

6+

выпуск № 7, декабрь 2013

КЛЮЧЕВАЯ ЛИНИЯ

РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ИЗДАНИЕ

Год олимпиады — ГОД НОВЫХ РЕКОРДОВ!

От редакции

Новый 2014 год — год зимней Олимпиады в Сочи, год новых рекордов и спортивных достижений. Мы с нетерпением ждем ярких и блистательных выступлений наших спортсменов и желаем, чтобы каждый олимпийский день был отмечен заслуженными победами! Не сомневаемся, что наши олимпийцы покажут достойные результаты. Тем более Олимпиада пройдет на родине, а дома, как говорится, и стены помогают.

Спорт является основой здорового образа жизни. Это подтверждает и известная поговорка: «В здоровом теле — здоровый дух!». Для того чтобы быть здоровым, человеку необходимо вести активный образ жизни — принцип движения должен стать основополагающим. Спорт, без сомнения, способствует повышению тонуса организма и увеличению жизненной энергии.

Среди клиентов нашей компании достаточно много активных людей, которые занимаются спортом. И мы поддерживаем их в стремлении к здоровому образу жизни. Потому что миссия компании «Ключевая вода» — забота о здоровье людей путем обеспечения их чистой питьевой водой. Водный баланс организма является важной составляющей здорового образа жизни. Ведь вода — это основа жизни на Земле, она же играет определяющую роль в жизни каждого из нас.

Этот номер газеты предновогодний. В преддверии Олимпиады мы расскажем интересные факты о видах спорта, связанных с водой. О том, какое значение для организма имеет правильное потребление воды во время физических нагрузок. Обсудим идеи новогодних подарков и приготовим новогодние блюда для спортсменов и не только.

ЧИТАЙТЕ В ЭТОМ НОМЕРЕ:

- ▶ Потому что без воды...
- ▶ Значение воды во время тренировки
- ▶ Новости «Ключевой воды»
- ▶ Что подарить на Новый год?
- ▶ Готовим с «Ключевой водой»



ПОТОМУ ЧТО БЕЗ ВОДЫ...

Вода, без сомнения, — самый важный и распространенный элемент в природе, обеспечивающий существование жизни на Земле. Вряд ли найдется хотя бы одна область человеческой деятельности, в которой не фигурировала бы вода. Особую роль она играет в спорте, так как многие спортивные дисциплины основываются на разных агрегатных состояниях воды (жидкое — вода, твердое — снег, лед).

Олимпийские игры — это грандиозный праздник спорта! Многие спортсмены готовятся к этому событию всю жизнь. Что же еще объединяет спортсменов помимо стремления к победе? Вода! Самое загадочное и непостижимое вещество планеты. Она является основой всех зимних дисциплин. Если бы не было воды и ее возможности перевоплощаться в разные формы, мы не имели бы счастья наслаждаться многими любимыми видами спорта.

Олимпийские игры — крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования, которые проводятся каждые четыре года. Традиция, существовавшая в Древней Греции, была возрождена в конце 19 века французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем. О некоторых видах спорта сегодня мы расскажем чуть подробнее.

Зимние Олимпийские игры были учреждены в 1924 году и первоначально проводились как дополнение к летним Олимпийским играм. Программа зимних Олимпийских игр представлена 15-ю дисциплинами, основа которых — вода.



БИАТЛОН — зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки.

Истоки биатлона кроются в повседневной жизни первобытных людей, населявших северные районы Земли. Найденные в Норвегии наскальные рисунки, сделанные около 5000 лет назад, показывают, что сочетание бега на лыжах и стрельбы издревле являлось необходимым условием выживания северных народов.

Впервые на крупных международных соревнованиях состязания, напоминавшие современный биатлон, были включены в 1924 году на I зимних Олимпийских играх. Назывались они «соревнования военных патрулей» и проходили как демонстрационные состязания. В 1940-х годах их исключили из официального календаря в связи

с нарастающими пацифистскими настроениями в мире по окончании второй мировой войны. Только в 1960 году биатлон был официально включен в программу зимних Олимпийских игр.



КЁРЛИНГ — командная спортивная игра на ледяной площадке, где участники двух команд поочередно пускают по льду специальные тяжелые гранитные снаряды в сторону размеченной на льду мишени.

Известно, что кёрлинг возник в Шотландии в начале 16 века, фактическим подтверждением этого является кёрлинговый спортивный снаряд, найденный на дне осушенного пруда в Данблейне, на поверхности которого выбита дата изготовления — «1511 год».

Само слово «curling» впервые стало употребляться в качестве названия игры в 17 веке, после упоминания в поэме шотландского поэта Генри Адамсона. Игра получила свое имя от шотландского глагола curr, который описывает низкое рычание или рев. Все дело в том, что гранитный камень, скользящий по льду, касался зазубринок льда, отчего происходил характерный звук. И по сей день в некоторых районах Шотландии игра более известна под названием «Игра в ревущие камни».

В 1998 году кёрлинг был признан олимпийским видом спорта и на зимних Олимпийских играх в Нагано.



ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ — конькобежный сложноординационный вид спорта.

Фигурное катание уходит корнями в бронзовый век (конец 4-го — начало 1-го тысячелетия до н. э.), об этом

свидетельствуют находки археологов — костяные коньки, выполненные из фаланг конечностей крупных животных.

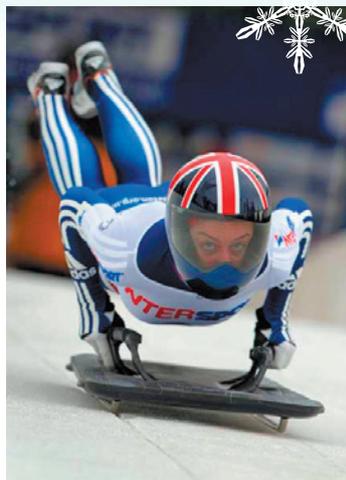
Однако рождение фигурного катания как вида спорта связывают с моментом, когда коньки начали изготавливать из железа, а не из кости. Впервые это произошло в Голландии в 12–14 веке. Первоначально фигурное катание представляло собой состязание в мастерстве вычерчивать на льду разнообразные фигуры, сохраняя при этом красивую позу.

Первые клубы любителей фигурного катания появились в 18 веке в Британской империи. Там же были разработаны перечень обязательных для исполнения в соревнованиях фигур и первые официальные правила соревнований. На I Конгрессе конькобежцев в 1871 году фигурное катание было признано как вид спорта. В 1881 году в Вене состоялись первые в Европе официальные соревнования по фигурному катанию.



ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ — спуск с горы на лыжах по специальным трассам с точной фиксацией времени спуска. По общему мнению, изобретателями горных лыж являются скандинавские крестьяне, которые использовали укороченные лыжи и палку с расширением на конце для спуска с горных склонов. Уже в 1767 году норвежцы устроили первые соревнования по спуску с гор на лыжах. Первые официальные горнолыжные состязания прошли в Альпах в 1905 году. В программу зимних Олимпийских игр горнолыжный спорт был введен в 1936 году.

СКЕЛЕТОН — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой спуск по ледяному желобу на двухполозьевых санях на укрепленной раме. Прародителем скелетона считается спуск с гор на тобогане (бесполозных деревянных санях), распространенном среди канадских индейцев. В литературе его появление относят к 16-му веку. Сведения о спортивных состязаниях саночников датируются серединой 19 века, когда



британские туристы в Швейцарских Альпах начали спускаться на санях по заснеженным горным склонам. В 1892 году англичанин Чилд представил сани, сделанные из металла.

Существует версия, что название этим саням — скелетон — дали из-за того, что они были похожи на скелет. Другие утверждают, что часть слова «Skele» происходит из неправильного прочтения норвежского слова «Kjaelke» (сани, которые используют норвежские рыбаки). В 1926 году скелетон был официально включен в программу зимних Олимпийских игр.

В 1926 году скелетон был официально включен в программу зимних Олимпийских игр.



КОНЬКОБЕЖНЫЙ СПОРТ ИЛИ СКОРОСТНОЙ БЕГ НА КОНЬКАХ

— вид спорта, в котором необходимо как можно быстрее на коньках преодолевать определенную дистанцию на ледовом стадионе по замкнутому кругу. Подразделяется на классический и шорт-трек. Конькобежный спорт — один из старейших видов спорта. Самое раннее упоминание слова «конек» можно найти в «Англо-Нидерландском словаре» Гемаха (1648 год). Самые древние коньки, обнаруженные археологами, принадлежали киммерийцам — кочевому племени, жившему 3200 лет назад в Северном Причерноморье.

Первые официально зафиксированные соревнования были проведены в Великобритании в январе 1763 года. Как вид спорта скоростной бег на коньках получил развитие во второй половине 19 века. В программу зимних Олимпийских игр скоростной бег на коньках у мужчин входил с самого начала — с 1924 года, начиная с 1960 года, проводятся и соревнования среди женщин.



ЗНАЧЕНИЕ ВОДЫ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ

Какое вещество является самым жизненно важным для роста, развития и здоровья организма? Вода! Зачастую люди недооценивают важность воды в своем рационе, а большинство вообще не считают ее существенным нутриентом. Напрасно! Да, вода на тренировке не обеспечивает организм энергией в той мере, в какой это делают углеводы и жиры, зато она играет заметную роль в производстве энергии. Именно вода является той средой, в которой происходят все энергетические реакции организма. Сегодня мы расскажем о том, как правильно употреблять воду и о том, какое значение она имеет во время тренировки.

ВОДА — ВАЖНЕЙШИЙ ИСТОЧНИК ЭНЕРГИИ

Являясь основным видом жидкости в организме, вода представляет собой растворитель для минералов, витаминов, аминокислот, глюкозы и многих других нутриентов. Без воды вы не сможете даже переварить необходимые вам питательные вещества, не говоря уже об их усвоении, транспортировке и использовании.

ВОДА — РЕГУЛЯТОР ТЕМПЕРАТУРЫ

Во время интенсивной тренировки вода помогает телу охладиться за счет выделения пота, тем самым избавляя организм от теплового стресса, вызванного увеличением внутренней температуры тела.

ВОДА — СЖИГАТЕЛЬ ЖИРА

Вода является важнейшим участником метаболизма в организме человека. Она подавляет аппетит и помогает вовлечь в обмен веществ отложенные жиры. Недостаток воды может заметно замедлить метаболизм — потому что главной задачей печени в таком случае будет восстановление запасов жидкости в организме, а не сжигание жиров.

ВОДА — СТИМУЛЯТОР МЫШЕЧНОЙ СИЛЫ

Работа мышц контролируется нервной системой. Электрическая стимуляция нервных окончаний и сокращение мышц происходят в результате процесса обмена электролитных минералов, растворенных в воде (натрий, калий, кальций, хлор и магний), в клеточных мембранах нервной и мышечной ткани.



Как правильно пить воду во время тренировки?

- Следует выпивать 0,5 л воды за 2–3 часа до тренировки.
- Во время тренировки воду рекомендуется пить небольшими порциями — примерно по 100 мл каждые 10–20 мин.
- После тренировки целесообразнее принимать жидкость в относительно небольших объемах, например по 150–250 мл с интервалами между приемами в 10–15 мин.



ВОДА — СМАЗКА СУСТАВОВ И МЫШЦ

Вода формирует состав синовиальной жидкости, которая смазывает суставы, и цереброспинальной жидкости — амортизирующей жидкости между позвонками и вокруг головного мозга. Силовая тренировка дает огромную нагрузку на суставы и позвоночник, и наличие должного количества защитной жидкости обязательно для здоровья суставов и бережной защиты позвоночника.

ВОДА — СТИМУЛЯТОР УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ

Вода способствует поддержанию умственной энергии на высоком уровне и обеспечению предельной концентрации внимания.

ВОДА — ПРЕДОТВРАТИТЕЛЬ БОЛЕЗНЕЙ И НЕДОМОГАНИЙ

Вода стимулирует вымывание токсинов и канцерогенных веществ, тем самым уменьшая их усвоение организмом и не допуская концентрации в таких количествах, которые приведут к изменению тканей.



А вы знаете, что...?

- При регулярных тренировках специалисты рекомендуют увеличить потребление жидкости по сравнению с физиологической нормой (2–2,5 л в день) на 25–50%.
- Воду необходимо пить комнатной температуры или слегка охлажденной — так она лучше усваивается. В холодное время года можно пить теплую и даже горячую воду.
- В течение дня необходимо выпивать воды столько, сколько требует организм, при этом ориентируясь на собственную жажду. Искусственно свой питьевой рацион нельзя увеличивать, за исключением времени тренинга. Избыток воды так же негативен, как и ее недостаток.
- Воду желательно пить за 15–30 минут до еды и через 40–60 минут после. Это позволит пище лучше обработаться пищеварительными соками и лучше усвоиться.
- Прием пищевых добавок (порошковый протеин, креатин и др.) повышает расход воды организмом.
- Готовить пищу необходимо на чистой питьевой воде.
- Главный критерий пользы воды — ее качество.

НОВОСТИ «КЛЮЧЕВОЙ ВОДЫ»

ОБНОВЛЕНИЕ ЛОГОТИПА «КЛЮЧЕВАЯ ВОДА»



В ноябре 2013 года завершился процесс редизайна торговой марки «Ключевая вода».

Мы не преследовали цели кардинально изменить торговый знак. Перед нами стояла задача придать ему более современное звучание, сохранив

узнаваемость и преемственность.

Новый знак разработан с учетом актуальных европейских трендов в сфере бутилированной питьевой воды.

Мы сделали наш визуальный образ более современным и технологичным, чтобы показать наше стремление к новым подходам в производстве и доставке питьевой воды. Мы сохраняем свои прежние принципы работы: стабильно высокое качество и отличный сервис!

Обновленный логотип станет основой нового фирменного стиля. В скором времени изменится внешний вид этикетки, корпоративного транспорта и всех рекламных материалов.

ЗАВЕРШЕНЫ РАБОТЫ ПО РЕКОНСТРУКЦИИ ФАСАДА ЗДАНИЯ

В ноябре 2013 года были закончены работы по реконструкции здания и благоустройству прилегающей территории. Полностью завершены фасадные работы, произведен монтаж крышной установки, выполнена облицовка забора, ограничивающего территорию предприятия.

ВНИМАНИЕ! НОВИНКА!!!



Уважаемые клиенты, в нашем прайсе появилась новинка — натуральные концентрированные морсы со вкусом лесных ягод: брусники, клюквы и облепихи. Морсы приготовлены только из натуральных ягод и сахара без использования искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов.

Напиток максимально прост в приготовлении: необходимо смешать концентрат морса с «Ключевой водой» в пропорции 1:5. Таким образом, всего из 200 г сиропа вы получаете 1,2 литра напитка — натурального источника витаминов. Концентрированный морс — настоящая находка для приверженцев здорового образа жизни.



ИДЕИ НОВОГОДНИХ ПОДАРКОВ

ЧТО ПОДАРИТЬ НА НОВЫЙ ГОД?

Праздник все ближе и ближе. Времени на выбор подарка практически не остается, а вы все еще не знаете, что купить? Мы поможем в решении этого нелегкого вопроса. При выборе подарка главное — помнить, что подарок тем более ценен, чем чаще ваши близкие будут пользоваться им. Мы предлагаем свежие идеи оригинальных и в то же время полезных подарков!



Формочки для льда. Несомненно, полезный подарок для каждой хозяйки: они помогут произвести на свет не просто банальные кубики льда, а оригинальные фигурки. Форма для льда будет незаменимым аксессуаром к любой вечеринке, ведь даже самый простой напиток может стать хитом на празднике вместе с разнообразными ледяными фигурками!

Грелка. Безусловно, подарок оригинальный и крайне полезный: она согреет холодными зимними вечерами и напомнит о дружеском тепле. Такой подарок будет неизменно вызывать теплые эмоции.



Подарочный сертификат от компании «Ключевая вода».

Оригинальный и полезный подарок для самых близких людей. Подарочные сертификаты номиналом 2000, 3000 и 5000 рублей дают право на приобретение кулера для нагрева / охлаждения воды и помп. Дарите близким не просто внимание, а заботу о их здоровье!



ГОТОВИМ С «КЛЮЧЕВОЙ ВОДОЙ»

Приближается Новый год, который по нашей национальной традиции никогда не обходится без обильного застолья. Каждой хозяйке хочется накрыть свой праздничный стол так, чтобы он ломился от изобилия разнообразных угощений, и при этом не беспокоиться, что новогодние праздники запомнятся тяжестью в желудке и парой-тройкой лишних килограммов. Специально для вас мы сделали подборку праздничных блюд, которые помогут сохранить фигуру и замечательное самочувствие в праздники.



Празднично и оригинально накрытый новогодний стол — это гордость каждой хозяйки. Угощение — одна из тех составляющих, которые задают празднику общий тон, а гостям — хорошее настроение. Сегодня мы предлагаем вашему вниманию вкусные новогодние блюда, которые точно порадуют ваших родных и близких.



ЗАЛИВНОЕ МЯСО

- ✓ **Берем:** 300 г говядины (вырезки), 20 г желатина, 200 г моркови, 100 г лука, 2 яйца (вареных), лавровый лист, перец-горошек, соль, зелень, клюкву для украшения.
- ✓ **Готовим:** Кладем мясо, почищенные морковь и лук в кастрюлю и заливаем 1,5 л «Ключевой воды». Варим 1 час. За 15 минут до готовности добавляем лавровый лист, перец. Солим.
- ✓ Желатин замачиваем в 150 г холодной «Ключевой воды» и оставляем на то время, которое указано на упаковке.
- ✓ Процеживаем бульон (всего необходимо 500 мл бульона), добавляем желатин, ставим на огонь и доводим до кипения, но не кипятим.
- ✓ Берем яйца и отделяем белки от желтков. Мясо, морковь и яичные белки (желтки нам не понадобятся) нарезаем кубиками и смешиваем.
- ✓ В формочки выкладываем клюкву и зелень, а сверху — выкладываем мясо с белками и морковью. Заливаем бульоном. Ставим в холодильник и охлаждаем до тех пор, пока заливное полностью не застынет (около 5–7 часов).

Количество ингредиентов указано на 6–8 порций.



ТИРАМИСУ

- ✓ **Берем:** 4 яйца, 100 г сахара, 500 г «Маскарпоне» (сливочный сыр), 250 г печенья «Савоярди» (примерно 34 штуки), 4 ч.л. кофе, порошок какао, 2–3 ст. л. вина, рома, ликера, коньяка — по желанию.
- ✓ **Готовим кофе:** В 350 г «Ключевой воды» растворяем 4 ч. л. кофе.
- ✓ **Готовим тирамису:** Отделяем белки от желтков. Желтки растираем с сахаром. Добавляем «Маскарпоне», перемешиваем. Белки взбиваем в крепкую пену. Добавляем белки в желтково-сырную массу, аккуратно перемешиваем.
- ✓ Печенье окунаем в холодный кофе. Окунать надо очень быстро, чтобы они не размокли. Кофе готовим на свой вкус, по желанию добавляем в него вино, ром, ликер или коньяк. Затем печенье, смоченное в кофе, плотно выкладываем в форму.
- ✓ На печенье выкладываем половину крема, разравниваем. На крем снова укладываем печенье, смоченное в кофе, сверху — выкладываем оставшийся крем, разравниваем. Ставим в холодильник на 5–7 часов. Перед подачей посыпаем через сито какао.

Количество ингредиентов указано на 6–9 порций.



ЧАЙНЫЙ ГРОГ

- ✓ **Берем:** чай, 100 мл рома, 2 ст. л. сахара, половину лимона, 1 палочку корицы, 5 горошин душистого перца, 2 звездочки бадьяна, 5 бутонов гвоздики.
- ✓ **Готовим чай:** Берем 400 мл «Ключевой воды» и завариваем чай.
- ✓ **Готовим грог:** Лимон нарезаем кружочками. В кастрюлю кладем лимон, корицу, перец, бадьян, гвоздику. Добавляем сахар и чай. Доводим до кипения и убираем с огня. Даем настояться 15–20 минут. Добавляем ром, процеживаем, разливаем по бокалам и подаем на стол.

Количество ингредиентов указано на 2–3 порции.

Вот и пришла пора приятной предновогодней суеты. Всем известно, что Новый Год это не только красивая и пушистая елка, Дед Мороз и праздничный стол. Самая добрая традиция этого праздника — дарить подарки. Согласно этому обычаю в преддверии Нового года компания «Ключевая вода» подготовила для своих клиентов специальные предложения.

ОЧИЩАТЬ ВОДУ НУЖНО
— это факт!
Вот только как?

	или	
Стакан воды фильтруем — целых 5 минут?		Заказ 19 л воды — всего 1 минута!
Очистка только от 1 вида загрязнений?		6 степеней очистки от всех видов загрязнений!
Отсутствие контроля качества воды?		Контроль химического состава каждый час!

СМЕНИ фильтр-кувшин на помпу **БЕСПЛАТНО!**
И получи **СКИДКУ 50%** На первую доставку воды

Заказ воды 400-004

Ключевая ВОДА

АКЦИЯ!
НОВОГОДНЯЯ

Пусть грядущий новый год будет радостен и ярок!

**За четыре бутылки -
натуральный морс
- В ПОДАРОК!**

подробности 400-004, www.vodakl.ru

С НОВЫМ 2014 ГОДОМ!

Ключевая ВОДА

с 1 по 31 декабря

СКИДКА 20%
на весь ассортимент кулеров

Система доставки чистой питьевой воды, тел. 400-004
www.vodakl.ru

РУБРИКА «ВОПРОС-ОТВЕТ»

Сегодня на вопросы потребителей отвечают специалисты компании «Ключевая вода»

«Как минеральный состав воды влияет на наш организм? Как можно узнать состав вашей воды?» (Лагашкина Н.В., г. Северск)

Отвечает начальник производства компании «Ключевая вода» **Ольга Анатольевна Сизова**: Химический состав воды, которую вы пьете ежедневно, напрямую влияет на организм: употребление воды с повышенной жесткостью приводит к накоплению солей в организме и в итоге — к заболеваниям суставов (артриты, полиартриты), к образованию камней в почках, желчном и мочевом пузыре. С другой стороны, строгое употребление воды с минерализацией до 75 мг/л чревато, например, разрушением зубов вследствие вымывания кальция, содержащегося в эмали. Таким образом, для поддержания нашего здоровья необходимо пить сбалансированную по составу воду, полноценность которой определяется, в частности, такими показателями, как общая минерализация, жесткость, содержание кальция. Основной состав «Ключевой воды» указан на этикетке нашего продукта. Мы производим продукт с оптимальным соотношением компонентов, что является залогом высокого качества «Ключевой воды».

«Для потребления воды я использую ручную помпу. Скажите, как лучше ее чистить в домашних условиях? Достаточно ли просто промывать водой?» (Марина Николаевна Ерохина, г. Томск)

Отвечает начальник сервисного центра компании «Ключевая вода» **Синицин Владимир Александрович**: Проведение санитарной обработки помпы в домашних условиях несложно, но необходимо соблюдать несколько правил. Установку и замену бутылки осуществляйте только чистыми руками. Снимите помпу с бутылки, выньте из нее трубочки, и разъедините их. Поместите все части помпы в 3% раствор перекиси водорода или лимонной кислоты на полчаса. Промойте ее слабым раствором пищевой соды и ополосните проточной водой. Нельзя использовать для ухода за помпой средства для мытья посуды! Не лишним будет напомнить, что не следует брать руками ту часть помпы, которая погружается в бутылку, во избежание попадания в воду бактерий.

«Подскажите, как компания будет работать в новогодние праздники? Будет ли возможность заказать воду?» (Федоров И.Н., г. Томск)

Отвечает коммерческий директор компании «Ключевая вода» **Гринюк Сергей Андреевич**: Разумеется, вы сможете заказать доставку воды через операторов call-центра:

дата	время работы	доставка продукции
31.12.13	с 8:00 до 18:00	с 8:00 до 20:00
03.01.14 – 06.01.14; 08.01.14	с 9:00 до 20:00	с 8:00 до 17:00

Если вдруг вы не располагаете временем для ожидания заказа, вы можете приобрести питьевую воду в нашей фирменной сети. С подробной информацией о графике работы пунктов обмена можно ознакомиться на нашем сайте www.vodakl.ru.

«Как вы контролируете качество вашей воды? Проводите какие-нибудь анализы?» (Козырева А. К., г. Томск)

Отвечает начальник отдела управления качеством компании «Ключевая вода» **Куклев Валерий**: Разумеется, специалистами лаборатории, которая находится на территории производственного комплекса нашей компании, осуществляется постоянный теххимический и микробиологический контроль на всех этапах производства, начиная от исходной воды со скважины, включая все этапы водоподготовки, и заканчивая ежедневным контролем готовой продукции на постоянство химического состава. Конечный продукт — «Ключевая вода» в обязательном порядке подвергается микробиологическому исследованию, которое проводится на базе ФБУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Томской области».

Свои вопросы в рубрику «Вопрос-ответ»

вы можете направлять в редакцию:

Почтой: 634009, г.Томск,
ул. Нижне-Луговая, д.12, стр. 6,
ООО «Сибирский Родник»,
с пометкой: «Газета «Ключевая Линия»,
рубрика «Вопрос-ответ».
E-mail: piar-m1@kv.tomsk.ru,
тема: «Газета «Ключевая
Линия», вопрос».

