

салон оптики
г. Ухта, ул. Оплеснина, 5 (8216) 76-17-73
27, 28, 29 ноября
2015 г.
скидки от 30% до 70%

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

**Определят ли
вступительные
испытания
для кадетов**

Новости

стр. 6

«Быстрые кеды» и «Победа», стр. 10

**«Для
меня
роскошь
— быть
с семьей»**

Леонид
Ярмольник
о верности
и дружбе,
любви и за-
боте о близ-
ких.



Фото Вадима Тараканова

стр. 4

Коралл ПЛЮС **Стоматологическая клиника**
г. Ухта, ул. Бушуева, 1, т. 8(8216) 75-30-69
Сосногорск, Сосновский переулок, д. 8, т. (8-82149) 5-58-28

- Лечение зубов
- Лечение десен
- Удаление зубов
- Рентгенология
- Все виды протезирования
- Кредит от ОТП Банка

ПРИЕМ ВЕДУТ ВРАЧИ
Копылов Ю.П.,
Остяков А.А.,
Суровцева С.Н.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ИНН 1102056660 ОГРН 1071102003840 Лиц. ЛО-11-01-001045 от 14.08.2013 г.

«РАДУГА» г. Ухта ул. Октябрьская-25, 2 эт.
Т.: 8(8216) 76-000-3, 76-85-33
пн-пт с 9 до 20, сб с 9 до 17, вс - по записи

«СаНиДент»
г. Ухта пр. Ленина-24 (зд. ж/к)
Т. 8(8216) 72-28-28
пн-пт с 8 до 19, сб с 8 до 14
вс - выходной

«ЛукоМорье» г. Ухта пр. ЛЕНИНА-2/15
Т. 8(8216) 74-43-04
ДБ «Сервис», 3 этаж

С 1 ноября 2015 года по 15 февраля 2016 года
АКЦИЯ «Сохрани здоровье зубов».
Подробнее по телефонам в кабинетах сети
стоматологии «СаНиДент»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ФАНЕРА МДФ ДСП ДВП
НА УТЕПЛИТЕЛЬ СКИДКА 15%

ЛАМИНИРОВАННЫЕ
ПОЛЫ, ПЛИНТУС
ИЗОПЛИТА, РУБЕРОИД
УТЕПЛИТЕЛЬ
ДОСКА ПОЛА
ЛАГИ ПОЛА, БРУСОК
ВАГОНКА хвоя, осина, липа
ПОГОНАЖ

«Строитель» РЕКЛАМА

Доставка «по звонку»
от 1-го часа
премия снабженцам
бесплатно от 10 000 руб.

Т. 8(8216) 793-986
г. Ухта, п. УРМЗ (пивзавод)

ООО «АвтоТрансЛогистик» т/ф: (8216) 777-080, 745-590

- ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ ПО РОССИИ И РК
- ДОСТАВКА ГРУЗОВ до месторождений в РК
- ДОМАШНИЕ ПЕРЕЕЗДЫ
- Авто, ж.-д. и контейнерные услуги ж.-д. тупика

ПРЕДОСТАВЛЯЕТ УСЛУГИ
АВТОКРАНА 25 т
МАНИПУЛЯТОРА до 5 т
«ГАЗели» до 2,5 т

Денежные займы
г. Сосногорск ул. Оплеснина, 5
т. 8-912-962-16-37
ул. Герцена, 5а, пав. 15, т. 8-912-147-01-77

Микрофинансовая компания

Все условия выдачи займов (в том числе процентная ставка) предоставляются при обращении граждан за их выдачей или на сайте: <http://rostovshik-29.ru/posts>. Услуга предоставляется ООО НФК «Ростовщик», ОГРН 1122932000652. Регистрационный номер записи в госреестре микрофинансовых организаций 2120220001614.

ОКНОМАРКЕТ
НАДЕЖНЫЕ ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА И ДВЕРИ

ОКНА • БАЛКОНЫ
ДВЕРИ • ЛОДЖИИ

СТЕКЛОПАКЕТЫ И РЕЗКА СТЕКЛА
КОМПЛЕКТУЮЩИЕ ДЛЯ МОНТАЖА
И ОТДЕЛКИ ОКОН

г. Ухта, пр. Ленина, д. 2/15
ДБ «Сервис», 2 эт., т. 8(8216) 70-30-30

ЗАПИСЬ НА БЕСПЛАТНЫЙ ЗАМЕР
на сайте www.oknomarket-komi.ru



ул. Железнодорожная, 16А
тел. (8-8216) 75-07-04, факс 75-17-17

Более 1 500 видов обоев

Более 10 000 оттенков красок

Колеровка, строительные материалы и многое другое

ПОПОЛНЕНИЕ КОЛЛЕКЦИИ ОБОЕВ - 1 РАЗ В МЕСЯЦ

Реклама

<p>УХТА, СЕНЮКОВА-8 ☎ 8(8216) 71-05-21 VK.COM/CLUB56805899</p>	<p>АвтоАтелье</p>	<p>АвтоПрестиж</p>	<p>Ухта, Сениукова-8 ☎ 8(8216) 74-99-89 Сосногорск, Оплеснина-5</p>
<p>ПОШИВ АВТОЧЕЛОВ ПО ВАШЕМУ ДИЗАЙНУ ВСЕ ТКАНИ В НАЛИЧИИ Широкий выбор цветов экокожи, тканей, алькантары</p>		<p>АВТОЗАПЧАСТИ НА ИНОМАРКИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ ☎ 8(8216) 717-317</p>	
<p>КУПИ ГОТОВЫЕ ИЛИ СОЗДАЙ СВОЙ ДИЗАЙН Срок изготовления 5-7 рабочих дней</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>от 5 000 руб. С ВАШИМ ДИЗАЙНОМ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>от 5 000 руб. С ВАШИМ ДИЗАЙНОМ</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>МЕХОВЫЕ НАКИДКИ</p> </div> </div>		<p>ШИРОКИЙ ВЫБОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ АВТОЧЕЛОВ НА ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ и иностранные автомобили ➤ ШУМО-, ТЕПЛО-, ВИБРОИЗОЛЯЦИЙ ➤ БРЫЗГОВИКОВ ➤ БАМПЕРОВ ➤ БАГАЖНИКОВ НА КРЫШУ ➤ АККУМУЛЯТОРОВ ➤ АВТОЛАМП, КСЕНОНОВ, ДИОДОВ ➤ ДЕФЛЕКТОРОВ ОКОН ➤ ОТБЙНИКОВ КАПОТА ➤ АВТОХИМИИ ➤ АКСЕССУАРОВ ➤ КОМПЛЕКТУЮЩИХ ➤ ПЛЕНКИ (АВТОВИНИЛ) 	

ПРОБЛЕМА С КОЛЛЕКТОРОМ РЕШЕНА

За время работы компания «Эскалат» показала себя гарантом стабильности в сфере юридических услуг, набралось много положительных отзывов от клиентов и вот один из них:

«В 2008 году я взял кредит в банке. Так сложились жизненные обстоятельства, что я не смог его выплачивать. Просрочка составляла уже приличную сумму. Сумма требований банка была 224 581 рубль. Долг был продан коллекторскому агентству по договору цессии. Я ни разу не заплатил по возврату долга. Коллекторы угрожали судом, описью имущества и требовали вернуть всю сумму. Я поддавался давлению, платил несколько

раз коллекторам по 1 000 рублей и давал обещания, которые не мог выполнить. Коллекторское агентство подало на меня в суд. Я был в отчаянии, позвонил знакомому юристу, который посоветовал обратиться в компанию «Эскалат». Благодаря работе юристов, договор цессии был в судебном порядке признан недействительным.

Выдержки из решения суда: «В удовлетворении искового заявления коллекторского агентства о взыскании задолженности отказать».

Коллекторское агентство подало апелляционную жалобу в Верховный суд, в удовлетворении которой им также было отказано. Большое спасибо компании «Эскалат».

Если вы оказались в похожей ситуации или у вас имеются проблемы с кредитами, не откладываяйте – запишитесь на бесплатную консультацию к специалистам компании «Эскалат» по указанным номерам.



(8-8216) 7777-28

8-909-123-62-24

Предоставленная информация не является публичной офертой.

МЕТЕЛЛАНА

реклама

ПРОДАЖА КИРОВСКОЙ ОБУВИ Коллекция «Зима»

- натуральная кожа
- расширенная колодка
- качество фабричное

4 ДЕКАБРЯ с 10 до 18 часов
Сосногорск
гостиница «Локомотив»

5 ДЕКАБРЯ с 10 до 18 часов
Ухта, Парк КиО



Строй-Мастер склад № 58

Реклама

ЛАМИНАТ 32, 33, 34 кл., более 100 видов; новинки - кварц-винил, линолеум (пр-во Бельгия)

ФАНЕРА от 4 до 24 мм, 1525x1525, береза

Гипсокартон, профиль, строительные смеси, теплоизоляция

МДФ-, ПВХ-панели, более 100 видов

СТОЛЕШНИЦЫ И МЕБЕЛЬНЫЕ ЩИТЫ ПО НИЗКИМ ЦЕНАМ

КАРНИЗЫ, КЛЕЕНКА, самоклеющ. ПЛЕНКА, виниловые ФОТООБОИ

Доставка по звонку - оплата при получении

При заказе от 7000 р. - доставка **БЕСПЛАТНО**

Выделяем НДС

ОПТОВЫМ ПОКУПАТЕЛЯМ СКИДКИ!

Консультации. Настил

Т.: 8(8216) 750996, 794736

Раб. пос., ул. Железнодорожная, 16а

Центр. база «Коминэфть», склад № 58



**НОВОГОДНЯЯ
РАСПРОДАЖА
СКИДКА 10%**

на фанеру,
ламинат, линолеум,
двери

Акция действует
до 31 декабря 2015 г.

Режим работы:

ПН-СБ - с 9:00 до 18:00, ВС - с 9:00 до 17:00



КРЕДИТ

АО «ОТП Банк», ген. лиц.
ЦБ РФ № 2766 от 27.11.2014 г.

Фотографии Вадима Тараканова



Леонид ЯРМОЛЬНИК:

«Общих рецептов
семейного счастья
не существует»

Леонид Ярмольник не любит давать интервью. Сам склонен объяснять это своей «психофизикой» – не любит, когда грубо вмешиваются в личную жизнь. Но нашему журналисту удалось поговорить с актером на достаточно сложную и интимную тему – о любви. Мы старались не мешать ему в вопросах.

Лауреат национальной кинопремии «Ника» за лучшую мужскую роль в фильме Алексея Германа «Трудно быть богом», 2015 год.

Случайное знакомство

– Со своей будущей женой Ксюшей я познакомился случайно в театре на Таганке. Она была просто девочкой, которая стояла в кассу за билетами. А в театре – стеклянные двери между кассовым залом и зрительским фойе. И через стекло я заметил ее. Она держала черную сигарету (очень модную, тогда их только в валютных магазинах продавали) и что-то искала в сумочке. Я показал ей зажигалку. Под дверью была щель. Она нагнулась в своей короткой юбочке и прикурила под этой дверью.

Потом я вышел со служебного хода и... По сути, поженились мы вечером. А расписались чуть позже. Предложения не было! Когда мы поняли, что ждем ребенка, оформили отношения в загсе, и все. А живем вместе с первого же дня знакомства. Просто я пришел в гости к Оксане и остался. А через девять месяцев родилась Саша. Все очень просто. До предела. Ах, да, я еще развелся – я был в браке.

В нашем доме царит равноправие. Когда меня нет дома – Ксюша рулит, когда ее нет – я. Наша дочь Саша, которой сейчас 30 лет, долгое время жила с нами. И это, кстати, признак нормальной семьи. Обычно дети мечтают поскорее повзрослеть, выскочить замуж и жить самостоятельно.

Правила для родителей

– Я всегда боялся, что наша дочка захочет стать актрисой. Эта профессия слишком тяжела для женщин. Но Саша окончила Строгановскую академию и почти как и мама стала талантливым художником-дизайнером по стеклу.

А вообще, к актерским династиям отношусь хорошо. Снимался в режиссерском дебюте Дуни Смирновой, совершенно бесплатно. Там главную роль играла Анна Михалкова. Моя жена на проекте была художником по костюмам, и, кстати, снялась в небольшом

эпизоде. Оксана сказала, что давно не видела такой потрясающей актрисы как Анна. Я с ней полностью согласен.

У нас в семье каждый решает свои вопросы. Жена и дочь обегают меня от конфликтных ситуаций. Плохие новости, которые от меня нельзя скрыть, они выдают дозированно. Уже научились сообщать мне информацию так, чтобы я не злился, не орал и не ругал их.

Старался не вмешиваться в жизнь дочери. Советы детям лучше давать ненавязчиво, с ними нужно играть в одну игру. Мы стараемся помогать, ни в коем случае не диктуем правила – этим ты унижаешь ребенка и парализуешь его волю. И тогда дети протестуют и делают все наоборот. Родителям надо быть умнее: пусть дети думают, что сами строят жизнь. Просто будьте рядом и помогайте. Так вы сможете незаметно передать ребенку опыт, свое ощущение жизни...

Просто поиск

– Измену я не приемлю! В отношении себя могу заверить: даже не могу представить, что будет рядом кто-то, кроме Оксаны!

Что касается любви, то я могу вызывать зависть у тех людей, которым в жизни не повезло – я счастливый человек, мы 33 года живем с Ксюшей. Хотя до этого у меня были жены. Это тоже поиск того человека, который станет твоей второй половиной. И все браки – я все равно рад, что они были, потому что это были замечательные женщины. Они меня очень любили, и я их любил. Но когда живешь вместе, вдруг начинаешь понимать, что вот это и это совпадает, а вот это не совпадает. И, как правило, то, что не совпадает – как коррозия разъедает отношения. Но у меня всегда все было как-то очень мирно, без конфликтов, нормально, по-человечески.

И, наверное, часть Ксюхи есть во мне – ее привычки, воспитание и культура, а что-то от меня есть в ней. Это и есть семья, когда люди становятся похожи друг на друга, когда они по-разному реагируют на обстоятельства, на все. В этом смысле я думаю, что Ксюша на меня повлияла больше, чем я на нее.

Рецепт счастья

– Рецептов здесь никаких нет. Вроде бы у твоего друга, друга все так же, как у тебя. Нет, у него все равно будет по-другому! У них другие вещи считаются самыми главными... Когда есть что-то самое главное, то очень многое прощается, на многое закрываются глаза, со многим свыкаешься...

Кто-то ценит в женщине красоту, кто-то – ум, кто-то – горячую еду и рассматривает жену как хозяйку дома. У меня все это как-то в комплексе.

Мне кажется, что современные женщины по большей части из-за книг, телевидения больше относятся к себе как к товару, чтобы правильно выглядеть и удачно выйти замуж.

Может быть, всегда был процент таких женщин. Но раньше мы понимали, что они есть, но не догадывались, что их так много. А сейчас в основном все эти красавицы лезут на телеэкраны. И ты понимаешь: какой это ужас! Потому что у них нет не то что второго плана, но и первого плана нет. Они ведут себя не как женщины, с которыми ты хочешь связать жизнь, а как женщины на час. Я думаю, это зависит от воспитания, от той среды, в которой люди вырастают. Семья – прежде всего. Если в семье есть какая-то духовность и красота, то это передается ребенку.

Роскошь общения

– Культ надо делать из счастья, а не из неудач. Сейчас же все наоборот: телевидение гонит чернуху, в этом его, увы, поддерживают и другие масс-медиа. И мы все постепенно привыкаем к тому, что насилие и зло неистребимы... Наши чувства из-за этого притупляются, мы перестаем ценить те элементарные вещи, благодаря которым люди остаются людьми: верность в дружбе, любовь, заботу о близких.

Семья – это главное! Я так воспитан. Когда люди живут одними интересами и устремлениями, у них и деньги находят. Мы с Ксюшей из-за финансов никогда не ссорились. Я делаю то, что жена одобряет. И всегда одобряю то, что делает она. Для кого-то роскошь – выпить бокал вина. А для меня роскошь – быть с семьей. Это то, что мне доставляет удовольствие. И никто меня не переучит и не заставит изменить этим принципам...»

Агнесс Вевер, ИА «Столица»



С женой Оксаной и дочерью Александрой.



С кинорежиссером и актером Владимиром Меньшовым.

В Коми кадетское образование не имеет профильной ориентации

В июле этого года вступил в силу Закон «О кадетском образовании в Республике Коми», призванный регламентировать подготовку несовершеннолетних к военной или иной государственной службе. За четыре месяца работы нового закона у общественности накопилось немало вопросов касательно практической составляющей кадетского образования, которое в настоящий момент, по мнению общественников, находится в «подвешенном состоянии».

В понедельник этой теме посвятили «круглый стол» в Общественной приемной главы РК.

Закон о кадетском образовании принят во многих регионах России. В Коми работают две кадетские школы – в Сосногорском и Усть-Цилемском районах, а в 20 школах тринадцати муниципалитетов – 70 кадетских классов, общая численность обучающихся в которых составляет 1 982 человека. При этом единых образовательных нормативов для кадетского образования по большому счету нет.

«Кадетское образование в школах сейчас носит не профильный характер, а дополнительный. Грубо говоря, до обеда у нас ребенок обычный школьник, а после обеда кадет. Кадетская образовательная программа включает в себя много разных предметов, в зависимости от того, на каком направлении учится школьник, но суть в том, что каждое образовательное учреждение само выбирает перечень изучаемых дисциплин. В итоге одно и тоже направление в разных школах может преподаваться по-разному», – обрисовала ситуацию заведующая центром воспитания и дополнительного образования ГОУ ДПО «КРИРО» Татьяна Кальницкая.

Более того, некоторые общеобразовательные школьные программы охватывают тот же перечень предметов, что и кадетские, в итоге по факту различия в качестве образования нет. На законодательном уровне кадетские школы и классы, как



Фотографии Ирины КНУТАС

отдельный вид образовательной подготовки, также не обозначены и финансируются как обычные общеобразовательные учреждения или классы с углубленным изучением отдельных предметов, при этом специфика кадетского образования не учитывается.

«В кадетских школах и классах у детей большая загруженность, учатся они практически до вечера, а значит, кормить их надо в школе. Если ребенок идет на обед домой, велика вероятность того, что после обеда возвращаться на занятия ему уже не захочется. Здесь страдает не только дисциплина, но и качество образования в целом. Кормить детей в школах надо, но на какие деньги – неясно, финансирования этих нужд пока не предусмотрено», – поясни-

ла Татьяна Кальницкая.

Чтобы вывести кадетское образование на уровень самостоятельной образовательной системы, общественники предлагают не только разработать образовательные стандарты, но и ввести строгую систему отбора в кадетские школы и классы. «Кто у нас сейчас поступает в кадетские школы или классы? Детей туда берут по желанию. Захотел ребенок стать кадетом – взяли. Это неправильно. Должны быть определенные вступительные испытания, неплохо было бы отдавать приоритет ребятам из военных семей. Ну и само собой, что должны быть сертификаты или отметки в аттестате, подтверждающие получение кадетского образования, чего на данный момент у нас нет», – резюмировала Татьяна Кальницкая.

www.komiinform.ru

Афиша

МЕРОПРИЯТИЯ

- Торжественное мероприятие, посвященное юбилею города Сосногорска
ДДТ. 27 ноября в 17:00.
- Праздничный концерт детской художественной самодеятельности «Прекрасен мир любовью материнства»
Досуговый центр «Нефтяник» пгт Войвож.
29 ноября в 13:00.
- Праздничный концерт, посвященный Дню матери «Для меня нет тебя дороже!»
Дом культуры пгт Нижний Одес.
29 ноября в 14:00.

ВЫСТАВКИ

- «В краю черемух белых и берез. С Днем рождения, Сосногорск!»
Книжная выставка.
27 ноября.
- «А знаешь ли ты?»
Выставка-размышление ко Всемирному дню борьбы со СПИДом.
1 декабря.
- «Обретая надежду»
Выставка-совет к Международному дню инвалидов.
Войвожская поселковая библиотека-филиал № 3. 3 декабря.
- Выставка декоративно-прикладного творчества из цикла «Таланты нашего поселка»
Представлены работы Нины Николаевны Кислицыной.
Нижеодесская поселковая библиотека-филиал № 4.
До 28 ноября.
- «Колыбельная для брата»
Выставка, посвященная 35-летию книги В.Крапивина из цикла «Книга-юбилей».
- «М.Твену – 180 лет»
Книжная выставка из цикла «Литературный календарь».
Городская детская библиотека-филиал № 2. До 30 ноября.
- Выставка «Городские черты»
История города в фотографиях к 60-летию Сосногорска.
Историко-краеведческий мемориальный музей. До 18 декабря.
Справки по телефону 6-93-04.

СПОРТ

- Соревнования по лыжным гонкам «Праздник первой лыжни»
Среди воспитанников ДЮСШ № 2 города Сосногорска.
Лыжный стадион пгт Нижний Одес. 27 ноября в 14:30.
- Турнир по хоккею среди обучающихся
Посвящен 60-летию со дня образования города Сосногорска.
ДЮСШ № 2 пгт Нижний Одес.
28 ноября.
- Первенство ДЮСШ № 2 по лыжным гонкам «Черемушки».
29 ноября в 11:00.



«Монро»

Салон красоты

ПРЕДЛАГАЕТ:

- Парикмахерские услуги:
 - окрашивание 3D
 - омбре
 - сложный колор
 - краска «Антоцианин»
- Ногтевой сервис:
 - маникюр
 - педикюр
 - наращивание
- Косметолог
 - Перманент
 - Коррекция бровей нитью
 - Ламинирование ресниц
 - Консультации по уходу за лицом и телом
 - Массажист
 - Турбосолярий
 - Сауна

Телефон **8-904-209-16-03**

Мы рады видеть Вас ежедневно по новому адресу: Тиманская, 1, с 10:00 до 21:00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

«Мы есть то, что мы едим!»
Гиппократ

Никто из нас не хочет ходить по врачам, пить таблетки и прочее. Хотеть этого недостаточно, нужно следить за тем, что мы едим, какой образ жизни ведем. В современном мире, переполненном стрессами, которые мешают нормально спать, многие люди страдают рассеянностью – все это зависит от деятельности нашего мозга. Для того чтобы избавиться от этих проблем, нужно питать мозг полезными веществами, которые будут способствовать его работе. Мы познакомим вас с продуктами, которые улучшат функционирование вашего мозга и не причинят вреда остальному организму, а даже наоборот.

Вода

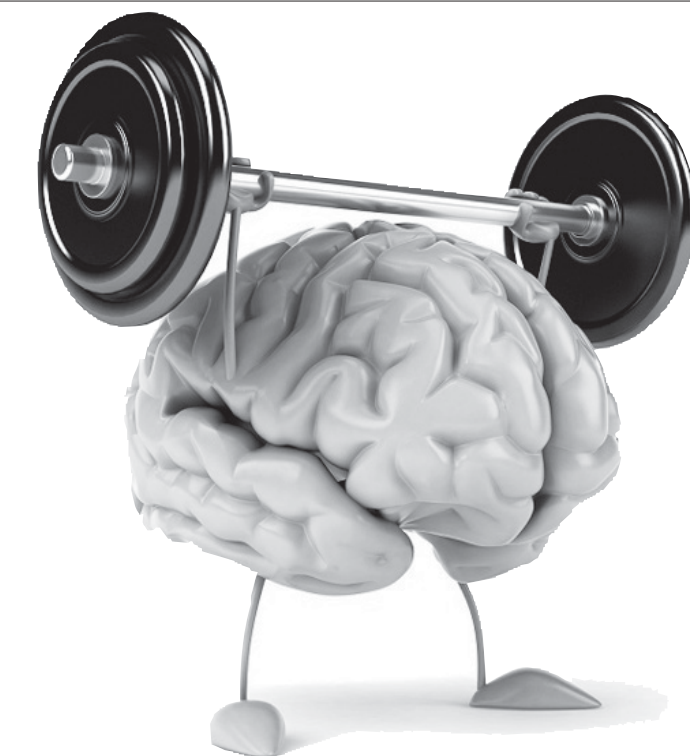
Человек на 80% состоит из воды, поэтому ее потеря отражается на всей деятельности организма и мозга. Для того чтобы постоянно держать себя в тонусе, никогда не стоит отказывать себе в воде, хотите пить – пейте. Рекомендуют выпивать три литра в день. На самом деле это не так много, как вам показалось, но если не хочется, то не стоит себя заставлять.

Рыба

Она очень богата различными витаминами группы «Омега-3» и поликислотами, благодаря которым регулируется уровень холестерина, улучшается работа сосудов. Низкий уровень витаминной группы «Омега-3» может привести к болезни Альцгеймера, потере памяти, так что кушайте рыбу!

Сложные углеводы

Это каши, хлеб из муки грубого помола, макароны, бобовые.



Десять продуктов, которые улучшают работу мозга

Они являются «топливом» для всего организма. Им свойственно то, что они медленно перевариваются, постепенно снабжают энергией, питая клетки головного мозга.

Свежие овощи и фрукты

Это натуральные витамины, которые полезны для всего организма. Для улучшения работы мозга стоит отдать предпочтение ежевике, клюкве, землянике, шпинату, авокадо, красному винограду и апельсинам.

Зеленый чай

Помимо того что он полезен для сердца, профи-

лактики артериосклероза, снижает артериальное давление, то он еще имеет в своем составе полифенолы, которые оберегают клетки головного мозга от нейродегенеративных поражений.

Яйца

Многие говорят, что нельзя употреблять много яиц. Но это неправда, так как именно благодаря им нормализуется работа мембран головного мозга, также они способствуют увеличению памяти и немного уменьшают усталость.

Какао

Оно имеет в своем составе ингредиент, который улучшает кровообращение в головном мозге.

Помидоры

Ликопен – является одним из антиоксидантов, он способствует наполнению мозга кислородом.

Брокколи

Богаты витамином К, благодаря которому меньше стареют клетки мозга, стимулируется его работа.

Орехи

С детства, наверно, каждому мама говорила, что нужно есть орехи, чтобы быть умнее. И это, действительно, правда! Они улучшают функции и силу головного мозга.

Ради этого вам не стоит кардинально менять свой рацион и образ жизни. Достаточно добавить эти ингредиенты, и ваш мозг будет функционировать наилучшим образом!

www.menrules.com
Фото из сети интернет



ООО «Севергазторг»

ОБЪЯВЛЯЕТ ОБ ОТКРЫТИИ ВАКАНСИЙ:

- **ТЕХНОЛОГ ОТДЕЛА** по организации общественного питания и производства
- **ПОВАР** в столовую

Резюме направлять по эл. почте: mail@sgtorg.ru
Подробная информация по тел. 8(8216) 75-98-46



Организация предлагает СТРОИТЕЛЬНО- ОТДЕЛОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

наличный и безналичный расчет

Предоставляет
товар в кредит*

Новинка!
Влагостойкий
ламинат 34-го кл.

Оказывает услуги
по ремонту
жилых
и офисных
помещений

Доставка
по звонку,
оплата при
получении

Оптовым
покупателям
скидки

*АО «ОТП Банк» Генеральная лицензия Банка России №2766 от 27.11.2014 г.

г. Ухта, ул. Железнодорожная, 16а, склад № 10
т.: 8(8216) 750-950, 750-998

Реклама



«Быстрые кеды»

► Кристина ПЕТРОВА,
kristina-smi@mail.ru

В субботу, 21 ноября, в физкультурно-оздоровительном комплексе в шестом микрорайоне было весело и шумно. С 11:00 там проходили соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья!», в которых приняли участие шесть семей, они представляли среднюю образовательную школу № 3.

Каждая семья придумала свое название и девиз, которые учитывались при подведении итогов. Веселье и разнообразные спортивные задания не оставили равнодушными участников и болельщиков, дружная поддержка очень помогла командам на пути к победе.

В перерыве, пока жюри подводило итоги, дети с удовольствием разгадывали загадки про физкультуру и спорт, за что были поощрены сладкими призами.

В результате дипломы за участие были вручены командам: «Веселая семейка» – семья Карпушиных; «Победа» – семья Зотеевых; «Быстрые кеды» – семья Назарчук.

Грамоты получили:

- за первое место – команда «Спорт» (семья Смирновых);
- за второе место – команда «Форсаж» (семья Логиновых);
- за третье место – команда «Комета» (семья Сауниных).

А также были вручены сладкие призы.

Как рассказала руководитель отдела спортивных мероприятий ДЮСШ № 1 Вера Панасова, на протяжении всего учебного года будут проводить подобные соревнования с участием семейных команд от каждой школы города. А в мае состоится финал муниципальных соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья!», где будут оспаривать звание самой спортивной семьи победители промежуточных этапов. ◀



Фотографии из архива ДЮСШ № 1

Откатали программы

► Кристина ПЕТРОВА,
kristina-smi@mail.ru

Открытое первенство МО МР «Сосногорск» по фигурному катанию состоялось в Ледовом дворце «Звездный» 13 и 15 ноября. Всего в соревнованиях приняли участие 48 фигуристов из Ухты и Сосногорска.

Результаты:

- по первому спортивному разряду первое место заняла Татьяна Семенова;
- по второму спортивному разряду первое место заняла Екатерина Карпова;
- по первому юношескому разряду первое место у Марины Жжонниковой;
- по второму юношескому разряду первые места завоевали Артем Струтинский и Дарья Дешко;
- по третьему юношескому разряду первое место у Софии Вернохаевой;
- в разряде «Юный фигурист» первое место у Валерии Зориной;
- в разряде «Юный фигурист» «Новичок» первое место заняла Любовь Шамкина. ◀



Рисунок из сети интернет

Наши чемпионы

► Кристина ПЕТРОВА,
kristina-smi@mail.ru

В универсальном спортивном комплексе «Метеор» 18 ноября состоялось открытие первенства Республики Коми по мини-футболу среди юношей 2003-2004 г.р. Футбольные баталии завершились уверенной победой сосногорских футболистов.

С 18 по 20 ноября за звание чемпиона Республики Коми по мини-футболу среди юношей 2003-2004 г.р. боролись команды из Сосногорска, Сыктывкара, Усинска, Вуктыла, Воркуты, Ухты.

В финале игре за первое место между командами Сосногорска и Ухты интрига держалась практически до самого конца. Достойные соперники из соседнего города не давали нашим мальчишкам расслабиться. В результате со счетом 4:3 сосногорские футболисты доказали свое преимущество и право на звание чемпиона. Тренирует команду юных футболистов Валерий Патраков. ◀



Внимание! Мы стали больше, а ассортимент шире

ЭВРИКА

Всегда рады вам!

Наличный и безналичный расчет

- летающие феи, машины радиоуправляемые, железные дороги и треки, настольные игры
- конструкторы «Лего» (производство Дания, Россия)
- логические игры, пазлы и головоломки (производство Польша, Германия)



г. Ухта, пр. Космонавтов-8/32 (с торца дома)

Реклама

агентство
Недвижимости

"СТИМУЛ"

ВСЕ ОПЕРАЦИИ С НЕДВИЖИМОСТЬЮ

г. Ухта, ул. 40 лет Коми, д. 12, каб. 410

ПОЛНАЯ БАЗА ДАННЫХ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

711-651, 710-657

711-652, 711-657

8-904-209-16-51

8-912-108-04-18

Реклама

MS.STIMUL61@BK.RU



«Куда вложить деньги?»

Кредитный клуб «Сфера» предлагает ставки по сбережениям до 10% в месяц

Акция!

В посткризисный период финансовый рынок сильно изменился. Игра на курсах валют, биржевых акциях или покупка недвижимости уже не дают стабильного дохода от вложенных средств. Но кровные должны работать! Это знает каждый.

Кредитный клуб «Сфера» открылся в декабре 2007 года. Мы пережили два кризиса. Знаем, как управлять не только инвестиционными вложениями, но и финансовыми рисками. Из восьми прожитых лет шесть мы сотрудничаем с машиностроительным заводом (Шанхай). Не секрет, что в «Поднебесной» промышленность, несмотря на периодические спады, стремительно развивается. Именно этот фактор позволяет надежно и бережно инвестировать ваши сбережения с минимальными рисками и выплачивать клиентам от трех до десяти процентов в месяц.

ТОЛЬКО ДО КОНЦА
НОЯБРЯ
для жителей Ухты
действует акция

+10%

**МЫ ДОБАВИМ К
ВАШЕМУ СБЕРЕЖЕНИЮ**
при начислении
ежемесячных выплат.
Подробности акции
узнавайте у кредитных
специалистов.



Тариф «Открытие»*. Срок размещения денежных средств - от 6 месяцев, минимальная сумма - 30 000 руб., процентная ставка - 10% в месяц (облагается налогом на доходы физических лиц). Ежемесячное снятие процентов, возможность внесения пополнений, возможность пролонгации. Принятие денежных средств осуществляется по договору займа. Условия досрочного расторжения договора: перерасчет под 1/3 ставки рефинансирования ЦБ РФ, действующей на момент заключения договора. Максимальная сумма договора - 1 миллион рублей. ООО «Бизнессфера», ИНН 7723640012, ОГРН 1077763806372. *Тариф действителен в течение 6 месяцев с момента открытия филиала.

ВНИМАНИЕ! МЫ ПЕРЕЕХАЛИ!

г. Ухта, ул. Октябрьская, 25, офис 8

т. 8-800-555-83-69 (доб. 111)

График работы: пн-пт - с 9:00 до 18:00
сб-вс - выходной

ВЕСЕЛЫЕ ФРАЗЫ

Пойди и пойми этих женщин: сначала пугают маму, что выйдут замуж, потом пугают мужа, что уйдут к маме...

Если мужчина утверждает, что он в доме главный, значит, он не женат... Не только не женат, у него даже кота нет...

Настоящий мужчина – это тот, кому всё по плечу, а не по барабану.

Неверно говорить: «У женщины выдалось плохое утро...» Правильнее: «Утро не задалось у всей семьи».

Женщины могут бесконечно смотреть на три вещи: огонь, воду и под открытый капот автомобиля.

Мужчина становится взрослым, когда поймет, что лучшая мягкая игрушка – это диван.

У хороших мужчин, как правило, есть один большой недостаток: они все какие-то женатые.

Женщина должна делать домашнюю работу с удовольствием, иначе... все равно она будет ее делать, но без удовольствия.

Кухня – это место, о котором мужчины думают, что там готовят обед, а женщины – что там проходят их лучшие годы.

Для мужчины работа – второй дом, а для женщины дом – вторая работа.

Если женщине перестают ласково щекотать душу, она начинает изрядно щекотать нервы.

Для того чтобы скрыть свое лицо от мужчин, женщинам вовсе не обязательно надевать паранджу. Мини-юбка гораздо эффективнее.

Когда по непонятным причинам перестает срабатывать женская логика, то тут же ей на помощь приходит женская фантазия, которая контрольным выстрелом и добивает мужской мозг.

Добыто на просторах сети интернет

А вот был случай...

Однажды с другом поздно вечером пили чай в комнате институтского общежития, а вокруг нас летала муха. Друг хватает полотенце и с размаху припечатывает ее к стене. Я говорю:

– Ты зачем, изверг, животинку убил? Можно было окно открыть и выгнать...

На что он, добрый мальчик, отвечает:

– Да куда ж она полетит-то на ночь глядя?

Одному моему знакомому сделали операцию по удалению язвы желудка, и, естественно, удаленную часть забрали на патологоанатомическое исследование. А вот как эта история выглядит с его слов: «Палата. Просыпаюсь после операции. Медленно отхожу от наркоза. Вдруг вижу, около кровати сидит человек в белом халате. Заметив, что я проснулся, приветливо говорит: «Здравствуйте. Я – ваш патологоанатом...»

Узнаемого родилась двойня – мальчик и девочка. Купил он им двухместную коляску, уложил обоих в нее и повез гулять. Во время прогулки к ним подходит мужик под «мухой» и, заглядывая в коляску, спрашивает:

– Двойня?

– Двойня!

Мужик с умилением:

– Мальчики?

– Нет.

Мужик с еще большим умилением:

– Девочки?

– Нет.

Мужик (глаза на лбу, потрясенный):

– А КТО ЖЕ?

В одном из небольших городов столичный театр на гастролях давал «Грозу» Островского. Как многие, наверно, помнят, там есть сцена, когда героиня бросается в реку. Для смягчения последствий падения обычно использовали маты. И обычно их с собой не возили, а искали на месте (в школах, спортзалах). А здесь вышел облом – нет матов. В одном месте предложили батут. Делать нечего, взяли, но в суматохе (или намеренно) забыли предупредить актрису. И вот представьте себе сцену: героиня с криком бросается в реку... и вылетает обратно. С криком... И так несколько раз... Актёры с трудом сдерживаются (сцена трагическая), зрители в транс... В этот момент один из стоящих на сцене произносит: – Да... Не принимает матушка-Волга... Зрители от хохота стали сползать с кресел...

Добыто на просторах сети интернет

В МИРЕ

■ Победительница национального конкурса красоты Ханита Фасенг из Таиланда, едва получив корону, поспешила на улицу. 17-летняя девушка отыскала свою мать, работающую дворником, и прямо в диадеме королевы опустилась перед ней на колени в знак благодарности за то, что мама ее вырастила. «Я не могу забыть того, что мама сделала для меня, – говорит Ханита. – Мы с ней жили, выполняя тяжелую и честную работу, и этим действительно можно гордиться. Мама большая оптимистка – даже убирая мусор, она всегда радуется, что делает доброе дело». Королева красоты выросла в полной нищете. У семьи не было средств, чтобы отправить Ханиту в колледж после окончания школы, но мама учила ее упорно работать и уважать любой труд. После победы, когда Ханите вдруг удалось заработать очень много, она захотела поправить материальное положение мамы, но та не приняла помощь. «Мама сказала, что по-прежнему будет работать дворником», – рассказала королева красоты.

Добыто на просторах сети интернет

Учредитель Индивидуальный предприниматель

Алексеев Дмитрий Артемьевич

Издатель ИП Алексеев Д.А.

(169300, г. Ухта, пр. Космонавтов, 5/2.)

Свидетельство о регистрации выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Коми. Свидетельство ПИ № ТУ 11 - 0160 от 12.07.2012 г.

Главный редактор АЛЕКСЕЕВ Д.А.

Ответственный за выпуск ПЕТРОВА К.О.

Адрес редакции: 169300, г. Ухта, пр. Зерюнова, 7/1.

E-mail: info@nep-site.ru (инф.).

office@nep-site.ru (реклама).

Телефоны: (8216)76-02-42 (приемная),

(8216)76-08-24 (реклама).

Отпечатано

в ООО «Коми республиканская типография»

(г. Сыктывкар, ул. Савина, 81).

Тираж 3 000 экз. Печать офсетная.

Распространяется бесплатно.

Подписано в печать: по графику - вторник, 17:00, фактически - вторник, 17:00.

Перепечатка материалов, опубликованных в еженедельнике «СОСНОГОРСКИЙ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК «НЭП», допускается только по согласованию с редакцией. Редакция не несет ответственности за достоверность информации, опубликованной в рекламных и частных объявлениях.

ЖАЛЮЗИ

замеры и установка –
БЕСПЛАТНО!!!

- ГОРИЗОНТАЛЬНЫЕ АЛЮМИНИЕВЫЕ
- РУЛОННЫЕ ШТОРЫ
- ВЕРТИКАЛЬНЫЕ (мультифактурные)

☎ 8(8216) **777-345**

Реклама

Купи-Продай

В ЭТОМ НОМЕРЕ
255
НЭП
ВАШИХ ОБЪЯВЛЕНИЙ

НЭП
www.nepsite.ru
родай

Рекламное издание

Сосногорский
выпуск 6+
27 ноября 2015 г. № 45 (302)

1. РАБОТА

• Уважаемые рекламодатели! При одновременном выходе объявлений в нескольких газетах Издательского Дома «НЭП» в рубрике «Вакансии» (кроме сочетаний газет «Купи-Продай» (ухтинский выпуск) + «Ухтинская витрина») предоставляются скидки: в 2 газеты - 10%, в 3 газеты - 15%, в 4 газеты - 20%. Контактные телефоны: 76-08-24, 76-36-56. E-mail: adv@nepsite.ru.*

Работа. Предложение

• Издательскому Дому «НЭП» требуются распространители печатной продукции в Сосногорске. Т.: 76-12-43, 8-904-200-12-21.*

• «Фаберлик». Т. 8-904-109-96-69.*

2. НЕДВИЖИМОСТЬ

Дома. Продам

• Коттедж, кирп., благ., 2-эт., 200 кв.м, скважина, встр. гараж, 20 соток, у реки, 65 км от Рязани, 4 млн р., торг. Т. 8-900-905-40-88.

• Срочно дом, Сосногорск, Лесная-17/2, участок 7 соток, в собственности, газ, автоном. отопл., вода, канализ., недорого. Т. 8-904-105-99-11.

• Срочно 1/2 доли частного дома в Сосногорске или меняю на 1-комн. кв. с доплатой. Т. 8-904-109-65-36.

• Кирп. благ. дом в Сыктывкаре, газ, участок 12 сот., цена договорная. Т. 8-904-270-35-74.

• Дерев. дом в центре ж.-д. части Сосногорска, газ, отопл., 10 м от колонки, сухой подвал,хозпостр., гараж, баня, 2 теплицы, пласт. окна, рем., земля в собств. Т. 8-912-159-40-54.

• 3-эт. дом (дачу), р-н Туапсе, 108 кв.м, сад 7 соток, скважина, газ балонный, печка, электр., 2600 т.р. Т. 8-918-650-90-94.

• Кирп. дом, все удобства, 2011 г.постр., 3 спальни, зал с кухней, ванна 6 кв.м (кафель, теплый пол), жилая времянка, гараж на 2 а/м, утепл. сарай 4x8, сарай с сухим подвалом, 49 соток, сад, родник, участок для сенокоса 17 соток, 30 км от Белгорода, 7 км от Короча, с.Клиновец, по городской трассе Воронеж, или меняю на 1-комн. кв. в Ухте. Т. 8-920-565-90-41.*

• Дом, 3 комнаты, Волгоград. обл., вода, газ, котел, лет. кухня, баня, хозпостр., фонд. под гараж, 65 сот. Т. 8-961-081-01-61.

Дома. Разное

• Меняю 1/2 доли частного дома в Сосногорске, Лесная-17/2, на 1-комн. кв. с доплатой. Т. 8-904-109-65-36.

Квартиры. Сосногорск. Куплю

• Семья беженцев из Луганска купит 2-комн. кв. или МСО, без посредников, недорого. Т. 8-904-208-63-97, с 10 до 20.*

Сосногорск. Продам. Комнаты

• Комн. в общ., ж.-д. часть. Т. 8-904-105-91-57.

• Две комн. в общ., 6 мкр-н. Т. 8-904-108-44-18.

Сосногорск. Продам. 1-комнатные

• 1-комн. кв. в 6 мкр-не, пан., 4 эт., окна ПВХ, балк. заст., 1400 т.р., без торга. Т.: 5-20-92, 8-904-224-32-12.

• 1-комн. «хрущ.» в ж.-д. части. Т.: 6-72-06, 8-904-866-10-19.

• 1-комн. кв. в Сосновке. Т. 8-912-108-02-85.

Точки распространения сосногорского еженедельника "НЭП"

Магазин "Канцтовары" - ул. Лесная, д. 6
Сеть магазинов "Любимый"
Магазин "Лада" - ул. Вокзальная, д. 62
Сосногорская ЦРБ - ул. Загородная, д. 1
Магазин "Союз" - 5 мкр-н, д. 1
Магазин "Мебель" - ул. Набережная, д. 47а
ТЦ "Аркада"
Аптека № 15 - ул. Молодежная, д. 4
Аптечный пункт - ул. Загородная, д. 1
Магазин "Союз" - ул. Гайдара, д. 2
МФЦ - ул. Комсомольская, д. 7

пгт Нижний Одес

Сеть магазинов "Любимый"
Аптечный пункт - ул. Ленина, д. 9

пгт Войвож

Аптечный пункт - ул. Советская, д. 8а

• 1-комн. кв. в Сосногорске, 2/5-эт., кирп., солн. сторона, 1050 т.р. Т. 8-912-547-35-16.

• 1-комн. кв., р-н Черемушки, балкон, 3/5-эт. Т.: 8-950-569-57-20, 8-912-953-46-22.

Сосногорск. Продам. 2-комнатные

• 2-комн. кв., Сосногорск, один собственник, недорого. Т. 8-904-205-94-29.

• 2-комн. кв. в Сосновке, ул. Ленина, 1 эт., дерев., 66 кв.м, 1800 т.р. Т. 8-904-223-01-77.

• 2-комн. кв., Войвож, 53 кв.м. Т. 8-904-224-74-41.

• 2-комн. кв., Сосногорск, Первомайская-1, 46 кв.м, 3/3-эт. Т. 8-904-233-73-35, Наталья.

• 2-комн. кв., Сосногорск, Первомайская-1, 46 кв.м, 3/3-эт., 1600 т.р., торг, ипотека. Т. 8-904-233-73-35, Наталья.

• Срочно 2-комн. кв., Сосногорск, 6 мкр-н, 52 кв.м, 1 эт., ул. пл., треб. ремонт, 1800 т.р., без торга. Т. 8-909-126-11-33.

• 2-комн. кв., 6 мкр-н, д.196, кирп., 52 кв.м, 3/5-эт., ул. пл., лоджия, счет-

чики. Т. 8-909-127-64-72.

• 2-комн. кв., Н.Одес, 1 эт., подвал, огород. Т. 8-912-116-13-16.

• 2-комн. кв., ул. Зои Космод.-4, 1200 т.р. Т. 8-912-152-38-30.

• 2-комн. кв. в Сосновке, ул. Лесная, ул. пл., благ., 50.2 кв.м, 8 эт. Т. 8-912-543-01-67.

• 2-комн. кв. в Сосногорске, 6 мкр-н. Т. 8-912-945-57-78.

• 2-комн. кв. в ж.-д. части, ул. Нагорная, 1/2-эт., кирп., 53 кв.м, без балкона, 1500 т.р., торг. Т. 8-912-947-60-35, Наталья Анатольевна.*

• Срочно 2-комн. кв. в Сосновке, 42.2 кв.м, 4/5-эт., кирп., без балк., Орджоникидзе-11, цена при осмотре. Т. 8-950-569-44-56.

Сосногорск. Продам. 3-комнатные

• 3-комн. кв., Лермонтова-2. Т.: 6-69-61, 8-904-866-29-82, 8-912-131-70-15.

• 3-комн. кв., Сосногорск, 6 мкр-н, д.13, 57 кв.м, 5/5-эт. Т.: 8-904-865-95-14, 8-912-945-13-28.

реклама

АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ Преображение

пр. Ленина, 9, магазин "Мир", вход через магазин.
77-64-54, 74-10-55

АДРЕС	ТИП	ЭТАЖ	ПЛОЩ.	ПРИМ.	ЦЕНА	АДРЕС	ТИП	ЭТАЖ	ПЛОЩ.	ПРИМ.	ЦЕНА
Общ. Печорская, 10г	кирп.	3/3	32 кв.м	б/б	1100000	3-к. Чибьюская, 1	кирп.	2/9	60/40/8	б/б	3450000
Общ. Сенокоса, 47	кирп.	6/9	13 кв.м	б/б	750000	3-к. Чибьюская, 3	пан.	2/5	60/40/7	б/н	3100000
МСО Космонавтов, 5/2	кирп.	5/5	12,5 кв.м	б/б	1000000	4-к. Зерюнова, 6	кирп.	8/9	90/50/9	б/з	6500000
МСО Сенокоса, 3	пан.	4/5	25/16/5,5	б/б	1450000	4-к. Космонавтов, 38 (под маг.)	кирп.	1/9	85/54/8,5	л/з	5000000
1-к. Дзержинского, 22	кирп.	1/5	32/19/7	б/б	2200000	4-к. Строителей, 24	пан.	3/5	58,8/44/9	б/з	3100000
1-к. Дзержинского, 41	кирп.	5/5	26/15/5	б/з	1500000	5-к. Интернац., 49	кирп.	3/5	83/55/8	л/з	4400000
1-к. Космонавтов, 18	кирп.	5/5	31/18/6	б/б	2000000	Пригород					
1-к. Ленина, 3	кирп.	3/4	31/19/6	б/б	2050000	4-к. Водный, Торопова 2, срочно!!!	кирп.	3/5	74/45/9	л/з	2500000
1-к. Октябрьская, 2	кирп.	4/5	44/28/6	б/б	2000000	Общ. Шудая, пер. Больничный, 9	кирп.	6/6	17 кв.м	б/б	850000
1-к. Дружбы, 11 (ремонт)	кирп.	2/5	31,7/19/6	б/б	1900000	МСО Ярега, ул. Космонавтов, 10	кирп.	4/5	25/13/6	б/б	750000
1.5-к. Советская, 9 срочно!!!	пан.	4/5	36/22/6	б/н	2100000						
2-к. Космонавтов, 27	кирп.	5/5	44/29/7	б/з	2350000						
2-к. Ленина, 19а	кирп.	3/5	43,7/29/6	б/н	2600000						
2-к. Ленина, 28	кирп.	2/9	50/28/9	л/з	3900000						
2-к. Первомайская, 23	кирп.	1/2	45/29/6	б/б	2500000						
2-к. Социалистическая, 9	пан.	8/9	52/29/12	б/з	3600000						
3-к. Крымская, 1	кирп.	1/9	60/27/25	б/б	3950000						
3-к. Ленина, 48	пан.	2/9	57/40/8	б/з	3950000						
3-к. Ленина, 79	кирп.	6/9	80/45/9	л/з	6500000						
3-к. Машиностр., 5а, срочно!!!	кирп.	2/9	59/37/9	л/з	3500000						
3-к. Интернац., 17, срочно!	пан.	5/5	71/38/25	б/з	4000000						
3-к. Космонавтов, 25	пан.	2/5	60/42/8	б/з	4000000						
3-к. Нефтяников, 3	кирп.	2/9	58/38/8	л/з	4100000						
3-к. Печорская, 8а	кирп.	2/5	78/40/9	б/з	3300000						
3-к. Печорская, 22	кирп.	4/5	58/40/8	л/з	2650000						
3-к. Строителей, 39	пан.	2/5	80/44/9	б/н	4500000						

Продам помещение (цок. этаж), 40 кв.м, Строителей-4/1, все коммуникации, 3200 т.р.
 Продам или сдам в аренду нежилое помещение с отд. входом, 307 кв.м, Тиманская-18. Аренда – 700 р/кв.м, продажа – 40 т.р/кв.м. Разумный торг.
 Продам отдельно стоящее 2-эт. здание, 320 кв.м, Заводская-16, земля в собств., 3100 т.р., разумный торг.
 Нежилое помещение (мастерская), п. Шудая, Совхозная-22, общ. пл. 312 кв.м, все коммуникации, 3200 т.р.
 Зем. участок, Почтовая-19, 8 сот., газ, 2500 т.р.
 Продам жилой дом и зем. участок (общ. пл. 939 кв.м), г. Сосногорск, Ленинградская-16, 700 т.р.

ПРОДАЖА•ПОКУПКА•ОБМЕН•РЕГИСТРАЦИЯ ПРАВА•ПРИВАТИЗАЦИЯ•УЗАКОНИВАНИЕ ПЕРЕПЛАНИРОВКИ•ПЕРЕВОД ИЗ ЖИЛОГО В НЕЖИЛОЕ•МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ

• 3-комн. кв. в Сосновке, Лесная-26, ул. пл., 63 кв.м. Т. 8-912-104-58-59.

• 3-комн. кв. в ж.-д. части, Гайдара-11, 5 эт., кирп., ул. пл., 64 кв.м, лоджия, 2 млн р., торг. Т. 8-912-947-60-35, Наталия Анатольевна.*

Сосногорск. Продам. 4-комнатные

• 4-комн. кв., Сосногорск, 6 мкр-н, д.16, 71 кв.м, 4/5-эт., пан., ул. пл., евроремонт, встроенная кухня, 3300 т.р. Т. 8-904-223-12-25.

Ухта. Продам. Комнаты

• Комнату в общ., Советская-3/5, с меб. и техн., 7 эт., 16 кв.м, секция из двух комнат, санузел с ванной, окно пласт., теневая сторона. Т. 8-912-949-82-44.

Ухта. Продам. 1-комнатные

• 1-комн. кв., Юбилейная-13, 30 кв.м, 2/5-эт., кирп., треб. косм. рем., 1900 т.р. Т. 8-904-235-04-59, Андрей.

• 1-комн. кв., Юбилейная-13, кирп., 2 эт., 30.3 кв.м, б/б, м/пласт. трубы, встр. кухня, теплая, рядом универ., маг.,

школы, д/сад, 1 собств. Т. 8-912-949-89-73.

Ухта. Продам. 2-комнатные

• 2-комн. кв., Интер.-55, ул. пл., кирп., 5/5, 48 кв.м, рем., окна ПВХ, комн. изолир., с/у разд., разв. инфрастр., возм. с меб., собств., сост. отл., 3.2 млн р. Т. 8-904-273-40-15.

• 2-комн. кв., Интернац.-40в, 4/5, кирп., 81.4/36/2, кухня с выходом на лоджию, есть подсоб. помещ., на площадке 2 кв. Т. 8-912-105-56-64.

• 2-комн. кв., Космонавтов-34, 3/5-эт., 43 кв.м, треб. космет. рем., с/у разд., комн. проходные, 2200 т.р. Т. 8-904-235-04-59, Андрей.

• 2-комн. «стал.», Кремса-15/6, 1/3-эт., кирп., без балкона, 40 кв.м, в кухне выкопан подвал, сухой, без запаха, 2700 т.р. Т. 8-912-947-60-35, Наталия Анатольевна.*

• 2-комн. «стал.», пер. Чибьюский, 2/2-эт., кирп., без балк., солн. стор., общ. пл. 47.1 кв.м, комн. изолир., хор. ремонт. Т. 8-922-279-32-45.

• 2-комн. кв., ул. пл., теплая,

встр. кух., 2-ур. потолки, счет. на воду, свет, в/нагр., кладовка на площ., разв. инфрастр., собств. Т. 8-904-222-52-92, Елена.

Ухта. Продам. 3-комнатные

• 3-комн. кв., Зерюнова-10, ул. пл., 1/5-эт., 105 кв.м, лоджия и балкон застекл., меб. част., отл. сост. Т. 8-912-542-14-72.

• 3-комн. кв. на Подгорном, 58 кв.м, 1 эт., кирп., очень теплая, сост. норм., с/у раздельный, окна ПВХ, домофон, счетчики на воду, газ, подключено кабельное телевидение, телефон, интернет, пристроен большой балкон, во дворе дет. площадка, рядом школа, сад, один собственник, 2400 т.р. Т. 8-908-718-45-96.*

• 3-комн. кв., Печорская-22, 59 кв.м, 4/5-эт., лоджия заст., счетчики, интернет, полы ДВП и ламинат. Т. 8-950-569-41-84, Татьяна.

• 3-комн. кв., Куратова-8, 64 кв.м, 1/9-эт., 3300 т.р. Т. 8-963-486-93-37, Марина.

• 3-комн. кв., Ленина-22, 63 кв.м, 3/5-эт., кирп., об. сост., кух.-гост., санузел разд., срочно. Т.: 71-03-21, 8-904-209-03-21, 8-912-542-14-72.

• 3-комн. кв., Севастоп.-9, 2/5, пан., кух.-гост., совм. санузел, теплый пол, еврорем., встр. кух., быт. техн., меб., хор. звуко- и теплоизол., 4000 т.р. Т. 8-912-944-91-85.

• 3-комн. кв., Строителей-33, ул. пл., новые радиат., трубы и сантехн., окна ПВХ «Тайбала», балкон ПВХ, встр. кух. с техн., водонагр., теплая, светлая, 3900 т.р. Т. 8-912-864-68-66.

• 3-комн. кв., Юбилейная-17, 60 кв.м, 6/9-эт., кирп., сантехн. помен., трубы пласт., б/з, санузел разд., в ванной кафель до потолка, кух. гарнит. Т. 8-912-542-14-72.

• Срочно 3-комн. кв. на Водном, ул. пл., 60.1 кв.м, 3/5эт., кирп., лоджия, с/у разд., кладовка, в собств., по две кв. на эт., все в шаг. доступ., 2200 т.р. Т. 8-904-106-20-57.

• 3-комн. кв., Торопова-4, 59.8 кв.м, 3/5-эт., 2500 т.р., или меньше на две 1-комн., рассмотрим

варианты. Т. 8-909-125-03-48.
 • 3-комн. кв., 5/5-эт., пан., шатровая крыша, 59.1 кв.м, б/нз, ухаж., подъезд чистый. Т. 8-963-558-78-94.

Квартиры. Иногородние. Продам

• МСО, пгт Красавино, Великий Устюг, с мебелью. Т. 8-916-907-20-84.

• 1-комн. кв. в Сыктывкаре, Морозова-102/1, 3 эт., 40 кв.м, + гараж. Т. 8-912-158-54-01.

• 1-комн. кв. в Крыму, г. Керчь. Т. 8-912-942-98-06.

• 1-комн. кв., СПб, новостройка, 14/18-эт., 35/14.2/11, сдача дома в январе 2016 г., на 1-м эт. детсад, до метро 5 минут пешком. Т. 8-912-953-77-94.

• 1-комн. благ. кв. с зем. участком, г. Красавино, Вологодская обл., срочно, недорого. Т. 8-950-258-22-87.

• Благ. 2-комн. кв., г. Данилов, Ярослав. обл., 48 кв.м, 3/5-эт., кирп., кух. гарнитур и прихожая в хор. сост., 1.7 млн р., рядом с домом гараж (стоим. отдельно). Т. 8-910-978-25-35.

• 2-комн. кв. в Брюховецке, 2 эт., общ. пл. 57 кв.м, автономное отопление, балкон, разд. с/узел, недорого. Т. 8-912-946-98-52.

• 2-комн. кв. в центре Твери, 3/5-эт., общ. пл. 55 кв.м. Т. 8-912-947-60-73.

• 3-комн. кв. в дерев. 2-квартирном доме, 25 км от райцентра, Кировская обл., есть баня, гараж, пруд, в 10 км река. Т. 8-912-330-58-06.

• 3-комн. кв., Башкирия, п. Серафимовский, 20 км от г. Туймазы, новый кирп. дом, чист. отделка, 3/3, 67 кв.м, 2200 т.р., торг. Т. 8-917-388-09-05.

Квартиры. Иногородний обмен

• 4-комн. кв. в Сосногорске, 6 мкр-н, 4/5, пан., евроремонт, на 1-комн. с доплатой, в Ухте. Т. 8-904-223-12-25.

Квартиры. Иногородние. Сдам

• 2-комн. кв. в ж.-д. части. Т. 8-904-865-85-41.*

• Квартиру-студию в СПб, Купчино, обстановка, техника. Т. 8-911-003-01-98.

Помещения. Продам

• Павильон, 102 кв.м. Т. 8-912-961-46-86.*

Помещения. Разное

• Спортивный комплекс «Ме-теор» сдает в аренду помещение с оборудованием для кафе. Адрес: Сосногорск, ул. Гоголя-10. Т.: 6-86-97, 8-912-118-98-12.*

Дачи. Участки. Продам

• Участок, Ухта, УРМЗ, жилой район Нагорный, 13.5 сотки, под строительство индивидуального жилого дома, планируется подведение коммуникаций, 1600 т.р. Т. 8-904-273-38-05.*

• Участок под строительство, п. Поляна. Т. 8-904-861-11-46.

• Уч. на Землян. горе, баня с верандой, новый зим. 2-эт. дом, вода, канализ., свет, возмож. подкл. газа, в собств., или меняю на кв. в Ухте или Сыктывкаре. Т. 8-912-138-04-84.

• Дачу, 2-е водн., 10 соток, дом 4х4, оба этажа жилые и утеплены, новая баня (6х6) на винтовых сваях, дровяник, мастерская, сарай, патио с устр. для гамака, улич. освещ. на всей террит., уч. ухожен, огромное коллич. цветов, альпийская горка, искусств. водоем, цветники, все постр. выполн. в ед. стиле, ежегод. окрашив., дорожки дерев., улица чист. от снега, отдых зимой и летом, центр. водоснабж. летом, в строит. построек использ. качеств. стройматер., фото можно посмотреть. ВК <https://vk.com/id154319161>. Т. 8-912-947-60-35, Наталия Анатольевна.*

Гаражи. Продам

• Смеж. гараж по Заболотной, 24 кв.м под легк. а/м + 24.4 кв.м под груз. а/м, без подвала и тепла, 430 т.р. за оба, можно по отд., без агентств. Т.: 8-904-224-91-50, 8-908-719-41-94.

• Срочно гараж в 6 мкр-не, крыша - металлопроф., двойные ворота. Т. 8-908-143-09-64.

• Вагон-гараж, на полозьях, торг. Т. 8-912-543-53-75.

• Гараж по Строительной, рядом с ТРЦ «Ярмарка», 2-й заезд от заправки, новые мет. утепл. ворота 2х2.5, сухой

ЗАСТРАХУЙ АВТОМОБИЛЬ - ОСАГО, КАСКО!

- * Возможность выбора страховых компаний
- * Персональный подход к каждому клиенту
- * Нет очередей

Режим работы: пн-пт - 9:00-18:00, сб - 9:00-17:00, вс - 9:00-15:00
 г. Ухта, ул. Западная, 8
 Консультации по т.: 8(8216) 74-94-04, 8-963-556-60-36

подвал, тепло, свет, в собств. Т. 8-912-947-81-54.

• Гараж, 6 мкр-н, Сосногорск, 24 кв.м, свет, тепло, подвал, док. в наличии. Т. 8-912-947-95-18.

• Гараж с пристройкой, в Сосновке, свет, тепло, ямы картофельная и смотровая, новые ворота. Т. 8-922-270-87-83.

Гаражи. Разное

• Сдам гараж в 6 мкр-не, на длительный срок, свет, тепло, ворота 1.95х2.50. Т. 8-912-107-52-24.

3. ТРАНСПОРТ

Транспорт. Куплю

• Мотоцикл «Восход 3М-01». Т. 8-922-089-72-13.

• VW Passat B3 или B4, дизель, универсал, небитый. Т. 8-904-200-00-48.

Транспорт. Продам

ВАЗ

• ВАЗ-21213, «Нива», 02 г.в., карбюратор, 120 т.р. Т. 8-912-944-30-50.

• «Лада-Приора», 09 г.в., двиг. 1.6 л, 16-клап., в отл. сост., 250 т.р., торг. Т. 8-904-273-33-52.

Ауди

• Срочно «Ауди-100», 92 г.в., АБС, с/под., рез. «зима-лето», муз., 145 т.р. Т. 8-904-105-06-54.

• «Ауди-А6» кузов С5, 2000 г.в. Т. 8-912-113-93-43.

Дэу

• «Дэу-Нексия», 10 г.в., 80 л.с., 170 т.р., торг. Т. 8-904-273-62-67.

• Срочно «Дэу-Нексия», 05 г.в., 45 т.р. Т. 8-908-719-69-26.

• Dewoo Matiz, 11 г.в., антикорроз. обработка, противотум., ГУР, э/подъемн. перед. стекло, рез. з/л, одна владелица, сост. отл. Т. 8-912-864-68-66.

• «Дэу-Нексия», 01 г.в., 130 т.км, комплектация GLE, кондиц., 4 э/стекл., сигн. с а/зап., цв. «табак», хор. сост., 100 т.р. Т.: 8-912-942-05-45, 8-908-718-06-46.*

КИА

• Срочно «КИА-Спортейдж-Гранд», 04 г.в., 128 л.с., 2 л, пр.174 т.км, очень хор. сост. Т. 8-912-941-62-23.

Мицубиси

• «Мицубиси-Аутлендер», 04 г.в., в экспл. с 2005 г., пр. 125 т.км, полный привод, в отл. сост., 410 т.р., торг. Т. 8-912-114-53-74.

• Mitsubishi Lancer, 06 г.в., бензин, 1.6 л, 98 л.с., механ., 138.5 т.км, черный, ABS, ГУР, кондиц., тонир., под. зеркал, перед. сид. и зад. стекла, MP3, CD, USB, рез. з/л. Т. 8-912-947-91-71.

Пежо

• Peugeot-807, 03 г.в., цв. вишневый, минивэн, 5 дверей, в РФ с 2007 г., пр. 240 т.км, 2.0 MT, 107 л.с. + модуль 38 л.с., т/дизель, передний привод, левый руль, кож. салон, полная комплектация, тонир., сигн., «вебасто», саж. фильтр удален, подвеска перебрана, комплект зим. рез. на дисках + запчасти, один хозяин, сост. хор., 310 т.р., торг. Т. 8-963-023-00-51, Леонид.

Рено

• «Рено-Дастер», 2 л, 135 л.с., АКПП, бензин, салон - ткань, рез. з/л, тонир., а/запуск, парктрон. Т. 8-912-545-73-43.

Фольксваген

• «Фольксваген-Гольф-4», 99 г.в., цв. «серебро», АКПП, пр. 190 т.км, все опции, 170 т.р. Т. 8-904-226-62-22.

Хендай

• Hyundai Santa Fe, 12 г.в.,

макс. компл., отл. сост., без ДТП, 1170 т.р. Т. 8-909-123-62-64.

Шевроле

• «Шевроле-Лачетти», унив., 08 г.в., пр. 140 т.км, дв. 1.6, механ., цв. металл, рез. з/л на л/д, новая зим. рез. «Континенталь», а/з, б/к, муз., небитый, 255 т.р. Т. 8-912-943-33-15.

• Chevrolet Captiva, 10 г.в., 74 т.км, серебр., 2.4, 136 л.с., полный привод, механ., DVD, TV-тюнер, GPS, ГЛОНАСС, в/рег., радар-детектор, прицепное. Т.: 8-912-947-91-71, 8-904-274-38-13.

Шкода

• Skoda Yeti, 12 г.в., один хоз., ТО у офиц. дилера, шины з/л, парктр., завод. защита двиг., багаж., дат. дождя и света, отл. сост. Т. 8-912-944-05-88, Андрей.

Иномарки, разное

• Срочно Geely Emgrand, 14 г.в., цв. стальной, 450 т.р. Т.: 8-904-204-62-90, 8-904-105-11-20,

• Срочно Citroen C-2, 06 г.в., 150 т.р. Т. 8-904-230-90-60.

• Geely Emgrand EC7, дек. 14 г.в., седан, цв. серый, компл. «стандарт», без проб., гаран. 5 лет, 1.8 л, 126 л.с., а/з, парктр., антикор и антигравий, комп. шип. рез. Т. 8-912-105-91-81.

Грузовые

• «ГАЗель», 06 г.в., фургон, 3 м, утепл., газ/бензин, сигн., подогрев 220 V, расход., масло и жидк. помен., кабина утепл. Т. 8-904-232-56-55.

• ГАЗ-3309, изотермический фургон. Т. 8-912-863-74-40, Сергей.

• Iveco, 92 г.в., г/п 3.5 т, цена договорная. Т.: 8-904-273-59-09, 8-912-949-71-83, Елена.*

Разное

• «Репли-Молотов-400», ретро, купе, 49 г.в., пр. 90 т.км, на плохом ходу, 100 т.р. Т. 8-953-622-50-44.

Транспорт. Разное

• Сдам в аренду ВАЗ-2109,

от 10 суток, 500 р/сутки. Т. 8-904-236-03-09.*

• Сдам в аренду УАЗ-«Фермер», тент. Т. 8-912-111-45-68.

• Сдам в аренду «Фольксваген Пассат В-3», надежному и порядочному человеку, на длит. срок (не менее 5 суток), по предоплате, от 700 р/сутки. Т. 8-912-861-43-86.

• Сдам в аренду «Дэу-Нексию», 700 р/сутки; «Хендай-Акцент», 800 р/сутки. Т. 8-963-487-07-65.*

Запчасти

• На ВАЗ-2109: двигатель, бампер, двери, руль, рейку, печь, бак, фары, стекла, приборы и др. Т. 8-904-108-16-65.

• 5-ст. КПП на «Волгу», 3 т.р.; 5-ст. КПП на ВАЗ-классику, 4 т.р.; два сиденья на «Волгу», 2 т.р. Т. 8-904-223-36-35.

• Водяная помпа ВАЗ 2110, насос водяной ВАЗ-21010, для 8-клап. Т. 8-904-226-34-10.

• Двигатель на ВАЗ-21093, в хор. сост., 6 т.р. Т. 8-904-868-90-70.

• Блок управления двигателя МИКАС 7.1 243.3763 000-31, двигатель ЗМЗ-4062.10. Т. 8-912-942-70-85.

• Мосты ГАЗ-66, б/у 1 год. Т.: 8-912-943-76-41, 8-904-105-47-77.

• Для Toyota-Avensis, 1.8, 08 г.в.: новые свечи, оригинал, 4 шт., 500 р.; защиту на фары EGR, пластик, 1 т.р.; болты-секретки Toyota, USA, на кол. диски, 1 т.р. Т. 8-912-944-91-85.

• Прокладку под клапанную крышку, оригинальный фильтр «Бош» на «Ауди-80», все новое, за все 400 р. Т. 8-922-089-72-13.

• Переходник ЯМЗ на коробку КамАЗ и ZF-«Урал», комплект установки двигателя ЯМЗ на раму КамАЗ. Т. 8-951-891-15-64.

Колеса, шины, диски

• Шипов. резину Nokian Hakka-peliitta 7 SUV, 225/65/R17, б/у 1 сезон. Т. 8-904-274-38-17.

• Новую резину «Кама-519-Евро», 205/55/R16, 4 шт., 8 т.р./комплект. Т. 8-908-718-85-05.

Разное

• Багажник на «классику». Т. 8-904-274-38-17.

• Щетки стеклоочистителя со спойлером, с повышенной устойчивостью к силе ветра, 250 р/комплект. Т. 8-904-864-38-50.

• Моторное масло Liqui Moly 10W40, 2 канистры по 4 л, полусинтетика, 1.5 т.р./шт. Т. 8-912-115-15-02.

Аудио, видео

• Оригинальный магнитофон на «РАФ-4». Т. 8-904-274-38-17.

Прицепы

• Прицеп ПТС-2, г/подъемность 2 т. Т. 8-912-107-77-84.

Все для транспорта. Куплю

• Лодочный мотор «Ветерок-8». Т.: 8-904-105-34-38, 8-912-182-57-56.

• Карбюратор ВАЗ-2110 (автоподсос). Т. 8-904-108-29-14.

• А/м аккумуляторы, б/у и нерабочие. Т. 8-904-224-23-08.

• Дизельное топливо (солярку). Т. 8-904-224-23-08.

• Б/у запчасти на КамАЗ, «Урал». Т. 8-905-373-00-89.

4. СУПЕРМАРКЕТ

Бытовая техника. Продам

• 2-камерный холодильник «Стинол», в отл. сост., 10 т.р. Т. 8-904-106-35-95.

• Электросоковыжималку-терку СВСА-308, почти новая, недорого. Т. 8-904-226-34-10.

Оргтехника. Продам

• Сист. блок, 1.81 ГГц, ж/д 80 Гб, операт. 896 Мб, DVD-Rom, новые клавиатура и оптический, мыш, сетевой шнур в компл., 1.8 т.р. Т. 8-908-718-18-50.

• Картриджи для лазерного принтера HP 15A; HP 45, черный, для струйного, новые, в упаковке, недорого. Т. 8-904-226-34-10.

Электроника. Продам

• Видеокамеру, пр-во Япония, карта памяти до 16 Гб, подводная съемка, 3.5 т.р. Т. 8-904-866-00-72.

• Телевизор Samsung, плоский экран, диаг. 29 дюймов, документы, сост. отл., могу помочь с доставкой. Т. 8-912-138-04-84.

• Видеоплеер «Акай», 600 р. Сосногорск. Т. 8-912-563-48-52.

• Устройства бесперебойного питания APC Smart-UPS 1000XL, UPS Iron500, в раб. сост., недорого. Т. 8-904-226-34-10.

• Два дисковых телефона, по 500 р. Т. 8-908-716-86-50.

• 3-программное радио, 600 р. Т. 8-908-716-86-50.

Игровые приставки. Продам

• Портативную игровую консоль Sony PSP-E1008, белая, с документами, прошитая, 2.5 т.р. Ухта. Т. 8-904-274-19-97.*

Носители информации. Продам

• Диск Driveclub PS4, 1 т.р. Т. 8-963-023-39-54.

Интерьер. Мебель. Продам

• Пять шкафов и тумбочку, в отл. сост., 30 т.р. Т. 8-912-945-02-46.

РЕКЛАМА

ПОКУПАЕМ:

- картон – 4 руб/кг
- полиэтиленовую пленку – 14 руб/кг
- бутылки ПЭТ – 10 руб/кг
- пластиковые ящики и контейнеры – 5 руб/кг
- макулатуру – 3 руб/кг
- пластиковые канистры из-под масла и тосола – 10 руб/кг
- стеклянные бутылки из-под пива – 1-1.2 руб/шт.

ассортимент
уточнить

г. Ухта, ул. Железнодорожная, 16а, ангар № 65
т. 8-912-94-79-255

ЗАКЛЮЧАЕМ ДОГОВОРЫ. ВЫДАЕМ АКТЫ УТИЛИЗАЦИИ

г. Ухта, ул. Бушуева, 18а т. 8(8216) 73-88-55

НОВОСЁЛ
НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ВАШУ КВАРТИРУ

г. Сосногорск, 6 мкр-н, 1 т. 8(82149) 5-25-00
пгт Водный, ул. Гагарина, 10 т. 8(8216) 78-79-00

■ ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА
■ СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ от 10 тыс. руб.
■ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

В ноябре на стальные двери **Torex** выгода до 2000 р. Акция действует до 30 ноября

• Журн. стол на колесиках, 1,3 т.р. Т. 8-912-172-20-58.

• Новый угловой диван, 250x170. Т. 8-963-487-75-55.

Интерьер. Прочее. Продам

• Потолочные светильники, 2 шт., цв. золотистый, по 700 р. Т. 8-912-172-20-58.

Одежда. Продам

• Новую норковую шубу из кусочков, с песцовой отделкой, пр-во Греция, р.44-46. Т. 76-87-68.

• Искусств. шубу, под мутон, новая, р.48-50, 1 т.р. Т. 8-904-866-29-99.

• Новые черные валенки, р.44-45, 800 р. Т. 8-912-172-20-58.

Детский мир. Одежда. Продам

• Мутон. шубу, рост 140 см, мало б/у. Т. 8-904-866-29-99.

Детский мир. Прочее. Продам

• Качели для реб. до 3 лет, в хор. сост. Т. 8-904-274-87-04.

Спорт. Туризм. Продам

• Ракетку для большого тенниса; новую сетку для настольного тенниса. Т. 8-904-226-34-10.

• Фигурные коньки, р.35, недорого. Т. 8-904-226-34-10.

• Охотничье 1-ств. ружье ИЖ (разрешение 2015 г.), в отл. сост., недорого, имеющим лицензию на покупку. Т. 8-904-226-34-10.

• Охотничье ружье ИЖ-27Е, снаряжение, ящик. Т. 8-963-022-48-30.

Книжная лавка. Продам

• Энцикл. школьника (подар. изд.): «Всемир. литер.», «Русская литер.», «Искусство», словарь рус. яз. Ожегова. Т. 8-904-226-34-10.

• «Брокгауз и Ефрон. Энцикл. словарь», энцикл. моды, словарь античности, словарь политехнич. слов, геологический словарь. Т. 8-904-226-34-10.

• Сборники сочинений, 9-11 кл.; английский: учебники и словари, недорого. Т. 8-904-226-34-10.

• Собрания сочинений и отдельные книги Лескова, Л.Н. Толстого и др. классиков, историческая, худ. лит-ра. Т. 8-904-226-34-10.

• Толковый словарь русского языка, Ожегов С.И. и Шведова Н.Ю., 960 стр., формат 205x260 мм, твердый переплет. Т. 8-912-943-02-48.

• Книгу «Комнатные растения. Энциклопедия», более 600 фотографий, 256 стр., 304x240x23 мм. Т. 8-912-943-02-48.

• Учебное пособие по химии, Н.Л. Глинка, для студентов нехимических специальностей вузов, 100 р. Т. 8-912-943-02-48.

Стройматериалы, сантехника. Куплю

• Сэндвич-панели. Т. 8-912-115-15-02.

• Монтажную пену. Т. 8-912-115-15-02.

Стройматериалы, сантехника. Продам

• **Фанеру, профиль, гипсокартон, плитус. Все размеры. Ламинат, ПВХ, МДС, панели, ДВП, штукатурку и др. Т.: 8-904-273-47-36, (8-8216) 75-09-96.***

• Цементную смесь, 2 мешка по 50 кг, недорого. Т. 8-963-487-75-55.

• Новые пластиковые окна, недорого; москитные сетки, подоконники. Т. 8-912-115-15-02.

• Мет. ванну, 1 т.р. Т. 8-912-172-20-58.

• Дюбель фасадный HILTI, 10x120, под ключ и шестигранный, упаковка - 1 т.р. (50 шт.), поштучно - 30 р. Т. 8-904-272-37-34, Дмитрий.

• Чугунные радиаторы MC-140, советские, недорого. Т. 8-963-487-75-55.

Оборудование. Куплю

• Электроинструмент. Т. 8-912-115-15-02.

• Бензопилу «Штиль-180», в нерабочем состоянии, на запчасти. Т. 8-912-138-04-84.

• Три газовых баллона по 50 л, не пригодных для эксплуатации. Т. 8-922-270-18-89, Андрей.

Оборудование. Продам

• Э/таль. Т. 8-908-719-69-26.

• Дрель-перфоратор AVG, 2,5 т.р. Т. 8-912-115-15-02.

• Светодиодные фитолампы, 15 Вт, E-27, для выращивания рассады, цветов и растений, 300 р. Т. (8-8216) 78-36-90.

• Новую виброплиту для уплотнения асфальта, грунта, в комплекте система смачивания. Т. 8-904-274-40-35.*

• Новый стальной шаровый кран «Броен Балломакс», диам. 100 мм, фланец/фланец. Т. 8-904-274-40-35.*

• Электродвигатель асинхронный, 380 В, 3 кВт, 6,5 А. Т. 8-904-274-40-35.*

• Новые стальные задвижки, фланцевые, DN 50 мм, PN 16. Т. 8-904-274-40-35.*

• 2 шкафа-холодильника, недорого. Т. 8-908-719-69-26.

• Теплообменник. Т. 8-908-719-69-26.

• Калорифер, недорого. Т. 8-908-719-69-26.

Продтовары. Куплю

• Мелкий картофель, недорого, от 100 кг. Т. 8-908-719-69-26.

Продтовары. Продам

• Клюкву, 150 р/литр. Т. 8-908-716-86-50.

• Сухие яблоки, 200 р/кг. Т. 8-908-716-86-50.

• Сухие грибы. Т. 8-908-716-86-50.

Супермаркет. Разное. Куплю

• Рога оленя и лося, целые, ломаные, пиленые, крашенные, от

200 р/кг. Т. 8-904-867-31-52.

Супермаркет. Разное. Продам

• 3-литровые банки. Т. 8-904-226-34-10.

• Инвалидную коляску, мало б/у. Т. 8-905-567-46-75.

• Мет. стеллажи, 5 шт. Т. 8-908-719-69-26.

• Свиной навоз, 50 р/мешок, от 10 мешков - 1 мешок в подарок, самовывоз. Т. 8-908-719-69-26.

• Оптический прицел Bushnell, 4-16x40, новый, с подсветкой, 7 т.р. Т. 8-912-138-04-84.

• Канистру, 50 л; 2 мет. канистры, 20 л, все по 500 р. Т. 8-912-138-04-84.

• Печку для бани, новая, изготовлена на заказ. Т. 8-912-138-04-84.

• Мет. люки, белые, 60x40, 35x35, 15x15; пласт. люки, 15x15. Т. 8-963-487-75-55.

5. ЗООМИР

• Ветеринарная клиника «Велес». Квалифиц. помощь. Вызов на дом. Диагност. исследования, УЗИ, рентген, терапия, хирургия, чипирование, аптека, стрижка животных. Ул. Тиманская-11, офис 4. Т.: 8-912-942-04-01, (8-8216) 76-46-49, пн-пт - с 10 до 20, сб - с 10 до 15.*

Зоомир. Предложение

• Продам поросят мясной породы. Т. 8-908-719-69-26.

• Белые голубоглазые карликовые крольчата, 2 вислоухих, 2 торчехухих, очень красивые, 2 мальчика и 2 девочки, возр. 1 месяц. Т. 8-950-569-21-44.

• Продам декоративных кроликов, карликовые, есть вислоухие и прямоухие, разный возраст. Т. 8-950-569-21-44.

• Продам щенков шпица, мальчики, очень красивые, рыженький и черноподпалый, померанский тип. Т. 8-904-100-85-45.

• Продам щенков от мамы китайки и папы чихуахуа, голые и пуговочки, 6 т.р. Т. 8-904-100-85-45.

• Продам щенков тоя, мальчик и девочка, недорого. Т. 8-950-569-21-44.

• Отдам щенков, родились 21 октября. Т. 8-904-274-95-49.

• Отдам в надежные руки рожую кошечку, возраст 3 мес., ходит в лоток, ест все, ловит мышей. Т. 8-908-716-86-50, Любовь.

• Отдам котят в хорошие руки. Т. 8-912-949-20-46, Павел.

• Продам бенгальских котят, воспитанные, ласковые, документы. Т. 8-904-272-76-46.

• Продам морских свинок разного возраста, окраса и породы, от 600 р. Т. 8-904-100-85-45.

• Продам волнистых попугайчиков, птенчики и взрослые. Т. (8-8216) 75-77-61.

• Продам волнистого попугая, с клеткой и кормом, 1 т.р. Т. 8-904-865-78-00.

• Продам шиншилу с большой клеткой, принадлежностями и кормом, в связи со срочным переездом, 10 т.р. Т. 8-904-230-90-60.

• Аквариумные растения: гидрофила, криптокорина, роголистник, 10-25 см. Т. 8-904-226-34-10.

• Продам померанского шпица, мальчик, рыженький, без род. Т. (8-8216) 75-77-61.

• Продам девочку дегу (чилийская белка), маленькая, шустрая, активная, забрать можно после 5 декабря. Т. 75-77-61.

• Продам красивую девочку от мальтезе и шпица, кремовая, не линяет. Т. 8-950-569-21-44.

6. УСЛУГИ

Ремонт помещений

• «СеверСлом» - слом стен, разбор полов и дачных домиков, ванне комнаты, от 90 р/кв.м. Вынос и вывоз любого мусора. Аренда отбойного молотка. Т. (8-8216) 79-35-36.*

• 000 «Комиэлектротовары»

предоставляет услуги квалифицированного э/монтажа. Возможны оптовые поставки электротоваров. Т. 8-904-201-96-15.*

• Услуги сантехника. Т. 8-904-202-45-34.*

• Замки: открываем, меняем, врезаем. Т. 8-912-949-80-20.*

Ремонт техники

• СЦ «АВВА». Профессиональный ремонт сотовых телефонов, планшетов, ноутбуков, GPS-навигаторов. Т. (8-8216) 74-18-88, ул. Семьяшкина-8а.*

• СЦ «АВВА». Ремонт холодильников, стиральных машин, СВЧ-печей, пылесосов, кофемашин. Т. (8-8216) 74-18-88, ул. Семьяшкина-8а.*

• Ремонт холодильников, стиральных машин. Т.: 8-908-329-51-51, 5-41-19.*

Автосервис

• Ремонт а/м «Дэу-Нексия», «Дэу-Матиз». Т. 8-904-236-02-74, Сергей.*

• СТО. Кузовной ремонт, покраска и многое другое. Т.: 8-904-273-36-05, (8-8216) 76-80-76.*

Грузоперевозки

• Домашние переезды по России и Коми. Выгодные предложения. Т.: 8-904-273-44-69, (8-8216) 79-44-69.*

• Выгодные переезды в Россию попутным грузом. Т. 8-904-273-49-48.*

• Вынос и вывоз любого мусора. Талоны. Т. (8-8216) 711-935.*

• Грузоперевозки. Грузчики. По городу и РФ. Т. 8-904-105-09-00.*

• Регулярные (2 раза в неделю) и разовые попутные грузы (до 4 тонн) Ухта - Сыктывкар - Ухта. Т.: 8-904-109-16-38, 8-912-119-87-12.*

• Выгодный домашний переезд по РФ, попутный транспорт, от 8 р/км. Т. 8-922-582-96-82.*

• Грузоперевозки, термос, 3,5 т, в любых направлениях по РК и РФ. Т. 8-912-105-63-59.*

Юридические услуги

• Адвокатское бюро. Адвокат Смирнов И.И. Т. 8-922-580-16-37.*

Услуги. Разное



• Физкультурно-оздоровительный комплекс предоставляет следующие виды услуг: аренда спортивного зала, сауна, массажный кабинет, тренажерный зал. Заключаем договоры с организациями и частными лицами. Адрес: Сосногорск, 6 мкр-н-35. Т.: 6-86-97, 8-912-118-98-12.*

• Песни под гитару - душа любого праздника. Творческое объединение авторской песни предлагает песенное оформление мероприятий. Вся классика бардов. Огромный репертуар. Руководитель Сергей Шеркунов. Т. (8-8216) 77-65-17.*

• Составление сметной документации, подсчет объемов работ, КС-2, КС-3, М-29, проверка смет. Составление смет на основании проекта. Защита и утверждение смет у заказчика. Т. (8-8216) 79-79-10.*

• Настройка и ремонт фортепиано. Т. 8-904-273-19-73, Александр.*

• Сборка мебели. Т. 8-908-718-16-06.*

• Сборка мебели. Т. 8-912-175-77-01.*

• Качественная фотосъемка: семейная, портретная, детская, репортаж праздников и событий. Ознакомиться с работами можно в группе «ВКонтакте» <http://vk.com/simarinafoto>. Т. 8-912-555-75-38.*

• Недорого! Винтовые сваи. Доставка, монтаж. Т. 8-912-947-42-74.*

7. ОБРАЩЕНИЯ

• Требуется ответственный

человек для выгула собаки, ж.-д. часть, оплата по собеседованию. Т.: 6-93-49, 8-904-222-66-27.

• Стефано-Афанасиевский женский монастырь, п. Первомайский Сысольского р-на РК, приглашает мастеровых людей оказать помощь в строительстве сестринского корпуса с домовой церковью. Возможны кратковременные выезды на выходные. Т. 8-912-143-32-26.*

• Приход Храма Рождества Пресвятой Богородицы с. Онежья Княжпогостского р-на приглашает мастеровых людей оказать помощь в обустройстве церковного дома и Храма. Возможны краткосрочные выезды на выходные. Т. 8-922-592-20-20.*

Доводим до сведения

• Спортивный комплекс «Метеор» предоставляет спортивный игровой зал для проведения спортивных мероприятий по футболу, волейболу, баскетболу и другим игровым видам спорта. Заключаем договоры с организациями и частными лицами. Адрес: Сосногорск, ул. Гоголя-10. Т.: 6-86-97, 8-912-118-98-12, e-mail: himik67@rambler.ru.*

• Распространение ваших листовок и газет в почтовые ящики по г. Ухте! Обращаться в отдел распространения по адресу: г. Ухта, пр. Космонавтов-5/2. Т. (8-8216) 76-12-43.*

Находим, потери

• Нашедшего фотоаппарат Canon в р-не озера прошу вернуть за вознагражд. Т. 8-912-148-66-57.

**Расценки на публикацию платных объявлений, поданных через кассу Издательского Дома «НЭП»
(пр. Космонавтов, 5/2, т. 76-12-43)**

Услуга		НЭП + Ухтинская Витрина	Купи-Продай	Ухтинский Торговый Двор	Купи-Продай (Сосногорский выпуск)
Стоимость 1 знака		2 руб. 00 коп.	1 руб. 80 коп.	1 руб. 10 коп.	1 руб. 10 коп.
Выделение полужирным шрифтом (стоимость 1 знака)		2 руб. 80 коп.	2 руб. 50 коп.	1 руб. 50 коп.	1 руб. 50 коп.
Набор объявления ПРОПИСНЫМИ буквами (стоимость 1 знака)		2 руб. 50 коп.	2 руб. 25 коп.	1 руб. 40 коп.	1 руб. 40 коп.
Объявление на выворотке (стоимость 1 знака)		4 руб.	3 руб. 60 коп.	2 руб. 20 коп.	2 руб. 20 коп.
Добавление рамки	художественная	+ 80% стоимости объявления	+80% стоимости объявления	нет	нет
	простая	+ 60% стоимости объявления	+ 75% стоимости объявления	+ 80% стоимости объявления	+ 80% стоимости объявления
ОБЪЕМ УВЕЛИЧЕН! Фотообъявление (5,8 см x 5,0 см) ОБЪЕМ УВЕЛИЧЕН!	1 выход	150 руб.	150 руб.	120 руб.	120 руб.
	3 выхода	360 руб.	360 руб.	300 руб.	300 руб.
	10 выходов	750 руб.	750 руб.	600 руб.	600 руб.
Выбор места в тематической рубрике	I место	100 руб.	100 руб.	100 руб.	100 руб.
	II место	50 руб.	90 руб.	50 руб.	50 руб.
	III место	30 руб.	80 руб.	30 руб.	30 руб.
Добавление фотографии (рубрика «Поминание»)		100 руб.	100 руб.	100 руб.	100 руб.
Наценка за срочность	2 дня до выхода газеты	+ 40% стоимости объявления	+ 40% стоимости объявления	+ 40% стоимости объявления	+ 40% стоимости объявления
	1 день до выхода газеты	+ 50% стоимости объявления	+ 50 % стоимости объявления	+ 50% стоимости объявления	+ 50% стоимости объявления

Стоимость объявления рассчитывается путем суммирования выбранных услуг.

При одновременной подаче объявления в несколько газет Издательского Дома «НЭП»

предоставляются следующие скидки:

10% - при размещении в 2-х газетах (кроме сочетания «Купи-Продай» - «Ухтинская витрина»)

15% - при размещении в 3-х газетах

20% - при размещении в 4-х газетах

В детский сад —

О чем чаще всего разговаривают мамы дошколят? Конечно же, о болезнях, которых невозможно избежать, как только малыш попадает в детский сад. Кажется, что конца и края не будет этим ОРЗ и ОРВИ, этим насморкам и бесконечному кашлю... И график, когда две недели в саду, а две недели дома на больничном, вдруг становится нормой... Почему это происходит? Как это отразится на развитии ребенка в дальнейшем? И можно ли хоть немного взять под контроль респираторные заболевания, которым так подвержены самые маленькие члены семьи? Об этом нашему корреспонденту рассказывает Наталья Колосова, кандидат медицинских наук, доцент кафедры детских болезней Первого московского государственного медицинского университета им. И.М. Сеченова.

Фото Вадима Тараканова



Битва с вирусами

— Наталья Георгиевна, вопрос, который волнует всех родителей: почему дети, как только попадают в детский сад, начинают болеть?

— Доля правды в этом есть. Особенность детского иммунитета состоит в том, что он «созревает», когда ребенок заболевает респираторными инфекциями.

— То есть легкие простуды — это не есть плохо?

— Да, это не есть плохо. Детского иммунитета не хватает на встречу с каждым новым для него агентом, а ими могут быть и микроорганизмы, и аллергены, и факторы внешней среды. Соответственно, ребенок, контактируя с агентами, стимулирует защитные механизмы своей иммунной системы. То есть встречаясь и реагируя каждый раз на новые агенты, иммунная система учится их все лучше и лучше распознавать и, в конце концов, перестает на них реагировать. Именно поэтому взрослые люди меньше болеют: их иммунная система, несколько раз повстречавшись с вирусом, например, того же гриппа, в очередной раз на него уже не отреагирует таким состоянием, как болезнь. Выражаясь научным языком — в организме образуются анти-

тела к этой инфекции. На этом механизме построена и вакцинация против большинства инфекций. Соответственно, сами респираторные заболевания — ОРЗ или ОРВИ — это, в общем-то, выработка иммунитета против инфекций, которые их вызвали.

— И детям нужно много раз переболеть одним и тем же вирусом, чтобы выработать иммунитет к нему?

— Вирусов — огромное количество, их описано больше 200, но протекают они, в общем-то, одинаково: ринит, заложенность носа, кашель, боли в горле и так далее. Поэтому родителям и кажется, что дети болеют часто и одинаково, а на самом деле болезнь вызвана уже другим агентом — вирусом или бактериями. В дальнейшем для его организма эти инфекции действительно становятся чем-то похожи. И, соответственно, он уже меньше реагирует на вирусы, которые постоянно циркулируют среди нас. Как результат — дети начинают меньше болеть.

Семь дней на выздоровление

— Сколько раз в год ребенку допустимо болеть респираторными заболеваниями?

— По международным нормам считается, что ребенок до пяти лет может болеть часто — 8-10 раз в год. Хотя раньше мы говорили, что часто болеющие дети — это те, кто болеет больше 5-6 раз в год. Но здесь даже не цифры главное. Основное правило: эти респираторные заболевания должны протекать легко. Как мы в обиходе говорим: «Насморк должен проходить за семь дней!» И это действительно так. Эти заболевания не должны вызывать каких-то тяжелых состояний, таких как отиты, синуситы, пневмонии, ангины.



Фото из сети интернет

То есть если ребенок неделю с насморком посидит дома, потом выходит в детский сад и через три-четыре недели снова заболевает — это нормально, как бы это ни пугало родителей. Особенно, если речь идет об осенне-зимнем периоде, когда увеличена циркуляция вирусов.

— Дети рождаются с разным иммунитетом?

— У всех новорожденных детей он примерно одинаков. Много будет зависеть от раннего периода жизни: как ребенок вскармливался (грудью или искусственно), как развивался в первый, второй год жизни, как часто и много общался с окружающими. Бывает так, что до садика ребенок, кроме бабушки и мамы с папой, никого и не видел, рос в условиях инкубатора. Понятно, что в саду ему придется труднее, чем тем, у кого был более широкий круг общения. Современные родители не боятся вести свободный образ жизни — много гуляют с детьми на улице, путешествуют. С одной стороны, такие дети раньше начнут болеть, так как они чаще встречаются с агентами. А вот в саду будут болеть меньше чем те, кого оберегали от внешнего мира. Ведь детский сад — это та же модель мира, просто в нем находятся

дети, которые изначально предрасположены к инфекциям. Но интересный факт: в саду дети болеют до тех пор, пока в их группе не установится микроклимат. А это происходит тогда, когда они «поделились» всеми инфекциями и по кругу переболели. Обычно это происходит где-то после двух лет посещения детского сада — эти дети действительно уже не болеют так часто. И это как раз связано с тем, что к этому времени выработывается коллективный иммунитет.

— Выходит, что родители, которые несут малыша в корзинке по торговому центру — это не «ужас-ужас»?

— Это не ужас — если они прогуливаются в людных местах не в период, когда повышена заболеваемость гриппом. Потому что малыш, скорее всего, заразится вирусом и перенесет его гораздо тяжелее, чем взрослые, могут возникнуть и осложнения. И хотя ребенку не нужно создавать тепличные условия, но и доходить до фанатизма тоже не нужно — носить его везде за собой. Если есть рекомендации уменьшить контакты во время эпидемий — их нужно уменьшать для всех. Рекомендуется маску надевать, значит, нужно ее надевать.

За ИММУНИТЕТОМ

Закалка не помешает

– Часто воспитатели говорят родителям: «Не волнуйтесь, это даже хорошо, что ваш ребенок в саду болеет значит, в школе болеть не будет». Выходит, они правы?

– Скорее всего, так и будет. Ребенок переболеет раньше, и в школу пойдет с уже «закаленным» иммунитетом. А те, кто до школы находился дома, в начальных классах действительно могут начать болеть. То есть школа для них станет своеобразным «детским садом» в смысле становления иммунитета. Правда, заболевания будут протекать легче, так как у школьника все же более созревшая иммунная система.

– А есть какие-то другие варианты укрепить иммунитет ребенка? Или лучше всего, если он укрепляется естественным путем, когда ребенок заболевает и выздоравливает?

– Всегда существовал такой метод, как закаливание. Я противник фанатизма в этом деле, например, не одобряю ныряние в прорубь, обливание ледяной водой. Но считается, что закаливание повышает резистентность организма.

– За счет чего?

– Иммунная система – до-

статочно сложный механизм, но она может адаптироваться к каким-то условиям. Считается, что переохлаждение – это фактор, который может способствовать активизации инфекции. Соответственно, если мы будем устойчивы к переохлаждению, то на нас этот фактор влиять не будет.

– То есть даже если будет реально холодно, закаленный ребенок не замерзнет, и активизации инфекции не произойдет?

– Да, средовые факторы для закаленного ребенка уже не будут повреждающими. Но помимо обливания водой, есть более гуманные методы, например, посещение бассейна. Там тоже достаточно прохладная вода, а само плавание укрепляет дыхательную систему, гармонично развивает тело. В принципе, любые занятия спортом, и даже обливание не ледяной, а просто прохладной водой в какой-то степени укрепят иммунную систему.

Домашние «экзекуции»

– Родители любят и домашние процедуры, например, промывают ребенку нос соленой водой.

– Это полезно?

– Промывание солевым рас-

твором – это метод, который сейчас дискутируется... При появлении в аптечной сети большого количества этих растворов, процедура стала очень модной: все вдруг стали мыть носы детям. Но надо понимать, что, как и любой метод терапии, он имеет строгие показания. Есть смысл использовать его при эпидемиях гриппа, то есть после прогулки на улице ребенку вымывают из носа те агенты, которые могли попасть в полость. Но промывать нужно именно физиологическим раствором, он не должен быть сильно соленым. Другая ситуация, когда допустимо промывание носа – это когда в носу ребенка в большом количестве образуется секрет и его нужно выводить. Тогда используются либо нормотонические, либо гипертонические растворы. Можно просто увлажнять нос, когда наступает отопительный сезон, и в комнатах воздух становится очень сухим. Из-за этого высыхает слизистая оболочка, и через нее легко проникают бактерии. В таких случаях рекомендовано не промывание, а орошение носа – легкий душ. Либо нужно использовать увлажнитель воздуха, чтобы создать нормальный микроклимат в помещении.

– А кашель при респираторных заболеваниях нужно лечить?

– При ОРВИ или ОРЗ кашель, как правило, начинается из-за того, что ребенок пытается откашлять слизь, которая стекает по стенкам носоглотки. У него еще нет механизма заглатывания мокроты, слизь раздражает рецепторы, и он кашляет. Если это легкое покашливание без каких-либо приступов, и оно уменьшается в течение недели вместе с другими симптомами болезни, то лечить его не нужно. Если же кашель носит спастический, приступообразный характер, если он проявляется в какой-то конкретный период – например, когда ребенок спит, или если кашель не продуктивный, то есть ребенок кашляет уже, предположим, пять дней, и у него нет влажного оттенка, не слышно, что мокрота продвигается, тогда нужно обратиться к специалисту именно с этой проблемой. Врач порекомендует

препарат, который облегчит этот кашель, или назначит дополнительное обследование.

Панику – под контроль

– А есть какие-то способы уберечь ребенка от проникновения вирусов в периоды эпидемий настоящего гриппа?

– Сейчас есть современные барьерные препараты, которые не дают вирусам и бактериям проникнуть в организм через слизистую носа. Они создают микропенку на слизистой, как бы обволакивают ее и препятствуют проникновению агентов. Они самоочищающиеся, через четыре часа выводятся со слюистой. Можно ребенку в сезон заболеваний перед походом в детский сад брызнуть в нос. Они действительно помогают.

– Наталья Георгиевна, дайте несколько ваших личных рекомендаций родителям, которые собираются водить детей в детский сад, но волнуются за их здоровье.

– Настроиться нужно на то, что детский сад действительно необходим в качестве социальной адаптации ребенка, чтобы в дальнейшем ему было проще и в школе, и в жизни. Коллектив учит многому. Хорошо, если есть возможность дать ребенку адаптироваться в детском саду, приводить его не на полный день, а на несколько часов. Если у ребенка появилась заложенность носа, легкое покашливание, и они не критические – обязательно сразу же оставлять его дома. Нос нужно промывать, следить за тем, как чувствует себя ребенок, и продолжать водить его в детский сад, потому что «высихивание» дома из-за каждого чиха бесполезно: ребенок вернется в сад, а там кто-то уже с «новым» насморком, и он снова заболевает. А родители будут расстраиваться: «Как же так, мы же только отболели!» Родители должны научиться справляться с паникой. Спокойно и внимательно следить за состоянием здоровья своих детей-дошкольников.

Лариса Зелинская
Информационное агентство
«Столица» по заказу
Издательского Дома «НЭП»

Фото из сети интернет



КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Рецепт от греха

Один человек пришел к настоятелю монастыря и спросил, не ведом ли тому рецепт от прегрешений.



— Ведом! — отвечал настоятель. — Нарой в лесах корней послушания. Потом ступай в поля и нарви там цветов душевной чистоты. Иди в рощи и добудь там листья терпения. Собери в садах плоды прямодушия.

— И что мне со всем этим делать? — удивился человек.

— Неси собранное тобой домой, — продолжил настоятель. — Иссуши все постом воздержания и в сосуд добрых дел сложи. Приправь солью братолюбия и слезами покаяния, прибавь щедрот милостыни, смирения и страха Божиего.

Принимай лекарство каждый день, колени преклонив и в одежды праведности нарядившись. И еще в праздное слово не входи, чтобы не простыть и снова грехом не заболеть!

Смерть праведника и грешника

Один благочестивый старец попросил Господа, чтобы допустил он его увидеть смерть праведника и смерть грешника. Явился к старцу ангел и указал, куда ему идти нужно.

Пришел старец в дом, где праведник жил, и на ночлег попросился.

— Рады мы были пустить тебя, добрый человек, — отвечает хозяйка, — да родитель наш сильно занемог.

Услыхал это больной и детям приказал странника в дом пустить. Вошел старец в избу, а больной сыновей позвал и сдох. Наставление родительское сделал, благословение последнее дал и простился со всеми. Ночью спустился с небес ангел, душу праведную взял и в рай понес. Никто из родных увидеть этого не мог, а только старец один. Дождался старец похорон, панихиду отслужил и в другой дом пошел, где жил грешник. Попросился он у хозяйки на ночлег, та его в дом и пустила, Тут мужики, отец с сыновьями, в избу с молотью воротились, и всяк за свое дело принялся: пустое болтают, песни поют, да вином упиваются.

А тут им невидимо, а старцу видимо, Смерть с косой пришла и хозяйина по голове ударила.

— Ой, больно мне! Ой, головушка болит! — закричал тот и замертво упал.

Дождался старец похорон грешника и домой вернулся, славя Господа за то, что сподобил его смерть грешника и смерть праведника увидеть.

По материалам сайта: www.smisl-zhizni.ru

Четыре цифры, которые нельзя игнорировать

Фото из сети интернет



Доход и выручка говорят владельцу бизнеса о многом. Однако есть еще несколько показателей эффективности, которые могут стать ранними признаками неприятностей либо стабильного успеха вашей компании. Вот четыре из них, которые ваш бизнес не может игнорировать.

1. Показатель стоимости привлечения одного клиента (Cost to Acquire Customers, САС)

Во сколько обходится вам каждый покупатель? Суммируйте свои затраты на маркетинг и продажи, включая зарплаты сотрудников и накладные расходы, и разделите на количество клиентов, которые удалось привлечь за определенный период времени. Например, если вы вложили \$100 и приобрели 10 клиентов, ваш показатель стоимости привлечения одного клиента — \$10.

К какой цифре надо стремиться? Это зависит от сферы вашей деятельности и бизнес-модели. Важно также понимать, как САС вписывается в ваш общий операционный бюджет. Чем меньше затраты, тем больше денег вы можете направить на привлечение покупателя. Не забывайте также о том, что высокий показатель САС имеет смысл, если у вас достаточно высок показатель LTV (см. ниже).

2. Показатель жизненного цикла клиента (Lifetime Value of a Customer, LTV)

Если ваш бизнес не связан с одноразовыми товарами (услугами), часть покупателей переходит в категорию постоянных. Чем их у вас больше и чем больше они тратят, тем более высокий САС вы можете себе позволить.

LTV бывает сложно подсчитать, приходится идти на допущения, по крайней мере, на стадии стартапа. Но спустя некоторое время, уже имея на руках статистику, можно по тому, как идут дела, определить лояльность покупателей и их предпочтения по вашему ассортименту. Тогда подсчеты становятся гораздо проще: посчитайте, сколько среднестатистический клиент тратит у вас за конкретный промежуток времени и сколько вы получаете, изначально вложившись в его привлечение (показатель САС). Соотнесите эти цифры с вашими статьями доходов и расходов. Чем выше показатель LTV, тем более

высокий САС вы можете себе позволить.

Почему эти два показателя так важны? Рост САС означает, что вам нужно начать сокращать расходы, или поднимать цены, или уделять больше внимания маркетингу и продажам. Падающий LTV требует принятия тех же мер и говорит о том, что у вас не получается эффективно использовать самых важных и наименее затратных покупателей — тех, кто покупает у вас сегодня.

3. Коэффициент оттока клиентов

Любая компания приобретает и теряет клиентов — это нормально. И все же отношения со многими покупателями похожи на неудачные инвестиции: вы вложили деньги, чтобы их привлечь, обслуживали, пытались удержать, а они взяли и ушли.

Растущий коэффициент оттока клиентов может быть вызван рядом факторов: разочарование в вашем товаре (услуге), приход нового конкурента на ваш рынок или конец цикла жизнедеятельности вашего продукта. Коэффициент оттока клиентов — надежный индикатор растущего САС и снижающегося LTV. По сути, все три показателя предвещают грядущие проблемы или успех в вашем бизнесе.

4. Структура выручки

Немногие предприятия имеют лишь один источник дохода. У большинства компаний таких источников несколько, и изменения в распределении их долей в структуре дохода могут свидетельствовать о надвигающихся неприятностях.

Изменения в структуре выручки часто анализируют не только о сдвиге в поведении покупателей, но и о более серьезных изменениях в вашей индустрии и на рынке.

<http://journal.dasreda.ru>

НЭП «ВКонтакме»

<http://vk.com/nepsite>

Индивидуальным предпринимателем получен и оплачен патент на осуществление предпринимательской деятельности в сфере розничной торговли на 2015 г. по трем торговым точкам. Как пересчитать стоимость патента за 2015 г. в связи с уменьшением количества торговых точек и зачесть излишне уплаченные суммы патента в счет будущих платежей?

Если индивидуальный предприниматель получил патент на осуществление деятельности в сфере розничной торговли на территории конкретного субъекта Российской Федерации, то такой патент будет действовать в отношении всех указанных в патенте торговых объектов, расположенных на территории данного субъекта Российской Федерации.

Если в патенте указано определенное число показателей (количество (площадь) объектов, средняя численность наемных работников и т.п.), а в течение налогового периода появились новые объекты, то для целей налогообложения предпринимательской деятельности с использованием таких новых объектов индивидуальный предприниматель обязан получить патент на указанные объекты или применять в отношении предпринимательской деятельности с использованием этих объектов иные режимы налогообложения.

В случае уменьшения количества объектов перерасчет налога в рамках патентной системы налогообложения и зачет излишне уплаченной суммы патента в счет будущих платежей Кодексом не предусмотрен (письмо Минфина России от 23.06.2015 г. № 03-11-11/36170).

Я работаю в качестве ИП и уплачиваю ЕНВД. Сейчас хочу перейти на патентную систему. Могу ли я сделать это с IV квартала текущего года?

Нет, перейти с уплаты ЕНВД на патентную систему в середине года нельзя. Дело в том, что просто отказаться от «вмененного» спецрежима можно только со следующего календарного года (п. 1 ст. 346.28 НК РФ). Таким образом, в 2015 г. вам следует и дальше применять систему в виде ЕНВД. А уже с 1 января 2016 г. переходить на патент. Напомним, для перехода на патент вам нужно подать в ИФНС заявление по форме N 26.5-1, утвержденной Приказом ФНС России от 18.11.2014 г. № ММВ-7-3/589@. Сделать это нужно за 10 рабочих дней до начала применения патентной системы. То есть, чтобы применять патент с 1 января 2016 г., подать заявление необходимо не позднее 17 декабря текущего года. А для отказа от ЕНВД подайте заявление по форме N ЕНВД-4, утвержденной Приказом ФНС России от 11.12.2012 г. № ММВ-7-6/941@. Сделать это надо не позднее 15 января 2016 г. (п. 3 ст. 346.28 НК РФ).

Можно ли получить справку по форме 2-НДФЛ в налоговых органах?

Информацию о полученных доходах и удержанных суммах налога, предоставляемую работодателем в налоговый орган можно получить в «Личном кабинете налогоплательщика для физических лиц» в разделе «Налог на доходы ФЛ» – «Сведения о справках по форме 2-НДФЛ».

Межрайонная ИФНС России № 3 по Республике Коми в г. Ухте



ВОПРОС ЭКСПЕРТУ
www.nepsite.ru

ПРАВОВЫЕ НОВОСТИ РФ

В письме от 03.08.2015 г. № 17-4/ООГ-1109 Минтруд напомнил, что плательщиками взносов в ПФ, ФСС, ФФОМС являются: лица, производящие выплаты физлицам (работодатели), в том числе индивидуальные предприниматели и ИП, не производящие выплаты физлицам (не работодатели).

Если плательщик относится одновременно к обеим категориям, то уплачивает страховые взносы по каждому основанию. ИП, являющиеся работодателями, уплачивают взносы с сумм выплат физлицам, а также обязаны уплачивать взносы за себя в ПФ и ФФОМС. Самозанятые плательщики страховых взносов, в том числе ИП, исчисляют взносы «за себя» с учетом суммы их дохода:

- если доход не превышает 300 000 руб. за расчетный период – 1 МРОТ (5 554 руб. на 2014 г.) x 26% x 12 мес. = 17 328,48 руб.;
- если доход превышает 300 000 руб. – 1 МРОТ x 26% x 12 мес. + 1 % от суммы дохода, превышающей 300 000 руб.

Максимально возможная сумма взноса, уплачиваемая самозанятыми плательщиками, определяется исходя из 8 МРОТ (5 554 руб. на 2014 г.) x 26% x 12 мес. = 138 627,84 руб.

В этих целях для ИП, применяющих УСН, доход учитывается в соответствии со статьей 346.15 НК, то есть при определении доходов учитываются: – доходы от реализации, определяемые в соответствии со статьей 249 НК; – внереализационные доходы, определяемые в соответствии со статьей 250 НК.

При этом расходы, предусмотренные статьей 346.16 НК, не учитываются. Сумма взносов не увязывается с конечным результатом предпринимательской деятельности ИП за год (прибыль, убыток). Аналогичные разъяснения давал и Минфин.

В письме от 17.08.2015 г. № 03-05-06-04/47422 Минфин напомнил, что налогоплательщиками транспортного налога признаются лица, на которых зарегистрированы транспортные средства.

В соответствии со статьей 20 закона 164-ФЗ «О финансовой аренде (лизинге)» предметы лизинга, подлежащие регистрации в госорганах (транспортные средства, оборудование повышенной опасности и другие предметы лизинга), регистрируются по соглашению сторон на имя лизингодателя или лизингополучателя.

Правилами ГИБДД предусмотрена возможность регистрации транспортных средств, используемых по договору лизинга, за одним из участников договора лизинга по их письменному соглашению, а также возможность временной, на срок действия договора лизинга, регистрации за лизингополучателем транспортного средства, зарегистрированного за лизингодателем. Если транспортные средства, находящиеся в собственности лизингодателя (но не зарегистрированные за ним), по договору лизинга переданы и временно зарегистрированы за лизингополучателем, налогоплательщиком транспортного налога является лизингополучатель.

Если по договору лизинга транспортные средства, зарегистрированные за лизингодателем, временно передаются по месту нахождения лизингополучателя и временно ставятся на учет в органах ГИБДД по месту нахождения лизингополучателя, то плательщиком транспортного налога является лизингодатель по месту госрегистрации транспортных средств.

www.audit-it.ru

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ НАШЕЙ ГАЗЕТЫ!

Если у вас возникли вопросы, связанные с предпринимательской деятельностью, просим вас сообщать их по т. 76-13-49, ф. 76-02-42, или присылать по e-mail: karpovevgeni@yandex.ru

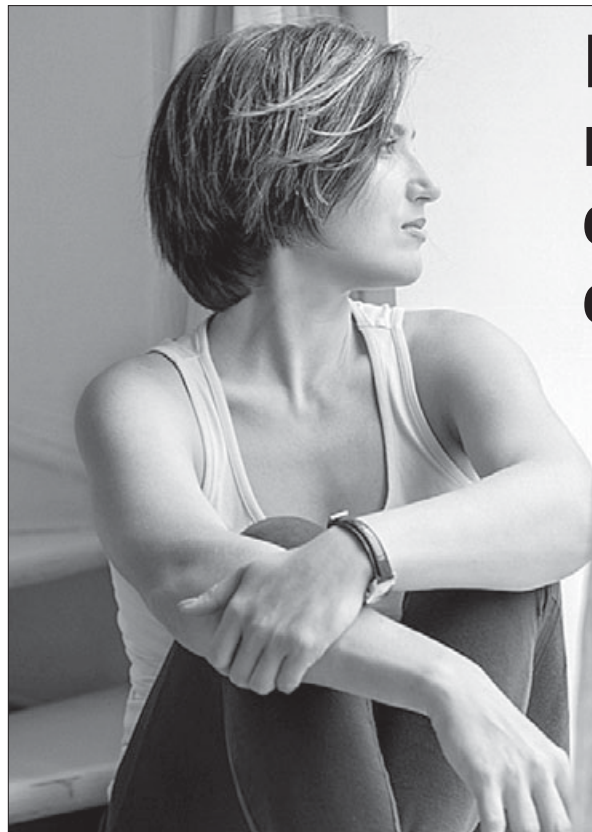
Как обрести и сохранить спокойствие

Сегодняшнюю жизнь принято называть сумасшедшей и динамичной, а ее ритм – бешеным, но основным негативным фактором, выбивающим из колеи множество людей, являются информационные перегрузки. Нельзя сказать, что жизнь была легкой и спокойной в Средневековье или 100-200 лет назад. Напротив, у людей было немало серьезных проблем. Это и кровопролитные войны, и бедность, и неграмотность, да еще и ужасные эпидемии, с которыми современное человечество уже не сталкивается, но вот таких потоков информации, ежедневно, буквально водопадом льющихся на каждого человека, тогда точно не было: средства связи и коммуникаций были совсем другими.

Что же нам теперь отказаться от использования интернета, мобильных телефонов, других средств передачи информации и начать посылать письма голубиной почтой? Конечно, этого никто не предлагает, хотя писать друг другу обычные – не электронные, а бумажные письма – иногда было бы полезно: просто потому, что этот процесс очень успокаивает. Есть даже исследования психотерапевтов на эту тему.

Как обрести спокойствие: пишите чаще

Писать что-либо от руки, если только это не связано с работой напряженной, приходит в голову немногим: ведь так просто набрать текст на клавиатуре или записать его на диктофон, но психологи не зря советуют людям, потерявшим спокойствие, вести дневник и записывать туда все, что их



Как обрести и сохранять состояние спокойствия

Большинству наших современников кажется, что спокойствие – недоступная роскошь: если кто-то пытается доказать обратное, над ним просто саркастически смеются. Люди привыкли так думать, и многим это даже нравится. На самом деле, это заблуждение и весьма опасное, ведь в этих условиях растет молодое поколение. Если не научить детей и подростков сохранять спокойствие сегодня, что будет с нашим миром завтра?

волнует. Мы разучились писать, но, оказывается, письмо от руки положительно воздействует на нашу нервную систему: улучшает память и внимание, тренирует мозг и речь, а также помогает бороться со стрессом. Часто люди, находясь на важном совещании или обсуждая проблемы по телефону, чертят и рисуют какие-то узоры на листе бумаги или в ежедневнике – это помогает чувствовать себя спокойнее. Поэтому ведение дневника и считается эффективным способом обретения спокойствия: приучите себя постоянно записывать мысли, которые вас беспокоят, и попробуйте «переворачивать» их, заменяя прямо противоположными. Через не-

которое время вы заметите, что стали чувствовать себя гораздо спокойнее в присутствии людей, раньше вас раздражавших, или в ситуациях, которые вас напрягали.

Обида: опасно для жизни

Ничто так не отнимает душевное спокойствие и равновесие, как непрощенная обида: носить в себе такую обиду, нельзя думать ни о каком спокойствии. Прощать же своих обидчиков умеют далеко не все: многие люди держат обиду годами, и она буквально разъедает их изнутри, разрушая не только спокойствие, но и физическое здоровье.

Сегодня уже ни для кого не секрет, что застарелые обиды

становятся причинами возникновения онкологических заболеваний, однако зная об этом теоретически, люди часто думают, что уж их-то эта проблема не касается, или уверяют себя, что не могут простить обиду, или она слишком сильная. Выражение «смертельная обида» все наверняка слышали, но мало кто думал о его буквальном смысле: обидеть или обидеться «до смерти». Если бы люди понимали, что это означает, они научились бы прощать довольно быстро – просто из чувства самосохранения, потому что это нужно им самим, а не кому-то другому.

(Продолжение следует)

www.inmoment.ru
Фото из сети интернет

ТЕЛЕФОН ДЛЯ БЕСПЛАТНЫХ ЧАСТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ

5-22-44

Еженедельная газета бесплатных частных объявлений



Рекламное издание.

Учредитель

Алексеев Дмитрий Артемьевич

Издатель

000 Издательский Дом «НЭП» (169300, Ухта, пр. Зерюнова, 7/1.)

Главный редактор
АЛЕКСЕЕВ Д.А.

Издание зарегистрировано Беломорским Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.

Свидетельство о регистрации СМИ
ПИ № ФС 3-0677 от 14 ноября 2007 г.

Отпечатано в ОАО «Кюми республиканская типография» (г. Сыктывкар, ул. Савина, 81).

Тираж 3 000 экз. Распространяется бесплатно.

Передача материалов допускается только по согласованию с редакцией. Редакция не несет ответственности за достоверность информации, опубликованной в рекламных и частных объявлениях.

Печать офсетная.

Подписано в печать: по графику – вторник, 17:00, фактически – вторник, 17:00.

Адрес редакции

169300, Ухта, пр. Космонавтов, 5/2.

5-22-44 (бесплатные объявления),

009 (платные объявления).

www.nepsite.ru (бесплатные объявления).

Редакция оставляет за собой право редактировать объявления в целях придания им качества, удобных для читательского восприятия. Достоверность ряда объявлений контролируется по указанному в разделе «Данные о клиенте» контактному телефону. Редакция просит простить ей встречающиеся в объявлениях изъяны – мы стремимся передать вам информацию как можно быстрее, при этом сплошная корректура не представляется возможной.

Реклама

Народная касса

Акция «6х6»!

вклад на **6** месяцев **под 6%** в месяц

г. Ухта, ул. 40 лет Коми АССР, 4, т.: 8(8216) 746-999, 707-090

Общество с ограниченной ответственностью «Народная касса»
Сбербанк России. Лицензия № 1151101004405
ИНН 11101052487 ОГРН 1151101004405

Ювелирный салон
СИЛВЕР

ПРЕДНОВОГОДНИЕ СКИДКИ от 20 до 50%

Порадуй себя
и своих близких!

г. Ухта, Чибьюская, 1
м-н «ЛАДА»

м-н "Руслан"	м-н "Людмила"	м-н "Лада"
-----------------	------------------	---------------

ул. Октябрьская

Реклама

УХТА ↔ СЫКТЫВКАР

ежедневно с 2011 года! Ориентировочное время отправления **ЗАБИРАЕМ ИЗ СОСНОГОРСКА**

ТАКСИ - «ТИМАН»

Гост. «ТИМАН»: 01:00, 04:00, 06:30, 08:00, 10:00, 12:00, 14:00, 16:00, 17:30, 19:00, 23:00

Гост. «АЭРОФЛОТ»: 04:00, 06:30, 09:00, 11:00, 13:00, 14:30, 16:00, 17:30, 19:30, 21:30, 23:00

700 р.

Остановки по требованию: ЦРБ, Кардиологический центр

Билеты для отчетности, детские автокресла, бустеры

8-912-94-98-117 8-965-86-48-955
8-904-27-33-019 vk.com/timan11 (8-8216) 770-777

ГРУЗОВИКИ

с кранами разной грузоподъемности

ЭВАКУАЦИЯ АВТО

с полной погрузкой

АВТОВЫШКА

ЯМОБУР

ЗАКРУТКА ВИНТОВЫХ СВАЙ

Нал. и безнал. расчет, документы.

3 т, 10 м
4 т, 14 м
7 т, 20 м

800-008
793-008

Реклама

Сосногорск-Ухта-Сыктывкар

Время в пути 4 часа

Реклама

Wi-Fi
DVD

г. Ухта, время отправления: 4:00, 5:30, 7:00, 9:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00, 21:00, 23:00, 01:00

г. Сыктывкар, ж.-д. вокзал, время отправления: 3:00, 5:30, 8:00, 9:30, 11:30, 13:00, 15:00, 15:30, 17:30, 19:30, 23:30, 01:00

Лиц. серия 11, №001765965 от 30.01.13 г.

Сыктывкар остановки: **АЭРОПОРТ, БОЛЬНИЦЫ ГОРОДА**

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ ОТЧЕТА ЛИЦЕНЗИИ, СТРАХОВКА ПассажиРОВ

89042091110 89042251252
89129476904 89042307770

Глянцевые НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

РЕМОНТ ПОЛОТЕН • СЛИВ ВОДЫ

РАССРОЧКА БЕЗ % • ГАРАНТИЯ

г. Ухта, Строительная, 5а, тел. 8(8216) 71-43-43

Реклама

Кабинет «ЗДОРОВЬЕ»

Лиц. 001883 от 30.08.2011 пер. № 18.02.

ПРИЕМ ВЕДЕТ ВРАЧ - МАНУАЛЬНЫЙ ТЕРАПЕВТ, КИНЕЗИОЛОГ, ОСТЕОПАТ, ГИРУДОТЕРАПЕВТ

ВЛАСИХИН ВИКТОР НИКОЛАЕВИЧ

Предварительная консультация квалифицированного врача по показаниям и противопоказаниям лечения

нужна помощь - звоните 77-77-35

Ухта, наб. Нефтяников, 5а

8(8216) **77-77-35**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Фаворит

8(8216) 759-795, 759-838

мебельный салон

DiWell фабрика мягкой мебели

АКЦИЯ!

ПРИОБРЕТАЯ ТОВАР В НАШЕМ МАГАЗИНЕ с 1 ОКТЯБРЯ по 11 ДЕКАБРЯ 2015 г., вы автоматически становитесь участником розыгрыша призов, который состоится 13 декабря 2015 года

главный приз ДИВАН

Мы ЖДЕМ ВАС ЕЖЕДНЕВНО ПО АДРЕСУ: г. Ухта, ул. Печорская, 36 район УРМЗ, территория бывшего пивзавода vk.com/club69913111

ЕВРООКНА

- из отборной сосны
- из лиственницы и дуба
- комбинированные
- 5 видов ПВХ-окон

БАЛКОНЫ И ЛОДЖИИ

СТАЛЬНЫЕ РОССИЙСКИЕ ДВЕРИ С ТРЕМЯ КОНТУРАМИ

Межкомнатные двери, более 5000 моделей!

АКЦИЯ! РОССИЙСКИЕ ДВЕРИ ПО ДОКРИЗИСНЫМ ЦЕНАМ!

от 3500 р.
от 2500 р.

ОКНА и ДВЕРИ «СТРАЖ»

КРЕДИТ* РАССРОЧКА СКИДКИ

Сосногорск, ул. Спортивная, 8 (ПТУ №9, "Антураж"), т.: 5-02-08, 8-904-233-22-22
Н. Одес, ул. Ленина, 23 (Дом быта), т.: 22-101, 8-904-27-33-525

Реклама

Реклама

Народная касса

Акция «6х6»!

вклад на **6** месяцев **под 6%** в месяц

г. Ухта, ул. 40 лет Коми АССР, 4, т.: 8(8216) 746-999, 707-090

Общество с ограниченной ответственностью «Народная касса»
Сбербанк России, лицензия по договору займа
ИНН 1101052487 ОГРН 1151101004405

Ювелирный салон
СИЛВЕР

ПРЕДНОВОГОДНИЕ СКИДКИ от 20 до 50%

*Порадуй себя
и своих близких!*

г. Ухта, Чибьюская, 1
м-н «ЛАДА»

м-н "Руслан"	м-н "Людмила"	м-н "Лада"
-----------------	------------------	---------------

ул. Октябрьская

Реклама

УХТА ↔ СЫКТЫВКАР

ежедневно с 2011 года!
Ориентировочное время отправления **ЗАБИРАЕМ ИЗ СОСНОГОРСКА**

Гост. «ТИМАН»: 01:00, 04:00, 06:30, 08:00, 10:00, 12:00, 14:00, 16:00, 17:30, 19:00, 23:00
Гост. «АЭРОФЛОТ»: 04:00, 06:30, 09:00, 11:00, 13:00, 14:30, 16:00, 17:30, 19:30, 21:30, 23:00

700 р.

Остановки по требованию: ЦРБ, Кардиологический центр

Билеты для отчетности, детские автокресла, бустеры

8-912-94-98-117 8-965-86-48-955
8-904-27-33-019 vk.com/timan11 (8-8216) 770-777

ГРУЗОВИКИ

с кранами разной грузоподъемности

3 т, 10 м
4 т, 14 м
7 т, 20 м

ЭВАКУАЦИЯ АВТО

с полной погрузкой

АВТОВЫШКА

ЯМОБУР

ЗАКРУТКА ВИНТОВЫХ СВАЙ

Нал. и безнал. расчет, документы.

800-008-793-008

Сосногорск-Ухта-Сыктывкар

Время в пути 4 часа

г. Ухта, время отправления: 4:00, 5:30, 7:00, 9:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00, 21:00, 23:00, 01:00
г. Сыктывкар, ж.-д. вокзал, время отправления: 3:00, 5:30, 8:00, 9:30, 11:30, 13:00, 15:00, 15:30, 17:30, 19:30, 23:30, 01:00

Сыктывкар остановки: АЭРОПОРТ, БОЛЬНИЦЫ ГОРОДА
ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ ОТЧЕТА ЛИЦЕНЗИИ, СТРАХОВКА ПАССАЖИРОВ

89042091110 89042251252
89129476904 89042307770

Глянцевые НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

РЕМОНТ ПОЛОТЕН • СЛИВ ВОДЫ

РАССРОЧКА БЕЗ % • ГАРАНТИЯ

г. Ухта, Строительная, 5а, тел. 8(8216) 71-43-43

Кабинет «ЗДОРОВЬЕ»

ПРИЕМ ВЕДЕТ ВРАЧ - МАНУАЛЬНЫЙ ТЕРАПЕВТ, КИНЕЗИОЛОГ, ОСТЕОПАТ, ГИРУДОТЕРАПЕВТ

ВЛАСИХИН ВИКТОР НИКОЛАЕВИЧ

Предварительная консультация квалифицированного врача по показаниям и противопоказаниям лечения

нужна помощь - звоните 77-77-35

Ухта, наб. Нефтяников, 5а

8(8216) 77-77-35

Фаворит

8(8216) 759-795, 759-838

мебельный салон DiWell

АКЦИЯ!

ПРИБОРЕТАЯ ТОВАР В НАШЕМ МАГАЗИНЕ с 1 ОКТЯБРЯ по 11 ДЕКАБРЯ 2015 г., вы автоматически становитесь участником розыгрыша призов, который состоится 13 декабря 2015 года

главный приз ДИВАН

Мы ЖДЕМ ВАС ЕЖЕДНЕВНО ПО АДРЕСУ: г. Ухта, ул. Печорская, 36 район УРМЗ, территория бывшего пивзавода vk.com/club69913111

ЕВРООКНА

- из отборной сосны
- из лиственницы и дуба
- комбинированные
- 5 видов ПВХ-окон

СТАЛЬНЫЕ РОССИЙСКИЕ ДВЕРИ С ТРЕМЯ КОНТУРАМИ

Межкомнатные двери, более 5000 моделей!

АКЦИЯ! РОССИЙСКИЕ ДВЕРИ ПО ДОКРИЗИСНЫМ ЦЕНАМ!

от 3500 р.
от 2500 р.

КРЕДИТ* РАССРОЧКА СКИДКИ

ОКНА и ДВЕРИ «СТРАЖ»

Сосногорск, ул. Спортивная, 8 (ПТУ №9, "Антураж"), т.: 5-02-08, 8-904-233-22-22
Н. Одес, ул. Ленина, 23 (Дом быта), т.: 22-101, 8-904-27-33-525