школы с. Ольховец), тел. 9-62-69.

В границах населенных пунктов: с. Ольховец, д. Дерновка, железнодорожная станция Пажень.
Число избирателей: 567.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-25
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Нижний Воргол, ул. Клубная, д. 5 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-02-39.
В границах населенных пунктов: с. Нижний Воргол, д. Дмитриевка.
Число избирателей: 557.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-26
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Хмелинец, ул. Совхозная (здание МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел.: 9-96-93, 9-97-52.
В границах населенных пунктов: д. Хмелинец, с. Пищулино, с. Рогоатово, п. Красный Октябрь, д. Белевец, д. Сазыкино.
Число избирателей: 1093.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-27
Центр — Липецкая область, Елецкий район, железнодорожная станция Телегино, п. Капани (здание лесхоза), тел. 9-58-14.
В границах населенных пунктов: железнодорожная станция Телегино.
Число избирателей: 296.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-28
Центр — Липецкая область, Елецкий район, п. Соколье, ул. Лорха, д. 12 (здание МБКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-92-17.
В границах населенных пунктов: п. Соколье, д. Чибисовка, д. Малая Суворовка, д. Черкасские Дворики, д. Лукошкино, д. Аркатово, разезд 215 км.
Число избирателей: 1161.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-29
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Каменское, ул. Октябрьская, д. 4 (здание администрации сельского поселения Федоровский сельсовет), тел. 9-17-47.
В границах населенных пунктов: с. Каменское, станция Хитрово, д. Зыбинка, д. Гудаловка.
Число избирателей: 1210.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-30
Центр — Липецкая область, Елецкий район, д. Ивановка, ул. Рабочая, д. 45 (здание МБОУ начальной школы — детского сада д. Ивановка), тел. 9-11-16.
В границах населенных пунктов: д. Ивановка, п. Красный Октябрь, д. Барановка, д. Танеевка.
Число избирателей: 329.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-31
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Черкассы, ул. Советская, д. 6 (здание администрации сельского поселения Черкасский сельсовет), тел. 9-94-25.
В границах населенных пунктов: с. Черкассы.
Число избирателей: 822.
ИЗБИРАТЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК № 08-32
Центр — Липецкая область, Елецкий район, с. Ериловка, ул. 40 лет Победы, д. 30 (здание сектора досуга МКУ «Поселенческий центр культуры и досуга»), тел. 9-93-22.
В границах населенных пунктов: с. Ериловка.
Число избирателей: 238.

Реклама. Объявления. 4-82-21



ПОЗДРАВЛЯЕМ

с юбилейным днем рождения дорогую, любимую Елену Николаевну ЕЛЕЦКИХ!
Пожелать тебе хочется счастья,

*Широты, изобилья, добра,
 Чтобы день был еще прекрасней,
 Чем минутою назад, чем вчера.
 Чтоб в душе теплота не угасла,
 Чтобы сердцу стучать и стучать,
 И такого огромного счастья,
 Чтоб руками его не обнять.
 Муж, сын, родные.*

УСЛУГИ

* Привезу: песок, щебень, щерб. отходы. Недорого. Т. 89158587437. ИНН 480702452909

* Привезу: песок, щебень, щерб. отходы, землю, глину. Тел. 89056812272.

* Ремонт стиральных машин, холодильников, телевизоров. Низкие цены, гарантия, выезд на дом. г. Елец, ул. Октябрьская, 47 (с 9 до 17 часов). Т.: 4-12-08; 89102580098. ИНН 4821013656

ПРОДАЕМ

* Агрофирма реализует КУР-НЕСУШЕК с бесплатной доставкой на дом. Т. 89286059619.

* Магазин низких цен. Холодильники, стиральные машины, газовые плиты, АОГВ и многое другое. Кредит, доставка, гарантия. г. Елец, ул. Советская, 68. Т. 6-00-71. ИНН 4821017629

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ

* разнорабочего с проживанием. Т. 89205107799.

ТЕПЛИЦЫ

от производителя
8-905-178-66-33
iron48.ru
 Товар сертифицирован

Администрация сельского поселения Нижневоргольский сельсовет Елецкого муниципального района уведомляет о намерении предоставить в аренду земельный участок для ведения личного подсобного хозяйства из земель населенных пунктов с кадастровым номером 48:07:0560112:17 общей площадью 1723 кв. м, местоположение: Липецкая область, Елецкий район, сельское поселение Нижневоргольский сельсовет, п. Ключ жизни, ул. Каштановая, д. 5.
 Заявление о предоставлении в аренду земельного участка направлять в администрацию сельского поселения Нижневоргольский сельсовет по адресу: Липецкая область, Елецкий район, п. Газопровод, ул. Советская, д. 12.

Главный редактор
М. В. Быкова

Адрес редакции
 В Интернете:
www.krai-rodnoi.ru
 Электронная почта:
elkrai@krai-rodnoi.ru
elkrai@yelets.lipetsk.ru

УЧРЕДИТЕЛИ:

администрация Елецкого муниципального района Липецкой области Российской Федерации, Совет депутатов Елецкого муниципального района Липецкой области Российской Федерации, Управление по делам печати, телерадиовещания и связи Липецкой области, муниципальное автономное учреждение «Редакция районной газеты «В краю родном».

Газета зарегистрирована 18.06.2010 г. Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Липецкой области (свид. № ТУ 48-00113)

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:

399770, Липецкая область, г. Елец, ул. Советская, 72
ТЕЛЕФОНЫ:
 главный редактор — 2-72-08; зам. главного редактора — 2-40-85; ответственный секретарь — 6-91-40; главный бухгалтер — 4-82-21; редакторы отделов — 4-83-89, 2-01-17, 2-26-07.

Номер отпечатан в ООО «Веда-социум». Адрес типографии: 398055, г. Липецк, ул. Московская, д. 83. Юридический адрес: 398055, г. Липецк, ул. Московская, д. 83. Тираж 3468. Заказ № 12675. Индекс издания 52622. Газета выходит три раза в неделю: вторник, четверг, суббота. Подписано в печать: по графику — в 17.00, факт. — 16.00. Ответственный секретарь — И. В. МЕШАЕВА, компьютерная верстка — Н. Е. ИВАНОВА.

При перепечатке публикаций газеты, использовании их в иных средствах массовой информации ссылка на «В краю родном» обязательна. Редакция оставляет за собой право не вступать в переписку с читателями. Позиция редакции может не совпадать с мнением авторов. За содержание рекламных материалов, объявлений редакция ответственности не несет. © — таким знаком обозначается материал рекламного характера, публикуемый на платной основе. Свободная цена.