

# «Мы смотрим в будущее!»



А я в иллюминаторе, а я в иллюминаторе видна...

На фото Саша Авдеева, с. Кома.

КОНКУРС ПРОДОЛЖАЕТСЯ!

**ПОТАПОВЫХ Альбину Ивановну и Владимира Александровича поздравляем с Серебряной свадьбой!**  
 Всех благ вам в жизни и здоровья, Богатства, мира и тепла. Семья, согретая любовью, Всегда надежна и крепка. Желаем вам, чтоб ваш союз Был в радость только И дети были возле вас. Живите дружно, в добрый час!  
**Сыновья, дочери, невестка.**

**Поздравляем!**

**Поздравляем с Днем рождения любимого сына и брата ИСТОМИНА Ивана Вячеславовича с Днем рождения!**  
 Желаем счастья и к нему впридачу Побольше радости и чуточку тревог, Любви взаимной и всегда удачи, Друзей надежных и прямых дорог!  
**Папа, мама, Петр, Дмитрий, Аня.**

**Любимую мамочку БАЕВУ Галину Афанасьевну поздравляем с Юбилеем!**  
 Родная наша мама, твой день рождения Мы отмечаем вот уже 65-й раз подряд! Но душа твоя все краше и теплее взгляд. Позтом не воспета, трудилась день и ночь, Всегда была готова ты каждому помочь, И нас ты научила работать и любить. И мы, как ты, стремимся полезны людям быть. Ты отдала нам годы душевного тепла, И через все невзгоды всегда вперед вела Тебе, любимой маме, единственной, родной, Шлем поздравленья наши и наш поклон земной. Твои дети и внуки.



**Несколько рекомендаций и рецептов из книги Волоховой и Панковец «Питание ребенка от А до Я. 3000 рецептов полезных и вкусных блюд для детского питания»:**  
 «Когда стоит жаркая погода, большинство вполне здоровых детей не хочет есть. Это вызвано тем, что организм теряет с потом много жидкости и пищеварительные соки вырабатываются намного хуже. Можно не заставлять малыша есть в жару полный обед, а ограничиться прохладным фруктовым супом, компотом, йогуртом или фруктами, а на полдник или на ужин дать что-либо более существенное. Обязательно давайте ребенку побольше питья – это пробудит в нем аппетит и позволит не страдать от обезвоживания. Для питья не нужно использовать газированные напитки – в их состав часто входят различные подсластители и красители, которые не принесут пользы малышу. Лучше давайте ребенку разбавленный водой сок, компоты, морсы или отвары сухофруктов. Можно утолять жажду кисломолочными продуктами или коктейлями на их основе».



**Рецепты для детей от 1 до 1,5 лет**  
**Пудинг яблочно-творожный**  
 Творог – 100 г, 1 яблоко, сухари панировочные - 1 чайная ложка, масло сливочное – 1 чайная ложка, половина яйца, варенье, сахар – 2 чайные ложки, немного соли.  
 Протрите творог сквозь сито, соедините с панировочными сухарями, желтком, сахаром, очищенными и натертыми на терке яблоками. Взбейте в пену белок, осторожно введите его, перемешивая, в творожно-яблочную массу. Форму смажьте маслом и выложите пудинг. Закройте крышкой и варите пудинг на водяной бане 40 минут. Готовый пудинг полейте вареньем. Вместо яблок можно натереть на терке кабачки. К столу подавайте со сметаной или со свежими фруктами.

**Рецепты для детей от 1,5 до 2 лет:**  
**Салат из бананов и сельдерея**  
 Половина банана, 1 небольшое яблоко, 1 небольшой помидор, половина корня сельдерея, 1 лист салата, сметана – 1 столовая ложка, мелко нарезанная зелень петрушки – 1 чайная ложка, оливковое масло – 1 чайная ложка, немного соли.  
 Вымойте и очистите яблоко, банан, корень сельдерея, салат. Мякоть банана, сельдерея, яблоко, салат нарежьте мелкой соломкой. С помидора удалите кожицу. Нарезьте помидор ломтиками. Перемешайте и заправьте оливковым маслом, немного посолите. Сметану перемешайте с зеленью и полейте салат сверху.

## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ И СЕМЬИ

### РЕМОНТ КВАРТИРЫ

- При побелке стен и потолков кистью известковый раствор будет ложиться ровнее, если надеть на кисть в 2-3 слоя старый капровый чулок.
- Чтобы быстро освежить покрашенный побелкой потолок, можно почистить его куском поролона, привязанным конической насадкой включенного пылесоса. Снятый поролоном верхний слой побелки вместе с пылью тут же всасывается в пылесос.
- Очистить стены и особенно потолок от водоэмульсионной краски станет легче, если наклеить на них старые газеты. Когда клей просохнет, газеты снимаются вместе со слоем краски.
- Удалять с потолка старую побелку можно с помощью металлической щетки, соединенной с пылесосом.
- Если штукатурка отстала, но не обвалилась, её можно укрепить. Надо просверлить пласт и спринцовкой залить в полость клей (КМЦ, бустилат, ПВА и т. д.), затем положить кусок фанеры и осторожно поджать штукатурку с помощью стойки и клина.
- Как избавиться от скрипа половиц? Можно просверлить в полу отверстие диаметром 20 мм и залить в него цементный раствор или разогретый битум так, чтобы половица на него опиралась. Отверстие забить пробкой и закрасить.

Определив по гвоздям место нахождения лаги под настилом пола, в настиле и лаге сверлятся два отверстия. В одно ввинчивается болт, в другое заливается твердеющая смесь (бетон, смесь эпоксидной смолы с опилками и т. д.). После затвердения болт вывинчивается, и во второе отверстие также заливается смесь. Окончательно оба отверстия забивают деревянными пробками, шпаклюют и закрашивают.  
 • Удалить старую побелку с потолка можно сухим способом, не размывая водой и не разводя грязь. Для этого изготавливается металлический скребок в виде коробки с длинной трубкой, служащей ручкой, на нее надевается мешок для сбора мела.  
 • Можно превратить обычные обои в моющиеся. Наклеенные обои покрывают клеем ПВА (4 части клея + 1 часть воды), после чего на подсохшую поверхность наносят несколько слоев бесцветного мебельного или паркетного лака. Без предварительной обработки клею обои становятся более интенсивным. Но наклейку надо делать очень аккуратно, чтобы на обоях не было следов клея, иначе лак

выявит все дефекты.  
 • Вздутия на обоях устраняются, если после высыхания прогладить их слегка нагретым утюгом.

**МЕГАСТРОЙ**  
 БАЗА СТРОЙМАТЕРИАЛОВ

**НИЗКИЕ ЦЕНЫ!**

- ГИПСОКАРТОН
- СУХИЕ СМЕСИ
- УТЕПЛИТЕЛИ
- ШИФЕР
- КРАСКИ
- ДВП, ДСП
- ФАНЕРА
- ЦЕМЕНТ
- САЙДИНГ
- ГВОЗДИ И ДР.

**Предъявителю этого купона дисконтная карта в ПОДАРОК до 30 июня 2010 г.**

**СКИДКИ ДО 15% ПО ДИСКОНТНОЙ КАРТЕ!**

г. Улан-Удэ, ул. Ботаническая, 7 д, тел.: 8 (3012) 551-522

## SMS-ШТУРМ



**ПРИЗНАНИЯ**

- Юдин Макс, я тебя очень сильно люблю! Филалка.
- Димочка, давай все заново начнем, я очень сильно тебя люблю!! Твоя ЗАЯ.
- Солнышко, я тебя люблю. Как воздух и вода, жить без тебя не могу. Видеть тебя хочу каждый божий день. Будь всегда со мной рядом, милый мой!
- Кируша, я тебя люблю!
- А Саша Сунгатов очень хороший и мне очень нравится!
- Ксюша К., ты мне очень сильно нравишься! X@нтрик.

**ПРИВЕТЫ**

- Народ, кто передавал привет Тане Карачевой, и вам привет от меня! Только давайте в следующий раз подписываться, так ведь интересней!
- Передаю привет любимому парню Вове. Твое Солнышко.
- Передаю привет Бочкаревой Марине. Не скачайте. Ильинка.
- Передаю привет девочкам из Комы. Вы СУПЕР!
- Передаем огромный пламенный привет Гурзулево, а особенно: Саше У., Тане А., Леше В., Леше, Леше Г. и Андрею Ч.

**ОБЩЕНИЕ**

- Хочу найти мальчишек и девчонок из села Турунтаево от 13 до 15 лет для дальнейшего общения, может, даже и дружить!). Тел. 89243961935. Меня зовут Таня.
- Парни от 18 до 19 лет, давайте знакомиться. Буду рада, если напишите мне по номеру 89516343054.
- 89247159604, я хочу с тобой познакомиться.
- Хочу познакомиться с мужчиной 28-30 лет. Женатых прошу не беспокоить. Обязательно с/л/а.

**ОТКРОВЕНИЯ**

- То, что испытывают люди, когда влюблены, быть может, есть нормальное состояние. Влюбленность указывает человеку, каким он должен быть! Натк@.
- Посвящается Т.Ю.А.: «Пройдут года, что

Биличенко Дафк@ и Натк@.

- Передаю привет будущему 9 «Б» Ильинской школы, вы - СУПЕР!!! Будьте всегда такими же классными!!! Ныськ@.
- Хочу передать привет Потаповой Алене. От Танюшки.
- Передаю огромный привет Руслану П. Я тебя очень люблю!
- Передаю всему Прибайкалью огромный привет. Джин.
- Передаю пламенный привет Анжеле и Марине!!! Вы у меня самые, самые!!! Вы лучшие!!! Ананасък@.

**МНЕНИЯ**

- Дискотека просто улёт, всегда бы так!
- Люди! Кому и какое дело, кто с кем встречается? Зачем вы лезете в личную жизнь других? Устраивайте свою! Желаю удачи! Angel.
- Классно, если бы объединили палаточные лагеря ТСОШ №1 и ТАТАУРОВО!
- Почему женатых мужиков тянет на грязных баб, и не останавливают их даже дети и беременные жены? Вы, мужики, сплिसли, стали бесплутыми, из сильного пола превратились в слабый. Только на женах ваших и держится семья. Цените их! ЛИРАИДА/

**ВОПРОСЫ**

- Почему бывают такие моменты, когда хочется умереть?
- Что делать, если я не люблю своего

мужа и мы часто сооримся? У нас две замечательные дочки... Но не люблю я его, что делать, прошла любовь? Посоветуйте.

- Скажите, пожалуйста, кто такая Натк@ MTV?
- ТIF, спасибо! Как измениться и характеру, и самой? Помогите! Клубничк@.
- Я люблю его и не могу уже это держать в себе! Как открыть свои чувства???
- Геля, что случилось-то?
- Кто пишет Артему З., скажи свое имя?
- Зачем ты спичку зажигаешь, когда не думаешь дружить. Зачем до дома провожаешь, когда не думаешь дружить? От СТ.

**ОБЩЕНИЕ**

- Хочу найти мальчишек и девчонок из села Турунтаево от 13 до 15 лет для дальнейшего общения, может, даже и дружить!). Тел. 89243961935. Меня зовут Таня.
- Парни от 18 до 19 лет, давайте знакомиться. Буду рада, если напишите мне по номеру 89516343054.
- 89247159604, я хочу с тобой познакомиться.
- Хочу познакомиться с мужчиной 28-30 лет. Женатых прошу не беспокоить. Обязательно с/л/а.

**ОТКРОВЕНИЯ**

- То, что испытывают люди, когда влюблены, быть может, есть нормальное состояние. Влюбленность указывает человеку, каким он должен быть! Натк@.
- Посвящается Т.Ю.А.: «Пройдут года, что

будет с нами? Не знаешь ты, не знаю я, давай останемся друзьями, друг друга помня и любя!». Натк@.

- Как трудно сказать человеку: «Я больше тебя не люблю! Не верю, не помню, не знаю и в памяти не берегу! Как будто внезапную рану наносишь ему неспроста, как будто снимаешь охрану, где смерть его ждет у моста». Натк@.
- Любовь зла, полюбила я козла. Wendy.
- Хочу найти своего «Лешего». «Баба Яга». Пишите.
- Роме О., ты прости меня за мою грубость. Гая С.
- Татьяна Д., я просто от тебя балдею. Поклонник.
- Аня Балаганская, ты мне очень нравишься!
- Как девчонка, влюблена в тебя, хоть давно у нас уже семья. Видно, мы не зря прошли все муки, что так сильно тосковали в разлуке. Это предназначено судьбой - быть нам вместе до конца с тобой! Belaia.
- Не найди мне слов, не подобрать, что бы о любви своей сказать... Это словно тоненькая нить, что соединяет нас с тобой, близкий человек, мой дорогой!
- Достичь высот в карьере можно, исполнить все мечты возможно. Лично только глубоко вздохнешь и трудный путь перешагнешь.
- Пройдешь легко сквозь все преграды, и вмиг получишь ты награду. Награда - девушка мечты. Иди и счастливым будешь ты! LOST.
- Игорь В., я знаю, кто такая Кнопка,

которая так страстно тебя любит! Ирина К. (Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ).

- Однажды ты у меня спросишь, что я люблю больше тебя или жизнь?... Я отвечу: жизнь... Ты уйдешь, так и не узнав, что жизнь - это ты... VERONAS.
- Наше село славится красноречивостью! Вот, например, уехала я в город жить. Живу уже там полгода, недавно приехала, а у меня каждый третий спрашивает: «Ты что, беременна?». Да чего же смешной народ! Если не видят долго, значит, сразу беременная, потому и уехала. Так вот, не беременная я и пока не собираюсь! Пока!
- Солнышко, в мире есть две бесконечные вещи - это Вселенная и моя любовь к тебе. Джин.

**ПРОСЬБЫ**

- Ребят, ваша синяя ОКА сводит меня с ума! А прокатите меня ну хотя бы разок на ней!
- Денис Иванов, вернись ко мне, я тебя люблю! Настя. Кика. Позвони мне!
- Вова, можно попросить тебя удалить мой номер! Не звони и не пиши! Забудем друг друга! Девчонка из Комы.

**ПРЕДЛОЖЕНИЯ**

- Давайте День молодежи проводить в Гурзулево или в Кике. В этом году 26 июня в Гурзулево прошло супер!

**ЦИТАТЫ ОТ НАРОДА**

- Девушка - это солнце, которое светит всем, а греет только одного. Парень - это гвоздь в табуретке, который цепляется за каждую юбку.

- Мне говорят: зачем же так голову мучить, одна голова хорошо, две все-таки лучше. А я отвечаю учтиво: одна голова хорошо, а две не красиво. Belaia.
- Если хочешь быть здоров - плати!
- Любовь бежит от тех, кто гонится за нею. А тем, кто прочь бежит, кидается на шею.
- Любовь - воспитательный цветок, но требуется отвага, что бы подойти и сорвать его на краю пропасти. Натк@.
- Ужогу я не прощаясь, по-английски, когда обидит кто-нибудь из близких. Такое исключение из правил - не жду, чтоб кто-нибудь по-русски не отправил! Belaia.

**ОТДАМ ДАРОМ**

- Отдам самых прелестных котят в добрые хорошие руки! Вас, кто читает сейчас эту газету, ждет милое, беспомощное существо.

**ЖДЁМ ВАШИХ SMS-ок!**  
 +79149831796  
 К сведению, SMS-сообщения с поздравлениями не принимаются. Все поздравления платные.