

Примите поздравления!

Директора Центра детского творчества
ПЕТРОСЯН ИЗABELЛУ СЕМЁНОВНУ

сердечно поздравляем с замечательным юбилеем!

Примите наши пожелания
Здоровья, счастья и добра,
И пусть плохого настроения
У Вас не будет никогда.
На мир смотрите с наслаждением
И грусть отступит, и беда.
Успех, удача и везенье
Пусть Вам сопутствуют всегда.



Коллектив отдела образования

Библиотека

МЯГКИЕ ИГРУШКИ - СВОИМИ РУКАМИ

В Кардымовской детской библиотеке открылась творческая выставка работ библиотекаря Вачковской сельской библиотеки Соловьёвой Татьяны Леонидовны «Игрушки своими руками». На ней представлены игрушки, вязанные крючком, маленькие и мягкие, словно наполненные удивительной душевной силой.

Татьяна Леонидовна давно занимается этим видом творчества, процесс создания игрушек для неё очень интересен и увлекателен. Как правило, способ вязки она использует простой – лицевая гладь или столбики без накида. Главное – в создании нужной формы и отделке готового изделия.

Мягкие игрушки, изготовленные Татьяной Леонидовной, сделаны в виде добрых зверушек, гномиков, птичек и получились очень забавными – «Кот Баюн», «Черепашка Пашка», «Цыпа», «Собака Авва», «Капризная кошка», «Пчела Майя» и другие. Познакомившись с выставкой, вы окунётесь в увлекательный мир вязаной игрушки.

Т. ФРОЛОВА

Району - юбиляру и его жителям

ПОЮ МОЁ ОПЕЧЕСТВО

Уголок Смоленский

В Кардымове нашем поют соловьи,

Снова и снова поют о любви,

Манит к себе и в леса, и в поля

Священная наша, родная земля.

Припев: Уголок наш Смоленский,

С тобой мы росли.

И к трудовым победам

Достоинно мы шли.

Рабочую честь, как и прежде, держи,

Уголок мой Смоленский, в тебе моя жизнь.

В тебе, в тебе,

В тебе, в тебе,

В тебе, в тебе моя жизнь!

Леса, перелески стеною стоят,

Родные берёзы лишь тайну хранят,

О том, как народ наш, бесстрашен, един,
Стоял пред врагами непобедим!

Припев.

Любим ранние зори, когда солнце встаёт,

Молодой наш район расцветает, живёт!

Здесь Днепровские воды величаво текут,
О его переправе люди песни поют.

Припев.

А.С. МАГАРЦЕВА, д. Пересветово



Берегите здоровье!

ЛЕТО, АХ, ЛЕТО!

В последние годы приход лета часто сопровождается невыносимой жарой. С наступлением теплого периода года жаркая и знойная погода — явление обычное, ею никого не удивишь, ведь на дворе все-таки лето. И, хотя все мы с нетерпением ждём его, палящее солнце отнюдь не улучшает нашего самочувствия, а как раз наоборот.

В последние годы часто повторяется аномальная жара, когда слишком высокая температура становится большой проблемой, и многие не выдерживают таких температур, получают солнечный и тепловой удар. А ведь как хочется чувствовать себя везде и всегда комфортно.

В жару летом самое главное - правильно спланировать отдых. В самый пик жары время лучше проводить в тени. В зной организм человека нуждается в достаточном количестве жидкости, поэтому рекомендуется пить зеленый чай и минералку, лучше без газа. Потреблять легкую пищу, отдавая предпочтение молочной и растительной пище. Одежду лучше выбирать из легкого натурального материала, желателен в светлых тонах, свободного покроя, чтобы пропускала воздух. Обязательно носите панаму или шляпу с широкими полями для защиты от палящего солнца.

Чтобы тепловой удар не настиг вас в квартире, стоит приобрести кондиционер - тогда свежий воздух даже самым жарким летом обеспечен! Или как минимум используйте вентилятор. Если же у вас нет в наличии - ни вентилятора, ни кондиционера, то в квартире необходимо создать прохладу иными способами. Тем, к кому с утра солнце заглядывает в окна, необходимо завешивать окна шторами или опускать жалюзи, на день закрывать форточки, не давая тепловому воздуху поступать в квартиру.

Рекомендуется как можно чаще делать влажную уборку холодной водой, использовать увлажнитель воздуха. Обрызгивать в квартире шторы и себя водой из пульверизатора. Помогает и развешивание влажных простыней. Самим лучше ходить по квартире во влажной майке. Во время просмотра телевизора ноги можно опустить в таз с холодной водой. Если жара беспокоит и ночью, то примите душ и обрызгайте постель холодной водой.

Также не рекомендуются какие-либо значительные физические нагрузки в особенно жаркое время дня, поэтому подобного рода работу



лучше перенести на иное время.

Людям преклонного возраста, детям и особенно тем, у кого есть проблемы со здоровьем, рекомендуется вообще не выходить из дома в жаркие часы.

Эти нехитрые действия помогут избежать перегрева и не допустить теплового удара, который способен нанести ощутимый ущерб нашему здоровью, поскольку в организме под воздействием жары нарушается процесс терморегуляции, что может привести к самым серьезным последствиям. Особенно это касается солнечного удара, который возникает при продолжительном пребывании на солнце.

Больше всего действию ультрафиолета подвергается голова. Под воздействием высокой температуры расширяются кровеносные сосуды, и кровь в головном мозге застаивается. При этом больше всего страдает нервная система.

Основными признаками солнечного удара являются: покраснение кожи лица и тела, появление слабости, одышки, головной боли, тошноты и рвоты. Учащается и слабо прощупывается пульс, наблюдается потемнение в глазах и головокружение. В таких случаях у детей часто идет кровь из носа. И не лишним будет каждому из нас ознакомиться с правилами оказания первой помощи человеку, у которого случился солнечный или тепловой удар.

В ожидании врача, прежде всего, необходимо перенести пострадавшего в тень, прохладное помещение. Уложив его на спину и придав голове возвышенное состояние, расстегнуть одежду или снять ее, расслабить пояс. Тело полезно обтереть холодной водой или обернуть влажной простыней, в тяжелых случаях облить холодной водой. На голову и на лоб кладут холодные компрессы, поят в большом

количестве холодной водой, а также настойкой валерианы - 15-20 капель на одну треть стакана воды. Для возбуждения дыхания осторожно дают нюхать нашатырный спирт. Смоченную в нем ватку несколько раз подносят к носу пострадавшего, пока не нормализуется дыхание.

Если соблюдать все правила осторожности, то никакой неприятности ни с вами, ни с вашими близкими не приключится. И вы будете наслаждаться летом, принимая солнечные ванны и подставляя горячим лучам то один, то другой бок.

К слову, вот ещё несколько правил, которые помогут вам приобрести бронзовый загар и при этом не обгореть:

● Ни в коем случае не следует выходить на пляж, если накануне вы употребляли спиртные напитки, потому как в таком состоянии вы гарантировано получите ожог.

● Перед каждым выходом на пляж необходимо наносить на все тело солнцезащитный крем именно для загара, который не только спасет от ожогов, но и равномерно распределит загар по всему телу.

● Третье, не стоит загорать под полуденным солнцем в период с 11 до 15 часов дня. Оптимальный вариант — загорать утром до 11 часов и после обеда с 3-х часов, непосредственно до захода солнца.

● В вечернее время кожу необходимо смазывать успокаивающими кремами, предназначенными для регенерации кожи.

● Так как солнце высушивает кожу, ее обязательно нужно увлажнять. Потому следует стараться употреблять как можно больше жидкости (минеральная вода, соки, холодный чай), тогда кожа будет естественным путем получать влагу.

Вот и все советы. Хорошего всем лета, и берегите себя!

Подготовила А. ГУСЕЛЕТОВА

Объявления и реклама

**НОВЫЙ МАГАЗИН САНТЕХНИКИ «АФОНЯ»
ВСЕ ДЛЯ СИСТЕМ ОТОПЛЕНИЯ, ВОДОСНАБЖЕНИЯ,
КАНАЛИЗАЦИИ**



Радиаторы отопления, водосчетчики для холодной и горячей воды, санфаянс, полотенцесушители, смесители для кухни и ванных комнат, лейки и шланги для душа, шланги для стиральных машин, наливные и сливные шланги, сифоны для раковин, гофра для унитаза, уплотнительные манжеты.

Запорная арматура, циркуляционные насосы для системы отопления, инструмент.

Наличный и безналичный расчет. Бесплатная доставка.
Консультация специалиста. Гибкая система скидок.

Наш адрес: п. Кардымово, ул. Социалистическая, д. 11 (бывшее кафе «Успех»),
тел.: 8-950-701-91-97.

● **РЕМОНТ ТЕЛЕ-, ВИДЕО-, АУДИО- И ДРУГОЙ БЫТОВОЙ
ТЕХНИКИ, МОБИЛЬНЫХ ТЕЛЕФОНОВ, УСТАНОВКА
АВТОСИГНАЛИЗАЦИЙ, АВТОЗВУКА, СИСТЕМ СПУТНИКОВОГО И
ЭФИРНОГО ТВ, РЕМОНТ АВТОЭЛЕКТРИКИ И ДР. БЫСТРО!
КАЧЕСТВЕННО! УМЕРЕННЫЕ ЦЕНЫ! КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ:
8-908-286-79-41, 8-904-363-61-74. Выезд на дом.**

Информационное сообщение

КОНКУРС

на предоставление субъектам малого и среднего предпринимательства субсидий на возмещение части затрат на технологическое присоединение к электрическим сетям (до 500 кВт).

Департамент Смоленской области по развитию потребительского рынка и предпринимательства принимает заявки на предоставление субъектам малого и среднего предпринимательства субсидий на возмещение части затрат на технологическое присоединение к электрическим сетям (до 500 кВт). Предмет конкурса: предоставление субсидий субъектам малого и среднего предпринимательства на возмещение части затрат на технологическое присоединение к электрическим сетям (до 500 кВт). Источник финансирования конкурса: средства федерального бюджета. Организатор и заказчик конкурса: Департамент Смоленской области по развитию потребительского рынка и предпринимательства. Адрес для предоставления документов на конкурс: 214008, г. Смоленск, пл. Ленина, д. 1, каб. 472, 473, Департамент Смоленской области по развитию потребительского рынка и предпринимательства. Дата и время приема заявлений: с 09-00 09.07.2012 года. Проведение конкурса: субсидии предоставляются субъектам малого и среднего предпринимательства в пределах лимитов бюджетных обязательств, определенных в областном бюджете на очередной финансовый год и плановый период (при наличии средств не менее одного раза в квартал).

Контактные данные: Департамент Смоленской области по развитию потребительского рынка и предпринимательства, тел. (4812) 29-24-94, 29-24-96, 29-24-97. Информацию и пакет конкурсной документации можно получить у организатора конкурса и на сайте Администрации Смоленской области www.admin.smolensk.ru в разделе «Всероссийские и областные конкурсы».

С.В. АНУФРИЕВ, заместитель Главы Администрации муниципального образования «Кардымовский район» Смоленской области

и.о. главного редактора
О.С. Зеленецкая

Телефоны редакции: редактор, бухгалтерия — 4-21-08;
корреспонденты — 4-18-75. E-mail: gazeta@kardymovo.ru
УЧРЕДИТЕЛИ — Администрация муниципального образования «Кардымовский район» Смоленской области, Аппарат Администрации Смоленской области.
Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке
Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям.
Газета «Знамя труда» - Кардымово зарегистрирована Управлением Россвязькомнадзора по Смоленской области 16 декабря 2008 года ПИ № ТУ67 - 00029.
Номер сверстан в редакции газеты «Знамя труда». Газета «Знамя труда» отпечатана с готовых диапозитивов в Смоленской городской типографии, ул. Маршала Жукова, 16.
Тел.: 38-28-65, E-mail: 382865@mail.ru

215850, Смоленская область, п. Кардымово, ул. Ленина, 10.
Подписано в печать: по графику 16.07.2012 г. в 14-00 час.,
фактически в 14-00 час.
Мнения авторов материалов не обязательно отражают точку зрения редакции. Ответственность за содержание рекламы и объявлений несут рекламодатели. Цена свободная.

Материалы со значком **Δ** публикуются на правах рекламы.

Индекс для подписки: 53963. Объем 1 печатный лист.

Способ печати – офсетный. Тираж 1000. Заказ № 6055.

Газета выходит по вторникам и пятницам