

РЕЦЕПТ ДОЛГОЛЕТИЯ И ЗДОРОВЬЯ

Знаменитый древнегреческий врач Гиппократ считал, что главный рецепт здоровья и долголетия каждого человека заключён в его рационе. "Есть нужно так, чтобы пища была лекарством, - говорил "отец медицины", - а лекарство - пищей".



Все морепродукты - это кладёшь полезных микро- и макроэлементов, белка, который усваивается организмом полностью. Это именно та пища-лекарство, которая способна продлить жизнь человека. Недаром японцы, основу стола которых составляют дары моря, являются нацией долгожителей.

В нашем городе, в магазине "Рыбомиров", представлен широкий ассортимент из 160 наименований вкусных и полезных морепродуктов и рыбы, большое разнообразие икры: красной, минтая, сель-

ди, макроруса, палтуса, лутучей рыбы и, конечно, царской - осетровой. Мидия, кукумария, крабы, креветка, на любой вкус и кошёлёк, а также гребешок и трубач порадуют покупателей.

Кулинария на основе морской капусты - это наиболее любимая постоянными клиентами магазина готовая продукция, выгодно разнообразящая не только ежедневное, но и праздничное меню. Более двадцати наименований солянок и других блюд из морской капусты вы можете приобрести в "Рыбомирове". Всегда здесь есть и свежий продукт, для тех хозяек, которые с удовольствием

экспериментируют у плиты.

Ламинария - один из самых недорогих и полезных морепродуктов, рекордсменка по содержанию йода, так полезного и взрослым, и детям, лучшее средство для повышения иммунитета, антивирусной активности, профилактики атеросклероза. Это незаменимый продукт, активизирующий работу щитовидной железы, улучшающий

40-летний рубеж.

Вот и закончилось любимое детство лето, впереди - долгий учебный год. Осенью, особенно в сентябре, для школьников наступает непростая пора, когда детский организм адаптируется к новому режиму и ему просто необходимы дополнительные силы. Настойка трепанга (морского женьшеня) - именно то, что поможет вашему ребёнку безболезненно настроиться на учебный лад. Ее также можно приобрести в нашем магазине.

Вся продукция "Рыбомиров" - отменного вкуса и высокого качества. На прилавки магазина она попадает, минуя морозильные камеры посредников. Она дышит морем. По-

Рецепт от компании "Рыбомиров"

Морской гребешок или трубач с грибами

Варёный морской гребешок - 200 гр;
Грибы (шампиньоны или белые) - 150 гр;
Сладкий перец - 1 стручок;
Сливочн. масло - 2 ст. ложки;
Мука - 2 ст. ложки;
Молоко - 3/4 стакана.



Грибы очистить, промыть. Затем отварить, нарезать и обжарить, добавить нарезанный соломкой перец. В грибы через некоторое время положить муку и при постоянном помешивании добавить молоко. Довести до кипения, добавить нарезанный ломтиками гребешок или трубач и ещё раз довести до кипения. Подавать с отварным картофелем или рисом.

Приятного аппетита!

кровь и выводящий из организма токсические вещества и радионуклиды.

Эта морская водоросль должна обязательно присутствовать в рационе каждого человека, переступившего

этому и цены на неё - самые демократичные в городе.

Вся продукция компании сделана с душой! Её качество - залог вашего здоровья и благополучия!

На правах рекламы.

МОЛОДЫЕ ТАЛАНТЫ ГОРОДУ

Анастасия Лапина,
фото автора

В Детской школе искусств №2 города Артема 25 августа состоялся праздничный концерт, посвященный Дню города и Дню шахтера. Прийти мог каждый желающий, вход был свободный.

С двойным праздником горожан поздравили учащиеся ДШИ №2. В концерте приняли участие ученики музыкального и хореографического отделений.

Праздничное мероприятие началось в 12 часов с выступления ансамбля "Солнечный ветер". Девочки исполнили завораживающий танец. После к зрителям обратилась преподаватель школы искусств Татьяна Вернигора. Она поздравила всех с 74-й годовщиной со дня образования Артема, напомнила всем присутствующим об изменениях в нашем городе за последние годы. Также отметила достижения учеников своей школы, поблагодарила самих ребят, ну и, конечно, преподавателей и родителей, всем сердцем болеющих за своих чад. Напоследок Татьяна Петровна исполнила песню "Артемовский марш".

Несмотря на то, что концерт длился чуть больше часа, он был очень насыщенным. Дети почти всех клас-



сов музыкального и хореографического отделений успели поздравить наш город с 74-й годовщиной. Зажигательные танцы исполнили хореографические ансамбли "Карнавал" и "Солнечный ветер". Своими песнями порадовали гостей Алена Ячменева, Полина Захарова, Илья Степанов и другие ученики. Юные артисты показали своё мастерство в игре на фортепьяно, виолончели, саксофоне. Ансамбль скрипачей удивил всех присутствующих слаженностью исполнения.

Концертный зал был заполнен зрителями. В основном это были родители участников концерта, которые пришли поддержать своих детей. Много было ребят, которые активно аплодировали и даже иногда подпевали.

В перерывах между выступлениями ведущие напомнили присутствующим о том, как происходило становление нашего города, вспомнили о заслугах артемовцев в годы второй мировой войны. Также они рассказали о тяжелом труде шахтеров, благодаря которым мы сейчас живем в процветающем городе. Ведущие зачитывали поздравительные слова и стихи, восхваляющие наш славный город.

В заключение слово опять взяла Татьяна Вернигора и исполнила поздравительную песню "Мы с тобой построим дом".

После того, как зрители разошлись, участники концерта сфотографировались все вместе на память и получили сладкие награды за своё старание.

Серебряный медалист

Екатерина Третьяк

Воспитанник спортивной школы "Темп" Максим Макалов стал серебряным призером Всероссийских юношеских соревнований по бадминтону серии Гран-при "Хрустальный волан". Турнир проходил с 16 по 20 августа в Саратове.

Во Всероссийских соревнованиях приняло участие свыше 250 сильнейших спортсменов страны. Выступали они по четырем возрастным категориям. Артемовский спортсмен защищал честь города в парном разряде в возрастной группе 2001 года рождения и младше. В одиночной категории Максим занял четвертое место. Учитывая, что Максим 2002 года рождения, - это достойный результат. Несмотря на молодой вид спорта в нашем городе, число желающих заниматься бадминтоном растет с каждым годом. В настоящее время в спортивной школе "Темп" объявлен набор детей 2003-2004 годов рождения в секцию бадминтона. Занятия проводятся бесплатно, тренирует спортсменов высококвалифицированный тренер-преподаватель. **За информацией обращаться по тел. 8-908-442-35-08.**

Кто будет третьим?

Николай Радченко

25 августа артемовский "Авиатор" провёл очередную встречу первенства края. Во Владивостоке он встречался с командой "Университет".

В первом круге игр наша команда на своём поле одержала победу над "студентами" со счётом 2:0. Ежегодно "Университет" не блистал результатами, но в недавней игре в Находке с местным "Океаном" финальный свисток прозвучал при счёте 1:1. Такой результат заинтриговал нашу команду и болельщиков. Игра началась с явным преимуществом "Авиатора". На 17-й минуте игры Владислав Пак ударом головы отправил мяч в сетку ворот хозяев поля. Через 10 минут Александр Власов пробивает угловой удар, и Сергей Остапчук направляет мяч в ворота "Университета". В конце второго тайма судья назначил штрафной удар от линии штрафной площади "студентов". После удара Сергея Сайко счёт стал 3:0 в пользу "Авиатора". Эта игра и её результат стали хорошим подарком артемовским болельщикам ко Дню города. В этот же день в Уссурийске "Локомотив" выиграл у "Океана" со счётом 2:1 и по набранным очкам сравнялся с "Авиатором". 1 сентября на нашем поле состоится матч между "Авиатором" и "Локомотивом" за третье место. Приходите поддержать нашу команду.